

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**

**EVLİ BİREYLERDE YAŞAM DOYUMUNUN YORDAYICISI OLARAK EVLİLİK  
DOYUMU VE BAĞLANMA BOYUTLARI**

**Zeliha YANAR GÜNGÖR**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ADANA / 2019**

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**

**EVLİ BİREYLERDE YAŞAM DOYUMUNUN YORDAYICISI OALARAK EVLİLİK  
DOYUMU VE BAĞLANMA BOYUTLARI**

**Zeliha YANAR GÜNGÖR**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Metehan ÇELİK**

**Jüri Üyesi: Doç Dr. İsmail SANBERK**

**Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Sinem Evin AKBAY**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ADANA/2019**

**Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne;**

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

**Başkan:** Dr. Öğr. Üyesi Metehan ÇELİK  
(Danışman)

**Üye:** Doç. Dr. İsmail SANBERK

**Üye:** Dr. Öğr. Üyesi Sinem Evin AKBAY

**ONAY**

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.  
.../.../2019

Prof. Dr. Serap ÇABUK  
Enstitü Müdürü

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

## ETİK BEYANI

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

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

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. / / 2019

Zeliha YANAR GÜNGÖR

## ÖZET

### EVLİ BİREYLERDE YAŞAM DOYUMUNUN YORDAYICISI OLARAK EVLİLİK DOYUMU VE BAĞLANMA BOYUTLARI

**Zeliha YANAR GÜNGÖR**

**Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Metehan ÇELİK**

**Ocak 2019, 126 sayfa**

Bu araştırmada evli bireylerin yaşam doyumunun yordayıcısı olarak evlilik doyumu ve bağlanma boyutlarını incelemek ve ayrıca belirlenen demografik değişkenlere göre evlilik doyumu ve yaşam doyumunun anlamlı farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymak amaçlanmıştır.

Araştırma, Türkiye'nin çeşitli illerinde yaşayan 374 (259 kadın, 115 erkek) evli bireyden kartopu örnekleme yöntemi ile toplanan verilerle gerçekleştirilmiştir. Bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılarına yönelik bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutu verileri “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YIYE II)”, evlilik doyumuna ilişkin veriler “Evlilik Doyum Ölçeği”, yaşam doyumuna ilişkin veriler “Yaşam Doyumu Ölçeği” ve kişisel bilgiler ise araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” ile toplanmış olup; verilerin analizinde IBM SPSS 25 Programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde Bağımsız Gruplar T-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi, Basit Regresyon Analizi, Çoklu Regresyon Analizinden yararlanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; bağlanmaya ilişkin kaygı ve kaçınma boyutlarının birlikte evlilik doyumunu anlamlı bir şekilde yordadıkları, evlilik doyumuyla orta düzeyde anlamlı bir ilişki içinde oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bağlanmaya ilişkin kaygı ve kaçınma boyutlarının birlikte yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordadıkları, yaşam doyumuyla düşük düzeyde anlamlı bir ilişki içinde oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Kaygı ve kaçınma boyutu puanlarının her ikisinin de cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen diğer bulgulara göre; evlilik doyumu cinsiyet, evli olma süresi ve sahip olunan çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermezken, eğitim düzeyi, ailenin aylık geliri ve evlilik

biçimine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Yaşam doyumu eğitim düzeyi, evlilik biçimi, evli olma süresi ve sahip olunan çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermezken, cinsiyet ve ailenin aylık gelirine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği bulgularına ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Bağlanma boyutları, evlilik doyumu, yaşam doyumu



**ABSTRACT****MARITAL SATISFACTION AND ATTACHMENT DIMENSIONS AS  
PREDICTORS OF LIFE SATISFACTION IN MARRIED INDIVIDUALS****Zeliha YANAR GÜNGÖR****Master Thesis, Department of Educational Sciences****Advisor: Asst. Prof. Metehan Çelik****January, 2019, 126 pages**

In this study, it was aimed to examine the marital satisfaction and attachment dimensions as predictors of life satisfaction of married individuals and also to show whether marital satisfaction and life satisfaction differed significantly according to the demographic variables.

Research, living in various provinces of Turkey, 374 (259 female, 115 male) were carried out with data collected from married individuals with snowball sampling method. The anxiety and avoidance attachment dimension data related to the attachment of individuals to their lives in close relationships “Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R)”, data on marital satisfaction “Marital Satisfaction Scale”, data on life satisfaction “Life Satisfaction Scale” and personal information were collected by “The Personal Information Form” created by the researcher; IBM SPSS 25 Program was used to analyze the data and Independent Groups T-Test, One-Way Variance Analysis, Simple Regression Analysis, and Multiple Regression Analysis were used for data analysis.

According to the findings of the study; it was concluded that the anxiety and avoidance dimensions related to attachment significantly predicted marital satisfaction and they had a moderate relationship with marital satisfaction. It was concluded that the anxiety and avoidance dimensions related to attachment significantly predicted life satisfaction together with low level of satisfaction with life satisfaction. It was found that both the anxiety and avoidance dimension scores did not differ significantly by gender. According to other findings obtained from the study; while marital satisfaction did not show a significant difference according to gender, duration of marriage and number of children, it was concluded that education level, family monthly income and

marriage style differed significantly. While life satisfaction did not show a significant difference according to level of education, type of marriage, duration of marriage and number of children, it was found that gender and family were significantly different from their monthly income.

**Key Words:** Attachment dimensions, marital satisfaction, life satisfaction.



## ÖN SÖZ

2013 yılında başladığım yüksek lisans yolculuğumun ortasında hayatıma girerek bana es verdiren oğlum Doruk GÜNGÖR’e en büyük teşekkürü ederek başlamak istiyorum. Hayatımdaki mihenk taşlarını fark etmemi sağladığını henüz anlamlandıramasa da anneliği bana tattırarak en lezzetli ve en öğretici zamanlarımı bana hediye eden oğluma ithafen yazdım bu tezi. Her bir cümlesinde, bana eşlik eden en anlamlı birey olarak var olduğunu anımsadım. Hayatımın en zor ancak beni en çok güçlendiren zamanlarını bana yaşattığı için varlığına minnettarım. Sana her zaman söylediğim gibi “İyi ki seni doğurmuşum.” Seninle her zaman tartışmasını yaptığımız, “Gezegen mi büyük galaksi mi?” konusunda, gezegenin daha büyük olduğunu düşünmenden mütevellit benden “Seni gezegen kadar seviyorum” sözünü duymak istemene rağmen sana inatla söylediğim gibi “Seni galaksi kadar seviyorum bal peteğim...”

Ve ardından ikinci en büyük teşekkürü; bana inancını hiçbir zaman kaybetmeyen, benimle gurur duyduğunu ve yaptığım her işe saygı duyduğunu iliklerime kadar hissettiren, varlığı, eşliği ve babalığıyla yanımda, arkamda ve başımı omzunda hissettiğim eşim Hasan GÜNGÖR’e ediyorum.

“Bir baba kızını nasıl sever ve bir kız çocuk babaya nasıl bağlanır?” bana öğreten, varlığıyla bir dağ gibi arkamda durduğunu ve benimle gurur duyduğunu gözlerinden okuduğum babam Halil YANAR’a ve fedakar kadın sembolü annem Zahide YANAR’a bana kattıkları değerler için teşekkür ediyorum. Abim Ali İhsan YANAR’a merhametin sembolü olduğu, abim Mete YANAR’a sahiplenici yönü, ablam Serap BOSTAN’a kız kardeşliğin tadını yaşattığı için, teyzeliği bana en anlamlısından tattırdığı için yeğenim Nagihan BOSTAN ERKOÇ’a teşekkür ediyorum.

Bu teze tekrar başlamamın motive edici güçlerinden biri olan Fatma DEVECİ’ye, desteğini ve inancını benden esirgemeyen danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Metehan ÇELİK’e, tezimle ilgili sohbetlerimizde fikrini ve katkısını sunan hocam Doç. Dr. İsmail SANBERK’e, değerli eleştirileri ve tez jürimdeki varlığı ile Dr. Öğr. Üyesi Sinem Evin AKBAY’a ve Çukurova Üniversitesi’nin yüzünü onunla tanıdığım hocam Prof. Dr. Turan AKBAŞ’a teşekkür ediyorum.

Hayatıma anneliğimden sonra giren ve rol karmaşasına düştüğüm zamanlarda onlardan öğrendiklerimle yürüdüğüm güç kaynaklarım, güzel dostlarım Somurtkan

(Nefret) Şirin Elçin ŞEKER, Bilmiş Şirin Rukiye KESER ve Hayalperest Şirin Seda FIRATLIOĞLU ÖNER'e teşekkür ediyorum.

Zeliha YANAR GÜNGÖR

Ocak, 2019



## İÇİNDEKİLER

|                               | Sayfa       |
|-------------------------------|-------------|
| <b>ÖZET .....</b>             | <b>iv</b>   |
| <b>ABSTRACT.....</b>          | <b>vi</b>   |
| <b>ÖN SÖZ .....</b>           | <b>viii</b> |
| <b>TABLOLAR LİSTESİ .....</b> | <b>xv</b>   |
| <b>EKLER LİSTESİ .....</b>    | <b>xvii</b> |

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

|                                           |   |
|-------------------------------------------|---|
| 1.1. Problem.....                         | 1 |
| 1.2. Araştırmanın Amacı.....              | 5 |
| 1.2.1. Araştırmanın Alt Amaçları .....    | 5 |
| 1.3. Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi..... | 5 |
| 1.4. Sayıtlılar.....                      | 8 |
| 1.5. Sınırlılıklar .....                  | 8 |
| 1.6. Tanımlar.....                        | 8 |

## BÖLÜM II

### KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| 2.1. Bağlanma Kuramı .....                      | 10 |
| 2.1.1. Ergenlik Döneminde Bağlanma.....         | 17 |
| 2.1.2. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma.....      | 17 |
| 2.1.3. Yaşlılık Döneminde Bağlanma.....         | 22 |
| 2.2. Evlilik Doyumu.....                        | 23 |
| 2.2.1. Evlilik Doyumunu Açıklayan Kuramlar..... | 26 |
| 2.2.1.1. Davranışçı Yaklaşım .....              | 26 |
| 2.2.1.2. Sistem Yaklaşımı.....                  | 26 |
| 2.2.1.3. Stratejik Yaklaşım .....               | 27 |
| 2.2.1.4. İletişim Yaklaşımı .....               | 28 |

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| 2.2.1.5. Bilişsel Yaklaşım.....                             | 28 |
| 2.2.1.6. Yapısal Yaklaşım .....                             | 28 |
| 2.3. Yaşam Doyumu .....                                     | 29 |
| 2.3.1. Yaşam Doyumunu Açıklayan Kuramlar .....              | 30 |
| 2.3.1.1. Ereksel Kuramlar.....                              | 30 |
| 2.3.1.2. Bağ Kuramları .....                                | 31 |
| 2.3.1.3. Aktivite Kuramları .....                           | 31 |
| 2.3.1.4. Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları.....  | 31 |
| 2.3.1.5. Yargı Kuramları .....                              | 31 |
| 2.4. Yapılan Araştırmalar.....                              | 32 |
| 2.4.1. Bağlanma Kuramıyla İlgili yapılan Araştırmalar ..... | 32 |
| 2.4.2. Evlilik Doyumuyla İlgili Yapılan Araştırmalar .....  | 44 |
| 2.4.3. Yaşam Doyumuyla İlgili Yapılan Araştırmalar.....     | 53 |

### **BÖLÜM III YÖNTEM**

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| 3.1. Araştırmanın Modeli.....                                   | 59 |
| 3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....                      | 59 |
| 3.3. Veri Toplama Araçları .....                                | 61 |
| 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....                                 | 61 |
| 3.3.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE II)..... | 61 |
| 3.3.3. Evlilik Doyumu Ölçeği.....                               | 62 |
| 3.3.4. Yaşam Doyumu Ölçeği.....                                 | 62 |
| 3.4. Verilerin Toplanması .....                                 | 63 |
| 3.5. Verilerin İstatiksel Analizi.....                          | 63 |

### **BÖLÜM IV BULGULAR**

|                                                                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.1. Yaşam Doyumu ve Evlilik Doyumunun Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) İlişkin Betimsel İstatistikler .....   | 65 |
| 4.2. Yaşam Doyumu ve Evlilik Doyumunun Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) Yönelik Normal Dağılım Bulguları ..... | 66 |

|                                                                                                                                                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.3. Yaşam Doyumu, Evlilik Doyumu ve Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) İlişkin Korelasyon Analizi .....                                | 66 |
| 4.4. Evli Bireylerin Bağlanmaya İlişkin Kaygı ve Bağlanmaya İlişkin Kaçınma Boyutları Evlilik Doyumunu Anlamlı Bir Şekilde Yordamakta mıdır? ..... | 67 |
| 4.5. Evli Bireylerin Bağlanmaya İlişkin Kaygı ve Bağlanmaya İlişkin Kaçınma Boyutları Yaşam Doyumunu Anlamlı Bir Şekilde Yordamakta mıdır? .....   | 69 |
| 4.6. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Yaşam Doyumlarını Anlamlı Bir Şekilde Yordamakta mıdır? .....                                               | 70 |
| 4.7. Evli Bireylerin Bağlanma Alt Boyutları (Kaygı ve Kaçınma) Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                       | 70 |
| 4.8. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                                               | 71 |
| 4.9. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Eğitim Düzeylerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                                      | 72 |
| 4.10. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Ailenin Aylık Gelirine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                                 | 73 |
| 4.12. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Evli Olma Süresine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                                     | 75 |
| 4.13. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                            | 76 |
| 4.14. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Cinsiyetlerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                                           | 77 |
| 4.15. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Eğitim Düzeylerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                                       | 78 |
| 4.16. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Ailenin Aylık Gelirine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                                   | 79 |
| 4.17. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Evlilik Biçimine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                                         | 80 |
| 4.18. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Evli Olma Süresine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                                       | 81 |
| 4.19. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir? .....                              | 83 |

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

|                                                                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 5.1. Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının Yordayıcısı Olarak Bağlanma Boyutlarına İlişkin Tartışma ve Yorum ..... | 85 |
| 5.3. Evli Bireylerin Yaşam Doyumlarının Yordayıcısı Olarak Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....       | 87 |
| 5.4. Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Bağlanma Boyutlarına İlişkin Tartışma ve Yorum .....                          | 87 |
| 5.5. Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....                              | 88 |
| 5.6. Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....                     | 89 |
| 5.7. Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....                 | 89 |
| 5.8. Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....                       | 90 |
| 5.9. Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....                     | 90 |
| 5.10. Evli Bireylerin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....           | 91 |
| 5.11. Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum ....                                | 92 |
| 5.12. Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....                      | 92 |
| 5.13. Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....                  | 93 |
| 5.14. Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....                        | 94 |
| 5.15. Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....                      | 94 |
| 5.16. Evli Bireylerin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum .....             | 94 |

## **BÖLÜM VI**

### **SONUÇ VE ÖNERİLER**

|                                                       |     |
|-------------------------------------------------------|-----|
| 6.1. Sonuç .....                                      | 96  |
| 6.2. Öneriler .....                                   | 97  |
| 6.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler .....            | 97  |
| 6.2.2. Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler ..... | 98  |
| <b>KAYNAKÇA</b> .....                                 | 99  |
| <b>EKLER</b> .....                                    | 120 |
| <b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....                                 | 126 |



## TABLOLAR LİSTESİ

|                                                                                                                                                          |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tablo 1.</b> Araştırmaya Katılan Çalışma Grubu ile İlgili Demografik Değişkenlerin Frekans ve Yüzdelik Değerleri.....                                 | 60 |
| <b>Tablo 2.</b> Evli Bireylerin Yaşam Doyumu, Evlilik Doyumu ve Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) İlişkin Betimsel İstatistik Değerleri..... | 65 |
| <b>Tablo 3.</b> Evli Bireylerin Yaşam Doyumu, Evlilik Doyumu ve Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) İlişkin Normallik Bulguları.....           | 66 |
| <b>Tablo 4.</b> Evli Bireylerin Yaşam Doyumu, Evlilik Doyumu ve Bağlanma Boyutları Arasındaki Korelasyon .....                                           | 67 |
| <b>Tablo 5.</b> Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....                                         | 68 |
| <b>Tablo 6.</b> Evli Bireylerin Yaşam Doyumlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....                                           | 69 |
| <b>Tablo 7.</b> Evli Bireylerin Yaşam Doyumlarının Yordanmasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları.....                                           | 70 |
| <b>Tablo 8.</b> Evli Bireylerin Bağlanma Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları .....                                        | 71 |
| <b>Tablo 9.</b> Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları.....                                              | 71 |
| <b>Tablo 10.</b> Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....                                               | 72 |
| <b>Tablo 11.</b> Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....                                     | 73 |
| <b>Tablo 12.</b> Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....                                           | 73 |
| <b>Tablo 13.</b> Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....                                 | 74 |
| <b>Tablo 14.</b> Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....                                                 | 74 |
| <b>Tablo 15.</b> Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....                                       | 75 |
| <b>Tablo 16.</b> Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....                                               | 75 |
| <b>Tablo 17.</b> Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....                                     | 76 |
| <b>Tablo 18.</b> Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....                                                   | 76 |
| <b>Tablo 19.</b> Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....                                         | 77 |
| <b>Tablo 20.</b> Evli Bireylerin Yaşam Doyumlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları.....                                               | 78 |

|                                                                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tablo 21.</b> Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....               | 78 |
| <b>Tablo 22.</b> Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....     | 79 |
| <b>Tablo 23.</b> Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....           | 79 |
| <b>Tablo 24.</b> Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları ..... | 80 |
| <b>Tablo 25.</b> Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....                 | 80 |
| <b>Tablo 26.</b> Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....       | 81 |
| <b>Tablo 27.</b> Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....               | 82 |
| <b>Tablo 28.</b> Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....     | 82 |
| <b>Tablo 29.</b> Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri.....                   | 83 |
| <b>Tablo 30.</b> Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....         | 83 |

**EKLER LİSTESİ**

|                                                                        |     |
|------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Ek 1.</b> Yönerge.....                                              | 120 |
| <b>Ek 2.</b> Kişisel Bilgi Formu.....                                  | 121 |
| <b>Ek 3.</b> Yaşam Doyumu Ölçeği .....                                 | 122 |
| <b>Ek 4.</b> Evlilik Doyumu Ölçeği .....                               | 123 |
| <b>Ek 5.</b> Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE II) ..... | 124 |



## BÖLÜM I

### GİRİŞ

#### 1.1. Problem

Geçmişten günümüze doyum sağlamanın ve bireyin iyi oluşunu tanımlama biçiminin olumlu ruh sağlığını yakalamada önemli bir role sahip olduğu araştırmalarla ortaya koyulmuştur. Gerek bağlanma biçiminin, gerek evliliğin ve gerekse yaşam doyumunun bireyin yaşamındaki önemi göz önünde bulundurulduğunda araştırılmaya değer konular bütünü olarak değerlendirilmektedir.

Doyum kavramının yer aldığı tanımlamalara bakıldığında; bireyin karşılanmasını beklediği herhangi bir konuda, kendi belirlediği kriterlere ve yine kendi algısına göre yaptığı bir değerlendirme durumu olduğu görülmüştür. Bu noktadan hareketle bireyin yaşam ve evlilik doyumunu ilgili değişkenle ilgili beklentileri ve bu beklentilerin karşılanma derecesini algılayış biçimi belirlemektedir.

Adler (2002) kişinin yaşam sorunlarını karşılamada ve dış dünyayla ilişkilerini belirlemede ne ona bazı yetenekler sağlayan kalıtımın ne de bazı izlenimler sağlayan çevrenin belirleyici olduğunu savunmaktadır. Kalıtım ve çevrenin dış dünyayı ve sorunları belirlemedeki rolü deneyimlerimizi algılayış ve yorumlayış biçimimizde etkili olmaktadır. Kısaca belirtmek gerekirse kalıtım ve çevre yapı taşlarımızla yaşamı algılayış ve yorumlayış biçimi değişir.

Yola çıkılan bu düşünceden hareketle; evlilik ve yaşam doyumunu belirlemede kişinin var olan durumda kendi algısının, içinde bulunduğu durumu yorumlayış biçiminin ne denli önemli olduğu şeklinde bir yorum getirilebilir. Evli bireylerin evliliklerinde ve yaşam koşullarında benzer durumları, ortak yaşam koşulları ve ortak şartlara rağmen farklı algılamaları ve yorumlamaları tam da bu nedenledir. Sahip olunan şartlar ortaktır; ancak bireyi kendisi yapan algı ve yorumları, getiregeldikleri kalıtım ve çevre yapı taşları zemininde farklıdır.

Araştırmamızın konusu olan evlilik ve yaşam doyumuyla ilgili araştırmalar incelendiğinde; yaşam doyumunun çok sayıda değişkenden etkilendiği ve anlamlı yordayıcılarından birinin evlilik yaşantıları olduğu görülmektedir.

Hünler ve Gençöz (2003) insan hayatının en önemli yaşantılarından biri olan evliliğin niteliğinin yaşam kalitesini belirleyen temel bir yapılanma olduğunu belirtmişlerdir.

Yapılan araştırmalara bakıldığında geçmişten bu yana evlilik ilişkilerinin iyi oluştaki rolü üzerine pek çok bulguya ulaşıldığı; evli olmanın, genel olarak bireyleri mutlu eden bir olgu olduğu ve mutlu olmada önemli olan faktörün evlilik kalitesi olduğu görülmektedir (Seligman, 2007).

Kessler ve Yalom (2006) evliliği, rastgele kurulan ve geçici ilişkilerden farklı olarak, bir çiftin kendi karakteristik tanımlama biçimleriyle, öngörülebilir bir gelecekte bir arada kalmak ve bu birliktelikte ilgilerinin temel ve tek odağının eşleri olacağına dair verdikleri sözün yanı sıra resmi olarak kabul görülen kurum olarak tanımlamışlardır.

Toplumsal köşe taşları olarak görülen aile ve evliliğe, geçmişten bu yana kurumlar tarafından tören, kural ve sınırlamalar getirilmesinin nedeni; ailenin, toplumun sahip olduğu kültür öğelerini sonraki nesillere aktararak sürekliliği sağlamada bir araç olarak görülmesindendir (Kessler ve Yalom, 2006). Bir başka ifadeyle evliliğin sahip olunan toplumsal değerleri korumadaki önemi, tarihsel süreç boyunca ona törensel ritüeller yükleyerek önemini vurgulamayı gerekli kılmıştır.

Topluma dair öneminin yanında kendi içinde de yerine getirilmesi gereken görev ve beklentilerin olması evliliği belli kriz ve stres durumlarıyla baş edilmesi gereken bir kuruma dönüştürmüştür. Kessler ve Yalom (2006) eşlerin evlilikte birbirlerinden beklentileri listesinin oldukça uzun olduğunu belirterek; kişisel ve cinsel ihtiyaçları karşılamak, aşk, duygusal destek, arkadaşlık, koruma, toplumsal destek kaynaklarını ve sosyalliği hareketli tutmak ve bunun yanında kişisel gelişimlerine de önem vermek öğelerini sıralamıştır. Sayılan tüm bu görev ve beklentileri yerine getirmede başarısız olunduğunda ve bunların yoruculuğuyla baş edilemediğinde duygusal ve bireysel tükenmişlikle boşanma yoluna gidilmektedir.

Duygusal ve bireysel olarak doyum sağlanarak devam eden evlilikler, başarılı olarak atfedilmekte; eşlerin birbirlerine sosyal, duygusal ve fiziksel boyutların her birinde yakınlık sağlayabildikleri; eş tarafından sağlanan yakın duygusal destekle, eşin değer görme, sevilme, saygı duyulma ihtiyacının karşılandığı evlilikler olarak tanımlanmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013).

Sağlıklı ailelerin betimlenme biçimine bakıldığında; aile yapılanmasında uyum ve doyum sağlandığı, çiftlerin birbirlerine destek olduğu, iletişim kanallarının açık olduğu, aileyle ilgili sorumluluklar noktasında hassasiyetin olduğu ve çocuklarla ilgili sorumluluk paylaşımı olduğu, birbirine verilen değer ve birlikte geçirilen zamanların varlığı, sorunlara yönelik yaklaşım tarzının çözümcü ve destekçi olduğu, meslek sahibi

olan çiftlerin ortak ekonomik katkısı ve paylaşımı faktörlerinin sıralandığını görmekteyiz. Bu sayılan faktörlerin evlilikte varoluş biçimiyle birlikte evlilikteki psikolojik doyum artmakta veya azalmaktadır (Terry ve Kottman, 1995).

Evlilik bireylere; psikolojik, sosyal ve ekonomik yarar sağlayarak daha sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sunmaktadır. Bütün bunlar ışığında sağlıklı evliliklerin bireylerin yaşam kalitelerini arttırmadaki rolü açıktır; bireyler daha mutlu ve doyumlu bir yaşama sağlıklı bir evlilikle daha kolay ulaşabilmektedirler. Dolayısıyla evlilik başarısını destekleyen en önemli kavramlardan biri evlilik doyumu olmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013).

Topluma önemli katkıları noktasında da içinde bulunulan evlilik ilişkisinin önemi büyüktür. Birey evliliğinde manevi doyum sağlıyor ve evlilikteki görevlerini yerine getiriyorsa; yaşadığı çevreye de uyum sağlayarak topluma faydalı olabilmektedir (Çelik, 2006).

Her geçen gün değişen toplumsal ihtiyaçlar neticesinde evlilikteki kadın ve erkek rol ve sorumluluklarının da hissedilir ölçüde değiştiği bilinmektedir. Kadınların kariyer ve iş hayatında daha görünür durumda olmaları bebeklik ve çocukluk döneminin ihtiyaçlarına cevap vermede çeşitli sıkıntıları da beraberinde getirmiştir. Ailelerinin – çocuklarının- ihtiyaçları ve kariyerleri arasında gidip gelerek; bu çatışmayı eskisinden daha çok yaşayan kadınlar bu talepleri düzenleme konusunda ilk elden sorun yaşamaktadırlar. Şanslı olanlar ise ailenin ihtiyaçları doğrultusunda eş desteğini alan kadınlardır (Bowlby, 2014b).

Değişen toplumsal süreçlerle anne ve babaların, çocuklarının hayatında var oluş biçimleri değiştikçe anne, baba ve çocuk üçgeninin ilişkisel süreçleri de beraberinde farklılaşmış; var olan eş rollerine annelik ve babalık rolü eklendikten sonra çalışan kadın ve çalışan erkekler olarak aile içi sorumluluklarını tekrar düzenlemek gibi bir görevleri doğmuştur.

Anne ve baba olduktan sonra bu rollerin kutsallığına kapılan kişiler kendi insani kusurları, duyguları ve kişisel sınırları olan bir birey olduklarını unutmak gibi bir hataya düşerler. Bunun sonucunda ise insani gerçekliklerini yaşarken bunları ifade etme özgürlüklerini kendi kendilerinin ellerinden alırlar. Kendi özgürlüklerini bir kenara bırakan ebeveynler çoğu zaman zorlantılı durumlarla baş etmeye çalışırken bulurlar kendilerini. Farkında olmadıkları şey ise insani özgürlükleri olmadan etkili anne babalar da olamayacaklarıdır. Anne babaların bu bağlamda kendilerini tanımaları, olumlu ve

olumsuz duyguları dahilinde bir bütün olduklarını kabul etmeleri elzemdir (Gordon, 2004).

Birey olarak tüm olumlu ve olumsuz bütünlüğüyle yetişkinliğe taşınan duygu durumları, anne babalık rolleriyle sahip olunan çocuğa aktarılabildiği gibi evlilikteki yakın ilişkilere de yansımaktadır. Eşle kurulan bağ ve ilişki biçimleri küçüklükte anneyle kurulan bağın devamı olarak bireyin peşi sıra gelmektedir. Bu noktada Bowlby'nin tanımladığı şekliyle bağlanma davranışı; tanınan ve kendisinden daha güçlü ve/veya zeki olarak algılanan bir bireye yakınlık kurmak ve bu yakınlığı korumak amacıyla ortaya koyulan davranış biçimidir. Diğer zamanlarda daha az belirgin olan bu davranışın belirgin olduğu süreç kişinin en zayıf olduğu zaman diyebileceğimiz korku, yorgunluk veya hastalık dönemlerinde ve bunlar bakım ile hafifletildiği zaman belirgindir. Kişinin bağlanma figürünün ihtiyaç duyduğu zamanlarda erişilebilir olması güven duygusunu doğurarak; kişiyi ilişkiyi sürdürme konusunda güdüler ve kişi ilişkiye değer verir. Erken çocukluk döneminde şekillenen ve en görünür hali yine o dönem olan bağlanma davranışı, tüm yaşamda zaman zaman (özellikle acil durumlarda) ortaya çıkacağı yerini alır (Bowlby, 2014a). Bu noktadan hareket edersek; yetişkinlik dönemine yansıma şekli önem arz eden bağlanma davranışının, yaşam ve evlilik doyumunu ilişkisel boyutta ne ölçüde etkilediğini araştırmak kayda değer bulunmuştur. Yaşamın ilk yıllarında temelleri atılan bağlanma boyutlarının, yetişkinlik yıllarına ait evlilik ve yaşam doyumunu değişkenlerini yordaması araştırmanın temelini oluşturmuştur.

Bu araştırmanın bir boyutunda bağlanma boyutlarının; evlilik doyumunu ve yaşam doyumunu yordayıp yordamadığını görmek amaçlanmıştır. Araştırma bulguları yaşam ve evlilik doyumuna etki sağlayan yetişkinlik dönemi bağlanma boyutları faktörlerini ortaya çıkarmak adına önemli olabilecektir. Bu sayede bebeklik dönemindeki bağlanmanın yetişkinlikteki yakın ilişkilerdeki öneminin kavranmasıyla; bebekle kurulan bağın yaşam boyu etkisinin ne denli önemli olduğunun altı çizilmiş olacak, evlilik ve yaşama dair doyumun bağlanma boyutlarıyla açıklanabilen kısımları evlilik alanındaki çalışmalara ışık tutacaktır.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde; bağlanma boyutlarının ayrı ayrı evlilik doyumuna ve yaşam doyumuna etkisi incelenmişken; bu üç değişkeni (bağlanma boyutları, evlilik doyumunu ve yaşam doyumunu) bir arada ele alan bir araştırma örneğine rastlanmamıştır.

## 1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı; evli bireylerin yaşam doyumunun yordayıcısı olarak evlilik doyumu ve bağlanma boyutlarının incelenmesidir. Bu genel amaca ek olarak; evli bireylerin yaşam doyumu ve evlilik doyumları ile belirlenen demografik değişkenler arasında anlamlı farklılık olup olmadığı da araştırmamızın alt amaçları arasındadır.

### 1.2.1. Araştırmanın Alt Amaçları

1. Evli bireylerin bağlanmaya ilişkin kaçınma ve bağlanmaya ilişkin kaygı boyutları evlilik doyumunu anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
2. Evli bireylerin bağlanmaya ilişkin kaçınma ve bağlanmaya ilişkin kaygı boyutları yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
3. Evli bireylerin evlilik doyumları yaşam doyumlarının anlamlı bir yordayıcısı mıdır?
4. Evli bireylerin bağlanma boyutları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
5. Evli bireylerin evlilik doyumları belirlenen demografik değişkenlere (cinsiyet, eğitim düzeyi, ailenin aylık geliri, evlilik biçimi, evli olma süresi ve sahip olunan çocuk sayısı) göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
6. Evli bireylerin yaşam doyumları belirlenen demografik değişkenlere (cinsiyet, eğitim düzeyi, ailenin aylık geliri, evlilik biçimi, evli olma süresi ve sahip olunan çocuk sayısı) göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

## 1.3. Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi

Modern çağ araştırmalarıyla ortaya konan sonuçlar; çocukların okula hiç başlamadan önceki dönemlerdeki “yetişme koşullarının yeterliliğine” bağlı olarak çocuğun gelişiminin tümünün belirlendiğini savunmaktadır. Benzer şekilde çocuğun bakım gördüğü dönemlerin önemi, çocuğa bakım verenin aynı ve aynı zamanda verilen bakımın düzenli olması şeklinde vurgulanmıştır. Sevgi dolu bir anne veya annenin yerine bakım verenin kurduğu istikrarlı ve sürekli ilişkinin önemi konusunda fikir birliğine varılmıştır (Bowlby, 2014b). Varılan bu noktadan hareketle; bireyin bebeklikteki bağlanma boyutlarının eşiyle kurduğu yakın ilişkide ortaya çıkış biçiminin, evlilik ve yaşam doyumuna etki etmesiyle birlikte tüm yaşamı boyunca etkisinde

olunacak bir olguyla karşı karşıya kalıyoruz. Bu da araştırmamızı gelecek nesillerin yaşamlarını etkileyecek önemli bir noktada zamanında dokunuş yapılması ve bu dokunuşun önleyici olması açısından son derece anlamlı kılmaktadır.

Deneyimler neticesinde anlaşılmıştır ki; bir çocuğun, dünyaya gelişinin ardından önemli kabul edilen ilk yılları ve hatta doğumundan önceki dönemleri ebeveyn ve bebek-çocuk ilişkisinin geliştirilmesinde kritik kabul edilen dönemlerdir. Bu dönemlerde ihtiyaç duyulan uzman desteğinin ulaşılabilir olması, aile içi ilişkileri geliştirmekte ve müdahalelerin tezliğinde etkili olmaktadır. Aileye henüz katılan yeni bir bebekle baş başa olunan ailede müdahaleler bu kritik dönemlerde yapılabilirse, ebeveynlerin kendi öykülerindeki rahatsızlıkları çocuklarına aktardıkları döngü kırılmış olacaktır. Anne ve babaların ideallerindeki ebeveyn modelini sergileyebilmeleri için içgörü elde edebilecekleri bir profesyonel yardımın çocukların sağlıklı gelişimindeki önemi çok büyüktür (Bowlby, 2014b).

Ebeveynlerin bireye çocukluk döneminde sevgisini vermiş olmasına veya bu sevgiyi cimrice kullanmış olmasına yönelik çaresiz kalınsa da; bağlanma davranışının yetişkinliğe yansımaya yönelik bilinçlenmek mümkündür (Pines, 2010).

Günümüzde gençlerin yarattığı sorunlar karşısında bile ilk suçlanan kişiler onları büyüten anne babalar iken; önemli olan onlara anne babalığı nasıl başarılı bir şekilde ıcr edeceklerinin öğretilmesidir. İlk çocukluk döneminin yetişkinliğe, evliliğe ve yaşama olan etkileri göz yumulmayacak bir gerçekliktir. Bu nedenledir ki ebeveynler henüz anne ve baba olmadan ve anne babalıkla içi içe oldukları ilk kritik dönemlerde eğitilmelidir. Bu bağlamda bireyin iyi oluşuna katkıda bulunan yaşam doyumunu ve evlilik doyumunu sağlamada geçmiş yaşantıların gücünün ne denli önemli olduğunu ortaya koyan düzinelerce araştırmayla literatüre katkı sağlanmıştır.

Evlilik doyumunun ya da yaşam doyumunun yordayıcılarına ilişkin pek çok araştırma bulgusuna rastlamak mümkün olmakla birlikte yaşam doyumunu, evlilik doyumunu ve bağlanma boyutlarını bir arada sunan bir araştırma desenine literatürde rastlanmamıştır.

Bu araştırma ile bağlanma boyutlarının ve evlilik doyumunun yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemek amaçlanmıştır. Bu sayede; yetişkin bağlanma biçiminin belirleyicisi olduğu araştırma bulgularıyla ortaya konulan bağlanma boyutlarının oluşumuna yol açan ebeveyn ve bilhassa anne veya bakım verenin tutumları konusunda, yeni önerilere ulaşmanın mümkün olabileceği düşünülebilir.

Bebeklikteki bağlanma biçimlerinin gelişim sürecindeki öneminden yola çıkıldığında ise; araştırmadan elde edilen bulguların, gebelik döneminden başlayarak anne ve baba adaylarına önleyici çalışmalar yapılmasında dayanak noktası oluşturması; özellikle anne ve baba adaylarına verilecek eğitimlerde bağlanma boyutlarını vurgulamada kullanılabilecek araştırma bulgularının, ebeveyn tutumlarını şekillendirmede önleyici bir müdahale olması öngörülmektedir.

Çocukların ebeveynleriyle özdeşim kurdukları ve kendileri ebeveyn olduklarında çocukluklarındaki ebeveyn modellerini farkında olmadan belli davranış ve ilişki örüntüleri çerçevesinde bir sonraki nesile aktardıkları bilinmektedir. Bu bağlamda bu örüntülerin akıl ve ruh sağlığına olan etkilerine bakıldığında; genetik aktarımlardan belki de daha önemli hale gelmektedir (Bowlby, 2014c).

Ebeveynlerin köken aile öyküleri değiştirilemez; ancak özellikle yaşamın en kritik döneminde eğitim alınan kurum olan anaokullarında, ebeveynlerin yetişkin bağlanma biçimlerinin eş ve ebeveyn rollerini ne yönde etkilediği konusunda farkındalık kazanmalarına destek sağlanarak; kendi devamları olan nesillere sağlıklı öyküler bırakabilmeleri için bulguların önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırma okul öncesi eğitim kurumlarında çalışan eğitimci ve psikolojik danışmanların, özellikle okula ilk başlama süreçlerinde yaşanan sıkıntıların temeline inmede ve diğer başka problem durumlarını tespit etmede, bağlanma stillerinin etkisine inmek için aile ve çocuğun doğum sonrası öyküsünün atlanmaması gerektiğine vurgu yapmada önemlidir.

Bireylerin köken ailelerinden zincirleme bir örüntüyle getirdikleri bağlanma boyutlarının, şimdiki yaşamlarına ve evliliklerine etkisini göz önünde bulundurmada, araştırmadan elde edilen bulguların; aile, evlilik, çift ve çocuk terapistlerine çift ilişkisini tanımlama ve ailenin ilişkisel süreçlerini gözden geçirme noktasında ışık tutacağı düşünülmektedir.

Gerek bağlanma biçiminin, gerek evliliğin ve gerekse yaşam doyumunun bireyin yaşamındaki önemi göz önünde bulundurulduğunda; araştırılmaya değer konular bütünü olarak literatüre katkısı kayda değer görülmüştür.

#### 1.4. Sayıtlar

1. Bu araştırmada kullanılan Evlilik Doyumu leği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ve Yaşam Doyumu leği'nin katılımcılar tarafından içten bir şekilde yanıtlandığı varsayılmıştır.
2. Örneklemenin evrenin görüşlerini yansıttığı ve dolayısıyla da evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
3. Veri toplama araçlarının bilgiye ulaşmada yeterli geçerlilik ve güvenirlikte olduğu varsayılmıştır.

