

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI İLE CİNSEL DOYUM
İLİŞKİSİNDE DUYGULARI İFADE ETMENİN ARACI ROLÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yağmur ALTUNTAŞ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

TEMMUZ, 2023

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI İLE CİNSEL DOYUM
İLİŞKİSİNDE DUYGULARI İFADE ETMENİN ARACI ROLÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yağmur ALTUNTAŞ
(Y2112.037001)

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Erkan IŞIK

TEMMUZ, 2023

ONAY FORMU



ONUR SÖZÜ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum ‘Benliğin Ayrışması İle Cinsel Doyum İlişkisinde Duyguları İfade Etme’ adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim.

Yağmur ALTUNTAŞ

ÖNSÖZ

Tez yazma süreci içerisinde öncelikle tez danışmanım olmayı kabul eden, şahsıma her türlü desteği sağlayan, görüşleri ve bilgileriyle bana yardımcı olan ve çalışmama yön veren, öğrencisi olduğum için kendisinden onur duyduğum değerli tez danışmanım Prof. Dr. Erkan IŞIK hocama,

Jüri üyeliğimi kabul edip tez savunmamda yaptığı değerli yorumlarla katkılarını sunan Prof. Dr. Ahmet BEDEL hocama,

Bir öğretmenden her zaman çok daha fazlası olan ve jüri üyeliğimi kabul eden, her fırsatta yanımda olan çok sevgili Dr. Özlem ŞENER hocama,

Değerli bilgileriyle ve hayatımın her anında yanımda olduğunu bildiğim, beni kendimle yüzleştiren, kim olduğumun farkına varmamı sağlayan, varlığıyla bana güç olan, hep olumlu ve güler yüzlü bir şekilde yaklaşım sağlayan ve yollarımızın kesiştiği için devamlı şükrettiğim çok kıymetli, değerli Dr. Duygu DİNÇER hocama sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Her fırsatta yanımda olduğunu belli eden, en büyük destekçilerimden biri olan, akıl danıştığım mantıklı, düşünceli canım kardeşim Halil Barış ALTUNTAŞ'a ve beni bugünlere getiren, desteklerini ve sevgilerini benden esirgemeyen, her fırsatta üzerime titreyen, verdiğim her kararda, hatada, doğrudan, yanlışta hep yanımda olan canım ailem. Sizin çocuğunuz olduğum için çok şanslıyım. Çok sevgili Anneciğim Hikmet Türkan ALTUNTAŞ ve çok sevgili Babacığim Hakan ALTUNTAŞ, ailem olduğunuz için çok şanslıyım. En büyük teşekkür sizlere. İyi ki benim ailemsiniz. Sonsuz teşekkür ediyorum

Temmuz, 2023

Yağmur ALTUNTAŞ



BENLİĞİN AYIRIMLAŞMASI İLE CİNSEL DOYUM İLİŞKİSİNDE DUYGULARI İFADE ETME

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, benliğin ayrışması ile cinsel doyum ilişkisinde duyguları ifade etmenin araştırılmasıdır. Bu konunun özellikle evlilik yaşamında, cinsellik konusunda bireylerin kendilerini, duygularını ve isteklerini ifade etmesinin öneminin görülmesi hedeflenmektedir. Araştırmanın evrenini Türkiye’de yaşayan ve evli olan bireyler oluşturmaktadır. Bu araştırmaya toplamda 396 birey katılım göstermiştir. 196 katılımcı kadın, 200 katılımcı erkek bireylerden oluşmaktadır. Bireylerin hepsi bu araştırmaya gönüllü olarak katılmışlardır. Araştırmada kişisel bilgi formu, Benliğin Ayrışması Ölçeği, Duyguları İfade Ölçeği ve Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 25 ve AMOS 24 paket programları aracılığı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; benliğin ayrışmasının duyguları ifade etme ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kadın ve erkek katılımcıların cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bildirdikleri bozulma ile benlik ayrışması arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kadın ve erkek katılımcıların cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bildirdikleri bozulma ile duyguları ifade etme arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Duyguları ifade etmenin, benliğin ayrışması ile kadın ve erkek cinsel doyum arasındaki ilişkide aracı rolü üstlenmediği, benlik ayrışması, cinsel doyum, duyguları ifade etmenin demografik özelliklere göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Benliğin Ayrışması, Cinsel Doyum, Duyguları İfade Etme



THE MEDIATING ROLE OF EXPRESSING EMOTIONS IN THE RELATIONSHIP BETWEEN DIFFERENTIATION OF SELF AND SEXUAL SATISFACTION

ABSTRACT

The aim of this research is to investigate the place of emotional expression in the relationship between differentiation of self and sexual satisfaction. It is aimed to see the importance of this subject, especially in marriage life, for individuals to express themselves, their feelings and wishes about sexuality. The population of the research consists of individuals who live in Turkey and whose marital status is married. A total of 396 individuals participated in this research. 196 of these individuals are female and 200 of them are male individuals. There are no individuals married to each other in the participant group. In addition, all the individuals voluntarily participated in this research. Personal Information Form, Differentiation of Self Scale, Emotion Expression Scale, and Golombok-Rust Sexual Satisfaction scale were used in the research. The analysis of the data was carried out with the SPSS 25 and AMOS 24 package programs. According to the findings obtained from the research; The differentiation of the self has a positive and significant relationship with emotional expression, there is a negative and significant relationship between the deterioration in the sexual function and quality of the female and male participants and the differentiation of the self. It has been concluded that there is a negative and significant relationship between emotional expression does not play a mediating role in the relationship between differentiation of self and sexual satisfaction of men and women, differentiation of self, sexual satisfaction, emotional expression show a significant difference according to demographic characteristics.

Keywords: Differentiation of Self, Sexual Satisfaction, Emotional Expression



İÇİNDEKİLER

Sayfa

ONUR SÖZÜ	i
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	ix
ÇİZELGELER LİSTESİ.....	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xv
I. GİRİŞ	1
A. Problem Durumu	1
B. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	4
C. Araştırma Soruları	6
D. Sınırlılıklar.....	6
E. Tanımlar.....	7
II. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
A. Benlik.....	9
1. Aile Sistemleri Kuramı	9
2. Benlik Ayrışması	11
a. Ben Pozisyonu Alma	14
3. Duygusal Tepkisellik	15
a. Duygusal Kopma	16
b. Başkalarına Bağımlılık	17

B. Cinsel Doyum	18
1. Cinsellik Kavramı	18
2. Cinsel Doyum Kavramı	20
3. Cinsel Doyum Boyutları	21
a. Cinsel İlişki Sıklığı	21
b. Doyum	22
c. İletişim	24
d. Dokunma ve Kaçınma	25
e. Kadınlarda Orgazm Bozukluğu	26
f. Vajinismus	26
g. Erkeklerde Erken Boşalma	27
h. Empotans	28
C. Duygu.....	29
1. Duygu Kavramı.....	29
2. Duyguları İfade Etme.....	30
3. Duyguları İfade Etme Boyutları.....	32
a. Olumlu Duygular	32
b. Olumsuz Duygular.....	33
c. Yakınlık Duyguları	34
D. Benliğin Ayrışması, Duyguları İfade Etme ve Cinsel Doyumun İlişkilendirilebileceği İlgili Araştırmalar.....	35
III. YÖNTEM.....	39
A. Araştırma Modeli	39
B. Çalışma Grubu.....	39
C. Veri Toplama Araçları	39
1. Kişisel Bilgi Formu.....	39

2. Benliğin Ayrışması Ölçeği (BAÖ).....	40
3. Duyguları İfade Ölçeği (DİÖ).....	40
4. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği.....	41
D. Verilerin Analizi	42
IV. BULGULAR.....	43
A. Demografik Bulgular	43
B. Betimsel İstatistikler	44
C. Benlik Ayrışması Farklılık Analizleri	45
D. Kadın Cinsel Doyum Farklılık Analizleri.....	47
E. Erkek Cinsel Doyum Farklılık Analizleri.....	52
F. Duyguları İfade Etme Farklılık Analizleri.....	57
G. Korelasyon Analizi	61
H. Aracılık Analizleri	62
V. TARTIŞMA VE YORUM.....	69
A. Benliğin Ayrışması ve Duyguları İfade Değişkenleri Arası İlişkilerle İlgili Bulgular ve Tartışma.....	69
B. Benliğin Ayrışması ve Cinsel Doyum Değişkenleri Arasındaki İlişkilerle İlgili Bulgular ve Tartışma	70
C. Cinsel Doyum ve Duyguları İfade Etme Değişkenleri Arasındaki İlişkilerle İlgili Bulgular ve Tartışma	71
D. Benlik Ayrışması, Cinsel Doyum, Duyguları İfade Etme Değişkenlerinin Demografik Özelliklere Göre Anlamlı Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular ve Tartışma.....	72
1. Benlik Ayrışması Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre Anlamlı Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular ve Tartışma.....	72
2. Cinsel Doyum Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre Anlamlı Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular ve Tartışma	74

3. Duyguları İfade Etme Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre Anlamlı Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular ve Tartışma.....	75
E. Benliğin Ayrışması İle Cinsel Doyum Arasındaki İlişkide Duyguları İfade Etmenin Aracı Rolüne İlişkin Bulgular ve Tartışma.....	77
VI. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	79
A. Uygulamaya Yönelik Öneriler.....	80
B. Gelecekte Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler	80
VII.KAYNAKÇA	82
EKLER.....	98
ÖZGEÇMİŞ.....	112

ÇİZELGELER LİSTESİ

Sayfa

Çizelge 1. Demografik Bulgular.....	43
Çizelge 2. Değişkenlerin Betimsel İstatistik Sonuçları	44
Çizelge 3. Cinsiyete Göre Benlik Ayrışması Farklılık Analizi T-Testi	45
Çizelge 4. Evlilik Şekline Göre Benlik Ayrışması Farklılık Analizi T-Testi.....	46
Çizelge 5. Eğitim Durumuna Göre Benlik Ayrışması Farklılık Analizi (Anova).....	46
Çizelge 6. Evlilik Şekline Göre Kadın Cinsel Doyum Farklılık Analizi T-Testi.....	47
Çizelge 7. Eğitim Durumuna Kadın Cinsel Doyum Farklılık Analizi (Anova)	48
Çizelge 8. Kadın Cinsel Doyum Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	49
Çizelge 9. Kadın Dokunma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları.....	49
Çizelge 10. Kadın İletişim Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	50
Çizelge 11. Kadın Kaçınma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	50
Çizelge 12. Kadın Vajinismus Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	51
Çizelge 13. Kadın Anorgazmi Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	51
Çizelge 14. Evlilik Şekline Göre Erkek Cinsel Doyum Farklılık Analizi T-Testi.....	52
Çizelge 15. Eğitim Durumuna Göre Erkek Cinsel Doyum Farklılık Analizi (Anova).....	53
Çizelge 16. Erkek Cinsel Doyum Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	54
Çizelge 17. Erkek Empotas Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları.....	54
Çizelge 18. Erkek Erken Boşalma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	55
Çizelge 19. Erkek Dokunma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları.....	55
Çizelge 20. Erkek Kaçınma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	56
Çizelge 21. Erkek Doyum Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları.....	56

Çizelge 22. Erkek İletişim İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları.....	57
Çizelge 23. Cinsiyete Göre Duyguları İfade Etme Farklılık Analizi T-Testi.....	57
Çizelge 24. Evlilik Şekline Göre Duyguları İfade Etme Farklılık Analizi T-Testi	58
Çizelge 25. Eğitim Durumuna Göre Duyguları İfade Etme Farklılık Analizi (Anova)	59
Çizelge 26. Duyguları İfade Etme Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	59
Çizelge 27. Yakınlık Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	60
Çizelge 28. Olumlu Duygu Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları	60
Çizelge 29. Korelasyon Analizi.....	61
Çizelge 30. Modele İlişkin İyilik Uyum Değerleri.....	64
Çizelge 31. Modele İlişkin İyilik Uyum Değerleri.....	65
Çizelge 32. Modele İlişkin İyilik Uyum Değerleri.....	66

ŞEKİLLER LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Şekil 1. Model 1	62
Şekil 2. Benlik ayrımlaşması ve erkek cinsel doyum ilişkisi modeli.....	63
Şekil 3. Benlik ayrımlaşması ile erkek cinsel doyum arasında duyguları ifade etmenin aracılık modeli	64
Şekil 4. Model 2	65
Şekil 5. Benlik ayrımlaşması ve kadın cinsel doyum ilişkisi modeli	66



I. GİRİŞ

A. Problem Durumu

Benliğin ayrımlaşması, bireyin hem diğer bireylerden bağımsız olmasını hem de bireyin düşünce ve duygularının ayrımında olmasını içermektedir (Corey, 2008). Bowen'a (1978) göre, benliğini ayrımlaştırabilen kişiler kendilerine yönelik benlik algılarını kaybetmeden diğer kişilerle duygusal ilişkiler kurabilmekte, sahip oldukları duyguları abartmadan ve dengeli bir şekilde diğer kişilere iletebilmekte ve diğer kişilere aşırı derecede bağlanmadan duygusal ilişkileri sürdürebilmektedir. Benlik ayrımlaşmasına sahip olan kişiler tüm bunlarla birlikte aşırı derecede kaygılı durumlarda dahi duygularından düşüncelerini ayırt edebilmektedirler. Bununla birlikte duygusallıklarını kaybetmeden mantıklı kararlar alabilmektedirler. Çoğu durum karşısında daha uyumlu ve esnek davranışlar gösterebilmektedirler ve yaşamlarını belirledikleri inanç ve ilkeler çerçevesinde yönlendirebilmektedirler (Işık ve Bulduk, 2014).

Fakat ayrımlaşma düzeyi düşük olan kişiler duygularıyla gerçekleri ayırt edemez durumdadırlar ve daha çok duygularının esiri bir şekilde davranışlar göstermekte, kararlarını duygularına göre vermekte, enerjilerinin büyük bir bölümünü sevgiyi ve aşkı aramaya harcamakta, heyecanlarından bilişsel aktivitelerini ayırt edememekte ve çok savunmasız bir yapıya sahip olduklarından dolayı aile ikileminde kaybolabilmektedirler. Benlik ayrımlaşma düzeyi düşük olan bireylerin yaşantıları sürekli bir şekilde onay alma ve onay alamadıkları bireyleri de cezalandırmayla geçmektedir. Duygusal ve fiziksel birçok sorun yaşayabilmektedirler. Amaç ve üretim odaklı işlerle meşgul olmak için çok az enerjiye sahiptirler. Daha çok semptomlar geliştirmeye yatkınlıkları bulunmaktadır (Bowen, 1976, 1978; Kerr ve Bowen, 1988). En düşük düzeyde ayrımlaşma yaşayan bireylerin düşünceleri sürekli olarak duygularınca yönetilmektedir (Mert ve Topal, 2018).

Evliliğin en önemli ve en bağlayıcı güçlerinden biri cinselliktir. Çiftlerde kendilerine has ve onlara özel bir bağ, ayrıca birbirleri ile olan yakınlıklarının artması da sağlıklı bir cinsel yaşam sayesinde oluşabilmektedir. Çiftler, sağlıklı bir cinsel yaşamda isteklerini ve beklentilerini açıkça söyleyebilmekte ve karşılıklı olarak birbirlerine saygı duyabilmektedirler. Ayrıca cinsel doyum etkileyen ana unsurlar, cinsel ilişkilerin zamanı, süresi, sıklığı, tekniği, yeri ve ilişki esnasındaki tavırlardan alınan tatmin şeklinde söylenebilir (Canel, 2012). Dünya Sağlık Örgütü (2010) cinsel doyum kavramını, bireyin cinsel ilişkisinden aldığı hazzın düzeyi şeklinde tanımlamaktadır. Cinsel doyum kavramını açıklarken en çok bahsi geçen kavramlar; ilişki sıklığı ve orgazm yaşama sıklığıdır. Ayrıca, iletişimin cinsel konular için önemli bir değişken olduğu ve cinsel doyum kavramı üzerinde de büyük bir etkisi olduğu bilinmektedir.

Cinselliğin hayatın vazgeçilmez bir parçası olduğu ve bireylerin cinsel yaşantılarında sorun yaşadıklarında yaşantılarının diğer alanlarını da negatif yönde etkileyeceği düşünüldüğünde cinselliğin ne kadar önemli olduğu görülmektedir (Scott vd., 2012). Bireylerin cinsel doyum düzeylerinin yüksek olması, psikolojik ve fiziksel sağlığın iyi olmasına, bireylerin genel durumlarının iyi olmasına ve bireylerin yaşam kalitelerinin yüksek olmasına neden olabilmektedir (Sánchez-Fuentes vd., 2014). Yapılan bazı araştırmalara göre bireylerin partneri/eşi ile olan iletişimlerinin kendilerini etkilediğini ve cinsel işlevselliklerinin iyi olmasının cinsel doyumlarının yüksekliğiyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Tuğut, 2016).

Özellikle evliliklerde işlevselliğin ve mutluluğun en önemli itici gücünün cinsel doyum olduğu belirtilmektedir. Evliliklerde cinselliğin ana fonksiyonu, yakınlığın pekiştirilmesi, alınan hazzın paylaşılması, evlilik ve özel yaşamlarında güçlüklerle baş etmelerine yardımcı olarak gerilimleri azaltmasıdır. İlişkilerde bireylerin cinsellikle ilgili olarak sahip oldukları düşünceler tüm ilişkileriyle ilgili düşüncelerini şekillendirmektedir. Özellikle kadınlar eşiyle duygusal ilişkisinde ne kadar yakınlık kurarsa cinsel doyum düzeyi de artmaktadır. Byers (2005)'e göre, cinsel yaşamlarından doyum alan bireyler evliliklerinden de doyum alabileceklerdir. Eşlerin ya da partnerlerin birbirleriyle çözilemeyen çatışmalar yaşamaları, birbirlerine duygusal açıdan uzak durmaları, birbirlerine sevgi

hissetmemeleri daha çok cinsel doyumsuzlukla ilişkili olduğu düşünülmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014).

İnsanlar cezalandırıcı, ödüllendirici veya kendilerini harekete geçirici bir uyararla karşılaştıkları zaman olumlu ya da olumsuz duygu ifadesi içerisine girmekte ve yaşamaktadırlar. Bu durum bireylerin gurur, mutluluk, korku veya üzüntü hissetmelerine neden olmaktadır. Buradan hareketle bireylerin uyum sağlayabilmelerinde duyguların çok önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir. Duygular içsel tepkiler, gereksinimler, kültürel ve sosyal özellikler, bendensel nitelikler, dürtüler arasında bir uyarılma ve uzlaşma sürecidir (Yalçın ve Hamarta, 2013).

Duygular bireyler arası iletişimin bir parçası olmakla birlikte duygularla ilişkili gerçekleştirilen çalışmalar büyük oranda bireylerin kendilerine yönelik duygularını derecelendirmelerine ve duygusal durumlarına yönelik fikirlerini değerlendirmelerine dayanmaktadır (Bowers, 1985). Araştırmacılar daha çok yeni olarak ifade yaklaşımına odaklanmışlardır ve duyguları ifade edebilmenin sağlığa pozitif yönde etkisinin olduğunu ve iyi oluşla ilişkili olduğunu belirtmişlerdir (Greenberg, 1996). Duyguları ifade edebilme hem beden hem de ruh sağlığı açısından önemli bir yere sahiptir. Bireylerin duyguları ifade etmede ve anlamada güçlük çekmeleri psikopatolojiyle ilişkili olarak görülmektedir. Duyguları ifade etme düzeyinin düşüklüğünün depresyonla, olumsuz duygularla, paranoid düşüncelerle ve obsesif-kompulsif eğilimle ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bireyin sahip olduğu duyguları baskılaması kendisine yönelik duygularını sürekli düşünmesine neden olarak, depresyon belirtilerinin baş göstermesine ve olumsuz duyguların artmasına neden olabilmektedir (Kuzucu, 2011).

Benlik ayrımlaşma düzeyinin düşük olması, cinsel doyumsuzluk ve duyguların ifade edilememesinin insanların yaşamlarında ne kadar sorun yaratacağı görülmektedir. Literatüre bakıldığında benlik ayrımlaşması, cinsel doyum ve duyguları ifade etme arasındaki ilişkileri inceleyen sınırlı sayıda çalışma olduğu ve üç değişkeni bir arada inceleyen çalışmanın olmadığı görülmektedir. Buradan hareketle benliğin ayrımlaşması ile cinsel doyum ilişkisinde duyguları ifade etmenin ne gibi bir rolünün olduğunun araştırılması önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır.

B. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Benlik en genel anlamı ile bireyin ben kimim sorusu karşısında verdiği cevaptır (Myers, 2013). Benlik, bireylerin düşünceleri, duyguları ve davranışlarının en temel belirleyicisidir ve psikolojinin ana çalışma alanlarındandır. Benlik oluşumunda da ailenin çok önemli bir yeri bulunmaktadır. Çünkü bireyler kendileri olma yolunda ilerlerlerken yaşamlarını toplumsal bir yapı olan aile içerisinde sürdürmektedirler. Ailenin bireylerin sergiledikleri davranışlarda belirleyici bir rol üstlendiği varsayımından yola çıkan aile terapileri günümüzde sıkça kullanılmaktadır (Gladding, 2013). Aile terapisi denildiğinde Murray Bowen'ın Aile Sistemleri Kuramı ön plana çıkmaktadır. Bu kuramın merkezinde de benliğin ayrılaşması yer almaktadır. Benliğin ayrılaşması, bireyin diğer kişilerin etkisinde kalmadan kendi kararlarını verebilmesi ve güçlü bir benlik hissine sahip olmasını ifade etmektedir. Benlik ayrılaşması, kişinin ailesine yönelik aidiyet hissini kaybetmeden onlarla birlik içerisinde kendi benliğini tanımladığı bir süreçtir (Sarıkaya vd., 2017)

Bireylerin iyi oluşlarında ve işlevselliklerinde benliğin ayrılaşması önemli bir yere sahiptir. Yapılan çalışmalara göre psikolojik sağlamlık ile benlik ayrılaşması arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu, benlik ayrılaşma düzeyinin yüksek olduğu bireylerin benlik ayrılaşma düzeyi düşük olanlara göre daha az psikolojik semptomlarla karşı karşıya kaldıkları, benlik ayrılaşmasının stresli yaşantılı olaylara ve psikolojik problemlere karşı bir kalkan görevi gördüğü görülmüştür (Erdem ve Kabasakal, 2020).

Bireylerin yaşları, cinsiyetleri, cinsellikle ilişkili tecrübeleri, kültürel etkenler, toplumsal ilişkiler cinsel doyumla ilgili bireysel farklılıklara neden olabilmektedir. Cinsel doyum bireylerin kendi cinsel yaşamları ile ilgili olarak pozitif ya da negatif öznel değerlendirmelerini kapsamaktadır ve benlik değerleri, ilişkiden aldıkları memnuniyet düzeyi gibi değişkenlerle bağlantılı olarak evlilik doyumunu ve memnuniyetini belirlemede en önemli faktör olarak görülmektedir (Stephenson ve Meston, 2011). Cinsellik birlikteliğin ve yakınlığın en üst noktası olarak görülmekle birlikte bu yakınlık yalnızca cinsel birliktelikten öte değildir. Cinsel doyumda partnerlerin birbirleriyle ilişkileri, ilgileri, yakınlıkları, bakım

verme ve bakım alma durumları, öznellerindeki anlamı ve hikayesi yer almaktadır (Yıldırım, 2021)

Ayrıca cinsiyet rolleri de duyguları ifade etme ile ilişkili olabilmektedir. Araştırmalara göre duyguları ifade etmemede cinsiyet farklılığının görüldüğü sonucuna ulaşılmıştır. Erkeklerin, kadınlara göre daha fazla duygularını ifade etmedikleri görülmüştür (King ve Emmons, 1990). Ülkemizde yapılan araştırmaya göre cinsel doyumun yüksek olduğu bireylerin evlilik uyumlarının da yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Kudiaki, 2002).

Duygularını tam anlamıyla ifade edemeyen ve anlamlandıramayan bireylerin özsaygılarının düşük düzeyde olduğu bilinmekle birlikte diğer kişilere de bağımlılıkları yüksektir. Bireyler kendi sahip oldukları duygularıyla ilgili konuştukları zamanlarda yaşamı daha kolay anlamlandırabilmektedirler ve duygularının üzerinde daha fazla kontrole sahip olabilmektedirler. Bireyler pozitif ya da negatif sahip oldukları duyguları belli etmemeleri ve ifade etmemeleri durumunda hem biyolojik hem de ruhsal birçok sorunla karşı karşıya kalabilmektedirler (Şipit, 2019).

Bu konunun özellikle evlilik yaşamında, cinsellik konusunda bireylerin kendilerini, duygularını ve isteklerini ifade etmesinin öneminin görülmesi hedeflenmektedir. Bireylerin cinsel doyumları ile yaşadıkları benlik ayrımlaşmasının duygularını ifade etmelerindeki rolünün araştırılması amaçlanmaktadır. Ayrıca Türkiye’deki bireylerde benliğin ayrımlaşması kavramının, cinsel doyum ve duyguları ifade etme kavramları ile potansiyel ilişkilerinin araştırılması sağlanacaktır.

Araştırmanın amacı, benlik ayrımlaşması ile cinsel doyum arasındaki ilişkide duyguları ifade etmenin aracı rolünün araştırılmasıdır. Bu çalışmada benlik ayrımlaşması bağımsız değişken, cinsel doyum bağımlı değişken, duyguları ifade etme aracı değişken olarak ele alınmıştır. Bu amaçla kurumsal açıklamalar ve ilgili araştırmalar başlıklı ikinci bölümde benliğin ayrımlaşması, cinsel doyum ve duyguları ifade etme ile ilgili kavramlar literatür kapsamında irdelenmektedir. Üçüncü bölümde araştırma modeli, evren örneklem, veri toplama araçları ve verilerin analizi ile ilgili bilgilere yer verilmektedir. Dördüncü bölümde araştırmadan elde edilen verilerin analizi doğrultusunda

bulgulara yer verilmektedir. Beşinci bölümde araştırmanın soruları doğrultusunda elde edilen bulguların tartışılmasına ve yorumuna yer verilmektedir. Altıncı bölümde sonuç ve önerilere yer verilmektedir.

C. Araştırma Soruları

Bu araştırmada ‘benliğin ayrımlaşması, cinsel doyum ve duyguları ifade etme arasındaki ilişkiler araştırılacaktır. Araştırmanın ana problemi benlik ayrımlaşması, cinsel doyum ve duyguları ifade etme değişkenleri arasında bir ilişki var mıdır? Bununla birlikte benliğin ayrımlaşması, cinsel doyum ve duyguları ifade etmenin demografik özelliklere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır.

Alt problemler: Araştırma kapsamında oluşturulan alt problemlere aşağıda yer verilmektedir:

- Birinci Araştırma Sorusu: Benliğin ayrımlaşması, duyguları ifade etme arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- İkinci Araştırma Sorusu: Benliğin ayrımlaşması, cinsel doyum arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Üçüncü Araştırma Sorusu: Cinsel doyum, duyguları ifade etme arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Dördüncü Araştırma Sorusu: Benlik ayrımlaşması, cinsel doyum, duyguları ifade etme demografik özelliklere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Beşinci Araştırma Sorusu: Duyguları ifade etme benliğin ayrımlaşması ile cinsel doyum arasındaki ilişkide istatistiksel açıdan anlamlı bir aracılık rolü bulunmakta mıdır?

D. Sınırlılıklar

Araştırma yalnızca evli olan bireylerle sınırlıdır.

Araştırma 200 kadın ve 200 erkek katılımcı olmak üzere 400 katılımcı ile sınırlıdır.

Araştırma Ocak 2023 ile Nisan 2023 tarihleri ile sınırlıdır.

E. Tanımlar

Benliğin Ayrışması: Kişinin (a) duygusal ve rasyonel işleyişini ve (b) ilişkilerde yakınlık ve bağımsızlığı dengeleme derecesi olarak tanımlanır (Bowen, 1976, 1978; Kerr ve Bowen, 1988).

Cinsel Doyum: Cinsel doyum, bireylerin, ilişkilerinin cinsel görünümünden duydukları hoşnutluk düzeyi ve mutluluk olarak adlandırılır (Sprecher vd., 2004).

Duyguları İfade Etme: Duyguları ifade etme eğilimi, içsel durumun spontane bir şekilde dışarıya yansımaları olarak açıklanmaktadır (Graham, Gentry ve Green, 1981). Kişinin pozitif, negatif ve yakınlık gibi, yaşadığı duyguları dışarı vurma eğilimini gösterir (King ve Emmons, 1990).

II. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

A. Benlik

Benlik başlığı altında, aile sistemleri kuramı, benlik ayrımlaşması kavramı, benlik ayrımlaşması boyutlarından ben pozisyonu alma, duygusal tepkisellik, duygusal kopma, başkalarına bağımlılık, benlik ayrımlaşması kavramları açıklanmakta ve gerekli kapsamlı literatür ele alınmaktadır.

1. Aile Sistemleri Kuramı

Sistem teorisi, sistemin tüm parçalarının birbirine bağlı olduğu varsayımına dayanmaktadır ve parçalar birbirinden bağımsız düşünüldüğünde doğru bir anlayış mümkün olmamaktadır. Sistem teorisi, sistemin üyeleri arasında meydana gelen etkileşimlere odaklanmakta ve tüm aile analiz birimi olarak görülmektedir. Problemler, insanlar arasındaki etkileşimlerde meydana gelenlerin bir sonucu olarak görülmektedir. Buna göre, bir sistem içindeki üyelerin tüm davranışları çevreyi etkilemekte ve karşılığında çevre de sistemin tüm üyelerini etkilemektedir. Bu nedenle, tüm davranışların daha büyük sistem bağlamında değerlendirilmesi gerekmektedir (Karakurt ve Silver, 2014).

Murray Bowen (1913-1990) kırk yılı aşkın bir süredir kendini insan türündeki duygusal süreçleri gözlemlemeye, bu süreci tanımlayacak kavramlar geliştirmeye, bu gözlemlerden kaynaklanan kavramları tutarlı bir teoride bütünleştirmeye ve adını taşıyan teoriyi yüzlerce testle test etmeye adanmıştır. Bowen aile sistemleri teorisi, insanı, üyeleri kendini koruma ve yeniden üretme içgüdülerine, kendi refahlarına ilgi duyan, karmaşık ilişki sistemlerinde birlikte yaşama kapasitesine, gerçeğe hayal gücünü ayırt etme kapasitesine sahip duygusal bir tür olarak incelemiştir. İnsanlarda ilişki sistemlerinde gözlemlenen davranış kalıplarının çoğu, diğer hayvan topluluklarında da mevcut gibi görünmektedir (Comella, 2001).

