



T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

**EVLİ BİREYLERİN KULLANDIKLARI SAVUNMA MEKANİZMALARI
İLE EVLİLİK DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÖZGE NAMLI

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ Z. GÜLDEN BİLAL

ANKARA

2024

T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

**EVLİ BİREYLERİN KULLANDIKLARI SAVUNMA
MEKANİZMALARI İLE EVLİLİK DOYUMLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÖZGE NAMLI

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ Z. GÜLDEN BİLAL

ANKARA

2024

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kâğıt ve elektronik kopyalarının Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

†Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

30.01.2024

Özge NAMLI

TEŞEKKÜR

Bu çalışma Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında “Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları ve Evlilik Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans tezi olarak hazırlanmıştır.

Tez danışmanlığımı kabul eden ve tez sürecim boyunca yardımlarını esirgemeyen değerli danışman hocam Sayın Dr. Öğretim Üyesi Zeliha Gülden BİLAL’e çok teşekkür ederim. Jürimde yer alan ve yönlendirmeleriyle tezimin son halini almasına katkıda bulunarak yol gösteren başta Doç. Dr. Aslıhan Erman ASLANOĞLU olmak üzere; Dr. Öğretim Üyesi Huri Gül BAYRAM GÜLAÇTI ve Dr. Öğretim Üyesi Başak KARATEKE hocalarıma teşekkür eder, saygılarımı sunarım.

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik lisans dönemimde tanıdığım, tecrübeleri ve bilgileriyle gerek öğrencilik gerek mesleki hayatımda bende yeri çok değerli ve yakın zamanda kendisini kaybetmenin üzüntüsünü yaşadığımız Psikoloji alanındaki kıymetli hocam Prof. Dr. Doğan KÖKDEMİR’e teşekkür ederim.

Hayatımın her anında yanımda olan, manevi desteğini her zaman hissettiğim değerli annem Meral AYGÜNEŞ’e ve tez çalışmamın her aşamasında desteğini esirgemeyen, kendisinden birçok şey öğrendiğim sevgili eşim Kaan NAMLI’YA en içten teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

NAMLI, Özge. Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları ve Evlilik Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2023.

Araştırmanın amacı, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evlilik doyumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu araştırma, ilişkisel tarama modeli ile yapılmıştır. Araştırma, Ankara’da yaşayan 23-62 yaş arası 457 evli bireyin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Kişisel Bilgi Formu, Savunma Biçimleri Testi ve Evlilik Doyum Ölçeği kullanılarak veriler toplanmıştır. Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evlilik doyumları arasındaki ilişki Pearson Korelasyon katsayısı ile analiz edilmiştir. Elde edilen verilere göre evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evlilik doyumları arasında negatif yönlü düşük bir ilişki olduğu bulunmuştur. Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ve evlilik doyumları cinsiyet, çalışma durumu ve evlenme biçimi değişkenlerine göre bağımsız örneklem t-testi ile yaş, eğitim düzeyi, aylık kazanç, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri ANOVA analizi ile incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları cinsiyet, eğitim düzeyi ve aylık kazançta göre değerlendirildiğinde anlamlı fark gösterdiği ortaya çıkmıştır. Savunma mekanizmalarının evli bireylerin cinsiyetine göre karşılaştırılmasında sadece nevrotik alt boyut savunma biçimlerinin cinsiyete göre anlamlı fark göstermediği bulunmuştur. Kadınların nevrotik savunma mekanizmalarının erkeklerin nevrotik savunma mekanizmalarına göre anlamlı fark gösterdiği sonucu elde edilmiştir. İlâveten, evli bireylerin evlilik doyumları, yaş, aylık kazanç ve evlenme biçimine göre anlamlı fark göstermiştir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu analiz etmek amacıyla Bonferroni Çoklu Karşılaştırma kullanılmıştır. Alan yazın kapsamında bulgular paylaşılmış, tartışılmış, yorumlanmış; çalışmanın katkıları, eksiklikleri ve öneriler sunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Evli Bireyler, Savunma Mekanizmaları, Evlilik Doyumu

ABSTRACT

NAMLI, Özge. Examining the Relationship Between the Defense Mechanisms Used by Married Individuals and Their Marital Satisfaction, Master's Thesis, Ankara, 2023.