#### 1.5. Sınırlılıklar

1. Bu araştırma evli bireylerle sınırlı olacaktır.
2. Araştırmada bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutlarına ilişkin lm Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlı olacaktır.
3. Araştırmada evlilik doyumuna ilişkin lm Evlilik Doyumu leği'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlı olacaktır.
4. Araştırmada yaşam doyumuna ilişkin lm Yaşam Doyumu leği'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlı olacaktır.
5. Araştırmada kullanılan YIYE II envanteri bağlanmayı kaygı ve kaçınan boyutta ölçümlemektedir; küme analizi yöntemiyle dörtlü bağlanma modeli oluşturulmamıştır.
6. Ulaşılan bulgular araştırmanın yapıldığı zamanla sınırlıdır.

#### 1.6. Tanımlar

**Bağlanma:** Tanınan ve kendisinden daha güçlü ve/veya zeki olarak algılanan bir bireye yakınlık kurmak ve bu yakınlığı korumak amacıyla ortaya koyulan davranış biçimidir (Bowlby, 2014a).

**Güvenli bağlanma biçimi:** Başkalarına bağlanmakta ve başkalarının kendilerine bağlanmasıyla, insanlarla yakınlışmak ve onlara güvenmekle, yalnız kalmak ve terk edilmekle sorun yaşanmayan ve duyarlılığın yüksek olduğu bağlanma biçimidir (Pines, 2010).

**Kaygılı-kararsız bağlanma biçimi:** Başkalarının kendileriyle yakınlışmaya gönüllü olmadığının düşünüldüğü, yüksek bağlılık ve yakınlık seviyesinin arandığı,

insanların güvenilmez bulunduğu, terk edilmek ve yalnız kalmaktan korkulan, benlik kavramının sağlam olmadığı, duyarlılığın düşük olduğu güvensiz bağlanma biçimidir (Pines, 2010).

**Kayıtsız-kaçınan bağlanma biçimi:** Başkalarıyla yakınlaşmaktan hoşnut olunmayan ve başkalarına güvenmenin güç bulunduğu, yakınlıktan rahatsızlık duyulan ve yalnız olma eğiliminin gösterildiği güvensiz bağlanma biçimidir (Pines, 2010).

**Evlilik:** Rastgele kurulan ve geçici ilişkilerden farklı olarak, bir çiftin kendi karakteristik tanımlama biçimleriyle, öngörülebilir bir gelecekte bir arada kalmak ve bu birliktelikte ilgilerinin temel ve tek odağının eşleri olacağına dair verdikleri sözün yanı sıra resmi olarak kabul görülen kurumdur (Kessler ve Yalom, 2006).

**Doyum:** Beklenen, istenen, dilenen ve gereksinim olarak algılananların karşılanmasıdır (Şener, 2009).

**Evlilik Doyumu:** Bireyin evliliğindeki arkadaşlık ve cinsel doyumunun yanı sıra evlilik ilişkisinin gereksinimlerini karşılama derecesine ilişkin genel algısıdır. (Spainer ve Lewis, 1980).

**Yaşam Doyumu:** Kişinin amaçlarına ulaşmadaki değerlendirmelerinin bir ürünü olarak; beklentileri ile sahip olduklarının karşılaştırılması sonucunda ortaya koyulan durumdur (Neugertan, 1961; akt: Köker, 1991).

## BÖLÜM II

### KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde bağlanma boyutları, evlilik doyumu ve yaşam doyumuyla ilgili kuramsal görüşlere ve bağlanma boyutları, evlilik doyumu ve yaşam doyumuyla ilgili yapılmış yurt içi ve yurt dışı araştırmalara yer verilmiştir.

#### 2.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı, çocuklukta ve yetişkinlikteki ilişkileri anlamayı amaçlayan yaklaşımlardan olup; yakın ilişkileri değerlendirebilmek açısından önemlidir. Yaşamın ilk yıllarında çocuk ile bakımından sorumlu kişiler arasındaki ilişkinin niteliği üzerine yapılan araştırmalar sonucu geliştirilen bağlanma teorisi ışığında yakın ilişkilerin kompleks yapısı birçok açıdan sınıflandırılmış, açıklanabilir şekilde anlaşılmaya çalışılmıştır (Karataş, 2017).

Yaşamda ilk kişiler arası görevimiz ilk bakıcımızla -ki bu çoğu zaman annemizdir- bağ kurmaktır. Bir bebek olarak temel ihtiyaçlarımızın karşılanması bakımından tamamen başkasına bağımlı olduğumuzdan, bu bağ yaşamamız için temeldir. Bağlanmak terimi en çok bu bağı tanımlamak için kullanılır. Araştırmalarda bağlanma davranışları ve tipleriyle ilgili büyük bir ortaklık vardır. Bağlanmak beyin gelişimimizde, ruh sağlığımızda ve gelecekteki ilişkilerimizde çok büyük bir etkiye sahiptir (Cori, 2017).

Bu noktada bağımlı olmak ve bağımlılık kavramlarına açıklık getirmek açısından bir değerlendirme yaparsak; yaşamın ilk haftalarında bebek anneye bağımlıdır; ancak ona henüz bağlı değildir. İlerleyen yıllarda bakımı başkaları tarafından üstlenilmiş bir çocuk annesine bağımlı olmamakla birlikte güçlü bir bağımlılık taşımaktadır (Bowlby, 2013).

Gordon (2004) çocukların yaşamları boyunca “yedek ana babalar” diye nitelendirdiği kişilerce etkilenegeldiklerini ve çevrelerindeki kişilerin çocukla kurdukları ilişkilerin yapıcı mı, yıkıcı mı olduğunun çocuklar üzerinde etkili olduğunu belirtmiştir. Gordon bu yedek ana babalar kavramını sadece bakıcılarla değil; akrabalar, büyükanne, büyükbaba, öğretmenler gibi çocuğun ilişki olduğu kişilerin bütünü şeklinde sıralamıştır.

İlk çocukluğun önemine değinen ne ilk ne de son kişi olan Adler (2002) ilk çocukluk anılarına değinerek; bireyin bu anıları anlatış biçiminin bireyin zihinsel, davranışsal ve duygusal görünümünü anlayarak kimlik bütünlüğüyle ilgili bir fikre varılabileceğini savunur. Bireysel psikolojinin kurucusu olan Adler ailenin bir çocuğun geçmişindeki anlamı konusuna değinirken; nevrotik ailelerde büyüyen çocukların tehlikede olduğunu kabul etmekle birlikte, bireylerin illaki acı çekmeyeceklerini, başarıya ulaşabileceklerini savunmaktadır. Yani diğer bir ifadeyle Adler geçmişe yüklenen anlamın bireyin kendi algısıyla şekillendiğini söyler.

Bir çocuğun kendini güvende hissetmesi için bakımını sağlayan kişiyle duygusal bağ kurması gerekmektedir. Çocukların duygularına ilgiyle karşılık vermek ve ruh hallerinin farkına varmakla çocukla duygusal bir uyum yaratmak son derece önemlidir. Çocuk böylece güvenli bir bağ kurduğunu hisseder. Duygusal uyumun yakalanabilmesi için ebeveynin de duygusal olgunluğa erişmiş bir kişi olması gerekir (Gibson, 2017).

Bowlby (2013) bağlanmayı birinin yanımızda olmasını isteme ve o kişi yanımızda olduğunda kendimizi güvende hissetme şeklinde tanımlamakta; erken yaşlarda anneden başlayarak diğer yetişkinlere ilişkin oluşturulan içsel modellerin çok fazla değişime uğramadan yetişkinlikte de işlev gördüğünü belirtmektedir.

Bir çocuğun anneye ve ardından da babayla yaşadığı deneyimler, çocukta kendine değer duygusunu, diğerlerine olan inancı şekillendirerek gelecekteki ilişkilerine bir model oluşturur. Kendine yetme duygusunun oluşumunda çevreyle bağ kurma aşamasında kendini güvende hissetme önemlidir. Aile ilişkilerinin olumlu bir şekilde sürdürülmesi durumunda kişilik yapılanması zedelenmediğinden, kişinin baş etme becerileri de kabiliyetli hale gelmektedir (Bowlby, 2013).

Bowlby'e göre anne ve çocuğu arasındaki yakın ilişki türlerin korunması için elzemdir. Bu, küçükleri (hayvan türlerinde yırtıcı hayvanlardan) tehlikelerden korurken, hayati önem taşıyan sosyal davranışları annelerinden taklit yoluyla öğrenmelerini de sağlamaktadır. Bunun öğrenilememesi yetişkinlikte uygun eş bulma ve çocuk yetiştirme yetilerini de etkiler. Yaşamın ilk iki yılında anne ile kurulan bağ ile konuşma ve önemli olarak algılanan bir kişiyi sevimli bir şekilde yanıtlama biçimi öğrenilir (Wolf, 2002).

Çocuk doğduğu andan başlayarak annesiyle bağlantı içindedir ve tüm devinimleri bu bağlantıyı sürdürmeye yöneliktir. Aylar boyu çocuk için anne önemli rol oynar ve çocuğun hayatta kalabilmesi anne ile mümkündür. Çocuk için toplumsallığın temelleri bu evrede atılır ve anneye kurduğu ilişki temelinde kendisinden başkasına ilgi

duymayı öğrenir. Anne bu evrede köprüdür ve bu dönemde bağlantı kuramayan çocuk yok olmakla eşdeğerdir (Adler, 2003).

Güvenli ve destekleyici aile ortamının sağlıklı bir kişilik yapılanması için önemi tartışılmaz bir gerçekliktir. Aile ortamının önemi; boşanma, ebeveynlerden birinin veya her ikisinin kaybı, kötü muamele, sosyo-ekonomik yoksulluk, ihmal ve istismar gibi nedenlerle ailesinden ve sosyal çevresinden ayrılmak zorunda kalarak koruma ve bakım altına alınan çocukların güven duygularının zedelendiği ve yaşamın akışına ayak uydurmakta zorlandıkları araştırmalarla kanıtlanmıştır. Bağlanma kuramı açısından bakıldığında; kurum bakımında kalan çocuklarda travma etkisi yaratan ayrılma, kaybetme, kopma durumlarının, geçmişte yaşadıkları ihmal ve istismar ile bütünleşmesi sonucu genellikle güvensiz (kaygılı ve kaçınmacı) bağlanma stilinde oldukları belirlenmiştir. Kurumda kalan çocukların kurumun işleyişi gereği bağlanma figürleri sürekli değişmekte olduğundan, bu istikrarsızlık çocukların yetişkinlere olan güvenlerini sarsmaktadır (Karataş, 2017).

John Bowlby bağlanma kuramının babası ise, öğrencisi Mary Slater Ainsworth ampirik annesidir. Ainsworth “Yabancı Ortam Tekniği” olarak adlandırdıkları çalışmalarında; 83 anne ve yaşamın ilk on iki ayında olan bebeğini on iki ay boyunca gözlemlemiş ve bu teknikle bağlanma davranışının organize oluş biçimindeki bireysel farklılıklar değerlendirilmiştir (Bowlby, 2013).

Araştırmanın en meşhur ve en özgün kısmı, bir yaşındaki bebeklerin annelerinden ayrıldıkları, “yabancı ortam” diye adlandırılan duruma verdikleri tepkilerin izlenmesidir. Bunun için anneye bebek oyuncaklarla dolu bir odaya alınmış, cana yakın bir araştırma görevlisi onları selamlayıp bebeği oyuncaklarla oynamaya davet etmiştir. Anneler odayı üç kez üçer dakikalığına terk etmiş, bu sürede bebekler gözlemlenmiştir. Bu üç dakikalık sürelerin ikisinde araştırma görevlisi odadadır, üçüncüsünde ise bebek yalnızdır. Ainsworth, bebeğin oyuncaklarla dolu odaya, annesinin gidişine ve dönüşüne verdiği tepkilere dayanarak üç örüntü (güvenli, kaygılı-kararsız, kayıtsız) saptamıştır. (Pines, 2010).

Ainsworth tarafından örüntüler B, A ve C şeklinde sınıflandırılmıştır.

- 1) **Örüntü B:** *Anneye güvenli bağlanmış* olarak sınıflandırılan bu kategorideki bebekler çoğunlukta olup; oyuncaklarla dolu odada aktif olarak oynamakta, annenin kısa süreli odadan ayrılması esnasında üzülüp temas aramakta ve

anneninin dönüşüyle birlikte kolaylıkla rahatlatılarak; kısa sürede oyunlarına dönmektedirler.

- 2) **Örüntü A:** *Anneye anksiyete ile bağlanma ve kaçınma* olarak sınıflandırılan bu kategorideki bebekler grubun yüzde yirmilik kısmını oluşturup; özellikle anneninin ikinci kez odadan ayrılışından sonra anneye yeniden birleşmekten kaçınmakta, bir yabancıya kendi annelerine davrandıklarından daha dostça davranmaktadırlar.
- 3) **Örüntü C:** *Anneye anksiyeteye bağlanma ve direnme* olarak sınıflandırılan bu kategorideki bebekler grubun yüzde onluk kısmını oluşturup; anneye yakınlık ve temas kurma ile etkileşim ve temasa direnme arasında kararsız kalmakta, bazıları diğer bebeklere göre daha öfkeliyken, birkaçı ise pasiftirler.

B grubundaki bebeklerin keşif ve oynama sürecinde annelerini güvenli üs olarak görme eğiliminde oldukları; keşfetme ve bağlanma arasında mutlu bir denge kurabildikleri görülmüştür. Diğer iki gruptaki bebeklerin ise; pasif konumda oldukları, daha az keşfetme ve anneyi daha az güvenli bir üs olarak görme eğiliminde oldukları görülmüştür. Anksiyete ile bağlanan bebekler keşfetme ile meşgul olurlarken, annelerinin nerede olduğuyla güvenli bağlananlara oranla daha çok ilgilenirler. B grubundaki bebekler diğer gruptakilere göre daha az ağlama eğilimindedirler ve anne döndüğünde kucağa alınmaktan hoşnut olup oyunlarına kaldıkları yerden devam etmektedirler. Dahası güvenli bağlanan bebekler anneleriyle daha işbirlikçi bir ilişki içinde olup; annelerinin direktiflerini almaya isteklidirler. Grup A'daki bebekler anneleriyle birlikteyken daha az bedensel temas eğilimindedirler ve kucağa alındıklarında anneye rahatlatma pek olası değildir. Anne tarafından yere indirilen A grubundaki bebekler tekrar kucağa alınmak istemektedirler. C grubundaki bebekler anneye temastan kaçınmak yerine daha fazla temas kurma eğilimindedirler ve anneden ayrı oynarken anne onun ilgisini çekmeye çalıştığında dirençlidirler.

Ainsworth'un yaptığı çalışmayla bebeklerin bağlanma tarzlarıyla annelerin ebeveynlik tarzları arasında bağlantı kurulmuş; güvenli bağlanan bebeklerin annelerinin çocuklarının ihtiyaçlarına cevap verme konusunda ve çocukların sosyal temaslarına - gülümseme- karşılık vermede anındalık olduğu keşfedilmiştir. Kaygılı bağlanan bebeklerin annelerinin çocukların ihtiyaçlarına tepkisiz veya tutarsız davrandıkları, kaçınan bağlanan bebeklerin annelerinin ise fiziksel ve duygusal bir reddetme davranışı

benimsedikleri gözlenmiştir. Kısaca açıklamak gerekirse kendilerine sergilenen ebeveyn davranış biçimine göre bebekler bir baş etme stratejisi geliştirmektedirler (Pines, 2010).

Bağlanma davranışını aktive eden, bağlanma biçimine ve yoğunluğuna etki eden koşullar üç temel başlık altında değerlendirilir:

- 1) Çocuğun açlık, yorgunluk, acı çekme, üşüme ve hastalık durumları
- 2) Annenin yokluğu, ayrılması ve yakınlıktan vazgeçmesi gibi bulunduğu yer ve davranışları
- 3) Korkutucu olaylar ve diğer erişkin ve çocuklar tarafından reddedilme gibi diğer ortamsal koşullar (Bowlby, 2013).

Bahsedilen bağlanma figürünün varlığı tek başına yeterli olmamakla birlikte; figürün kolayca bulunabilir olması ve çocuğa uygun şekilde tepki vermesi, onu koruyup kollayan bir rolde olması önemlidir. Korku uyandıran bir durumda en güvenilen kişinin yanıbaşında olması çocuk için önemlidir. Bu konuda yapılan çalışmalarla üç farklı önerme ortaya koyulmuştur (Bowlby, 2014c)

- 1) İhtiyaç duyduğunda bağlanma figürünün ulaşılabilirliğine güven duyan çocuğun korku yaşama eğilimi güven duymayan çocuğa göre daha düşüktür.
- 2) Bağlanma figürünün ulaşılabilirliğine duyulan güven/güvensizlik bebeklik, çocukluk ve ergenlik yıllarında yavaş yavaş oluşmakta ve bu yıllarda oluşan beklentiler yaşamın sonuna dek görece değişmeden kalmaktadır.
- 3) Bu yıllarda bağlanma figürünün ulaşılabilirliğine yönelik geliştirilen beklentiler gerçek yaşantılarla oluşmaktadır (Bowlby, 2014c).

Özellikle bağlanma davranışının en aktif olduğu dönem olan altı aydan beş yaşa kadar olan dönem bağlanma figürünün ulaşılabilirliğine yönelik beklentilerin oluşumunda en hassas dönemdir. Bu hassasiyet beş yaşından itibaren ilerleyen on yılda azalsa da devam eden bir yapıdadır (Bowlby, 2014c).

Kültürel bağlamda değerlendirildiğinde çocuğun yaşadığı ev ortamı ve bakımından sorumlu diğer kişilerin varlığı önemlidir. Çocuk yaşadığı ortama göre çevresinde bulunan biyolojik anne, babası, büyükanne ve büyükbabası, kardeşleri arasından birincil ve ikincil bağlanma figürünü seçer. Çocuk acıktığında, yorulduğunda

veya korku uyandıran bir durumda; birincil bağlanma figürü ulaşılabilir pozisyonda veya yerde değilse davranışın ikincil figürlere yöneldiği bilinmektedir (Bowlby, 2013).

İkincil figürler canlı olabildiği gibi cansız da olabilir. Beslenme amacıyla anne memesini emmenin dışındaki emzik ve annenin bedeni, saç ve giysisi dışındaki battaniye ve yumuşak oyuncaklar, cansız objelere örnektir. Bebek ilk haftalardan itibaren emzik emebilir veya özellikle dokuz aydan sonra belirli yumuşak objelere bağlanabilir (Bowlby, 2013).

Bağlanma davranışında en önemli pekiştireç bir bebeğin çevresindekilerin onun sosyal gelişimini destekleyen tepkileri olduğu yönünde kanıtlar vardır. Eskiden olduğu gibi bağlanma davranışında en önemli pekiştirecin anne tarafından beslenmek ve ihtiyaçların karşılanması ise hiçbir kanıtı olmadığı belirtilmektedir (Bowlby, 2013).

Saptanan üç bağlanma stilinden ilki olan **güvenli bağlanmada** annenin veya anne yerine geçen figürün olumsuz durumlarda ulaşılabilir olması ve talebe karşılık vermesi konusunda emin olma durumu söz konusudur (Bowlby, 2014a).

İkinci bağlanma stili olarak belirlenen **kaygılı bağlanmada**; anne figürünün ihtiyaç duyulan zamanda talebe karşılık verip vermeyeceği konusunda kuşku duyma, ayrılık kaygısına yatkınlık ve çevresini keşfetme konusunda kaygılı olma durumu söz konusudur. Bu bağlanma biçiminde anne figürü talep edilen ihtiyaca istikrarlı ve tutarlı cevap vermemekte, çatışma durumu belirgin olarak ortaya koyulmakta; ihtiyaç duyulan bir zamanda gerektiği gibi destek veren ebeveyn; başka herhangi bir zamanda ise aksi bir davranış sergilemektedir (Bowlby, 2014a). Kaygılı bebekler, umutsuz çabalama (yalvarma, etkileme gibi) neticesinde annenin suçluluk duygusu zemininde gelen karşılığı sezer ve kendisine böyle bir biçim belirler. İhtiyacına cevap almaya yönelik bu çabasına bağımlı olan bebeğin, anne ile temas kurduğunda yapışmasının veya anne tepki vermediğinde anneyi cezalandırmak istemesinin nedeni budur (Pines, 2010). Kaygılı bağlanmanın oluşumunda yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlarla desteklenen şekilde; çocuğun ebeveyni tarafından terk edilmekle, sevilmemekle ve ölmekle tehdit edilmelerinin söz konusu olduğu da göze çarpan önemli bulgulardandır (Bowlby, 2014c).

Son olarak tanımlanan üçüncü bağlanma biçimi olan **kayıtsız bağlanmada** ise; anne figürünün talep edilen ihtiyaca sevecen bir karşılık verip vermeyeceği konusunda kuşku duyulmaktadır. Bu bağlanma biçiminde çatışma gizlidir ve anne ihtiyaç duyulan zamanda sert bir reddedişle karşılık vermektedir (Bowlby, 2014a). Fizyolojik ve duygusal temas ihtiyaçlarını baskılamayı öğrenen bu tipteki bebekler anneye

öfkeli dirler. İlgi çekme çabaları ağır bir şekilde reddedildiğinden ihtiyaç duyduğu halde çocuk anneden uzaklaşır (Pines, 2010).

Bağlanma kuramının etiyolojik temele dayanan kuramı, dış dünya ile ilgili hiçbir deneyimi olmayan canlının içgüdüsel olarak bir bağlanma sistemi bünyesinde davrandığı ve bu sistem çerçevesinde yaşamını sürdürebilmesi için kendisinde daha olgun ve deneyimli bir bağlanma figürüne ihtiyaç duyduğudur (Bowlby, 1973).

Bağlanma kuramının dayandığı psikodinamik yön ise, ‘bireyin erken yaşlarda bağlanma figürü ile kurduğu ilişkinin niteliği yaşamın sonraki döneminde kuracağı yakın ilişkiler için temel oluşturmaktadır’ önermesidir (Bowlby 1980).

Bebek anneyi onu doyuran ve meme emmenin verdiği hoşlanma duygusunun kaynağı olarak tanımaya başlar ve böylece anne bebeğin ilk sevgi nesnesi olur. Bebeğin ilk sevgi nesnesine bağlılığının niteliği, ileriki yaşamında önem arz edecek kişilere karşı geliştireceği duygu ve tutumlarında çok önemlidir. Bu dönemde anneye kurulan ilişkinin güven, sıcaklık ve sevecenlik temeline dayanması, yaşam boyu diğer insanlarla kurulacak benzer bir ilişki örüntüsü kurulabileceği beklentisi oluşturur (Gençtan, 2002).

Zamanla çocuğun oral dönemde annesiyle etkileşiminin tek yanlı olmadığı sanıldığından daha karmaşık süreçleri içerdiği görüşü yaygın olarak kabul görmeye başlamıştır. Emzirme sürecinde veya bebeğin bakımı sırasındaki etkileşim, annenin yetersizliği ya da kişilik yapısıyla bağlantılı olan çatışma ve olumsuz etkilerin odak noktası olarak karşımıza çıkar (Gençtan, 2002).

Bağlanma kuramı psikanalitik bir yöne sahip olmasına rağmen kişiler arası ilişkileri açıklamaya yönelik geliştirdiği bakış açısıyla klasik psikanalitik görüşten ayrılır. Ayrıca bağlanma kuramı şu yönleriyle psikanalitik kuramdan ayrılır:

- 1) Bağlanma kuramı patolojiden daha çok zihinsel sağlığa vurgu yapmaktadır,
- 2) Çocuğun bakıcısıyla olan ilişkisinde fantezileri de içeren içsel yönleriyle değil bunun aksine gerçek yaşantıları ve bunlarla ilişkili zihinsel süreçlerle ilgilenmektedir ve son olarak
- 3) Bağlanma kuramı test edilebilir önermeler sunar ve bu önermeler farklı araştırma sonuçlarıyla desteklenmiştir (Bowlby, 1980).

Tanımadığı insanların olduğu bir yerde, anneden ayrılmanın küçük çocuklara olan etkisine yönelik araştırmalarına başladığında Bowlby’nin teorik çerçevesi psikanalizdi. Ancak ilerleyen süreçte kendi dinamikleriyle beslenme ve cinsel

davranıştan farklı olarak bağlanmanın yaşam üzerinde eşit önemde olduğu ortaya konuldu. Öncelikle çocuk ve anne-baba sonrasında ise yetişkin ile yetişkin arasındaki duygusal yakınlık gelişimine katkı sağladığı yaşam döngüsü boyunca mevcut ve aktif olduğu, başka teorilerdeki gibi çocuklukla sınırlı olmadığı öne sürülmüştür.

### **2.1.1. Ergenlik Döneminde Bağlanma**

Tüm hayat boyunca özellikle kendini güvende hissetmeme, korku veya kaygıların arttığı zamanlarda daha belirgin gözlemlenebilen bağlanma davranışı bebeklik ve çocukluk döneminde açıkça görülmektedir (Deniz, 2006).

Yaşamın ilk yılları bağlanmanın en belirgin olduğu ve en çok çalışıldığı zamanlar olsa da ergenler ve olgun yetişkinler için de önemlidir (Bowlby, 2014b). Aileleri tarafından gerekli şekilde destek görmeyen, cesaretlendirilmeyen çocuk ve ergenlerin daha az neşeli, olumsuz şartlarda daha kırılgan, yaşamı ve özellikle de yakın ilişkileri zor olarak nitelendirdikleri bilinmektedir. Eğer bir bebek, çocuk veya ergen yaşadığı zorluklarda güvenli bir dayanak olarak algıladıkları sevecen ve yanıt alabildikleri bir ebeveyne sahiplerse neşeli, sosyal olarak işbirlikçi ve etkin bir vatandaş olarak büyümeleri büyük olasılıktır. Yapılan araştırmalardan birinde ergenlikte annelerini kaybeden kadınların depresyon geliştirmeye daha yatkın oldukları bulunmuştur (Bowlby, 2014a).

Bağlanma kuramı açısından bakıldığında bir geçiş dönemi olan ergenlik; bireyin yeni durumlarla baş etmesinde temel role sahiptir. İlk bağlanma figürü olan anne-babalar artık sığınılacak güvenli bağlar olarak algılanmaktan öte sınırlayıcı bağlanmalar olarak algılanmaya başlanır. Kimseye bağlı olmaksızın kendi yolunu bulmak ve ‘kendi’ olabilmek için bağımsızlığa olan ihtiyacı karşılamak ergenin en temel ihtiyacıdır (Lee, 2003).

Ebeveyne bağlanma biçimi değişen ergenin yönelimi daha çok aile dışından bireylere ve topluluklara olmaktadır. Bu dönemde okul, sosyal gruplar, din veya politik düşünce grupları diğer gelişim dönemindekiler için ikincil öneme sahipken; ergen için birincil öneme sahip bir bağlanma figürü niteliğindedir (Bowlby, 2013).

### **2.1.2. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma**

İlişki halinde olmak bireye ruhsal ve bedensel anlamda fayda sağlar ve birey zararlı durumlardan kaçınır, gerilimden kurtulabilir, okşanma gereksinimi ve yerleşmiş

bir denge sağlanır. İnsan hayatında yiyecek açlığıyla eş değer bir önem taşıyan uyarılma açlığı yaşamın sürdürülebilmesinde paralel bir anlam taşımaktadır. Bu noktada çocuğun özellikle annesiyle arasında kurulan yakın ilişkiden mahrum kalmasının yaşamı boyunca etkisinde kalabileceği sonuçları olabileceği belirtilmiştir (Berne, 2001).

Erken çocukluk deneyimlerinin yetişkin bağlanma biçimleri üzerine derin etkiye sahip olan olduğunu savunan Bowlby'nin kuramının belli başlı ana önermeleri vardır. Bu ana önermeler şöyle sıralanır:

- 1) İçsel çalışma modellerinin öncülüğünde erken çocukluk deneyiminin üzerine yetişkinlerle kurulan yakın ilişkiler inşa edilir.
- 2) Bu içsel çalışma modelleri başkalarına olan güven ve sevgi duygusunun ve sevmeye layık olup olunmadığı inancının belirleyicileridir.
- 3) Bu modeller bireylerin etkileşimlerini ve bu etkileşimleri yorumlayış biçimlerini de etkiler (Pines, 2010).

Araştırmalarda bağlanma davranışları ve tipleriyle ilgili büyük bir ortaklık vardır. Bağlanmanın ruh sağlığımızda, beyin gelişimimizde ve gelecekteki ilişkilerimizde çok büyük etkiye sahip olduğu hep söylenegelmiş bir gerçekliktir (Cori, 2017). ABD'yi temsilen yetişkin bağlanma tarzına yönelik yapılan bir araştırmada; araştırma evreninin %59'u güvenli, % 25'i kaçınan ve % 11'i ise kaygılı bağlanma tipinde olduğu ortaya koyulmuştur. Bu sonuçların yıllar önce Ainsworth'ün bebeklerle yaptığı çalışma sonrasında ortaya koyduğu sonuçlara hemen hemen benzer bir noktada olması bebeklikteki bağlanmanın yetişkinliğe yansımalarını da doğrular niteliktedir.

Bağlanma davranışı genellikle daha güçlü ve/veya zeki olarak algılanan bir diğer ayrı ve tercih edilen bireyle yakınlığı kurma ve sürdürme ile sonuçlanan herhangi bir davranış biçimi olarak değerlendirilmektedir. Erken çocuklukta özellikle önemli olsa da, bağlanma davranışı doğumdan ölüme değin insanları nitelemek için kullanılır. Bakım görmeyi sağlayan ağlama ve çağırmayı, takip etme ve yapışmayı ve bir çocuk yalnız veya yabancılarla bırakıldığında kuvvetli biçimde protesto etmeyi içerir. Yaşa beraber, dışa vurulan bu türden davranışların sıklığı git gide azalmaktadır. Yine de, bu türden tüm davranışlar insanoğlunun donanımının önemli bir kısmı olarak kalır (Bowlby, 2014a).

Bowlby bebeklikle sınırlamadığı kuramını; kan bağı olanla, eş ve arkadaşları da kapsayan bir boyutta hayat boyu devam eden “sevgi bağları” na doğru genişletmiştir. (Pines, 2010).

Daha sonraki araştırmalarda, bebeklikte oluşturulan bağlanma örüntülerinin yetişkinlikte de devam ettiği kanıtlanmıştır. Yetişkinlerin yakın ilişki örüntüleri, birincil bakıcılarıyla, çoğunlukla da anneleriyle kurdukları ilişki türünden yoğun bir biçimde etkilenir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Hazan ve Shaver (1987), Ainsworth’un çalışmalarından esinlenerek romantik ilişkilerde güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan olmak üzere üç; Bartholomew ve Horowitz (1991) ise güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört bağlanma türünden söz etmektedirler (Pines, 2010).

Çocukluktaki bağlanma tamamlayıcı davranışsal bir sistem olarak düzenlenmiştir. Bebek gülümser ve anne gülümsemeyle karşılık verir. Bebek ağlar ve anne bebeği yatıştırmaya odaklanır. Anne uzaklaşır ve bebek onu fiziksel olarak veya gözüyle takip eder (Hazan ve Shaver, 1994).

Bazı temel benzerlikleri olmasına rağmen yetişkinlikteki bağlanmayı çocukluktaki bağlanmadan ayıran önemli yanları vardır. İlk olarak çocukluktaki bağlanma figürü tipik olarak tamamlayıcıdır. Çocukluktaki bağlanmada; bakım veren kişi bakım sağlar; ancak bakım almaz. Yine çocukluktaki bağlanmada çocuğun güvenlik ihtiyacı vardır ancak bakım veren kişiye güvenlik sağlamaz. Yetişkin bağlanması ise tipik olarak karşılıklıdır ve her iki partner de bakım alır ve bakım sağlar. Çiftlerin her biri bakım ve gözetme sağlar, bu doyumunu birbirlerinden sağlarlar. Diğer bir fark ise çocukluktaki bağlanmada bağlanma figürü çoğunlukla bir ebeveyn iken; yetişkin bağlanmasında bağlanma figürü yaygın olarak bir akran ve cinsel bir partnerdir. Yetişkinlikte bağlanma; bakım verme, bağlanma ve cinsel birleşme şeklinde üç davranışsal sistem içerir (Hazan ve Shaver, 1994).

Çocuklukta oluşan bağlanma örüntülerinin yetişkinlikte de devam ettiği kanıtlanmıştır. Hazan ve Shaver, Ainsworth’un çalışmalarından esinlenerek yetişkin romantik bağlanma ölçütü kullanmış ve üç romantik bağlanma tarzı ortaya koymuşlardır (Pines, 2010).

- 1) **Güvenli Bağlanma:** Bu bağlanma tarzına sahip yetişkinler, başkalarına bağlanmakta ve başkalarının kendilerine bağlanmasında herhangi bir zorluk gözetmeksizin, insanlarla yakınlaşmakta güçlük çekmezler. İnsanlara

güvenirler, yalnız kalmaktan veya birisiyle olmaktan çekinmezler. Terk edilmek, bağ kurmak sorun olarak meşgul oldukları bir durum değildir (Pines, 2010).

**2) Kaygılı-Kararsız Bağlanma:** Bu bağlanma tarzına sahip yetişkinler, başkalarının kendileriyle yakınlaşmaya gönüllü olmadığını düşünerek; sıklıkla ilişki içinde oldukları partnerlerinin kendisini sevip sevmediğinden ve bu ilişkiyi devam ettirmek isteyip istemediğinden endişe ederler. Güvensizdirler ve ilişkilerine fazla yatırım yaparlar. Yüksek düzeyde talep ettikleri bağlılık ve yakınlık seviyesi partnerlerinin uzaklaşmasına neden olur. İlişki sürdürme biçimlerinde aynı sevgiliden defalarca ayrılma ve tekrar bir araya gelme söz konusudur (Pines, 2010).

**3) Kaçınmalı (Kayıtsız) Bağlanma:** Bu bağlanma tarzına sahip yetişkinler başkalarıyla yakın ilişki kurmayı ve başkalarına güvenmeyi güç bulduklarından yalnız olma eğilimi gösterirler. Diğerleriyle yakın ilişki kurmak onları rahatsız eder ve dolayısıyla genellikle ilişki içinde oldukları partnerlerinin yakınlık beklentisi de onlar için rahatsız edici düzeyde olmaktadır. İlişkilerinde çok ayrılık yaşarlar; ancak nispeten yaralanma daha azdır (Pines, 2010).

Bağlanma figürünün ulaşılabilir olması en az iki değişkene göre değerlendirildiğinde;

- a) Bağlanma figürünün talebe karşılık veren, koruyan bir kişi olarak düşünülüp/düşünülmemesine
- b) Kendilik algısına/kendini talebine karşılık verilmeye değer bir özellikte değerlendirip/değerlendirmemesine bağlıdır (Bowlby, 2014c).

Bu iki değişkenden hareketle Bartholomew ve Horowitz (1991) bağlanma stillerini, zihinsel modellerin kesiştiği olumlu ve olumsuz kutuplarda tanımlamışlar ve iki boyutun çaprazlanmasından dört temel bağlanma stilinin ortaya çıktığını öne sürmüşlerdir.

- 1) Güvenli (Secure) bağlanma biçimi:** Olumlu benlik ve başkaları modellerinin bileşimini içermektedir. Bu anlamda, güvenli kişiler olumlu

benlik algısını ve kendini sevmeye değer görme duygusunu başkalarının güvenilir, destek veren, ulaşılabilir ve iyi niyetli olduğuna dair olumlu beklentilerle birleştirir. Bu özellikleriyle güvenli kişiler hem başkalarıyla kolaylıkla yakınlık kurabilir hem de özerk kalmayı başarabilirler (Bartholomew ve Shaver, 1998).

- 2) **Saplantılı (Preoccupied) bağlanma biçimi:** Olumsuz benlik modeli ile olumlu başkaları modelinin birleşimi olarak tanımlanmaktadır. Saplantılı bağlanma, kendini değersiz hissetme veya sevmeye değer görmeme duyguları ile başkalarına ilişkin olumlu değerlendirmeleri yansıtır. Bu nedenle saplantılı bağlanan kişiler yakın ilişkilerde kendini doğrulama ya da kanıtlama eğilimi gösterirler. Bu kişiler sürekli olarak ilişkileri ile takıntılıdır ve ilişkilerinden pek de gerçekçi olmayan beklentilere sahiptirler (Bartholomew ve Shaver, 1998).Dörtlü Bağlanma Modeli, Hazan ve Shaver'in modelinden farklı olarak iki tür kaçınan bağlanma biçimi önermektedir:
- 3) **Kayıtsız (Dismissive) bağlanma biçimi:** Benlik modelinin olumlu ancak başkaları modelinin olumsuz olduğu bağlanma biçimidir. Kendilerini değerli görme eğilimindeyken, başkalarına karşı olumsuz tutum içerisindeyler. Bu kişiler özerkliğe aşırı önem verirler; başkalarına duyulan ihtiyacı ve yakın ilişkilerin önemini savunmacı bir şekilde reddederler (Bartholomew ve Shaver, 1998).
- 4) **Korkulu (Fearful) bağlanma biçimi:** Her iki zihinsel model de olumsuzdur. Bu bağlanma biçim güvenli bağlanma biçiminin tam tersidir. Değersizlik duyguları içinde birey kendini başkalarının sevgisine ve desteğine layık görmez; başkalarını da reddedici ve güvenilmez olarak görür (Bartholomew ve Shaver, 1998).

Bowlby'nin çalışmalarından başlamak üzere güvenli bağlanma sağlıklı süreçlerle ilişkilendirilmiş olup, güvensiz bağlanma biçimi ise daha sonraki yaşam dönemlerinde psikopatolojinin belirleyicisi olarak düşünülmüşse de çocuklukta güvenli bağlanmanın, daha sonra ciddi yaşam olayları ve duygudurum bozuklukları ile bozulabileceği unutulmamalıdır (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011).

Koruyucu ruh sağlığı açısından güvensiz bağlanmanın pek çok psikopatolojinin gelişimi ile ilişkili olduğu düşünülürse, tüm bireylerin çocuk sahibi olmayı planladıkları

dönemde, gebelik döneminde ve çocuklarını yetiştirirken desteklenmeleri sağlıklı nesiller yetiştirmek açısından çok önemlidir (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011).

### 2.1.3. Yaşlılık Döneminde Bağlanma

Bowlby bağlanmanın insanın hayatının doğum ve ölüme bütününe kapsadığını belirtmiş olsa da; uzun bir süre sadece bebeklik ve çocukluk bağlanmalarına ilişkin çalışmalar yapılmış, son 20 yıldır yetişkinlik dönemi bağlanmalarını inceleyen araştırma sayısında büyük artış olmuş, yaşlılık dönemi bağlanmasının araştırılması 2000'li yıllardan itibaren başlamıştır (Yıldız, 2012).