Bowen Aile Sistemleri Teorisini geliştiren Murray Bowen, aile psikoterapisinin öncülerinden biridir. Bu teori, şizofreni hastaları ve anneleri arasındaki ilişkilere odaklanmaktadır. Bu ailelerin ilişki kalıplarının gözlemlenmesi, aile teorisinin gelişmesine yol açmıştır. Bowen, Georgetown Üniversitesi Tıp Merkezi'nde teorik kavramlarını geliştirmeye ve teorisini iyileştirmeye devam etmiştir ve 1975'te Georgetown Aile Merkezi'ni kurmuştur. Her ailenin, gerilimi azaltmanın ve istikrarı korumanın yollarını arayan bir duygusal sistemi olduğunu ifade etmektedir. Bowen'ın teorisini, aile ilişkilerinde mevcut olan kaçınılmaz kronik duygusal kaygıyı tanımlayan ve kronik kaygının aile işlev bozukluğunun kaynağı olduğu sonucuna varan, benliğin ayrımlaşması, üçgenler, çekirdek ailenin duygusal sistemi, aile yansıtma süreci, kuşaklar arası aktarma süreci, duygusal yoksunluk, toplumsal gerileme ve kardeş konumu olmak üzere birbirine bağlı sekiz durumdan oluşan bir sistemden meydana gelmektedir (Haefner, 2014).

Bowen teorisinin amacı, danışanların ayrımlaşmalarına yardımcı olmak, yani köken aileleri içindeki olgunluk düzeylerini artırmaktır. Bir kişinin düşünce ve inançlarını ifade edebildiği ve aile üyelerine bağlı kalarak daha özerk hareket edebildiği zaman, ailenin genel kaygısının azaldığını görmüştür. Bu terapötik hedefin netliği, Bowen'ın şizofrenik bir üyesi olan aile gruplarıyla yaptığı kendi klinik araştırmasından ortaya çıkmıştır. İlk araştırma, tüm çekirdek aileyi kapsamış ve kısa vadede semptomlarda bir azalma gözlemlenmekle birlikte uzun vadede gözlemlenmemiştir. Ailenin “birbirine takılıp kalmışlığını” uzun vadede çözmeye odaklanarak, ailelerle çalışmanın farklı yöntemleri denemiştir. Bowen, bir aile içindeki bireylerin daha sağlam bir benlik duygusu geliştirdikleri sürecin yavaş gerçekleştiğini ve her birinin çok kuşaklı bir aile sisteminin parçası olduğunu keşfetmiştir (Palombi, 2016).

Aile sistemleri teorisini, aile içindeki ilişki süreçleri hakkında birkaç temel varsayıma dayanmaktadır. Aile sistemleri teorisini, aile içindeki bireylerin karmaşık bir şekilde birbirine bağlı olduğunu ve sistemin bir kısmındaki deneyimlerin sistemin diğer tüm kısımlarını da etkilediğini savunmaktadır. Aile sistemleri teorisyenleri, bir bireyin davranışı üzerindeki karşılıklı etkilere özellikle dikkat etmektedirler. Teorik varsayımlar, nesiller arası aile süreçlerinin önemini, aileler içindeki tüm iletişim biçimlerinin önemini, aile yapılarının açık

ve örtülü kurallar, bilgi ve geri bildirim yoluyla düzenlenmesini içermektedir. Aile sistemleri teorisi, davranışları iyi veya kötü olarak etiketlemekten kaçınmakta, bunun yerine bir davranışın bir sistem içinde oynadığı işlevi incelemeye odaklanmaktadır (Murray, 2006).

Bowen (1978) aileyi hem bir ilişki sistemi hem de aile üyelerinin bireysel, ikili, sistemik ve nesiller arası düzeylerde birbirlerini etkiledikleri ve birbirlerinden etkilendikleri duygusal bir sistem olarak tanımlamaktadır. Genel sistem teorisinden kavramlar ödünç alan Bowen, bir analiz birimi olarak ailenin diğer "doğal sistemlerin" benzer kuralları tarafından yönetildiğini ve bu nedenle insan olmayan hayvan gruplarına ve diğer türlere oldukça benzer olduğunu öne sürmüştür. Ayrıca, yalnızca insana özgü olan ve ailenin işleyişine atfedilebilen iki temel faktör olduğunu belirtmiştir. Birinci faktör, başkalarıyla anlamlı ve önemli bağlantılar kurarken kendini sürdürme ikileminden kaynaklanan kronik kaygıdır. İkinci anahtar faktör ise kronik kaygıyı düzenlemek için uyarlanabilir stratejiler olarak tanımlanan benliğin ayrımlaşmasıdır (Erdem ve Safi, 2018).

2. Benlik Ayrımlaşması

Ayrımlaşma, Bowen'ın tüm teorik çalışmalarının temel kavramıdır ve aynı zamanda tanımı en zor olanıdır. Bowenci bir terapisteye göre ayrımlaşma, psikodinamik ego gücü kavramıyla ilişkilidir. Ancak, kişilerarası boyutları içerecek şekilde genişletilmiştir. Ayrımlaşma, kişinin kaygı düzeyine tepki olarak nasıl işlev gördüğüne atıfta bulunmaktadır. Kerr ve Bowen (1988), "Bir benlik ne kadar ayrımlaşır, kişi o kadar, grupla duygusal temas halindeyken bir birey olabilir." Bu, bireyin hem içsel hem de dışsal duygusal baskılar tarafından harekete geçmeye çekilmeden bir durum hakkında düşünmesini sağlamaktadır (Wineck, 2014).

Ayrımlaşma, kişinin duygu ve düşüncelerinin farkında olması bir yana, başkalarından bağımsız olarak varlığını sürdürmesini ifade etmektedir. Benliğin ayrımlaşması, "Benliğin içsel entelektüel ve duygusal sistemlerden psikolojik olarak ayrılması ve bunun sonucunda benliğin eş zamanlı olarak aile kökenlerinden ve sosyal yapılar içindeki diğer bireylerden ayrılması ve özgürleşmesidir." Bu arada ayrımlaşma, aile sistemindeki önemli ilişkilerin yoğunlaşması yoluyla duygusal olarak bağlı kalırken kişisel seçimlerde bağımsız

olarak çalışabilme yeteneğidir. Bireyin duygusal ve bilişsel olarak kendini aileden ayırt edebilme yeteneği ve kişinin kendi duygusal bilişsel süreçlerini birbirinden ayırt edebilme yeteneği olmak üzere ayrımlaşmanın iki boyutu vardır. Birinci boyut, birlik ve bireysellik dengesidir. Ayrımlaşma konusunda en üst düzeyde olan bireyler hem kendi bireyselliklerini sürdürebilmekte hem de başkalarıyla esnek ilişkiler kurabilmektedirler. Bu kişiler duygu ve düşünceleri birbirinden ayırt etme yeteneğine sahiptirler, duygularının mantıklarının önüne geçmesine izin vermezler, net bir duruş sergilerler, değişimlere kolayca tahammül ederler ve uyum sağlarlar. İkinci boyutta, ayrımlaşma düzeyi düşük olan bireyler, gerçek yaşamı duygularından ayıramaz, duygularıyla karar verip bu kararları uygulayamaz, heyecanlarından dolayı bilişsel yeteneklerini bloke eder ve savunmasızdırlar. Bütün bunlar, bu tür bireylerin aile içinde ikilemler içinde kalmasına neden olmaktadır (Bulut, 2020).

Bowen, kendini ayırlaştırmanın bir bireyin aile yaşamıyla yakından ilişkili olduğuna inanmıştır. Bowen, bir kişinin kendini ayırlaştırma düzeyinin, onun stresli durumlarda duygu ve düşünceleri ayırt etme kapasitesini gösterdiğini belirtmektedir. Bowen (1976) bu sözleriyle duygusal süreç üzerindeki kontrolün önemini vurgulamış ve ayrıca duyguları düzenlemek için kendini ayırlaştırmanın önemini vurgulamıştır. Benliğin ayrımlaşması, kişinin kendi kaygısını yatıştırmayı ve başkalarının kaygısıyla bunalmış hissetmemesini de içeren duygu düzenlemeyi de sağlamaktadır. Aile sistemleri teorisi, benliğin ayrımlaşmasının uzun vadeli yakın ilişkiler için çok önemli olduğunu göstermektedir. Yakın ilişkiler açısından, benliğin ayrımlaşması, benlik duygusunu sürdürmek ve ben pozisyonlarını alabilmek olarak ortaya çıkmaktadır. Ayrımlaşma, yakın ilişkilerde özerkliği korumayı ele almakta, ayrımlaşmış kişiler kimlik kaybı yaşamadan eşleri destekleyebilmektedirler. Bowen bu terimle otonom ve duygusal olarak olgun olmanın değerine ve duygusal ilişkiler sırasında bağımsız düşünmeyi sürdürmenin önemine de değinmektedir (Bridge, 2019).

Benliğin ayrımlaşması, özellikle aile içinde kişinin ilişkilerde duygusal ve entelektüel (duygu-düşünme) işleyişini ve yakınlık ve özerkliği (birliktelik-ayrılık) dengeleyebilme derecesi olarak tasavvur edilmektedir. Duygusal ve entelektüel işleyişi dengelemek, kişinin duygularını düşüncelerinden ayırt etme becerisini ifade etmekte ve yakınlık ile özerkliği dengelemek, kişinin aşırı

bağımlılığı bağımsızlıktan ayırt etme becerisini ifade etmektedir. Bowen (1978), birçok kişilik özelliğini ayırma açısından açıklamaya çalışmıştır. Örneğin, oldukça ayırma yapabilen insanlar, daha düşük düzeyde ayırma yapabilen meslektaşlarına kıyasla, düşünme yeteneğine sahiptir, bir taraftan ayrı bir benliği korurken diğer taraftan da önemli diğer kişilerle bağlantı kurabilmektedir. Daha nesnel bir yaşam rotası belirleyebilmekte, daha esnek, daha uyumlu ve duygusal olarak daha bağımsız davranabilmektedir. Bowen (1978), aile ilişkilerinde gelişen ayırmanın sağlam benliklerle sonuçlandığını ve sağlam benliklere sahip insanların kendilerinden ve başkalarından ne alacaklarına dair makul beklentileri, düşünceli sürece dayalı açıkça tanımlanmış inançları, yaşam ilkeleri, kendileri ve sonuçları için sorumlulukları olduğunu öne sürmüştür (Işık ve Bulduk, 2015).

Benliğin ayırması, bir sistemdeki yüksek düzeydeki kaygının ortasında duygusal nesnelliği koruma kapasitesini içerirken aynı zamanda sistemdeki kilit kişilerle (partner, çocuklar, kardeşler, arkadaşlar vb.) ilişki kurma kapasitesini içermektedir. Bowen, önemli stresli yaşam olayları, uzun süreli stres durumları veya psikoterapi ile değiştirilebilse de benliğin ayırmasının yetişkinlikte başlayan istikrarlı bir özellik olduğunu varsaymaktadır. Benlik ayırması düzeyi daha yüksek olan bireyler, zorlu kişilerarası durumlarda yaşanan duygusal uyarılmayı daha iyi modüle edebilmekte ve sonuç olarak, daha fazla duygusal olgunluk ve kişilerarası yeterlilik gösterebilmektedirler. Benlik ayırması düzeyi yükseldikçe ayrıca daha iyi fiziksel sağlık, daha iyi psikolojik sağlık ve daha fazla ebeveyn yetkinliği ile ilişkilendirilmiştir (Calatrava vd., 2022).

Bowen (1978) göre, benliğin ayırması ilişkisel ve psikolojik uyum için esastır; ayırmanın düşük seviyeleri teorik olarak kronik kaygı, psikolojik ve fiziksel sıkıntı, benzer düşük ayırma düzeyine sahip yakın partner seçimi, evlilik doyumsuzluğu gibi sorunlara yol açabilmektedir (Jenkins vd., 2005).

Benliğin ayırması, olgun gelişim ve psikolojik sağlık için kritik öneme sahiptir. Benliğin daha yüksek düzeyde ayırması, yetişkinlikte daha iyi psikolojik uyum, daha az psikolojik semptom ve daha az ilişki zorlukları ile ilişkilendirilmiştir (Rodríguez-González vd., 2015).

Ayrılmış benlik yapısı, ayırmanın olgun gelişim ve psikolojik sağlığa erişim için en kritik kişilik değişkeni olduğu varsayımına dayanmaktadır.

Ayrımlaşma kavramı, aile kalıplarının bireysel sağlık ve gelişimin gidişatını nasıl etkilediğini ve bireylerin yaşa uygun özerklik derecesi ile hareket edebildiğini, yaşa uygun sorumluluklar üstlenebildiğini ve önemli kişilerle güçlü bağlantılar deneyimlemeyi açıklamak için kullanılmıştır. Teorik olarak, bir kişinin farklılaşma düzeyiyle ilgili duygusal tepkisellik, ben-pozisyonu alma yeteneği, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılık olmak üzere dört faktör bulunmaktadır (Alaedein, 2008).

Duygusal tepkisellik, otonomik duygusal tepkiler, duygusal taşkınlık veya değişkenlik temelinde çevresel uyaranlara yanıt verme eğilimini göstermektedir. "Ben" pozisyonu alma, açıkça tanımlanmış bir benlik duygusunu ve aksini yapması için baskı yapıldığında bile kişinin inançlarına düşünceli bir şekilde bağlı kalma yeteneğini göstermektedir. Duygusal kopma, ilişkilerde yakınlık veya yutulma korkularını ve bu korkulara karşı eşlik eden davranışsal savunmaları yansıtmaktadır. Başkalarına bağımlılık ya da kaynaşma, önemli diğer kişilerle duygusal olarak aşırı ilgilenmeyi ve kişinin ebeveynleriyle aşırı özdeşleşmeyi yani ebeveyn değerlerini, inançlarını ve beklentilerini sorgulamadan benimsemeyi göstermektedir (Gharehbaghy, 2011).

a. Ben Pozisyonu Alma

Bowen (1978), ben pozisyonu alma kavramını, kaygı, stres ve çok önemli olayların zorluklarına rağmen, kişinin kimliğinin sürdürebilmesi ya da kimliğinin dayanıklılığını koruyabilme yeteneği olarak ifade etmektedir. Ben pozisyonu alma, benliğin ayrımlaşması çatısı altında yer almakta ve bireyin ayrımlaşabilme yeteneğine vurgu yapmaktadır. Ayrımlaşmayı yüksek düzeyde yaşayan kişiler, baskın duyguların etkilerinde olmayan, duygusal açıdan kopma yaşamadan karşılıklı ilişkiler içerisinde ben pozisyonu alan, diğer bir ifade ile diğer kişilerin beklentilerine uyma gereksinimi hissetmeyen kişilerdir (Yalçınkaya, 2019).

Kavram olarak ben pozisyonu alma, bireyin duygularını ve düşüncelerini, sorumluluk üstlenerek ve kişisel açıdan ortaya çıkartması, başka kişileri de kendilerine ait duyguları ve düşünceleri gösterebilmeleri için cesaretlendirmesidir. Ben pozisyonuna geçebilen kişiler özgür bir şekilde davranışlar gösterebilmekte, sorumluluklar alabilmekte ve diğer kişilere bağımlı davranmamaktadırlar. Ben pozisyonuna geçebilen kişiler, kendilerine ait

duyguları ve düşünceleri kadar diğer kişilerin duygularını ve düşüncelerini de önemsemekte ve onların da duygu ve düşüncelerinin önemli olduğu bilincinde davranan kişilerdir (Yılmaz, 2020).

Ben pozisyonu alabilme, diğer bir ifade ile başkalarınca aksi yapılmasına yönelik baskılarla karşı karşıya kalındığında bile kendi sahip olduğu benlik duygusunun sürdürülebilmesini ifade etmektedir. Diğer bireylere duygusal açıdan daha çok bağımlılık hisseden düşük düzeyde ayrımlaşabilen kişiler, kendilerini nadiren düşünmekte ve hissetmektedirler. Buna karşın ayrımlaşma düzeyi yüksek olan kişiler karşılıklı ilişkilerde ben pozisyonu alabilen kişilerdir (Peleg-Popko, 2002).

3. Duygusal Tepkisellik

Duygusal tepkisellik kavramı, bir kişinin çevresel uyaranlara duygusal taşkınlık, duygusal değişkenlik veya bunlar tarafından tüketilme noktasına gelene kadar aşırı duyarlılıkla tepki verme derecesini yansıtmaktadır (Skowron vd., 2009).

Duygusal tepkisellik kavramı, kişinin tepkilerinin karşılaştığı durumla orantısız olduğunun farkına varabilmesinin ve bu tepkilerin davranışı ne ölçüde yönlendirdiğinin sınırlanabilmesinin aksine, davranışlarını yönlendiren duygusal tepkilere kapılma eğilimini ifade etmektedir. Duygusal tepkisellik, müdahaleci ve durumla orantısız görünen tepkileri, çiftlerin olağan baş etme stratejilerine yanıt vermeyen sorunları veya yapışkan bir niteliğe sahip çatışmaları veya endişeleri içermektedir. Geçici olarak bile kolayca sakinleştirilemeyen veya yatıştırılamayan bir endişe veya yoğunluk düzeyi ile ilişkilidir (Watson ve McDaniel, 2005).

Yüksek duygusal tepkisellik sergileyen bireylerin duygu işleme ve düzenlemede zorluk yaşadıkları düşünülmektedir, bu da olumsuz duyguları veya üzücü durumları yaşama eşiğinin çok daha düşük olmasına neden olabilmektedir. Bu nedenle, anlaşmazlıklar, çatışmalar veya rahatsızlığa neden olan diğer durumlar sırasında yaşadıkları olumsuzluk veya sıkıntı deneyimleri, bu tür tepkilerden kurtulmak için daha az duygusal kaynağa sahip olduklarından, özellikle problemli bir durumu muhtemelen daha da güçlendirecektir. Bowen aile sistemleri teorisi, duygusal ve entelektüel boyutları dengesiz olan bireylerin

kaygı, katılık ve sinirlilik gibi duygusal tepkisellik gösterme olasılıklarının daha yüksek olduğunu ileri sürmektedir (Gardner vd., 2007).

Zayıf bir şekilde ayrılaşmış bireylerin duygusal olarak tepkisel oldukları varsayılmakta ve başkalarının duygusallığına tepki olarak sakin kalmakta zorlanmaktadırlar. Stres altındayken yakın ilişkilerinin çoğunda başkalarıyla kaynaşma veya onlardan duygusal olarak kopma eğilimi gösterebilmektedirler (Chung ve Gale, 2006).

a. Duygusal Kopma

Bowen, bir ailedeki nesiller arasındaki ilişkiyi tanımlamak için kopma kavramını eklemiştir. Aile içindeki duygusal yoğunluk karşısında insanlar birbirinden uzaklaşabilmektedir. Mesafe çok hafiften şiddetliye kadar değişebilmektedir. Aşırı biçimlerde, bir kişi ailesiyle tüm temasını kesebilmekte ya da ailesinden uzaklaşabilmektedir. Kesinti hem sorunu çözebilmekte hem de sorun yaratabilmektedir. Bir yandan, mesafenin kullanılması zorlu ilişki yoğunluğundan anında kurtulmayı sağlayabilmektedir. Öte yandan, temasın kaybı, insanlar arasındaki duygusal olarak tepkisel süreçleri katılaştırabilmektedir. Aile ile temasın kaybı, kopan kişi için ve onun dahil olduğu sonraki ilişkiler için daha yüksek kaygıya yol açma eğilimindedir. Kopuk olan kişi, bu katılığı gelecekteki ilişkilerine taşımakta ve yeni ilişkilerinde zorluklarla karşılaştığında kopmaya başvurabilmektedir (Papero, 2014).

Duygusal kopma, içsel veya kişilerarası deneyimler çok yoğun olduğu zamanlarda, yakınlık tarafından tehdit edildiğini hissetmeyi ve kendini başkalarından ve kişinin duygularından soyutlamasını yansıtmaktadır (Skowron vd., 2009).

Ebeveynleriyle veya diğer aile üyeleriyle çözülmemiş duygusal sorunlarını azaltamayan veya yönetemeyen aile üyeleri, fiziki olarak uzaklaşarak veya nadiren eve giderek duygusal teması tamamen kesme eğilimi gösterebilmektedirler. Bu çözülmemiş duygusal sorunlar genellikle çözülmemiş bağlanma ve benliğin farklılaşmasına odaklanmaktadır. Bowen, bu kaçmanın duygusal bağımsızlığı göstermediğini, bunun yerine bu kişinin sorunları kendisiyle değil ebeveyniyle görme eğiliminde olduğunu iddia etmektedir (Haefner, 2014).

b. Başkalarına Bağımlılık

Bowen (1978) bağımlılığı, aile üyeleri ya da bireyler arasındaki sınırların bulanık hale gelmesi ya da ilişkilerde "benliğin" değiş tokuş edilmesi olarak tanımlamaktadır. Başkalarına bağımlılık, rollerin kısıtlanmasına, bireysel karar vermede zorlanmalara ve düşünce farklılıklarına tahammülsüzlük yaşamaya neden olabilmektedir. Başkalarına bağımlılık, bireyin bir karar verirken önemli gördüğü kişilerin görüşlerini benimsememesine, diğer önemli kişilerden ve aile büyüklerinden bağımsız bir şekilde bakış açısı ya da fikir sunmakta zorlanmaya neden olabilmektedir. Diğer bir ifade ile başkalarının değerlerini ve inançlarını, kendi kişisel yaşam ilkeleri ile uygun olup olmadığına bakmadan ve dikkatli bir incelemeye tabi tutmadan bir bütün olarak benimsemelerini ifade etmektedir (Skowron ve Schmitt, 2003).

Ayrışma, her bireyin ailenin duygusal alanından ayrı olabilme derecesini ifade etmektedir. Bir kişi daha düşük bir ayrışma düzeyine sahipse, enerjisinin çoğu ailenin ilişki süreçlerine bağlıdır. Ailenin duygusal sisteminin duygusal tepkilerinin dışında hareket etme konusunda çok az yeteneklere sahiptir. Ayrışmada düşük ayrışmayı tanımlamak için kullanılan bir kavram olan bağımlılığın özünde bireylerin ailenin duygusal sistemiyle "kaynaşması", kendi duygularının nerede bitip diğerlerinin nerede başladığını anlayamaması ve böylece kendi tepki ve davranışlarının kontrolünü kaybetmesini ifade etmektedir (Glade, 2005).

Duygusal kaynaşma veya duygusal bağımlılık, kişinin kendi ailesinden çözülmemiş duygusal bağlanma derecesini ve kişi ailesini terk etmeden önce gelişen kaygıya karşı duygusal tepki verme düzeyini göstermektedir. Ayrıca oldukça başkalarına bağımlı olanlar, kendi ailelerinde oynadıkları ilgili rollerde duygusal olarak sabit kalma eğilimindedirler. Sıkı sıkıya bağlı oldukları çok az inançlara sahiptirler ve baskı altında bu inançları terk edebilmektedirler. Son olarak, oldukça bağımlı olan bireyler, diğer hedefleri pahasına başkalarının onayını arama eğilimindedirler (Murray vd., 2007).

Yüksek oranda birbirlerine bağımlı olan bireyler, ailelerinde bulundukları pozisyonda duygusal olarak "sıkışmış" hissedebilmektedirler. Bu zayıf uyum, birbirini izleyen aile nesillerinde (kuşaklar arası aktarım) tekrarlanıyor olarak

görülmektedir. Bowenci bir bakış açısından, benliğin farklılaşması, ailenin duygusal sisteminin gelişimiyle bağlantılıdır. Birbirlerine bağımlı olan bir ailede, duygusal bağımlılık ve özerklik eksikliği görülmektedir. Bu aile içerisindeki aile üyeleri, düşüncelerinde ve eylemlerinde bağımsız olma becerisinden yoksundurlar. Bağımlılığın neden olduğu güvensizlik, öz kimliğin gelişimini engellemekte ve hem kişinin kendi kararlarını verme sorunlarına hem de zaman içinde ve nesiller boyunca normal aile gelişim süreçlerine etki etmektedir (Kim-Appel vd., 2007).

B. Cinsel Doyum

Cinsel doyum başlığı altında, cinsellik kavramı, cinsel doyum kavramı, cinsel doyum boyutlarından cinsel ilişki sıklığı, doyum, iletişim, dokunma ve kaçınma, kadınlarda orgazm bozukluğu, vajinismus, erkeklerde erken boşalma, empotans, cinsel doyum kavramları açıklanmakta ve gerekli kapsamlı literatür ele alınmaktadır.

1. Cinsellik Kavramı

Cinsellik denildiği zaman akıllara gelen ilk şeyin sevişmek olmasına rağmen aslında cinsellik çok boyutlu bir yapıya sahip bir kavramdır. Cinsellik insan yaşamı içerisinde çok önemli bir yere sahiptir ve insanların sağlıklı cinsel yaşama sahip olmaları yaşam kalitelerini ve sağlıklarını pozitif yönde etkileyebilmektedir. Biyolojik açıdan cinsellik, üremeyle nesillerin devamlılıklarının sağlanmasını, psikolojik açıdan cinsellik ilişkiden zevk almayı, sevmeyi, sevmeyi vb. gibi insanın temel gereksinimlerinin tatmin edilmesini, toplumsal açıdan cinsellik toplumsal kurallar ve yargıları, cinselliğe olan bakış açılarını, farklı cinse verilen rolleri, insanların yaşam şekillerini, evlenme tercihlerini ve eş seçimlerini ifade etmektedir (Esencan ve Beji, 2015).

Cinsellik, yaşam boyu insan olmanın merkezinde yer alan bir kavramdır ve cinsiyet, cinsiyet kimlikleri ve rolleri, cinsel yönelim, erotizm, arzu, cinsel ilişki ve üreme kavramlarını kapsamaktadır. Bu çok boyutlu kavram, ilişkilerde düşünceler, fanteziler, arzular, inançlar, tutumlar, değerler, davranışlar, uygulamalar ve roller aracılığıyla deneyimlemektedir. ve ifade edilmektedir. Cinsellik tüm bu yönleri kapsasa da biyolojik, psikolojik, sosyal, ekonomik,

politik, kültürel, etik, yasal, tarihi, dini ve ahlaki konular gibi birçok dış faktörle etkileşim içerisinde (Vurğec ve Surucu, 2021).

Cinsiyet ve cinsel ilişki, insanoğlunun çoğalmasının temelini oluşturmaktadır. Her ne şekilde olursa olsun, antik çağlardan beri insan çoğalmasının açıklanmasının altında yatan mesaj cinsel birleşmedir. Cinsel birliğin birincil işlevi olan üreme amaçlı olmasının yanı sıra, karşı cinsin çekiciliği sonucunda doğal olarak oluşan cinsel birlikteliğin, özellikle insanlık bilgi ve bireysel haklar ve özgürlükler konusunda ilerlemeye devam ederken, bireylerin yaşamlarında başka işlevleri de olmuştur. Dünyanın her yerindeki toplumlar cinsel birliktelik için farklı yorumlara ve değerlere sahiptirler (Okechi, 2018).

Bir kişinin cinsel aktiviteye ilişkin eğilimlerine, tercihlerine, alışkanlıklarına ve ilgi alanları bağlamda, cinsellik genellikle kişinin cinsel yönelimiyle yakından ilişkilidir. Kişinin cinsel olarak neye ilgi duyduğu, cinsel davranış (kişinin fiilen girdiği cinsel aktivite türleri) ve cinsel kimlik (kişinin kendini nasıl tanımlamayı seçtiği) cinsellikle ilişkilidir. Bu haliyle cinsellik, cinsiyet, din, sınıf, etnik ve diğer kimliklerimize nüfuz etmekte, onları etkilemektedir. On sekizinci yüzyılın sonlarında bir terim olarak ortaya çıkan cinsellik, sonraki iki yüzyıl boyunca seksolojinin (insan cinselliğinin bilimsel olarak incelenmesi) gelişmesiyle birlikte dönüm noktasına ulaşmıştır (Willoughby, 2017).

İnsan cinselliği, insanların kendilerini cinsel varlıklar olarak deneyimleme ve ifade etme yollarındandır. Bu, kendilerini erkek ya da kadın olarak algılamalarını ve erotik deneyimler ve tepkiler için kapasitelerini içeren bir konudur. Örneğin, yaralanma yoluyla genital duyunun olmaması veya birinin cinsel ilişkiye veya fanteziye girmemesi, onun cinsel olmasını engelleyici bir durum değildir. Cinsellik ve onunla ilgili duygular ergenlikte başlamamakta ve emeklilik yaşında kaybolmamaktadır. Doğumdan çok önce başlamakta ve bir kişinin öldüğü güne kadar devam etmektedir (Kok, 2004).

Cinsellik, farklı insanlar için farklı şeyler ifade edebilmektedir. Bazı insanlar için seks eylemi cinsel pratikler anlamına gelebilirken bazı insanlar için arzu ve erotizm anlamına gelebilmekte ve bazı insanlar içinse cinsel yönelim

veya kimlik veya tercih anlamına gelebilmektedir. Cinsellik birçok fikri kapsamaktadır ve birçok yönü bulunmaktadır. Cinselliğin tanımı, insanların anlayışları ile birlikte gelişmektedir (Pandey ve Bajpai, 2016).

2. Cinsel Doyum Kavramı

Cinsel doyum çoğu çift için çok önemli bir yere sahiptir. Bireyler, cinsel ilişkilerinin kalitesi kadar, kendi cinsel doyum duyguları ve eşlerinin cinsel doyumunu ile de ilgilenmektedirler. Doyum, kişinin cinsel hayatından tatmin olma derecesi olarak kavramsallaştırılmaktadır (Byers, 1999).

Cinsel doyum, bireyin cinsel ilişkilerinden aldığı mutluluk ve haz düzeyi olarak tanımlanmakta ve ilişkinin cinsel ve cinsel olmayan yönleri tarafından belirlenmektedir. Cinsellik, insan yaşamının ayrılmaz bir unsurudur ve önemli bir yaşam kalitesi bileşeni olarak görülmektedir (Yıldız vd., 2018).

Cinsel doyum, "kişinin cinsel ilişkisiyle ilişkili olumlu ve olumsuz boyutların öznel değerlendirmesinden kaynaklanan duygusal bir tepkidir." Cinsel doyum, cinsel tepki döngüsünün son aşaması ve cinsel bir hak olarak kabul edilen insan cinselliğinin önemli bir bileşenidir. Aynı zamanda bireylerin genel yaşam kalitesinde de önemli bir faktördür. Örneğin, daha iyi fiziksel ve psikolojik sağlık durumu, genel refah ve yaşam kalitesi yüksek cinsel doyum ile ilişkilendirilmiştir. Benzer şekilde, yüksek ilişki doyumunu partnerle iletişim ve cinsel girişkenlikle ilişkilidir (Sánchez-Fuentes vd., 2014).

Cinsel doyum 'kişinin cinsel yaşamının kalitesinin genel bir değerlendirmesi' olarak tanımlanabilir. Cinsel doyumun, partnerin özellikleri ve davranışları, duygular ve cinsel davranışların yanı sıra sosyal arka plan faktörleriyle ilişkili olduğu düşünülmektedir. Cinsel doyumla bağlantılı cinsel davranışlar arasında sık ilişki, oral genital seks, deneyimsel sevişme ve orgazm yer almaktadır. Kişinin cinsel yaşamından duyduğu memnuniyet, yaşam kalitesini etkileyen önemli bir faktördür. Doyum sağlayıcı bir cinsel yaşamın daha iyi bir psikolojik iyi oluşa yol açtığı öne sürülmektedir (Younis vd., 2019).