The aim of the research is to examine the relationship between the defense mechanisms used by married individuals and their marital satisfaction. This research was conducted with the relational screening model. The research was conducted with the participation of 457 married individuals aged 23-62 living in Ankara. Data were collected using the Personal Information Form, Defense Styles Test and Marital Satisfaction Scale. The relationship between the defense mechanisms used by married individuals and their marital satisfaction was analyzed with the Pearson Correlation coefficient. According to the data obtained, it was found that there was a low negative relationship between the defense mechanisms used by married individuals and their marital satisfaction. The defense mechanisms used by married individuals and their marital satisfaction were examined by independent sample t-test according to the variables of gender, employment status and marriage type, and the variables of age, education level, monthly earnings, marriage duration and number of children were examined by ANOVA analysis. According to the analysis results, it was revealed that the defense mechanisms used by married individuals showed significant differences when evaluated according to gender, education level and monthly earnings. When comparing the defense mechanisms of married individuals according to their gender, it was found that only the neurotic sub-dimension defense styles did not show a significant difference according to gender. It was concluded that women's neurotic defense mechanisms differ significantly from men's neurotic defense mechanisms. In addition, marital satisfaction of married individuals showed significant differences according to age, monthly earnings and marriage type. Bonferroni Multiple Comparison was used to analyze which groups the difference was between. Within the scope of this thesis, findings are discussed and interpreted; contributions, shortcomings and suggestions are presented.

Key Words: Married Individuals, Defense Mechanisms, Marital Satisfaction

İÇİNDEKİLER

Sayfa No:

BİLDİRİM	i
TEŞEKKÜR	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR DİZİNİ	x
TABLolar DİZİNİ	xi
ŞEKİLLER DİZİNİ	xiii
GİRİŞ	1
1. BÖLÜM	9
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
1.1. Evlilik	9
1.1.1. Evlilikle İlgili Kuram ve Yaklaşımlar	10
1.1.1.1. Sevginin Evrimi Kuramı	10
1.1.1.2. Evlilikte Yükleme Kuramı	11
1.1.1.3. Sosyal Mübadele Kuramı.....	11
1.1.1.4. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	12
1.1.1.5. Psikodinamik Model	12
1.1.1.6. Bağlanma Kuramı	13
1.1.1.7. Kişiler Arası Sosyal Biliş Kuramı	14
1.2. Evlilik Doyumu	14
1.2.1. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler	15
1.3. Savunma Mekanizmaları	20
1.3.1. Savunma Mekanizmaları Tanımı	20
1.3.2. Savunma Mekanizmalarının Görevleri	21

2. BÖLÜM.....	46
YÖNTEM.....	46
2.1. Araştırmanın Modeli	46
2.2. Çalışma Grubu.....	46
2.3. Veri Toplama Araçları.....	49
2.3.1. Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ)	50
2.3.2. Savunma Biçimleri Testi (SBT).....	50
2.3.3. Kişisel Bilgi Formu	51
2.4. Veri Toplama İşlemi.....	52
2.5. Verilerin Analizi.....	52
2.5.1. Araştırmanın Birinci Amacına İlişkin Analizler	52
2.5.2. Araştırmanın İkinci Amacına İlişkin Analizler	55
3. BÖLÜM.....	58
BULGULAR	58
3.1. Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişkiye İlişkin Bulgular	58
3.2. Araştırmanın Birinci Amacına İlişkin Bulgular	59
3.2.1. Evli Bireylerin Yaş Değişkenine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizmaları.....	59
3.2.2. Evli Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizmaları.....	60
3.2.3. Evli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması	60
3.2.4. Evli Bireylerin Çalışma Durumuna Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması	61
3.2.5. Evli Bireylerin Aylık Kazanca Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması	61
3.2.6. Evli Bireylerin Evlilik Süresine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması	62
3.2.7. Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması	62