- Bağlanma kuramı perspektifinde yaşlılık, bebeklik, çocukluk ve yetişkinlik dönemleriyle benzerlik ve farklılıklar göstermesinin yanı sıra kendine has gelişim özelliklerini içerir.
- Yaşlılıkta bağlanmada; bakım alma, bağımlı olma, kayıp-yas yaşantısı, bedensel-psikolojik hastalıklar ve sosyal ilişki etkenleri öne çıkmaktadır.
- Yaşlı bireyin iyi-olma halini etkileyen; sosyal destek, yaşam doyumu ve kalitesi etkenleriyle, yaşlılıkta bağlanma sürecinin olumlu olması veya güvenli bağlanma biçimi arasında yakın ilişki bulunmaktadır.
- Yaşlılıkta güvensiz bağlanma biçimleri olan kaygılı veya kaçınmacı bağlanmada, kronik hastalığı olan yaşlılar, umutsuzluğa daha kolay düşebilmekte ve ölüm seçeneğine daha sıcak bakabilmekte, ölmeyi isteyebilmekteyken; güvenli bağlanma biçimi, kronik hastalıklara daha olumlu uyum sağlamayla ilişkilidir.
- Neden olduğu ekonomik anlamda bir başkasına muhtaç olma, yalnızlık, kendi kendine yetememe, kendini güvende hissetmeme gibi birçok psiko-sosyal sonuçlarından dolayı kayıp ve yas, yaşlı bireyler açısından ayrı bir sorun olmaktadır. Kayıp sonrasında ölen kişiyle bağların nasıl devam ettirileceği, yas sürecini sağlıklı geçirebilmek açısından önemlidir. Kararsızlık, bağımlılık veya çatışmayla tanımlanabilecek türden yakın ilişkiler kurma eğiliminde olanlar için, bağlanma figürünün kaybindan sonra yas sürecine uyum sağlamak güç olmaktadır.
- Bakım verme sürecini daha sorunsuz geçirebilmede, yetişkin çocukların yaşlı ebeveynlerine güvenle bağlanmış olmaları belirleyici olmaktadır.

- Güven ve kontrol kaybı olan yaşlı bireylerin sosyal ilişkileri veya güven anlamında algıladıkları boşlukların telafisinde dinsel inanç ve davranışların önemli katkılar sağladığı bulgular arasındadır (Yıldız, 2012).

Kirkpatrick (1999); Tanrı'nın idealize edilen bir bağlanma figürü olduğundan hareketle Ainsworth'ün ebeveyne bağlanma ölçütünün "Tanrı'ya bağlanma" sürecine uygulanabileceğini, Tanrı'ya kesintisiz bir bağlanmayla Tanrı'nın güvenli bir sığınak ve bir üs olarak görüleceğini belirtmiştir. Tanrı, tehlikelerden koruyan ve güvenlik duygusu sağlayan, ruhsal anlamda mükemmel olarak anlamlandırılan bir ebeveyne benzetilebilir.

Bireylerin bağlanma stilleri, dinsel bağlılıklarının niteliğini belirlemekte ve güvenli bağlanmış olanlar, Tanrı ile daha iyi ilişki içerisindedirler (Kirkpatrick ve Shaver, 1992).

## 2.2. Evlilik Doyumu

Toplumdaki bireylerin amacı toplumun diğer üyeleriyle ilişki geliştirirken doyumu en yüksek seviyede yaşamaktır. Kişiyi en çok doyuma ulaştıran ilişki biçimleri yakın ilişkiler ve oyunlardır. Toplumsal ilişkilerin oyun biçiminde olduğu ve aile yaşamı ve evliliğin de bu oyununun çeşitlemeleri üzerine kurulduğu öne sürülmektedir (Berne, 2001).

Evlilik sürekli değişen karmaşık ilişkiler bütünüdür. İki insan birbirlerine olan bağlılıklarını bir törenle kutlar ve tüm evlilikleri boyunca sürecek olan belirli sorunlarla baş etmek zorundadırlar. Bir evlilikte zorunlu ve gönüllü nitelikler mevcuttur ve bu mevcut nitelikler dengeye ulaştığı zaman ilişkilerinden doyum sağlamaya başlarlar (Haley, 1988).

İncelenen literatür araştırmalarıyla birlikte psikolojik iyilik hali için en önemli unsurlardan biri olarak kabul edilen evlilik uyumunun üzerinde çalışılması gereken önemli konulardan biri olarak görülmesinin yanı sıra evliliğin sağlamlığı ve devamlılığı, yalnızca evli çiftler için değil aile ve tüm toplum için önemli olduğundan, evlilik uyumunun ve bununla ilişki içinde olan faktörlerin belirlenmesi daha da önemli hale gelmektedir (Güngör ve İlhan, 2008).

Evlilik, yalnızca aile için yararlı bir kurum ortamında gerçekleşen bir ev etkinliği olmanın ötesinde bir yaşam biçimi, paylaşılan bir varoluş, eşlerin kişisel bağı ve bu bağıntıdaki karşılıklı konumlarıdır (Foucault, 2010).

Evliliğin tarihsel gelişimdeki yerine baktığımızda; birçok farklı metinde eşler arasındaki ilişkinin evlilik işlevlerinden, kocanın statüsüne ilişkin otoriteden ve rasyonel ev yönetiminden sıyrılıp kendine özgü gücü, sorumlulukları, zorlukları ve yükümlülükleri, kazançları, hazları olan özel bir ilişkiye dönüştüğü görülür (Foucault, 2010).

Tarihsel süreç boyunca değişen ilişkişel örüntüler doğrultusunda metinlere konu olan evlilik; şimdilerde evlilikten alınan doyum ve bu doyumunu etkileyen değişkenler boyutunda çoğu kez üzerinde durulmaya ve araştırmaya değer bir konu olarak yerini korumaktadır.

Kaynaklar incelendiğinde bir kavram karışıklığı ile baş başa kalınmış ve evlilik doyumunu, evlilik uyumu, evlilik kalitesi, evlilik mutluluğu gibi kavramların birbirinin yerine kullanılan eş anlamlı terimler olduğu görülmüştür. Tüm bu kavramlar arasında birbirlerinin yerine daha çok kullanılan terimler olan ‘evlilik uyumu’ ve ‘evlilik doyumunu’ kavramlarından; evlilik uyumunun tanımı ve kapsamı üzerine tartışmalar sürmektedir (Gökmen, 2001).

Evlilik uyumu; aile ve evliliği ilgilendiren bir durumda aynı fikrin paylaşılabilirdiği, çiftlerin birbiri ile etkileşiminin olduğu ve sorunlara olumlu ve çözümçü yaklaşım belirlenebildiği bir tanımla ortaya koyulmaktadır (Erbek ve ark., 2005)

Evlilik uyumu ayrıca çiftlerin uyumlu birlikteliklerinin sonucu olarak evlilik hayatındaki memnuniyeti ve mutluluğu da ifade etmektedir. Bu noktada evlilik doyumunu ile karışmaktadır. Evlilik doyumunu ve evlilik uyumu kavramları aralarında yüksek ilişki olması nedeni ile sıklıkla birbirinin yerine kullanılmaktadır. Doyumlu çiftlerin aynı zamanda uyumlu oldukları ifade edilerek bu iki kavramın farklı kavramlar olmadığı yaygın olarak kabul görmektedir (Yılmaz, 2001).

Evlilik doyumunu evliliğin kişisel (birbirine gösterilen sevgi biçimi, cinsel doyum, iletişim kurma şekli ve tutum) ve çevresel (çalışma hayatı, kararlarda eşitlik, problemlerin paylaşımı gibi) boyutlarından elde edilen psikolojik tatmindir (Sokolski ve Hendrick, 1999).

Tezer (1996) evlilik doyumunu bireyin kendi evlilik ilişkisindeki gereksinimlerini karşılama düzeyine ilişkin algılama biçimi olarak tanımlamıştır.

Doyumlu bir evliliğin sadece doyumsuzluğun yokluğu ile açıklanamayacağı, doyumlu çiftlerde, evliliğin sıkıntısız olma durumunun önemi ifade edilmektedir. Evlilikte doyumsuzluk ise, içinde daha çok olumsuz özelliklerin olduğu, buna karşın olumlu özelliklerin göreceli olarak bulunmadığı evlilik durumlarıdır. Evlilik doyumunun sadece evliliğin herhangi bir dönemindeki algıları kapsamadığı, zaman içerisindeki evlilik doyumu ile ilgili algılarda düzensiz değişmelerin olduğu yönünde çalışmalar belirtilmiştir (Bradbury ve ark., 2000; akt. Gökmen, 2001).

Bir aileyi geliştirmek zor bir iş olmasının yanı sıra çocuğun varlığıyla birlikte yetişkin erkek ve kadının sahip oldukları çocuklarını yetişkinliğe ulaştırıncaya kadar sorunlarla baş etmelerini de beraberinde getirir. Sorunlu aileler problemlerin çözümüne yönelik boşa çaba harcamakla enerjilerini tüketirler. Eğitici aile yapısında olanlar ise problemleri önceden görebilme yetisiyle birlikte bunlarla nasıl başa çıkabileceklerinin de farkındalığına sahiptirler (Satir, 2001). Evlilikte doyumdan söz edebilmek için bu noktada da uyanık davranan bireyler olabilmek ve durumu kontrol altında tutabilmek önemlidir.

Aile dengesini sağlamada ailenin mimarları olan eşlerin birbirleriyle ilişkisinin durumu ve biçimi, ailedeki diğer ilişkiler için temel oluşturur (Satir, 2017).

Evlilikte eşlerin her ikisi de sorumluluk almazsa ve evlilik ilişkisini korumaya yönelik davranışlar olmazsa sistemdeki aksaklıklar sonucunda çocukların gelişimi de olumsuz etkilenir. Aile hayatı zordur; çünkü her bir üyenin kendini değersiz hissetmeden sistemde var olmayı başarabilmesi gerekir (Satir, 2001).

Bir sistem olan evlilik ve ailenin sürdürülebilir olması için aileyi oluşturan bireylerin her birinin bir amaç ve hedef doğrultusunda, bir işleyiş düzeniyle birlikte, birbirleri ve dışarıyla paylaşımlarının mevcut olması gerekir (Satir, 2001).

Eşler birlikte sürdürdükleri yaşam içerisinde anlaşmak ve bir kurala bağlamak zorunda oldukları alanlarla iç içedirler. Kim hangi işi ne ölçüde yapacak? Koca sinirli olduğu zaman karısı nasıl davranacak? Kadın sinirli olduğu zaman adam nasıl davranacak? gibi. Bunun gibi bir çok konu üzerinde anlaşmaya varılabildiği zaman mutlu bir evlilikten söz edebilmek mümkündür. Eşler birbirleriyle bir hayat sürdürürken kuralları belirlemek ve bu kuralların kimin tarafından konulacağına dair bir fikir birliğine varmakla karşı karşıyadırlar. İlişkide sıcaklık ilişkinin belli alanlarını tartışarak, düşünceleri açıkça ifade ederek yakalanır (Haley, 1988).

## 2.2.1. Evlilik Doyumunu Açıklayan Kuramlar

### 2.2.1.1. Davranışçı Yaklaşım

Bu yaklaşıma göre; olumsuz davranışlar da dahil olmak üzere aile üyelerinin tüm davranışları öğrenme sonucunda oluşmakta bu davranışlar evlilikteki sorunların artmasına neden olmakta ve yeni davranışlarla değişmektedir (Gladding, 2002).

Davranışçı yaklaşımda evlilikle ilgili üç temel ilke bulunmaktadır:

- 1) Eşler arasındaki öğrenilmiş uyumsuz davranışlar ailenin diğer üyelerini de etkileyerek sağlıklı bir aile ortaya çıkarmaktadır.
- 2) Eşler arasındaki uyumsuz davranışlar olumsuz değişime neden olmaktadır. Geçmişte problem yaratan davranışlarla değil yeni uyumsuz davranışlarla ilgilenererek; ilişkide yapıcı bir etki yaratmayan uyumsuz davranış örüntülerini yeni davranışlarla değiştirmek eşlerin doyumunu arttıracaktır.
- 3) Evlilik ve ailedeki sorunu çözmek için eşlerle veya ailenin uyumsuz davranışa sahip bireyiyle görüşmek problemi ortadan kaldırmada etkilidir.

Üç ilkede yer bulan uyumsuz davranışlar, uyum sağlayıcı davranışlar ile değiştirildiğinde eşler evliliklerinde mutlu olmaktadır (Gladding, 2002). Özetle davranışçı yaklaşım, davranışların düzenlenmesi ile eşlerin evlilik ilişkilerindeki doyum düzeylerinin artacağını savunmaktadır (Çelik, 2006).

### 2.2.1.2. Sistem Yaklaşımı

Bu yaklaşımda birbirleriyle olan etkileşiminin önemli olduğu alt sistemlerden oluşan ve birbirini etkileyen bir bütün olarak görülen aile sisteminin devamlılığının sağlanmasının önemli olduğu vurgulanmaktadır. Eşler, çocuklar, çocuk-anne, çocuk-baba alt sistemlerinin içerisinde var olan bir problemin diğer alt sistemleri etkilediği; özellikle duyguları paylaşabilmenin, kişinin yeme, barınma ve maddi ihtiyaçlarını gidermesinin ve kendi benliğini rahatlıkla ortaya koyabilmesinin, doyum sağlamada ve sağlıklı aile oluşumunda rolünün önemi belirtilmektedir (Çelik, 2006).

Sistem teorisine göre; eş sisteminden alınan doyumun önemli belirleyicilerinden biri eşlerin birbirini algılama biçimidir. Eşler kişilik özellikleri açısından bireysel farklılıklara sahiptirler, eşlerden biri dominant, agresif özellikler sergilerken, diğeri tam aksine sessiz, duygusal özellikler gösterebilmektedir. Eşlerin bu farklılıkları anlamaya

çalışması eş sisteminden ve dolayısıyla evlilikten alınan doyumun artmasını sağlamaktadır (Jensen, 1978).

Sağlıklı evlilik sisteminin oluşması ve devam ettirilmesi açısından; sistemlerin duygusal ihtiyaçlarının giderilmesi, ailenin bütünlüğünün sağlanması ve eş sistemi ilişkisinden doyum alınması gerekmektedir. Sevmek, sevilme, şefkat görmek, cinsel ihtiyaçların karşılanması, eşlerin birbirlerini nasıl algıladıkları ve nasıl gördükleri, onay, kabul edilme, değer görme ihtiyaçlarının giderilmesi evlilik ilişkisinden doyum sağlamada önemlidir (Çelik, 2006).

### 2.2.1.3. Stratejik Yaklaşım

İletişimin eşler arasındaki ilişkinin temeli olduğu stratejik aile yaklaşımında, çiftlerin iletişim biçimleri evlilik doyumunu önemli derece etkilediği, eşlerin birbirlerine karşı sıcak, samimi ve açık bir iletişim tarzı göstermesinin önemi belirtilmektedir. Evliliklerde var olan bir problem kişilerarası problemler olarak algılanmakta ve bu problemleri ortadan kaldırabilmek için soruna yönelik stratejiler geliştirilmesi gerektiği savunulmaktadır. Probleme özgü strateji geliştirmek evlilikte doyumun sağlanabilmesinde önemlidir (Goldenberg ve Goldenberg, 1996).

Stratejik yaklaşımın öncüleri olarak Cole Madanes, Salvador Munichin, John Weakland, Paul Watzlawick isimlerini sayabiliriz. Madanes'e göre saldırganlık ve sevgi arasındaki ikilemden doğan aile ve evlilikteki sorunlar dört gruba ayrılmaktadır.

- a) Eşlerin başat olma ve birbirini kontrol etme isteği çatışma ve davranış problemlerini doğurmaktadır.
- b) Eşlerin birbirlerine nefret ve sevgi duygularını ifade etmeleri evlilik doyumuna etki etmektedir.
- c) Aile üyelerini korumak ve sevmek ilişkileri olumlu yönde etkilerken; eşler açısından tam tersi bir tutum (birbirine zarar verme, birbirini sevmeme ) sergilenmesi durumunda aile sorunları ve doyumsuzluk ortaya çıkmaktadır.
- d) Çiftlerin pişmanlıklarını dile getirmesi eşler arasındaki çatışmanın giderilmesinde önemli yere sahiptir.

Madanes eşler arasındaki çatışma ve doyumsuzlukların, bu dört ikilem grubu için uygun stratejiler oluşturularak giderilebileceğini belirtmektedir (Gladding, 2002).

#### 2.2.1.4. İletişim Yaklaşımı

İletişim sadece bilgi alışverişi değildir. Sözel olmayan davranışlar da iletişimde önemli bir yere sahiptir. Aile içerisinde iki tip iletişim biçiminden söz edilir; eşler arası iletişim ve eşlerle diğer aile üyeleri arasındaki iletişim. Eşler arası iletişim iyi bir aile düzeni oluşumunda önemli bir faktördür (Griffin ve Greene, 1999).

Eşlerin birbirlerini anlamasını, birbirlerine karşı empati geliştirmelerini engelleyen savunucu iletişim tarzı, evlilikte çatırdamalara neden olmaktadır. Dolayısıyla eşler arasındaki iletişim tarzının anlaşılması ve bu tarzın evliliğe ne derece yarar sağladığı ve zarar verdiği anlaşılmalıdır. Çünkü eşler arasında kurulan iletişim şekli evlilik doyumuna önemli düzeyde etkisi etmektedir (Gottman, 1990).

#### 2.2.1.5. Bilişsel Yaklaşım

Bilişsel yaklaşıma göre, aile üyelerinin duygusal problemlerinin nedeni çevre koşulları değil, sürekli tekrarladıkları mantıksız inançlarıdır. Bu inançlar farkında olmadan kendi ebeveynlerinden öğrenilmekte ve aile içi ilişkilerde fonksiyonel olmayan şekilde sürdürülmektedir. Aile üyeleri gerçek olmayan inançların değiştirilebilmesi için fonksiyonel olmayan bu inançlarla ilgili farkındalık kazanmalıdır. Bu yaklaşımda, kendini kabul etmeme önemli bir faktör olmakla birlikte; bireylerin başkalarını kabul etmeleri de öğretilmeye çalışılmaktadır. Böylece daha mutlu yaşanılacaktır (Çelik, 2006).

#### 2.2.1.6. Yapısal Yaklaşım

Ailenin sosyal yapısını bir sistem olarak gören yapısal aile kuramcıları, sosyal yapının parçalarını oluşturan alt sistemlerin etkileşimini, aile dönüt mekanizmasını, eşler ve çocuklar arasında dengeyi ve etkili olmayan iletişim biçimlerini incelemektedirler (Goldenberg ve Goldenberg, 1996).

Son derece önemli olan eş, ebeveyn ve çocuk alt sistemleri sağlıklı bir aile ve evlilikte bütünlük içerisinde hareket etmelidir. Eşler; bireyin farklı duyguları yaşayabilme ve aktarabilme, ait olma gibi sosyal ihtiyaçlarını karşılayarak; diğer alt sistemlerin sosyalleşmesi ve benlik duygularının oluşması için katkı sağlamaktadır. Eşlerin ailenin diğer üyeleri ve kendi psikolojik doyumlarını sağlamada bu ihtiyaçları karşılaması önemlidir (Gladding, 2002).

Alt sistemlerle ilgili ihtiyaçların karşılanamaması, sistemler arası iletişimin kopuk olması ve sorumlulukların yerine getirilmemesi, eşler arasında çatışma ve doyumsuzluklara neden olmaktadır (Griffin ve Greene, 1999).

### 2.3. Yaşam Doyumu

Yaşamın anlamı konusunda insanlık tarihi boyunca insanların özellikle yenilgiye uğradıklarını düşündükleri zamanlarda sorgulamalara düştükleri, günlük hayatın rutininde ise sürekli bu anlam sorgulamasını yapmadıkları ileri sürülebilir. İnsan davranışlarının temelinde evrene ve kendisine önceden belirlediği bir görüş vardır. Hiç kimsenin yaşama yüklediği anlam aynı olmadığı gibi kusursuz veya doğru da değildir (Adler, 2003).

Adler (2003) insanların yaşamları boyunca belli üç temel görevi yerine getirmek durumunda olduğunu söylemiş ve bunları şöyle sıralamıştır;

- 1) Belli sınırlar ve olanaklar dahilinde kendini geliştirmek.
- 2) Bir toplum içinde yaşadığı ve üstesinden gelemeyeceği şeyler olduğu gerçeğini kabullenmek.
- 3) İnsan soyunun ayakta kalmasının iki ayrı cinsiyet olan kadın ve erkeğe bağlı olduğu sevgi ve evlilik gerçeğini kabullenmek.

Adler'e göre (2003) sevgi ve evlilik, eşlerden birinin diğerine bedensel cazibe, arkadaşlık ve çocuk sahibi olma isteğiyle ortaya çıkan gönüllü teslimiyetidir. Sevgi ve evliliğin yalnızca iki taraf için değil, tüm insanlık için işbirliği oluşturduğunun da altını çizmiştir.

Yaşamdan doyum alabilmek toplumun bir bütün olarak kabul edildiği noktada insanlarla ilgili olabilmek, bütünün parçası olabilmek ve bütüne katkıda bulunabilmekle mümkündür (Adler, 2003). Dolayısıyla toplumun en küçük birimi olan ailede, evlilikten aldığımız doyuma da tıpkı yaşam doyumunda olduğu gibi benzer bir yaratıcı görev algısıyla içi içe olduğumuzu söyleyebiliriz.

Adler'in (2003) görüşü doğrultusunda sevgi ve evlilik sorunlarının üstesinden gelme çabaları toplumun esenliği ve mutluluğu için önemli rol oynamaktadır. Toplumun iyi oluşu için öncelikle kişinin bireysel psikolojik iyi oluşunun da önem kazandığı yönünde fikir yürütmek anlamlıdır.

Yaşam doyumunun sağlanmadığı yerde kişinin cinsel yaşamından, mesleğinden, işinden zevk alamama ve insanlarla birlikteliklerinde de sıkıntıları vardır. Kişinin iş yaşamının verimli olduğu, çevresindeki insanlarla ilişki geliştirebildiği, cinsel yaşamının yolunda gittiği tam tersi bir durumda ise kişi yaşamı yaratıcı bir görev olarak görmektedir (Adler, 2003).

Adler (2003) eşe gösterilen ilginin ve eşin yaşamını kolaylaştırıp zenginleştirmenin bireyin kendisini de geliştireceği fikrindedir. Kişilerin amaçlarına hizmet ederek yaşantılarına verdiği anlamı ve kendi yazgısını yine kendisinin belirlediğini ve insanlığın ilerlemesinin birbirinden bağımsız bireylerin ortak çalışmasıyla mümkün olabileceğini savunur.

### **2.3.1. Yaşam Doyumunu Açıklayan Kuramlar**

#### **2.3.1.1. Ereksel Kuramlar**

Ereksel kurama göre, yaşam doyumunu engelleyen üç faktör vardır:

- 1) Bireyler kısa sürede mutluluk verecek amaçları isteyebilirler, fakat bu amaçların uzun dönemdeki sonuçları, bireyin diğer amaçlarını gerçekleştirmesini engelleyeceğinden dolayı mutluluğu azaltabilir.
- 2) Bireylerin amaç ve istekleri birbiriyle çatışabilir. Çünkü bu durumda gereksinimleri ya da istekleri tanımlamak ve bütünleştirmek güçtür.
- 3) Bireyler amaçları ya da istekleri olmadığı için mutlu olamayabilirler.

Sonuç olarak; bazı becerileri kazanmamış olmaktan, kötü koşullardan ya da gerçek dışı amaçlar belirlemiş olmaktan dolayı bireyler, amaçlarına ulaşmada başarılı olamayabilirler (Diener, 1984).

Bu yaklaşımda özellikle üzerinde durulan noktalar amaç ve gereksinimdir. Amaçlar bireyin farkında olduğu istekleridir ve bunlar günlük yaşantıda yer alan bilinçli hedefleri, kişisel çabaları ve meydan okumaları kapsamaktadır. Birey doğuştan sahip olduğu ve sonradan öğrendiği gereksinimleri; bunların farkında olsa da olmasa da, doyurduğunda mutluluk hissi yaşayacaktır. Bazı amaçların gerisinde bireyin gereksinimlerini doyurma isteği yatabilmekte ve amaç ve gereksinim bu sebeple kendi aralarında ilişki halindedirler (Diener, 1984).

### 2.3.1.2. Bağ Kuramları

Bağ kuramına göre; bireylerin olaylara yükledikleri anlamlar önemlidir ve en büyük mutluluk kaynağı, birey tarafından içsel faktörlere bağlanan olaylara yine bireyin olumlu anlam yüklemiş olmasıdır. Mutluluk olaylarda değil, onlara yüklenen anlamlardadır (Schwarz ve Clore, 1983).

### 2.3.1.3. Aktivite Kuramları

Aktivite yaklaşımı mutluluk olgusunun davranıştan geldiğini ve insan aktivitesinin bir ürünü olduğunu savunur. İlk aktivite kuramı savunucularından olan Aristo, erdemli bir aktivitenin mutluluk sağladığını ve iyi başarılan bir işin mutluluk getireceğini belirtmektedir. Aktivitenin fazla zor olması anksiyeteye, fazla kolay olması ise bireyin sıkılmasına neden olur. Aktivite kişi için uygun bir uğraş gerektiriyorsa ve kişinin beceri düzeyi bu aktivite için yeterliyse aktiviteden haz alınacaktır. Sürekli mutluluğu arayan bireyin zarar göreceğini benimseyen yaklaşıma göre; mutluluğun amaca ve etkinliğe yoğunlaştığında kendiliğinden geleceği vurgulanır. Bu noktada dağın doruğuna ulaşmaktan daha çok dağa tırmanmanın kendisi, yani aktivitenin kendisi daha fazla mutluluk verebilir (Diener, 1984).

### 2.3.1.4. Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları

Mutlulukta odağın tutumlar olduğunu savunan ‘tavandan tabana’ yaklaşımına göre; birey yaşamındaki olumlu şeyleri görme potansiyeline sahiptir ve bireyin hoşgörü potansiyeline sahip olması olaylarda tek tek hoşgörülü olmasını sağlar (Diener, 1984).

‘Tabandan tavana’ yaklaşımına göre ise mutluluk küçük hazların toplamıdır ve kişi anlık haz ve acıları çerçevesinde kendini mutlu ya da mutsuz olarak değerlendirir. Mutlu yaşam mutlu anların bir bütünüdür (Kozma ve Stones, 1980; akt: Cenkseven-Önder, ).

### 2.3.1.5. Yargı Kuramları

Bir takım standartlar ile gerçek yaşam koşulları arasında yapılan karşılaştırma sonucunda oluşan mutluluk; gerçek olan durum, standartları aşmayı başarırsa ortaya çıkacaktır. Bilinçli olarak yapılabilmesinin yanı sıra bu tarz yargılar, duygu boyutunda bilinçdışı da yapılabilir. Hangi yaşamsal olayın olumlu veya olumsuz

olabileceğini saptayan yargı kuramı aynı zamanda olayın yaratacağı duygunun şiddetini de öngörebilmektedir (Diener, 1984).

İlk kez gerçekleşen bir olayın iyi veya kötü oluşuna göre mutluluk veya mutsuzluk oluşur. Zamanla birlikte olaylar duyguları uyandırma gücünü kaybeder. Birey iyi olaylara fazlaca uyum sağlamışsa mutluluk yaşamayacağı gibi kötü olaylar için de aynı duygu yoksunluğu söz konusudur. Olaylara uyum sağlama da bu anlama gelmektedir ki; birey yaşantısından çıkardığı deneyimlerle bir uyum temellendirir. Mutluluk ise bireyin belirlediği standartlarının üzerine çıkıldığında olur (Diener, 1984).

## **2.4. Yapılan Araştırmalar**

### **2.4.1. Bağlanma Kuramıyla İlgili yapılan Araştırmalar**

Sümer ve Güngör (1999) yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası karşılaştırmasını yaptıkları çalışmalarında; güvenli bağlananların güvensiz bağlananlara oranla yüksek düzeyde benlik saygısı, benlik belirginliği, arkadaşlarla ilişkiden memnuniyet ve düşük düzeyde sürekli kaygı, onaylanmama kaygısı, başkalarını memnun etme isteğine sahip olduklarını bulmuşlardır. Olumsuz benlik modeline sahip olan korkulu ve saplantılı stile sahip bireyler ise bu boyutların tümünde güvenli bağlanan grubun tersi bir örüntü sergilemişlerdir. Korelasyonel karşılaştırmalarda kayıtsız bağlanmaya ilişkin bulgular çok açık bir örüntü sergilememesine karşın, kategorik analizlerde, beklendiği gibi, onaylanmama kaygısı, başkalarını memnun etme isteği ve ayrılık kaygısı değişkenlerinde güvenli ve kayıtsız bağlanan katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Geçin (2016) yaptığı araştırmada 0-1 yaş arası çocukların bağlanma durumlarının cinsiyete, doğum sırasına, bakımını üstlenen kişinin anne ve anne dışında başka bir başka kişi olmasına, annelerin öğrenim durumlarına, annenin çalışıp çalışmamasına bağlı olarak anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Çocukların bağlanma davranışlarının cinsiyete, çocuğun bakım tarzına ve annenin çalışıp çalışmama durumuna göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Anne eğitim durumuna göre, çocuğun rahatlık bağlanma davranışının farklılaştığı, lise ve lisans mezunu annelerin çocuklarının puan ortalamaları, ilkokul ve ortaokul mezunu annelerin çocuklarının puan ortalamalarından düşük olduğu bulunmuştur. Güvenli bağlanma davranışının da annelerin eğitim durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği,

lise ve lisans mezunu annelerin çocuklarının güvenli bağlanma davranışı puan ortalamaları, ilkokul ve ortaokul mezunu annelerin çocuklarının puan ortalamalarından düşük bulunmuştur. (İlaslan, 2009).

Görgü (2017)'nün araştırma sonuçlarına göre; güvensiz bağlanan çocukların annelerinin güvenli bağlanana göre daha yüksek endişe gösterdiği, daha içedönük olduğu, daha yüksek gerçekçilik, daha yüksek kabullenicilik, daha yüksek kontrol puanları aldıkları görülmektedirken; güvenli bağlanan çocukların annelerinin ise; dışadönük, rahat, duyarlı, bağımsız ve serbestlik puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sümer (2006) araştırmasında yetişkin bağlanma biçimlerini; medeni durum duygusal zeka, kardeş sayısı, cinsiyet, ilişkiye bağlılık ve ilişkide algılanan tatmine göre incelemiş olup; sonucunda bağlanma biçimlerinin cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Kılıç (2017) bağlanma biçimlerinin evlilik uyumuyla ilişkisini değerlendirdiği araştırmasında kaçınan ve kaygılı bağlanma arttıkça evlilikte uyumluluk düzeyinin azaldığı, güvenli bağlanma arttıkça evlilikte uyumun da aynı yönde arttığını bulmuştur. Bağlanma biçimlerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı da aynı çalışmada elde edilen sonuçlardandır.

Açık (2008) bağlanma boyutların evlilik uyumuyla ilişkisini incelediği araştırmasında evli olmayan bireylerden de veri toplamış ve evli olanların kaygı puanlarının evli olmayanlara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Şizofreni hastalarıyla yaptığı araştırmasında Yelpeze (2018); hasta grubun sağlıklı gruptan kaygılı bağlanma boyutunda farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Kaçınan bağlanma stiline sahip hastaların yatış süresi arasında pozitif yönde, güvenli bağlanma ve yatış sayısı ve süresi arasında ise negatif yönde ilişki bulunmuştur. Şizofreni ve bağlanmanın ilişkili olduğu, şizofreni hastalarında kaygılı bağlanma oranının daha fazla olduğu ve hastalığın gidişatının kaçınan bağlanma ile ilişkili olduğu, kaçınan bağlanma azaldıkça yatış sayısının ve süresinin de azaldığı, pozitif ve negatif semptomlarla ilişkili olmadığı ve yaşamın ilerleyen dönemlerinde çıkan hastalığın seyrinde etkili olduğu şeklinde yorumlanmıştır.

Yılmaz (2015) araştırmasında kaygılı bağlanmaya sahip erkeklerin kaçınan bağlanmaya sahip olan erkeklere oranla evlilik uyum düzeylerinin daha yüksek olduğunu saptamıştır. Araştırmada kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyi arttıkça umutsuzluk düzeyinin arttığı ve evlilik uyumunun düştüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Dede (2015) ergenlik dönemindeki bireylerle yaptığı araştırmasında; güvenli bağlanan ergenlerin çatışmalarda daha fazla kendini açma ve kendini ifade etme eğiliminde oldukları, daha az çatışmadan kaçındıkları ve çatışma yaşadığı yere göre çatışma çözme yaklaşımlarının farklılaşmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Söz konusu bulgular güvenli bağlanan bireylerin genel ergenlik dönemi özelliklerini sergilediği yönündedir. Korkulu bağlanan ergenlerin, güvenli bağlananların aksine duygularını ifade etmede ve çatışmalarda kendini açmada zorlandıkları; yapıcı olmayan, çatışmaları olumsuz sonuçlandırabilecek yaklaşımlar sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Kayıtsız bağlanan ergenlerin çatışmalarda kendini açma yaklaşımı ve duygularını ifade edebilme arasında negatif yönde; saplantılı bağlanan ergenlerde ise aynı değişkenler arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Aynı çalışmada bağlanma stilleri ile kardeş sayıları arasındaki ilişkiye bakılmış kardeş sayısı fazla olan ergenlerin daha fazla kayıtsız bağlanma geliştirdikleri görülmüştür.

Eşen (2018) gebelikte ruhsal iyi oluş ve eş uyumunun fizyolojik iyi olma ile ilişkisini araştırdığı çalışmasında; kaçınma alt boyutu puanı arttıkça ile mental iyi oluş ve evlilik uyumu puanının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Kantarcı (2009) araştırmasında güvenli bağlanan bireylerin, güvensiz bağlananlara göre aldatma eğilimlerinin daha düşük olduğunu, güvensiz bağlanma ile olumsuz çatışma yönetim biçimleri arasında da anlamlı ve olumlu yönde ilişki olduğunu, aldatma eğilimi ile olumsuz aktif çatışma yönetim biçimi arasında da anlamlı ve olumlu yönde ilişki olduğu bulgularına ulaşmıştır. Kadınların erkeklere göre daha fazla olumlu aktif çatışma yönetim biçimine yöneldikleri, erkeklerin aldatma eğilimlerinin ise kadınlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Taş (2016) kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça evlilik doyumu düzeyinin düştüğünü; kayıtsız bağlanma düzeyi arttıkça evlilik doyumu düzeyinin düştüğünü tespit etmiştir.

Kankotan (2008) araştırmasında, bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları ile cinsiyetin yaşam doyumunu; bağlanmanın kaçınma boyutunun pozitif duyguyu; bağlanmanın kaygı boyutunun ise negatif duyguyu yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

Üniversite öğrencilerinin geriye dönük olarak çocukluklarında algılamış oldukları ebeveyn kabul veya reddinin yetişkin bağlanma biçimleri ve depresif belirtiler ile ilişkisinin incelendiği çalışmada; anne reddi ve baba ihmali özellikle göze çarpan noktalar olarak vurgulanmıştır. Araştırmada anneden algılanan toplam red düzeyi ile babadan algılanan ihmalin yetişkin bağlanma özelliklerinden hem kaygı hem de kaçınma boyutunu yordadığı bulunmuştur. Yetişkinlikteki bağlanma özellikleri ve

depresyon arasındaki ilişkiye bakıldığında ise, yetişkin bağlanma özelliklerinden hem kaygı hem de kaçınma boyutunun depresyonu yordadığı tespit edilmiştir. Son olarak, algılanan ebeveyn kabul veya red düzeyi ile depresif belirti düzeyi arasındaki ilişkide yetişkin bağlanma özelliklerinden hem kaygı hem de kaçınma boyutunun aracı rolü olduğu gözlenmiştir (Salahur, 2010).

Karahasanoglu (2016) araştırmasında üniversite öğrencilerinde aşka ilişkin tutumlar, kişilik özellikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin cinsiyet ve mevcut ilişki durumu bağlamında incelemiş; sahiplenici aşk ile duygusal dengesizlik ve saplantılı bağlanma arasında pozitif, tutkulu aşkın duygusal dengesizlik ve kayıtsız bağlanma ile arasında negatif ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Araştırmada kadın katılımcıların duygusal dengesizlik (nevrotizm) kişilik ve kayıtsız bağlanma alt boyutlarında erkeklere göre daha yüksek puan aldıkları, erkeklerin ise oyun gibi aşk ve özgeci aşkta kadın katılımcılara kıyasla anlamlı ölçüde daha yüksek puan aldıkları sonucuna ulaşmıştır.

Sümer (2017) araştırmasında bağlanma stillerinin romantik kıskançlık düzeyinin önemli bir yordayıcısı olduğunu, kaygılı bağlanma arttıkça kıskançlığın arttığını, kaçınan bağlanma arttıkça kıskançlığın azaldığını bulmuştur. Kaçınan bağlanma ile ilişki doyumu, her üç tür kıskançlık tetikleyicisi; duygusal tepki, konuşma yöntemi, kıskançlığın olumlu etkilerine ilişkin görüşlere katılma düzeyi arasında negatif, umursamama yöntemi arasında ise pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Yaptığı araştırmasında Buğa (2009) kadınlarda olduğu gibi erkeklerde de kaygı puanları arttıkça ilişkiye yaptıkları yatırımın arttığı ve yine ilişki süresi uzadıkça kadın ve erkeklerin ilişkiye yaptıkları yatırımın arttığı, evli olan katılımcıların ilişkiye flört eden ve birlikte yaşayan katılımcılara göre daha çok yatırım yaptıkları sonucuna ulaşmıştır.

Soğancı (2017) araştırma sonuçlarına göre, bağlanma stili ile romantik ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamış olup; ilişki doyumu düzeyinin belirleyicisi olarak kaygı ve kaçınma ile arasında güçlü bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Saplantılı bağlanan bireylerin romantik ilişki doyumunun, kayıtsız bağlananların romantik ilişki doyumundan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Güvenli ve saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişki doyumu, korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişki puanından daha yüksektir. Güvenli bağlanan bireylerin romantik ilişki doyumunun kayıtsız bağlanma stiline sahip kişilerin ilişki doyumundan daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Sarıbal (2017) araştırmasında güvensiz bağlanan bireylerin güvenli bağlananlara göre duygu düzenleme güçlüğü yaşadığı, kişiler arası ilişkilerde ketleyici ilişki tarzını kullandığı ve daha kaygılı olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Araştırmasında yaptığı yorumlara bakıldığında; güvensiz bağlanan bireylerin duygu düzenlemede güçlük yaşamaları, kaygı seviyelerinin yüksek olması kişilerarası ilişkilerdeki tutumlarını ve beklentilerini de olumsuz yönde etkilemesi sebebiyle kişilerarası ilişkilerde problem yaşamalarına neden olabildiği belirtilmiştir. Ayrıca güvensiz bağlanan bireylerin, güvenli bağlananlara göre daha fazla travmatik yaşantı rapor etmelerinin nedeninin erken dönem bakım verenlerle kurulan olumsuz ilişkiler ve çocuğu/genci travmatize eden davranış ve söylemlerin yetişkinlik hayatına olan olumsuz etkiler konusunda belirleyici olması şeklinde yorumlandığı görülmüştür. Güvenli bağlanan bireylerde ise, olumlu yönde gelişen çocukluk yaşantıları ve destekleyici bakım verenin tutumları sonucu gelişen güvenli bağlanma örüntülerinin, kişinin olumlu kendilik ve diğerleri algısını geliştirmesi sonucu kişilerarası ilişkilerinde daha yapıcı tutumlara sahip olma söz konusu olduğu yorumlanmıştır. Ayrıca güvenli bağlanan bireylerin olumsuz duyguların düzenlenmesi konusunda daha zengin içsel kaynaklara sahip oldukları ve kaygı seviyelerinin güvensiz bağlanma grubundan daha düşük olduğu belirtilmiştir.