Cinsel sağlık, yalnızca hastalık olmaması değil, bireyin cinselliği ile ilgili fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden iyi olma durumudur. Öte yandan, cinsel doyum iyi bir cinsel sağlığın göstergesidir. Çift ilişkileri bağlamında cinsel doyum "sık sık karşılıklı cinsel hazzın duygusal bir deneyimini" ifade etmektedir.

Tanımlamalara bakıldığında doyumun cinsel zevkle ilişkilendirildiği ve "düşünceler, rüyalar ve otoerotizm de dahil olmak üzere yalnız başına veya paylaşılan erotik deneyimlerden elde edilen fiziksel ve psikolojik doyum ve hazzı ifade ettiği görülmektedir (Calvillo vd., 2020).

Cinsel doyum, önceki cinsel uygulamalarla, mevcut beklentilerle ve ihtirasla güçlü bir şekilde ilişkili, çok kişiselleştirilmiş bir duygudur. Cinsel doyum "cinsel yaşamla ilgili olumlu ve olumsuz yönlerin öznel bir değerlendirmesine verilen duygusal bir tepki" olarak ifade edilebilir. Bireylerin cinsel sağlıklarında ve genel yaşam doyumlarında anahtar faktör olarak görülmektedir. Ayrıca, tatmin edici bir cinsel yaşama sahip olmak, sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin temel bir bileşeni olan mutlu bir evlilik ve ailenin temelini oluşturmaktadır (Zegeye vd., 2020).

Bireysel davranışlardan ve kişilerarası etkileşimlerden kaynaklanan haz duygusu olarak cinsel doyum, cinsel doyumunu bir "orgazm" aracı olarak gören bazı kaynakların aksine, kişinin kendi cinsel davranışını yargılamasını ve incelemesini de içermektedir. Cinsel doyum, güçlü ve sürdürülebilir bir evlilik ilişkisi için gerekliliklerden biridir ve ruh sağlığı, genel mutluluk, mesleki başarılar ve başarılı sosyal etkileşimlerle ilişkilidir. Cinsel doyum, iş stresi, çiftlerin mücadelesi, eğitim düzeyi, kültürel etkiler, ekonomik sorunlar, ahlaki ve cinsel tutarlılık, fiziksel ve ruhsal hastalıklar gibi farklı faktörlerden etkilenebilmektedir. Cinsel doyumsuzluk, hayal kırıklığı, depresyon, güvensizlik, mutsuzluk gibi olumsuz zihinsel ve ruhsal etkilerin yanı sıra ruhsal, zihinsel ve kişilik dengesizliklerine de yol açabilmektedir (Gheshlaghi vd., 2014).

3. Cinsel Doyum Boyutları

Cinsel doyumun boyutları arasında, cinsel ilişki sıklığı, doyum, iletişim, dokunma ve kaçınma, kadınlarda orgazm bozukluğu, vajinismus, erkeklerde erken boşalma ve empotans yer almaktadır.

a. Cinsel İlişki Sıklığı

Çok sayıda çalışma, cinsel işlevsellik ile tatmin arasında bir ilişkinin varlığını ortaya koymuştur. Arzu, uyarılma ve orgazm tutarlılığı daha yüksek cinsel tatmin ile ilişkilendirilmiştir. Tersine, istek eksikliği, vajinal kuruluk, erken boşalma, orgazma ulaşamama ve seks sırasında ağrı, daha düşük cinsel doyum ile

ilişkilendirilmiştir. Ayrıca, cinsel ilişki sıklığı ve cinsel davranışların çeşitliliği artan cinsel tatmin ile ilişkilendirilmiştir (Sánchez-Fuentes vd., 2014).

Seks sıklığının sürekli olarak cinsel yaşamdan alınan memnuniyetle ilişkili olduğu bulunsa da bu ilişkinin mutlaka basit olmadığı göz önünde bulundurulmalıdır. Schoenfeld vd., (2017) eşler arasındaki sevecen, destekleyici ve şefkatli davranışların (cinsel olmayan sevgi ifadeleri vb.) hem daha yüksek seks sıklığı hem de cinsel tatmin ile bağlantılı olduğunu bulmuşlardır. Bu nedenle, cinsel tatmindeki farklılıkları anlamak için daha geniş ilişki ikliminin de dikkate alınması gerekmektedir. Waite ve Joyner (2001), ilişkilerinin daha uzun sürmesini bekleyen erkek ve kadınların, ilişkilerini kısa vadeli olarak algılayanlara göre seksten daha yüksek duygusal tatmin ve fiziksel zevk aldıklarını göstermiştir. Seks sıklığının yalnızca romantik bir ilişki içinde olanlar arasında mutlulukla önemli ölçüde ilişkili olduğu düşünülmektedir (Peri-Rotem ve Skirbekk, 2023).

Cinsel sıklık, bir çiftin cinsel etkileşimlerinin niceliksel bir göstergesini ifade etmektedir. Daha yüksek cinsel tatmin seviyeleri, daha yüksek seks sıklıkları ile ilişkilidir. cinsel sıklık ile cinsel ve ilişki doyumu arasındaki boylamsal ilişkileri ikili düzeyde araştıran ilk kişilerdir (McNulty vd.). Yeni evli çiftlerden oluşan bir örnekleme, cinsel ve ilişki doyumunun yanı sıra cinsel sıklığın da zamanla azaldığını bulmuşlardır. Daha genel olarak, daha yüksek cinsel sıklık, çiftlerde daha fazla cinsel tatmin ile ilişkili olma eğilimindedir ve cinsel sıklık ve memnuniyet, yaşam doyumu ile pozitif olarak ilişkilidir. Cinsel sıklığın, cinsel tatminin önemli bir belirleyicisi olduğu düşünülürse, bazı araştırmalar bu pozitif ilişkilendirmede cinsiyet farkı bulmazken, diğerleri cinsel sıklığın yalnızca kadınlarda önemli bir pozitif yordayıcı olduğunu bulmuşlardır (Roels ve Janssen, 2020).

b. Doyum

Cinsel doyum, kişinin cinsel ihtiyaçlarının karşılandığı, kendisinin ve eşinin beklentilerinin karşılandığı algısı dahil olmak üzere, genel cinsel ilişkinin olumlu değerlendirilmesinden kaynaklanan duygusal bir tepkidir. Geçmiş çalışmalar, cinsel tatminin genel ilişki tatmini, iletişim ve evlilik tatmini ile olumlu bir

şekilde ilişkili olduğunu, cinsel tatminsizliğin ise sadakatsizlik ve hatta boşanmayla ilişkili olduğunu belirtmektedirler (Ashdown vd., 2011).

Cinsel doyum, ailenin varlığını ve sağlığını devam ettiren başarılı bir evliliğin önemli bir göstergesidir. Olumlu ve haz verici cinsel deneyimler yaşamak, iyi ve olumlu bir duygu ve heyecanlı bir orgazm yaşamayı ifade etmektedir. Bir çiftin birbirini seven, duygularını ifade eden, sık cinsel aktivite ve birlikte arzu duyan bir çift ilişkisine sahip olmaları cinsel doyum için önemlidir. Cinsel doyumu olan kişiler, cinsel doyumu olmayanlara göre çok daha iyi yaşam kalitesine sahiptirler. Ayrıca cinsel doyum, riskli cinsel davranışların, ciddi ruhsal hastalıkların, sosyal suçların ve nihayetinde boşanmanın önlenmesinde önemli bir role sahiptir. Öte yandan, kadınların cinsel doyumsuzlukları ruh hallerini etkilemekte, depresyon ve diğer psikiyatrik bozukluklara neden olabilmektedir (Shahhosseini vd., 2014).

Cinsel doyum, evlilik kalitesi, yaşam kalitesi, genel refah ve mutlulukla iç içe geçmiş geniş bir yapıdır. Cinsel doyumdaki düşüş, genel evlilik mutluluğu dışında boşanma olasılığının artmasıyla ilişkilendirilmiştir. Tersine, tatmin edici bir cinsel yaşam, genel refah, genel yaşam memnuniyeti ve mutluluk ile olumlu bir şekilde ilişkilendirilmiştir. Bireylerin cinsel aktivitede bulunma nedenleri, cinsel yaşamlarından memnuniyetlerini belirlemede önemli bir rol oynayabilmektedir. İnsanların cinsel yaşamlarından tatmin olmalarının, benzersiz cinsel hedeflerine ulaşip ulaşmamalarına bağlıdır. Örneğin, seks sırasındaki yakınlık ve sevgi duygularını deneyimlemek önceliği zevk için seks yapan bir kişi için muhtemelen daha az önemlidir (Stephenson vd., 2011).

Cinsel doyum, genel ilişki tatminiyle yakından bağlantılı geniş bir yapıdır. Çok sayıda çalışma, cinsel doyumun aşk, bağlılık ve istikrar gibi ilişki kalitesinin göstergeleri ile olumlu bir şekilde ilişkili olduğunu ve boşanma olasılığı ile ters orantılı olduğunu göstermektedir. Bir kadının cinsel doyum duygusuna katkıda bulunan birçok faktör bulunmaktadır. Bunlar yaş, medeni durum ve gelir düzeyi gibi sosyal faktörler; benlik saygısı, cinsel suçluluk, bencillik, empati, sinirlilik ve öfke gibi kişilik/duygusal faktörler; fiziksel sevgi, ailedeki olumlu cinsel tutumlar ve cinsel eğitim gibi arka plan faktörleridir (Meston ve Trapnell, 2005).

c. İletişim

İlişkinin işlevi ve türleri büyük farklılıklar gösterse de ilişkinin hem iletişimsel hem de cinsel yönünden doyum sağlamak, ilişki başarısına ve tatminine katkıda bulunmaktadır. İlişkilerdeki cinsel doyumun, fizyoloji, deneyim, kaygı, tutumlar ve inançlar gibi bir dizi faktöre bağlıdır. Çiftler, önemli ilişki sorunlarını iletişim yoluyla çözmede büyük başarı elde ederken, birçok çift, cinsel konuları tartışmadaki zorluk nedeniyle cinsel sorunları çözmede daha fazla zorluk çekebilmektedirler. Çiftler, ortaklar arasında yaygın olarak yanlış anlaşılmalara yol açan cinsiyetle ilgili farklı iletişim kalıpları nedeniyle birbirleriyle seks hakkında konuşmakta güçlük çekebilmektedirler. Çiftlerin seks hakkında nasıl iletişim kurduklarının ve bu iletişimin iletişim doyumunu, cinsel doyum ve ilişki doyumunu gibi sonuçlar üzerinde ne gibi bir etkiye sahip olduğuna dair fikir edinmek, çiftlerin ilişkileri içindeki bağı artırmalarına yardımcı olabilmektedir (Jones, 2016).

Cinsel iletişim, sağlıklı cinsel işlevin geliştirilmesi ve sürdürülmesi için kritik öneme sahiptir. Cinsel ilişkilerinde memnuniyetsizliklerini ifade eden cinsel sorunları olan çiftlerin iletişim eksikliği ve zayıf cinsel ifade bildirme olasılığı yüksektir. Hem cinsel hem de cinsel olmayan endişelerini açıkça dile getirmekte güçlük çeken çiftlerin cinsel sorunlar yaşama olasılığı daha yüksektir. Cinsel iletişimin kalitesi, cinsel iletişimden duyulan tatminin ve kişinin cinsel ilişkinin hem olumlu hem de olumsuz yönleri hakkında bir partnerle konuşabileceği algısının bir bileşimi olarak kavramsallaştırılmıştır. Cinsel iletişimin sıklığı, çiftlerin cinsel ilişkilerinin farklı yönlerini ne sıklıkla tartıştıklarını göstermektedir (Mallory vd., 2019).

Cinsel sohbetlerde tartışılan konular (içerik), çiftin cinsel bilgi, eğitim, farkındalık, deneyim düzeylerinin göstergesi olabilirken, cinsel iletişim süreçleri daha çok cinselliğe yönelik tutumların, algılanan dinamiklerin göstergesidir. Kişinin cinsel tercihleri ve arzuları hakkında eşine daha fazla açıklama yapmasının, cinsel tatmin ve ilişki kalitesiyle olumlu bir şekilde ilişkili olduğu söylenebilir. Tersine, cinsel ve ilişkisel olarak daha az tatmin olanlar, iletişime yaklaşımlarında genellikle daha kaçınan veya dolaylı davranışlar gösterebilmektedirler. Tartışılmayan veya müzakere edilmeyen cinsel rutinler, roller ve beklentiler, çiftler daha uzun süre birlikte oldukça büyük cinsel

sorunlara yol açabilmektedir. Bu da cinsellik hakkında iletişim kurmakta zorlanan bireylerin zaman içinde daha düşük genel cinsel ve ilişkisel tatmin yaşamalarına neden olabilmektedir (Jones vd., 2017).

d. Dokunma ve Kaçınma

Seks içerisinde cinsel uyarılmaya yol açan, artıran ve sürdüren ve orgazma yol açabilecek olan cinsel uyarıların olması cinsel doyumu artırabilmektedir. Cinsel uyarım, fiziksel cinsel uyarımı, alternatif yolları ve zihinsel uyarımı içermektedir (Huang, 2019).

Cinsel davranışlar, kişinin cinsellikle ilgili temas etme, öpüşme, orgazm gibi etkinliğidir. Cinselliği yaşamak için devalı olarak yapılan davranışlar ve alışkanlıklar cinsel davranış ya da cinsel tecrübe olarak ifade edilmektedir. Cinsel davranış ya da tecrübe, kişinin cinsel açıdan partneri ya da kendisi ile yaptıklarını içermektedir. Cinsel yakınlık kurma sadece seks yapma anlamına gelmemektedir. Partner ile birlikte vakit geçirmekten memnuniyet duyma, göz teması kurma, beğenme, sevmeye, hatırlama, hayal kurma, kucaklama, iletişime geçme, şaka yapma, öpüşmeyi de ifade etmektedir. Cinsel tiksinti yani kaçınma ise devamlı veya yenileyici bir şekilde, cinsel partnerle genital cinsel ilişkiye girmekten aşırı tiksinti hissetme ve bundan dolayı cinsel ilişkiden uzak durmayı ifade etmektedir. Bu durum bir bozukluk olarak görülmekte ve tedavisinin çok zor olduğu bilinmektedir (Köse, 2022).

Cinsel tiksinti duyarlılığı daha yüksek olan insanlar daha düşük olan insanlara göre, daha düşük cinsel istek, daha güçlü cinsel uyarılma engellemesiyle ve cinsel zevkin azalmasıyla karşı karşıya kalmaktadırlar. Kişiler arası cinsel tatmin alışverişi modeline göre bu tür cinsel motivasyonlar, beklentiler ve davranışlar, insanların uzun süreli romantik ilişkilerdeki cinsel alışverişlerinin temel bileşenleridir ve nihai olarak cinsel tatminlerini etkilemektedir. Uzun süreli ilişkiler bağlamında, insanların cinsel tiksinti duyarlılıklarının cinsel doyumlarını baltalayabileceğini, daha yüksek cinsel tiksinti duyarlılıkları olanların daha düşük cinsel doyum elde edecekleri söylenebilir. Seksin uzun vadeli romantik ilişkilerin ayrılmaz bir parçası olduğu ve tatmin edici bir cinsel yaşamı sürdürmenin insanları ilişki doyumundaki düşüşlere karşı koruyabileceği göz önüne alındığında, bireylerin cinsel tiksinti

duyarlılıklarının dolaylı olarak ilişki doyumlarını etkilemesi muhtemeldir (Peters ve Meltzer, 2021).

e. Kadınlarda Orgazm Bozukluğu

Cinsellik, her kadının hayatının önemli ve ayrılmaz bir parçasıdır. Kadınlarda cinsel tepki döngüsüne psikolojik, çevresel ve fizyolojik faktörlerin karmaşık etkileşimi aracılık etmektedir. Cinsel yanıt döngüsünün ilk aşaması ilgi ve istektir, bunu uyarılma, plato, orgazm ve çözülme olmak üzere birbirini izleyen dört aşama izlemektedir. Kadınlarda orgazm bozuklukları, normal bir cinsel uyarılma evresini takiben orgazmda kalıcı veya yineleyici gecikme veya orgazm olmaması ile karakterize edilmektedir ve bu durum sıkıntıya veya kişilerarası zorluklara neden olmaktadır (Najafabady vd., 2011).

Kadınlarda orgazm bozukluğu, kadın cinsel işlev bozuklukları kategorisine girmektedir ve yaygın olarak görülebilmektedir. Kadınların hissettikleri utanç ve suçluluk duyguları ve özellikle yüzleşmek zorunda kaldıkları önyargılar nedeniyle orgazm ile ilgili bazı rahatsızlıklarla, orgazmın tamamen yokluğuyla karşı karşıya kalabildikleri ve orgazm ile ilgili bazı bozukluklar hakkında konuşmaktan daha isteksiz oldukları düşünülmektedir. Orgazm, pelvik tabanın istemsiz, ritmik kasılmalarının eşlik ettiği fiziksel bir zevk ve gerilimin boşalma hissidir. Hatta bazı kadınlar bu pelvik veya uterus kasılmalarını hissederler, bazıları vücutta bir elektrik akımını tarif ederken, bazıları da karıncalanma tarif edebilmektedirler. Bozuklukla ilişkili olarak orgazm yaşamamanın imkansızlığı veya gecikmiş orgazm, artan hayal kırıklığı ve cinsel arzunun engellenmesi, başarısızlık korkusu, önyargılar, çeşitli nedenlerle cinsel temastan kaçınma görülebilmektedir. Kadınlarda en sık görülen cinsel sorunların başında gelmektedir (Stuparu, 2020).

Cinsel ilişkiden doyum, evlilik yaşamının doyumunu ve bireysel mutluluk derecesini etkileyen faktörlerden biridir. Günümüzde cinsel sorunlar oldukça yaygın olduğundan, çiftlerin hayatlarının birçok yönünü doğrudan veya dolaylı olarak etkileyebilmektedir (Mohammadi vd., 2021).

f. Vajinismus

Mental Bozuklukların Teşhis ve İstatistik El Kitabı DSM-IV, vajinismusunu dispareni ile birlikte bir cinsel ağrı bozukluğu olarak sınıflandırmaktadır.

Vajinismus, "vajinanın dış üçte birlik kısmındaki kasların tekrarlayan veya kalıcı istemsiz spazmının cinsel ilişkiyi engellemesi durumunda olarak tanımlanmaktadır. Bu tanıma göre, tanı için ağrı deneyimi gerekli değildir. Cinsel tepki verme ve uyarılma yoluyla zevk alma yeteneği mutlaka bozulmayabilmektedir. Çoğu kadın penetrasyon olmadığında tatmin edici cinsel ilişkilere sahip olduğundan, bu tanım, penetrasyonun öznel deneyiminden ziyade penetratif cinsel ilişkiye odaklanmasıyla sınırlıdır (Crowley vd., 2009).

Vajinismus birincil veya ikincil olarak sınıflandırılabilir. Birincil veya ömür boyu süren vajinismus, bir kadının pelvik kaslarının istemsiz kasılmaları nedeniyle hiçbir zaman penetratif ilişkiye girememesi durumunda ortaya çıkmaktadır. Sekonder veya sonradan edinilmiş vajinismusta ise kadın semptomsuz bir süre sonra cinsel ilişkiye girme yeteneğini kaybetmektedir. Sekonder veya edinilmiş vajinismus, kadın disparenisinin devamı olarak gelişebilmektedir. Cinsel ağrı beklentisi, vajinal girişi engelleyen artan kas gerginliği ile ilişkilendirilmektedir (Kuile ve diğerleri, 2007).

Cinsel ilişkiyi engelleyen vajinal spazm olarak görülen vajinismus ile ilgili olarak gerçekleştirilen bazı çalışmalarda vajinismuslu kadınların cinsel ilişkilerinin penil penetrasyon olmamasına rağmen tatmin edici olduğu bildirilmiştir. Diğer bazı çalışmalarda ise vajinismuslu kadınlarda görülen diğer cinsel işlev bozukluklarının kronik vajinal penetrasyon güçlüklerine sekonder geliştiği ileri sürülmüştür. Genel olarak vajinismuslu kadınların cinsel ilişkiden kaçındıkları ve genel kanının aksine cinsel ilişki sıklıklarının ve cinsel doyumlarının azaldığı söylenebilir (Konkan vd., 2012).

g. Erkeklerde Erken Boşalma

Erken boşalma, erkeklerin %20-30'unu etkileyen bir şikayettir. Bu subjektif izlenim, hastanın psikolojik ve fiziksel durumuna bağlı olarak zaman zaman farklılık gösterebilmektedir. Amerikan Üroloji Derneği, erken boşalmayı penetrasyondan önce veya kısa bir süre sonra arzu edilenden daha erken meydana gelen ve bir veya iki partnerde sıkıntıya neden olan boşalma olarak tanımlamaktadır. Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan Uluslararası Hastalık Sınıflandırmasının (ICD-10) baskısına göre erken boşalma, "sevişmekten zevk almaya yetecek kadar boşalmayı geciktirememe, bu durumun

kendini her iki cinsel ilişkiden biri ile belli etmesi” olarak tanımlanmaktadır (Hsu vd., 2013).

Her zaman veya çoğu zaman, ilk cinsel deneyimden (yaşam boyu) vajinal penetrasyondan önce veya yaklaşık bir dakika içinde meydana gelen boşalma veya genellikle yaklaşık 3 dakika veya daha az (edinilmiş) gecikme süresinde klinik olarak anlamlı bir azalma, vajinal girişlerin tamamında boşalmayı geciktirememe, sıkıntı, hayal kırıklığı veya cinsel yakınlıktan kaçınma gibi olumsuz kişisel sonuçlarla ilişkilidir. Erken boşalma, psikolojik ve duygusal sağlığın yanı sıra eşler ve eşlerle kişiler arası ilişkiler dahil olmak üzere yaşamının birçok yönünü etkileyebilmektedir. Buna rağmen erkek cinsel sağlığının genellikle ihmal edilen ve karşılanmamış bir terapötik ihtiyaç sunan bir alanıdır (Gillman ve Gillman, 2019).

Erken boşalma cinsel yaşamı olumsuz etkileyerek hastanın tatmin edici olmayan bir cinsel deneyim yaşamasına neden olmaktadır. Cinsel yaşamın hüsrana uğraması nedeniyle tatmin edici olmadığı düşünülen cinsel ilişkiden kaçınma da görülebilmektedir (Monteiro vd., 2022).

h. Empotans

Normal bir ereksiyona ulaşma, beyinden gelen psikolojik uyarılanlarla başlamakta ve erkek cinsiyet hormonu testosteronun yeterli seviyeleri, işleyen bir sinir sistemi ve peniste yeterli ve sağlıklı vasküler dokuyu içeren karmaşık bir süreçtir. Bu sistemlerden herhangi birinin bozukluğu empotansa neden olabilmektedir. Empotans erkekler yaşlandıkça daha sık görülse de sorunun asıl nedeni yaşlanmak değildir. Empotans vakasından yaklaşık sekizi fiziksel bir nedene bağlıdır. Empotans ayrıca sağlık veya duygusal sorunlardan veya her ikisinin birleşiminden de kaynaklanabilir. Daha ciddi bir sağlık sorununun erken bir işareti olabilmektedir (Smith, 2015).

Empotans “uygun erotik uyarıların varlığında tatmin edici bir cinsel ilişki için yeterince sert bir ereksiyon sağlamlığı sağlamada veya sürdürmede tekrarlayan ve kalıcı, kısmi veya tam yetersizlik” olarak tanımlanmaktadır. Empotans kavramı önceki “iktidarsızlık” tanımının yerini almıştır. Empotans her yaştan ve etnik kökenden erkeği etkileme potansiyeli olan ve hem hastanın hem

de eşinin yaşam kalitesi yaşam kalitesi üzerinde önemli bir etkiye sahip olan sosyal bir sorun olarak görülmektedir (Mazzilli, 2022).

Cinsel doyum düzeyi, ilişki doyumunda kilit bir unsur olarak öne sürülmektedir. Cinsel doyum, cinsel ilişkinin olumlu ve olumsuz yönlerinin öznel duygusal değerlendirmesidir. Kesin doğası çok yönlü olmasına rağmen, evlilik ve cinsel doyum arasında güçlü bir ilişki olduğu düşünülmektedir. Cinsel doyum, ilişki doyumuna etki etmektedir (Karaman vd., 2021).

C. Duygu

Duygu başlığı altında, duygu kavramı, duyguları ifade etme kavramı, duyguları ifade etme boyutlarından olumlu duygular, olumsuz duygular, yakınlık duyguları ve duyguları ifade etme ile ilgili yapılan araştırmalara yer verilecektir.

1. Duygu Kavramı

Her insanın duyguları vardır ve bu duygular bazen mutluluk, gurur, aşk gibi olumlu, bazen de öfke, üzüntü veya utanç gibi olumsuz olabilmektedir. Evrimci bakış açısına göre duygular, bireylerde üreme, eylem eğilimleri sağlama ve hayatta kalma açısından önemlidir. İnsanlar duygular aracılığıyla sosyal bağlar kurabilmekte, sosyal dışlanma, reddedilme, statü kaybı gibi pek çok sosyal sıkıntının üstesinden gelebilmektedir. Bireylerin ait olma ihtiyacı, benlik saygısı, anlamlı varoluş ve kontrol gibi bazı psikolojik ihtiyaçları olmaktadır. İnsanlar sosyal varlıklardır ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak istemektedirler. Buradan hareketle duygular bireylere birçok avantaj sağlayabilmektedir (Kavaklı, 2019).

Lawler (1999) duyguları, fizyolojik, nörolojik ve bilişsel öğeler içeren görece kısa, olumlu ya da olumsuz değerlendirici durumlar olarak tanımlamaktadır. Brody (1999) duyguları, fizyolojik, davranışsal, deneyimsel ve bilişsel bileşenlere sahip, pozitif veya negatif bir değere sahip (kişiyi iyi veya kötü hissettiren), yoğunluğu değişen ve kişilerarası durumlar tarafından tetiklenme eğiliminde olan motivasyon sistemleri veya refahımızı etkiledikleri için dikkatimizi çeken olaylar olarak görmektedir (Bericat, 2012).

Duygular sadece hisler değildir. Duygusal fenomenleri, ruh hallerini, bazı kişilik özelliklerini, bazı psikopatolojileri ve refahı da içermektedir. Duygular,

bireylerin hayatta kalma ve esenlik için etkileri olan olaylara uyum sağlamalarına ve bunlarla baş etmelerine yardımcı olmak için tasarlanmış geçici, biyolojik, psikolojik ve sosyal tepkilerdir. Biyolojiktirler çünkü sinir sistemlerinden gelen fizyolojik tepkileri ve temel iskelet kası aktivitelerini içermektedirler. Psikolojiktirler çünkü tepkinin ortaya çıkarılması ve düzenlenmesi için gerekli olan belirli zihinsel süreçleri içermektedirler. Sosyaldirler çünkü genellikle sosyal etkileşimlerle ortaya çıkmakta ve bu etkileşimlerle birlikte anlam taşımaktadırlar (Matsumoto, 2023).

Bir duygu, öznel bir deneyim, fizyolojik bir tepki ve davranışsal veya ifade edici bir tepki olmak üzere üç farklı bileşeni içeren karmaşık bir psikolojik durumdur. Psikolog P. Eckman, insan kültürleri boyunca evrensel olan altı temel duygu olduğuna dikkat çekmiştir. Bunlar; korku, tiksime, öfke, şaşkınlık, mutluluk ve üzüntüdür. Daha sonra, utanç, heyecan, aşağılama, utanç, gurur, memnuniyet ve eğlence gibi bir dizi başka temel duyguyu da ekleyerek listeyi genişletmiştir (Shin ve Wang, 2015).

Tüm duygular insanları harekete geçiren dürtülerdir. Kişinin duygusal haznesindeki her duygunun kendisine has rolleri bulunmaktadır. Ortaya çıkan her duygu kişinin bedenini birbirinden farklı tepkilere hazırlamaktadır. İnsanları eyleme geçiren bu biyolojik eğilimlerin kültür ve deneyim arafından şekillendiği söylenebilir. Duyguların gerçeklikte aynı olmasına rağmen bireyin cinsiyeti, yaşı, kültürü, statüsü vb. nedenlerden dolayı duyguları ifade etme kuralları değişebildiğinden duygunun iletişimi de farklılaşabilmektedir. Bireyler mantıkları ve akılları kadar duygularının da etkisine girebilmektedirler. Özellikle insanları etkileme süreci içerisinde duyguların çok önemli bir yeri bulunmaktadır. Duygular, insanları harekete geçirmeleri için hazırlamakta, gelecekteki davranışları şekillendirmekte ve sosyal ilişkilerin düzenlenmesine yardımcı olmaktadır (Akçay ve Çoruk, 2012).

2. Duyguları İfade Etme

Duygu, biyolojik ve davranışsal değişikliklerin eşlik ettiği karmaşık, öznel bir deneyimdir. Duygu, sinir sisteminin hissetme, düşünme ve aktivasyonunu, fizyolojik değişiklikleri ve yüz ifadeleri gibi davranış değişikliklerini içermektedir. İnsanların duyguları nasıl ve neden deneyimledikleri konusunda

farklı teoriler mevcuttur. Duygular, birisine veya bir şeye yöneltilen yoğun duygulardır. Kadınların duygusal olarak erkeklerden daha fazla duygularını ifade ettiğine dair yıllar içinde ortaya çıkan yaygın bir varsayım bulunmaktadır. Erkeklerde ve kadınlarda duygusal ifadeyi inceleyen birçok çalışma yapılmıştır ve kadınların duygusal olarak daha duyguları ifade eden cinsiyet olduğunu gösteren oldukça önemli sayıda araştırma bulunmaktadır (Haider vd., 2016).

Duygusal ifade, sözlü veya sözlü olmayan gözlemlenebilir davranışlarla duygusal deneyimi veya iletişimsel deneyimi yansıtmak olarak tanımlanabilir (Şahin, 2020). Duygusal ifade genellikle kahkaha, somurtma, ağlama veya kapıları çarpma gibi çeşitli davranışsal değişiklikler (yüz ifadesi ve duruş) olarak görülebilmektedir. Bu tanım, gözlemlenebilir davranışsal tepkileri vurgulamakta ve duygusal ifade düzeyi, bireylerin davranışsal dürtülerinin derecesine göre belirlenmektedir. Araştırmalar, duygusal ifadenin olumlu ve koruyucu yapısını ve duygusal ifadenin olmaması veya bastırılmasının zararlı etkileri olduğunu göstermektedir. Duygusal bastırma, fiziksel ve psikolojik sağlığa ve bilişsel sürece zarar verdiği için olumsuz bir durum olarak kabul edilmektedir. Duygusal bastırma, hissedilen gerçek duyguların ifade edilmesini engellemektedir. Bu durum duygu ve davranışlar arasında uyumsuzluk hissine yol açabilmekte ve kişinin duygularını olumsuz olarak değerlendirmesine neden olabilmektedir. Bireyin duyguları konusunda açık olmaması, zihinsel durumunu iyileştirme yeteneğinin azalmasına ve olumsuz duyguları düzenleme becerisine ilişkin zayıf bir algıya neden olmaktadır (Çutuk, 2021).