3.2.8. Evli Bireylerin Evlenme Biçimine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması	63
3.3. Araştırmanın İkinci Amacına İlişkin Bulgular	63
3.3.1. Evli Bireylerin Yaş Değişkenine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi.....	63
3.3.2. Evli Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi	64
3.3.3. Evli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi	65
3.3.4. Evli Bireylerin Çalışma Durumuna Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi	65
3.3.5. Evli Bireylerin Aylık Kazanca Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi	66
3.3.6. Evli Bireylerin Evlilik Süresine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi	66
3.3.7. Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi	67
3.3.8. Evli Bireylerin Evlenme Biçimine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi	67
4.BÖLÜM.....	68
TARTIŞMA VE YORUM.....	68
4.1. Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişkiye Yönelik Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	68
4.2. Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmalarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu.....	69
4.3. Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu.....	71
SONUÇ.....	75
KAYNAKÇA	80
EKLER.....	95
EK-1. Kişisel Bilgi Formu.....	95
EK-2. Ölçek Kullanım İzinleri	97
EK-3. Etik Kurul Onayı.....	98



KISALTMALAR DİZİNİ

SBT	:Savunma Biçimleri Testi
EDÖ	:Evlilik Doyum Ölçeği
TÜİK	:Türk İstatistik Kurumu



TABLolar DİZİNİ

Sayfa No:

Tablo 1. Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Yaşlarına Göre Sayısal Dağılımları	47
Tablo 2. Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımları	47
Tablo 3. Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları	47
Tablo 4. Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Çalışma Durumlarına Göre Dağılımları ...	48
Tablo 5. Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Aylık Gelir Durumlarına Göre Dağılımları	48
Tablo 6. Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Evlilik Süresine Göre Dağılımları	48
Tablo 7. Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Dağılımları	49
Tablo 8. Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Evlenme Biçimine Göre Dağılımları	49
Tablo 9. SBT ve Alt Boyutları Çarpıklık Basıklık Katsayıları	54
Tablo 10. SBT Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları	55
Tablo 11. EDÖ Puanlarının Çarpıklık Basıklık Katsayıları	56
Tablo 12. EDÖ Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları	57
Tablo 13. Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları Testi (SBT) ve Evlilik Doyumları Ölçeği (EDÖ) Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon	58
Tablo 14. Yaş ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları	59
Tablo 15. Cinsiyet ve SBT'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları	60
Tablo 16. Eğitim Düzeyi ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları	60
Tablo 17. Çalışma Durumu ve SBT'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları	61
Tablo 18. Aylık Kazanç ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları	61
Tablo 19. Evlilik Süresi ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları	62
Tablo 20. Çocuk Sayısı ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları	62
Tablo 21. Evlenme Biçimi ve SBT'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları	63
Tablo 22. Yaş ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Sonuçları	64
Tablo 23. Cinsiyet ve EDÖ'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları	64
Tablo 24. Eğitim Düzeyi ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları	65

Tablo 25. Çalışma Durumu ve EDÖ'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları	65
Tablo 26. Aylık Kazanç ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Sonuçları	66
Tablo 27. Evlilik Süresi ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları.....	66
Tablo 28. Çocuk Sayısı ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları	67
Tablo 29. Evlenme Biçimi ve EDÖ'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları.....	67



ŞEKİLLER DİZİNİ

Sayfa No:

Şekil 1. SBT Puanlarına İlişkin Normallik Diyagramı	54
Şekil 2. EDÖ Puanlarına İlişkin Normallik Diyagramı	56



GİRİŞ

Bu bölümde ilk olarak araştırmaya ilişkin probleme yer verilmiştir. Ardından araştırmanın amacı ve önemi ile ilgili bilgi verilmiş, sayıtlılar, sınırlılıklar ve araştırmada yer alan kavramlara ait tanımlara değinilmiştir.

Problem Durumu

Belirli ortak amaçlar çerçevesinde karşılaşılan toplumsal kurumların başında aile olmak gelmektedir. Aile, gerek geleneksel gerek modern kültürlerde önemli toplumsal kurumlar arasında yer almaktadır. Psikolojik, fizyolojik, duygusal ve sosyal ilişkiler içinde olan bireylerin oluşturduğu bu topluluk, toplumun en küçük birimi olarak görülmekle birlikte, var oluşunu evlilik aracılığıyla sağlamaktadır (Doğan, 2007, s.162).