Çeçen (2017) güvenli bağlanma stiline göre benlik saygısı değişkeninin anlamlı bir fark gösterdiği yönünde bulguya eriştiği araştırmasında; güvenli bağlanma gösteren bireylerin diğer bağlanma alt boyutlarını gösteren bireylere göre daha yüksek benlik saygısına, daha düşük kaygı düzeyine sahip olduğunu not etmiştir. Kaygılı bağlanma stilinde olan bireylerin ise beklendiği üzere sürekli kaygı düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Seyfi (2017) araştırmasında bağlanma stillerinin alt boyutları olan güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinin aldatma eğilimini yordamadığı sonucuna ulaşmıştır. Araştırmasında kadın ve erkek katılımcılar aldatma eğilimi açısından incelenmiş ve kadın katılımcıların erkeklere göre aldatma eğilimi açısından anlamlı şekilde farklılaştığı; kadın katılımcıların erkeklere oranla daha yüksek aldatma eğilimi gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarına getirdiği yorumlarda Seyfi (2017) aldatmaya yüklenen anlamdan yola çıkmış; erkekler için tek gecelik ilişkiler aldatma olarak değerlendirilmezken; kadınlar için eşi dışında biriyle telefonda flört etmenin aldatma olarak değerlendirildiğini belirtmiştir. Kadınların aynı ortamda bulunma, flört etme, bakma, vb. davranışları “aldatma” olarak nitelediği; erkeklerin ise

bu tür davranışları eşini aldatma olarak nitelendirilmeyeceğini düşünüyor olabildiklerini ve ek olarak da kadınların kendini izleme (self- monitoring) davranışına daha çok başvurmasından dolayı toplumsal kurallara ve toplumun beklentilere uymayan davranışlarını sorgulamalarına, bunlara anlam yüklemelerine neden olduğunu belirtmiştir. Sonuç olarak bakıldığında; tüm bu nedenlerle kadınların erkeklere oranla aldatma eğilimlerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşıldığı yorumunu getirmiştir.

Çavuşoğlu (2011) tarafından yapılan bir başka araştırmada yine bağlanma stillerine göre çiftlerin evlilik uyumları ve aldatma eğilimleri arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.

Çamurlu-Keser (2006) tarafından yapılan araştırmada annenin sahip olduğu bağlanma stilinin, çocukla kurduğu ilişkiyi etkilediği ve anne çocuk arasında karşılıklı birbirini besleyen ilişkinin, çocuğun güvenli bağlanmasını etkilediği bulunmuştur. Bu sonuçlar doğrultusunda bağlanma kalitesi ile ana babalık kalitesinin birbirinden bağımsız olmadığını; annelerin bağlanma stillerinin, annelik davranışını belirlediğini belirtmiştir. Güvenli bağlanan annelerin, çocuklara hem kabul/ilgi hem de sıkı olmayan denetim içeren annelik davranışları sergilediği, güvensiz bağlanan annelerin ise çocuk yetiştirme sürecinde, çocuklarına sıkı denetim ve sınırlamalar getiren bir yaklaşım içerisinde olduğu bulunmuştur. Aynı araştırmada annelik davranışlarının çocuğun güvenli bağlanmasını etkilediği ve güvenli bağlanmasının özellikle kabul boyutundan etkilendiği bulunmuştur. Çocuk yetiştirme sürecinde, kabulün yüksek olduğu annelik davranışının, çocuğun ihtiyaçlarına ve taleplerine daha duyarlı olmaya götürdüğü, annesinin elverişliliği hakkında güvene sahip olan çocuğun, endişe duygusundan, endişe uyarısından ve diğer kendi ilgilerinden göreceli olarak serbest kalarak, kendine güvenen, özerk bir birey olarak, güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olduğu yönünde fikir yürütülmüştür.

Çiftçi (2010) bireylerin ebeveyn ilişki algısı ile yetişkinlik bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelediği tezinde; anneye ya da babaya yabancılaşan bireylerin yakın ilişkilerine kaygılı bağlanmaya yatkın olduğu, babaya duyulan güvenin ve iletişimin azalmasının ve babayla yabancılaşmanın artmasının, kayıtsız bağlanma stiline yatkınlığı arttırdığı sonucuna ulaşmıştır.

Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile psikolojik dayanıklılığı arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında Vergili (2018) bireylerin güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça; gelecek algısının, aile uyumlarının, sosyal yeterliliklerinin, sosyal kaynaklarının ve psikolojik dayanıklılıklarının da arttığı sonucuna ulaşmıştır. Aynı

araştırmada bireylerin kaygılı bağlanma düzeyleri arttıkça; kendilik algısı, gelecek algısı, aile uyumları, psikolojik dayanıklılık ve sosyal kaynaklarının azaldığı; kaçınan bağlanma arttıkça ise sosyal kaynakların azaldığı bulgusu mevcuttur.

Erden (2014), farklı sosyokültürel ve ekonomik bağlamlarda yaşayan dört-altı yaş çocuklarının anne babalarına bağlanmalarına ilişkin araştırmasında, çocukların anne ve babalarına bağlanma biçimlerinin, içinde bulunulan sosyo-ekonomik kültürel bağlama göre değişiklik gösterdiği; köy çocuklarının diğer sosyoekonomik kültürel bağlamlarda yaşayan çocuklara göre güvenli bağlandığı, özellikle gezici mevsimlik tarım işçilerinin çocukları ile kurumda kalan çocukların güvensiz bağlandıkları, sonucuna ulaşmıştır.

Göçener (2010), güvenli bağlanma ile kişiler arası ilişkileri incelediği araştırmasında katılımcıların anne ve babaya olan güvenli bağlanma düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzlarında pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşmış; güvenli bağlanan bireylerin besleyici ilişki tarzı düzeylerinin arttığını ve kişiler arası ilişkilerinde daha olumlu bir iletişim tarzı sergilediklerini tespit etmiştir.

Yıldırım (2017), çalışmasında kaygılı bağlanmanın kayıtsız bağlanmaya kıyasla romantik ilişki içerikli obsesif kompulsif belirtilerle daha güçlü ilişkisi olduğu sonucunu bulmuştur. Aynı araştırmada kaygılı bağlanma stilinin, kayıtsız bağlanma stiline kıyasla güvence arama ile daha anlamlı ilişkisi olduğu bulunmuştur.

Bağlanma stillerinin kişilik özellikleriyle ilişkisi kapsamında Demirkan (2006), güvenli bağlanan bireylerin; insanlara güvenen, geçimli, çatışmadan kaçınan, işbirliğine yatkın, girişken, sosyal, iyimser, analitik düşünen, duyarlı, yeniliğe açık, yaratıcı gibi olumlu özelliklere sahip olduğu bulgularına ulaşmıştır.

Uzun (2017) güvenli ve korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin ilişki doyumlarının yüksek, kayıtsız ve saplantılı bağlanma stiline sahip olanların ilişki doyumunun ise diğer iki stile göre düşük olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

Demirci (2004) evli bireylerle yaptığı araştırmasında eğitim düzeyinin yükseldikçe kadın ve erkeklerin bağlanma stillerinin güvensizden güvenliye doğru bir değişim gösterdiği sonucuna ulaşmış; eğitim düzeyinin kişisel yeterlilik duygusunu, özgüveni, problem çözme ve sorunlarla baş etme becerisini, destek alma ve destek verme yeterliliğini istendik yönde değiştirdiği yorumunu getirmiştir. Aynı araştırmada kadınların bağlanma stilinin daha çok korkulu ve saplantılı olduğu, erkeklerin ise daha çok güvenli ve kayıtsız bağlanma stiline ulaştıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Özgür (2014) Mardin ilinde yaptığı araştırmasında lise öğrencilerinin bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını analiz etmiş ve erkek öğrencilerin daha çok güvenli ve saplantılı bağlanma stiline sahip olduğu, kız öğrencilerin ise daha çok korkulu ve kayıtsız bağlanma stiline sahip olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

Karabulut-Uslu (2017) çiftlerle yaptığı çalışmada; güvensiz bağlanmış çiftlerin stresle başa çıkma tarzlarından; çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşımı benimsediklerini, güvenli bağlanmış çiftlerin ise kendine güvenli ve iyimser yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşım tarzlarını benimsedikleri sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada güvenli bağlanmış çiftlerin benlik saygısının yüksek olduğu, güvensiz bağlanmış çiftlerin ise düşük benlik saygısına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kurum bakımında kalanlarla bağlanma boyutlarına ilişkin yaptığı araştırmasında Yaman-Karakoyun (2014) on iki yaş ve üzerindeyken kurum bakımına alınanların, daha küçük yaşta alınanlara göre kaygı puanlarının daha düşük, kurum bakımında kalan her yaştan kişinin ise kayıtsız bağlanma stiline yüksek olduğunu bulmuştur. Aynı araştırma evli ve bekarlarda kayıtsız, boşanmışlarda ise saplantılı bağlanma stiline sahip olanların daha fazla olduğu sonucunu ortaya koymuştur.

Altun (2015) erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit ettiği çalışmada; duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, iç-içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz öz denetim, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar puanı arttıkça kaçınan bağlanma puanlarının da arttığını belirtmiştir. Aynı çalışmada duygusal yoksunluk, başarısızlık, onay arayıcılık, kendini feda, terk edilme, iç-içe geçme/bağımlılık, duyguları bastırma, sosyal izolasyon/güvensizlik, karamsarlık, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar puanları arttıkça kaygılı bağlanma puanlarının da arttığını belirtmiştir.

Deniz ve Işık (2010) bağlanma stillerinin yaşam doyumuna olumlu ve olumsuz etkilerini ölçümledikleri araştırmalarında; güvenli bağlanma stiline yaşam doyumuna olumlu etkilerin tek belirleyicisi olduğunu, kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinin ise yaşam doyumuna olumsuz etkiyi anlamlı bir şekilde yordadıklarını tespit etmişlerdir.

Waters ve ark. (2000) Ainsworth'un Yabancı Ortam Deneyinden 20 yıl sonra bu katılımcılardan 50'si (21 erkek, 29 kadın) ile Berkeley Erişkin Bağlanma Görüşme Formu (AAI) ile tekrar görüşmüşlerdir. Katılımcıların habersiz oldukları sınıflandırmalarda; genel olarak, bebeklerin % 72'si erken erişkinlik döneminde güvenli

bağlanma sınıflandırmasıdır. Bağlanma kuramı ile öngörüldüğü üzere, negatif yaşam olayları -(1) bir ebeveynin kaybı, (2) ebeveyn boşanması, (3) ebeveyn veya çocuğun yaşamı tehdit eden hastalığı (örn., diyabet, kanser, kalp krizi), (4) ebeveynin psikiyatrik bir tanısı ve (5) bir aile üyesinin fiziksel veya cinsel istismarı- değişimde önemli bir faktör olmuştur. Annelerinin negatif yaşam olayları bildirdiği bebeklerin %44'ünün bebeklikten erken yetişkinliğe kadar olan bağlanma sınıflandırmasını değiştirdiği; annelerinin herhangi bir negatif yaşam olayı bildirmediği bebeklerin sadece% 22'sinin sınıflamasını değiştirdiği rapor edilmiştir. Bu sonuçlar Bowlby'nin bağlanma biçiminin yaşam süresinin önemli döneleri boyunca bireysel farklılıklara bağlı olarak aynılığını koruyabileceği gibi yaşam deneyimleriyle revizyona uğrayabileceği hipotezini desteklemektedir.

Vareschi ve Bursik (2005) güvenli yetişkin bağlanma stiline sahip ebeveynlerin güvensiz bağlanmış olanlara kıyasla boşanma sürecindeki müzakerelerde daha donanımlı bir yaklaşım içinde olabilirler. Bu yaşam geçişinin ilk aşamalarında güvenli bağlanan bireyler olumsuz ebeveyn etkileşimleri ve sözel saldırganlığı azaltırken, pozitif ebeveyn etkileşimlerini arttırmışlardır. Kaygılı bağlanma biçimine sahip bireyler bu süreçlerde duygularını büyük bir yoğunlukla deneyimleme eğilimlerinden kaynaklı olarak; sözel saldırganlık gibi olumsuz çatışma çözme tekniklerini daha çok kullanmaktadırlar.

Turner ve Langhinrichsen-Rohling (2011) psikolojik saldırganlık ve bağlanma ilişkileri değişkenleri çerçevesindeki araştırmalarında erkeklerin daha düşük psikolojik saldırganlık gösterdiklerini, kaygılı ve kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin ise daha fazla psikolojik saldırganlık gösterdiklerini ortaya koymuşlardır. Kaygılı bağlanma ve psikolojik saldırganlık ilişkisine işlevsiz inançlar aracılık etmiştir. Kaygılı bireyler anlaşmazlıkların psikolojik saldırganlık ile ilişkilendirilen yıkıcı bir etkisi olduğuna inanma eğilimindedir.

Beaulieu-Pelletier ve ark. (2011) yaptıkları araştırmada; dışadönük cinsel ilişkinin varlığının, partnerle yaşanan cinsel ilişkiye bağlı nedenlerle oluşmadığını, partnerle yaşanan cinsel istek veya cinsel tatminden bağımsız olarak bağlanma biçimiyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuç bağlamında sadakatsizliğin nedenlerinin cinsel uyarılmanın ve cinsel tatminin çok ötesine geçtiği yönünde yorum yapılmıştır. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin bağlanmadan kaçınmanın bir yolu olarak, partnerleri daha da yakınlaşmak istediğinde rahatsızlık duyarak; dışadönük cinsel ilişkiye girebileceği belirtilmiştir. Kaygılı bağlanma ile dışadönük cinsel ilişki

arasında ilişki tespit edilmiş olmasa da; partnerleriyle aralarında ilişki tehlikeye gireceğinden kaygılı bağlanan bireylerin dışadönük cinsel ilişkiden uzak durabileceği yorumlanmıştır.

Stackert ve Bursik (2003) çalışmalarında benzer sonuçlara ulaşmış olup; güvenli bağlanan genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde ilişkiden aldıkları doyum artarken, güvensiz bağlananların ilişkiden aldıkları doyumun azaldığını tespit etmişlerdir. Aynı çalışmada güvensiz (kaygılı ve kaçınan) bağlanan bireylerin güvenli bağlanan bireylere oranla daha fazla ilişkiye özgü akıl dışı inançlara sahip oldukları bulunmuştur.

Robertson, Shepherd ve Goedeke (2014) araştırmalarında kardeş ilişkisinin kalitesi ile romantik ilişki doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olmadığını bulmuşlardır. Ancak geçmiş araştırmalarla desteklenmeyen bu bulguların araştırma örnekleminin küçük olmasıyla ve katılımcılardan ergenlik çağındaki durumlarını anımsayarak geçmişe dönük bir cevap istenmiş olmasıyla açıklanabileceği belirtilmiştir. Kardeş bağlanmasının ilişki başarısına ve doyumuna katkı sağlayan diğer birçok faktör gibi ilişki işleyişine katkı sağladığı savunulmaktadır (Mikulincer & Shaver, 2008; akt.; Robertson, Shepherd ve Goedeke, 2014 ). Küçük kardeşlerin büyük kardeşlere kıyasla ilişki doyumunun daha yüksek olduğu, büyük kardeşlerin ise kendisini daha güçlü tanımladığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuçlar küçük kardeşin büyük kardeşten daha zayıf olması nedeniyle büyük kardeşin küçük kardeş için bir bağlanma figürü olabileceğini göstermektedir.

Fraley ve Shaver (1998) tarafından havaalanında yapılan bir çalışmada birbirinden geçici olarak ayrılan ve ayrılmayan çiftlere; ilişki uzunluğu, bağlanma stili ve öznel sıkıntısının derecesini değerlendirebilecekleri kapsamda bir anket uygulanmış ve katılımcılar ölçek uygulamasından sonra doğal yöntemle gözlemlenmiştir. Yapılan gözlemde katılımcılardan biri uçağa binerken, diğeri havaalanında kalmış veya her ikisi de aynı anda uçağa binmiştir. Yapılan analiz sonuçları yetişkin bağlanma davranışının, çocuklarda gözlemlenene benzer bir şekilde organize edildiğini ileri sürmüştür. Ayrıca çocuklarda bağlanma davranışının örgütlenmesine katkıda bulunan faktörlerin birçoğu (örneğin; bağlanma figürünün kullanılabilirliği, ilişkinin süresi ve bağlanma çalışan modelleri) yetişkinlikte bağlanma davranışının örgütlenmesiyle ilişkilidir. Çalışma sonucunda; kaygılı bağlanmaya sahip kadınların ayrılıktan önce sıkıntı yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğu; ancak davranışsal stratejilerin kaygılı değil kaçınan

stilin fonksiyonları olarak ortaya konulduğu görülmüştür. Erkekler için ise sonuçlar daha az açık şekilde ortaya konulmuştur.

Pollard ve ark. (2014) yetişkinlerde kaygı ve kaçınma bağlanma boyutlarıyla, dini baş etme ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında; kaygılı bağlanma arttıkça negatif dini baş etmenin de arttığını; kayıtsız bağlanma arttıkça ile pozitif dini baş etmenin azaldığını tespit etmişlerdir. Kayıtsız bağlanma biçimine rağmen pozitif dini baş etme arttıkça evliliğin kalitesi de artarken; kaygılı bağlanma biçimi pozitif dini baş etme stratejilerinin evlilik uyumuna fayda sağlamasını sınırlandırmaktadır.

Chen ve ark. (2017) çocukluktaki yakın aile ilişkileri ve sağlık arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında; çocukluktan ergenliğe aileye duyulan ihtiyacın şekil değiştirerek sürdüğünü, çocukken aranan fiziksel yakınlığın ergenlikte yerini ulaşılabilirliğe bıraktığını belirtmişlerdir. Çocukluktaki olumsuzlukların yaşam boyu fiziksel sağlık üzerine etkileri olduğunu savunmuşlardır.

Yakın ilişkilerin sağlık üzerindeki etkisi üzerine yapılan başka bir araştırmada Pietromonaco ve Collins (2017) yakın ilişki kuramayı sigara, vücut kitle endeksi gibi sağlığı tehdit ettiği bilinen risk faktörleriyle kıyaslayarak; yaşam boyu insan sağlığı için en az onlar kadar veya belki de daha fazla risk oluşturduğuna değinmişlerdir. İnsanlar sahip oldukları bağlanma tarzlarıyla, ilişki içinde oldukları partnerlerinin hevesliliği ve ulaşılabilirliğine yönelik beklenti ve inançları konusunda farklılık gösterirler (Beck, Pietromonaco, DeVito,

Powers, & Boyle, 2014; Pietromonaco & Beck, 2015; akt: Pietromonaco ve Collins, 2017 ). Güvenli bağlanan birey partnerlerinin yanıt vermesini beklerken; kaygılı bağlanan birey ilişkideki potansiyel tehditlere karşı aşırı duyarlı olmakla birlikte, partnerinin ihtiyaçlarına cevap verip vermeyeceği konusunda endişelidir; kaçınan bağlanmaya sahip birey ise güvenli bağlanandan farklı olarak sık sık sosyal ilişkilerinde güvensizlik veya kopuklukla iç içedir Collins & Feeney, 2004; Pietromonaco & Beck, 2015; akt: Pietromonaco ve Collins, 2017). Sonuç olarak, güvensiz bağlanma sosyal ilişkilerdeki kopukluk, stres çıktıları, sağlık davranışları arasındaki ilişkiyi kontrol edebildiği belirtilmiş ve güvensiz bağlanan çocukların zayıf bağışıklık sistemi de buna örnek olarak verilmiştir (Pietromonaco ve Collins, 2017)

Feeney (1996) araştırmasında evlilik doyumunun güvenli bağlanan ve eşleri tarafından iyi bakım verilen bireylerde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Genel olarak sonuçlar evlilikte bağlanma ve bakım vermenin rolünü desteklese de

cinsiyete göre farklılıklar olduğu yönünde sonuçlar da mevcuttur. Erkekler için bakım verme ve evlilikten alınan doyum evliliğin kısa bir dönemini kapsamakta ve ilişkilere duyulan endişeyle sınırlıdır.

Feeney'in (1999) çalışmasının sonucu göstermektedir ki; güvensiz bağlanmanın, daha az sık ve yoğun pozitif duyguyla ve daha sık ve yoğun negatif duyguyla ilişkili olduğunu göstermektedir, ancak bu ilişkiler öncelikle eşe doğrudan atfedilen duygulara uygulanmıştır. Güvensiz bağlanma aynı zamanda evlilik içinde daha büyük bir duygu kontrolü ile ilişkilidir. Önemli bir bulgu, kaygılı bağlanmanın aşırı sıkıntı ifadeleriyle bağlantılı görünmemesidir. Daha ziyade, Bowlby'nin endişe verici bağlanmanın tanımıyla tutarlı olarak, kayıp ve terkedilme konusunda endişelenen yetişkinler, bu duyguların sözel ve/veya sözsüz olarak sızdırılmış olmasına rağmen, eşlerini yabancılaştırabilecek duyguların teşhirini engellemeye çalışmaktadır.

Meyers ve Landsberger (2002) araştırmalarında yetişkin bağlanma stili ile evlilik doyumu arasında doğrudan bir ilişki olduğunu doğrulamışlardır. Güvenli bağlanma ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde anlamlı, kaçınan ve kaygılı bağlanma ile evlilik doyumu arasında ise negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Psikolojik stres hem güvenli hem de kaçınan bağlanma boyutlarının evlilik doyumu düzeyleriyle arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü etkileyen bir moderatör görevindedir. Psikolojik stresin varlığında güvenli bağlanma ve evlilik doyumu arasındaki pozitif ilişki yok olurken, kaçınan bağlanma ve evlilik doyumu arasındaki negatif yönlü ilişki güçlenmektedir.

Butzer ve Campbell (2008) araştırmalarında teorik olarak öngörülebilir yollarla bağlanmanın, cinsel doyum ve evlilik doyumuyla ilişkili olduğu sonuçlara ulaşmışlardır. Kaygılı ve kaçınma boyutu puanı yüksek olan bireylerin cinsel doyum puanlarının düşük olduğunu bulmuşlardır. Kaçınan bağlanma stilinde eşe sahip olanların da cinsel doyumlarının düşük olduğunu bulmuşlardır. Kaygılı bağlanan bireylerin eşlerinin de kaygılı bağlanmış olması durumunda ise cinsel doyum ve evlilik doyumu arasında daha güçlü ilişki tespit edilmiştir.

Banse (2004) çalışmasında evlilik doyumunu; partnere yönelik kendi bağlanma biçimi, partnerin bağlanma biçimi ve bunların kombinasyonu ile açıklamaktadır. Gözlemlenen ilişkiler teorik olarak anlamlıdır ve ilişki kalitesinin basit bir değerlendirici yönünün ötesine geçer. Sunulan kanıtlar, yetişkin bağlanma çerçevesinin, romantik ilişkilerin işleyişini daha iyi anlamak için güçlü bir açıklayıcı güce sahip olduğunu desteklemektedir. Örneklerle açıklanacak olursa; kadınların güvenli bağlanma biçiminde olduğu ve eşlerinin güvenli veya kayıtsız bağlanma stilinde olduğu örüntüde

evlilik doyumu yüksektir. Kadınların güvenli ve eşlerinin ise saplantılı bağlanma stilinde olduğu örüntüde ise daha düşük evlilik doyumu söz konusudur. Yapılan bu analizde göze çarpan en ilginç ve anlamlı sonucu; güvensiz bağlanmanın, evlilik doyumu üzerindeki olumsuz ana etkileri, güvensiz bağlanma biçimlerinin özel kombinasyonlarının olumlu etkileri ile en azından kısmen telafi edilmiştir. İlginç olarak tüm olumlu etkileşimler kocanın kayıtsız bağlanmış olmasını içermektedir. Bununla birlikte, kocalardaki saplantılı bağlanma, hem kocalar hem de eşler için düşük evlilik doyumuyla ilişkilidir ve kadın güvenli bağlanma stilinde olsa da, telafi etmek için belirgin bir olasılık yoktur.

Hazan ve Shaver (1990) çalışmalarında güvenli bir şekilde bağlanan insanların, genellikle karşılanmayan ihtiyaçları karşılamak için iş veya sosyal etkileşimden kaçınmak için de işi kullanmadıklarını; kaygılı bağlanma stilindeki kişilerin, sevgiyle ilgili kaygılarının genellikle iş performansını etkilediğini ve sık sık kötü performans için reddedilmekten korktuklarını tespit etmişlerdir. Ayrıca kaygılı bağlanan bireylerin övgüden sonra gevşemeye eğilimli olduklarını da belirtmişlerdir ki bu, işyerindeki ana motivasyonlarının başkalarından saygı ve hayranlık kazanmak olduğunu gösterebilir. Kaygılı bağlananlar, eğitimdeki farklılıklar kontrol edilse bile, üç bağlanma stili arasında en düşük ortalama gelire sahiptir. Kayıtsız (kaçınan) bağlanma stilinde olanlar sosyal etkileşimden kaçınmak için iş aktivitesini kullanarak; çalışmanın arkadaş edinmeye ve sosyal yaşamı önleyen tarafından bahsederler. Kayıtsız bağlananlar her ne kadar güvenli gruba eşit bir ortalama gelir bildirirler de, işlerinden daha az memnundurlar. Güvenli bağlanma güvensiz bağlanmaya oranla genel olarak daha fazla iyi oluşla ilişkilidir. Güvensiz bağlananlara kıyasla güvenli bağlananlar yalnızlık, depresyon, anksiyete ya da sinirlilik şikâyetlerini rapor etme olasılıkları daha az olduğu gibi soğuk algınlığı veya grip olduklarını da daha az rapor etmişlerdir.

#### **2.4.2. Evlilik Doyumuyla İlgili Yapılan Araştırmalar**

Psikolojik iyilik halini belirleyen en önemli unsurlardan biri olarak kabul edilen evlilik uyumu araştırmaya değer bir konu olarak görülmeye devam edilmektedir. Evlilik uyumunun ve evlilik uyumuyla ilişkili faktörlerin belirlenmesini daha da önemli hale getiren nedenlere baktığımızda; evliliğin sağlamlığı ve devamlılığı, yalnızca evli çiftler için değil, aile ve tüm toplum için önemli olduğundan, evlilik uyumunun önemi gündemini korumaktadır (Güngör ve İlhan, 2008).

Evliliğin bir yakın ilişki kurma biçimi oluşundan hareketle, birlikte yaşamaya bağlı olarak birçok sorun ortaya çıkabilmekte ve evlilik ilişkisinde eşlerin problem çözme becerileri yordayıcı rol üstlenmektedir (Güven ve Sevim, 2007)

Ertan (2002) evli çiftlerle yaptığı araştırmasında, kadınların güvenli bağlanmasının karşılıklı doyumunu olumlu yönde etkilediği, eşlerden en az birinin güvenli bağlanma biçimine sahip olmasının, evlilik doyumunu üzerinde olumlu etkiye sahip olduğunu tespit etmiştir. En yüksek evlilik uyumu puanları çiftlerin her ikisinin de güvenli bağlanma stilinde olduğu eşlerden elde edilmiştir.

Tutarel-Kışlak ve Çabukça (2002) araştırmalarında, empati ve evlilik uyumu arasındaki bağın olumlu yönde olduğu bulgusuna ulaşmışlardır.

Tutarel- Kışlak ve Göztepe (2017) araştırmalarında elde ettikleri bulguları neticesinde; duygusal tepkinin eşe olumlu şekilde yansıtılmasının, evlilikte uyumla ilişkili bulunan empati, depresyon, hoşgörü/beklenti gibi diğer değişkenlerin önüne geçtiğini ve bu olumlu tepki yansımalarının evlilik uyumuna önemli katkıda bulunduğu yönünde fikir yürütmüşlerdir.

Çağ ve Yıldırım (2013) tarafından yapılan araştırmada evli bireylerin eğitim düzeyleri arttıkça evlilik doyumlarının azaldığı; evlilik doyumunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır.

Altun (2015) erken dönem uyumsuz şemalar ve evlilik doyumunu arasındaki ilişkiye yönelik araştırmasında; duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, kusurluluk, onay arayıcılık, iç-içe geçme/bağımlılık, tehditler karşısında dayanıksızlık, terk edilme ve yüksek standartlar puanları ile evlilik doyumunu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu, söz konusu bağlamdaki değişkenlerin puanları arttıkça evlilik doyumunun azaldığını tespit etmiştir.

Evlilik doyumuna cinsiyet değişkeninin etkisinin olup olmadığına dair yapılan araştırmalarında; Çınar (2008), Hamamcı (2005) ve Sarı (2012) cinsiyetin evlilik doyumuna anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Başaran (2016) araştırmasında evli öğretmenlerin benlik saygısının bekar ve boşanmış öğretmenlere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu bulguyu destekleyen başka bir araştırmada Taş (2011), evli öğretmenlerin olumlu benlik algılarının bekar öğretmenlere oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Taş (2016) araştırmasında evli bireylerin çatışma ve problem çözme becerileri konusunda kendilerini yetersiz hissetme düzeyleri arttıkça evlilik doyum düzeyinin

düştüğünü; flört ederek (anlaşarak) evlenenlerin evlilik doyumunun, görücü usulü evlenen bireylere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Al Khatib (2013) bireylerin medeni durumuna göre yaptığı incelemede, evli olan bireylerin benlik saygısının bekar olanlara oranla daha yüksek olduğunu ve yine depresif belirtilerin en çok kadınlarda ve bekar olan bireylerde görüldüğünü tespit etmiştir.

Soylu ve Kağnıcı (2015) tarafından yapılan araştırmada evlilik uyumunu en iyi yordayan değişkenin aile içi iletişim olduğu, bunu olumsuz çatışma çözme stili ve itaat çatışma çözme stilinin izlediği görülmüştür.

Uzel (2015) yaptığı araştırmasında cinsel doyumun benlik algısını ve evlilik uyumunu pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır.

Şendil ve Korkut (2008) tarafından yapılan araştırmada, çocuk sayısındaki artışın çift uyumundaki düşüşü yordadığı sonucuna ulaşılmış; çocuk sayısındaki artışın, ekonomik yönden sorunlar yaşanması, iş yükünün artması, çocukların eğitimi konusunda anlaşmazlık gibi eşler arasında yaşanabilecek olası sorunları da beraberinde getirebildiğinden böyle bir sonuç elde edildiği yorumu yapılmıştır. Ayrıca eşlerin birbirlerine ayırdıkları zamanın azalmasına bağlı olarak çiftlerin ilişki kalitelerinde de düşüşe neden olabileceği belirtilmiştir. Erden (2016) araştırmasında Şendil ve Korkut (2008)'ün çalışmalarını destekleyecek şekilde; çocuk sayısı ve evli olma süresi arttıkça evlilik doyumunun azaldığı sonucuna ulaşmıştır.

Çakır (2008) evlilik uyumunun eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılığı olup olmadığı yönündeki analizinde; lise mezunlarının okuryazar olanlara göre daha yüksek düzeyde evlilik uyumuna sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Sezer (2005) ve Gürsoy (2004) evli kadınların eğitim düzeyleri yükseldikçe evlilik uyumlarının da pozitif yönde arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Eğitim düzeyinin evlilik doyumuna etkisinin araştırıldığı bir başka araştırmada yine bireylerin eğitim düzeyi yükseldikçe evlilik doyumunun arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı araştırmada eşin eğitim düzeyinin bireyin evlilik doyumuna etkisine bakıldığında; eşin eğitim düzeyi arttıkça evlilik doyumunun da arttığı sonucu bulunmuştur. (Yıldız, 2013).

Kılıç (2017) araştırmasında evlilikte uyumlu ve uyumsuz olma durumunun; çocuk sayısı, yaş, evlilik süresi ve evlenilen yaş ile ilişkili olmadığını; evlilikte uyumun eşler arasındaki yaş farkı arttıkça azaldığı sonucuna ulaşmıştır.

Yaşar (2009) literatürde birbirinin yerine kullanıldığı yönünde tespit yapılan evlilik uyumu ve evlilik doyumu puanları arasında anlamlı ilişki olup olmadığına dair

yaptığı incelemesinde; evlilik doyumu ve evlilik uyumu puanlarının birbirine paralel doğrultuda olduğunu bulmuştur. Aynı araştırmada annelerin evlilik doyumu ve evlilik uyumu arttıkça çocuk tarafından algılanan reddedici tutumun azaldığı tespit edilmiştir.

Yaşar (2009) annelerle ilgili araştırmasında çocuk sayısı arttıkça evlilik doyumunun azaldığı, flört ederek evlenenlerin evlilik doyumunun görücü usulü ile evlenenlere oranla daha yüksek olduğu, annelerin eğitim düzeyi arttıkça evlilikten aldıkları doyumun da arttığı, alt sosyo-ekonomik düzeye sahip annelerin evlilik doyumunun daha düşükken, üst sosyo-ekonomik düzeye sahip annelerin evlilik doyumunun daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Beştav (2007), Büyüksahin (2006) tarafından yapılan araştırmalarda bağlanma biçimlerinin evlilik uyumuyla ilişkisi değerlendirilmiş; güvensiz bağlananların evlilik doyumunun daha düşük, güvenli ve saplantılı bağlananların evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Turgut (2016) yaptığı araştırmasında, katılımcıların evlilik yaşı arttıkça yaşam doyumunun yükseldiği, flört ederek evlenen kadınların diğerlerine göre yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu, evliliklerinden memnun olan kadınların yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu bulgularına ulaşmıştır. Aynı araştırmada çekirdek aile üyeleriyle yaşayan kadınların, evde aile üyelerinin dışında başka yakını yaşayan kadınlara oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Eskin (2012) araştırmasında kadınların evlilik yaşı arttıkça evlilik doyumunun da arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Gündoğdu-Aktürk (2010) görücü usulü ve aşk evliliği yapmış olan bireylerle yaptığı araştırmasında; her iki evlilik biçiminin de geleneksel yerine demokratik bir yapıya sahip olmasının evlilik doyumunu olumlu yönde etkilediği, hem aşk evliliği yapmış hem de demokratik evlilik yapısına sahip olan kadınların ise en yüksek evlilik doyumuna sahip oldukları sonucunu rapor etmiştir.

Evlilik biçiminin evlilik doyumuna etkisine bakılan bir başka araştırmada Yıldız (2013), aşk evliliği yapanların evlilik doyumunun, görücü usulüyle evlenenlere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı araştırmada yaş, cinsiyet, eşin yaşı, evlilik yılı, eşler arası yaş farkı, gelir durumu ve çocuk sayısına göre evlilik doyumunun anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Erden (2016), evlilikte algılanan eş doyumuna ilişkin yaptığı araştırmasında kadınların, erkekleri daha bağımlı, uzak ve güvenilmez değerlendiren; erkeklerin ise

kadınları daha bağımsız, yakın ve güvenilir buldukları sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların; evlilikten beklentilerinin daha yüksek olduğu için erkeklere kıyasla değerlendirmelerinin daha olumsuz olduğu yorumu yapılmıştır. Aynı araştırmada evlilik doyumu düşük olan bireylerin, evlilik doyumu yüksek olan bireylere kıyasla daha çok kaygılı bağlanma biçimine sahip olduğu; güvenli bağlanma pozisyonunda olan kişilerin evlilik doyumlarının kayıtsız bağlanma pozisyonundaki kişilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu araştırmayla toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkilendirilebilecek önemli bir bulguya ulaşılmış olup; kadının bağımlı bir kişi olmasının iki tarafın da evlilik doyumunu arttırdığı; erkeğin bağımlı bir kişi olmasının sadece kadını memnun ettiği ve kadının evlilik doyumunu arttırdığı bulunmuştur. Evlilik doyumu yüksek olanların eşlerini daha az kontrolcü ve güvenilir; evlilik doyumu düşük olanların ise eşlerini bağımlı, kopuk ve kontrolcü olarak algıladıkları sonucuna erişilmiştir.

Kaya (2003) araştırmasında annelerin evlilik uyumu ile çocukların davranış problemleri arasında negatif bir ilişki bulmuş ve bulguya dayanarak evliliğinde uyumu yakalayan annelerin çocuklarında daha az davranış problemi görüleceği şeklinde yorum getirmiştir.

Bal (2007)'in elde ettiği bulgularda; kadın ve erkek cinsiyet rolleri ile evlilik uyumu arasında ilişki olduğu; erkeklerde kadınsılık puanları arttıkça; kadınlarda ise hem kadınsılık hem de erkeksilik özellikleri arttıkça evlilik uyumunun arttığı görülmüştür. Bu iki bulguya dayanarak androjen cinsiyet rolüne sahip bireylerin daha uyumlu evlilikleri olduğu belirtilmiştir. Bağlanma stilleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki analizinde; evlilik uyumu ve kadınların bağlanma stilleri arasında bir ilişki olmadığı, erkeklerde kaygılı ve kayıtsız bağlanma puanları arttıkça evlilik uyumunun da arttığı görülmüştür. Aynı araştırmada evlilik süresinin uzamasına bağlı olarak erkeklerde kaçınma puanlarının arttığı bulgusuna dayanarak; bireylerin sorunların çözümünde çatışmadan kaçınmayı bir strateji olarak geliştirmiş olabilecekleri için sonucun bu şekilde olabileceği yorumu yapılmıştır.

Cinsiyetin evlilik doyumuna ile anlamlı ilişkisi olup olmadığına dair yapılan incelemelerde farklı sonuçların elde edildiği araştırma bulguları mevcuttur. Acar (1998), Berk (2009), Curun (2001), Çelik (2006), Çınar (2008), Döner (2015), Güven (2005), Hamamcı (2005), Soyer (2006), Tezer (1994), Yıldız (2013) evli bireylerin cinsiyetleri ile evlilik doyumları arasında anlamlı bir farklılık bulmamışlardır. Bu araştırmaların aksine; Üncü (2007) ve Güngör (2007) erkeklerin evlilik doyumunun kadınlara oranla

daha yüksek olduğu; Anar (2011) ise kadınların evlilik doyumunun erkeklerin evlilik doyumuna göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Anar (2011)'ın araştırmasında toplumsal cinsiyet rollerinin evlilik doyumuna etkisi incelenmiş ve androjen bireylerin evlilik doyumlarının belirsiz cinsiyet rolüne sahip bireylerin evlilik doyumlarından anlamlı bir şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Androjen bireylerin yerine ve zamanına göre, mantıklılık, gözü pek olma veya risk alabilme gibi erkeksi ve yine yerine ve zamanına göre hassaslık, tatlı dil veya duygusallık gibi kadınsı özellikler göstermeleri nedeniyle ilişkilerinden daha fazla doyum aldıkları ve bununla birlikte eşlerini de daha çok mutlu ettikleri ile ilişkili olabileceği yorumu yapılmıştır.