Duyguları ifade etme, karşı tarafın durumu daha net anlamasına, empati kurmasına ve sergilediği davranışları onun için değiştirmek istemesine yol açmaktadır. İnsanlar sahip oldukları duyguları sözel olarak ifade etselerde etmeselerde bireyin içerisinde olduğu ortama göstereceği tepki biçimini etkilemektedir. Meydana gelen bu tepkilerin de bireyin çevresine uyumuna etki etmektedir. Temel gereksinimlerini karşılayan insanların sahip oldukları duyguları ifade etme ihtiyaçları artabilmektedir. Fakat bazı durumlarda birey kendisini açık bir şekilde ifade edememekte ve bu durum da psikolojik sorunlara neden olabilmektedir (Yalçın ve Hamarta, 2013).

Duyguları ifade etmenin psikolojik ve öznel iyi oluş ile pozitif ilişkisi olmakla birlikte travmatik yaşam olaylarının azaltılmasında da etkili

olabilmektedir. İnsanlara sıkıntı veren düşünce ve duyguların ifade edilmesinin, bilişsel yeniden yapılandırmayla birlikte duyarlılığı azaltarak psikolojik açıdan insanları iyileştirdiği söylenebilir. İnsanların sıkıntılı durumlarla ilgili olarak konuşmaları ve yazmaları, negatif duygu ve düşüncelerin azalmasına, pozitif duyguların artmasına ve fiziksel işlevlerin daha iyi hale gelmesine yardımcı olabilmektedir. Duyguları ifade etmeyle birlikte bilişsel bir yapı ortaya çıkarak iç görünümün artmasına neden olmaktadır. Bireyin hem kendisi hem de içini açtığı kişi için yaşadıklarını daha anlamlı ve anlaşılır kılan tutarlı bir öykü oluşturabilmektedir. Duyguların paylaşılması, sosyal etkileşimlerin düzenlenmesinde ve bireyin diğer bireyler tarafından kabul görmesine yardımcı olarak yakın ilişkilerin gelişmesine ve devam etmesine neden olmaktadır (Kuzucu, 2011).

3. Duyguları İfade Etme Boyutları

Duyguları ifade etme boyutları arasında, olumlu duygular, olumsuz duygular ve yakınlık duyguları yer almaktadır.

a. Olumlu Duygular

Genel olarak olumlu duygular, zihinsel uyanıklığı, enerji düzeyini, neşeyi yani kısaca pozitif duyguları ifade etmektedir. Olumlu duygular, bireylerin dikkatlerini genişletmektedir ve bu durum bireyin hem kendisine hem de diğer kişilerle olan aralarındaki ilişkilere yönelik algılarını olumlu yönde etkilemektedir. Olumlu duygular, fiziksel, psikolojik ve sosyal avantajlar sağlamakta ve daha fazla iyi oluşla ilişkili bir kavram olarak ön plana çıkmaktadır (Curun vd., 2020).

Olumlu duygular, insan davranışı ve uyum için gereklidir. Hedefleri ve zorlukları tasavvur etmeye, zihni düşüncelere ve problem çözmeye açmaya, dayanıklılığı teşvik ederek sağlığı korumaya, önemli kişilerle bağlar kurmaya, bireysel öz düzenleme için zemin hazırlamaya ve grupların, sosyal sistemlerin davranışlarına rehberlik etmeye yardımcı olmaktadır (Pekrun vd., 2002).

Olumlu duyguların mutlu insanların başarılı yaşam sonuçlarında itici bir faktör olduğu düşünülmektedir. Teorik çalışmalar, artan psikolojik, fiziksel ve sosyal kaynaklar için pozitif duyguların faydalarını göstermektedir. Neşe, ilgi ve şükran gibi olumlu duygular, kişinin düşünce ve eylem repertuarını

genişletmektedir. Bu genişletilmiş zihniyet, kalıcı kişisel kaynakların gelişimini kolaylaştıran ve kişisel ve toplumsal büyümeyi destekleyen yaratıcılığı, keşfi ve dayanıklılığı teşvik etmektedir. Zamanla, olumlu duyguların faydaları birikmeye başlamakta ve genişleyen bilişle etkileşime girerek, bir dizi yaşam alanında başarılı sonuçlara doğru "yukarı doğru bir sarmalı" tetiklemektedir. Ayrıca, olumlu etki, prososyal davranış, başa çıkma, sosyallik, yaratıcılık ve kendini ve başkalarını olumlu yorumlama dahil olmak üzere başarı ile bağlantılı bir dizi davranışla birlikte ortaya çıkmaktadır. Bu şekilde, olumlu duygular, mutluluk ve olumlu yaşam sonucu arasındaki ilişkide kritik bir aracı rolü üstlenmektedir (Armenta vd., 2016).

b. Olumsuz Duygular

Olumsuz duygular, düşmanlık, stres vb. gibi negatif duyguların hissedildiği kişisel farklılık göstergesidir. Olumsuz duygular ketleyici ve negatif odaklı bir sistem olarak karşımıza çıkarken olumlu duygular ise keyif ve hazza yönelik davranışların artmasını sağlayan bir sistem olarak karşımıza çıkmaktadır (Curun vd., 2020).

Olumsuz duygu, sübjektif sıkıntı ve hoş olmayan hislerin genel bir boyutudur ve öfke, hor görme, tikslenme, suçluluk, korku ve sinirlilik gibi çeşitli rahatsız edici ruh hallerini kapsamaktadır. Yüksek olumsuz duygu, bir durgunluk ve sinirlilik hali olarak görülmektedir. Olumlu duygulanımı yüksek olan bireylerin, düşük olumlu duygulanıma sahip olanlara göre kendilerini hevesli, özgüvenli ve heyecanlı olarak bildirdikleri, öte yandan, olumsuz duygulanımları yüksek olan bireylerin, düşük olumsuz duygulanımlara sahip olanlara göre kendilerini suçlu, korkulu ve gergin hissettikleri görülmektedir (ağlar, 2021).

Duygular insanlara sürekli olarak bir enerji sağlamaktadır ve insan yaşamını ve kalitesini büyük oranda etkilemektedir. Bireylerin yaşadıkları negatif duygular onların zgven eksikliği yaşamalarına ve mutsuz olmalarına neden olmaktadır. Özgüven ve mutluluk eksikliği yaşayan kişiler bulundukları ortamı olumlu bir şekilde algılayamamaktadırlar. İnsanlar çevrelerini ve kendilerini olumsuz olarak algıladıkları zamanlarda gergin, mutsuz ve özgün bir ruh haline bürünmektedirler. zgn, mutsuz ve gergin hisseden insanlar da diğer insanlara karşı ön yargılı ya da öfkeli davranışlar sergileyebilmektedir. Bu durum da bireyin diğer insanlardan

uzaklaşmasına neden olabilmektedir. Diğer bir ifadeyle bireyin yaşamış olduğu negatif duygular yalnızca kendilerini değil aynı zamanda çevrelerini de olumsuz yönde etkilemektedir (İşeri, 2019).

c. Yakınlık Duyguları

Murray'in saptadığı yirmi psikolojik ihtiyaçlar arasında yakınlık, yeni arkadaşlıklar kurma, her şeyini dostlarıyla paylaşma, dostlarına karşı vefalı olma, arkadaş gruplarına katılma olarak ifade edilmektedir. İnsanlar bir iletişime girerlerken ve devam ettirirlerken karşısındaki kişinin veya kişilerin tavır ve duygularını bilmek istemektedirler. Özellikle tavrı ve duygularını dışa vuran insanlar daha yakın hissedilmektedirler. Duygularını ifade etmeyen, net olmayan ya da belirsiz olan kişilerin karşısında ise insanlar daha mesafeli olmak istemektedirler. Çünkü paylaşılan duygular insanları birbirlerine yakınlaştırmaktadır (Yalçın, 2010).

Duyguları tanıma düzeyi artış gösterdikçe yakınlığın da artış göstereceği düşünülmektedir. Çünkü etkileşime girilen kişinin duyguları (cana yakın, samimi, sevgi dolu, içten vb.) fark edildiği zaman yakınlıkta artış gösterebilecektir. Diğer bir ifade ile duyguları tanımayan kişi diğer kişilerle yakınlık içerisine girmede zorlanabilmektedirler. İnsanların birbirlerine yakın olmaları için yaşadıkları duyguların yoğunluğunu ve şiddetini bilmeleri gerekmektedir. İnsanların her farkında oldukları duygular onları diğer insanlara karşı daha cana yakın olmasına yardımcı olabilmektedir (Yalçın ve Hamarta, 2013).

Bireylerin duygularını ifade etmek için seçtikleri kişiler öncelikle anneleri, babaları ve kardeşleri ile başlayarak arkadaşları ve partnerleriyle devam etmektedir. Özellikle yaş ilerledikçe bireyler duygusal paylaşım için seçimlerini eşlerinden yana kullanmaktadırlar. Yaşamış olduğu duygusal durumları başkalarıyla paylaşma gereksinimi hisseden birey önceliği yakınlarından birisine vermektedir. Duyguları ifade etme ile kişilerarası süreç başlamakta ve kişilerin birbirleriyle olan ilişkileri gelişmekte ve güçlendirilmektedir (Özcan, 2022).

D. Benliğin Ayrışması, Duyguları İfade Etme ve Cinsel Doyumun İlişkilendirilebileceği İlgili Araştırmalar

Timm ve Keiley (2011) benliğin ayrışması, yetişkin bağlanması ve cinsel iletişimin cinsel doyum ve evlilik doyumu üzerindeki etkilerini inceledikleri araştırmadan elde ettikleri önemli bulgulara göre; benliğin farklılaşmasının evlilik veya cinsel doyum üzerinde doğrudan bir etkisinin olmadığını, ancak bunun cinsel iletişimle önemli ölçüde ilişkili olduğunu; yetişkin bağlılığının evlilik doyumu üzerinde doğrudan bir etkisi olduğunu, ancak cinsel doyum üzerinde etkisi olmadığını; cinsel iletişim aracı bir değişken olduğunu; cinsel iletişim, cinsel tatmin ve evlilik doyumu ile olumlu bir şekilde ilişkili olduğunu saptamışlardır.

Salehi, Moradi, Arefi ve Yar-Ahmadi (2020) benlik ayrışması ve cinsel doyum arasındaki ilişkide iletişim kalıplarının aracı rolünü inceledikleri araştırmadan elde ettikleri önemli bulgulara göre; iletişim kalıpları, kendini farklılaştırmanın cinsel tatmin üzerindeki etkisinde olumlu bir aracı rol oynamaktadır. Ayrışmanın cinsel tatmin üzerindeki etkisi de pozitif ve iletişim kalıplarının aracı değişkeni ile anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu saptanmıştır.

Hughes ve Harper (2012) cinsel doyum ve ayrışma arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmadan elde ettikleri önemli bulgulara göre; kadın cinsel doyumu, karı koca benlik ayrışmasındaki artış veya azalma ile ilişkili olduğu, karı koca benlik ayrışmasının artması veya azalmasının da kocanın cinsel doyumunu etkilediği görülmüştür. Genel olarak, değişkenlerden benliğin farklılaşmasının artış gösterdikçe, cinsel tatminin de artış gösterdiği saptanmıştır.

Göçmen (2018) benlik ayrışmasının cinsel doyum ve cinsel benlik şemaları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmadan elde ettiği önemli bulgulara göre; benlik ayrışmasının alt boyutlarından duygusal kopmayla cinsel doyumun arasında yüksek düzeyde ve pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu ve ben pozisyonu almayla cinsel doyum arasında yüksek düzeyde ve negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır.

Zegeye vd. (2020) evli kadınlarda cinsel doyum ve ilişkili faktörleri inceledikleri araştırmada elde ettikleri önemli bulgulara göre; katılımcıların

yarısının orta düzeyde cinsel doyum yaşadıklarını ifade ettikleri ve katılımcıların yalnızca %39'unun en yüksek cinsel doyuma ulaştıklarını ifade ettikleri görülmüştür. Zayıf eş iletişimi, zayıf cinsel benlik saygısı, sosyal sorumluluk eksikliği, zayıf cinsel işlev, cinsellik hakkında önceden bilgi sahibi olmama ve cinsel konuşmanın tabu olarak algılanması cinsel doyum ile önemli ölçüde ilişkili bulunmuştur. Evli kadınların cinsel doyumunu çeşitli faktörlerin etkilediği ve bu nedenle eğitim programlarının geliştirilmesi, evlilik öncesi danışmanlık ve sürekli eğitimin yapılması önerilmektedir.

Amiri vd. (2020) evli kadınlarda cinsel doyum ve ilişkili faktörleri inceledikleri araştırmada elde ettikleri önemli bulgulara göre; katılımcıların %4,4'ü düşük cinsel doyuma sahip, %37,8'i orta düzeyde doyuma sahiptir. Cinsel doyum ile yaş, kocanın yaşı, evlilik süresi, çocuk sayısı, eğitim, kocanın eğitimi ve gelir gibi değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Ayrıca cinsel tatmin ile eğitim, evlilik süresi ve gelir arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Eğitim ve gelir gibi sosyo-ekonomik değişkenler cinsel doyum ile ilişkili temel faktörler arasındadır. Bununla birlikte, çiftlere evlilik sonrası cinsel konularda danışmanlık yapmak, cinsel tatminlerini artırmaya yardımcı olabilecektir.

Haider, Khan ve Anwar (2016) erkek ve kadın öğrenciler arasındaki duygusal ifade etme biçimlerini inceledikleri araştırmada elde edilen önemli bulgulara göre; erkek ve kız öğrencilerin duygusal ifadelerinin aynı olduğunu, yani sonuçlar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Parkins (2012) cinsiyet ve duygusal ifade arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada elde edilen önemli bulgulara göre; kadınların erkeklerden daha duygusal olduklarına veya en azından duygusal olarak daha dışavurumcu olduklarına inanılmaktadır. Kadınların gerçekten de kendilerini duygusal olarak daha fazla ifade ettiklerini gösteren birçok araştırma bulunmaktadır. Bu araştırmada da genel olarak kadınların duygularını daha ifade edici cinsiyet olduğu bulunmuştur.

Pooya vd. (2022) farklılaştırma, ahlaki adalet ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada elde edilen önemli bulgulara göre; farklılaştırmanın ve ahlaki adaletin cinsel doyum ile ilişkili olduğunu

gösterilmiştir. İnsanın bireysel ve kişilerarası boyutları cinsel doyumu etkileyebilmektedir. Farklı insan boyutlarına göre, model olarak evlilik hayatına başlamadan önce bile bilişsel konuların, kişilerarası ilişkilerin ve ahlaki boyutların eğitilmesi önerilmektedir. Bu sırada cinsel doyumun sağlanması ve bunun güvenli ve sağlıklı bir ortamda devam ettirilmesi için koşullar sağlanarak bu yolun sürdürülmesine yardımcı olunabilir.

Goff (2010) benliğin farklılaşması, maneviyat ve cinsel doyum arasındaki ilişkileri incelediği araştırmada elde edilen önemli bulgulara göre; korelasyon analizler, farklılaşma ve cinsel tatmin arasında anlamlı bir pozitif ilişki ortaya çıkarmıştır. Ancak maneviyat ve cinsel tatmin arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır. Regresyon analizleri ve yol analizine göre her ikisinin de sonuçları farklılaşmanın tek başına cinsel tatminin önemli bir belirleyicisi olduğunu göstermiştir.

Hamidi ve Moghadam (2018) evli kadınlarda farklılaşma ve duygusal ifadelerle dayalı cinsel doyumun etkisini inceledikleri araştırmada elde edilen önemli bulgulara göre; farklılaşma ve duygusal ifadenin cinsel doyumu yordadığını göstermiştir. Farklılaşma bileşenleri arasında, cinsel doyum ile pozisyonların arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır. Ancak başkalarıyla kaynaşma ve iletişim kurma ile reaktif uzaklaşma ile cinsel doyum arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır. Duygusal tepki bileşeninin cinsel tatmin ile anlamlı bir ilişkisi görülmemiştir. Duygusal ifadenin boyutları arasında, olumlu duygu ifadesi ve yakınlık cinsel tatmin ile pozitif ve anlamlı bir şekilde ilişkilidir. Negatif duygu ifadeleri ise cinsel tatmin ile negatif ve anlamlı bir ilişkiye sahiptir.

Docherty vd. (1998) hastaların ebeveynlerinde yüksek ve düşük ifade edilen duygu düzeyleriyle ilişkili "ayrışma" değişkenlerini inceledikleri araştırmada elde edilen önemli bulgulara göre; ebeveynler ifade ettikleri duygu durumlarına göre sınıflandırıldığında, düşük düzeyde duygu ifade eden ebeveynler, duygularını yüksek düzeyde ifade edenlere göre daha yüksek düzeyde farklılaşma ve bütünleşme göstermiştir. Düşük duygu ifade eden ebeveynler de özeleştirisi konusunda daha zayıftır. İfade edilen duygu grupları arasında önemlilik veya ilişkililik açısından fark bulunmamıştır.



III. YÖNTEM

A. Araştırma Modeli

Bu araştırma, benliğin ayrımlaşması ile cinsel doyum ilişkisinde duyguları ifade etmenin aracı rolünü incelemek amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Literatürde ilişkisel tarama modeli, incelemeye alınan geçmiş dönemlerde gerçekleşen ya da halen süre gelen ve var olan olguların niteliklerinin belirlenmesi, yapılarının tespit edilmesi amacı ile iki ya da daha fazla değişkenlerin aralarındaki ilişkilerin saptanması, ortaya çıkan bu ilişkilerin derecelerinin ve yönünün belirlenmesine yönelik olarak gerçekleştirilen betimsel istatistiki araştırma modeli olarak ifade edilebilir (Creswell, 2017; Karasar, 2009).

B. Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini Türkiye’de yaşayan ve evli olan bireyler oluşturmaktadır. Bu araştırmaya toplamda 396 birey katılım göstermiştir. Bu katılımcılar 196 kadın, 200 erkek bireylerden oluşmaktadır. Bireylerin hepsi bu araştırmaya gönüllü olarak katılmışlardır. Veriler online olarak Google Forms üzerinden toplanmıştır. Çalışma grubuna ilişkin detaylı bilgiler Çizelge 1’de verilmiştir.

C. Veri Toplama Araçları

1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından, bağımsız değişkenlere ulaşmak amacıyla cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, eşin eğitim durumu, evlilik süresi, nasıl evlendikleri ve kaç çocuğunun olduğunu içeren 7 maddelik kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

2. Benliğin Ayrışması Ölçeği (BAÖ)

1998 yılında Skowron ve Friedlander tarafından geliştirilen, 2015 yılında Işık ve Bulduk tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek 20 maddeden ve 6'lı Likert tipinden oluşmaktadır. Ölçekte 4 tane alt boyut vardır. Bunlar: duygusal tepkisellik, ben pozisyonu, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılıktır. Ölçekten 20-120 arasında puan alınabilmektedir. 20 maddenin tamamının toplamı "Toplam Benlik Ayrışması" puanını vermektedir. Alt ölçeklerin toplamı her bir alt ölçeğin benliğin ayrışması puanını vermektedir. Benliğin Ayrışması Ölçeğinin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .81 bulunmuştur. 5 hafta ara ile uygulanıp elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı $r = .74$ olarak bulunmuştur (Işık ve Bulduk, 2015). Bu araştırmada ise Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .79 olarak bulunmuştur.

3. Duyguları İfade Ölçeği (DİÖ)

King ve Emmons (1990) tarafından geliştirilmiştir. Kuzucu (2006) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek 16 maddeden ve 7'li Likert tipinden oluşmaktadır. Alınan yüksek puanlar, bireyin duyguları ifade etme eğiliminin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçekte "olumlu", "olumsuz" ve "yakınlık duyguları" olmak üzere 3 alt boyut vardır. "6" ve "14". maddeler ölçekteki ters maddelerdir. Ölçekteki maddelerin, orijinal ölçektekinden farklı olarak dağılım gösterdiği açımlayıcı faktör analizlerinde görülmüştür. Ölçeğin Türkiye'deki uyarlamasına göre; 1. 3. 6. 7. 8. ve 16. maddeleri yakınlık ile, 4. 9. 11. 13. ve 15. maddeler olumlu duygu ile, 2. 5. 10. 12. ve 14. maddeleri ise olumsuz duygu ile açıklanmaktadır. Ölçeğin alfa güvenirlik katsayısı .78 bulunmuştur (Kuzucu, 2011). Bu araştırmada ise Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .72 olarak bulunmuştur.

Kuzucu (2011) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, ölçekteki en düşük maddeler arası korelasyonun .06, ve en yüksek maddeler arasındaki korelasyonun da .59 olduğu belirlenmiştir. Ölçekteki puanlarının ortalamasının 4.6 ve ölçeğin standart sapmasının .76 olduğu bulunmuştur. Temel bileşenler analizi kapsamında gerçekleştirilen dönüştürme yöntemi (varimax) kullanılıp dönüştürülen öz değeri 1'den büyük olan üç faktörün çıkartılmasına karar verilmiştir. Birinci faktör için öz değerinin 3.41; ikinci faktör için öz değerinin 1.30 ve üçüncü faktör için öz

değerinin 1.10 olduğu görülmüştür. Birinci faktör kapsamında 7 maddenin toplandığı görülmüştür. Bu birinci faktöre **olumlu duygu ifadesi** adı verilmiştir. Birinci faktörün varyansın %14'ünü açıkladığı görülmüştür. İkinci faktör kapsamında 5 maddenin ağırlıklı olarak yüklendikleri görülmüştür. Bu ikinci faktöre **yakınlık ifadesi** adı verilmiştir. İkinci faktörün varyansın %12'sini açıkladığı görülmüştür. Üçüncü faktör kapsamında 4 maddenin ağırlıklı olarak yüklendikleri görülmüştür. Bu üçüncü faktöre **negatif duygu ifadesi** adı verilmiştir. Üçüncü faktörün varyansın %10'unu açıkladığı görülmüştür.

4. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği

Golombok ve Rust (1986) tarafından geliştirilmiştir. 1993 yılında Tuğrul ve arkadaşları tarafından Türkçe 'ye uyarlanmıştır. Kadın ve erkek için ayrı olarak hazırlanmış iki formdan oluşmaktadır. Her bir form 28'er maddeden oluşmakta ve 5'li Likert tipinden oluşmaktadır. Bu iki formda 5 tanesi ortak olan, 7'ser alt boyut vardır. Ortak olan alt boyutlar; cinsel ilişki sıklığı, doyum, iletişim, dokunma ve kaçınma alt boyutlarıdır. Kadın formunda vajinismus ve anorgazmi (orgazm bozukluğu) alt boyutları, erkek formunda erken boşalma ve empotans alt boyutları vardır. Alınan yüksek puanlar cinsel işlev ve ilişkilerin niteliğindeki bozulmayı ifade etmektedir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı kadınlarda .91 ve erkeklerde .92 olarak bulunmuştur (Tuğrul vd., 1993). Bu araştırmada ise kadın cinsel doyum için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .90 ve erkek cinsel doyum için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

Tuğrul vd. (1993) ölçeğin değerlendirilmesinde hem toplam hem de alt boyutlardan elde edilen puanlar kullanılabilir. 5'li Likert tipi olan ölçekte maddeler “hiçbir zaman”, “nadiren”, “bazen”, “çoğunlukla”, “her zaman” şeklinde 0-4 puan arasında giderek artan seçeneklerden oluşturmaktadır. Ham puanların standart puanlara dönüştürülmesi sonrasında 5 ve üstü puan alınan alt boyutlarda sorun yaşandığına işaret etmektedir. Sorunlu ve sorunsuz gruplar için yapılan diskriminant analizi sonucunda kadınlarda maddelerin %98, alt boyutların %95 doğruluk oranıyla grupları ayırt ettiği; erkeklerde ise maddelerin %98, alt boyutların ise %94 oranında grupları doğru ayırt ettiği belirlenmiştir

D. Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 25 ve AMOS 24 paket programı aracılığı ile gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde, frekans analizi, normallik analizi, geçerlilik ve güvenirlik analizi, farklılık analizleri, korelasyon analizi yapılmıştır.



IV. BULGULAR

A. Demografik Bulgular

Çizelge 1. Demografik Bulgular

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	196	49,5
	Erkek	200	50,5
Yaş	22-26	54	13,6
	27-31	72	18,2
	32-36	81	20,5
	37-41	70	17,7
	42-46	53	13,4
	47 ve üzeri	66	16,7
Eğitim	İlk ve Ortaokul	9	2,3
	Lise	99	25,0
	Lisans	228	57,6
	Lisansüstü	60	15,2
	İlk ve Ortaokul	24	6,1
Eş Eğitim	Lise	92	23,2
	Lisans	218	55,1
	Lisansüstü	62	15,7
	1 yıldan az	32	8,1
Evlilik Süresi	1-6 yıl	130	32,8
	7-12 yıl	89	22,5
	13-18 yıl	60	15,2
	19 yıl ve üzeri	85	21,5
	Flört	315	79,5
Evlilik Şekli	Görücü Usulü	81	20,5
	0	112	28,3
	1	124	31,3
Çocuk Sayısı	2	129	32,6
	3	31	7,8
Toplam		396	%100

Araştırmaya katılanların %49,5'i (n=196) kadın, %50,5'i (n=200) erkektir. %13,6'sı (n=54) 22-26 yaş aralığında, %18,2'si (n=72) 27-31 yaş aralığında, %20,5'i (n=81) 32-36 yaş aralığında, %17,7'si (n=70) 37-41 yaş aralığında, %13,4'ü (n=53) 42-46 yaş aralığında ve %16,7'si (n=66) 47 yaş ve üzerindedir. %2,3'ü (n=9) ilk ve ortaokul mezunu, %25'i (n=99) lise mezunu, %57,6'sı (n=228) lisans mezunu ve %15,2'si (n=60) lisansüstü mezunudur. %6,1'inin (n=24) eşi ilk ve ortaokul mezunu, %23,2'sinin (n=92) eşi lise mezunu, %55,1'inin (n=218) eşi lisans mezunu ve %15,7'sinin (n=62) eşi lisansüstü mezundur. %8,1'i (n=32) 1 yıldan daha az evli, %32,8'i (n=130) 1-6 yıl arası

evli, %22,5'i (n=89) 7-12 yıl arası evli, %15,2'si (n=60) 13-18 yıl arası evli ve %21,5'i (n=85) 19 yıl ve üzeri evlidir. %79,5'inin (n=315) evlilik şekli flört ve %20,5'inin (n=81) evlilik şekli görücü usulüdür. %28,3'ünün (n=112) hiç çocuğu yok, %31,3'ü (n=124) 1 çocuğa sahip, %32,6'sı (n=129) 2 çocuğa sahip ve %7,8'i (n=31) 3 çocuğa sahiptirler.

B. Betimsel İstatistikler

Çizelge 2. Değişkenlerin Betimsel İstatistik Sonuçları

Değişkenler	n	Ortalama	S.S.	Çarpıklık	Basıklık
Kadın Cinsel Doyum	196	1,16	,51	,690	,508
Kadın Sıklık	196	1,80	,93	,167	-,404
Kadın İletişim	196	1,40	,97	,588	,090
Kadın Doyum	196	1,10	,74	,856	,257
Kadın Dokunma	196	,88	,74	,990	,767
Kadın Kaçınma	196	,89	,68	,944	,778
Kadın Vajinismus	196	1,28	,64	,604	1,243
Kadın Anorgazmi	196	1,27	,72	,773	1,011
Erkek Cinsel Doyum	200	,83	,38	,492	,218
Erkek Empotas	200	,75	,55	,775	,909
Erkek Erken Boşalma	200	,93	,54	,289	-,238
Erkek Dokunma	200	,50	,51	,772	-,347
Erkek Kaçınma	200	,44	,44	,618	-,697
Erkek Doyum	200	1,12	,70	,585	,160
Erkek Sıklık	200	1,44	,80	,324	,185
Erkek İletişim	200	1,30	1,00	,753	,079
Benlik Ayrışması	396	4,57	,59	-,303	,075
Duygusal Tepkisellik	396	4,08	,89	,198	-,633
Ben Pozisyonu	396	4,40	,94	-,487	,234
Duygusal Kopma	396	4,87	,74	,593	-,095
Başkalarına Bağımlılık	396	4,91	,86	-,867	,450
Duyguları İfade Etme	396	4,82	,68	-,375	,349
Yakınlık	396	5,06	,78	-,293	,148
Olumlu Duygular	396	4,77	,92	-,121	-,431
Olumsuz Duygular	396	4,59	,86	-,670	1,176

Kadın Cinsel Doyum puan ortalaması 1,16 ve standart sapması ,51, Kadın Sıklık puan ortalaması 1,80 ve standart sapması ,93, Kadın İletişim puan ortalaması 1,40 ve standart sapması ,97, Kadın Kaçınma puan ortalaması ,89 ve standart sapması ,68, Kadın Vajinismus puan ortalaması 1,28 ve standart sapması ,64, Kadın Anorgazmi puan ortalaması 1,27 ve standart sapması ,72, Erkek Cinsel Doyum puan ortalaması ,83 ve standart sapması ,38, Erkek Empotas puan ortalaması ,75 ve standart sapması ,55, Erkek Erken Boşalma puan ortalaması ,93 ve standart sapması ,54, Erkek Dokunma puan ortalaması ,50 ve standart sapması ,51, Erkek Kaçınma puan ortalaması ,44 ve standart sapması ,44, Erkek Doyum puan ortalaması 1,12 ve standart sapması ,70, Erkek Sıklık puan ortalaması 1,44

ve standart sapması ,80, Erkek İletişim puan ortalaması 1,30 ve standart sapması 1,00, Benlik Ayrışması puan ortalaması 4,57 ve standart sapması ,59, Duygusal Tepkisellik puan ortalaması 4,08 ve standart sapması ,89, Ben Pozisyonu puan ortalaması 4,40 ve standart sapması ,94, Duygusal Kopma puan ortalaması 4,87 ve standart sapması ,74, Başkalarına Bağımlılık puan ortalaması 4,91 ve standart sapması ,86, Duyguları İfade Etme puan ortalaması 4,82 ve standart sapması ,68, Yakınlık puan ortalaması 5,06 ve standart sapması ,78, Olumlu Duygular puan ortalaması 4,77 ve standart sapması ,92, Olumsuz Duygular puan ortalaması 4,59 ve standart sapması ,86'dır.

Bu araştırmada kullanılan değişkenlerin çarpıklık değerleri -,867 ile ,990 ve basıklık değerleri -,697 ile 1,176 arasında olduğu görülmektedir. George ve Mallery'e (2010) göre çarpıklık ile basıklık değerleri -2 ile +2 arasında olduğunda normal dağılımdan bahsedilebilmektedir. Buradan hareketle analizlerde Anova, T-Testi ve Yapısal Eşitlik Modellemesi kullanılacaktır.