Sosyoloji bilimi, aileyi en yalın biçimde eşler ve çocuklardan oluşan birlik olarak görmüş ve bu birliği “çekirdek aile” olarak ifade etmiştir. Ailenin, sosyal hayat içerisinde kendine özgü karakteristik özellikleri vardır (Marshall, 2009, s. 438). Her dönemde var olduğu için evrensel özelliğe sahip olan bu kurum, yalnızca insan topluluklarında değil, hayvanlar dünyasında dahi içgüdüsel olarak rastlanır. Nesli sürdürme isteğini içeren ana-babalık, sevgi ve merhamet duygularını içeren bir temele dayanır (Doğan, 2007, s.175).

Kişilik yapısının gelişmesinde ilk ve önemli bir etkiye sahip olan aile, hukuki ve sosyal kuralların şekillenerek düzenli bir hale dönüştüğü yapıdır. Bireyler kendi istekleri ile bağımsız bir şekilde aile birliğini kurabilir fakat katı şartlara dayanan nedenlerin varlığı halinde bu birlikten çıkabilirler (Köknel, 1982, s.27).

Zaman içinde gelişen farklılaşan koşullar ailenin, ilk zamanlardaki yapısında ve işlevinde değişiklikler meydana getirmiştir. Çocukların büyütülmesi, neslin devam etmesi ve kişilerin topluma kazandırılması sağlıklı ailelerin var olması ile mümkündür (Gökçe, 1991, s.226). Toplumun en temel birimi olan ailenin, insanlar arasında huzur ve barışın sağlanabilmesi açısından sağlam temellere dayandırılması gerekmektedir. Genelde, aile oluşumu ülkemizde ve dünyada evlilik kurumu ile başlangıç göstermektedir (Yavuzer, 2011, s.48).

Evlilik, kişilerarası bağı kuvvetlendiren, farklı kültürlerin bir araya gelmesini sağlayan, toplum için gerekli ve önemli bir kurumdur. Burada bireylerin bir yaşantı ve hayat birlikteliği söz konusudur. Farklı özelliklere ve yaşantılara sahip bu bireyler aynı çatı

altında hayatlarını paylaşarak, çocuk sahibi olmak, maddi ortaklık sağlamak gibi amaçlarla yasal olarak birliktelik kurarlar (Tarhan, 2011, s.30).

Özgüven (2014) evlilik ilişkisini, kişileri eş olarak birbirine bağlayan, onlara belli bir statü sağlayan ilişkiler sistemi şeklinde tanımlamış, Glenn (1990) ise kişilerin mutluluğu ve gelişiminde önemli rol oynayan bir kurum olarak belirtmiştir. Aile birliğinin kurulmasının bir adımı olan evlilik, evrensel bir olgu olup bütün toplumlarda bireyin hayatındaki en önemli sosyal olaylardan biri olarak görülmüştür.

Anlamli bağ kurmak anlamına gelen evlilik, bireyin kendisini iyi hissetmesini sağlar. (Seligman, 2007, s.64). İşlevsel aile yapısının oluşması için, eşlerin saygı, sevgi, güven ve bağlılık içinde olmaları gerekmektedir. Eşlerin birbirleriyle etkili iletişim kurması, birbirlerinin duygu ve düşüncelerini anlaması ve bunları ifade edebilmesi evli bireyin kendini iyi hissetmesi için önemli görülebilir.

Tarihsel süreç olarak incelendiğinde evlilik, ilk başlarda sosyolojik bir olgu olarak çalışılmaya başlanmışken, günümüzde ruhsal süreçlere olan etkisi çalışılmaya başlanan bir konudur. Geçmişte özellikle psikoloji alanında evlilik ile ilgili araştırma yapabilme imkanı sınırlıyken, yakın zamanlarda artık psikolojinin çalışma alanlarından biri de evlilik ve aile olmuştur (Gottman vd., 2002, s. 195). Bu yönlerden bakıldığında psikolojinin yeni bir konusu olan yakın kişilerarası ilişkiler, bireyin hayatında önemli bir yerde olmuş, bu sebepten dolayı pek çok araştırmacının incelediği bir alan haline gelmiştir.