Döner (2015), cinsiyet ile cinsel mitlere ait tutumlar arasında anlamlı ilişki olduğunu bulmuş ve kadınların cinsel mitlere ilişkin tutumlarının erkeklere kıyasla daha fazla olumsuz olduğu sonucuna ulaşmıştır. Evliliğin önemli bir ayağı olan cinsellikle ilgili araştırmalarında CETAD (2006), kadınların cinsellikle ilgili bilgilerinin yüksek oranda az, erkeklerin ise yüksek oranda yanlış bilgili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Evli kadınların cinsellikle ilgili ilk bilgi kaynaklarının ise eşleri olduğu görülmüştür.

Üncü (2007) araştırmasında duygusal zeka düzeyi ile evlilik doyumu arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu; duygusal zeka düzeyi yükseldikçe, evlilikten sağlanan doyumun da arttığı sonucuna ulaşmıştır. Aynı araştırmada katılımcıların evlilik doyumu ile kendi duygularını anlama becerileri arasında anlamlı ilişki olmadığı; ancak evlilik doyumu ile karşısındakinin duygularını anlama ve kendi duygularını yönetme boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Evlilik doyumuyla ilişkisi araştırılan bir başka değişken olarak çiftlerin evlilikteki problem çözme becerisinin evlilik doyumunu yordamada aracı rolü olduğu; boyun eğici davranışlar arttıkça problem çözme becerisinin düştüğü ve dolayısıyla da evlilik doyumunun azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Çatışma yaşanan durumlarda boyun eğici davranışlar yatıştırıcı bir rol oynamayıp; aksine problemi çözmeye yönelik bir güdünün olmadığı yönünde bir algı oluşmasına neden olmaktadır. Bu nedenle boyun eğici davranışta bulunan eş çözümücü algılanmadığından, diğer eş tarafından ona öfke duyulmaktadır (Hünler ve Gençöz, 2003).

Basat (2004) evliliği yordayan en önemli alt boyutlardan biri olan cinsel doyum üzerindeki varyansı anlamlı bir şekilde yordayan değişkenlerin tespit edilmesi amacıyla yaptığı tez çalışmasında; kendilik değeri, kontrol odağı, evlilik süresi, evlilik doyumu,

cinsel ilişki sıklığı ve orgazm sıklığı değişkenlerinin cinsel doyumunu anlamlı bir biçimde yordadığını ortaya koymuştur.

Denetim odağının evlilik doyumuna etkisini araştırdığı çalışmasında Demir (2014); iç denetimlilerin evlilik doyumlarının dış denetimlilere kıyasla daha yüksek olduğu ve denetim odağının cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuştur.

Yıldız (2013) algılanan anne-baba tutumunun bireyin evlilik doyumuna etkisini incelediği çalışmasında; kendi anne babasının tutumunu koruyucu-istekçi ve aşırı otoriter algılayanların evlilik doyumlarının düşük, demokratik algılayanların evlilik doyumunun yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Feeney (1994) çiftlerin evlilik doyumlarına yönelik araştırmasında; kadınların kaygısıyla kocalarının evlilik doyumları arasındaki negatif yönlü ilişki tespit etmiştir. Eşlerin ilişkilerinden aldıkları doyum (her iki taraf için de) üzerindeki olumsuz etki, öncelikle kocaların yakınlıktan rahatsız olduğu (kayıtsız bağlanma stilindeki) çiftler için belirgindi. Bağlanma boyutları ile ilişki doyumları arasındaki ilişkiye bakıldığında; evlilik doyumunun kadınlar için büyük ölçüde iletişim kalıpları tarafından belirlendiği; ancak kocalar için iletişim kalıplarının sadece kısmen aracılık ettiği belirlenmiştir. Hem kocalar hem de karıları için aynı anda evlilik doyumuyla arasında en güçlü korelasyon olan değişken karşılıklı yapıcı iletişim olarak tespit edilmiştir. Araştırma bulguları genellikle evliliğin yaşam döngüsü boyunca tutarlı olup; geniş bir örneklemede bağlanma ve doyum arasındaki bağın doğasını açıklığa kavuşturmak için önemlidir. Aynı çalışmada hem kadın hem de erkeklerde terk edilme kaygısının, düşük evlilik doyumuna neden olduğu da tespit edilmiştir.

Furman ve Flanagan (1997) evlilik doyumunun daha yüksek oluşunu, güvenli ve rahat yakınlık kurma biçimi ile ilişkilendirmişlerdir.

Trudel (2002) evlilik işleyişi ve cinsel yaşam arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında; cinsel davranışlarla evlilik işleyişi arasında anlamlı ilişkiler bulunmuş olup; eşlerin cinsel yaşamlarından memnuniyet düzeylerinin evliliklerde önemli rol oynadığını belirtmiştir. Eşler arasındaki cinsel yaşamın ve cinsel iletişimin kalitesi evlilikteki mutluluğu oldukça etkilediği; eşlerin cinsel yaşamlarındaki tatmininin, evlilikten alınan doyumunu arttırdığı bulgularla desteklenmiştir.

Gottman ve Krokoff (1989) yaptıkları evlilik etkileşimi ve doyumuyla ilgili çalışmada evliliğe zarar verdiği düşünülen uyuşmazlık ve öfke değişimleri gibi etkileşimsel kalıpların uzun vadede evliliğe zarar vermediğini, evliliğin gelişimine katkıda bulunduğunu öngörmüşlerdir. Evliliğe uzun vadede zarar veren üç etkileşim

kalıbı ise sızlanma içeren savunmasızlık, uyuşukluk ve etkileşimden geri çekilme olarak belirlenmiştir. Araştırma verilerinde çoğunlukla kadınların tartışmayı sorun temelli başlattığı veya erkeğin karısına karşı bir tartışma başlattığı fark edilmiştir. Mutsuz evliliklerde eşlerin birbiriyle çekişme halinde olduğu kocaların ise geri çekilme durumunda olduğu rapor edilmiştir. Şüphesiz ki evli kadınlar kocalarının geri çekilmesinden şikayet ederken, evli erkekler ise karılarının çok fazla çatışmaya girmesinden şikayet ederler. Evli erkekler olumsuz etkiler karşısında yoğun bir şekilde geri çekilme eğilimindedirler.

Twenge, Campbell ve Foster (2003) anne babaların çocuk sahibi olmayanlara oranla evlilik doyumlarının daha düşük olduğunu, çocuk sayısı ile evlilik doyumu arasında ise negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Araştırma verileri çocuğun doğumuyla ortaya çıkan rol karmaşası ve özgürlüğün kısıtlanması nedeniyle anne babaların evlilik doyumlarının azaldığını göstermektedir.

Kelly ve Conley (1987) evlilikte istikrar ve doyum kapsamında kişilik ve uyumluluk temelli araştırmalarında kişilik özelliklerinin evlilik istikrarının ve doyumunun önemli yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Kadının nevroitikliği, erkeğin nevroitikliği ve erkeğin dürtü kontrolü olarak kişiliğin üç yönünün, evlilik sonuç çıktılarında belirleyici rolü olduğunu ve varyansın yarısından fazlasını oluşturduğunu bulmuşlardır. Varyansın geri kalanını ise tutum, sosyal çevre ve geçmiş cinsel değişkenler oluşturmaktadır.

Botwin, Buss ve Shackelford (1997) araştırmalarında kişiliğin eş seçiminde önemli bir rolü olduğunu ortaya koymuşlardır. Hem erkek hem de kadınların bir eşte istedikleri özellikleri iyi bir şekilde dile getirilmiş arzulara sahip olup, kendilerine benzeyen ve ideallerini temsil eden kişileri seçerler. Yapılan araştırmada sonuçlar göstermiştir ki; bireyin partnerinin arzu edilenden daha düşük uyumluluk, duygusal istikrar ve açıklık göstermesi durumunda evlilik doyumu ve cinsel doyum azalmaktadır.

Shapiro, Gottman ve Carrere (2000) evlilik ve bebek konusunda yaptıkları boylamsal çalışmada; yeni evliler olarak bir çiftin ebeveynliğe geçişi sırasında tampon oluşturan noktaları tanımlamak ve evlilik doyumundaki değişiklikleri öngörmektir. Bu nedenle öncelikle evlilik yaşantısına geçişin ebeveynliğe geçişle birlikte değişimi incelenmiş ve bu süreçte her iki eşin de evlilik doyumunda düşüş yaşandığı gibi evlilik doyumu sabit kalan eşler de olduğunu tespit etmişlerdir. Bu nedenle çiftlerin ebeveyn olduklarında evlilik doyumundaki azalma veya istikrarın nedenlerini tespit edebilmek için geçmiş tanımlamaları yapılarak güçlü ve zayıf yönlerinin belirlenmesi

amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda; çocuk sahibi olan eşlerin evlilik doyumunun çocuk sahibi olmayanlara oranla zamanla önemli şekilde düştüğünü bulmuşlardır. Özellikle eşleri anne olduktan sonra kocaların karılarına olan sevgisi, karılarına ve ilişkilerine yönelik farkındalıkları ve karılarının kocalarına ve ilişkilerine yönelik farkındalıkları evlilik doyumunda istikrarı sağlamaktadır. Tam aksine kocanın karısına karşı negatif tutuları, evliliğe yönelik hayal kırıklıkları ve çift hayatının karmaşık olduğu görüşü anne olan kadınların evlilik doyumunun düşmesine neden olmaktadır. Evlilikteki arkadaşlık ilişkisinin kalitesi ebeveynliğe geçiş gibi stresli bir sürecin pürüzsüz veya zorlu bir dönem olmasında rol oynar. Eşe düşkünlük ve hayranlık veya farkındalık ilk çocuğun doğumunda stresli geçişler için koruyucu bir tampon olarak hareket eder.

Litzinger ve Gordon (2005) çiftlerin iletişimleri, cinsel doyumları ve evlilik doyumları arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarında; iletişim ve cinsel doyumun evlilik doyumunu bağımsız olarak yordadığı sonucuna ulaşmışlardır. İletişim ve cinsel tatmin arasındaki etkileşimin evlilik doyumuna yansımaları noktasında iletişim kurmakta zorlanan çiftlerin cinsel doyumları yüksek olanların evlilik doyumları cinsel doyumları düşük olanların evlilik doyumlarından daha yüksektir. Dolayısıyla kötü iletişimin evlilik doyumu üzerindeki olumsuz etkilerini tatmin edici cinsel ilişki telafi edebilmektedir.

Rollins ve Feldman (1970) aile yaşam döngüsü dahilinde evlilik doyumunu tespit etmeye yönelik araştırmalarında; evlilikte erkeklerin ve kadınların aile yaşam döngüsü deneyimleri aşamasına göre farklı şekillerde etkilendiğini göstermektedir. Aile yaşam döngüsü erkeklerden ziyade kadınların evlilik doyumuyla daha fazla ilişkili bulunmuştur. Özellikle aile yaşam döngüsünün çocuğa bağımlı olan evresinde, evlilik etkileşimiyle ilgili öznel duygular alanında kadınlar tarafından evlilik etkileşimleri olumsuz olarak değerlendirilmiştir.

Hendrick (1981) çalışmasında kendini açma ve tutum benzerliği ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde tutarlı bir ilişki tespit etmiştir.

Marchand (2004) araştırmasında terk edilme ve reddedilmeyle ilgili endişe yaşayan kadınlarla, fazla saldırgan davranışlar ve daha az tavizkar tutum sergileyen kadınların evlilik doyumunun düşük olduğunu bulmuştur. Terk edilme endişesini saldırganlıkla yansıtan, yakınlıktan hoşlanmayan, başkalarına bağımlı olmaktan rahatsızlık duyan ve daha fazla depresif belirtiler gösteren erkeklerin evlilik doyumu düşük bulunmuştur.

Kohn ve ark. (2012) ebeveynliklerinin ilk iki yılındaki çiftlerle yaptıkları araştırmalarında eşlerini daha az destekleyici olarak algılayan ve onlara daha olumsuz davranan kaygı puanı yüksek bireylerin evlilik doyumu daha düşüktür. İş-aile çatışmasını daha fazla algılayan ve ailelerinden daha fazla talebi olan kaçınan bağlanma puanı yüksek bireylerin evlilik doyumu daha düşüktür. Bulgular güvensiz bağlanmanın; yeni ebeveynlerde, özellikle stres faktörlerinin önemli bağlanma hedeflerinin takibini engellediğinde, memnuniyetsizlik olarak belirdiğini göstermektedir.

Fowers (1991) çok boyutlu evlilik envanteri kullanarak evlilik doyumunda cinsiyet farklılıklarını incelemiş ve önceki araştırmalardan (Glenn, 1975; Johnson, White, Edwards ve Booth, 1986; Schumm ve arkadaşları, 1985) farklı olarak erkeklerin kadınlara oranla evlilik doyumunun daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bulgular aynı zamanda din erkeklerin evliliğinin daha önemli bir parçası iken kadınlar için eşitlikçi rollerin daha önemli olduğunu göstermektedir. Bu çalışmadan elde edilen erkeklerin kadınlara oranla evlilikten daha fazla zihinsel sağlık yararı elde ettiği sonucu daha önceki araştırmalarla tutarlıdır.

#### **2.4.3. Yaşam Doyumuyla İlgili Yapılan Araştırmalar**

Yapılan araştırmalar incelendiğinde yaşam doyumunun çok sayıdaki değişkenden etkilendiğini söyleyebiliriz. Bu çalışmaların bazılarında yaşam doyumunun, yalnızlıkla olumsuz yönde (Tuzgöl Dost, 2007); iş doyumunu (Avşaroğlu, Deniz ve Kahraman, 2005; Ünal, Karlıdağ ve Yoloğlu, 2001) iyimserlik, yüksek gelir düzeyi ve akademik başarıyla olumlu yönde, anlamlı olarak ilişkili olduğu görülmektedir.

Arslan'ın (2017) araştırmasında ebeveynlerinin kaybı gerçeğiyle büyüyenlerin duygusal zeka, yaşam doyumunu ve sosyal uyumları üzerinde negatif yönde anlamlı etki yarattığı sonucuna ulaşmıştır.

Mammadova (2016) çocuk cezaevlerindeki ergenlerle yaptığı araştırmasında; öğrenilmiş güçlülük düzeyi yüksek olan bireylerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Çeçen (2008) yaşam doyumunun yordayıcılarına ilişkin yaptığı araştırmasında ele aldığı tüm değişkenlerin (bireysel bütünlük duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı) yaşam doyumunu yordamaya anlamlı bir biçimde katkı sağladığını bulmuştur. Yaşam doyumunu yordamada katkısı en fazla olan değişkenin bireyin

algıladığı bütünlük duygusunun bileşenlerinden olan anlaşılabilirlik alt boyutu olduğu görülmüş ve bireylerin içsel ve dışsal çevreleri ile ilgili uyaranları anlaşılabilir, makul, yapılandırılmış, tahmin edilebilir ve açıklanabilir algıladıklarında karşılıklarına çıkan güçlüklerle baş etmede meydan okuma güçleri arttığı için; yaşamdan aldıkları doyumun da artacağı şeklinde yorumlanmıştır. Aynı çalışmada bireylerin aile bütünlük duyguları, onların yaşam doyumlarına katkıda bulunan ikinci, benlik saygısı üçüncü önemli değişken olarak bulunmuştur. Bireyin benlik saygısının yüksek olmasının bireyin kendisini daha olumlu algılamasına, karşılaştığı herhangi bir olayla ya da durumla ilgili olarak kendisinin yetkinliğine olan inancının yüksek olmasına ve dolayısıyla da bireylerin yaşam doyumlarının artacağı düşünülmektedir. Son olarak yaşam doyumunu yordamaya anlamlı katkı sağlayan dördüncü ve beşinci değişkenin yönetilebilirlik ve anlamlılık olduğu; bireyin yaşam içerisinde karşılaştığı olayları yönetilebilir algılaması, anlamlı algılanıp algılamamasından daha fazla yaşam doyumuna katkıda bulunmaktadır. Bireyin yaşam olayları karşısında elindeki çeşitli kaynaklarını kullanabileceğine ve o durumu yönetebileceğine olan inancı, yaşam doyumuna olumlu katkıda bulunacağı yönünde yorumlanmıştır.

Demirel (2018) araştırmasında evli bireylerin evli olmayan bireylere göre daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu ve ailede depresyon ve psikiyatrik tanı olmasının ise yaşam doyumunu negatif yönde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada hem kaygılı hem de kaçınan bağlanmanın yaşam doyumunu üzerinde yordayıcı bir etkisi olmadığı, kaygılı bağlanma stilinin depresyon ve kaçınan bağlanma stilinin mutluluk üzerinde yordayıcı bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur.

Başaran (2016) medeni durumun yaşam doyumuna etkisi noktasında evli bireylerin yaşam doyumunun daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Özkaya (2017) araştırmasından elde ettiği bulgularda, umutsuzluk ile yalnızlık düzeyi arasında orta yönlü ve pozitif bir ilişki olduğunu; yalnızlık puanları yükseldikçe umutsuzluk puanlarının da yükseldiğini, yaşam doyumunu puanlarının ise azaldığını tespit etmiştir.

Özbek (2016) araştırmasında evlilik biçiminin psikolojik iyi oluşu yordayıp yordamadığını sorgulamış ve araştırma sonucunda evlenme biçimi flört olan katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeyinin, evlenme biçimi görücü usulü olan katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeyine oranla yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada ailesinde kendileri ve çocuklarından başka birlikte yaşayan kimselerin olmadığı katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeyi, ailesinde kendileri ve çocuklarından

başka birlikte yaşayan kimselerin olduğu katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeyinden yüksek bulunmuştur. Evlilikten memnun olma/olmama noktasında Özbek (2016) evlilikten memnun olan katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeyinin, evliliğinden memnun olmayan katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeyinden yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Kümbül-Güler ve Emeç'in (2006) çalışmasında kız öğrencilerin, iyimser olanların, dini inancı yüksek olanların ve aylık harcama miktarı daha fazla olanların diğerlerine göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tuncer (2017) tarafından yapılan araştırmada bireylerin kendi düşünce ve duyguları yönündeki farkındalığının elde ettikleri yaşam doyumuna olumlu yönde yansıdığı, sosyal anlamda yaşanan kaygının ise yaşama doyumunu kısıtladığı tespit edilmiştir.

Yaşam doyumunu ve evlilik doyumunu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracının rolünün incelendiği araştırmada; eşler arasındaki sağlıklı iletişimin varlığı evlilik doyumunu ve bireyin öz saygısını arttırmakta, dolayısıyla yaşam doyumunu da arttırmaktadır (Yıldız ve Baytemir, 2016).

Gelir düzeyi ve iyimserlik düzeyi yüksek düzeyde olan bireylerin yaşam doyumları yüksek bulunmuştur (Ünüvar, Avşaroğlu ve Uslu, 2012).

Bireylerin evlilik doyumlarını öncelikle algıladıkları eş desteği daha sonra cinsel yaşam memnuniyeti ve eğitim düzeyleri yordamaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013).

Bulut (2016) tarafından okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumlarına ilişkin yapılan araştırmada yaşam doyumunu ile kaçınma ve olumsuz otomatik düşünme arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Cinsel kompülsiyonların erken dönem uyumsuz şemalar ve yaşam doyumunu ile ilişkisinin incelendiği araştırmada; cinsel kompülsiyon puanlarının erkeklerde kadınlara oranla ve yine bekarlarda evlilere oranla daha fazla olduğu, sıklıkla yalnız hisseden kişilerin cinsel kompülsiyon puanlarının daha yüksek olduğu, cinsel kompülsiyonları fazla olan kişilerin yaşam doyumunu puanlarının anlamlı düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur. Cinsel kompülsiyon puanı yüksek olan kişilerde interneti pornografik materyal için kullanma sıklığının daha fazla olduğu, internet üzerinden pornografik materyale haftada birden fazla ulaşan kişilerin puan ortalamalarının hiç kullanmayan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur (Sevim, 2018).

Kadınların premenstrüel sendromu ve yaşam doyumunu düzeylerine ilişkin yaptığı araştırmada Kaykaç (2018), premenstrüel sendrom yaşayanların yaşam doyumunun

düşük, premenstrüel sendrom yaşamayanların yaşam doyumunun anlamlı şekilde daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Aynı araştırmada depresif duygu durum, anksiyete, yorgunluk, sinirlilik, depresif düşünce, ağrı, iştah değişimi, uyku, şişkinlik değişkenleriyle yaşam doyumunu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Hünler (2007) göçmenlerle yaptığı çalışmasında bağımsız kendilik yapısının yaşam doyumunu anlamlı şekilde yordadığını bulmuştur.

Tepeli-Temiz (2017) üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırmasında bağlanma boyutları olan kaygılı ve kaçınan bağlanmanın benlik saygısı puanlarını pozitif yönde, yaşam doyumunu ise negatif yönde yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

Arslan'ın (2017) araştırmasında duygusal zekanın yaşam doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu; iyimserlik ruh halinin düzenlenmesi, duyguların kullanımı ve duyguların değerlendirilmesinin yaşam doyumunu düzeyini arttırdığı sonucuna ulaşmıştır.

Çağlak'ın (2017) araştırması algılanan sosyal destek ve psikolojik dayanıklılığın yaşam doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu sonucunu ortaya koymuştur.

Yapılan araştırmada iş motivasyonunun önemli belirleyicilerinden birinin yaşam doyumunu düzeyi olduğu bulunmuştur (Çetinkaya, 2016).

Üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmada Tuncer, (2017) sosyal anksiyete arttıkça bilinçli farkındalık ve yaşam doyumunu düzeyinin düştüğünü ortaya koymuş, bilinçli farkındalık temelli programların anksiyete düzeyini azaltarak yaşam doyumunu arttırdığından hareketle, üniversite öğrencilerinde farkındalığı arttırmaya yönelik çalışmalar yapılmasının, öğrencilerin bilinçlenmesinin öğrencilerin yaşama yönelik doyumlarını arttıracak yorumunu getirmiştir.

Evlilik doyumunun, yaşam doyumuyla anlamlı olarak ilişkili olduğu (Heller, Watson and Ilies, 2006; PerroneMcGovern, Boo and Vannatter, 2012); evlilik doyumunun, yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu yönünde sonuçlara erişilen birçok araştırma mevcuttur (Yıldız ve Baytemir, 2016).

Pek çok araştırmada evli olanların evli olmayan bireylere kıyasla mutluluk düzeyinin daha yüksek olduğu ortaya koyulmuştur (Seligman, 2007).

Hinnen, Sanderman ve Sprangers (2009) bağlanma ile ilgili içsel çalışma modellerinin çocukluk anıları ile yetişkinlikte yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi yönlendirip yönlendirmediğine ilişkin yaptıkları araştırmalarında; aile sıcaklığı, uyumu ve ebeveyn desteğini güvenli bağlanma ile ilişkili, ebeveyn reddi ve istismar ve ebeveyn psikopatolojisi gibi olumsuz çocukluk yaşantılarını ise güvensiz bağlanma ile ilişkili

olduğunu tespit etmişlerdir. Araştırmalarında güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlananlara kıyasla yaşam doyumunun daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Araştırma bulguları bağlanma teorisine uygun olup; erken çocukluk deneyimlerinin yetişkin yaşamını nasıl etkileyebileceğini anlamak için bu teorinin önemini vurgulamaktadır.

Nickerson ve Nagle'ın (2004) orta çocuklukta ve erken ergenlikte ebeveyn ve akran bağlanmasına ilişkin araştırmalarında; birçok faktörün yaşam doyumuna etkisine bakılmış olup etki alanları arasında özellikle ebeveyn ve akran güveninin önemli yordayıcı değişkenler olduğu, bu ilişkilerde sadakat, güven ve bağlılığın çocuk ve ergenler için yaşam doyumuna katkıda bulunduğunu belirtmişlerdir. Özellikle akranlara yabancılaşma, okul ve yaşam ortamından doyum alamamanın belirleyici bir göstergesidir; bu da akran reddinin ve yalnızlığın bu yaşta iyi oluşu tehdit eden unsurlar olabileceğini göstermektedir.

Wright ve Perrone (2010) araştırmalarında güvenli bağlanan bireylerin daha yüksek sosyal öz-yeterlik ve kariyer kararı öz-yeterliği gösterdiklerini ve bunun da daha yüksek düzeyde yaşam doyumunu sağladığını tespit etmişlerdir.

Eng ve ark. (2001) yetişkin bağlanma biçimleri, sosyal kaygı ve depresyon arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarında depresyon yaşayan kaygılı bağlanmış katılımcıların yaşam doyumunun güvenli bağlanmış olanlara göre daha düşük, depresyon düzeylerinin ise daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Wei ve ark. (2005) bağlanma ve utanç, depresyon ve yalnızlık ilişkisinde temel psikolojik ihtiyaç doyumunun aracı rolünü inceledikleri çalışmalarında; psikolojik ihtiyaç doyumunun kaygılı bağlanma ile utanç, depresyon ve yalnızlık ilişkisine kısmen aracılık ettiği, kayıtsız bağlanma ile utanç, depresyon ve yalnızlık ilişkisine tamamen aracılık ettiği sonucuna ulaşmışlardır. Sonuçlar ayrıca, hem kaygılı hem de kayıtsız bağlanmanın, temel psikolojik ihtiyaçların doyumuna ile negatif ilişkili olduğunu göstermektedir. Sonuçlar psikolojik ihtiyaçların doyumunda kayıtsız bağlanmanın kaygılı bağlanmadan daha fazla moderatör görevi olduğunu göstermektedir. Olumsuz bir benlik modeline sahip olan yüksek düzeyde kaygılı bağlanan bireyler temel psikolojik ihtiyaçlarının onları sevilmez kılan bir şeyin parçası olduklarını düşündüklerinden bu ihtiyaçlarını daha fazla bastırırlar veya farkında değildirler. Bunun tam aksine olumsuz başkaları modelinde olan kayıtsız bağlananlar ise temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının kötü bir fikir olmadığını öğrenmişlerdir. Ayrıca, kayıtsız bağlanan bireyler başkalarının bu ihtiyaçları karşılayamayacağına inanma eğilimindedir

ve bu nedenle, kendi sıkıntılarını yönetebilmek ve temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak için kendilerine güvenme eğilimindedirler.

Ma ve Huebner (2008) akran bağlanmasının ebeveyn bağlanması ve yaşam doyumundaki aracı rolünü ve potansiyel cinsiyet farklılıkları inceledikleri çalışmalarında; ebeveyn bağlanmasında kadın ve erkek arasında bir farklılık olmadığını, ancak kadınların akranlarına bağlanma düzeyinin erkeklere oranla daha yüksek olduğunu, hem ebeveyn hem de akran bağlanmasının yaşam doyumuyla pozitif ilişkili olduğunu, ancak ebeveyn bağlanmasının daha güçlü bir belirleyici olduğunu bulmuşlardır. Bu araştırmada ayrıca erken ergenlerin annelerine babalarından daha fazla bağlandıklarını ve de son olarak akran bağlanmasının ebeveyn bağlanması ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiğini rapor etmişlerdir.

Diener ve Diener (2009) araştırmalarında yaşam doyumunun, hem tüm örneklemde hem de çoğu ülkede, benlik saygısı ile anlamlı derecede ilişkili olduğunu, bununla birlikte, korelasyonların toplumlar arasında büyük ölçüde farklılıklar gösterdiğini. Ülkelerin bireyciliği korelasyonlarla ilgili olduğunda, benlik saygısı ile yaşam doyumları arasındaki ortaklaşmanın kolektivist uluslarda daha düşük olduğunu bulmuşlardır. Benzer şekilde, arkadaş ve aile doyumları, yaşam doyumlarıyla birlikte değişirken; uluslar arasında da önemli ölçüde ve sistematik olarak değişmiştir. Sonuçlara göre bireyci toplumlarda arkadaşlıktan alınan doyum ve yaşam doyumları arasındaki ilişki pozitif yönde, anlamlı iken; kolektivist toplumlarda arkadaşlıktan alınan doyum ile yaşam doyumları arasında daha zayıf bir ilişki olduğu görülmüştür. Beklentilerin aksine, kolektif toplumlarda aile doyumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişki daha da güçlenmemiştir. Son olarak, finansal doyumun ve yaşam doyumları ilişkisinin gücü bir ülkenin gelirine bağlıdır ve yoksul toplumlarda yaşam doyumlarıyla finansal doyum arasında daha güçlü bir ilişki vardır.

Mroczek ve Spiro III (2005) erkeklerle yaptıkları çalışmalarında yaşam doyumunun yaşla birlikte değişiklik gösterdiğini, 65 yaşına kadar yaşam doyumunun arttığını; ancak değişim oranında ve eğrilik miktarında bireysel farklılıklar olduğunu, değişimin herkes için aynı oranda olmadığını ve bazıları için hiç değişmediğini bulmuşlardır. Ölüme yaklaşmak fiziksel sağlığa bağlı olmaksızın yaşam doyumunda düşüş ile ilişkilendirilmiştir. Sağlığın, değişim ya da eğrilik oranlarındaki farklılıkları hesaba katmaması şaşırtıcı bir sonuç olarak sunulmuştur. Orta yaş ve yaşlı yetişkinler arasında evli insanlar daha yüksek yaşam doyumuna sahip olsa da yaşam doyumları evli olmayanlardan farklı bir oranda değişmemiştir.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni, örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel analizlere yönelik bulgular sunulmuştur.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, evli bireylerin bağlanma boyutlarının ve evlilik doyumunun yaşam doyumunu ne ölçüde yordadığının incelenmesini amaçlayan, ilişkisel tarama modelinde, betimsel bir araştırmadır.

Araştırmada bağımlı değişkenler evlilik doyumu ve yaşam doyumu iken; bağımsız değişken bağlanma boyutları (bağlanmaya ilişkin kaygı ve kaçınma boyutları) olarak amaçlarda yerini almıştır.

#### 3.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evreni evli olan bireylerden oluşmaktadır. Örneklem dahilindeki katılımcılar, 20 yaş ve üstü, en az lise mezunu ve en az bir yıl süreyle evli olmalarına dikkat edilerek örnekleme alınmışlardır. Araştırma verileri, Şubat 2018 – Nisan 2018 tarihleri arasında kartopu veri toplama yöntemiyle elde edilmiştir. Evli bireylerden oluşan örneklemden yararlanarak evli bireylerin evlilik doyumu ve yaşam doyumlarının yordayıcısı olarak bağlanma boyutları incelenmiştir.

Tablo 1

*Araştırmaya Katılan Çalışma Grubu ile İlgili Demografik Değişkenlerin Frekans ve Yüzdelik Değerleri*

|                       | <b>Kategori</b>       | <b>Frekans</b> | <b>Yüzde</b> |
|-----------------------|-----------------------|----------------|--------------|
| <b>Cinsiyet</b>       | Kadın                 | 259            | 69.2         |
|                       | Erkek                 | 115            | 30.7         |
| <b>Eğitim Düzeyi</b>  | Lise                  | 40             | 10.7         |
|                       | Ön Lisans             | 39             | 10.4         |
|                       | Lisans                | 230            | 61.5         |
|                       | Yüksek Lisans ve Üstü | 65             | 17.4         |
| <b>Aylık Gelir</b>    | 1000-3000 ₺           | 35             | 9.4          |
|                       | 3001-5000 ₺           | 81             | 21.7         |
|                       | 5001-7000 ₺           | 108            | 28.9         |
|                       | 7001-10000 ₺          | 111            | 29.7         |
|                       | 10000 ₺ ve üzeri      | 39             | 10.4         |
| <b>Evlilik Biçimi</b> | Görücü Usulü          | 59             | 15.8         |
|                       | Mantık Evliliği       | 41             | 11           |
|                       | Aşk Evliliği          | 274            | 73.3         |
| <b>Evlilik Süresi</b> | 1-5 yıl               | 89             | 23.8         |
|                       | 6-10 yıl              | 113            | 30.2         |
|                       | 11-15 yıl             | 67             | 17.9         |
|                       | 16-20 yıl             | 46             | 12.3         |
|                       | 21 yıl ve üzeri       | 59             | 15.8         |
| <b>Çocuk Sayısı</b>   | Yok                   | 37             | 9.9          |
|                       | 1                     | 137            | 36.6         |
|                       | 2                     | 161            | 43           |
|                       | 3                     | 32             | 8.6          |
|                       | 4 ve üzeri            | 7              | 1.9          |
|                       | <b>Toplam</b>         | <b>374</b>     | <b>100</b>   |

Tablo-1’de görüldüğü gibi; örnekleme oluşturan toplam 374 katılımcının 259’u kadın (% 69.2) ve 115’i (% 30.7) erkektir. Örneklemdaki katılımcıların eğitim düzeyleri incelendiğinde; lise mezunu olan 40 kişi (% 10.7), ön lisans mezunu olan 39 kişi (% 10.4), lisans mezunu olan 230 kişi (% 61.5), yüksek lisans ve üzeri mezunu olan 65 kişi (% 17.4) olduğu görülmektedir. Örnekleme oluşturan katılımcıların aylık gelirleri

incelendiğinde; 1000-3000 ₺ geliri olan 35 kişi (% 9.4), 3001-5000 ₺ geliri olan 81 kişi (% 21.7), 5001-7000 ₺ geliri olan 108 kişi (% 28.9), 7001-10000 ₺ geliri olan 111 kişi (% 29,7), 10000 ₺ ve üzeri geliri olan 39 kişi (% 10.4) olduğu görülmektedir. Örneklemi oluşturan katılımcıların evlilik biçimi incelendiğinde; görücü usulüyle evlenen 59 kişi (% 15.8), mantık evliliği yapan 41 kişi (% 11), aşk evliliği yapan 274 kişi (% 73.3), olduğu görülmektedir. Örneklemi oluşturan katılımcıların evlilik süresi incelendiğinde; 1-5 yıllık evli olan 89 kişi (% 23.8), 6-10 yıllık evli olan 113 kişi (% 30.2), 11-15 yıllık evli olan 67 kişi (% 17.9), 16-20 yıllık evli olan 46 kişi (% 12.3), 21 yıl ve üzeri evli olan 59 kişi (% 15.8) olduğu görülmektedir. Örneklemi oluşturan katılımcıların çocuk sayısı incelendiğinde çocuğu olmayan 37 kişi (% 9.9), 1 çocuğu olan 137 kişi (% 36.6), 2 çocuğu olan 161 kişi (% 43), 3 çocuğu olan 32 kişi (% 8.6), 4 ve üzeri çocuğu olan 7 kişi (% 1.9) olduğu görülmektedir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

#### **3.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Düzenlenen kişisel bilgi formunda araştırmanın alt amaçlarına yönelik veri elde etmek adına yaş, cinsiyet, eğitim durumu, meslek, meslekteki yılı, ailenin toplam aylık geliri, evlilik yılı ve evlilik biçimini, çocuk sayısını içeren sorulara yer verilmiştir. Toplanan kişisel bilgi formundan elde edilen verilerde; yaş, meslek ve meklekteki yıl demografik değişkenleri araştırmada kullanılmaya uygun bir dağılımda olmaması nedeniyle analizlerde kullanılmamıştır.

#### **3.3.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE II)**

Fraley ve arkadaşları (2000) tarafından geliştirilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II 18'i kaygı, 18'i kaçınma olmak üzere iki alt boyutu ölçen 36 maddeden oluşmaktadır. Türk kültürü için geçerlik ve güvenilir çalışması, Selçuk ve arkadaşları tarafından (2005) yapılan YİYE-II'nin; kaçınma ve kaygı alt boyutlarının her ikisinin de yüksek düzeyde iç tutarlığa sahip oldukları; Cronbach alfa katsayıları kaçınma alt boyutu için .90, kaygı alt boyutu için ise .86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin kaçınma ve kaygı boyutlarına ilişkin test-tekrar test güvenilirliği katsayıları ise sırasıyla 0,81 ve 0,82'dir.

Katılımcılardan, her bir maddenin romantik ilişkilerindeki duygu ve düşüncelerini hangi oranda yansıttığını yedi aralıklı ölçekler üzerinde değerlendirmeleri

istenmektedir. İlgili boyutları ölçen maddeler ayrı ayrı toplanıp ortalamaları alınarak her bir katılımcı için kaygı ve kaçınma sürekli puanları hesaplanmaktadır (Selçuk ve ark., 2005).

Ölçeğin yüksek düzeyde iç tutarlığa ve test tekrar test güvenirliğine sahip olduğu; yetişkin bağlanmasının ölçümünde diğer ölçeklere göre daha yüksek ölçüm duyarlılığına sahip olduğu belirtilmiştir (Selçuk ve ark., 2005).

### 3.3.3. Evlilik Doyumu Ölçeği

Evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen Evlilik Doyum Ölçeği, Çelik ve Yazgan-İnanç (2009) tarafından geliştirilmiş 5'i olumlu 8'i olumsuz toplam 13 maddeden oluşan, beşli likert tipi bir ölçektir. (1) Bana hiç uygun değil ile (5) Bana tamamen uygun arasındaki derecelendirmeye göre cevaplanan likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınan yüksek puan evli bireylerin evlilik doyumlarının yüksekliğine işaret etmektedir (Çelik ve Yazgan-İnanç, 2009).

Açııklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda 'aile', 'cinsellik' ve 'benlik' olarak adlandırılan üç faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. EDÖ'nün test tekrar test korelasyon katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Yine EDÖ'nün alt ölçeklerinin test tekrar test analizleri sonucunda elde edilen güvenirlik katsayıları aile alt ölçeği için .80, cinsellik alt ölçeği için .83, benlik alt ölçeği için .74 olarak saptanmıştır. Ölçüt bağlantılı geçerlik çalışmaları da ölçeğin geçerliğini desteklemiştir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .83 olarak saptanmıştır (Çelik ve Yazgan-İnanç, 2009).

### 3.3.4. Yaşam Doyumu Ölçeği

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş, beşli Likert tipi bir ölçektir. Ölçek 5 maddeden oluşan ve bireyin öznel iyilik durumunu ölçen bir ölçme aracıdır (Dağlı ve Baysal, 2016).

Ölçeğin uyarlama ve geçerlik, güvenirlik çalışması 2013-2014 bahar döneminde Dağlı ve Baysal tarafından yapılmış olup; İngilizce ve Türkçe ölçekler arası tutarlık .92 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuca göre İngilizce ve Türkçe ölçekler arasında yüksek düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmış olduğu görülmüştür (Dağlı ve Baysal, 2016).

Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .88 ve test tekrar test güvenirliği .97 olarak bulunmuştur. Yapılan geçerlik ve güvenirlik analizleri sonucunda ölçeğin yaşam doyumuyla ilişkin algıların belirlenmesinde geçerli ve güvenilir bir araç olduğu anlaşılmıştır (Dağlı ve Baysal, 2016).

### 3.4. Verilerin Toplanması

Veri toplama araçları kartopu örnekleme yöntemiyle kapalı zarf içerisinde dağıtılmış, katılımcılar anketleri kendi kendilerine doldurmuşlardır. Araştırılan konu ve söz konusu anketleri nasıl doldurmaları gerektiği ilk sayfada verilen yönergeyle açıklanmıştır. Yönergede özellikle gizlilik ilkesi vurgulanmış olup; araştırmaya katılan bireylerin deşifre olma kaygıları azaltılmak istenmiştir. Ancak buna rağmen formu doldurma aşamasında evlilik doyumuyla ilgili bilgi erişimini içeren soruları cevaplamakla ilgili rahatsızlık hisseden katılımcılar olmakla birlikte, formu doldurmaya devam etmeyenler de olmuştur. Araştırma verileri toplanırken özellikle erkeklerin anket maddelerini inceledikten sonra araştırmaya katılmayı reddettiği görülmüştür. Zarflar katılımcıların doldurmalarının ardından kapalı zarf içerisinde teslim alınmıştır. Anketler incelenmiş ve eksik maddelerin yer aldığı veya rastgele doldurulduğu düşünülen veriler (tüm maddelerin aynı işaretlenmiş olması) değerlendirmeye alınmamıştır.

Araştırmada ikinci bir yöntem olarak; veriler Google Formlar formatında düzenlenen anketlerin online ortamda katılıma açılması şeklinde toplanmıştır. Katılımda bir katılımcının üst üste form doldurmasını engellemek adına bireylerin mail hesabından yalnızca bir kez doldurulmasına izin veren şekilde bir düzenleme yapılmıştır. Veriler mail hesabının bağlı bulunduğu bir havuzda toplanmış ve anketlerin tek tek çıktısı alınarak; veri girişine hazır hale getirilmiştir. Toplamda 259 kadın ve 115 erkek olma üzere 374 evli bireye ulaşılmıştır.

### 3.5. Verilerin İstatiksel Analizi

Veri girişine hazır hale getirilmek üzere değerlendirilmeye alınan anketlere birden başlayarak numara verilmiş ve maddelere verilen cevaplar kodlanmıştır. Toplanan verilerin analizi IBM SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 25.0 for Windows programı ile bilgisayar ortamında gerçekleştirilmiştir. Hata payı 0.05 olarak alınmıştır.

Araştırmada nicel verilerin analizinde “Korelasyon Analizi, Normallik Analizi, Bağımsız Gruplar t-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi, Basit Regresyon Analizi ve Çoklu Regresyon Analizi” teknikleri kullanılmıştır.



## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde araştırma amaçlarının sırasına göre; evli bireylerin bağlanma boyutlarının (kaygı ve kaçınma) evlilik ve yaşam doyumlarını yordayıp yordamadığına ve belirlenen demografik değişkenler ile yaşam doyumu ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemeye yönelik istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular verilmiştir.

#### 4.1. Yaşam Doyumu ve Evlilik Doyumunun Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) İlişkin Betimsel İstatistikler

Bağlanma boyutları (kaygı ve kaçınma), evlilik doyumu ve yaşam doyumuna ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2

*Evli Bireylerin Yaşam Doyumu, Evlilik Doyumu ve Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) İlişkin Betimsel İstatistik Değerleri*

|                  |     | Minimum | Maksimum | Aritmetik | St. Sapma |
|------------------|-----|---------|----------|-----------|-----------|
| Değişken         | N   | Değer   | Değer    | Ortalama  | (Ss)      |
| Yaşam doyumu     | 374 | 5       | 25       | 16.78     | 4.02      |
| Evlilik doyumu   | 374 | 24      | 65       | 52.30     | 9.00      |
| Kaygılı bağlanma | 374 | 1       | 6        | 2.98      | 0.93      |
| Kaçınan bağlanma | 374 | 1       | 5.67     | 2.42      | 1.01      |

Tablo 2’de görüldüğü gibi evli bireylerin yaşam doyumu değişkeninin ortalama ve standart sapma değerlerinin  $16.78 \pm 4.02$ , evlilik doyumu değişkeninin ortalama ve standart sapma değerlerinin  $52.30 \pm 9.00$ , kaygılı alt boyutunun ortalama ve standart sapma değerlerinin  $2.98 \pm 0.93$ , kaçınma alt boyutunun ortalama ve standart sapma değerlerinin  $2.42 \pm 1.01$  olduğu görülmektedir.

#### 4.2. Yaşam Doyumu ve Evlilik Doyumunun Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) Yönelik Normal Dağılım Bulguları

Analize başlamadan önce verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığına bakılmak üzere normallik dağılımı analizleri yapılmış olup; çarpıklık ve basıklık katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3

*Evlili Bireylerin Yaşam Doyumu, Evlilik Doyumu ve Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) İlişkin Normallik Bulguları*

|                  | Skewness | Kurtosis |
|------------------|----------|----------|
| Yaşam Doyumu     | -.294    | -.390    |
| Evlilik Doyumu   | -.751    | .032     |
| Kaygılı Bağlanma | .573     | .084     |
| Kaçınan Bağlanma | .668     | -.273    |

Tablo 3'te görüldüğü gibi elde edilen bulgularda skewness ve kurtosis değerleri de birlikte ele alındığında; yaşam doyumu çarpıklık değerinin skewness=-.294 ve basıklık değerinin kurtosis=-.390, evlilik doyumu çarpıklık değerinin skewness=-.751 ve basıklık değerinin kurtosis=-.032, kaygılı bağlanma çarpıklık değerinin skewness=-.573 ve basıklık değerinin kurtosis=-.084, kaçınan bağlanma çarpıklık değerinin skewness=-.668 ve basıklık değerinin kurtosis=-.273 olduğu görülmektedir. Elde edilen bu değerlerin -1 ve +1 aralığında olması sebebiyle dağılımın normal olduğu kabul edilmiştir (Büyüköztürk, 2015).

Yapılan bu incelemenin ardından lineer regresyon analizi çerçevesinde standardize edilmiş artık değerler ve standardize edilmiş yordanan değerler için saçılma diyagramı oluşturulmuştur. Bu sonuca göre; saçılma diyagramının doğrusal bir ilişkiyi tanımladığı, noktaların bir eksen doğrultusunda toplandığı, standardize edilmiş yordanan değerlerin de normal bir dağılım gösterdiği görülmüştür.

#### 4.3. Yaşam Doyumu, Evlilik Doyumu ve Bağlanma Boyutlarına (Kaygı ve Kaçınma Puanı) İlişkin Korelasyon Analizi

Bağlanma boyutları (kaygı ve kaçınma), evlilik doyumu ve yaşam doyumu değişkenlerinin birbirleriyle olan ilişkilerinin düzeyini ve yönünü belirlemek amacıyla

Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Bulgulara ilişkin korelasyon değerleri Tablo 4’te gösterilmiştir.

Tablo 4

*Evli Bireylerin Yaşam Doyumu, Evlilik Doyumu ve Bağlanma Boyutları Arasındaki Korelasyon*

|                    | <b>Yaşam</b>  | <b>Evlilik</b> | <b>Kaygı</b>   | <b>Kaçınma</b> |
|--------------------|---------------|----------------|----------------|----------------|
| <b>Değişkenler</b> | <b>Doyumu</b> | <b>Doyumu</b>  | <b>Boyutu</b>  | <b>Boyutu</b>  |
| Yaşam Doyumu       | 1             | <b>.418**</b>  | <b>-.376**</b> | <b>-.524**</b> |
| Evlilik Doyumu     |               | 1              | <b>-.539**</b> | <b>-.629**</b> |
| Kaygı Boyutu       |               |                | 1              | <b>.627**</b>  |
| Kaçınma Boyutu     |               |                |                | 1              |

\*\*p<0.01

Tablo 4’te görüldüğü gibi yaşam doyumu ve evlilik doyumu arasında orta düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır ( $r=.418$ ,  $p<.01$ ). Bağlanma boyutlarından kaygılı bağlanma ile evlilik doyumu arasında orta düzeyde, negatif yönde ve anlamlı bir ilişki vardır ( $r=-.539$ ,  $p<.01$ ). Bağlanma boyutlarından kaçınan bağlanma ile evlilik doyumu arasında orta düzeyde, negatif yönde ve anlamlı bir ilişki vardır ( $r=-.629$ ,  $p<.01$ ). Bağlanma boyutlarından kaygılı bağlanma ile yaşam doyumu arasında düşük düzeyde, negatif yönde ve anlamlı bir ilişki vardır ( $r=-.376$ ,  $p<.01$ ). Bağlanma boyutlarından kaçınan bağlanma ile yaşam doyumu arasında orta düzeyde, negatif yönde ve anlamlı bir ilişki vardır ( $r=-.524$ ,  $p<.01$ ). Kaygılı bağlanma ile kaçınan bağlanma arasında ise orta düzeyde, pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki vardır ( $r=.627$ ,  $p<.01$ ).

#### **4.4. Evli Bireylerin Bağlanmaya İlişkin Kaygı ve Bağlanmaya İlişkin Kaçınma Boyutları Evlilik Doyumunu Anlamlı Bir Şekilde Yordamakta mıdır?**

Evli bireylerin bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutlarının evlilik doyumunu ne oranda yordadığını belirlemek için yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5

*Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

| Değişken                                | B      | Standart Hata B | $\beta$ | T      | p    | İkili r | Kısmi R |
|-----------------------------------------|--------|-----------------|---------|--------|------|---------|---------|
| Sabit                                   | 69.467 | 1.193           |         | 58.252 | .000 |         |         |
| Kaygı Boyutu                            | -2.284 | .485            | -.237   | -4.711 | .000 | -.539   | -.238   |
| Kaçınma Boyutu                          | -4.282 | .448            | -.481   | -9.558 | .000 | -.629   | -.445   |
| R= 0.656      R <sup>2</sup> =0.430     |        |                 |         |        |      |         |         |
| F <sub>(2,371)</sub> =140.108    p=.000 |        |                 |         |        |      |         |         |

Tablo 5’te görüldüğü gibi; evlilik doyumu ve bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma arasındaki kısmi korelasyonlar incelendiğinde, kaygılı bağlanma ile evlilik doyumu arasında negatif ve orta düzeyde bir ilişki olduğu ( $r=-.539$ ), kaçınma boyutu kontrol edildiğinde kaygılı bağlanma ve evlilik doyumu arasındaki korelasyonun negatif ve düşük düzeyde olduğu ( $R=-.238$ ) görülmektedir. Kaçınan bağlanma ile evlilik doyumu arasında negatif orta düzeyde bir ilişki olduğu ( $r=-.629$ ), kaygı boyutu kontrol edildiğinde kaçınan bağlanma ve evlilik doyumu arasındaki korelasyonun negatif ve orta düzeyde olduğu ( $R=-.445$ ) görülmektedir.

Bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutlarının birlikte, evlilik doyumu ile orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur ( $R= 0.656$ ,  $R^2=0.430$ ,  $p<.01$ ). Araştırmanın söz konusu yordayıcı iki değişkeni birlikte evlilik doyumu puanlarındaki toplam varyansın % 43’ünü açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayılarına ( $\beta$ ) göre yordayıcı değişkenlerin evlilik doyumu üzerindeki göreceli önem sırası bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutu ( $\beta=-.481$ ,  $p<.01$ ) ve bağlanmaya ilişkin kaygı boyutudur ( $\beta= -.237$ ,  $p<.01$ ).

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde; bağlanmaya ilişkin kaygı ( $t=-4.711$ ,  $p<.01$ ) ve bağlanmaya ilişkin kaçınma ( $t=-9.558$ ,  $p<.01$ ) değişkenlerinin her ikisinin de evlilik doyumu üzerinde anlamlı birer yordayıcı oldukları görülmektedir.

#### 4.5. Evli Bireylerin Bağlanmaya İlişkin Kaygı ve Bağlanmaya İlişkin Kaçınma Boyutları Yaşam Doyumunu Anlamlı Bir Şekilde Yordamakta mıdır?

Evli bireylerin bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutlarının yaşam doyumunu ne oranda yordadığını belirlemek için yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6

*Evli Bireylerin Yaşam Doyumlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

| Değişken                                 | B      | Standart Hata B | $\beta$ | T      | p    | İkili r | Kısmi R |
|------------------------------------------|--------|-----------------|---------|--------|------|---------|---------|
| Sabit                                    | 22.362 | .600            |         | 37.277 | .000 |         |         |
| Kaygı Boyutu                             | -.334  | .244            | -.078   | -1.371 | .171 | -.376   | -.071   |
| Kaçınma Boyutu                           | -1.894 | .225            | -.476   | -8.404 | .000 | -.524   | -.400   |
| R= 0.528      R <sup>2</sup> =0.279      |        |                 |         |        |      |         |         |
| F <sub>(2,371)</sub> =71.664      p=.000 |        |                 |         |        |      |         |         |

Tablo 6’da görüldüğü gibi; yaşam doyumunu ve bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma arasındaki kısmi korelasyonlar incelendiğinde, kaygılı bağlanma ile yaşam doyumunu arasında negatif ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu ( $r=-.376$ ), kaçınma boyutu kontrol edildiğinde kaygılı bağlanma ve yaşam doyumunu arasındaki korelasyonun negatif ve çok düşük düzeyde olduğu ( $R=-.071$ ) görülmektedir. Kaçınan bağlanma ile yaşam doyumunu arasında negatif orta düzeyde bir ilişki olduğu ( $r=-.524$ ), kaygı boyutu kontrol edildiğinde kaçınan bağlanma ve yaşam doyumunu arasındaki korelasyonun negatif ve orta düzeyde olduğu ( $R=-.400$ ) görülmektedir.

Bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutlarının birlikte, yaşam doyumunu ile düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur ( $R= 0.528$ ,  $R^2=0.279$ ,  $p<.01$ ). Araştırmanın söz konusu yordayıcı iki değişkeni birlikte yaşam doyumunu puanlarındaki toplam varyansın % 28’ini açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayılarına ( $\beta$ ) göre yordayıcı değişkenlerin yaşam doyumunu üzerindeki göreceli önem sırası bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutu ( $\beta=-.476$ ,  $p<.01$ ) ve bağlanmaya ilişkin kaygı boyutudur ( $\beta= -.078$ ,  $p<.01$ ).

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde; kaçınan bağlanmanın ( $t=-8.404$ ,  $p<.01$ ) yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, bağlanmaya ilişkin kaygı boyutunun ( $t=-1.371$ ,  $p=.171$ ,  $p>.01$ ) ise yaşam doyumu üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

#### 4.6. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Yaşam Doyumlarını Anlamlı Bir Şekilde Yordamakta mıdır?

Evli bireylerin evlilik doyumlarının yaşam doyumlarını ne oranda yordadığını belirlemek için yapılan basit regresyon analizi sonuçları Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7

*Evli Bireylerin Yaşam Doyumlarının Yordanmasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları*

| Değişken                       | B                     | Standart Hata B | $\beta$ | T     | p    |
|--------------------------------|-----------------------|-----------------|---------|-------|------|
| Sabit                          | 7.019                 | 1.118           |         | 6.28  | .000 |
| Evlilik Doyumu                 | 0.187                 | 0.021           | 0.418   | 8.863 | .000 |
| R= 0.418                       | R <sup>2</sup> =0.174 |                 |         |       |      |
| F <sub>(1, 371)</sub> = 78.554 | p=.000                |                 |         |       |      |

Tablo 7’de görüldüğü gibi; evlilik doyumunun yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu ( $R=0.418$ ,  $R^2=0.17$ ,  $F_{(1, 371)}= 78.554$ ,  $p<.01$ ), evli bireylerin yaşam doyumuna ilişkin toplam varyansın % 17’sinin evlilik doyumuyla açıklandığı görülmektedir.

#### 4.7. Evli Bireylerin Bağlanma Alt Boyutları (Kaygı ve Kaçınma) Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Evli bireylerin cinsiyetlerine göre bağlanma boyutlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız gruplar t-testi analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8

*Evli Bireylerin Bağlanma Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları*

|                       | Cinsiyet | N   | X    | Ss   | Sd  | t      | p     |
|-----------------------|----------|-----|------|------|-----|--------|-------|
| <b>Kaygı Boyutu</b>   | Kadın    | 259 | 3.00 | 0.92 | 372 | 0.852  | 0.395 |
|                       | Erkek    | 115 | 2.91 | 0.96 |     |        |       |
| <b>Kaçınma Boyutu</b> | Kadın    | 259 | 2.39 | 1.04 | 372 | -0.771 | 0.441 |
|                       | Erkek    | 115 | 2.48 | 0.92 |     |        |       |

Tablo 8’de görüldüğü gibi; evli kadınların kaygı puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri  $X=3.00$ ,  $Ss=0.92$ , evli erkeklerin kaygı puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri  $X=2.91$ ,  $Ss=0.96$ ’dır; evli kadınların kaçınma puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri  $X=2.39$ ,  $Ss=1.04$ , evli erkeklerin kaçınma puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri  $X=2.48$ ,  $Ss=0.92$ ’dır. Bulunan değerler arasında anlamlı bir fark olup olmadığına ilişkin yapılan t-testi sonucunda; evli bireylerin kaygı ve kaçınma puanlarının her ikisinin de cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır ( $t_{kaygı}=0.852$ ,  $t_{kaçınma}=-0.771$ ,  $p>.01$ ).

#### 4.8. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Farklılık

##### Göstermekte midir?

Evli bireylerin cinsiyetlerine göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız gruplar t-testi analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 9’da gösterilmiştir.

Tablo 9

*Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları*

| Cinsiyet | N   | X     | Ss   | Sd  | t    | p     |
|----------|-----|-------|------|-----|------|-------|
| Kadın    | 259 | 52.70 | 8.91 | 372 | 1.31 | 0.191 |
| Erkek    | 115 | 51.38 | 9.17 |     |      |       |

Tablo 9’da görüldüğü gibi; evli kadınların evlilik doyumu puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri  $X=52.70$ ,  $Ss=8.91$ , evli erkeklerin evlilik doyumu

puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri  $X=51.38$ ,  $Ss=9.17$ 'dir. Bulunan değerler arasında anlamlı bir fark olup olmadığına ilişkin yapılan t-testi sonucunda; evli bireylerin evlilik doyumlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır ( $t=1.31$ ,  $p=.191$ ,  $p>.01$ ).

#### 4.9. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Eğitim Düzeylerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Araştırmaya katılan evli bireylerin eğitim düzeylerine göre evlilik doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10

*Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| Eğitim Düzeyi          | N   | X     | Ss   |
|------------------------|-----|-------|------|
| Lise                   | 40  | 52.77 | 8.60 |
| Ön Lisans              | 39  | 48.41 | 9.56 |
| Lisans                 | 230 | 53.02 | 8.67 |
| Yüksek Lisans ve Üzeri | 65  | 51.58 | 9.65 |

Tablo 10'da görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında en yüksek evlilik doyumu puanı ortalamasına sahip olanların lisans mezunları ( $X=53.02$ ,  $Ss=8.67$ ), en düşük evlilik doyumu puanı ortalamasına sahip olanların ise ön lisans mezunları ( $X=48.41$ ,  $Ss=9.56$ ) olduğu görülmektedir. Lise mezunlarının evlilik doyumu puan ortalaması  $X=52.77$ ,  $Ss=8.60$ ; yüksek lisans ve daha üzeri mezunlarının ise evlilik doyumu puan ortalaması  $X=51.58$ ,  $Ss=9.65$ 'tir

Evli bireylerin eğitim düzeylerine göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 11'de gösterilmiştir.

Tablo 11

*Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| Varyansın Kaynağı | Kareler   |     | Kareler    |       | p     | Anlamlı Fark<br>(Tukey) |
|-------------------|-----------|-----|------------|-------|-------|-------------------------|
|                   | Toplamı   | Sd  | Ortalaması | F     |       |                         |
| Gruplar arası     | 662.508   | 3   | 220.836    | 2.763 | 0.042 | Lisans>Önlisans         |
| Gruplar içi       | 29569.548 | 370 | 79.918     |       |       |                         |
| Toplam            | 30232.056 | 373 |            |       |       |                         |

Tablo 11’de görüldüğü gibi analiz sonuçları lisans mezunu evli bireylerin evlilik doyumunun, ön lisans mezunu evli bireylerin evlilik doyumundan anlamlı bir şekilde yüksek olduğunu göstermektedir ( $F=2.763$ ,  $p<.05$ ).

#### 4.10. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Ailenin Aylık Gelirine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Araştırmaya katılan evli bireylerin ailenin aylık gelirine göre evlilik doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12

*Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| Ailenin Aylık Geliri | N   | X     | Ss    |
|----------------------|-----|-------|-------|
| 1000-3000 ₺          | 35  | 49.54 | 8.60  |
| 3001-5000 ₺          | 81  | 50.98 | 8.84  |
| 5001-7000 ₺          | 108 | 52.62 | 8.85  |
| 7001-10000 ₺         | 111 | 54.17 | 8.63  |
| 10000 ₺ ve üzeri     | 39  | 51.23 | 10.28 |

Tablo 12’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında aylık geliri 7001-10000 ₺ olanların en yüksek evlilik doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=54.17$ ,  $Ss=8.63$ ), aylık geliri 1000-3000 ₺ olanların en düşük evlilik doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=49.54$ ,  $Ss=8.60$ ) görülmektedir. Aylık geliri 3001-5000 ₺ olanların evlilik doyumu puan ortalaması  $X=50.98$ ,  $Ss=8.84$ ; aylık geliri 5001-7000 ₺ olanların evlilik doyumu puan ortalaması  $X=52.62$ ,  $Ss=8.85$  ve aylık geliri 10000 ₺ ve üzeri olanların evlilik doyumu puan ortalaması ise  $X=51.23$ ,  $Ss=10.28$ ’dir.

Evli bireylerin ailenin aylık gelirine göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 13'te gösterilmiştir.

Tablo 13

*Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| <b>Varyansın Kaynağı</b> | <b>Kareler Toplamı</b> | <b>Sd</b> | <b>Kareler Ortalaması</b> | <b>F</b> | <b>p</b> | <b>Anlamlı Fark (LSD)</b> |
|--------------------------|------------------------|-----------|---------------------------|----------|----------|---------------------------|
| Gruplar arası            | 850.527                | 4         | 212.632                   | 2.67     | 0.032    | 7000-10000>3000-5000      |
| Gruplar içi              | 29381.529              | 369       | 79.625                    |          |          | 7000-10000>1000-3000      |
| Toplam                   | 30232.056              | 373       |                           |          |          |                           |

Tablo 13'te görüldüğü gibi aylık geliri 7000-10000 ₺ olan evli bireylerin evlilik doyumu puanlarının, aylık geliri 1000-3000 ₺ ve 3000-5000 ₺ olan evli bireylerin evlilik doyumlarından anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmektedir ( $F=2.67$ ,  $p<.05$ ).

#### 4.11. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Evlilik Biçimine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik biçimine göre evlilik doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 14'te verilmiştir.

Tablo 14

*Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| <b>Evlilik Biçimi</b> | <b>N</b> | <b>X</b> | <b>Ss</b> |
|-----------------------|----------|----------|-----------|
| Görücü Usulü          | 59       | 50.4407  | 9.51092   |
| Mantık Evliliği       | 41       | 49.7073  | 8.98121   |
| Aşk Evliliği          | 274      | 53.0839  | 8.79374   |

Tablo 14'te görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında aşk evliliği yapanların en yüksek evlilik doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=53.08$ ,  $Ss=8.79$ ), mantık evliliği yapanların en düşük evlilik doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=49.70$ ,  $Ss=8.98$ ) görülmektedir. Görücü usulüyle evlenenlerin evlilik doyumu puan ortalamaları ise  $X=50.44$ ,  $Ss=9.51$ 'dir.

Evli bireylerin evlilik biçimine göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 15’te gösterilmiştir.

Tablo 15

*Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| <b>Varyansın Kaynağı</b> | <b>Kareler Toplamı</b> | <b>Sd</b> | <b>Kareler Ortalaması</b> | <b>F</b> | <b>p</b> | <b>Anlamlı Fark (LSD)</b> |
|--------------------------|------------------------|-----------|---------------------------|----------|----------|---------------------------|
| Gruplar arası            | 647.957                | 2         | 323.978                   | 4.063    | 0.018    | Aşk>Mantık                |
| Gruplar içi              | 29584.1                | 371       | 79.742                    |          |          | Aşk>Görücü                |
| Toplam                   | 30232.056              | 373       |                           |          |          |                           |

Tablo 15’te görüldüğü gibi analiz sonuçları aşk evliliği yapan evli bireylerin evlilik doyumunun mantık evliliği ve görücü usulüyle evlenenlerin evlilik doyumundan anlamlı bir şekilde yüksek olduğunu göstermektedir ( $F=4.063$ ,  $p<.05$ ).

#### 4.12. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Evli Olma Süresine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik süresine göre evlilik doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16

*Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| <b>Evli Olma Süresi</b> | <b>N</b> | <b>X</b> | <b>Ss</b> |
|-------------------------|----------|----------|-----------|
| 1-5 yıl                 | 89       | 52.0899  | 8.84287   |
| 6-10 yıl                | 113      | 51.6637  | 9.28094   |
| 11-15 yıl               | 67       | 52.3284  | 9.06941   |
| 16-20 yıl               | 46       | 53.3478  | 8.09998   |
| 21 yıl ve üzeri         | 59       | 52.9661  | 9.46494   |

Tablo 16’da görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında 16-20 yıldır evli olanların en yüksek evlilik doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=53.34$ ,  $Ss=8.09$ ), 6-10 yıldır evli olanların en düşük evlilik doyumu puanı

ortalamasına sahip olduğu ( $X=51.66$ ,  $Ss=9.28$ ) görülmektedir. 1-5 yıldır evli olanların evlilik doyumu puan ortalaması  $X=52.08$ ,  $Ss=8.84$ ; 11-15 yıldır evli olanların evlilik doyumu puan ortalaması  $X=52.32$ ,  $Ss=9.06$  ve 16-21 yıl ve üzeri evli olanların evlilik doyumu puan ortalaması ise  $X=52.96$ ,  $Ss=9.46$ 'dır.

Evli bireylerin evli olma süresine göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 17'de gösterilmiştir.

Tablo 17

*Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F     | p     | Anlamlı Fark (Scheffe) |
|-------------------|-----------------|-----|--------------------|-------|-------|------------------------|
| Gruplar arası     | 126.411         | 4   | 31.603             | 0.387 | 0.818 | -                      |
| Gruplar içi       | 30105.645       | 369 | 81.587             |       |       |                        |
| Toplam            | 30232.056       | 373 |                    |       |       |                        |

Tablo 17'de görüldüğü gibi analiz sonuçları evli bireylerin evli olma süresine göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F=0.387$ ,  $p>.01$ ).

#### 4.13. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Araştırmaya katılan evli bireylerin sahip olunan çocuk sayısına göre evlilik doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 18'de verilmiştir.

Tablo 18

*Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| Çocuk Sayısı     | N   | X       | Ss      |
|------------------|-----|---------|---------|
| Yok              | 37  | 52.1081 | 8.24885 |
| 1 çocuk          | 137 | 52.2263 | 8.9311  |
| 2 çocuk          | 161 | 52.3727 | 9.25933 |
| 3 çocuk          | 32  | 52.1563 | 9.77855 |
| 4 çocuk ve üzeri | 7   | 53.5714 | 6.29437 |

Tablo 18’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında 4 ve üzerinde çocuk sahibi olanların çok düşük bir farkla en yüksek evlilik doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=53.57$ ,  $Ss=6.29$ ), hiç çocuğu olmayanların çok düşük bir farkla en düşük evlilik doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=52.10$ ,  $Ss=8.24$ ) görülmektedir. 1 çocuğu olanların evlilik doyumu puan ortalaması  $X=52.22$ ,  $Ss=8.93$ , 2 çocuğu olanların evlilik doyumu puan ortalaması  $X=52.15$ ,  $Ss=9.77$  ve 3 çocuğu olanların evlilik doyumu puan ortalaması ise  $X=52.15$ ,  $Ss=9.77$ ’dir.

Evli bireylerin sahip oldukları çocuk sayısına göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 19’da gösterilmiştir.

Tablo 19

*Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F     | p     | Anlamlı Fark (Scheffe) |
|-------------------|-----------------|-----|--------------------|-------|-------|------------------------|
| Gruplar arası     | 14.93           | 4   | 3.733              | 0.046 | 0.996 | -                      |
| Gruplar içi       | 30217.126       | 369 | 81.889             |       |       |                        |
| Toplam            | 30232.056       | 373 |                    |       |       |                        |

Tablo 19’da görüldüğü gibi analiz sonuçları evli bireylerin sahip oldukları çocuk sayısına göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F=0.046$ ,  $p>.01$ ).

#### 4.14. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Cinsiyetlerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Evli bireylerin cinsiyetlerine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız gruplar t-testi analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 20’de gösterilmiştir.

Tablo 20

*Evli Bireylerin Yaşam Doyumlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları*

| Cinsiyet | N   | X     | Ss   | Sd  | t     | p     |
|----------|-----|-------|------|-----|-------|-------|
| Kadın    | 259 | 17.1  | 3.95 | 372 | 2.318 | 0.021 |
| Erkek    | 115 | 16.06 | 4.11 |     |       |       |

Tablo 20’de görüldüğü gibi; evli kadınların yaşam doyumu puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri  $X=17.10$ ,  $Ss=3.95$ , evli erkeklerin yaşam doyumu puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri  $X=16.06$ ,  $Ss=4.11$ ’dir. Bulunan değerler arasında anlamlı bir fark olup olmadığına ilişkin yapılan t-testi sonucunda; evli kadınların yaşam doyumlarının evli erkeklerin yaşam doyumlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir ( $t=2.318$ ,  $p=.021$ ,  $p<.05$ ).

#### 4.15. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Eğitim Düzeylerine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Araştırmaya katılan evli bireylerin eğitim düzeylerine göre yaşam doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 21’de verilmiştir.

Tablo 21

*Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| Eğitim Düzeyi          | N   | X     | Ss   |
|------------------------|-----|-------|------|
| Lise                   | 40  | 15.8  | 4.30 |
| Ön Lisans              | 39  | 16.53 | 4.08 |
| Lisans                 | 230 | 16.96 | 3.99 |
| Yüksek Lisans ve Üzeri | 65  | 16.87 | 3.92 |

Tablo 21’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında en yüksek yaşam doyumu puanı ortalamasına sahip olanların çok düşük bir farkla lisans mezunları ( $X=16.96$ ,  $Ss=3.99$ ), en düşük yaşam doyumu puanı ortalamasına sahip olanların ise lise mezunları ( $X=15.8$ ,  $Ss=4.30$ ) olduğu görülmektedir. Ön Lisans mezunlarının yaşam doyumu puan ortalaması  $X=16.53$ ,  $Ss=4.08$ ; yüksek lisans ve daha üzeri mezunlarının ise yaşam doyumu puan ortalaması  $X=16.87$ ,  $Ss=3.92$ ’dir.

Evli bireylerin eğitim düzeylerine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 22’de gösterilmiştir.

Tablo 22

*Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| <b>Varyansın Kaynağı</b> | <b>Kareler Toplamı</b> | <b>Sd</b> | <b>Kareler Ortalaması</b> | <b>F</b> | <b>p</b> | <b>Anlamlı Fark (Scheffe)</b> |
|--------------------------|------------------------|-----------|---------------------------|----------|----------|-------------------------------|
| Gruplar arası            | 49.192                 | 3         | 16.397                    | 1.012    | 0.387    | -                             |
| Gruplar içi              | 5992.829               | 370       | 16.197                    |          |          |                               |
| Toplam                   | 6042,021               | 373       |                           |          |          |                               |

Tablo 22’de görüldüğü gibi analiz sonuçları evli bireylerin eğitim düzeylerine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F=1.012$ ,  $p>.01$ ).

#### **4.16. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Ailenin Aylık Gelirine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?**

Araştırmaya katılan evli bireylerin ailenin aylık gelirine göre yaşam doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 23’te verilmiştir.

Tablo 23

*Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| <b>Ailenin Aylık Geliri</b> | <b>N</b> | <b>X</b> | <b>Ss</b> |
|-----------------------------|----------|----------|-----------|
| 1000-3000 ₺                 | 35       | 15.42    | 4.83      |
| 3001-5000 ₺                 | 81       | 16.09    | 3.87      |
| 5001-7000 ₺                 | 108      | 17.06    | 3.91      |
| 7001-10000 ₺                | 111      | 17.22    | 4.14      |
| 10000 ₺ üzeri               | 39       | 17.35    | 3.14      |

Tablo 23’te görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında aylık geliri 10000 ₺ üzerinde olanların en yüksek yaşam doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=17.35$ ,  $Ss=3.14$ ), aylık geliri 1000-3000 ₺ olanların en düşük yaşam doyumu puanı

ortalamasına sahip olduğu ( $X=15.42$ ,  $Ss=4.83$ ) görülmektedir. Aylık geliri 3001-5000 ₺ olanların yaşam doyumu puan ortalaması  $X=16.09$ ,  $Ss=3.87$ ; aylık geliri 5001-7000 ₺ olanların yaşam doyumu puan ortalaması  $X=17.06$ ,  $Ss=3.91$  ve aylık geliri 7001-10000 ₺ olanların yaşam doyumu puan ortalaması ise  $X=17.22$ ,  $Ss=4.14$ 'tür.

Evli bireylerin ailenin aylık gelirine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 24'te gösterilmiştir.

Tablo 24

*Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F     | p     | Anlamlı Fark (LSD)    |
|-------------------|-----------------|-----|--------------------|-------|-------|-----------------------|
| Gruplar arası     | 145.35          | 4   | 36.338             | 2.274 | 0.051 | 5001-7000>1000-3000   |
| Gruplar içi       | 5896.671        | 369 | 15.98              |       |       | 7001-10000>1000-3000  |
| Toplam            | 6042.021        | 373 |                    |       |       | 10000 üzeri>1000-3000 |

Tablo 24'te görüldüğü gibi analiz sonuçları aylık geliri 1000-3000 ₺ olan evli bireylerin yaşam doyumunun, aylık geliri 5001-7000 ₺, 7001-10000 ₺ ve 10000 ₺ üzerinde geliri olan evli bireylerin yaşam doyumundan anlamlı bir şekilde düşük olduğunu göstermektedir ( $F=2.274$ ,  $p\leq.05$ ).

#### 4.17. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Evlilik Biçimine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik biçimine göre yaşam doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 25'te verilmiştir.

Tablo 25

*Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| Evlilik Biçimi  | N   | X     | Ss   |
|-----------------|-----|-------|------|
| Görücü Usulü    | 59  | 16.94 | 4.30 |
| Mantık Evliliği | 41  | 16.70 | 4.14 |
| Aşk Evliliği    | 274 | 16.75 | 3.95 |

Tablo 25'te görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında görücü usulüyle evlenenlerin çok düşük bir farkla en yüksek yaşam doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=16.94$ ,  $Ss=4.30$ ), mantık evliliği yapanların yine çok düşük bir farkla en düşük yaşam doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=16.70$ ,  $Ss=4.14$ ) görülmektedir. Aşk evliliği yapanların yaşam doyumu puan ortalamaları ise  $X=16.75$ ,  $Ss=3.95$ 'tir.

Evli bireylerin ailenin aylık gelirine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 26'da gösterilmiştir.

Tablo 26

*Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| Varyansın Kaynağı | Kareler  |     | Kareler    |  | F     | p     | Anlamlı Fark (Scheffe) |
|-------------------|----------|-----|------------|--|-------|-------|------------------------|
|                   | Toplamı  | Sd  | Ortalaması |  |       |       |                        |
| Gruplar arası     | 2.069    | 2   | 1.035      |  | 0.064 | 0.938 | -                      |
| Gruplar içi       | 6039.952 | 371 | 16.28      |  |       |       |                        |
| Toplam            | 6042.021 | 373 |            |  |       |       |                        |

Tablo 26'da görüldüğü gibi analiz sonuçları evli bireylerin evlilik biçimine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F=.064$ ,  $p>.01$ ).

#### 4.18. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Evli Olma Süresine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik süresine göre yaşam doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 27'de verilmiştir.

Tablo 27

*Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| <b>Evli Olma Süresi</b> | <b>N</b> | <b>X</b> | <b>Ss</b> |
|-------------------------|----------|----------|-----------|
| 1-5 yıl                 | 89       | 16.35    | 3.87      |
| 6-10 yıl                | 113      | 16.91    | 3.91      |
| 11-15 yıl               | 67       | 17.20    | 3.94      |
| 16-20 yıl               | 46       | 16.95    | 4.40      |
| 21 yıl ve üzeri         | 59       | 16.54    | 4.29      |

Tablo 27’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında 11-15 yıldır evli olanların düşük bir farkla en yüksek yaşam doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=17.20$ ,  $Ss=3.94$ ), 1-5 yıldır evli olanların çok düşük bir farkla en düşük yaşam doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=16.35$ ,  $Ss=3.87$ ) görülmektedir. 6-10 yıldır evli olanların yaşam doyumu puan ortalaması  $X=16.91$ ,  $Ss=3.91$ ; 16-20 yıldır evli olanların yaşam doyumu puan ortalaması  $X=16.95$ ,  $Ss=4.40$  ve 21 yıl ve üzeri evli olanların yaşam doyumu puan ortalaması ise  $X=16.54$ ,  $Ss=4.29$ ’dur.

Evli bireylerin evli olma süresine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 28’de gösterilmiştir.

Tablo 28

*Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| <b>Varyansın Kaynağı</b> | <b>Kareler Toplamı</b> | <b>Sd</b> | <b>Kareler Ortalaması</b> | <b>F</b> | <b>p</b> | <b>Anlamlı Fark (Scheffe)</b> |
|--------------------------|------------------------|-----------|---------------------------|----------|----------|-------------------------------|
| Gruplar arası            | 34.78                  | 4         | 8.695                     | 0.534    | 0.711    | -                             |
| Gruplar içi              | 6007.241               | 369       | 16.28                     |          |          |                               |
| Toplam                   | 6042.021               | 373       |                           |          |          |                               |

Tablo 28’de görüldüğü gibi analiz sonuçları evli bireylerin evli olma süresine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F=0.534$ ,  $p>.01$ ).

#### 4.19. Evli Bireylerin Yaşam Doyumları Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte midir?

Araştırmaya katılan evli bireylerin sahip olunan çocuk sayısına göre yaşam doyumlarıyla ilgili betimsel istatistikler Tablo 29’da verilmiştir.