C. Benlik Ayrışması Farklılık Analizleri

Çizelge 3. Cinsiyete Göre Benlik Ayrışması Farklılık Analizi T-Testi

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	t	p
Benlik Ayrışması	Kadın	196	4,5347	,56815	-1,106	,269
	Erkek	200	4,5998	,60112		
Duygusal Tepkisellik	Kadın	196	4,1357	,89520	1,324	,186
	Erkek	200	4,0210	,82800		
Ben Pozisyonu	Kadın	196	4,2796	1,01385	-2,625	,009*
	Erkek	200	4,5260	,84836		
Duygusal Kopma	Kadın	196	4,8918	,71305	,373	,709
	Erkek	200	4,8640	,76867		
Baskalarına Bağımlılık	Kadın	196	4,8316	,82774	-1,809	,071
	Erkek	200	4,9880	,89074		

*p<0,05

Cinsiyete göre benlik ayrışmasında anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen T-Testi sonucuna göre benlik ayrışması alt boyutlarından ben pozisyonu almada anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur. Ben pozisyonu almada erkek katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{X}$ =4,52) kadın katılımcılara göre ($\bar{X}$ =4,27) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha fazla ben pozisyonu aldıkları söylenebilir.

Çizelge 4. Evlilik Şekline Göre Benlik Ayrışması Farklılık Analizi T-Testi

Değişkenler	Evlilik	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	t	P
Benlik Ayrışması	Flört	315	4,6186	,56667	3,469	,001*
	Görücü	81	4,3691	,61677		
Duygusal Tepkisellik	Flört	315	4,1276	,86450	2,279	,023*
	Görücü	81	3,8840	,83299		
Ben Pozisyonu	Flört	315	4,4070	,95748	,123	,902
	Görücü	81	4,3926	,87889		
Duygusal Kopma	Flört	315	4,9771	,69776	5,451	,000*
	Görücü	81	4,4914	,78042		
Başkalarına Bağımlılık	Flört	315	4,9625	,81670	2,376	,037*
	Görücü	81	4,7086	1,00202		

*p<0,05

Evlilik şekline göre benlik ayrışmasında anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen T-Testi sonucuna göre benlik ayrışması alt boyutlarından ben pozisyonu alma haricinde anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur. Benlik ayrışmasında flört ederek evlenen katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{X}=4,61$) görücü usulü evlenen katılımcılara göre ($\bar{X}=4,36$) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle flört ederek evlenen katılımcıların görücü usulü evlenen katılımcılara göre daha fazla benlik ayrışması yaşadıkları söylenebilir.

Benlik ayrışması alt boyutlarından duygusal tepkisellik, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılıkta flört usulü evlenen katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{X}=4,12$; $\bar{X}=4,97$; $\bar{X}=4,96$) görücü usulü evlenen katılımcılara göre ($\bar{X}=3,88$; $\bar{X}=4,49$; $\bar{X}=4,70$) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle flört ederek evlenen katılımcıların görücü usulü evlenen katılımcılara göre daha fazla duygusal tepkisellik, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılık yaşadıkları söylenebilir.

Çizelge 5. Eğitim Durumuna Göre Benlik Ayrışması Farklılık Analizi (Anova)

Ölçekler	Grup	n	$\bar{X}$	S.S	F	P
Benlik Ayrışması	İlk ve Ortaokul	9	4,4944	,35746	,336	,799
	Lise	99	4,5980	,68850		
	Lisans	228	4,5463	,55816		
	Lisansüstü	60	4,6092	,53246		
Duygusal Tepkisellik	İlk ve Ortaokul	9	4,5111	,84327	1,322	,267
	Lise	99	4,1293	,96651		
	Lisans	228	4,0211	,82103		
	Lisansüstü	60	4,1433	,83165		
Ben Pozisyonu Alma	İlk ve Ortaokul	9	3,8889	1,10504	2,195	,088
	Lise	99	4,5172	,97395		
	Lisans	228	4,4237	,90167		
	Lisansüstü	60	4,2200	,97959		

Çizelge 5. (devamı) Eğitim Durumuna Göre Benlik Ayrışması Farklılık Analizi (Anova)

Ölçekler	Grup	n	X	S.S	F	p
Duygusal Kopma	İlk ve Ortaokul	9	4,8667	,60000	,349	,790
	Lise	99	4,8505	,81833		
	Lisans	228	4,8667	,73678		
	Lisansüstü	60	4,9667	,64431		
Başkalarına Bağımlılık	İlk ve Ortaokul	9	4,7111	,59255	1,347	,259
	Lise	99	4,8949	,85921		
	Lisans	228	4,8737	,86672		
	Lisansüstü	60	5,1067	,87563		

*p<0,05

Eğitim durumuna göre benlik ayrışmasında anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen Anova analizi sonucuna göre benlik ayrışması ve alt boyutlarının anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

D. Kadın Cinsel Doyum Farklılık Analizleri

Çizelge 6. Evlilik Şekline Göre Kadın Cinsel Doyum Farklılık Analizi T-Testi

Değişkenler	Evlilik	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	T	p
Kadın Cinsel Doyum	Flört	166	1,1127	,47186	-2,900	,006
	Görücü	30	1,4476	,59987		
Kadın Doyum	Flört	166	1,0497	,71468	-2,395	,018*
	Görücü	30	1,4000	,85501		
Kadın Dokunma	Flört	166	,8223	,69033	-2,501	,013*
	Görücü	30	1,1833	,91193		
Kadın Sıklık	Flört	166	1,7651	,91565	-1,281	,202
	Görücü	30	2,0000	,97379		
Kadın İletişim	Flört	166	1,3313	,95593	-2,547	,012*
	Görücü	30	1,8167	,98684		
Kadın Kaçınma	Flört	166	,8298	,65773	-2,991	,003*
	Görücü	30	1,2250	,71121		
Kadın Vajinismus	Flört	166	1,2530	,60677	-1,569	,118
	Görücü	30	1,4500	,76395		
Kadın Anorgazmi	Flört	166	1,2184	,70505	-2,479	,014*
	Görücü	30	1,5667	,72497		

*p<0,05

Evlilik şekline göre kadın cinsel doyumda anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen T-Testi sonucuna göre kadın cinsel doyum alt boyutlarından kadın Vajinismus ve kadın sıklık haricinde anlamlı farklılığın olduğu bulunmuştur. Kadın cinsel doyum, kadın doyum, kadın dokunma, kadın iletişim, kadın kaçınma ve kadın anorgazmide görücü usulü evlenen katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{X}$ =1,44; $\bar{X}$ =1,40; $\bar{X}$ =1,18; $\bar{X}$ =1,81; $\bar{X}$ =1,22; $\bar{X}$ =1,56) flört ederek evlenen katılımcılara göre ($\bar{X}$ =1,11; $\bar{X}$ =1,04;

$\bar{X}=0,82$; $\bar{X}=1,33$; $\bar{X}=0,82$; $\bar{X}=1,21$) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kadın cinsel doyumda puan artışı cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bildirilen bozulmanın artışı göstermektedir. Buradan hareketle flört ederek evlenen kadın katılımcıların görücü usulü olarak evlenen kadın katılımcılara göre daha fazla cinsel doyum yaşadıkları söylenebilir.

Çizelge 7. Eğitim Durumuna Kadın Cinsel Doyum Farklılık Analizi (Anova)

Ölçekler	Grup	n	X	S.S	F	p
Kadın Cinsel Doyum	İlk ve Ortaokul	3	1,8571	,51878	6,508	,000*
	Lise	36	1,4196	,57470		
	Lisans	124	1,0876	,46384		
	Lisansüstü	33	1,1093	,46247		
Kadın Doyum	İlk ve Ortaokul	3	1,0000	,66144	,649	,584
	Lise	36	1,2361	,71949		
	Lisans	124	1,0524	,75255		
	Lisansüstü	33	1,1591	,76755		
Kadın Dokunma	İlk ve Ortaokul	3	1,5833	,38188	7,962	,000*
	Lise	36	1,3403	,90860		
	Lisans	124	,7359	,60846		
	Lisansüstü	33	,8409	,78267		
Kadın Sıklık	İlk ve Ortaokul	3	2,5000	,86603	,716	,543
	Lise	36	1,8750	,95898		
	Lisans	124	1,7621	,94453		
	Lisansüstü	33	1,8030	,82858		
Kadın İletişim	İlk ve Ortaokul	3	3,0000	,50000	4,972	,002*
	Lise	36	1,7361	1,05888		
	Lisans	124	1,3024	,97493		
	Lisansüstü	33	1,2879	,68500		
Kadın Kaçınma	İlk ve Ortaokul	3	1,0833	,38188	3,396	,019*
	Lise	36	1,1944	,76090		
	Lisans	124	,7964	,57943		
	Lisansüstü	33	,8939	,85930		
Kadın Vajinismus	İlk ve Ortaokul	3	2,7500	1,52069	11,105	,000*
	Lise	36	1,5903	,58295		
	Lisans	124	1,2056	,59302		
	Lisansüstü	33	1,1061	,47611		
Kadın Anorgazmi	İlk ve Ortaokul	3	2,1667	,80364	3,411	,019*
	Lise	36	1,4444	,61850		
	Lisans	124	1,2581	,73524		
	Lisansüstü	33	1,0530	,66367		

Eğitim durumuna göre kadın cinsel doyumda anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen Anova analizi sonucuna göre kadın doyum ve kadın sıklık haricinde anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur. Kadın cinsel doyum, kadın dokunma, kadın iletişim, kadın kaçınma, kadın vajinismus ve kadın anorgazmi eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu anlamlı farklılığın hangi eğitim grubundan kaynaklandığını belirlemek için Post Hoc LSD testi gerçekleştirilmiştir.

Çizelge 8. Kadın Cinsel Doyum Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	P
İlk ve Ortaokul	Lise	,43750*	,29223	,136
	Lisans	,76959*	,28414	,007*
	Lisansüstü	,74784	,29325	,012*
Lise	İlk ve Ortaokul	-,43750	,29223	,136
	Lisans	,33209*	,09207	,000*
	Lisansüstü	,31034*	,11720	,009*
Lisans	İlk ve Ortaokul	-,76959	,28414	,007
	Lise	-,33209	,09207	,000
	Lisansüstü	-,02175	,09525	,820
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-,74784	,29325	,012
	Lise	-,31034	,11720	,009
	Lisans	,02175	,09525	,820

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; ilk ve ortaokul mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lise ve lisans mezunu olanlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. İlk ve ortaokul mezunu katılımcılar lise ve lisans mezunu katılımcılara göre daha fazla cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bozulma yaşamaktadırlar. Lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisans ve lisansüstü mezunu olanlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise mezunu katılımcılar lisans ve lisansüstü mezunu katılımcılara göre daha fazla cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bozulma yaşamaktadırlar.

Çizelge 9. Kadın Dokunma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	,24306	,42120	,565
	Lisans	,84745*	,40954	,040*
	Lisansüstü	,74242	,42267	,081
Lise	İlk ve Ortaokul	-,24306	,42120	,565
	Lisans	,60439*	,13270	,000*
	Lisansüstü	,49937*	,16892	,004*
Lisans	İlk ve Ortaokul	-,84745	,40954	,040*
	Lise	-,60439	,13270	,000
	Lisansüstü	-,10502	,13729	,445
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-,74242	,42267	,081
	Lise	-,49937	,16892	,004
	Lisans	,10502	,13729	,445

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; ilk ve ortaokul mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisans mezunu olanlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. İlk ve ortaokul mezunu katılımcılar lisans mezunu katılımcılara göre daha fazla dokunmada eksiklik yaşamaktadırlar. Lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisans ve lisansüstü mezunu olanlara göre

anlamli farklılık göstermektedir. Lise mezunu katılımcılar lisans ve lisansüstü mezunu katılımcılara göre daha fazla dokunmada eksiklik yaşamaktadırlar.

Çizelge 10. Kadın İletişim Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	1,26389*	,56822	,027*
	Lisans	1,69758*	,55249	,002*
	Lisansüstü	1,71212*	,57020	,003*
Lise	İlk ve Ortaokul	-1,26389	,56822	,027
	Lisans	,43369*	,17902	,016*
	Lisansüstü	,44823	,22788	,051
Lisans	İlk ve Ortaokul	-1,69758	,55249	,002
	Lise	-,43369	,17902	,016
	Lisansüstü	,01454	,18521	,938
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-1,71212	,57020	,003
	Lise	-,44823	,22788	,051
	Lisans	-,01454	,18521	,938

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; ilk ve ortaokul mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lise, lisans ve lisansüstü mezunu olanlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. İlk ve ortaokul mezunu katılımcılar lise, lisans ve lisansüstü mezunu katılımcılara göre daha fazla cinsel iletişimde eksiklik yaşamaktadırlar. Lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisans mezunu olanlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise mezunu katılımcılar lisans mezunu katılımcılara göre daha fazla cinsel iletişimde eksiklik yaşamaktadırlar.

Çizelge 11. Kadın Kaçınma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	-,11111	,40096	,782
	Lisans	,28696	,38986	,463
	Lisansüstü	,18939	,40236	,638
Lise	İlk ve Ortaokul	,11111	,40096	,782
	Lisans	,39807*	,12632	,002*
	Lisansüstü	,30051*	,16080	,063*
Lisans	İlk ve Ortaokul	-,28696	,38986	,463
	Lise	-,39807	,12632	,002
	Lisansüstü	-,09757	,13070	,456
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-,18939	,40236	,638
	Lise	-,30051	,16080	,063
	Lisans	,09757	,13070	,456

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisans ve lisansüstü mezunu olanlara göre anlamlı

farklılık göstermektedir. Lise mezunu katılımcılar lisans ve lisansüstü mezunu katılımcılara göre daha fazla cinsel ilişkiden kaçınma yaşamaktadırlar.

Çizelge 12. Kadın Vajinismus Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	P
İlk ve Ortaokul	Lise	1,15972*	,35506	,001*
	Lisans	1,54435*	,34523	,000*
	Lisansüstü	1,64394*	,35630	,000*
Lise	İlk ve Ortaokul	-1,15972	,35506	,001
	Lisans	,38463*	,11186	,001*
	Lisansüstü	,48422*	,14240	,001*
Lisans	İlk ve Ortaokul	-1,54435	,34523	,000
	Lise	-,38463	,11186	,001
	Lisansüstü	,09958	,11573	,391
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-1,64394	,35630	,000
	Lise	-,48422	,14240	,001
	Lisans	-,09958	,11573	,391

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; ilk ve ortaokul mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lise, lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. İlk ve ortaokul mezunu olan katılımcılar lise, lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha çok vajinismus yaşamaktadırlar. Lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise mezunu olan katılımcılar lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha çok vajinismus yaşamaktadırlar.

Çizelge 13. Kadın Anorgazmi Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	,72222	,42329	,090
	Lisans	,90860*	,41158	,028*
	Lisansüstü	1,11364*	,42477	,009*
Lise	İlk ve Ortaokul	-,72222	,42329	,090
	Lisans	,18638	,13336	,164
	Lisansüstü	,39141*	,16976	,022*
Lisans	İlk ve Ortaokul	-,90860	,41158	,028
	Lise	-,18638	,13336	,164
	Lisansüstü	,20503	,13798	,139
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-1,11364	,42477	,009
	Lise	-,39141	,16976	,022
	Lisans	-,20503	,13798	,139

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; ilk ve ortaokul mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisans ve lisansüstü mezunu olan

katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. İlk ve ortaokul mezunu olan katılımcılar lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla anorgazmi yaşamaktadırlar. Lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise mezunu olan katılımcılar lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha çok anorgazmi yaşamaktadırlar.

E. Erkek Cinsel Doyum Farklılık Analizleri

Çizelge 14. Evlilik Şekline Göre Erkek Cinsel Doyum Farklılık Analizi T-Testi

Değişkenler	Evlilik	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	t	p
Erkek Cinsel Doyum	Flört	149	,7740	,34197	-3,050	,003*
	Görücü	51	,9874	,45791		
Erkek Empotas	Flört	149	,7567	,53898	,070	,944
	Görücü	51	,7500	,60828		
Erkek Erken Boşalma	Flört	149	,8742	,55112	-2,400	,017*
	Görücü	51	1,0833	,49413		
Erkek Dokunma	Flört	149	,4547	,50425	-2,290	,023*
	Görücü	51	,6422	,50561		
Erkek Kaçınma	Flört	149	,4094	,41834	-1,874	,062
	Görücü	51	,5441	,50918		
Erkek Doyum	Flört	149	1,0117	,64419	-3,875	,000*
	Görücü	51	1,4363	,75968		
Erkek Sıklık	Flört	149	1,3490	,76385	-2,880	,004*
	Görücü	51	1,7157	,84413		
Erkek İletişim	Flört	149	1,1208	,89415	-4,132	,000*
	Görücü	51	1,8431	1,13354		

*p<0,05

Evlilik şekline göre erkek cinsel doyumda anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen T-Testi sonucuna göre erkek cinsel doyum alt boyutlarından erkek empotas ve erkek kaçınma haricinde anlamlı farklılığın olduğu bulunmuştur. Erkek cinsel doyum, erkek erken boşalma, erkek dokunma, erkek doyum, erkek sıklık ve erkek iletişimde görücü usulü evlenen erkek katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{X}$ =0,98; $\bar{X}$ =1,08; $\bar{X}$ =0,64; $\bar{X}$ =1,43; $\bar{X}$ =1,71; $\bar{X}$ =1,84) flört ederek evlenen erkek katılımcılara göre ($\bar{X}$ =0,77; $\bar{X}$ =0,87; $\bar{X}$ =0,45; $\bar{X}$ =1,01; $\bar{X}$ =1,34; $\bar{X}$ =1,12) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Erkek cinsel doyumda puan artışı cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bildirilen bozulmanın artışı göstermektedir. Buradan hareketle flört ederek evlenen erkek katılımcıların görücü usulü olarak evlenen erkek katılımcılara göre daha fazla cinsel doyum yaşadıkları söylenebilir. Görücü usulü evlenenlerin flört ederek evlenenlere göre daha çok erkek erken boşalma, erkek

dokunma, erkek doyum, erkek sıklık ve erkek iletişimde sorun yaşadıkları söylenebilir.

Çizelge 15. Eğitim Durumuna Göre Erkek Cinsel Doyum Farklılık Analizi (Anova)

Ölçekler	Grup	n	X	S.S	F	p
Erkek Cinsel Doyum	İlk ve Ortaokul	6	,7738	,19906	6,229	,000*
	Lise	63	,9637	,46169		
	Lisans	104	,8077	,34427		
	Lisansüstü	27	,6045	,22629		
Erkek Empotas	İlk ve Ortaokul	6	,3333	,12910	4,403	,005*
	Lise	63	,9325	,71449		
	Lisans	104	,7115	,44445		
	Lisansüstü	27	,6019	,46129		
Erkek Erken Boşalma	İlk ve Ortaokul	6	1,7500	,27386	6,629	,000*
	Lise	63	,9325	,56119		
	Lisans	104	,9351	,54304		
	Lisansüstü	27	,7037	,34694		
Erkek Dokunma	İlk ve Ortaokul	6	,7083	,33229	2,675	,048*
	Lise	63	,6111	,62019		
	Lisans	104	,4736	,46728		
	Lisansüstü	27	,3148	,32957		
Erkek Kaçınma	İlk ve Ortaokul	6	,0000	,00000	4,379	,005*
	Lise	63	,5079	,51777		
	Lisans	104	,4784	,41965		
	Lisansüstü	27	,2593	,29808		
Erkek Doyum	İlk ve Ortaokul	6	1,1250	,41079	3,108	,028*
	Lise	63	1,2698	,72582		
	Lisans	104	1,1154	,72901		
	Lisansüstü	27	,7870	,41431		
Erkek Sıklık	İlk ve Ortaokul	6	1,5833	,58452	1,273	,285
	Lise	63	1,5952	,65904		
	Lisans	104	1,3654	,90637		
	Lisansüstü	27	1,3519	,66238		
Erkek İletişim	İlk ve Ortaokul	6	,9167	,66458	14,557	,000*
	Lise	63	1,8730	1,12511		
	Lisans	104	1,1683	,86634		
	Lisansüstü	27	,5926	,53775		

*p<0,05

Eğitim durumuna göre erkek cinsel doyumda anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen Anova analizi sonucuna göre erkek sıklık haricinde anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur. Erkek cinsel doyum, erkek empotas, erkek dokunma, erkek kaçınma, erkek doyum ve erkek iletişim eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu anlamlı farklılığın hangi eğitim grubundan kaynaklandığını belirlemek için Post Hoc LSD testi gerçekleştirilmiştir.

Çizelge 16. Erkek Cinsel Doyum Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	-,18991	,15843	,232
	Lisans	-,03388	,15570	,828
	Lisansüstü	,16931	,16737	,313
Lise	İlk ve Ortaokul	,18991	,15843	,232
	Lisans	,15603*	,05920	,009*
	Lisansüstü	,35922*	,08530	,000*
Lisans	İlk ve Ortaokul	,03388	,15570	,828
	Lise	-,15603	,05920	,009
	Lisansüstü	,20319*	,08010	,012*
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-,16931	,16737	,313
	Lise	-,35922	,08530	,000
	Lisans	-,20319	,08010	,012

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise mezunu olan katılımcılar lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla cinsel işlev ve niteliğinde bozulma yaşamaktadırlar. Lisans mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lisans mezunu olan katılımcılar lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha çok cinsel işlev ve niteliğinde bozulma yaşamaktadırlar.

Çizelge 17. Erkek Empotas Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	-,59921	,23164	,010
	Lisans	-,37821	,22763	,098
	Lisansüstü	-,26852	,24470	,274
Lise	İlk ve Ortaokul	,59921*	,23164	,010*
	Lisans	,22100*	,08656	,011*
	Lisansüstü	,33069*	,12471	,009*
Lisans	İlk ve Ortaokul	,37821	,22763	,098
	Lise	-,22100	,08656	,011
	Lisansüstü	,10969	,11710	,350
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	,26852	,24470	,274
	Lise	-,33069	,12471	,009
	Lisans	-,10969	,11710	,350

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları ilk ve ortaokul, lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise mezunu olan katılımcılar

ilk ve ortaokul, lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla empotas yaşamaktadırlar.

Çizelge 18. Erkek Erken Boşalma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	,81746*	,22302	,000*
	Lisans	,81490*	,21916	,000*
	Lisansüstü	1,04630*	,23559	,000*
Lise	İlk ve Ortaokul	-,81746	,22302	,000
	Lisans	-,00256	,08334	,976
	Lisansüstü	,22884	,12007	,058
Lisans	İlk ve Ortaokul	-,81490	,21916	,000
	Lise	,00256	,08334	,976
	Lisansüstü	,23139	,11275	,051
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-1,04630	,23559	,000
	Lise	-,22884	,12007	,058
	Lisans	-,23139	,11275	,041

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; ilk ve ortaokul mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lise, lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. İlk ve ortaokul mezunu olan katılımcılar lise, lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla erken boşalma sorunu yaşamaktadırlar.

Çizelge 19. Erkek Dokunma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	,09722	,21517	,652
	Lisans	,23478	,21145	,268
	Lisansüstü	,39352	,22730	,085
Lise	İlk ve Ortaokul	-,09722	,21517	,652
	Lisans	,13755	,08040	,089
	Lisansüstü	,29630*	,11584	,011*
Lisans	İlk ve Ortaokul	-,23478	,21145	,268
	Lise	-,13755	,08040	,089
	Lisansüstü	,15874	,10878	,146
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-,39352	,22730	,085
	Lise	-,29630	,11584	,011
	Lisans	-,15874	,10878	,146

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; lise mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise mezunu olan katılımcılar lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla dokunmada sorun yaşamaktadırlar.

Çizelge 20. Erkek Kaçınma Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	-,50794	,18581	,007
	Lisans	-,47837	,18259	,009
	Lisansüstü	-,25926	,19628	,188
Lise	İlk ve Ortaokul	,50794*	,18581	,007*
	Lisans	,02957	,06943	,671
	Lisansüstü	,24868*	,10004	,014*
Lisans	İlk ve Ortaokul	,47837*	,18259	,009*
	Lise	-,02957	,06943	,671
	Lisansüstü	,21911*	,09393	,021*
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	,25926	,19628	,188
	Lise	-,24868	,10004	,014
	Lisans	-,21911	,09393	,021

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; lise ve lisans mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları ilk ve ortaokul ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise ve lisans mezunu olan katılımcılar ilk ve ortaokul ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla cinsel kaçınma yaşamaktadırlar.

Çizelge 21. Erkek Doyum Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	-,14484	,29384	,623
	Lisans	,00962	,28876	,973
	Lisansüstü	,33796	,31041	,278
Lise	İlk ve Ortaokul	,14484	,29384	,623
	Lisans	,15446	,10980	,161
	Lisansüstü	,48280*	,15820	,003*
Lisans	İlk ve Ortaokul	-,00962	,28876	,973
	Lise	-,15446	,10980	,161
	Lisansüstü	,32835*	,14855	,028*
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-,33796	,31041	,278
	Lise	-,48280	,15820	,003
	Lisans	-,32835	,14855	,028

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; lise ve lisans mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise ve lisans mezunu olan katılımcılar lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla doyumda sorun yaşamaktadırlar.

Çizelge 22. Erkek İletişim İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(i) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	-,95635	,39262	,016
	Lisans	-,25160	,38583	,515
	Lisansüstü	,32407	,41476	,436
Lise	İlk ve Ortaokul	,95635*	,39262	,016*
	Lisans	,70475*	,14671	,000*
	Lisansüstü	1,28042*	,21138	,000*
Lisans	İlk ve Ortaokul	,25160	,38583	,515
	Lise	-,70475	,14671	,000
	Lisansüstü	,57568*	,19849	,004*
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-,32407	,41476	,436
	Lise	-1,28042	,21138	,000
	Lisans	-,57568	,19849	,004

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; lise ve lisans mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lise ve lisans mezunu olan katılımcılar lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla cinsel iletişimde sorun yaşamaktadırlar. Bununla birlikte lise mezunu olan katılımcılar ilk ve ortaokul, lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla cinsel iletişimde sorun yaşamaktadırlar.

F. Duyguları İfade Etme Farklılık Analizleri

Çizelge 23. Cinsiyete Göre Duyguları İfade Etme Farklılık Analizi T-Testi

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	t	p
Duyguları İfade Etme	Kadın	196	4,9207	,68295	2,914	,004*
	Erkek	200	4,7243	,65819		
Yakınlık	Kadın	196	5,1143	,78603	1,339	,181
	Erkek	200	5,0090	,77843		
Olumlu Duygular	Kadın	196	4,9252	,90837	3,169	,002*
	Erkek	200	4,6325	,92898		
Olumsuz Duygular	Kadın	196	4,6722	,92161	1,914	,056
	Erkek	200	4,5063	,80061		

*p<0,05

Cinsiyete göre duyguları ifade etmede anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen T-Testi sonucuna göre

duyguları ifade etme alt boyutlarından yakınlık ve olumsuz duygular haricinde anlamlı farklılığın olduğu bulunmuştur. Duyguları ifade etme ve olumlu duygu ifadesinde kadın katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{X}=4,92$; $\bar{X}=4,92$) erkek katılımcılara göre ($\bar{X}=4,72$; $\bar{X}=4,63$) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre daha fazla duygularını ifade ettikleri ve olumlu duygu ifadesi gösterdikleri söylenebilir.

Çizelge 24. Evlilik Şekline Göre Duyguları İfade Etme Farklılık Analizi T-Testi

Değişkenler	Evlilik	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	t	p
Duyguları İfade Etme	Flört	315	4,9139	,62613	5,550	,000*
	Görücü	81	4,4626	,74799		
Yakınlık	Flört	315	5,1625	,73232	5,252	,000*
	Görücü	81	4,6667	,85088		
Olumlu Duygular	Flört	315	4,9032	,86524	5,507	,000*
	Görücü	81	4,2881	1,01037		
Olumsuz Duygular	Flört	315	4,6190	,84680	1,392	,165
	Görücü	81	4,4691	,93071		

*p<0,05

Evlilik şekline göre duyguları ifade etmede anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen T-Testi sonucuna göre duyguları ifade etme alt boyutlarından olumsuz duygular haricinde anlamlı farklılığın olduğu bulunmuştur. Duyguları ifade etme, yakınlık ve olumlu duygu ifadesinde flört ederek evlenen katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{X}=4,91$; $\bar{X}=5,16$; $\bar{X}=4,90$) görücü usulü olarak evlenen katılımcılara göre ($\bar{X}=4,46$; $\bar{X}=4,66$; $\bar{X}=4,28$) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle flört ederek evlenen katılımcıların görücü usulü olarak evlenen katılımcılara göre daha fazla duygularını ifade ettikleri yakınlık ve olumlu duygu ifadesi gösterdikleri söylenebilir.

Çizelge 25. Eğitim Durumuna Göre Duyguları İfade Etme Farklılık Analizi (Anova)

Ölçekler	Grup	n	X	S.S	F	p
Duyguları İfade Etme	İlk ve Ortaokul	9	5,0370	,79100	3,772	,011*
	Lise	99	4,6633	,65738		
	Lisans	228	4,8319	,69714		
	Lisansüstü	60	5,0111	,55577		
Yakınlık	İlk ve Ortaokul	9	4,7556	,48762	7,734	,000*
	Lise	99	4,8020	,73262		
	Lisans	228	5,1053	,81277		
	Lisansüstü	60	5,3667	,64009		
Olumlu Duygular	İlk ve Ortaokul	9	5,2037	1,27415	3,374	,019*
	Lise	99	4,5589	,89161		
	Lisans	228	4,8070	,94296		
	Lisansüstü	60	4,9611	,82131		
Olumsuz Duygular	İlk ve Ortaokul	9	5,1389	1,12577	1,827	,142
	Lise	99	4,6465	,77345		
	Lisans	228	4,5274	,92301		
	Lisansüstü	60	4,6417	,70915		

*p<0,05

Eğitim durumuna göre duyguları ifade etmede anlamlı bir farklılığın bulunup bulunmadığının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen Anova analizi sonucuna göre olumsuz duygular haricinde anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur. Duyguları ifade etme, yakınlık ve olumlu duygular eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu anlamlı farklılığın hangi eğitim grubundan kaynaklandığını belirlemek için Post Hoc LSD testi gerçekleştirilmiştir.

Çizelge 26. Duyguları İfade Etme Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama Farklılık	Standart Sapma	p
İlk ve Ortaokul	Lise	,37374	,23322	,110
	Lisans	,20517	,22766	,368
	Lisansüstü	,02593	,23945	,914
Lise	İlk ve Ortaokul	-,37374	,23322	,110
	Lisans	-,16857	,08063	,037
	Lisansüstü	-,34781	,10960	,002
Lisans	İlk ve Ortaokul	-,20517	,22766	,368
	Lise	,16857*	,08063	,037*
	Lisansüstü	-,17924	,09720	,066
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-,02593	,23945	,914
	Lise	,34781*	,10960	,002*
	Lisans	,17924	,09720	,066

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lise mezunu olanlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lisans ve lisansüstü mezunu katılımcılar lise mezunu katılımcılara göre daha fazla duygularını ifade etmektedirler.

Çizelge 27. Yakınlık Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama F.	Standart. S.	p
İlk ve Ortaokul	Lise	-,04646	,26589	,861
	Lisans	-,34971	,25954	,179
	Lisansüstü	-,61111	,27299	,026
Lise	İlk ve Ortaokul	,04646	,26589	,861
	Lisans	-,30324	,09192	,001
	Lisansüstü	-,56465	,12495	,000
Lisans	İlk ve Ortaokul	,34971	,25954	,179
	Lise	,30324*	,09192	,001*
	Lisansüstü	-,26140	,11081	,019
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	,61111*	,27299	,026*
	Lise	,56465*	,12495	,000*
	Lisans	,26140*	,11081	,019*

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; lisans mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lise mezunu olanlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lisans mezunu katılımcılar lise mezunu katılımcılara göre daha fazla yakınlık kurmaktadır. Lisan üstü mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları ilk ve ortaokul, lise ve lisans mezunu olanlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Lisansüstü mezunu katılımcılar ilk ve ortaokul, lise ve lisans mezunu katılımcılara göre daha fazla yakınlık kurmaktadır.