Evliliğe bakış açısı yıllar içinde değişmekte ve dolayısıyla bireylerin evlenmekteki amaçları da değişkenlik göstermektedir. Evlilik sayesinde birçok bireyin olumlu yaşantılar geçirmesine rağmen dünya genelinde evlilik oranlarında genel bir düşüş gözlenmektedir (Dehle, 2001, s.310) Eşlerin hoşlandığı ve hoşlanmadığı durumları göz önünde bulundurarak, talepler konusunda orta yolu bulmak, bireysel kararları esneterek eş olabilmek gibi düzenlemeler başarılı bir evlilik için gerekenlerden bazılarıdır (Dehle, 2001, s.315).

Bireyin evlilik yaşamındaki ihtiyaçlarını ne derece karşılandığına ilişkin algısı evlilik doyumunu olarak tanımlanmaktadır (Tezer, 1986, s.5). Kişi hayatının tüm aşamalarında mutlu olmak ister. Evlilik de kişinin yaşamında doyumlu olmayı arzu ettiği bir kurumdur (Harris, 1981, s.143). Aile içi ortam, bu ortamın içerdiği çatışmalar, ailelerin bu inişli

çıkışlı süreçlere karşı geliştirdiği davranış kalıpları, iletişim süreçleri gibi konular evlilik doyumuna etki eden faktörlerden bazılarıdır.

Evli bireylerin birbirleriyle ne kadar zaman geçirdikleri ve birbirlerinin yaşamlarına ne kadar katıldıkları evliliklerinden aldıkları doyum etkileyen faktörler arasındadır. Araştırmalara göre birbirleriyle sağlıklı ve kaliteli zaman geçiren bireylerin evliliklerinden daha fazla doyum aldığı görülmektedir. (Sprecher vd., 1995, s.204). Eşlerin birbirlerine karşı gösterdikleri sevgi, karar alma süreçlerinde dahil olabilmeye becerilerinin gelişmesi, karşılıklı cinsel haz, maddi kazanç, problemlerin saygı çerçevesinde paylaşımı gibi etkenler de evlilik doyumunu belirlemektedir. (Sokolsi ve Hendrick, 1999, s.41).

Başkalarıyla kurduğu ilişkilerle yaşantısını sürdürebilen insan, sosyal bir varlıktır. Evlilik ilişkisi de yaşam doyumunun bir parçası olup, insan yaşamının en önemli doyum kaynaklarından biridir. Evliliğin iyi bir şekilde ilerlediğini göstermek amacıyla sosyal bilimciler tarafından birçok kavram kullanılmaktadır (Norton, 1983, s.143). Alan yazında evlilik doyumunu açıklanırken, evlilik uyumu, evlilik başarısı, evlilik kalitesi gibi birbirinin yerine geçen kavramlar kullanılmaktadır. (Erbek vd., 2005, s.41). Evlilik doyumunu etkileyen pek çok faktör vardır. Bireylerin problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu etkileyen önemli faktörlerden biri olduğu görülmektedir. (Hünler ve Gençöz, 2013, s.99). Evliliklerinde problem çözme becerilerine sahip evli bireyler karşılaştıkları zorlayıcı olaylarda evlilik ilişkilerindeki olumsuzlukları azaltabilirler (Woszidlo ve Segrin, 2013, s.21).

Başka bir araştırmada, algılanan eş desteği, cinsel hayatın kalitesi ve eğitim düzeylerinin bireylerin evlilik doyumlarını yordadığı belirlenmiştir (Çağ ve Yıldırım, 2013, s.12). Araştırmanın sonuçlarına göre, algılanan eş desteği evlilik doyumunu yordamada ilk sırada yer almakla beraber, cinsel hayatın kalitesi ikinci sırada gelmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013, s.19). Bu çalışma, bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evlilik doyumunu arasındaki ilişkiyi araştırmaktadır.

Çiftlerin doyumlu evlilikler yaşayabilmesi için, aralarındaki etkileşim, ortak kararlar alabilme becerileri, akrabaları ile olan ilişkilerini yönetebilme, boş vakitlerini nasıl geçirdikleri ve gelir-gider dengesi konularında anlaşma içinde olmaları önemlidir (Kocadere, 1995; Şener ve Terzioğlu, 2008; Batık, 2017, s.26).