Tablo 29

*Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Yaşam Doyumlarının Betimsel İstatistikleri*

| <b>Çocuk Sayısı</b> | <b>N</b> | <b>X</b> | <b>Ss</b> |
|---------------------|----------|----------|-----------|
| Yok                 | 37       | 16.37    | 3.52      |
| 1 çocuk             | 137      | 16.76    | 3.93      |
| 2 çocuk             | 161      | 16.86    | 4.18      |
| 3 çocuk             | 32       | 16.78    | 4.30      |
| 4 çocuk ve üzeri    | 7        | 17.28    | 4.27      |

Tablo 29’da görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireyler arasında 4 ve üzerinde çocuk sahibi olanların çok düşük bir farkla en yüksek yaşam doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=17.28$ ,  $Ss=4.27$ ), hiç çocuğu olmayanların çok düşük bir farkla en düşük yaşam doyumu puanı ortalamasına sahip olduğu ( $X=16.37$ ,  $Ss=3.52$ ) görülmektedir. 1 çocuğu olanların yaşam doyumu puan ortalaması  $X=16.76$ ,  $Ss=3.93$ , 2 çocuğu olanların yaşam doyumu puan ortalaması  $X=16.86$ ,  $Ss=4.18$  ve 3 çocuğu olanların yaşam doyumu puan ortalaması ise  $X=16.78$ ,  $Ss=4.30$ ’dur.

Evli bireylerin sahip oldukları çocuk sayısına göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 30’da gösterilmiştir.

Tablo 30

*Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

| <b>Varyansın Kaynağı</b> | <b>Kareler Toplamı</b> | <b>Sd</b> | <b>Kareler Ortalaması</b> | <b>F</b> | <b>p</b> | <b>Anlamlı Fark (Scheffe)</b> |
|--------------------------|------------------------|-----------|---------------------------|----------|----------|-------------------------------|
| Gruplar arası            | 8.902                  | 4         | 2.226                     | 0.136    | 0.969    | -                             |
| Gruplar içi              | 6033.119               | 369       | 16.35                     |          |          |                               |
| Toplam                   | 6042.021               | 373       |                           |          |          |                               |

Tablo 30’da görüldüğü gibi analiz sonuçları evli bireylerin sahip oldukları çocuk sayısına göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ( $F=0.136$ ,  $p>.01$ ).



## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular araştırmanın amaçları doğrultusunda incelenmiş, tartışılmış ve yorumlanmıştır.

#### **5.1. Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının Yordayıcısı Olarak Bağlanma Boyutlarına İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda; kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanmanın her birinin evlilik doyumu ile negatif, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki içinde olduğu, bağlanmaya ilişkin kaygı ve kaçınma değişkenlerinin her ikisinin de evlilik doyumunun anlamlı birer yordayıcısı oldukları ortaya konulmuştur. Araştırmanın söz konusu yordayıcı iki değişkeni birlikte evlilik doyumu puanlarındaki toplam varyansın % 43'ünü açıklamaktadır.

Bağlanmanın güvensiz boyutunda bulunan kaygı ve kaçınma puanı arttıkça evlilik doyumu azalmaktadır. Evlilikte istikrarlı bir ilişkinin sağlanabilmesi için bireylerin bağlanmaya ilişkin tutarlı ve çözümücü yaklaşımı önemli bir etkidir. Bağlanmanın güvensiz boyutunda olan kaygılı ve kaçınan bağlanma stilindeki bireyler evliliklerinde istikrarı sağlamada zorlandıklarından evlilik doyumunun düşmesine neden olabilmektedir.

Araştırma bulguları Erdoğan'ın (2016) kaygılı bağlanma puanı arttıkça evlilik doyumunun azaldığı yönündeki bulgusuyla uyushmaktadır. Açık (2008) ve Kılıç (2017) araştırmalarında araştırma bulgularını destekleyen sonuçlara erişmiş olup; güvenli bağlanma puanı arttıkça evlilik doyumunun da arttığı, kaygılı ve kaçınan bağlanma puanları arttıkça ise evlilik doyumunun azaldığını rapor etmiştir. Bal (2007) kadınların bağlanma boyutları ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, erkeklerin kaygı ve kaçınma boyutu puanları arttıkça evlilik uyumunun da arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Açık (2008) araştırmasında kaygı ve kaçınma boyutunun evlilik doyumunun toplam varyansının %10'unu açıkladığını bulgulamışken; araştırma bulgularımız bağlanmaya ilişkin kaygı ve kaçınma boyutunun birlikte evlilik doyumunun toplam varyansının %43'ünü açıkladığı yönündedir.

Bağlanma ve evlilik değişkenlerinin bir arada sunulduğu diğer araştırmalar incelendiğinde; güvenli bağlanan bireylerin evlilik uyumunun yüksek olduğu sonucuna ulaşılan çok sayıda mevcut araştırma olduğu görülmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Çakır, 2008; Erdoğan, 2007; Feeney, 1996; Gallo ve Smith, 2001; Kirkpatrick ve Davis, 1994; Kobak ve Hazan, 1991; Parker ve Scannell, 1998; Simpson, 1990; Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006;).

## **5.2. Evli Bireylerin Yaşam Doyumlarının Yordayıcısı Olarak Bağlanma Boyutlarına İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucu bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutlarının birlikte, yaşam doyumu ile düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmanın söz konusu yordayıcı iki değişkeni birlikte yaşam doyumu puanlarındaki toplam varyansın % 28'ini açıklamaktadır.

Kaygılı bağlanma ile yaşam doyumu arasında negatif ve düşük düzeyde, kaçınan bağlanma ile yaşam doyumu arasında negatif orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Bağlanmanın kaçınan ve kaygılı boyutunda olan bireyler yaşama bakış açılarıyla ve karşılaştıkları güçlüklerdeki duruşlarıyla güvensiz bir tutum içinde olduklarından yaşamdan doyumlarının düşmesi söz konusu olabilmektedir. Bağlanmanın güvensiz boyutunda yaşam olaylarına ve bunlarla baş edebilmeye çözümci bir bakış açısıyla yaklaşamayan bireylerin yaşamdan doyum alamamaları anlaşılır bir sonuçtur.

Araştırma bulgularımızla örtüşen şekilde Tepeli-Temiz (2017) bağlanmanın kaçınma ve kaygı boyutunun yaşam doyumunu anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Bağlanmanın yaşam doyumu üzerinde etkisinin olduğu yönünde sonuçları içeren çok sayıda araştırma mevcuttur (Cassidy ve Shaver, 2008; Chen ve diğ., 2017; Hwang, Johnstone ve Smith, 2009; Shahyad ve ark., 2011).

Özkan (2013) araştırmasında güvenli bağlanan bireylerin yaşam doyumu düzeylerinin diğer bağlanma stiline sahip bireylerin yaşam doyumu düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Başer-Şeker (2009) ve Baştürk (2016) yaptıkları araştırmalarda güvenli bağlanma arttıkça yaşam doyumu düzeyinin de arttığı bulgusuna ulaşmışlardır. Demirel (2016) araştırmasında kaygılı ve kaçınan bağlanma biçimlerinin yaşam doyumu üzerinde yordayıcı bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

### **5.3. Evli Bireylerin Yaşam Doyumlarının Yordayıcısı Olarak Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda evlilik doyumunun yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu; evli bireylerin yaşam doyumuna ilişkin toplam varyansın % 17'sinin evlilik doyumuyla açıklandığı görülmektedir. Toplumun en küçük birimi olan ailede evlilikten alınan doyumun yaşam doyumunu yordayan bir değişken olarak karşımızda olması anlaşılır bir sonuçtur. Evliliklerde çift olarak sorunlarla baş etmek, ortaklaşa bulunan çözüm önerileri, maddi ve manevi olarak birlikte hareket edebilmek, sosyal ve ailevi ilişkilerin ve paylaşımların varlığı evlilik doyumunun yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcı olmasını sağlamasıyla açıklanabilir.

Soylu ve Kabasakal (2016), Yıldız ve Baytemir (2016), Sakarya (2018) bulgularımızla aynı doğrultuda evlilik doyumunun yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Kodan-Çetinkaya ve Gençdoğan (2014) evliliğin kalitesinin yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Al Khatib (2013), Başaran (2016), Botha ve Booysen (2013), Çetinkaya (2004), Lucas ve diğ. (2003), Ünal ve ark. (2001), Yılmaz ve Aslan (2013) araştırmalarında evli bireylerin yaşam doyum düzeyinin evli olmayan ve boşanmış diğer gruplara göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Başaran 'ın (2016) araştırmasında özellikle boşanmış öğretmenlerin, evli ve bekâr öğretmenlere göre yaşam doyum ortalamalarının daha az olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çağ ve Yıldırım (2013), Kublay ve Oktan (2015), Turgut (2016) evlilik doyumu yüksek olan bireylerin yaşam doyumunun da yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Gülcan (2014) üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği araştırmasında bekarların yaşam doyumunun evli bireylere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yaşam doyumu açısından bekâr ve evli olmak arasında anlamlı farklılığa rastlanmayan araştırmalar da mevcuttur (Üre, 2001). Taş (2011) tarafından yapılan araştırmada medeni durum ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

### **5.4. Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Bağlanma Boyutlarına İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda evli bireylerin kaygı ve kaçınma puanlarının her ikisinin de cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçtan hareketle kadın ve erkeğin toplumda var oluş biçiminin benzeşmesinin cinsiyete göre bağlanma boyutlarında bir farklılık oluşturmadığı yorumu getirilebilir.

Açık (2008), Beştav (2007), Demirci (2004), Erden (2016), Kılıç (2017), Özer-Toğuşlu (2014), Seyfi (2017), Shi (2003), Sümer (2006) araştırmasında bulgularımızla aynı doğrultuda bağlanma boyutlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını ortaya koymuştur. Ünlü (2015) kaygı boyutunun cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını, kadınların kaçınma puanının ise erkelerden daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Araştırma bulgularımızdan farklı olarak Karahasanoğlu (2016) kadınların kaçınma puanlarının erkeklere oranla yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgunun tam tersi olarak Schmitt (2003), Scharfe ve Bartholomew (1994) araştırmalarında erkeklerin kaçınma boyutu puanlarının kadınlara oranla daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Sümer ve Güngör (1999) araştırma bulgularımızın aksine cinsiyete göre bağlanma boyutlarının her ikisinin de anlamlı farklılık gösterdiği; kadınların kaygı ve kaçınma boyutu puanlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

### **5.5. Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda; bireylerin evlilik doyumunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Değişen kadın ve erkek rolleriyle birlikte; kadınlar ve erkekler evliliklerinde ortak sorumlulukları üstlenmektedir. Özellikle kadınların da çalışma hayatında etkin bir şekilde var olmalarıyla birlikte ev içi sorumluluklarda ve çocukların sorumluluğunda görevler paylaşılmaktadır. Bu paylaşım ile birlikte baş edilen ve algılanan sorunlar da ortak olduğundan; erkeklerle kadınlar arasında evlilik doyumunu algılamada belirgin bir fark olmadığı düşünülebilir.

Araştırmalarıyla Acar (1998), Açık (2008), Berk (2009), Curun (2001), Çabukça (2002), Çağ ve Yıldırım (2013), Çelik (2006), Çınar (2008), Döner (2015), Erden (2016), Eskin (2012), Fışiloğlu (1992), Güven (2005), Hamamcı (2005), Kalkan (2002), Markestad ve ark. (1998), Özbek (2016), Perrone, Webb ve Jackson (2007), Soyer (2006), Tezer (1994), Yeşiltepe ve Çelik (2014), Yıldız (2013) bulgularımızı destekleyen sonuçlar ortaya koymuşlardır. Araştırma bulgularımızın aksine Çakır (2008), evlilik doyumu ile cinsiyet arasında anlamlı fark olduğunu; erkeklerin evlilik uyumunun kadınlara göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Anar (2011) araştırmasında kadınların evlilik doyumunun erkeklere oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

### **5.6. Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Analiz sonuçları evlilik doyumunun eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiğini; lisans mezunu evli bireylerin evlilik doyumunun, ön lisans mezunu evli bireylerin evlilik doyumundan anlamlı bir şekilde yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Lisans mezunu bireylerin evliliğe ve ilişkiye belli bir biliş seviyesiyle yaklaşıyor olması nedeniyle evlilik doyumunun arttığı söylenebilir. Ayrıca eğitim seviyesiyle birlikte daha bilinçli bir düşünce yapısına sahip olan bireyler evliliklerinde yardım arama ve çözüm arayışına girme çabasında olabildiği için evlilik doyumunun arttığı şeklinde açıklanabilir.

Çakır (2008) lise mezunlarının evlilik doyumunun okuryazar olanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Gürsoy (2004) ve Sezer (2005) kadınların eğitim düzeyi yükseldikçe evlilik doyumunun da yükseldiği sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırma bulgularımızın tam aksine eğitim düzeyine göre evlilik uyumunun farklılık göstermediği sonucuna Erbek ve ark. (2005), Kılıç (2017), Tutarel-Kışlak ve Çabukça (2002) tarafından ulaşılmıştır.

### **5.7. Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda ailenin aylık gelirine göre evlilik doyumunun anlamlı farklılık gösterdiği; aylık geliri 7000-10000 ₺ olan evli bireylerin evlilik doyumu puanlarının, aylık geliri 1000-3000 ₺ ve 3000-5000 ₺ olan evli bireylerin evlilik doyumlarından anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmektedir. Gelir düzeyi yükseldikçe ailenin aylık bütçeyi ilişkisel örüntülerinde dengeyi sağlamada yeterli ölçüde kullanabilmeleri, beraberinde ilişkilerde canlılık ve enerjiyi de getireceğinden yüksek gelir düzeyinin evlilik doyumunu arttırdığı söylenebilir. Aile bireylerinin bireysel ve ailesel doyumlarını sağlamada yeterli olan bütçe sayesinde geçim sıkıntısı çekilmeyeceğinden bu da evliliğe olumlu anlamda yansıyacaktır. Aile bireylerinin kendine ve ilişkiye yatırım anlamında maddi bütçenin yeterli desteğine başvurabilmeleri; bireysel hobi, bakım, zevkleri ve aile etkinlikleri, tatiller ve sosyal ilişkiler için bütçe ayırabilmenin rahatlığı evlilik ilişkilerinde doyumu da beraberinde getiriyor olabilir. Refah içinde yaşayabilme sonuç olarak; eşlerin birbirini maddi olarak geçinememenin verdiği huzursuzlukla yıpratmanın, bu konuda ilişki ve iletişimde sorunlar yaşamamanın da önüne geçmiş olabilmektedir.

Polat (2006) ve Yıldırım (1993) gelir düzeyi yükseldikçe evlilik uyumunun da arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Anar (2011) ve Çakır (2008) araştırma bulgularımızın aksine evlilik doyumunun gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

### **5.8. Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Analiz sonuçları aşk evliliği yapan evli bireylerin evlilik doyumunun mantık evliliği ve görücü usulüyle evlenenlerin evlilik doyumundan anlamlı bir şekilde yüksek olduğunu göstermektedir. Aşk evliliği yapanların karşı tarafı daha iyi tanımaları ve beklentilerini anlamaları; eşlerinden neyi ne kadar bekleyeceklerini kestirmeleri evlilik doyumunun düşmesinin en başında önüne geçiyor olabilir. Bireyler evlilikten öncesinde tanıdıkları eşleri ve uyumları konusunda en başından bir fikre sahip olup; kendilerini ortaya koyma konusunda herhangi bir çekince yaşamayıp, ilişkide ve iletişimde kalabildiklerinden evlilik doyumunun da arttığı söylenebilir.

Bildirici (2016), Cingisiz (2010), Çakmak-Tolan (2015), Çimen (2007), Güren (2017), Özaydınlık (2014), Turgut (2016), Yeşiltepe ve Çelik (2014) araştırmalarında aşk evliliği yapanların evlilik doyumunun diğer evlilik biçimleriyle evlilik yapanlara oranla daha yüksek olduğu sonucuyla araştırma bulgularımızla eş değer bir sonuç ortaya koymuşlardır. Demiray (2006), Döner (2015), Gündoğdu- Aktürk (2010), Kılıç (2017), Yaşar (2009) ve Yıldız (2013) araştırma bulgularımızın tersine evlilik biçimine göre evlilik doyumunun anlamlı bir farklılık göstermediği sonucunu ortaya koymuşlardır.

### **5.9. Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Analiz sonuçları evli bireylerin evli olma süresine göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Aile yaşam döngüsünden yola çıkarsak; bir ailede evliliğin en başından itibaren aile üyeleri farklı yaşam görevleriyle iç içe kalmaktadırlar. Evliliğin ilk yıllarında bir arada yaşama becerileri ve sorumlulukların paylaşımı gibi ev içi kurallarla baş edilirken; ilerleyen yıllarda çocuk sahibi olma ve eş rolüne eklenen anne ve babalık rollerinin sorumluluklarıyla baş edilmektedir. Devamında ise çocukların büyümesi ve bunların getirdiği sorumluluklar derken evli olma süresi içerisinde baş edilmesi gereken farklı görev alanları ortaya çıkmaktadır. Sonuç olarak ise evli olma süresine göre evlilik doyumunda anlamlı bir

farklılık ortaya çıkmamaktadır. Araştırma bulgularımızla örtüşen şekilde Akar (2005), Çağ (2011), Çınar (2008), Döner (2015), Fışıloğlu (1992), Gürsoy (2004), Kahveci (2016), Kılıç (2017), Turanlı (2010), Tutarel-Kışlak ve Çabukça (2002), Uluyol (2014), Yıldız (2013), Yılmaz (2015) ve Yüksel (2015) evlilik süresine göre evlilik doyumunun anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını ortaya koymuşlardır.

Çakır (2008) evlilik uyumunun evli olma süresine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını; 7-12 yıldır evli olanların evlilik doyumunun 19 yıl ve üstü evli olanlara yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Çavuşoğlu (2011) ilk 5 yıldan sonra evlilik doyumunda düşüş yaşandığını, evlilik doyumunun 10-20 yıl arasında en yüksek düzeyde olduğunu ortaya koymuşlardır. Güren (2017) evli olma süresine göre evlilik doyumunun anlamlı şekilde farklılık gösterdiğini; ilk 5 yıl en yüksek evlilik doyumu, 6-15 yılları arasında en düşük evlilik doyumu ve 16-25 yılları arasında ilk 5 yılki evlilik doyumundan düşük olmak kaydıyla yine yüksek evlilik doyumu yaşandığını bulgularında rapor etmiştir. Demiray (2006), Erden (2016), Şener ve Terzioğlu (2002) evli olma süresi arttıkça evlilik doyumunun azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Kublay ve Oktan (2015) evlilik yılı arttıkça evlilik uyumunun düştüğü, evliliğin 26-35 yılları arasında ise evlilik doyumunun tekrar arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

#### **5.10. Evli Bireylerin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda evli bireylerin sahip oldukları çocuk sayısına göre evlilik doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Araştırmamıza katılan bireylerin büyük çoğunluğu tek veya iki çocuk sahibi olan aile bireylerinden oluştuğundan; sahip olunan çocuk sayısına göre algılanan evlilik doyumunda anlamlı bir farklılık olmadığı söylenebilir. Literatür incelendiğinde araştırma bulgularımızla örtüşen sahip olunan çocuk sayısının evlilik doyumu düzeyine anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna Bildirici (2016), Çağ ve Yıldırım (2013), Çakır (2008), Demiray (2006), Gürsoy (2004), Kılıç (2017) ve Turgut (2016) tarafından ulaşıldığı görülmüştür.

Erden (2016) çocuk sahibi olmayanların, bir veya en az iki çocuğu olanlara göre evliliklerinden daha fazla doyum aldıkları sonucuna ulaşmıştır. Özaydınlık (2014) çocuk sayısı arttıkça evlilik doyumunun azaldığını; Kahveci (2016) ve Şendil ve Korkut (2008) çocuk sayısına göre evlilik doyumunun anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymuşlardır. Güren (2017) araştırmasında iki çocuğu olanların evlilik doyumunun tek

çocuğu olanlardan daha yüksek olduğunu ve bunların her ikisinin de evlilik doyumu düzeyinin diğer grupların evlilik doyumundan daha yüksek olduğunu rapor etmiştir. Yeşiltepe ve Çelik (2014) araştırmalarında çocuğu olmayanların evlilik doyumunun çocuğu olanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

### **5.11. Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda evli kadınların yaşam doyumlarının evli erkeklerin yaşam doyumlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Evlilik ve çocuk sahibi olmak toplumun öngördüğü ölçüde kadınlara cinsiyetlerinin bir göreviymiş gibi yüklenen gizli görevlerden biridir ve kadınlara bir statü kazandırmaktadır. Yerine getirilmesi gereken görevlermiş gibi algılanan bu noktalarda var olmayı başarabilen kadınlar; yaşamın getirdiği sorumluluklarla ve maddi zorluklarla aile bağları odağında desteklenmiş hissettiklerinden yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu söylenebilir.

Literatür incelendiğinde araştırma bulgularımızla örtüşen kadınların yaşam doyumunun erkeklere göre daha yüksek olduğu yönündeki sonuçlara Baştürk (2016), Boysan (2012), Gülcan (2014), Özkan (2013), Taş (2011), Tomrukçu (2010), Tuzgöl-Dost (2007), Uz-Baş (2011), Ünal, Karlıdağ ve Yoloğlu (2001), Yavuz (2006) tarafından ulaşılmıştır. Yaşam doyumunu düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığını gösteren araştırmalar da mevcuttur (Bulut, 2016; Çeçen-Eroğul ve Dingiltepe, 2012; Çivilidağ, 2007; İnci, 2014 Kabasakal ve Uz-Baş, 2013; Kıvılcım, 2014; Kirişoğlu, 2016; Myers ve Diener, 1995; Özgen, 2012; Sarıdemir, 2015; Tuncer, 2017; Tümlü ve Recepoğlu, 2013; Ünal ve Şahin, 2013; Yetim, 1991). Erkeklerin yaşam doyumunun kadınlara göre daha yüksek olduğunu gösteren araştırma sonuçlarına ulaşılan araştırmalarda literatürde yerini bulmuştur (Özdaş, 2017).

### **5.12. Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda evli bireylerin eğitim düzeylerine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmamıza katılan bireylerin büyük çoğunluğu lisans mezunu bireylerden oluştuğundan eğitim düzeyine göre algılanan yaşam doyumları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmış olabilir. Kirişoğlu (2016), Yıldırım ve Işık (2017) tarafından yapılan araştırma sonuçları araştırma bulgumuzla örtüşmektedir.

Araştırma bulgularımızdan farklı olarak Arslan (2015), Bedir (2014), Çetinkaya (2004), Turgut (2016) tarafından yapılan araştırmalarda eğitim düzeyi yükseldikçe yaşam doyumunun da yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır. Yıldız (2018) evli kadınlarla yaptığı araştırmasında eğitim düzeyi yüksek kadınların yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

### **5.13. Evli Bireylerin Ailenin Aylık Gelirine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonuçları aylık geliri 1000-3000 ₺ olan evli bireylerin yaşam doyumunun, aylık geliri 5001-7000 ₺, 7001-10000 ₺ ve 10000 ₺ üzerinde geliri olan evli bireylerin yaşam doyumundan anlamlı bir şekilde düşük olduğunu göstermektedir. Gelir düzeyinin düşüklüğü bireyin yaşam kalitesini, satın alabilme gücünü ve dolayısıyla da yaşamın getirdiği maddi zorluklarla baş edebilme gücünü de düşürdüğünden; gelir düzeyinin düşüklüğünün yaşam doyumunun düşmesine neden olduğu söylenebilir. Ekonomik güçlüklerle baş etmeye çalışmak bireylerin yaşamı algılayış ve anlamlandırma biçimine olumsuz etki ederek; yaşamdan zevk almalarının önüne geçen bir engel teşkil etmektedir.

Gelir düzeyine göre yaşam doyumunun anlamlı farklılık gösterdiğine dair sonuçlara ulaşılan araştırmalara bakıldığında; Arslan (2015), Canbay (2010), Chow (2005), Fındıklı (2013), Kirişoğlu (2016), Moller (1996), Paolini ve ark. (2006), Turgut (2016), Tuzgöl-Dost (2006) gelir düzeyi yükseldikçe yaşam doyumunun da yükseldiği sonucuna ulaşmışlardır. Tuncer (2017) araştırmasında orta-alt sosyoekonomik düzeyde olanların yaşam doyumunun orta-üst ve üst ekonomik düzeyde olanlara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Boysan (2012) yüksek gelirli ailelerden gelen bireylerin yaşam doyumu düzeylerinin, orta gelirli ailelerden gelenlere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Baştürk (2016) üst orta gelir düzeyine sahip olanların yaşam doyumunun alt orta gelir düzeyine sahip olanların yaşam doyumundan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yıldız (2018) evli kadınlarla yaptığı araştırmasında gelir düzeyi yüksek kadınların yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Nur-Şahin (2011), Yıldırım ve Işık (2017) araştırma bulgularımızın aksi yönde gelir durumunun yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığına dair sonuca ulaşmıştır.

#### **5.14. Evli Bireylerin Evlilik Biçimine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda evli bireylerin evlilik biçimine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin büyük çoğunluğu aşk evliliği yapan bireylerden oluştuğundan; evlilik biçimine göre algılanan yaşam doyumunda anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamış olabilir.

Cingisiz (2010), Çimen'in (2007), Turgut (2016) araştırmalarında flört ederek evlenmiş bireylerin evlilik uyumları, görücü usulüyle evlenmiş bireylerden daha yüksektir. Yıldız (2018) evli kadınlarla yaptığı araştırmasında flört ederek evlenen kadınların yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

#### **5.15. Evli Bireylerin Evli Olma Süresine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda evli bireylerin evli olma süresine göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bireyin yaşam döngüsünde yerini alan evlilikte evlilik süresince bireyin belli yaşam görevleriyle iç içe olduğu bilinmektedir. Evliliğin ilk yıllarında bir arada yaşama becerileri ve sorumlulukların paylaşımı gibi ev içi kurallarla iç içe olunan bir süreçten; ilerleyen yıllarda çocuk sahibi olma ve eş rolüne eklenen anne ve babalık rollerinin sorumluluklarının alındığı bir sürece, devamında ise çocukların büyümesi ve bunların getirdiği sorumluluklar derken evli olma süresi içerisinde baş edilmesi gereken farklı yaşam görevleri yerini bulmaktadır. Tüm bunların sonucunda ise evlilik süresine göre algılanan yaşam doyumunda anlamlı bir fark olmadığı düşünülmektedir.

Turgut (2016) araştırmasında evliliğin süresi arttıkça yaşam doyumun da arttığı sonucuna ulaşmıştır. Yıldırım ve Işık (2017) araştırmalarında evlilik süresi arttıkça yaşam doyumunun azaldığı sonucuna ulaşmıştır.

#### **5.16. Evli Bireylerin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Yaşam Doyumuna İlişkin Tartışma ve Yorum**

Yapılan analiz sonucunda evli bireylerin sahip oldukları çocuk sayısına göre yaşam doyumlarının anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmamıza katılan bireylerin büyük çoğunluğu tek veya iki çocuk sahibi olan aile

bireylerinden oluştuğundan; sahip olunan ocuk sayısına göre algılanan yaşam doyumunda anlamlı bir farklılık olmadığı söylenebilir.

Araştırma bulgularımızla örtüşen şekilde ağ ve Yıldırım (2013), Kirişoğlu (2016), Turgut (2016) araştırmalarında sahip olunan ocuk sayısının yaşam doyumunu puanlarını etkilemediğini ortaya koymuşlardır. Yıldız (2018) evli kadınlarla yaptığı araştırmasında az sayıda çocuğa sahip olan kadınların yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.



## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sonucunda elde edilen bulgular genel olarak değerlendirilmiş ve bu değerlendirmelerle bağlantılı olarak yapılacak araştırmalara ve müdahalelere yönelik önerilerde bulunulmuştur.

#### 6.1. Sonuç

Bireylerin bağlanma boyutlarına göre evlilik doyumları incelendiğinde; bağlanmaya ilişkin kaygı ve kaçınma değişkenlerinin her ikisinin de evlilik doyumunun anlamlı birer yordayıcısı oldukları, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanmanın her birinin evlilik doyumu ile negatif, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki içinde olduğu ortaya konulmuştur. Bağlanmanın güvensiz boyutunda bulunan kaygı ve kaçınma puanı arttıkça evlilik doyumu azalmaktadır.

Bireylerin bağlanma boyutlarına göre yaşam doyumları incelendiğinde; bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma boyutlarının birlikte, yaşam doyumu ile düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki içinde olduğunu ortaya koyulmuştur. Kaygılı bağlanma ile yaşam doyumu arasında negatif ve düşük düzeyde, kaçınan bağlanma ile yaşam doyumu arasında negatif orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde; kaçınan bağlanmanın yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, bağlanmaya ilişkin kaygı boyutunun ise yaşam doyumu üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Kaçınan bağlanma arttıkça yaşam doyumu azalmaktadır.

Bireylerin evlilik doyumunun yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığına dair yapılan incelemede; evlilik doyumunun yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu; evli bireylerin yaşam doyumuna ilişkin toplam varyansın % 17'sinin evlilik doyumuyla açıklandığı görülmektedir. Bireylerin evlilik doyumu arttıkça yaşam doyumları da artmaktadır.

Belirlenen demografik değişkenlere göre evlilik doyumu incelendiğinde; evlilik doyumunun cinsiyet, evli olma süresi, sahip olunan çocuk sayısına göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Ailenin aylık gelir düzeyine göre bireylerin evlilik doyumunun anlamlı farklılık gösterdiği; aylık geliri 7000-10000 ₺ olan evli bireylerin

evlilik doyumu puanlarının, aylık geliri 1000-3000 ₺ ve 3000-5000 ₺ olan evli bireylerin evlilik doyumlarından anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmektedir. Bireylerin evlilik biçimine göre evlilik doyumunun anlamlı farklılık gösterdiği; aşk evliliği yapan evli bireylerin evlilik doyumunun mantık evliliği ve görücü usulüyle evlenenlerin evlilik doyumundan anlamlı bir şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerin eğitim seviyesine göre evlilik doyumunun anlamlı şekilde farklılık gösterdiği; lisans mezunu evli bireylerin evlilik doyumunun, ön lisans mezunu evli bireylerin evlilik doyumundan anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur.

Belirlenen demografik değişkenlere göre yaşam doyumu incelendiğinde; yaşam doyumunun eğitim düzeyi, evlilik biçimi, evli olma süresi, sahip olunan çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerin cinsiyete göre yaşam doyumunun anlamlı farklılık gösterdiği; evli kadınların yaşam doyumlarının evli erkeklerin yaşam doyumlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ailenin aylık gelirine göre yaşam doyumunun anlamlı farklılık gösterdiği; aylık geliri 1000-3000 ₺ olan evli bireylerin yaşam doyumunun, aylık geliri 5001-7000 ₺, 7001-10000 ₺ ve 10000 ₺ üzerinde geliri olan evli bireylerin yaşam doyumundan anlamlı bir şekilde düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

## 6.2. Öneriler

Araştırmadan elde edilen bulgulardan yola çıkılarak; aşağıda uygulamalara ve bu konuda yapılacak olan araştırmalara yer verilmiştir.

### 6.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler

1. Psikoloji alanında evli çiftlerle çalışan profesyoneller süreçlerini devam ettirirken bağlanma boyutlarının evlilik ve yaşam doyumundaki yordayıcı rolünden yola çıkarak; bireylerin çocukluk yaşantılarının ve bağlanma örüntülerinin yetişkinlik dönemindeki ilişkilerine yansımalarını göz önünde bulundurabilir ve ilişki dinamiklerinde bağlanma stillerinin özelliklerini de dikkate alabilirler.
2. Evlilik alanında çalışan uzmanlar evlilik doyumu/doyumsuzluğunu değerlendirirken; ailenin aylık gelirinin, evlilik biçiminin, eğitim seviyesinin evlilik doyumuna olan etkisini göz önünde bulundurabilir.

3. Evlilik danışmanlığında çiftlerin evlilik doyumu/doyumsuzluğunun bireyin yaşam doyumuna olan etkisi dikkate alınabilir.
4. Okul öncesi eğitim kurumlarına başlama sürecinde öğrenci ve velilere yönelik bağlanma temelli çalışmalar yapılabilir. Ayrılık kaygısını farklı boyutlarda yaşayan okul öncesi çağ çocuklarının bağlanma öykülerine temas edilmesi ebeveyleerin farkındalık kazanmasına yardımcı olacaktır.
5. Gebelik döneminde anne ve baba adaylarına bağlanma boyutlarının önemi üzerine eğitici çalışmalar yapılarak; annelerin veya bebeğin bakımından sorumlu kimselerin ne denli önemli bir geleceğe yatırım aracı rolü gördüklerinin önemi vurgulanarak önleyici bir müdahalede bulunulabilir.
6. Evlilik öncesi danışmanlık sürecinde bağlanma boyutlarının evlilik ve yaşam doyumunu yordayıcı rolü profesyonellerce göz önünde bulundurulabilir.

#### **6.2.2. Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler**

1. Bağlanma boyutlarına ilişkin yapılacak olan araştırmalarda evli eşlerin çift olarak araştırmaya dahil edilmesi bağlanma stillerinin etkileşiminin eşlerin ilişki doyumuna olan etkisine yönelik sonuçlara ulaşılmasını sağlayabilir.
2. Evlilik doyumu araştırmalarında evlilik doyum ölçeğinin alt boyutları olan aile, cinsellik ve benlik alanları da analizlere dahil edilebilir.
3. Evlilik doyumu araştırmaları için evli eşlerin çift olarak araştırmaya katılımının sağlanması araştırmanın daha verimli sonuçlara ulaşmasını sağlayabilir.
4. Bağlanma boyutlarını içeren araştırmalarda; bebeklik döneminden ilerleyen yıllara yansıyan bir olgu olması nedeniyle boylamsal yöntemler işe koşulabilir.
5. Araştırmamızın katılımcıları en az lise mezunu olan evli bireylerden oluşmaktadır. Yapılacak olan diğer araştırmalarda ilkokul ve ortaokul mezunu olan bireyler de araştırmaya dahil edilebilir.
6. Araştırmamızda YIYE II envanterinden elde edilen bağlanma boyutları iki alt boyutta incelenmiştir. Yapılacak olan araştırmalarda ölçümlenen sonuçlar küme analizi yöntemiyle dörtlü bağlanma modeline dönüştürülebilir.

## KAYNAKÇA

- Acar, H. (1998). *Ankara'da sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme kurumu genel müdürlüğü'ne bağlı sosyal hizmetler kuruluşlarında çalışan üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Açık, Ö. (2008). *Evlilik uyumu ve bağlanma biçimleri arasındaki ilişki*, Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Adler, A. (2002). *Psikolojik Aktivite*. (B. Çorakçı, Çev.). 6. Baskı. İstanbul: Say Yayınları.
- Adler, A. (2003). *Yaşamın Anlam ve Amacı*. (K. Şipal, Çev.). 6. Baskı. İstanbul: Say Yayınları.
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Akar, H. (2005). *Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile, yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde; çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması*. Yayımlanmamış uzmanlık tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mahzar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, 12. Psikiyatri Birimi.
- Al Khatib, S. A. (2013). Satisfaction with life, self-esteem, gender and marital status as predictors of depressive symptoms among United Arab Emirates college students. *International Journal of Psychology and Counselling*, 5(3), 53-61.
- Altun, G. (2015). *Evli bireylerde bağlanma tarzları ve erken dönem uyum bozucu şemaların evlilik doyumu ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Anar B. (2011). *Evli ve çalışan yetişkinlerin toplumsal cinsiyet rolleri ile evlilik doyumu ve iş doyumu ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Arslan, S. (2015). *Anneye bağlanma ve örgütsel bağlılık arasındaki ilişkinin yaşam doyumu, öğrenilmiş çaresizlik ve minnettarlık aracı rolüyle incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Arslan, Y. (2017). *Çocukluk döneminde ebeveyn kaybı yaşayan bireylerde duygusal zekanın sosyal uyum ve yaşam doyumu arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.

- Avşaroğlu, S., Deniz, M. E. & Kahraman, A. (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14,115-129.
- Aydemir, H. ( 2013 ). *Özel Eğitim Alanında Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Bal, H. (2007). *Bağlanma stilleri, cinsiyet rolleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Banase, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 273-282.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-241.
- Bartholomew, K. & Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*, (pp. 25-45). New York: Guilford Press.
- Basat, Ç. (2004). *Cinsel doyumun, evlilik doyumu, kontrol odağı ve kendilik değeri üzerinden yordanması*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniveristesi, Ankara.
- Başaran, D. (2016). *Medeni durumun öğretmenlerin benlik saygısı ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Başer-Şeker, G. (2009). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Baştürk, E. (2016). *Obez bireylerde bağlanma stillerinin yaşam doyumu ve yeme tutumuna etkisi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Beaulieu-Pelletier, G., Philippe, F. L., Lecours, S., & Couture, S. (2011). The role of attachment avoidance in extradyadic sex. *Attachment & human development*, 13(3), 293-313.
- Berk, M. (2009). *Evli öğretmenlerin yükleme tarzları ve evlilik doyum algılarının bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Berne, E. (2001). *Hayat Denen Oyun*. 1. Baskı. İstanbul: Kariyer Yayıncılık.