Çizelge 28. Olumlu Duygu Farkına İlişkin Post Hoc LSD Test Sonuçları

(I) Eğitim	(j) Eğitim	Ortalama F.	Standart S.	p
İlk ve Ortaokul	Lise	,64478*	,32066	,045*
	Lisans	,39669	,31301	,206
	Lisansüstü	,24259	,32923	,462
Lise	İlk ve Ortaokul	-,64478	,32066	,045
	Lisans	-,24809	,11086	,026
	Lisansüstü	-,40219	,15069	,008
Lisans	İlk ve Ortaokul	-,39669	,31301	,206
	Lise	,24809*	,11086	,026*
	Lisansüstü	-,15409	,13364	,250
Lisansüstü	İlk ve Ortaokul	-,24259	,32923	,462
	Lise	,40219*	,15069	,008*
	Lisans	,15409	,13364	,250

*p<0,05

Gerçekleştirilen Post Hoc LSD test sonuçlarına göre; ilk ve ortaokul, lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcıların puan ortalamaları lise mezunu olanlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. İlk ve ortaokul, lisans ve lisansüstü mezunu katılımcılar lise mezunu katılımcılara göre daha fazla olumlu duygu ifadesi göstermektedirler.

G. Korelasyon Analizi

Çizelge 29. Korelasyon Analizi

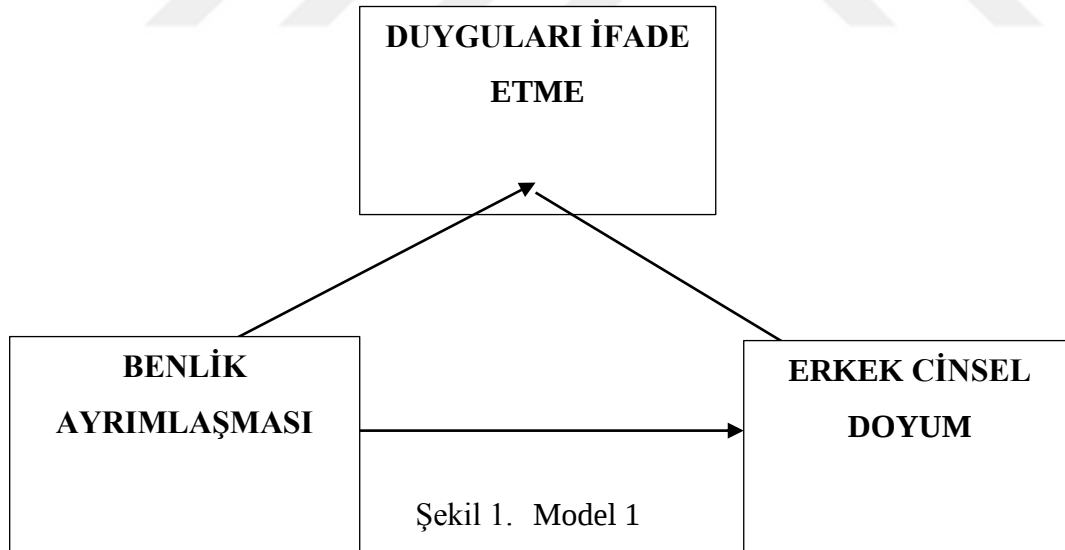
Ölçek ve Alt Boyutlar		Kadın Cinsel Doyum	Erkek Cinsel Doyum	Benlik Ayrışması	Duyguları İfade Etme
Kadın Cinsel Doyum	r	1		-,197**	-,318**
	p			,006	,000
Erkek Cinsel Doyum	r		1	-,453**	-,209**
	p			,000	,003
Benlik Ayrışması	r			1	,319**
	p				,000
Duyguları İfade Etme	r				1
	p				

Korelasyon analizi sonuçlarına göre; benlik ayrışması ile duyguları ifade etme arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişkinin ($r: ,319$; $p: ,000$) olduğu, Diğer bir ifade ile benlik ayrışması puan ortalamaları artış gösterdiğinde duyguları ifade etme puan ortalamaları da artış göstermektedir. Benlik ayrışması ile kadın cinsel doyum arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki ($r: -,197$; $p: ,002$) ve benlik ayrışması ile erkek cinsel doyumla arasında negatif yönlü orta bir ilişki ($r: -,453$; $p: ,000$) görülmüştür. Diğer bir ifade ile cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde kadın ve erkeklerin bildirdikleri bozulma azaldıkça benlik ayrışması artmaktadır. Duyguları ifade etme ile erkek cinsel doyum arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki ($r: -,209$; $p: ,003$), kadın cinsel doyumla negatif yönlü orta düzey bir ilişki ($r: -,318$; $p: ,000$) belirlenmiştir. Diğer bir ifade ile cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde kadın ve erkeklerin bildirdikleri bozulma azaldıkça duyguları ifade etme artmaktadır.

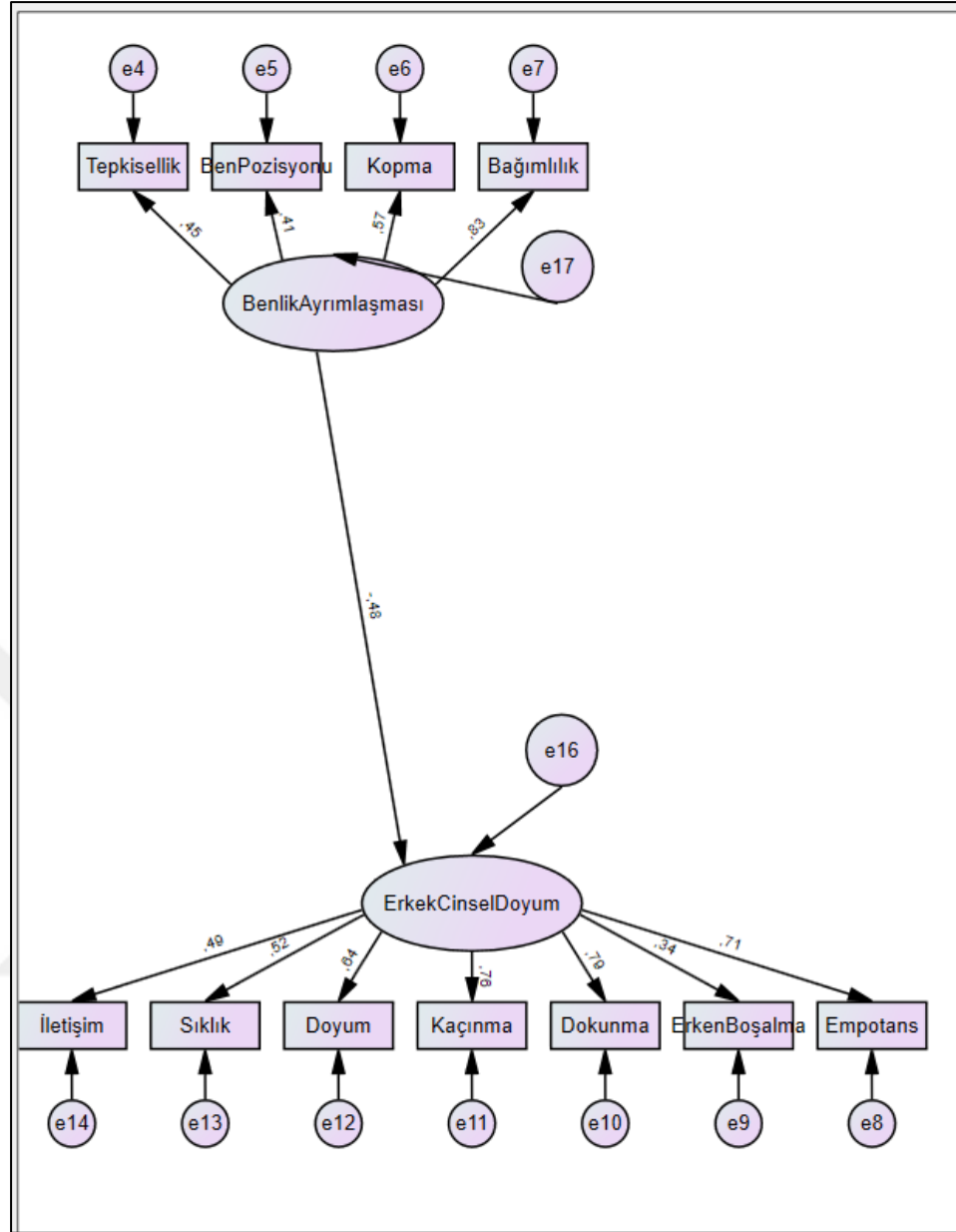
H. Aracılık Analizleri

Baron ve Kenny (1986)'e göre, yapısal modellerin analizlerinde aracılık ilişkilerinin kurulabilmesi için aşağıda sıralanan dört koşulun sağlanması gerekmektedir;

- Bağımsız değişkenlerle bağımlı değişkenlerin aralarında anlamlı ilişkilerin bulunması,
- Bağımsız değişkenlerle aracı değişkenin arasında anlamlı ilişkilerin bulunması,
- Aracı değişkenle bağımlı değişkenin arasında anlamlı ilişkilerin bulunması,
- Aracı değişkeninin analize katıldığı zaman bağımsız değişkenler ile bağımlı değişken arasındaki ilişki düzeyinde bir azalma olması gerekmekte ya da ilişkinin artık anlamlıyı kaybetmesi gerekmektedir. İlişkinin ortadan kalkması tam aracılık rolü, düşüş göstermesi ise kısmi aracılık rolüne işaret etmektedir.



Aracılık modelinin sınanması için ilk önce benlik ayrışması ile erkek cinsel doyum arasında anlamlı ilişkinin olup olmadığına yönelik bu ilişkiyi gösteren bir model oluşturulmuştur.



Şekil 2. Benlik ayrışması ve erkek cinsel doyum ilişkisi modeli

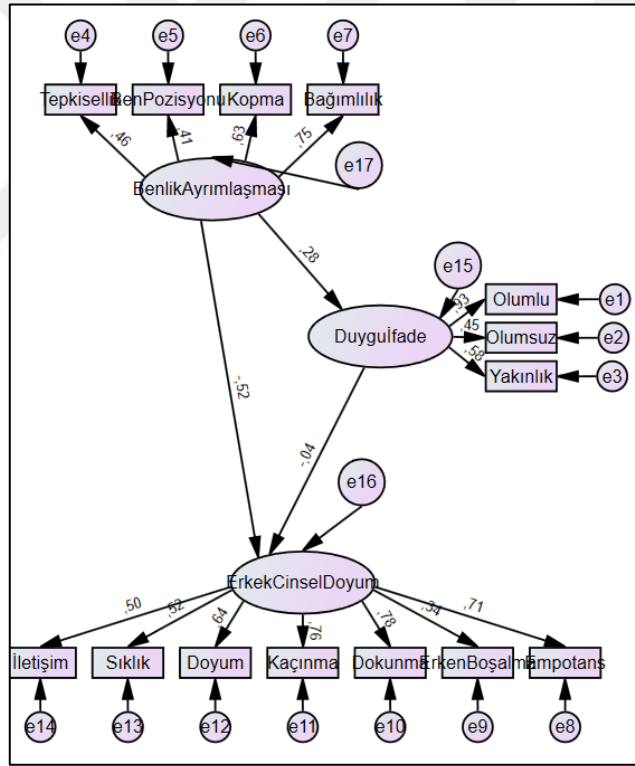
Aracı rolün belirlenmesi için şekil 2'deki birinci modele bakıldığında; benlik ayrışması puanları ile erkek cinsel doyum arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($r=-.48$; $p<.05$). Bu analiz aracılık rolünün belirlenebilmesi için ön koşul olarak değerlendirmeye alınmaktadır. Buradan hareketle burada görülen anlamlı ilişkinin varlığından dolayı modelin aracı rol modeli için uygun olduğu görülmektedir. Ayrıca modeli benlik ayrışma düzeyinin artış göstermesi erkek cinsel doyumunu artırmaktadır. Modelle ilgili iyilik uyum değerleri aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 30. Modele İlişkin İyilik Uyum Değerleri

Uyum İyiliği İndeksleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Yapısal Modelin Uyum Değerleri
X^2/df	$X^2/df \leq 3$	$4 \leq X^2/df \leq 5$	6,828
CFI	$CFI \geq 0,97$	$0,95 \leq CFI$	,790
RMSEA	$RMSEA \leq 0,05$	$0,06 \leq RMSEA \leq 0,08$	,121
SRMR	$SRMR \leq 0,05$	$0,06 \leq SRMR \leq 0,08$	,117

Çizelge 30'daki uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, $X^2/df = 6,828$ ile zayıf uyuma sahip olduğu, CFI değerinin ,790 ile zayıf uyuma sahip olduğu, RMSEA değerinin ,121 ile zayıf uyuma sahip olduğu ve SRMR değerinin de ,117 ile zayıf uyuma sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Aracı değişken olan duyguları ifade etme değişkeni analize katıldığı zaman benlik ayırışması ile erkek cinsel doyum arasındaki ilişki düzeyinde bir azalma olup olmadığı ya da ilişkinin artık anlamlıyı kaybedip kaybetmediğini gösteren bir model oluşturulmuştur. Bu model şekil 3'te görülmektedir.



Şekil 3. Benlik ayırışması ile erkek cinsel doyum arasında duyguları ifade etmenin aracılık modeli

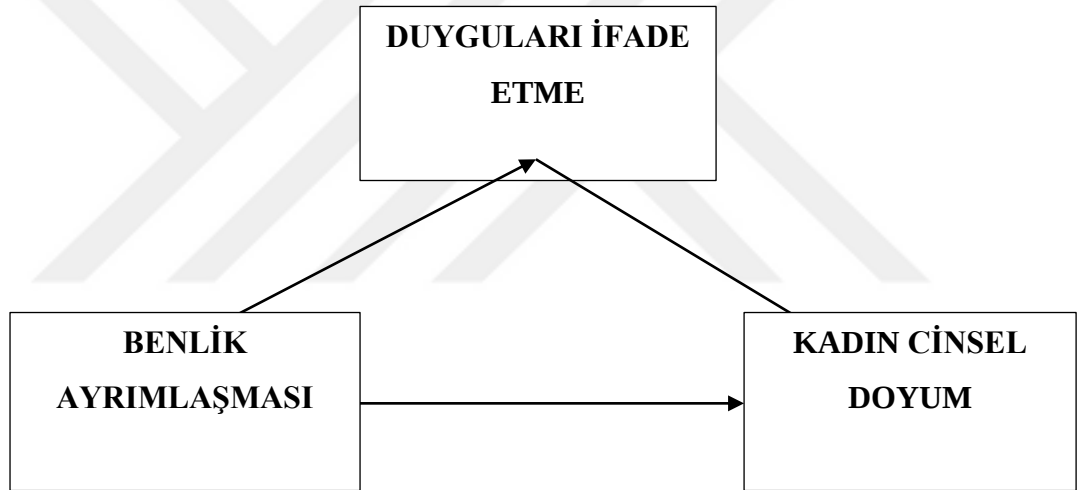
Aracı rolün belirlenmesi için şekil 3'deki ikinci modele bakıldığında; duyguları ifade etmenin etkisi ile benlik ayırışmasıyla erkek cinsel doyum arasındaki ilişkide anlamlılık gösteren bir düşüşün yaşanmadığı görülmektedir. ($r_1 = -.48$; $p < .05$; $r_2 = -.52$; $p < .05$). Bu sonuca göre; benlik ayırışması ile erkek

cinsel doyum arasında duyguları ifade etmenin aracılık rolü üstlenmediği sonucuna ulaşılmıştır. Modelle ilgili iyilik uyum değerleri aşağıdaki çizelgede verilmiştir.

Çizelge 31. Modele İlişkin İyilik Uyum Değerleri

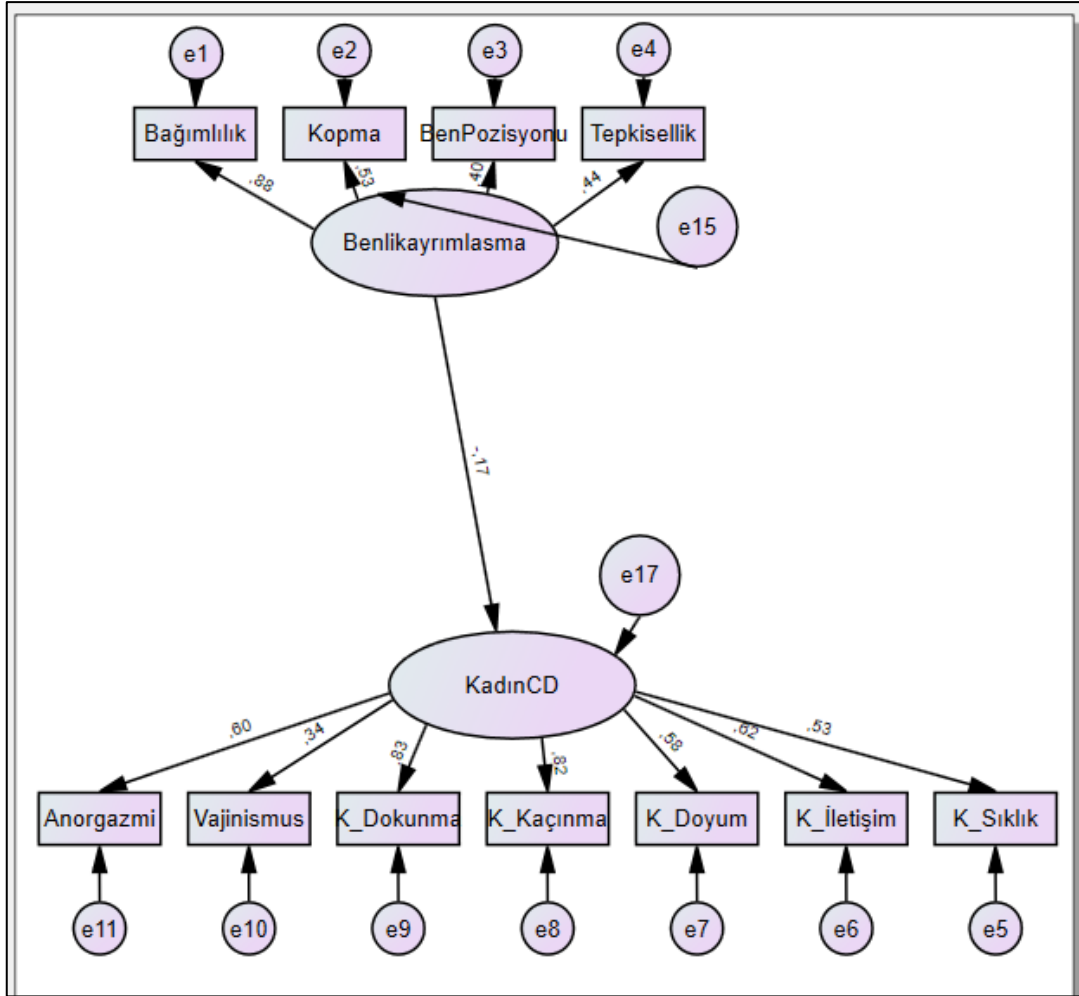
Uyum İyiliği İndeksleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Yapısal Modelin Uyum Değerleri
X^2/df	$X^2/df \leq 3$	$4 \leq X^2/df \leq 5$	6,534
CFI	$CFI \geq 0,97$	$0,95 \leq CFI$	,671
RMSEA	$RMSEA \leq 0,05$	$0,06 \leq RMSEA \leq 0,08$	,118
SRMR	$SRMR \leq 0,05$	$0,06 \leq SRMR \leq 0,08$	,113

Çizelge 31'deki uyum iyiliği değerlerine bakıldığı zaman, $X^2/df = 6,534$ ile zayıf uyuma sahip olduğu, CFI değerinin ,671 ile zayıf uyuma sahip olduğu, RMSEA değerinin ,118 ile zayıf uyuma sahip olduğu ve SRMR değerinin de ,113 ile zayıf uyuma sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.



Şekil 4. Model 2

Aracılık modelinin sınanması için ilk önce benlik ayrışması ile kadın cinsel doyum arasında anlamlı ilişkinin olup olmadığına yönelik bu ilişkiyi gösteren bir model oluşturulmuştur. Bu model şekil 5'te görülmektedir.



Şekil 5. Benlik ayırılma ve kadın cinsel doyum ilişkisi modeli

Aracı rolün belirlenmesi için şekil 5'deki birinci modele bakıldığında; benlik ayırılma puanları ile kadın cinsel doyum arasında pozitif yönde fakat anlamlı bir ilişkinin olmadığı ($p>.052$) görülmektedir ($r=-.17$; $p>.05$). Bu analiz aracılık rolünün belirlenebilmesi için ön koşul olarak değerlendirmeye alınmaktadır. Buradan hareketle burada görülen ilişkinin anlamsız olmasından dolayı modelin aracı rol modeli için uygun olmadığı görülmektedir.

Çizelge 32. Modele İlişkin İyilik Uyum Değerleri

Uyum İyiliği İndeksleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Yapısal Modelin Uyum Değerleri
X^2/df	$X^2/df \leq 3$	$4 \leq X^2/df \leq 5$	3,997
CFI	$CFI \geq 0,97$	$0,95 \leq CFI$	,824
RMSEA	$RMSEA \leq 0,05$	$0,06 \leq RMSEA \leq 0,08$	,087
SRMR	$SRMR \leq 0,05$	$0,06 \leq SRMR \leq 0,08$	,093

Çizelge 32’deki uyum iyiliği değerlerine bakıldığı zaman, $X^2/df= 3,997$ ile kabul edilebilir uyuma sahip olduğu, CFI değerinin ,824 ile zayıf uyuma sahip olduğu, RMSEA değerinin ,087 ile zayıf uyuma sahip olduğu ve SRMR değerinin de ,093 ile zayıf uyuma sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.





V.TARTIŞMA VE YORUM

A. Benliğin Ayrışması ve Duyguları İfade Değişkenleri Arası İlişkilerle İlgili Bulgular ve Tartışma

Araştırmanın birinci sorusu kapsamında benliğin ayrışması, duyguları ifade etme ile pozitif yönde ilişkili olup olmadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda benliğin ayrışmasının duyguları ifade etme ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu ilişki çerçevesinde literatüre bakıldığında;

Docherty vd. (1998) hastaların ebeveynlerinde yüksek ve düşük ifade edilen duygu düzeyleriyle ilişkili "ayrışma" değişkenlerini incelemişlerdir. Sonuç olarak, ebeveynler ifade ettikleri duygu durumlarına göre sınıflandırıldığında, düşük düzeyde duygu ifade eden ebeveynler, duygularını yüksek düzeyde ifade edenlere göre daha yüksek düzeyde farklılaşma ve bütünleşme göstermişlerdir. Yine Hamidi ve Moghadam (2018) evli kadınlarda farklılaşma ve duygusal ifadelere dayalı cinsel doyumun etkisini incelememişlerdir. Sonuç olarak, farklılaşma ve duygusal ifadenin cinsel doyumu yordadığı belirlenmiştir. Ayrıca Bowen (1978) düşüncelerini ve duygularını ifade etmede zorluk yaşayan bireyin ilişkilerinde iletişimle ilgili problemler yaşayabileceklerini, ilişkilerde daha çok gerilimlerin yaşanacağını ifade etmektedir. Bunlarla birlikte Kochan-Wojcik (2012)'e göre; benlik ayrışma düzeyinin düşük olması bireyin özerkliğini korumada güçlük çekmesine neden olmaktadır. Benliğin düşük düzeyde farklılaşması, duygusal olgunluğun zayıf olduğunu göstermekte ve bir ilişkide kaygı ve korkuya neden olabilmektedir. Zareei ve Nazemian (2017)'e göre; kendini farklılaştıranın tanımına ve tartışmasına göre, kendini farklılaştırmada zorluk yaşayanların, duygusal kopukluk ve duyguları ifade etmede zorluk yaşamaları muhtemeldir.

Sonuç olarak benlik ayrışma düzeyi yüksek olan bireylerin duygularını daha fazla ifade ettikleri söylenebilir. Benlik ayrışmasıyla birlikte

duygularının ve düşüncelerinin farkına varan ve diğer kişilerden bağımsız bir şekilde varlığını sürdürebilen birey bundan dolayı duygularını daha kolay ifade edebilmektedir. Benlik ayrımlaşma düzeyi düşük olan bireylerin de duygularını ifade etmekte zorlandıkları söylenebilir. Benlik ayrımlaşması düşük olan bireyin duygularının ve düşüncelerinin farkına varamaması ve diğer kişilerden bağımsız bir şekilde varlığını sürdürememesinden dolayı duygularını da ifade etmekte zorlanabilmektedirler.

B. Benliğin Ayrımlaşması ve Cinsel Doyum Değişkenleri Arasındaki İlişkilerle İlgili Bulgular ve Tartışma

Araştırmada ikinci sorusu kapsamında benliğin ayrımlaşması, cinsel doyum ile pozitif yönde ilişkili olup olmadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda kadın ve erkek katılımcıların cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bildirdikleri bozulma ile benlik ayrımlaşması arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir ifade ile benlik ayrımlaşması düzeyi artış gösterdiğinde kadın ve erkeklerin cinsel doyumları da artmaktadır. Bu ilişki çerçevesinde literatüre bakıldığında;

Kalkan ve Aydoğan (2019)'e göre; gerçekleştirilen araştırmalar kapsamında benlik ayrımlaşma düzeyi yüksek olan bireylerin cinsel doyumları, evlilik doyumları, çift uyumları, evlilik uyumlarının da yüksek olduğunu belirtmektedirler. Ayrıca Salehi vd. (2020) benlik ayrımlaşması ve cinsel doyum arasındaki ilişkide iletişim kalıplarının aracı rolünü inceledikleri araştırmanın sonuçlarına göre; iletişim kalıpları, benlik ayrımlaşmasının cinsel tatmin üzerindeki etkisinde olumlu bir aracı rol oynadığı ve ayrımlaşmanın cinsel tatmin üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkisinin olduğunu bulmuşlardır. Hughes ve Harper (2012) cinsel doyum ve ayrımlaşma arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırma sonuçlarına göre; kadın cinsel doyumunu, karı koca benlik ayrımlaşmasındaki artış veya azalma ile ilişkili olduğu, karı koca benlik ayrımlaşmasının artması veya azalmasının da kocanın cinsel doyumunu etkilediği görülmüştür. Genel olarak, değişkenlerden benliğin farklılaşmasının artış gösterdikçe, cinsel tatminin de artış gösterdiği saptanmıştır. Pooya vd. (2022)'e göre; farklılaştırma, ahlaki adalet ve cinsel doyum arasındaki ilişkide, benlik ayrımlaşması cinsel doyum ile ilişkilidir. Goff (2010)'e göre; benliğin

farklılaşması, maneviyat ve cinsel doyum arasındaki ilişkide, ayrımlaşma ve cinsel tatmin arasında anlamlı bir pozitif ilişki bulunmaktadır. Bunlarla birlikte Kalkan (2018)'e göre; benlik ayrımlaşma düzeyleri yüksek olan bireylerin cinsel doyumları, evlilik doyumları, evlilik uyumları ve çift uyumlarında yüksek olduğu, düşük benlik ayrımlaşma düzeyine sahip bireylerin cinsel doyumları, evlilik doyumları, evlilik uyumları ve çift uyumlarında düşük olduğu ve çiftler arasında yüksek çatışmalara neden olduğunu ifade etmektedir.

Sonuç olarak benlik ayrımlaşması düzeyi yüksek olan kadın ve erkeklerin cinsel doyumları da artış göstermektedir. Benlik ayrımlaşmasıyla birlikte birey ilişkilerinde düşüncelerinin ve duygularının farkında olarak daha özgün davranışlar gösterebilmekte ve bu da cinsel doyumunun daha artmasına neden olabilmektedir. Benlik ayrımlaşma düzeyi düşük olan birey ilişkilerinde düşüncelerinin ve duygularının farkında olmadan davranışlar gösterebilmekte ve bu da cinsel doyumunun azalmasına neden olabilmektedir.

C. Cinsel Doyum ve Duyguları İfade Etme Değişkenleri Arasındaki İlişkilerle İlgili Bulgular ve Tartışma

Araştırmada üçüncü sorusu kapsamında Cinsel doyum, duyguları ifade etme ile pozitif yönde ilişkili olup olmadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda kadın ve erkek katılımcıların cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bildirdikleri bozulma ile duyguları ifade etme arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir ifade ile duyguları ifade etme artış gösterdiğinde kadın ve erkek cinsel doyumları da artmaktadır. Bu ilişki çerçevesinde literatüre bakıldığında;

WHO (2010)'a göre; insan cinselliği, birey ve daha geniş toplum arasındaki etkileşimler yoluyla inşa edilmekte ve gelişimi yakınlık, duygusal ifade ve sevgi dahil olmak üzere temel insan ihtiyaçlarının ifade edilmesine bağlıdır. Bununla birlikte Hamidi ve Moghadam (2018) evli kadınlarda farklılaşma ve duygusal ifadelerle dayalı cinsel doyumun etkisini inceledikleri araştırmanın sonuçlarına göre; farklılaşma ve duygusal ifade cinsel tatmini yordamaktadır. Farklılaşma bileşenleri arasında, cinsel doyum ile ben pozisyonu arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır Duygusal ifadenin boyutları arasında, olumlu duygu ifadesi ve yakınlık cinsel tatmin ile pozitif ve anlamlı bir şekilde ilişkilidir. Negatif duygu

ifadeleri ise cinsel tatmin ile negatif ve anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Ayrıca Türegün (2017)'e göre; partnerlerin aralarındaki gerilimlerin azalmasında cinsellik, sevgi, sıcaklık, korunma ve koruma hiseleri etkili olmaktadır. Cinsellik partnerlerin karşılıklı olarak birbirlerinin beklentilerine ve düşüncelerine saygı duymaları, bu konu ile ilgili olarak kendilerini rahatça ifade edebilmeleriyle daha iyi yaşanabilmektedir (Canel, 2012). Cinsel nitelik ve işlev bozukluğunun özellikle olumsuz düşüncelerle şekillenen negatif duygularla ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Nobre, 2003). Tüm bunlarla birlikte SadatıKiadehi vd. (2020) duygularını daha iyi ifade edenlerin, evlilik çatışmalarıyla daha etkin bir şekilde başa çıktıkça daha yüksek evlilik doyumu ve cinsel doyum, daha az evlilik gerilimi ve daha düşük boşanma oranları yaşadıklarını ifade etmektedirler.

Sonuç olarak duyguları ifade etme artış gösterdiğinde kadın ve erkek cinsel doyumları da artmaktadır. Bireyler ilişkilerinde duygularını rahat ifade ettiklerinde cinsel doyumları da artabilmektedir. Bireylerin birbirlerine duygularını ifade etmedikleri bir ilişkide cinsel doyumun azalacağı söylenebilir.

D. Benlik Ayrışması, Cinsel Doyum, Duyguları İfade Etme Değişkenlerinin Demografik Özelliklere Göre Anlamlı Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular ve Tartışma

Araştırmada dördüncü sorusu kapsamında benlik ayrışması, cinsel doyum, duyguları ifade etmenin demografik özelliklere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu doğrultuda benlik ayrışması, cinsel doyum, duyguları ifade etmenin demografik özelliklere göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

1. Benlik Ayrışması Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre Anlamlı Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular ve Tartışma

Erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha fazla ben pozisyonu aldıkları görülmüştür. Yılmaz ve Gündüz (2021) erkek katılımcıların benlik ayrışma düzeylerinin kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu durum toplumsal cinsiyet rolleriyle açıklanabilmektedir. Buradan hareketle toplum içerisinde kalıplaşan yargılar ve erkeklerin özgür olabilecekleri alanların onlara sunulmasıyla bağımsızlık kazanmaları,

kadınlarınsa daha çok ev içi gereksinimlere ve aileden uzaklaşmamaya teşvik edilmeleri bu duruma yol açan en önemli etkenler olarak görülebilmektedir. Vick (2005) kızların erkeklere göre daha düşük düzeyde ben pozisyonu alabildiklerini ve daha fazla duygusal tepkisellikte bulunabildiklerini ifade etmektedir (Atalay, 2021). Özellikle Türkiye’de erkeklerin daha bağısız olmaları kadınların ise daha kısıtlayıcı bir yaşama sahip olmaları nedeni ile bu sonuca ulaşıldığı düşünülmektedir.

Flört ederek evlenen katılımcıların görücü usulü evlenen katılımcılara göre daha fazla benlik ayrımlaşması yaşadıkları görülmüştür. Ayrıca flört ederek evlenen katılımcıların görücü usulü evlenen katılımcılara göre daha fazla duygusal tepkisellik, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılık yaşadıkları görülmüştür. Polat ve İlhan (2018), flört ederek ve severek evlenen katılımcıların benlik ayrımlaşma düzeylerinin tanıştırılarak ve görücü usulü olarak evlendirilen katılımcılara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bununla birlikte tanıştırılarak ve görücü usulü evlenen katılımcıların başkalarına bağımlılık düzeylerinin flört ederek ve severek evlenen katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Birbirlerini beğenerek ve aralarında anlaşarak tanışan ve flört eden bireylerin başkalarının vasıtası ve aracılığı ile tanışarak evlenenlere göre benlik ayrımlaşma düzeylerinin yüksek olması flört ederek evlenen bireylerin ilişkilerindeki unsurlara (diğer kişilerden bağımsız davranma, duygularının ve düşüncelerinin farkında olarak davranışlar gösterme vb.) bağlanabilir.

Bu araştırmada eğitim durumuna göre benlik ayrımlaşmasında anlamlı bir farklılığın olmadığı belirlenmiştir. Fakat literatüre bakıldığında Tönbül (2020)’ye göre; benlik ayrımlaşması toplam puan ortalamalarında lise mezunu olan katılımcıların doktora, lisansüstü ve lisans mezunu katılımcılara göre daha düşük düzeyde olduğu ifade edilmektedir. Yine Tönbül ve Avcı (2021)’e göre; benlik ayrımlaşmasıyla eğitim durumu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Lisansüstü mezunu olan katılımcıların benlik ayrımlaşma düzeylerinin ilköğretim ve lise mezunu olan katılımcılardan daha yüksek seviyede olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir ifade ile eğitim seviyesi artış gösterdiği zaman bireylerin kendilerini ayrımlaşma düzeyleri artmaktadır.

Sonuç olarak bu araştırmadaki katılımcıların benlik ayrımlaşma düzeyleri aynıdır. Bu durum eğitim durumu verilerinin orantısız dağılımından kaynaklı bir sonuç olabileceğini düşündürmektedir.

2. Cinsel Doyum Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre Anlamlı Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular ve Tartışma

Flört ederek evlenen kadın ve erkek katılımcıların görücü usulü olarak evlenen kadın ve erkek katılımcılara göre daha fazla cinsel doyum yaşadıkları belirlenmiştir. Macit (2016)'ya göre; kendisini tanıyan ve ne istediğini bilen ayrıca kişiliğine uygun çatışma yaşamayacağı bir kişiyi seçebilme olanağına sahip olan kadınların daha mutlu olacakları söylenebilir. Bireyler kendi tercihleri sonucunda daha fazla doyum sağlayabilmektedirler. Erdinç (2018)'e göre; görücü usulü evlenen katılımcıların cinsellikte yaşamış oldukları sorun ve problemler, eşleriyle diğer biçimlerde tanışanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca mantıksal evlilik yapan katılımcıların yaşadıkları cinsel sorun ve problemler aşk evliliği yapan katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çolak ve Cin (2019)'a göre; birbirleriyle anlaşarak evlenen kadınların cinsellikten kaçınma düzeylerinin ve dokunma eksikliklerinin görücü usulü evlenen kadın katılımcılardan daha düşük olduğu bulunmuştur.

Flört ederek birbirlerini severek evlenen, görücü usulü evlenen bireylerin ise daha çok mantık usulü evlenen bireyler oldukları düşünüldüğünde flört ederek evlenenlerin cinsel doyumlarının görücü usulü evlenen bireylere göre daha yüksek olması doğaldır.

Kadın cinsel doyumda, ilk ve ortaokul mezunu katılımcılar lise ve lisans mezunu katılımcılara göre daha fazla cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bozulma yaşamaktadırlar. Lise mezunu katılımcılar lisans ve lisansüstü mezunu katılımcılara göre daha fazla cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bozulma yaşamaktadırlar. İlk ve ortaokul mezunu olan katılımcılar lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla anorgazmi, vajinismus, cinsel iletişimde eksiklik, dokunmada eksiklik yaşamaktadırlar. Lise mezunu katılımcılar lisans mezunu katılımcılara göre daha fazla cinsel iletişimde eksiklik yaşamaktadırlar. Lise mezunu olan katılımcılar lisansüstü mezunu olan

katılımcılara göre daha çok anorgazmi, vajinismus, cinsellikten kaçınma, dokunmada eksiklik yaşamaktadırlar.

Erkek cinsel doyumda, lise mezunu olan katılımcılar lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla cinsel işlev ve niteliğinde bozulma yaşamaktadırlar. Lise mezunu olan katılımcılar lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla dokunmada sorun yaşamaktadırlar. Lisans mezunu olan katılımcılar lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha çok cinsel işlev ve niteliğinde bozulma yaşamaktadırlar. Lise mezunu olan katılımcılar ilk ve ortaokul, lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla empotas, erken boşalma, yaşamaktadırlar. Lise ve lisans mezunu olan katılımcılar ilk ve ortaokul ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara göre daha fazla cinsel kaçınma, doyumda sorunlar, cinsel iletişimde sorunlar yaşamaktadırlar. Erdinç (2018)'e göre; ön lisans ve lise mezunu olan katılımcıların yaşadıkları cinsel sorunlarının lisans ve lisansüstü mezuniyete sahip katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kılıçlar (2018)'e göre; lise ve altında eğitim seviyesine sahip olan kadın katılımcıların cinsel iletişimle ve kaçınmayla ilgili olarak lisans ve üzerinde eğitim seviyesine sahip kadın katılımcılara göre memnuniyetsizlik duydukları belirlenmiştir. Lise ve altında eğitim seviyesine sahip olan erkek katılımcıların cinsel iletişimle ve sertleşmeyle ilgili olarak lisans ve üzerinde eğitim seviyesine sahip erkek katılımcılara göre memnuniyetsizlik duydukları belirlenmiştir. Eğitim düzeyi lise ve altı olan katılımcıların cinsellikten memnuniyet düzeylerinin lisans ve lisansüstü olan katılımcılara göre daha düşük düzeyde olduğu bulunmuştur.

Eğitim seviyesi düştüğünde kadın ve erkek cinsel doyumunda azalma olduğu görülmektedir. Eğitim seviyesinin yüksek olması bireyin ilişkileri içerisinde kendilerini başarılı görmelerine neden olduğu düşünüldüğünde kadın ve erkek cinsel doyumun artmasına neden olduğu söylenebilir. Eğitim seviyesinin düşüklüğü ise kadın ve erkek cinsel doyumda azalmaya neden olabilmektedir.

3. Duyguları İfade Etme Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre Anlamlı Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular ve Tartışma

Kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre daha fazla duygularını ifade ettikleri ve olumlu duygu ifadesi gösterdikleri söylenebilir. Yalçın ve Hamarta (2013) göre; kız katılımcıların duygularını ifade etmede olumlu duygu alt boyutu

puan ortalamalarının erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu, kız katılımcıların duygularını ifade etmede yakınlık alt boyutu puan ortalamalarının erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yılmaz (2020) göre; cinsiyet ile duyguları ifade etme arasında anlamlı farklılığın bulunduğunu ve kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre duygularını daha çok ifade edebildikleri ve yoğun yaşadıkları belirlenmiştir. Akan ve Barışkın (2017)'ye göre; erkeklere nazaran kadınların duygu ifade düzeylerinin daha yüksek olduğunu ve daha yoğun duygularını yaşadıklarını belirtmektedir. Yine Ekşi vd. (2020)'ye göre; erkeklere göre kadınların daha çok duygularını ifade edebilmeleri, toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkili gibi görünmektedir. Erkek adam ağlamaz söylenmelerinden de görülebileceği üzere erkeklerin daha güçlü, sert ve dik duruş sergilemeleri ve öfke dışında fazla duygularını belli etmemeleri Türk kültüründe desteklenmektedir. Diğer taraftan kadınların daha çok duygularını ifade etmeleri için beslendikleri söylenebilir.

Kadın katılımcıların erkeklere göre daha duygusal oldukları düşünüldüğünde kadınlar duygularını erkeklere göre daha çok ve rahat ifade etmektedirler.

Flört ederek evlenen katılımcıların görücü usulü olarak evlenen katılımcılara göre daha fazla duygularını ifade ettikleri yakınlık ve olumlu duygu ifadesi gösterdikleri görülmüştür. Uğur ve Baş (2022) yaptıkları araştırmada, birbirleri ile anlaşarak evlenen bireylerin partnerlerine kendilerini açma düzeylerinin, evlilik doyumlarının görücü usulü olarak evlenen bireylere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. (Uğur & Baş, 2022).

Flört ederek ve severek evlenen bireylerin flört döneminde görücü usulü evlenen bireylere göre daha fazla birbirlerine duygu ifadesi gösterdikleri düşünüldüğünde flört ederek evlenenlerin görücü usulü evlenenlere göre daha fazla duygularını ifade ettikleri söylenebilir.

Lisans ve lisansüstü mezunu katılımcılar lise mezunu katılımcılara göre daha fazla duygularını ifade etmektedirler. Lisans mezunu katılımcılar lise mezunu katılımcılara göre daha fazla yakınlık kurmaktadır. Lisansüstü mezunu katılımcılar ilk ve ortaokul, lise ve lisans mezunu katılımcılara göre daha fazla yakınlık kurmaktadır. İlk ve ortaokul, lisans ve lisansüstü mezunu katılımcılar

lise mezunu katılımcılara göre daha fazla olumlu duygu ifadesi göstermektedirler. Morgül (2022)'e göre; ilk ve ortaokul mezunu olan katılımcıların duygularını ifade etme düzeylerinin lisans ve lisansüstü mezuniyete sahip olan katılımcılara göre daha düşük düzeyde olduğu, ilk ve ortaokul mezunu olan katılımcıların yakınlık duygu ifade düzeylerinin diğer eğitim gruplarına göre daha düşük olduğu belirtilmektedir. Yıldırım (2021)'e göre; ilkokul mezuniyetine sahip olan katılımcıların duyguları ifade etme düzeylerinin lisans mezunu olan katılımcılara göre daha düşük düzeyde olduğu ifade edilmektedir.

Eğitim seviyesinin yükselmesi bireylerin duygu ifadelerinin artırmaktadır. Özellikle lisansüstü eğitime sahip olan bireylerin kendinden daha düşük düzeydeki eğitime sahip bireylere göre daha fazla duygu ifadesi gösterdikleri söylenebilir. Eğitim seviyesinin yüksek olması bireyin yaşamda kendisini başarılı görmesine ve kendine güven duymasına neden olduğu düşünüldüğünde kendi duygularını daha rahat ifade ettikleri söylenebilir.

E. Benliğin Ayrışması İle Cinsel Doyum Arasındaki İlişkide Duyguları İfade Etmenin Aracı Rolüne İlişkin Bulgular ve Tartışma

Araştırmanın beşinci sorusu kapsamında duyguları ifade etme benliğin ayrışması ile cinsel doyum arasındaki ilişkiye aracılık edip etmediği incelenmiştir. Duyguları ifade etmenin, benliğin ayrışması ile kadın ve erkek cinsel doyum arasındaki ilişkide aracı rolü görülmemiştir.

Duyguları ifade etmenin, benliğin ayrışması ile erkek cinsel doyum arasındaki ilişkide aracı rolünün olup olmadığının belirlenmesi için kurulan modelde, benlik ayrışması puanları ile duyguları ifade etme arasında negatif yönde fakat anlamlı bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır. Bu analiz aracılık rolünün belirlenebilmesi için ön koşul olarak değerlendirmeye alınmaktadır. Buradan hareketle burada görülen ilişkinin anlamsız olmasından dolayı modelin aracı rol modeli için uygun olmadığı görülmektedir.

Duyguları ifade etmenin, benliğin ayrışması ile kadın cinsel doyum arasındaki ilişkide aracı rolünün olup olmadığının belirlenmesi için kurulan modelde, benlik ayrışması puanları ile kadın cinsel doyum arasında pozitif yönde fakat anlamlı bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır. Bu analiz aracılık rolünün

belirlenebilmesi için ön koşul olarak değerlendirmeye alınmaktadır. Buradan hareketle burada görölen ilişkinin anlamsız olmasından dolayı modelin aracı rol modeli için uygun olmadığı görölmektedir.



VI.SONUÇ VE ÖNERİLER

Benliğin ayrımlaşması ile cinsel doyum ilişkisinde duyguları ifade etmenin yerinin araştırıldığı bu araştırmadan elde edilen sonuçlara göre; benliğin ayrımlaşmasının duyguları ifade etme ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu, kadın ve erkek katılımcıların cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bildirdikleri bozulma ile benlik ayrımlaşması arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu, kadın ve erkek katılımcıların cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bildirdikleri bozulma ile duyguları ifade etme arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu, duyguları ifade etmenin, benliğin ayrımlaşması ile kadın ve erkek cinsel doyum arasındaki ilişkide aracı rolü üstlenmediği, benlik ayrımlaşması, cinsel doyum, duyguları ifade etmenin demografik özelliklere göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Diğer bir ifade ile benlik ayrımlaşma düzeyleri artış gösterdiğinde duyguları ifade etme düzeyleri de artış göstermektedir. Benlik ayrımlaşması düzeyi artış gösterdiğinde kadın ve erkek cinsel doyumları da artmaktadır. Duyguları ifade etme artış gösterdiğinde kadın ve erkek cinsel doyumları da artmaktadır.

Duyguları ifade etmenin, benliğin ayrımlaşması ile erkek cinsel doyum arasındaki ilişkide aracı rolünün olup olmadığının belirlenmesi için kurulan modelde, benlik ayrımlaşması ile duyguları ifade etme arasında negatif yönde fakat anlamlı bir model ilişkisinin olmadığı saptanmıştır. Duyguları ifade etmenin, benliğin ayrımlaşması ile kadın cinsel doyum arasındaki ilişkide aracı rolünün olup olmadığının belirlenmesi için kurulan modelde, benlik ayrımlaşması ile kadın cinsel doyum arasında pozitif yönde fakat anlamlı bir model ilişkisinin olmadığı saptanmıştır.

Benlik ayrımlaşmasının cinsiyet, yaş, eş eğitim, evlilik süresi, evlilik şekli, çocuk sayısına göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Kadın ve erkek cinsel doyumun yaş, eğitim, eş eğitim, evlilik süresi, evlilik şekli, çocuk sayısına göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Duyguları ifade etmenin cinsiyet,

yaş, eğitim, eş eğitim, evlilik şekline göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

A. Uygulamaya Yönelik Öneriler

- Partnerler arasında iletişim sorunlarının ortadan kaldırılabilmesi ve duyguları ifade edilebilmeleri için bunlarla baş edebilecekleri yöntemler anlatılarak farkındalık yaratılması, farklı kurumlar tarafından verilen cinsel eğitimlerde duyguları ifade etmenin öneminin göz önüne alınması önerilebilir.
- Bireylerin benlik ayrımlaşmalarını sağlıklı gerçekleştirebilmeleri için bilgilendirmeleri ve seminerlerin düzenlenmesi önerilebilir.
- Bireylere duygularını ifade edebilmelerinin ve sağlıklı bir şekilde benlik ayrımlaşması yaşamalarının kendilerine neler kazandırabileceğiyle ilgili farkındalık yaratılması önerilebilir.
- Cinsel işlev bozukluğu yaşayan bireylerin benlik ayrımlaşması ve duyguları ifade etme unsurlarına önem vermeleri önerilebilir.

B. Gelecekte Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler

- Bu araştırmaya katılan bireylerin çoğunluğunun (%57,6) lisans mezunu ve (%79,5) flört ederek evlenenlerin olduğu göz önüne alındığında ileride yapılacak araştırmalarda farklı eğitim seviyelerinin ve görücü usulü evlenenlerin ön planda tutulduğu çalışmaların yapılması önerilebilir.
- Bu araştırmada kullanılan cinsel doyum ölçeği aslında cinsel ilişki işlevinde ve niteliğinde bildiririlen bozulmayı ifade ettiğinden dolayı ileride bu konuyla ilişkili yapılacak olan çalışmalarda doğrudan cinsel tatmin ve doyumunu ölçen ölçeklerin (örn. Yeni Cinsel Doyum Ölçeği) kullanılması önerilebilir.
- İleride bu konuyla ilişkili yapılacak olan çalışmalarda cinsel doyum ve duyguları ifade etme değişkenlerinin yerine iyi oluş, benlik saygısı, evlilik doyumunu vb. gibi farklı değişkenlerle de benlik ayrımlaşması ile aralarındaki ilişkilerin incelenmesi önerilebilir.

- Bu araştırma Türkiye geneli bir araştırma olduğundan ileride yapılacak araştırmaların belirli bölgelere (Ege Bölgesi, Akdeniz Bölgesi vb.) veya illere (İstanbul, İzmir vb.) indirgenerek yapılması önerilebilir.



VII. KAYNAKÇA

KİTAPLAR

- BERİCAT, E. (2012). **Emotions. Sociopedia ISA**, 1-13.
- BOWEN, M. (1976). **Theory in the practice of psychotherapy**. Family therapy: theory and practice. içinde New York : Gardner Press.
- BOWEN, M. (1978). **Family therapy in clinical practice**. New York: Aronson.
- BOWERS, J. W., METTS, S. M. ve DUNCANSON, W. (1985). **Emotion and interpersonal communication**. Handbook of interpersonal communication. içinde Beverly Hills: Sage.
- BRODY, L. (1999). **Gender, Emotion, and the Family**. Cambridge: Harvard University Press.
- COREY, G. (2008). **Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları**. (T. Ergene, Çev.) Ankara: Metis Yayıncılık.
- CRESWELL, J. W. (2017). **Araştırma deseni: Nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları** . İstanbul: Eğiten Kitap.
- GEORGE, D., ve MALLERY, P. (2010). **SPSS for Windows step by step. A simple study guide and reference** (10 b.).
- GLADDİNG, S. T. (2013). **Counseling: A comprehensive profession**. (7th Edition). Pearson Higher .
- GOLDENBERG, H. ve GOLDENBERG, I. (2008). **Family therapy an overview** . Belmont: Thomson Hieger Education.
- HUANG, H. Y. (2019). **Ritual Of Sexual Plasure**. ROSP Konsfact.
- KARASAR, N. (2009). **Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar-ilkeler-teknikler**. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- MYERS, D. G. (2013). **Social Psychology. (11th Edition)**. Australia: McGraw-Hill.

- PEKRUN, R., GOETZ, T., TITZ, W. ve PERRY, R. P. (2002). **Positive Emotions In Education.** E. Frydenberg (Dü.) içinde, Beyond coping: Meeting goals, visions, and challenges (s. 149-173). Oxford University Press.
- SCHUMACKER, R. ve LOMAX, R. (2004). **A beginner's guide to structural equation modeling.** New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- SPRECHER, S., CATE, R. M., HARVEY, J. H. ve WENZEL, A. (2004). **Sexual satisfaction and sexual expression as predictors of relationship satisfaction and stability.** The handbook of sexuality in close relationships (s. 235-256).
- VICK, D. (2005). **The relationship between parent and peer attachment and differentiation of self in first-year college students.** Norfolk: Old Dominion University.
- WATSON, W. H. ve MCDANIEL, S. H. (2005). **Managing Emotional Reactivity in Couples Facing Illness: Smoothing Out the Emotional Roller Coaster.** M. Harway içinde, Handbook of Couples Therapy. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- WHO. (2010). **Measuring Sexual Health: Conceptual And Practical Considerations And Related Indicators.** Switzerland: World Health Organization.
- WILLOUGHBY, R. (2017). **Key Concept: Sexuality.** Bristol: University of the West of England.
- WINEK, J. L. (2014). **Bowenian Family Therapy.** Systemic Family Therapy. içinde USA: Appalachian State University.
- YALÇINKAYA, A. U. (2019). **Differentiation Of Self: Examination Of The Concept In The Interplay Of Stress, Life Satisfaction, And Marital Satisfaction.** Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi.

MAKALELER

- AKAN, Ş. T. ve BARIŞKIN, E. (2017). Kültür ve Cinsiyet Bağlamında Berkeley Duygu İfadesi Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirlik Ölçütleri. **Türk Psikiyatri Dergisi**, 28(1), 43-50.
- AKÇAY, C. ve ÇORUK, A. (2012). Çalışma Yaşamında Duygular ve Yönetimi: Kavramsal Bir İnceleme. **Eğitimde Politika Analizi Dergisi**, 1(1), 3-25.
- ALAEDEİN, J. M. (2008). Is Bowen Theory Universal? Differentiation of Self among Jordanian Male and Female College Students and between them and A Sample of American Students through Bowen's Propositions. **Dirasat, Educational Sciences**, 35(2), 479-506.
- AMİRİ, M., KHOSRAVİ, A., NOURİ, M., AHMADİANFAR, F., KEBRİA, M. H., ve RAEİ, M. (2020). Sexual Satisfaction and Related Factors among Iranian Married Women, 2017. **Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences**, 16(4), 29-33.
- ARMENTA, C. N., FRİTZ, M. M. ve LYUBOMİRSKY, S. (2016). Functions of Positive Emotions: Gratitude as a Motivator of Self-Improvement and Positive Change. **Emotion Review**, 9(3), 183-190.
- ASHDOWN, B. K., HACKATHORN, J. ve CLARK, E. M. (2011). In And Out Of The Bedroom: Sexual Satisfaction In The Marital Relationship. **Journal of Integrated Social Sciences**, 2(1), 40-57.
- BARON, R. M. ve KENNY, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. **Journal of Personality and Social Psychology**, 51(6), 1173-1182.
- BRIDGE, E. N. (2019). Bowen Teorisi Işığında Bir Vaka Çalışmasının Gözden Geçirilmesi: Benliğin Farklılaşması. **Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi**, 3(5), 65-72.
- BULUT, Ö. A. (2020). The Religious and Spiritual Dimensions of Bowen Family Therapy. **Spiritual Psychology and Counseling**(5), 65–85.

- BYERS, S. E. (1999). The Interpersonal Exchange Mode I of Sexual Satisfaction: Implications for Sex Therapy with Couples. **Canadian Journal of Counselling**, 33(2), 95-111.
- TUĞRUL, N. Ö. (1993). Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği'nin Standardizasyon Çalışması. **Türk Psikiyatri Dergisi**, 4(2), 83-88.
- CALATRAVA, M., MARTINS, M. V., SCHWEER-COLLINS, M., DUCH-CEBALLOS, C. ve RODRÍGUEZ-GONZÁLEZ, M. (2022). Differentiation of self: A scoping review of Bowen Family Systems Theory's core construct. **Clinical Psychology Review**(91), 1-13.
- CALVILLO, C., SÁNCHEZ-FUENTES, M. D. ve SIERRA, J. C. (2020). An Explanatory Model of Sexual Satisfaction in Adults with a Same-Sex Partner: An Analysis Based on Gender Differences. **International Journal of Environmental Research and Public Health**(17), 1-17.
- CHUNG, H. ve GALE, J. (2006). Comparing Self-differentiation and Psychological Well-being between Korean and European American Students. **Contemp Fam Ther**(28), 367-381.
- COMELLA, P. A. (2001). Triangles: The "Glue" Of Bowen Family Systems Theory. **Brief Report**, 6(1), 67-76.
- CROWLEY, T., GOLDMEIER, D. ve HILLER, J. (2009). Diagnosing and managing vaginismus. **BMJ Clinical Research**(339), 225-229.
- CURUN, F., TANGÖR, B. B. ve KAYA, E. Ç. (2020). Olumlu/Olumsuz Duygulanım ve Özgün Kişilik: Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Aracı Rolü. **Psikoloji Çalışmaları Dergisi**, 40(2), 599-623.
- ÇAĞLAR, A. (2021). Adaptation Of The Brief Emotional Experience Scale To Turkish: A Study Of Validity And Reliability. **Psychology And Education**, 58(5), 7170-7180.
- ÇOLAK, A. M. ve CİN, F. M. (2019). Kadınların Cinsel Doyumunun İlişki Mutlulukları Üzerine Etkisi. **İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 18(35), 745-754.

- ÇUTUK, Z. A. (2021). Emotional Expressivity, Loneliness and Hopelessness Relationship in Adolescents. **International Journal of Psychology and Educational Studies**, 8(2), 51-60.
- DOCHERTY, N. M., CUTTING, L. P. ve BERS, S. A. (1998). Expressed emotion and differentiation of self in the relatives of stable schizophrenia outpatients. **Psychiatry**, 61(4), 269-278.
- EKŞİ, H., İKİZ, K. ve BAŞMAN, M. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk Korkusu ve Duygularını İfade Etme Becerileri Arasındaki İlişkide Öz Duyarlılığın Aracı Rolü. **Kastamonu Eğitim Dergisi**, 28(2), 820-829.
- ERDEM, G. ve SAFİ, O. A. (2018). The Cultural Lens Approach to Bowen Family Systems Theory: Contributions of Family Change Theory. **Journal of Family Theory & Review**, 10(2), 1-15.
- ERDEM, Ş. ve KABASAKAL, Z. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Benliğin Ayrışması ve Psikolojik İyi Oluş. **Turkish Studies - Social**, 15(8), 3505-3519.
- ESENCAN, T. Y. ve BEJİ, N. K. (2015). Günümüze değin cinsellik konusunda yapılan çalışmaların irdelenmesi. **JournalAgent**, 17(63), 301-310.
- GARDNER, B. C., BUSBY, D. M. ve BRIMHALL, A. S. (2007). Putting Emotional Reactivity in its Place? Exploring Family-of-origin Influences on Emotional Reactivity, Conflict, and Satisfaction in Premarital Couples. **Contemp Fam Ther**(29), 113–127.
- GHAREHBAGHY, F. (2011). An Investigation into Bowen Family Systems Theory in an Iranian Sample. **Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences (IJPBS)**, 5(1), 56-63.
- GHESLAGHI, F., DORVASHI, G., ARAN, F., SHAFIEI, F. ve NAJAFABADI, G. M. (2014). The Study of Sexual Satisfaction in Iranian Women Applying for Divorce. **International Journal of Fertility and Sterility**, 8(3), 281-288.
- GILLMAN, N. ve GILLMAN, M. (2019). Premature Ejaculation: Aetiology and Treatment Strategies. **Medicine Science**, 7(102), 1-11.

- GOFF, J. D. (2010). The Impact of Differentiation of Self and Spirituality on Sexual Satisfaction. **Journal of Psychology & Christianity**, 29(1), 57-71.
- GRAHAM, J. W., GENTRY, K. W. ve GEEN, J. (1981). The self presentational nature of emotional expression: Some evidence. **Personality and Social Psychology Bulletin**(7), 467-474.
- GREENBERG, M. A., WORTMAN, C. B. ve STONE, A. A. (1996). Emotional expression and physical health: Revising traumatic memories or fostering self regulation? **Journal of Personality and Social Psychology**(71), 588-602.
- HAEFNER, J. (2014). An Application of Bowen Family Systems Theory. **Issues in Mental Health Nursing**(35), 835–841.
- HAİDER, B., KHAN, S., ve ANWAR, K. (2016). Emotional Expressions Between Male and Female in Hostalize Students. **Journal of Education and Practice**, 7(25), 1-2.
- HAMİDİ, S. M. ve MOGHADAM, H. E. (2018). The Prediction of Sexual Satisfaction Based on Differentiation and Emotional Expressions in Married Women. **International Journal of Palliative Nursing (IJPN)**, 6(5), 71-78.
- HSU, Y.-C., HUANG, H.-C. ve HUANG, S.-T. (2013). Treatment of premature ejaculation. **Urological Science**(24), 2-6.
- IŞIK, E. ve BULDUK, S. (2015). Psychometric Properties Of The Differentiation Of Self Inventory-Revised In Turkish Adults. **Journal of Marital and Family Therapy**, 41(1), 102–112.
- JENKİNS, S. M., BUBOLTZ, W. C., SCHWARTZ, J. P. ve JOHNSON, P. (2005). Differentiation Of Self And Psychosocial Development. **Contemporary Family Therapy**, 27(2), 251-261.
- JONES, A. C., ROBINSON, D. W. ve SEEDALL, R. B. (2017). The Role Of Sexual Communication In Couples' Sexual Outcomes: A Dyadic Path Analysis. **JOURNAL OF MARITAL AND FAMILY THERAPY**, 44(4), 606–623.

- KALKAN, E. ve AYDOĞAN, D. (2019). Evlilik İlişki Kalitesini Benlik Açısından Değerlendirme: Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Özgünlük. **Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 38(1), 174-189.
- KARAKURT, G. ve SİLVER, K. E. (2014). Therapy for Childhood Sexual Abuse Survivors using Attachment and Family Systems Theory Orientations. **The American Journal of Family Therapy**, 42(1), 79-91.
- KARAMAN, I. G., SONKURT, H. O. ve GULEC, G. (2021). Marital adjustment and sexual satisfaction in married couples with sexual functioning disorders: A comparative study evaluating patients and their partners. **Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences**(34), 172-180.
- KAVAKLI, M. (2019). Why Do We Have Emotions? The Social Functions of Emotions. **Research on Education and Psychology**, 3(1), 11-20.
- KERR, M. ve BOWEN, M. (1988). Family Evaluation. New York : Norton & Compan.
- KİM-APPEL, D., APPEL, J., NEWMAN, I. ve PARR, P. (2007). Testing the Effectiveness of Bowen's Concept of Differentiation in Predicting Psychological Distress in Individuals Age 62 Years or Older. **The Family Journal: Counseling And Therapy For Couples And Families**, 15(3), 224-233.
- KİNG, L. A. ve EMMONS, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and psysical correlates. **Journal of Personality and Social Psychology**, 58(5), 864-877.
- KOCHAN-WOJCİK, M. (2012). Spousal Similarities in Self Differentiation and Corporal Self. **Polish Journal of Applied Psychology**, 10(2), 91-106.
- KOK, E. (2004). Sexuality: How it is defined and determined? **South African Family Practice**, 46(3), 39-42.
- KONKAN, R., BAYRAK, M., GÖNÜLLÜ, O. G., ŞENORMANCI, Ö. ve SUNGUR, M. Z. (2012). Vajinusmuslu kadınlarda cinsel işlev ve doyum. **Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences**(25), 305-311.