- Beştav, F. G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma biçimleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Bildirici, A. (2016). *Evlilik süresinin, cinsel yaşama ve evlilik uyumuna etkisi ve sonuçların demografik özelliklere göre karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Botha, F. & Booysen, F. (2013). The relationship between marital status and life satisfaction among South African adults. *Acta Academica*, 45(2), 150-178.
- Botwin, M. D., Buss, D. M. & Shackelford, T. K. (1997). Personality and mate preferences: Five factors in mate selection and marital satisfaction. *Journal of Personality*, 65(1), 107-136.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol.1, Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol 2. Separation: Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol 3. Loss: Soddness and Depression*. New York: Basic Boks.
- Bowlby, J. (2013). *Bağlanma* (T. V. Soylu, Çev.). 2. Baskı. İstanbul: Pinhan Yayıncılık: 25
- Bowlby, J. (2014a). *Güvenli Bir Dayanak, Ebeveyn-Çocuk Bağlanması ve Sağlıklı İnsan Gelişimi* (S. Güneri, Çev.). 2. Baskı. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları: 84.
- Bowlby, J. (2014b). *Sevgi Bağlarının Kurulması ve Bozulması* (M. Kamer, Çev.). 2. Baskı. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları: 85.
- Bowlby, J. (2014c). *Ayrılma* (M. Günay, Çev.). 1. Baskı. İstanbul: Pinhan Yayıncılık: 60
- Bowlby, J. (2015). *Kaybetme* (N. Nirven & N. Diner, Çev.). 1. Baskı. İstanbul: Pinhan yayıncılık: 87
- Boysan, M. (2012). *Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması*. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Buğa, D. (2009). *Yakın ilişkilerde istikrar: Bağlanma stilleri ve toplumsal cinsiyet rolleri açısından bir karşılaştırma*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Bulut, N. (2016). Okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumu, stresle başa çıkma stratejileri ve olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (27).
- Butzer, B. & Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationships*, 15(1), 141-154.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). Sosyal Bilimler İçin Veri analizi El Kitabı. 1. Baskı Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyükaşahin, A. (2006). Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma biçimleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi. Yayımlanmamış doktora tezi, Ankara, Ankara Üniversitesi.
- Cassidy, J. & Shaver, P. (2008). Handbook of Attachment, Second Edition (1st ed.). New York: Guilford Publications.
- CETAD. (2006). “Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Araştırması”. *Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği Yayınları*, Ağustos.
- Chen, E., Brody, G. H., & Miller, G. E. (2017). Childhood close family relationships and health. *American Psychologist*, 72(6), 555.
- Chen, W., Zhang, D., Pan, Y., Hu, T., Liu, G. & Luo, S. (2017). Perceived social support and self-esteem as mediators of the relationship between parental attachment and life satisfaction among Chinese adolescents. *Personality and Individual Differences*, 108, 98–102.
- Cori, J. L. (2017). Var’olan Annenin Yokluğu. (E. Akay, Çev.). 10. Baskı. İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Curun, F. (2001). *Cinsiyetçilik, cinsiyet rolü yöneliminin ilişki doyumu üzerine etkileri*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Çağ, P. (2011). *Evli bireylerde eş desteği ve evlilik doyumu*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Çağ P. & Yıldırım İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23.
- Çağlak, D. R. (2017). *Fiziksel şiddet mağduru kadınlarda sosyal destek algısı, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.

- Çakır S. (2008). *Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana-babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çakmak-Tolan, Ö. (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması (Diyarbakır ili örneği)*. Doktora tezi. İnönü Üniversitesi. Malatya.
- Çamurlu-Keser, C. (2006). *Annenin bağlanma düzeyi ve çocuk yetiştirme sürecinin çocuğun bağlanma düzeyine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). *Bağlanma stilleri evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Çeçen D. (2017). *Yetişkinlerde bağlanma stilleri ile benlik saygısı ve sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4 (1), 19-30.
- Çeçen-Eroğul, A. R. & Dingiltepe, T. (2012). Parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyumunu düzeyleri ile yaşam kalite düzeylerinin karşılaştırılması. *İlköğretim Online*, 11(4), 1077-1086
- Çelik M. & Yazgan-İnanç B. (2009). Evlilik doyum ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18 (2), 247-269.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyumunu ölçeği geliştirme çalışması*. Doktora tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Çetinkaya, B. (2016). *Çalışanların pozitif duygulanım, başkalarına duyduğu güven ve yaşam doyumunu düzeylerinin iş motivasyonuna etkileri: Beklenti kuramı yaklaşımı*. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Çetinkaya, H. (2004). *Beden imgesi, beden organlarından memnuniyet, benlik saygısı, yaşam doyumunu ve sosyal karşılaştırma düzeyinin demografik değişkenlere göre farklılaşması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Çetinkaya, S. K. & Gençdoğan, B. (2014). The relationship between marital quality, attitudes towards gender roles and life satisfaction among the married individuals. *Psychology, Society, & Education*, Vol.6, N° 2, pp. 94-112.

- Çınar, L. (2008). *Evlilik doyumu: Cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Çiftçi, D. (2010). *Kişinin ebeveyn ilişkisi algısı ile yetişkinlik bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Çivilidağ, A. (2007). Okul psikolojik danışmanlarının psikolojik taciz ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 129-144.
- Dağlı A. & Baysal N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 0-0. DOI:10.17755/esosder.263229.
- Dede, F. (2015). *Lise öğrencilerinin çatışma çözme yaklaşımlarının bağlanma stilleri ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Demir, E. (2014). *Farklı denetim odağına sahip evli bireylerin evlilik doyumunun incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.
- Demirci, E. (2004). *Evlilikte bağlanma ve çatışmayı yönetmede bağlanma stillerinin etkisi*. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Demirkan, S. (2006). Özel sektördeki yöneticilerin ve çalışanların bağlanma stilleri, kontrol odağı, iş doyumu ve beş faktör kişilik özelliklerinin araştırılması. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Deniz, M. E. & Işık, E. (2010). Positive and negative affect, life satisfaction, and coping with stress by attachment styles in Turkish students. *Psychological Reports*, 107(2), 480-490.
- Deniz, M.E. (2006). Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk-utanç arasındaki ilişki. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22: 89-99.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Buletin*, 95 (3), 542-575.
- Diener, E. & Diener, M. (2009). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *In Culture and Well-being* (pp. 71-91). Springer, Dordrecht.

- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scala. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Doğrul, Ş. B. & Tekeli, S. (2010). İş-yaşam dengesinin sağlanmasında esnek çalışma. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*. 2 (2). ISSN: 1309 -8012 (Online).
- Döner, A. Ç. (2015). *Cinsel mitlerin, evlilik doyumu ve toplumsal cinsiyet rolleri arasındaki ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Schneier, F. R. & Liebowitz, M. R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1(4), 365.
- Erbek, E., Bestepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. & Alpan, R.L. (2005). Evlilik Uyumu. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 18 (1),39 - 47.
- Erden, A. D. (2016). *Kendini izleme tarzı, yakın ilişkilerde yaşanan kaygı ve algılanan eş davranışlarının evlilik doyumu üzerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Erden, Ş. (2014). *Farklı sosyokültürel ve ekonomik bağlamlarda yaşayan dört-altı yaş çocuklarının zihin kuramı ve bağlanma türleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Doktora tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Erdogan, S. (2007). *Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Uzmanlık tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Ertan, Ö. (2002). *Bağlanma stillerinin eş seçimi ile kritik ve kritik olmayan evlilik dönemlerindeki doyum üzerindeki rolü*. Yüksek lisans tezi, O.D.T.Ü., Ankara.
- Eskin, M. (2012). Evlilik terapisi için başvuran çiftlerin evlilik doyumu ve evlilik terapisiyle hakkındaki görüşleriyle ilişkili etmenler. *Klinik Psikiyatri*, 15(4), 226-237.
- Eşen, E. N. (2018). *Gebelikte ruhsal iyi oluş ve eş uyumunun fizyolojik iyi olma ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Feeney, J. A. (1994). Attachment style, communication patterns and satisfaction accross the life cycle of marriage. *Personal Relationships*, 4, 333-348.
- Feeney, J. A. (1996). Attachment, caregiving, and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 3(4), 401-416.
- Fındıklı, E.B. (2013). *Okul yöneticilerinin mizah tarzları ile yaşam doyumları arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.

- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisansüstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-23.
- Fincham, F. D. & Bradbury, T. N. (1987). The assessment of marital quality: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family*, 49(4), 797-809.
- Foucalt, M. (2010). *Cinselliğin tarihi*. (H. U. Tanrıöver, Çev.). 3. Baskı. İstanbul: Ayrıntı Yayınları: Ağır Kitaplar Dizisi.
- Fowers, B. J. (1991). His and her marriage: A multivariate study of gender and marital satisfaction. *Sex Roles*, 24(3-4), 209-221.
- Fraley, R. C. & Shaver, P. R. (1998). Airport separations: A naturalistic study of adult attachment dynamics in separating couples. *Journal of personality and Social Psychology*, 75(5), 1198.
- Fraley, R. C. & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132.
- Furman, W. & Flanagan, A. S. (1997). The influence of earlier relationships on marriage: An attachment perspective. In W. K. Halford & H. J. Markman (Eds.), *Clinical handbook of marriage and couples interventions* (pp. 179-202). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.
- Gallo, L. C. & Smith, T. W. (2001). Attachment style in marriage: Adjustment and responses to interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(2), 263-289.
- Geçin, G. (2016). *5-6 yaş çocukların bağlanma durumları ile okul uyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Gibson, L. C. (2017). *Olgunlaşmamış ebeveynlerin yetişkin çocukları*. (D. Boyraz, Çev.). 3. Baskı. İstanbul: Sola Yayınları.
- Gladding, S.T. (2002). *Family therapy. History, theory and practice*. Second Edition, Merrill Prentice Hall. SS.3-26.
- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. (1996). *Family therapy: An overview*. (4.Baskı.), CA: Brooks/Cole. SS.106-123.
- Gordon, T. (2004). *Etkili anababa eğitimi*. (E. Aksay, Çev.) 17. baskı. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Gottman, J. (1990). Finding the laws of close personal relationship. *Methods of Family Research*. C.1, SS. 249-263.

- Gottman, J. M. & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 47.
- Göçener, D. (2010). *Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiler*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolçülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Görgü, E. (2017). Okula devam eden 5-6 yaş grubu çocukların annelerinin bağlanma biçimleri, kişilik özellikleri ve çocukların bağlanma biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 186-209.
- Griffin, W.A. & Greene, S. M. (1999). *Bowen systems therapy. Models of family therapy: The essential guide*. SS.81-89. George H. Buchanan Co. Philadelphia.
- Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Fatih Üniversitesi, İstanbul.
- Gündoğdu-Aktürk, E. (2010). *Attachment figure transference, caregiving styles and marital satisfaction in arranged and love marriages*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Güngör, H. C. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme*. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Güngör, H. C. & İlhan, T. (2008). Evlilik uyumu ve mizah tarzları arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4(13), 97-106.
- Güren, A. S. (2017). *Evli ve çocuk sahibi çiftlerin evlilik uyumu, evlilik çatışması, yakın ilişki düzeyi ve yalnızlık düzeylerinin çocuk yetiştirme tutumları ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul.
- Gürsoy, Ç. (2004). *Kaygı ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Güven, N. & Sevim, S.A. (2007). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3 (28), 49-61.
- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Haley, J. (1988). *İletişim*. (A. Uzunöz, Çev.). 1. Baskı. Ankara: Çark Kitabevi Yayınları.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*, 33 (4), 313-328.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511 -524.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1990). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and social Psychology*, 59(2), 270.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22.
- Hendrick, S. S. (1981). Self-disclosure and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(6), 1150.
- Hinnen, C., Sanderman, R. & Sprangers, M. A. (2009). Adult attachment as mediator between recollections of childhood and satisfaction with life. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 16(1), 10-21.
- Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Hwang, K., Johnston, M. V. & Smith, J. K. (2009). Adult attachment styles and life satisfaction in individuals with physical disabilities. *Applied Research Quality Life*, 4, 295–310.
- İlaslan, Ö. (2009). *Çocukların bağlanma davranışlarının özlük niteliklerine ve anne bağlanma stillerine göre incelenmesi*. Doktora tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- İnci, S. (2014). *Aday öğretmenlerin duygusal zekâ ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale.
- Jensen, A.R. (1978). *Genetic and behavioral effects of nonrandom mating*. Human Variation: Biopsychology of Age, Race and Sex içinde. (Osborne, R. T.; Noble, N. Editörler.) SS. 51-151. Newyork: Academic.
- Kabasakal, Z. & Uz-Baş, A. (2013). Öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 27-35.
- Kahveci, G. A. (2016). *Evli çiftlerde evlilik uyumu, evlilik çatışma biçimi ve depresyon düzeylerinin değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.

- Kalkan, M. (2002). *Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi*. Doktora tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Kankotan, Z. Z. (2008). *Bağlanma boyutları, ilişki durumu ve cinsiyetin öznel iyi oluşun boyutları üzerindeki rolü*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Kantarcı, D. (2009). *Evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Karabulut-Uslu, S. (2017). *Çiftlerin bağlanma stilleriyle stresle başa çıkma tarzları ve benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Karahasanoğlu, G. (2016). *Üniversite öğrencilerinde aşka ilişkin tutumlar, kişilik özellikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin cinsiyet ve mevcut ilişki durumu bağlamında incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Karataş, Z. (2017). Bağlanma kuramı açısından kurum bakımının çocuklar üzerindeki etkileri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 10 (54), 867-875.
- Kaya, İ. (2003). *Evlilik uyumu ile çocuklardaki davranış problemleri arasındaki ilişkide çocuk yetiştirme tutumlarının rolü*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Kaykaç, F. E. (2018). *Premenstrüel sendrom ve yaşam doyumu ilişkisi: Farkındalığın biçimleyici rolü*. Yüksek lisans tezi, Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Kelly, E. L. & Conley, J. J. (1987). Personality and compatibility: a prospective analysis of marital stability and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 27.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., & Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 3(2).
- Kessler, H. & Yalom, I. D. (2006). *Evlilik terapisi*. (Y. Özkardeşler Şallı, Çev.). 1. Baskı. İstanbul: Prestij Yayınları.
- Kılıç, E. (2017). *Bağlanma biçimlerinin evlilik doyumu ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Kıvılcım, P. (2014). *Öğretmenlerde iş doyumu, özyeterlik inancı ve yaşam doyumu ilişkisinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Toros Üniversitesi, Mersin.

- Kirişoğlu, Ş. (2016). *Genç yetişkinlerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Kirkpatrick, L. A. & Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(3), 502.
- Kirkpatrick, L.A. & Shaver, P.R. (1992). An attachment-theoretical approach to romantic love and religious belief. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18: 266-275.
- Kirkpatrick, L.A. (1999). *Attachment and religious representations and behavior*. J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), In *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*, pp. 803-822, New York: The Guilford Press.
- Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 861–869.
- Kohn, J. L., Rholes, S. W., Simpson, J. A., Martin III, A. M., Tran, S. & Wilson, C. L. (2012). Changes in marital satisfaction across the transition to parenthood: The role of adult attachment orientations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(11), 1506-1522.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kublay, D. & Oktan, V. (2015). Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44).
- Kümbül-Güler, B. & Emeç, H. (2006). Yaşam memnuniyeti ve akademik başarıda iyimserlik etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(2), 129-149.
- Lee, E. J. (2003). The attachment system throughout the life course: Review and criticisms of attachment theory. Rochester, NY: Rochester Institute of Technology. <http://www.personalityresearch.org/papers/lee.html>
- Litzinger, S. & Gordon, K. C. (2005). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 31(5), 409-424.
- Lucas, R. E., Georgellis, Y., Clark, A. E. & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: Reactions to changes in marital status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 527–539.

- Ma, C. Q. & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the Schools*, 45(2), 177-190.
- Mammadova, A. (2016). *Çocuk cezaevindeki ergenlerle ailesiyle birlikte kalan ergenlerin yaşam doyumu ile umutsuzluk ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Marchand, J. F. (2004). Husbands' and wives' marital quality: The role of adult attachment orientations, depressive symptoms, and conflict resolution behaviors. *Attachment & Human Development*, 6(1), 99-112.
- Markestad, C. L., Montgomery, L.M. & Bartsch, R.A. (1998). Infertility and length of medical treatment effects on psychological, marital, and sexual functioning. *International Journal of Rehabilitation and Health*, 4(4), 233-243.
- Meyers, S. A. & Landsberger, S. A. (2002). Direct and indirect pathways between adult attachment style and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 9(2), 159-172.
- Mroczek, D. K. & Spiro III, A. (2005). Change in life satisfaction during adulthood: findings from the veterans affairs normative aging study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 189.
- Myers, D. & Diener, E. (1995). Who is happy. *American Psychological Society*, Vol. 6. No.1.p19.
- Nickerson, A. B. & Nagle, R. J. (2004). The influence of parent and peer attachments on life satisfaction in middle childhood and early adolescence. In *Quality-of-life research on children and adolescents* (pp. 35-60). Springer, Dordrecht.
- Özaydınlık, Ş. (2011). *Evli çiftlerin evlilik uyumu ile kişilik özellikleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Özbek, M. (2016). *Evli bireylerde yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşlarının çeşitli değişkenlerle incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Özdaş, İ. (2017). *Yetişkinlerde ait olma ihtiyacı, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Özen-Kapız, S. (2002). İş-aile yaşamı dengesi ve dengeye yönelik yeni bir yaklaşım: Sınır Teorisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(3), 139-153.

- Özer-Toğuşlu, M. (2014). *Evli bireylerde bağlanma stilleri ve cinsiyet rollerinin yükleme biçimini yordayıcı rolü*. Yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Özgen, F. (2012). *Ç.O.M.Ü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi*. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Spor Yöneticiliği Bölümü. Mezuniyet tezi.
- Özgür, H. (2014). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve flört davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Mardin örneği)*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Özkan, Ö. (2013). *İnternet kullanımı ile ilgili değişkenlerin cinsiyet, kişilik özellikleri, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özkaya, G. (2017). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile umutsuzluk ve yaşam doyumu arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Parker, R.A. & Scannell, E.D. (1998). Attachment and marital adjustment. *Australian Institute of Family Studies*, 51, 24-28.
- Perrone, K.M., Webb, L.K & Jackson, Z.V. (2007). Relationships between parental attachment, work and family roles and life satisfaction. *The Career Development Quarterly*, 55, 237-248.
- Pietromonaco, P. R. & Collins, N. L. (2017). Interpersonal mechanisms linking close relationships to health. *American Psychologist*, 72(6), 531.
- Pines, A. M. (2010). *Aşık olmak, sevgililerimizi neye göre seçeriz?*. (M. Yurdakuler Uluengin, Çev.). 2. Baskı. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Polat, D. (2006). *Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Pollard, S. E., Riggs, S. A. & Hook, J. N. (2014). Mutual influences in adult romantic attachment, religious coping, and marital adjustment. *Journal of Family Psychology*, 28(5), 615.
- Robertson, R., Shepherd, D. & Goedeke, S. (2014). Fighting like brother and sister: Sibling relationships and future adult romantic relationship quality. *Australian Psychologist*, 49(1), 37-43.
- Rollins, B. C. & Feldman, H. (1970). Marital satisfaction over the family life cycle. *Journal of Marriage and the Family*, 20-28.

- Sakarya, E. (2018). *Evli bireylerin evlilik uyum, yaşam memnuniyeti ve yaşam bağlılıkları arasındaki yordayıcı ilişkiler*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Salahur, E. (2010). *Üniversite öğrencilerinin geriye dönük olarak çocukluklarında algılamış oldukları ebeveyn kabul veya reddinin yetişkin bağlanma biçimleri ve depresif belirtiler ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Sardogan, M. E. (2014). Perceived influence of parenting styles over irrational belief in romantic relations. *Educational Research and Reviews*, 9(20), 913-919.
- Sarı, T. (2012). *Evli bireylerin ebeveyn algıları, otomatik düşünceleri ve bağlanma stillerinin evlilik doyumu ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Sarıbal, İ. (2017). *Kişilerarası ilişkilerin, duygu düzenleme güçlüğüne ve kaygının bağlanma stilleri ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Sarıdemir, T. (2015). *Öğretmenlerin algılarına göre okul müdürlerinin liderlik stillerinin ve bazı kişisel değişkenlerin öğretmenlerin yaşam doyumu üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Satir, V. (2001). *İnsan Yaratmak*. (S. Yeniçeri, Çev.). 1. Baskı. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Satir, V. (2017). *Temel Aile Terapisi*. (S. Yeniçeri, Çev.). 2. Baskı. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Saxton, L. (1982), *Marriage. The Nature of Marriage, The Individual, Marriage, and the Family*. (5.Baskı). Wadsworth Publishing Company Belmont, California A Division of Wadsworth, Inc. SS. 216-224.
- Schmitt, D. P. (2003). Are men universally more dismissing than women? Gender differences in romantic attachment across 62 cultural regions. *Personal Relationships*, 10 (3), 307-331.
- Schwarz, N. & Clore, G. L. (1983). Mood, misattribution, and judgments of well-being: informative and directive functions of affective states. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(3), 513.
- Selçuk, E., Günaydın G., Sümer N. & Uysal A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları açısından yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*. 8 (16), 1-11.
- Seligman, M.P. (2007). *Gerçek Mutluluk*. (S. Kunt, Çev.) Ankara: Hyb Yayınları.

- Sevim, A. (2018). *Yetişkinlerde cinsel bağımlılık, erken dönem uyumsuz şemalar ve yaşam doyumu ilişkileri*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Seyfi, S. (2017). *Evli Bireylerin Aldatma Eğilimleri ve Affetme Düzeylerinin Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Sezer, Ö. (2005). Kadınların Uyum Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (23),87-98.
- Shapiro, A. F., Gottman, J. M., & Carrere, S. (2000). The baby and the marriage: Identifying factors that buffer against decline in marital satisfaction after the first baby arrives. *Journal of family psychology*, 14(1), 59.
- Shahyad, S., Besharat, M. A., Asadi, M., ShirAlipour, A., & MirnaderMiri. (2011). The Relation of Attachment and perceived social support with Life Satisfaction: Structural Equation Model. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 952-956.
- Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*, 31, 143-157.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of personality and social psychology*, 59(5), 971.
- Soğancı, D. (2017). *Bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Sokolski, D.M. & Hendrick, S.S. (1999). Marital satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 26(1), 39-49.
- Soyer, A. (2006). *An Exploration of Masculinity, Femininity, Sexual Fantasy and Masturbation as Predictors of Marital satistaftion*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniveristesi, Ankara.
- Soylu, Y. & Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43).
- Soylu, Y. & Kabasakal, Z. (2016). Evli kadınların yaşam doyumunun evlilik doyumu ve çalışma durumu ile ilişkilerinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5 (4), Makale No: 22 ISSN: 2146-9199.
- Spainer, G. B. & Lewis, R. A. (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and The Family*, 42, 825-839.

- Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34(8), 1419-1429.
- Sümer, N. & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleminde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71 – 106.
- Sümer, N. (2006). Bağlanma kuramının farklı alanlara etkileri ve kültürlerarası geçerliği (konferans). XII. Ulusal Psikoloji Kongresi, ODTÜ: Ankara.
- Sümer, S. (2017). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Şendil, G. & Korkut, Y. (2008). Evli Çiftlerdeki Çift Uyum ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 28, 15-34.
- Şener, A. (2009). Yaşlılık, yaşam doyumu ve boş zaman faaliyetleri. *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-dergisi*, 1-18.
- Şener, A. & Terzioğlu, R. S. (2002). Ailede eşler arasında uyuma etki eden faktörlerin araştırılması. *T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları*, Ankara.
- Taş, İ. (2011). *Öğretmenlerde yaşamın anlamı yaşam doyumu sosyal karşılaştırma ve iç-dış kontrol odağının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Taş, Y. (2016). *Evli bireylerde yaşanan çatışmalar, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Tepeli-Temiz, Z. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimik özellikleri arasındaki ilişkide benlik saygısının rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul.
- Terry, J. & Kottman, M. (1995). Working With Families. Guidance and Counseling In The Elementary and Middle Schools. *Brown ve Benchmark Publishers*, ss. 254-281.
- Tezer, E. (1994). Evlilik ve İş Doyumu İlişkisi: İkili Çatışmalar ve Bazı Demografik Değişkenlerin Rolü. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(1), 1-12.

- Tezer, E. (1996). Evlilik İlişkisinden Sağlanan Doyum: Evlilik Yaşamı Ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (7).
- Tomrukçu, Ç. (2010). Özel ve kamuya ait ilköğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin yaşam ve iş doyumu düzeyleri. Yüksek lisans tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Trudel, G. (2002). Sexuality and marital life: Results of a survey. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 28(3), 229-249.
- Tuncer, N. (2017). *Bir grup üniversite öğrencisinin sosyal anksiyete düzeylerine göre bilinçli farkındalık ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Turanlı, P. (2010). *Orta Yetişkinlikte Evlilik Uyumu ile Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Saptanması*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Turgut, İ. (2016). *Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Tutarel-Kışlak, Ş. & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 5(5).
- Tutarel-Kışlak, S. ve Çavuşoğlu, S. (2006). Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3 (8), 61- 67.
- Tutarel-Kışlak, Ş. & Göztepe, I. (2017). Duygu Dışavurumu, Empati, Depresyon ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3 (2).
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(2), 132-142.
- Tümlü, G. Ü. & Recepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science*, 3(3), 205-213.
- Twenge, J. M., Campbell, W. K. & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: a meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 574-583.

- Uluyol, F., (2014). *Bağlanma örüntüleri, eşe yönelik kişilerarası şemalar ve evlilik sorunlarıyla başa çıkabilme düzeyleri arasındaki ilişkiler*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Uz-Baş, A. (2011). Investigating levels and predictors of life satisfaction among prospective teachers. *Eğitim Araştırmaları-Eurasian Journal of Educational Research*, (44), 71-88.
- Uzel, A. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisinde çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Uzun, K. N. (2017). *Bağlanma stilleri ile evlilikte ilişki istikrarı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul.
- Ünal, S., Karlıdağ, R. & Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyum düzeylerinin yaşam doyum düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(2), 113-118.
- Ünal, A. Ö. & Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 2(3), 46-63.
- Üncü, S. (2007). *Duygusal zeka ve evlilik doyum ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Ünlü, F. (2015). *Ebeveyni boşanmış bireylerde benlik saygısı, yalnızlık ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Ünüvar, S., Avşaroğlu, S. & Uslu, M. (2012). An evaluation of optimism and life satisfaction of undergraduate students in the school of tourism and hotel management. *Asian Social Science*, 8(12), 140-147.
- Vareschi, C. G. & Bursik, K. (2005). Attachment style differences in the parental interactions and adaptation patterns of divorcing parents. *Journal of Divorce & Remarriage*, 42(3-4), 15-32.
- Vergili, M. (2018). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma biçimleri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J. & Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. *Child Development*, 71(3), 684-689.

- Wei, M., Shaffer, P. A., Young, S. K. & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: The mediation role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 591.
- Wolff, S. (2002). Problem Çocuklar, Stres Altındaki Çocukları Tedavi Etme Yönetmeleri. (A. Oral & S. Kara, Çev.). 5. Baskı. İstanbul: Say Yayınları.
- Wright, S. L. & Perrone, K. M. (2010). An examination of the role of attachment and efficacy in life satisfaction. *The Counseling Psychologist*, 38(6), 796-823.
- Yaman-Karakoyun, S. (2014). *Kurum bakımı deneyimi olan yetişkinlerin adil dünya inançları ve bağlanma stillerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Yaşar, F. (2009). *İlköğretime devam eden öğrencilerin anne-çocuk ilişkisini kabul ve reddedici algılama düzeyinin annenin evlilik doyumu ve evlilik uyumu düzeyiyle ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Yavuz, Ç. (2006). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinde öznel iyi olma hali, psikiyatrik belirtiler ve bazı kişilik özellikleri: Karşılaştırmalı bir çalışma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Yelpaze, H. Ö. (2018). *Şizofrenide bağlanma boyutları, içgörü ve klinik değişkenlerle ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Yeşiltepe, S. S., & Çelik, M. (2014). Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi olma ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 13(3).
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Yetim Ü. (2001). *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*, Bağlam Yayınları İstanbul.
- Yıldırım, B. (2017). *Bağlanma stilleri, kişilik faktörleri, sosyal karşılaştırma ve onay arayıcılık değişkenlerinin romantik ilişki içerikli obsesif kompulsif semptomlar üzerinde etkisi*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Yıldırım, İ. (1993). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki evli bireylerin uyum düzeyleri. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1(4), 23-29.
- Yıldırım, H. & Işık, K. (2017). Çalışmayan evli kadınların sosyal destek düzeyleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişki ve etkileyen faktörler. *Konuralp Tıp Dergisi*, 9(2), 124-128.
- Yıldız, A. (2013). *Anne baba tutumları ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Fatih Üniversitesi, İstanbul.

- Yıldız, M. (2012). Bağlanma kuramı açısından yaşlılık dönemine genel bir bakış. *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 36(1), 1-30.
- Yıldız, M. A. & Baytemir, K. (2016). Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1). 67-80.
- Yıldız, L. (2018). *Çalışan ve çalışmayan evli kadınların mutluluk düzeyleri ile evlilik ve yaşam doyumlarının incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4 (1), 1-13.
- Yılmaz, E., & Aslan, H. (2013). Öğretmenlerin iş yerindeki yalnızlıkları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3(3), 59-69.
- Yılmaz, M. (2015). *Evli bireylerin bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Yüksel, Ö. & Dağ, İ. (2015). Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26 (3), 181-8.

## EKLER

### Ek 1. Yönerge

#### YÖNERGE

Değerli Katılımcı;

Bu çalışmanın amacı; “Evli Bireylerde Bağlanma Boyutları, Evlilik Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisinin” araştırılmasıdır. Araştırma kapsamında elde edilen bulgular kimlik belirtilmeden grup olarak incelenecek, yüksek lisans tezi kapsamında ve bilimsel yayınlarda kullanılacaktır.

Elinizde 10 sorudan oluşan Kişisel Bilgi Formu, 5 maddeden oluşan Yaşam Doyumu Ölçeği, 13 maddeden oluşan Evlilik Doyum Ölçeği ve 36 maddeden oluşan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri bulunmaktadır.

Anket sorularına doğru olarak cevap vermeniz bu araştırmanın bulgularının kullanılacağı bilimsel temelli çalışmalar için çok önemlidir. **Araştırmanın amacına ulaşabilmesi için sizden; açıklamaları ve soruları dikkatlice okumanız, cevapları özenle seçmeniz ve hiçbir soruyu cevapsız bırakmamanız istenmektedir.** Samimi olarak vereceğiniz cevaplarla araştırmama yaptığınız katkı için teşekkür ederim.

Zeliha YANAR GÜNGÖR

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Ana Bilim Dalı

**Ek 2. Kişisel Bilgi Formu****Kişisel Bilgi Formu****1. Yaşınız**

20-25 ( )      26-30 ( )      31-35 ( )  
 36-40 ( )      41- 45 ( )      46+ ( )

**2. Cinsiyetiniz?**

Kadın ( )      Erkek ( )

**3. Eğitim durumunuz**

Lise ( )  
 Önlisans ( )  
 Lisans ( )  
 Yüksek Lisans ( )

**4. Mesleğiniz (.....)****5. Mesleğinizde kaçınıcı yılınız?**

0-5 ( )      6-10 ( )      11-15 ( )  
 16-20 ( )      21-25 ( )      26 +( )

**6. Ailenizin toplam aylık geliri**

1000-3000 ( )      3001-5000 ( )      5001-7000 ( )  
 7001-10000( )      10000 üzeri ( )

**7. Evlilik biçiminiz**

Görücü usulü ( )      Mantık Evliliği ( )      Aşk evliliği ( )

**8. Kaç yıllık evlisiniz?**

1-5 ( )      6-10 ( )      11-15 ( )  
 16-20 ( )      20+ ( )

**9. Çocuğunuz var mı?**

Evet ( ) Hayır ( )

**10. Kaç çocuğunuz var?**

1( )    2 ( )    3 ( )    4 ( )    4 + ( )

### Ek 3. Yaşam Doyumu Ölçeği

#### Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

Aşağıda beş cümle ve her bir cümlenin yanında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1’den 5’e kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümlenin yanındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak işaretleyiniz. Bu şekilde beş cümlenin sadece birine (X) işareti koyarak cevaplarınızı veriniz.

|   | MADDELER                                                                  | Hiç katılmıyorum (1) | Çok az katılmıyorum (2) | Orta düzeyde katılmıyorum (3) | Büyük oranda katılmıyorum (4) | Tamamen katılmıyorum (5) |
|---|---------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| 1 | İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.                                    | 1                    | 2                       | 3                             | 4                             | 5                        |
| 2 | Yaşam koşullarım mükemmeldir.                                             | 1                    | 2                       | 3                             | 4                             | 5                        |
| 3 | Yaşamımdan memnunum.                                                      | 1                    | 2                       | 3                             | 4                             | 5                        |
| 4 | Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.              | 1                    | 2                       | 3                             | 4                             | 5                        |
| 5 | Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim. | 1                    | 2                       | 3                             | 4                             | 5                        |

#### Ek 4. Evlilik Doyumu Ölçeği

##### Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ)

| Aşağıda evlilik ilişkiniz ile ilgili bir takım ifadeler bulunmaktadır. Her ifadeyi dikkatlice okuduktan sonra yanındaki kutularda bulunan seçeneklerden size uygun olan seçeneği (X) ile işaretleyiniz lütfen hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız. İçten ve doğru verdiğiniz yanıtlar için teşekkür ederiz. |                                                                                | Bana hiç uygun değil | Bana uygun değil | Bana biraz uygun | Bana uygun | Bana tamamen uygun |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------|------------------|------------|--------------------|
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Eşimin bana değer vermediğini hissediyorum.                                    | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Ailelerimizin evliliğimize müdahale etmeleri ilişkimizi olumsuz etkiliyor.     | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Eşimin bedenini iyi tanırım.                                                   | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Eşim cinsel açıdan yeterlidir.                                                 | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Eşimin anne ve babasına evliliğinden daha çok önem vermesi beni mutsuz ediyor. | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Eşimle olan cinsel yaşamımda ön sevişme önemli bir yer tutuyor                 | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Cinsel yönden eşimle uyumluyum                                                 | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Eşimin bana güven duymadığını düşünüyorum.                                     | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Eşimle her ikimizde cinsel doyuma ulaşıyoruz                                   | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Bir topluluk içinde eşim beni komik duruma düşürür.                            | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 11                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Eşimin ailesi ile birlikte yaşamak benim için bir kâbustur.                    | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Eşimin ailesinin etkisinde kalması evlilik ilişkimizi kötü etkiliyor           | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |
| 13                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Eşimin ailesine hayır diyememesi beni mutsuz ediyor.                           | 1                    | 2                | 3                | 4          | 5                  |

## Ek 5. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YIYE II)

### Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (Experiences in Close Relationships-Revised) (YIYE-II)

Aşağıdaki maddeler eş ilişkinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Hiç Katılmıyorum

Kararsızım/Fikrim yok

Tamamen

Katılıyorum

|     | MADDELER                                                                                       | Kesinlikle Katılmıyorum | Katılmıyorum | Biraz Katılmıyorum | Kararsızım/Fikrim Yok | Biraz Katılıyorum | Katılıyorum | Kesinlikle Katılıyorum |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------|--------------------|-----------------------|-------------------|-------------|------------------------|
| 1.  | Eşimin sevgisini kaybetmekten korkarım.                                                        | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 2.  | Gerçekte ne hissettiğimi eşime göstermemeyi tercih ederim.                                     | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 3.  | Sıklıkla, eşimin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.                         | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 4.  | Özel duygu ve düşüncelerimi eşimle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.               | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 5.  | Sıklıkla, eşimin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.                                 | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 6.  | Eşime güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.                           | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 7.  | Eşimin beni, benim onu önemseydiğim kadar önemsemeyeceğinden endişe duyarım.                   | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 8.  | Eşime yakın olma konusunda çok rahatımdır.                                                     | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 9.  | Sıklıkla, eşimin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim. | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 10. | Eşime açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.                                                | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 11. | Duygusal ilişkilerimi kafama çok takarım.                                                      | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 12. | Eşime fazla yakın olmamayı tercih ederim.                                                      | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 13. | Benden uzakta olduğunda, eşimin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.            | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 14. | Eşim benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.                                  | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |
| 15. | Eşime duygularımı gösterdiğimde, onun benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.     | 1                       | 2            | 3                  | 4                     | 5                 | 6           | 7                      |

|     | <b>MADDELER</b>                                                            | <b>Kesinlikle Katılmıyorum</b> | <b>Katılmıyorum</b> | <b>Biraz Katılmıyorum</b> | <b>Kararsızım/Fikrim Yok</b> | <b>Biraz Katılıyorum</b> | <b>Katılıyorum</b> | <b>Kesinlikle Katılıyorum</b> |
|-----|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------|--------------------|-------------------------------|
| 16. | Eşimle kolayca yakınlaşabilirim.                                           | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 17. | Eşimin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.                            | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 18. | Eşimle yakınlaşmak bana zor gelmez.                                        | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 19. | Eşim kendimden şüphe etmeme neden olur.                                    | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 20. | Genellikle, eşimle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.                  | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 21. | Terk edilmekten pek korkmam.                                               | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 22. | Zor zamanlarımda, eşimden yardım istemek bana iyi gelir.                   | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 23. | Eşimin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.     | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 24. | Eşime hemen hemen her şeyi anlatırım.                                      | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 25. | Eşim bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirir.                 | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 26. | Başımdan geçenleri eşimle konuşurum.                                       | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 27. | Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.                | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 28. | Eşim benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.                        | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 29. | Eşim beni yakından tanıdıkça, “gerçek ben”den hoşlanmayacağından korkarım. | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 30. | Eşime güvenip inanma konusunda rahatımdır.                                 | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 31. | Eşimden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkeliendirir    | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 32. | Eşime güvenip inanmak benim için kolaydır.                                 | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 33. | Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım                            | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 34. | Eşime şefkat göstermek benim için kolaydır.                                | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 35. | Eşim beni sadece kızgın olduğumda önemser.                                 | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |
| 36. | Eşim beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.                                | 1                              | 2                   | 3                         | 4                            | 5                        | 6                  | 7                             |

## ÖZGEÇMİŞ

### KİŞİSEL BİLGİLER

**Adı Soyadı:** Zeliha YANAR GÜNGÖR

**Doğum Yeri ve Tarihi:** Tarsus/28.08.1984

**Telefon:** 0507 708 36 79

**E-mail:** [zelihayanargungor@gmail.com](mailto:zelihayanargungor@gmail.com)

### ÖĞRENİM DURUMU

**2013-2019:** Yüksek Lisans, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Adana.

**2004-2007:** Lisans, Mersin Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı, Mersin.

**2003-2004:** Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı, Bolu.

**1999-2003:** Tarsus Abdülkerim Bengi Anadolu Lisesi

**1996-1999:** Tarsus Kasım Ekenler Ortaokulu

**1991-1996:** Tarsus Sadık Eliyeşil İlkokulu

### İŞ DENEYİMİ

**2007-2008:** Aksaray/Gülağaç Saratlı İlköğretim Okulu, Okul Psikolojik Danışmanı

**2008-2009:** Gaziantep/Şahinbey Kazım Karabekir İlköğretim Okulu, Okul Psikolojik Danışmanı

**2009-2010:** Adana/İmamoğlu Cumhuriyet İlköğretim Okulu, Okul Psikolojik Danışmanı

**2010-2012:** Adana/Yüreğir Kazım Karabekir İlköğretim Okulu, Okul Psikolojik Danışmanı

**2012-2013:** Adana Yüreğir Rehberlik ve Araştırma Merkezi, PDR Bölüm Başkanı

**2013-2014:** Adana Seyhan Rehberlik ve Araştırma Merkezi, PDR Bölüm Başkanı

**2014-.....:** Adana/Çukurova Kurttepe Şehit Ali Öztas Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Okul Psikolojik Danışmanı

**2015-.....:** Adana/Çukurova Özel Açelya Anaokulu, Kurumsal Danışmanlık

**2018-.....:** Post-Modern Psikolojik Danışma Yaklaşımları Derneği (Kurucu), Psikoterapist