- KUİLE, M. M., LANKVELD, J. J., GROOT, E. D., MELLES, R., NEFFS, J. ve ZANDBERGEN, M. (2007). Cognitive-behavioral therapy for women with lifelong vaginismus: Process and prognostic factors. **Behaviour Research and Therapy**, 45(2), 359-373.
- KUZUCU, Y. (2011). Duyguları İfade Etme Ölçeği'nin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. **Kastamonu Eğitim Dergisi**, 19(3), 779-792.
- LAWLER, E. J. (1999). Bringing emotions into social exchange theory. *Annual Review of Sociology*(25), 217–244.
- MALLORY, A. B., STANTON, A. M. ve HANDY, A. B. (2019). Couples' Sexual Communication and Dimensions of Sexual Function: A Meta-Analysis. **The Journal Of Sex Research**, 1-17.
- MAZZİLLİ, F. (2022). Erectile Dysfunction: Causes, Diagnosis and Treatment: An Update. **Journal of Clinical Medicine**(11), 1-6.
- MCNULTY, J. K. (2016). Longitudinal Associations Among Relationship Satisfaction, Sexual Satisfaction, and Frequency of Sex in Early Marriage. **Arch Sex Behav**(45), 85-97.
- MERT, A. ve TOPAL, İ. (2018). Benlik Ayrışmasının Manevi Yönelimine Etkisinin Bazı Değişkenlerle İncelenmesi. **Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi**, 8(14), 68-91.
- MESTON, C. ve TRAPNELL, P. (2005). Development and Validation of a Five-Factor Sexual Satisfaction and Distress Scale for Women: The Sexual Satisfaction Scale for Women (SSS-W). **The Journal of Sexual Medicine**, 2(1), 66–81.
- MOHAMMADİ, S., BORJALİ, A., RAİSİ, F. ve YOUSEFİ, N. (2021). Early Maladaptive Schemas, Sexual Self-esteem, and Anxiety in Women with Orgasmic Disorders. **Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences**, 15(3), 1-7.
- MONTEIRO, J., CASTELHANO, J., PIGNATELLİ, D., TARTARO, A. ve CERA, N. (2022). Do Psychogenic Erectile Dysfunction and Premature Ejaculation Share a Neural Circuit? Evidence from a fMRI Systematic Review and Meta-Analysis. **Applied Sciences**(12), 1-14.

- MURRAY, C. E. (2006). Controversy, constraints, and context: Understanding family violence through family systems theory. **The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families**, 14(3), 234-239.
- MURRAY, T. L., MURRAY, C. E. ve DANİELS, M. H. (2007). Stress and family relationship functioning as indicators of the severity of Fibromyalgia Symptoms: A regression analysis. **Stress and Health**(23), 3-8.
- NAJAFABADY, M. T., SALMANİ, Z. ve ABEDİ, P. (2011). Prevalence and related factors for anorgasmia among reproductive aged women in Hesarak, Iran. **CLINICS**, 66(1), 83-86.
- OKECHİ, O. S. (2018). The Indigenous Concept of Sexuality in African Tradition and Globalization. **Global Journal of Reproductive Medicine**, 6(1), 1-5.
- ÖZTÜRK, C. Ş. ve ARKAR, H. (2014). Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkiler. **Sempozyum Dergisi**, 1(3), 16-24.
- PALOMBİ, M. (2016). Separations: A Personal Account of Bowen Family Systems Theory. **Australian and New Zealand Journal of Family Therapy**(37), 327-339.
- PANDEY, V. ve BAJPAİ, A. (2016). The Concept of sexuality reflected in ancient Indian Culture: A Critical review. **International Research Journal of Management Sociology & Humanity (IRJMSH)**, 7(4), 163-169.
- PAPERO, D. V. (2014). Assisting the Two-person System: An Approach Based on the Bowen Theory. **Australian and New Zealand Journal of Family Therapy**(35), 386-397.
- PARKINS, R. (2012). Gender and Emotional Expressiveness: An Analysis of Prosodic Features in Emotional Expression. **Pragmatics and Intercultural Communication**, 5(1), 46-54.
- PELEG-POPKO, O. (2002). Bowen Theory: A Study Of differentiation Of Self, Social Anxiety, And physiological Symptoms. **Contemporary Family Therapy**, 24(2), 355-369.
- PERİ-ROTEM, N. ve SKİRBEEK, V. (2023). Religiosity, Sex Frequency, and Sexual Satisfaction in Britain: Evidence from the Third National Survey

- of Sexual Attitudes and Lifestyles (Natsal). **The Journal Of Sex Research**, 60(1), 13–35.
- PETERS, S. D. ve MELTZER, A. L. (2021). Newlywed Couples' Own and Partner Sexual Disgust Sensitivities Interact to Predict Their Marital Satisfaction Through Their Sexual Satisfaction. **Archives of Sexual Behavior**(50), 2563–2577.
- POLAT, K. ve İLHAN, T. (2018). Evli Bireylerde Çift Uyumu ve Bazı Psikolojik Belirtilerin Benliğin Farklılaşması Açısından İncelenmesi. **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 8(50), 87-115.
- POOYA, A. K., MOHAMMADI, M., KARAMI, A. ve BOOGER, I. R. (2022). Investigating the Relationship Between Differentiation and Moral Justice in Sexual Satisfaction. **Journal of Practice in Clinical Psychology**, 10(4), 319-328.
- RODRÍGUEZ-GONZÁLEZ, M., SKOWRON, E. A. ve ANCHÍA, R. J. (2015). Spanish Adaptation Of The Differentiation Of Self Inventory Revised (DSI-R). **Terapia Psicológica**, 33(1), 47-58.
- ROELS, R. ve JANSSEN, E. (2020). Sexual and Relationship Satisfaction in Young, Heterosexual Couples: The Role of Sexual Frequency and Sexual Communication. **The Journal of Sexual Medicine**, 17(9), 1643-1652.
- SADATI-KIADEHI, S. M., PAZIRA, R. ve ALAVIJEH, F. S. (2020). Comparing Positive and Negative Emotional Experiences between Women with and without Vaginismus. **Archives of Pharmacy Practice**, 11(1), 138-143.
- SALEHI, H. M., MORADI, O., AREFI, M. ve YAR-AHMADI, Y. (2020). Mediating Role of Communication Patterns in Relationship Between Self-differentiation and Sexual Satisfaction. **Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology**, 26(2), 154-168.
- SÁNCHEZ-FUENTES, M. D., SANTOS-IGLESIAS, P. ve SIERRA, J. C. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. **International Journal of Clinical and Health Psychology**(14), 67–75.
- SCHMIDT, T. O. ve CORNELIUS, R. R. (1987). Self- disclosure in everyday life. **Journal of Social and Personal Relationships**(4), 365-373.

- SCOTT, V. C., SANDBERG, J. G., HARPER, J. M. ve MILLER, R. B. (2012). The impact of depressive symptoms and health on sexual satisfaction for older couples: Implications for clinicians. **Contemporary Family Therapy**, 34(3), 376-390.
- SHAHHOSSEINI, Z., GARDESHI, Z. H., POURASGHAR, M. ve SALEHI, F. (2014). A Review of Affecting Factors on Sexual Satisfaction in Women. **Mater Sociomed**, 26(6), 378–381.
- SHIN, D. ve WANG, Z. (2015). The experimentation of matrix for product emotion. **Procedia Manufacturing**(3), 2295-2302.
- SKOWRON, E. A. ve SCHMITT, T. A. (2003). Assessing Interpersonal Fusion: Reliability And Validity Of A New DSI Fusion With Others Subscale. **Journal of Marital and Family Therapy**, 29(2), 209-222.
- SKOWRON, E. A., STANLEY, K. L. ve SHAPIRO, M. D. (2009). A Longitudinal Perspective on Differentiation of Self, Interpersonal and Psychological Well-Being in Young Adulthood. **Contemp Fam Ther**(31), 3–18.
- SMITH, H. (2015). Erectile dysfunction. **South African Family Practice**, 57(2), 12-16.
- STEPHENSON, K. R. ve MESTON, C. M. (2011). The association between sexual costs and sexual satisfaction in women: An exploration of the Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. **The Canadian Journal of Human Sexuality**, 20(1), 31-40.
- STEPHENSON, K. R., AHROLD, T. K. ve MESTON, C. M. (2011). The Association Between Sexual Motives and Sexual Satisfaction: Gender Differences and Categorical Comparisons. **Archives of Sexual Behavior**(40), 607–618.
- STUPARU, C. (2020). Female Orgasm Disorder. Anorgasmia. **International Journal of Advanced Studies in Sexology**, 2(2), 89-93.
- TIMM, T. M. ve KEILEY, M. K. (2011). The Effects of Differentiation of Self, Adult Attachment, and Sexual Communication on Sexual and Marital Satisfaction: A Path Analysis. **Journal of Sex and Marital Therapy**, 37(3), 206-223.

- TUĞRUL, C., ÖZTAN, N. ve KABAKÇI, E. (1993). Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği'nin Standardizasyon Çalışması. **Türk Psikiyatri Derneği**, 4(2), 83-88.
- TUĞUT, N. (2016). Yeni Cinsel Doyum Ölçeği'nin Türkçe versiyonu: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. **The Journal of Happiness & Well-Being**, 4(2), 183-195.
- UĞUR, Z. ve BAŞ, A. U. (2022). Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının, Eşe Kendini Açmalarının ve Bağlanma Yaralanmalarının İncelenmesi. **Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi**, 13(2), 1480-1510.
- VURGEÇ, A. B. ve SURUCU, G. S. (2021). Öğrenci Ebelerin Gebelikte Cinsellik Konusundaki Tutum ve İnançlarını Yordayıcı Faktörlerin Cinsel Danışmanlık Çerçevesinde İncelenmesi. **ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi**, 6(2), 93-104.
- YALÇIN, B. S. ve HAMARTA, E. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Duygularını İfade Edebilmelerinin Aleksitimi ve Psikolojik İhtiyaçlarına Göre İncelenmesi. **Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi**, 3(4), 36-82.
- YILDIRIM, K. H. (2021). Evli Çiftlerde Bağlanma Stillerinin ve Ontolojik İyi Oluşun Cinsel Doyum Üzerine Etkisi. **Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi**, 18(39), 382-404.
- YILDIZ, Y., ALACACIOĞLU, A., VAROL, U., KÜÇÜKZEYBEK, Y., AŞIK, N., SALMAN, T., . . . TARHAN, M. O. (2018). Jinekolojik Kanserli Hastalarda Cinsel Doyum ve Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi. **Acta Oncologica Turcica**, 51(3), 370-376.
- YILMAZ, B. ve GÜNDÜZ, B. (2021). Beliren Yetişkinlik Döneminde Romantik İlişki Doyumunun Yordayıcısı Olarak Benlik Ayrışması, Otantiklik Ve Depresyon. **Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**(58), 334-361.
- YOUNİS, I., EL-HABBAQ, D. M., AL-AWADY, M. A. ve MOSTAFA, A. (2019). Sexual satisfaction in women and its predictors. **Human Andrology**, 9(1), 14-20.

ZAREEİ, F. ve NAZEMİAN, A. (2017). The Effectiveness of Assertiveness Training on Alexithymia and Self-Differentiation in Runaway Girls in the City of Mashhad, Iran. **The International Journal of Indian Psychology**, 5(1), 116-130.

ZEGEYE, B., WOLDEAMANUEL, G. G., NEGASH, W. ve SHİBRE, G. (2020). Sexual Satisfaction and Its Associated Factors among Married Women in Northern Ethiopia. **Ethiopian Journal of Health Sciences**, 30(2), 169-178.

ELEKTRONİK KAYNAKLAR

MATSUMOTO, D. (2023). The Origin of Universal Human Emotions. https://davidmatsumoto.com/content/NG%20Spain%20Article_2_.pdf

TEZLER

ATALAY, F. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Benliğin Farklılaşması. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

DEMİRÖREN, D. (2022). Ebeveyne Duygusal Erişilebilirlik ile Yakınlık Korkusu Arasındaki İlişkide Benlik Farklılaşmasının Aracı Rolü. İstanbul: Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

ERDİNÇ, İ. (2018). Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel Yaşam Doyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

GLADE, A. C. (2005). Differentiation, Marital Satisfaction And Depressive Symptoms: An Application Of Bowen Theory. USD: Ohio State University.

GÖÇMEN, B. S. (2018). Benlik farklılaşması ile cinsel benlik şemaları ve cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi.

İŞERİ, B. (2019). Üniversite Öğretim Elemanlarının Duygu Yönetimi Yeterlikleri. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kırşehir: Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi.

- JONES, A. C. (2016). The Role of Sexual Communication in Committed Relationships. Logan, Utah: Utah State University.
- KALKAN, E. (2018). Evlilik İlişki Kalitesinin Benliğin Farklılaşması Ve İlişkisel Özgünlük Bağlamında İncelenmesi. Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- KÖSE, B. A. (2022). Yetişkin Bireylerde Cinsel Mit İnanışları, Cinsel Doyum ve Somatizasyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul: İstanbul Okan Üniversitesi.
- KUDİAKİ, Ç. (2002). Cinsel Doyum ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkiler. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- KURTULUŞ, H. K. (2022). 18-65 Yaş Arası Bireylerin Çocukluk Çağı Travmaları İle Duyguları İfade Etme ve Empati Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İstanbul: Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- KUZUCU, Y. (2006). Duyguları Fark Etmeye ve İfade Etmeye Yönelik Bir Psiko-Eğitim Programının, Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Farkındalık Düzeylerine, Duyguları İfade Etme Eğilimlerine, Psikolojik ve Öznel İyi Oluşlarına Etkisi. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- MACİT, M. (2016). 20-45 Yaş Arası Görücü Usulü Ve Flört Ederek Evlenen Kadınların Evlilik Uyumları İle Cinsel Doyumlarının İncelenmesi. İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- MORGÜL, Ş. (2022). Genç Yetişkinlerde Anksiyete Düzeyi ve Duyguları İfade Etmenin Somatizasyon İle İlişkinin İncelenmesi. İstanbul: İstanbul Gedik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- NOBRE, P. J. (2003). Sexual dysfunction: Contributions for the construction of a comprehensive model based on cognitive theory. Doctoral dissertation. Coimbra, Portugal: Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- ÖZCAN, S. (2022). Kişilik Özellikleri, Duygu Gereksinimi Ve Sosyal Ve Duygusal Yalnızlığın Duyguları İfade Etmeyi Yordayıcı Etkilerinin İncelenmesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Düzce: Düzce Üniversitesi.

- SARIKAYA, Y., BOYACI, M., İLHAN, T. ve ALDEMİR, A. (2017). Benliğin Ayrışması Ölçeği Kısa Formunun (BAÖ-KF) Türkçe Uyarlama Çalışması: İlk Psikometrik Bulgular. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi.
- ŞAHİN, S. M. (2020). Moderating Role Of Emotion Expression Between Fragile And Secure Self-Esteem On Self-Regulation Under Ego-Threat. Department Of Psychology. Middle East Technical University.
- ŞİPİT, G. (2019). Yetişkin Bireylerde Bağlanma Stillerinin Duyguları İfade Etme Şekilleri Ve Empatik Eğilim Yeteneklerine Etkileri. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TÖNBÜL, Ö. (2020). Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları İle Benlik Farklılaşma Düzeylerinin Evlilik İlişkisi İnançları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. Çanakkale: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi.
- TÜREGÜN, C. A. (2017). Yetişkinlerde Cinsel Doyum İle Suçluluk Ve Utanç Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İstanbul: Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- ÜLGER, İ. (2018). Acil Serviste Çalışan Hemşirelerin Duygu Yükleri ve Duygu Yönetim Becerilerinin Belirlenmesi. Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- YALÇIN, B. S. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Duygularını İfade Edebilmelerinin Aleksitimi Ve Psikolojik İhtiyaçlarına Göre İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Konya: Selçuk Üniversitesi.
- YILDIRIM, M. (2021). Migren Tanılı Hastalarda Problem Çözme Becerileri ve Duyguları İfade Etme Biçimlerinin İlişkisi. İstanbul: Demiroğlu Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- YILMAZ, B. (2020). Beliren Yetişkinlik Döneminde Romantik İlişki Doyumunun Yordayıcısı Olarak Benlik Ayrışması, Otantiklik ve Depresyon. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Mersin: Mersin Üniversitesi.
- YILMAZ, R. (2020). Kişilerarası Şema, Kişilerarası Tarz Ve Duygu İfade Etme Açısından Sosyal Kaygının İncelenmesi. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

DIĞER KAYNAKLAR

- CANEL, A. N. (2012). Evlilik ve Aile Hayatı. Ankara: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Aile Eğitim Programı.
- HUGHES, A. ve HARPER, J. (2012). Sexual Satisfaction and Differentiation. FHSS Mentored Research Conference. Brigham Young University.
- IŞIK, E. ve BULDUK, S. (2014). Benliğin Ayrışması Ölçeğinin Üniversite Öğrencileri için Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. I. International Eurasian Educational Research Congress. İstanbul.
- TÖNBÜL, Ö. ve AVCI, H. (2021). Evlilikte Algılanan Sürekli Kaygının Benliğin Farklılaşması Açısından İncelenmesi. I. Uluslararası Psikolojide Güncel Yaklaşımlar ve Araştırmalar Kongresi. İstanbul: UPA.

EKLER

Ek.1 Kişisel Bilgi Formu

Ek.2 Benliğin Ayrışması Ölçeği

Ek.3 Duyguları İfade Etme Ölçeği

Ek.4 Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği

Ek.5 Etik Kurul Kararı



Ek.1 Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyet

Kadın () Erkek ()

2. Yaş.....

3. Eğitim Düzeyiniz

Hiç Okula Gitmedim() İlkokul() Ortaokul() Lise() Lisans() Yüksek Lisans ve Üzeri()

4. Eşinizin Eğitim Düzeyi

Hiç Okula Gitmedi() İlkokul() Ortaokul() Lise() Lisans() Yüksek Lisans ve Üzeri()

5. Ne Kadar Süredir Evlisiniz (Yıl-Ay olarak)?.....

6. Eşinizle Nasıl Evlendiniz?

Görücü Usulü () Flört ()

7. Kaç Çocuğunuz Var?.....



Ek.2 Benliğin Ayrışması Ölçeği

Benliğin Ayrışması Ölçeği

Aşağıda kendinizle ve başkalarıyla olan ilişkilerinize yönelik düşünce ve duygularınızı içeren ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen her bir ifadeyi dikkatlice okuyarak 1'den 6'ya kadar olan seçeneklerden **sizi en iyi ifade eden seçeneği** işaretlemenizdir. Eğer herhangi bir madde sizinle direkt ilgili gözükmiyorsa (örn., şu anda bir eşiniz/partneriniz yoksa), olması halinde nasıl düşünüp nasıl davranabileceğinizle ilgili en iyi tahmininizi belirtiniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6
Hiç Uygun Çok
Değil Uygun

1. Ailemin yanıdayken genellikle kendimi kısıtlanmış hissedirim.	1	2	3	4	5	6
2. Önemli bir işe ya da göreve başlarken genellikle başkalarının cesaretlendirmesine ihtiyaç duyarım.	1	2	3	4	5	6
3. İnsanlar benimle yakınlık kurmaya çalıştıklarında, kendimi onlardan uzak tutarım.	1	2	3	4	5	6
4. İnsanlar benimle yakınlık kurmaya çalıştıklarında, bundan genellikle rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6
5. Hemen hemen hayatımdaki herkesten onay alma ihtiyacı hissedirim.	1	2	3	4	5	6
6. Değiştiremeyeceğim şeyler için üzülmenin bir anlamı yok.	1	2	3	4	5	6
7. Yakın ilişkilerimde kısıtlanma kaygısı yaşarım.	1	2	3	4	5	6

8. Eleştirilmek beni oldukça rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6
9. Anne/babamın beklentilerine göre yaşamaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
10. Kendimi olduğum gibi kabul ederim.	1	2	3	4	5	6
11. Eşimle/partnerimle bir tartışma yaşarsam, tüm gün bu tartışma üzerine düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
12. Başkaları tarafından baskı altında olduğumu hissettiğim zamanlarda bile onlara “hayır” diyebilirim.	1	2	3	4	5	6
13. Yaptığım şeyin doğru olduğunu düşünüyorsam başkalarının ne dediğini pek de umursamam.	1	2	3	4	5	6
14. Bir karar alırken danışacağım birileri yoksa kolay kolay karar veremem.	1	2	3	4	5	6
15. Başkaları tarafından incitilmek beni aşırı derecede rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6
16. Eşimin/partnerimin yoğun ilgisi beni bunaltır.	1	2	3	4	5	6
17. İnsanlar üzerindeki izlenimimi merak ederim.	1	2	3	4	5	6
18. Duygularımı genellikle çevremdekilerden daha yoğun yaşarım.	1	2	3	4	5	6
19. Hayatımda ne olursa olsun, kendimle ilgili düşüncelerimden asla taviz vermem.	1	2	3	4	5	6
20. Anne/babamın fikrini almadan karar veremem.	1	2	3	4	5	6

Ek.3 Duyguları İfade Etme Ölçeği

Duyguları İfade Etme Ölçeği(DİEO)

Aşağıda duyguları ifade eden 15 tane cümle verilmiştir. Lütfen her bir maddeyi dikkatle okuyarak o maddede yer alan ifadenin size ne derece uygun olduğuna karar veriniz. Verdiğiniz karara göre aşağıdaki ölçeği dikkate alarak yandaki rakamlardan uygun olanı işaretleyiniz.		1	2	3	4	5	6	7
		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Pek Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	İnsanlara sık sık onları sevdiğimi söylerim.							
2	Öfkeli olduğum zaman genellikle çevremdeki insanlar bunu anlar							
3	Sohbet esnasında genellikle arkadaşlarıma dokunurum.							
4	Çok gülerim.							
5	İnsanlar yüz ifadelerime bakarak ne hissettiğimi söyleyebilirler.							
6	İnsanlar benim için iyi şeyler yaptığında, utandığımı hissederim ve minnettarlığımı ifade etmekte zorlanırım.							
7	Birilerinden gerçekten hoşlandığımda, bunu bilirler.							
8	Yanlış bir şey yaptığımda özür dilerim.							
9	Televizyon seyretmek veya kitap okumak beni güldürebilir.							
10	Halka açık bir yerde birisine öfkeli olduğumda, öfkeli olduğumu diğerleri anlar.							
11	Sık sık gözlerim yaşarınca ya da yanaklarım ağrıyınca kadar gülerim.							
12	Yalnızken geçmişten bir şeyler hatırlayarak kendi kendime gülebirim.							
13	İşler istediğim gibi gitmediğinde, memnuniyetsizliğimi her zaman ifade ederim.							
14	Gülüşüm yumuşak ve kontrollüdür.							
15	Birini sevdiğimi ona sarılarak veya dokunarak gösteririm.							

Ek.4 Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği

Kadın Formu

Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın Formu					
Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her bir soru için "hiç bir zaman", "nadiren", "bazen", "çoğu zaman", "her zaman" şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır. Cevaplandırırken: 1. Her soruyu dikkatle okuyunuz. 2. Sorulan durumun son zamanlarda ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz. 3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkla ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki boş alanı işaretleyerek cevabınızı belirtiniz. 4. Hiç bir soruyu cevapsız bırakmayınız. Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan, sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.					
Cevaplar :	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sorar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (adet günleri, hastalık gibi durumlar dışında)	☐	☐	☐	☐	☐
4. Cinsel yönden kolaylıkla uyanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Sizce, sizin ve eşinizin önsevişmeye (öpme, okşama gibi) ayırdığı zaman yeterli mi?	☐	☐	☐	☐	☐
6. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının girmeyeceği kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?	☐	☐	☐	☐	☐
7. Eşinizle sevişmekten kaçınırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
8. Cinsel ilişki sırasında doyuma (orgazma) ulaşabilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
9. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
10. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar bulur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
11. Gerekirse rahatsızlık ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
12. Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
13. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, rahatsız olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
14. Sizin için doyuma (orgazma) ulaşmanın mümkün olmadığını düşünür müsünüz?	☐	☐	☐	☐	☐
15. Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
16. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐

17. Eşinizin cinsel organı, sizin cinsel organınıza rahatsızlık vermeden girebilir mi?	☐	☐	☐	☐	☐
18. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
19. Eşinizin cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
20. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
21. Önsevişme sırasında eşiniz bızırınızı (kitoris) uyardığında doyuma (orgazm) ulaşabilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
22. Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi?	☐	☐	☐	☐	☐
23. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
24. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının derine girmesini engelleyecek kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?	☐	☐	☐	☐	☐
25. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
26. Sevişme sırasında cinsel organınızda ıslaklık olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
27. Cinsel birleşme anından hoşlanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
28. Cinsel birleşme anında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐

Erkek Formu

Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek Formu

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her bir soru için "hiç bir zaman", "nadiren", "bazen", "çoğu zaman", "her zaman" şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır.

Cevaplandırırken:

1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun **son zamanlarda** ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkla ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki boş alanı işaretleyerek cevabınızı belirtiniz.
4. Hiç bir soruyu cevapsız bırakmayınız.

Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan, sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

Cevaplar :	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Cinsel yönden kolay uyanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
4. Cinsel ilişki sırasında boşalmak için henüz erken olduğunu düşünürseniz, boşalmayı geciktirebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Eşinizle olan cinsel yaşamınızı tekdüze (monoton) buluyor musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
6. Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
7. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, tedirgin ve endişeli olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
8. Cinsel organınızın, eşinizin cinsel organına girmesinden zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
9. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sorarmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
10. İlişki sırasında cinsel organınızın sertleşmediği olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
11. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
12. Eşinizin, cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
13. Cinsel birleşme sırasında erken boşalmayı engelleyebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
14. Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
15. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar buluyor musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐

16. Önevişme (öpme, okşama gibi) sırasında cinsel organınızın sertleştiği olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
17. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (hastalık gibi durumlar dışında)	☐	☐	☐	☐	☐
18. Eşinizle karşılıklı mastürmasyon yapmaktan (kendinizi tatmin etmekten) zevk alırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
19. Eşinizle sevişmek istediğinizde, ilişkiyi siz başlatır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
20. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
21. İsteddiğiniz kadar sık cinsel ilişkide bulunur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
22. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
23. Cinsel birleşme sırasında, cinsel organınızın sertliğini kaybettiği olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
24. Cinsel organınız, eşinizin cinsel organına girer girmez istemeden boşaldığınız olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
25. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
26. Cinsel yaşama karşı ilgisilik duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
27. Cinsel organınız, eşinizin cinsel organına girmek üzereyken, istemeden boşaldığınız olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
28. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐



Ek.5 Etik Kurul Kararı



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Eğitim Bilimleri Etik Kurulu

Sayı : E-45379966-050.06.04-76218
Konu : 25.01.2023 Tarihli 2023-01 Sayılı Etik
Kurul Kararı Hk.

DAĞITIM YERLERİNE

25.01.2023 tarihinde gerçekleşen 2023-01 sayılı Eğitim Bilimleri Etik Kurulu komisyon kararı ekte sunulmaktadır.

Arş. Gör. Baran KİLER
Kurul Sekreteri

Ek:2023-1 Etik Kurul Kararı (3 Sayfa)

Dağıtım:
Sayın Prof. Dr. Erkan IŞIK (Eğitim Bilimleri
Etik Kurulu - Kurul Başkanı)
Sayın Dr. Öğr. Üyesi Buket KARADAĞ (Sınıf
Öğretmenliği Program Başkanlığı - Öğretim
Üyesi)
Sayın Dr. Öğr. Üyesi Ayşegül KINIK
TOPALSAN (Sınıf Öğretmenliği Program
Başkanlığı - Öğretim Üyesi)
Sayın Büşra KIRAL (İlköğretim Matematik
Öğretmenliği Program Başkanlığı - Araştırma
Görevlisi)
Sayın Doç. Dr. Ayşe NEGİŞ IŞIK (Rehberlik
ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
Başkanlığı - Öğretim Üyesi)
Sayın Prof. Dr. Ragıp ÖZYÜREK (Rehberlik
ve Psikolojik Danışmanlık Program
Başkanlığı - Öğretim Üyesi)

Belge Doğrulama Kodu : BSA4ZFKKJZ Pin Kodu : 20603

Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-aydin-universitesi-ebys/>

Adres : Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Şefaköy, 34295 Kağıtöğmece / İSTANBUL

Telefon : 444 1 428

Web : <http://www.aydin.edu.tr/>

Kep Adresi : iau.yazilisleri@iau.hsk03.kep.tr

Bilgi için : Baran KİLER

Unvanı : Kurul Sekreteri

Tel No : 4441428



ÖZGEÇMİŞ

Ad-Soyad : Yağmur ALTUNTAŞ

Öğrenim Durumu

Lise: : Hilmi Özcan Anadolu Lisesi 2012-2015
: Özel Denizli Mektebim Anadolu Lisesi 2015-2016
Lisans: : İstanbul Aydın Üniversitesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık 2016-2021
Yüksek Lisans: : İstanbul Aydın Üniversitesi
: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (Tezli) 2021-2023

Mesleki Deneyim

Muhittin Üstündağ İlkokulu/Bakırköy, İstanbul: Stajyer Okul Psikolojik Danışmanı
Eylül 2017- Aralık 2017

İMMİB Erkan Avcı Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi: Stajyer Okul Psikolojik Danışmanı
Şubat 2019-Mayıs 2019

Türkiye Eğitim Gönüllüleri Vakfı (TEGV) (Ferit Aysan Eğitim Parkı)/Bakırköy, İstanbul
Ekim 2019-Aralık 2019

Yayla İlkokulu/Bahçelievler, İstanbul: Stajyer Okul Psikolojik Danışmanı
Ekim 2019- Ocak 2020

Muhittin Üstündağ İlkokulu/Bakırköy, İstanbul: Stajyer Okul Psikolojik Danışmanı
Şubat 2020- Mart 2020

Yayla İlkokulu/Bahçelievler, İstanbul: Stajyer Okul Psikolojik Danışmanı

Mart 2020

Beykoz Adliyesi/Beykoz, İstanbul: Stajyer Psikolojik Danışman

Mart 2020

Arçelik Pazarlama Anonim Şirketi/Beyoğlu, İstanbul: Stajyer Psikolojik Danışman

Mart 2020

Türkiye Eğitim Gönüllüleri Vakfı (TEGV) (Ferit Aysan Eğitim Parkı)/Bakırköy, İstanbul

Ekim 2022-Ocak 2023