Bireyler yaşamda karşılaştıkları bazı zorluklarla baş edebilmek için belli tekniklerden yararlanabilirler ve bu teknikler bireyin hayatı boyunca yoğun bir değişime uğramamaktadır. Bu durumun nedeni ise uyum sağlama ve savunma mekanizmalarının çocukluk yıllarında şekillenmesidir. (Geçtan, 2003, s.22). Egonun kabul edilemeyen isteklerinin bilincinde olmasını engelleyen yollardan birisi de savunma mekanizmalarıdır. Savunma mekanizmaları, bilinç dışı süreçlerin bilinçli zihne gireceğine dair tehdit oluşturduğunda oluşan kaygı ile tetiklenir. (Akkoyun, 2013, s. 39). Gerçeklik çarpıtılır, dolayısıyla gerçek arzular bilinç düzeyine çıkmayarak kişinin güvenliğini bozmuş olur. İd, ego ve superego'dan çıkan bilinçdışı süreçlerde amaç, bireyi kaygıdan korumak ve kişinin iç dengesini kontrol etmeye yardımcı olmaktır. (Waqas vd., 2015, s.2). Savunma mekanizmaları, bireyin zihinsel homeostazını sürdürürler ancak sürekli olarak kullanıldıklarında, karşılaşılan problemlere karşı sağlıklı hale gelebilmektedirler. Yaşanılan problemler üzerinde duygusal eksikliklerde, güdülerin görmezden gelinmesinde, duyguların bilinçdışına itilmesinde savunma mekanizmalarının oldukça etkisi vardır (Canel, 2007, s.21). Bireyler, tek bir tip savunma mekanizması değil, birden fazla savunma mekanizmaları kullanabilir. En belirgin kullandıkları savunma mekanizmaları, bulunulan koşullara ve yaşamın bir döneminde diğerine göre farklılık gösterebilir. (Aktan, 2009, s.15).

Son yıllarda boşanma oranlarındaki artışlar ve evlenme oranlarında azalma, evlilik içerisinde sorunların daha net bir şekilde ifade edilmesi, evlilikte yakın ilişkiler ve evlilik doyumu ile ilgili araştırmaların önemini arttırmıştır. Evlilik doyumu ile kullanılan savunma mekanizmaları alanlarında çeşitli çalışmalar yapılsa da, alan yazında bu iki konunun birlikte ele alındığı herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu araştırma kapsamında problem durumu olarak ele alınan nokta, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının evlilik doyumunu etkileyip etkilemediği, etkiliyorsa hangi değişkenler tarafından etkilendiğini belirlemektir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evliliklerinden aldıkları doyum arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı ve bu değişkenlerin demografik özellikler (eğitim düzeyi, evlilik süresi, yaş, cinsiyet, evlenme biçimi ve çocuk sayısı) bakımından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir. Araştırma bulgularının evlilik ve aile danışmanlığı alanında çalışan ilgili uzmanlara yardımcı olacağına inanılmaktadır.

Araştırma Soruları

Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının evliliklerinden aldıkları doyum arasında ilişki olup olmadığını incelemek amacıyla aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

- 1) Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evlilik doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 2) Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu, aylık kazanç, evlilik süresi, çocuk sayısı ve evlenme biçimine göre farklılaşma var mıdır?
- 3) Evli bireylerin evlilik doyumları ile; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu, aylık kazanç, evlilik süresi, çocuk sayısı ve evlenme biçimine göre farklılaşma var mıdır?

Araştırmanın Önemi

Aile toplumun oluşmasında temel bir yapı olarak görülür ve gelecek nesillerin şekillenmesinde önemli rol oynar. Ailenin oluşması ve bir araya gelmesi de evlilikle başlar. Evlilik, en önemli ve en temel insan ilişkilerinden biri olarak tanımlanan yaşam biçimi olup, yeni bir neslin yetiştirilmesi için önemli yapı olma özelliği taşımaktadır (Larson ve Holman, 1994, s. 230). Evlilik ilişkilerinin uyumlu ve dengeli bir biçimde sürdürülmesi, toplumsal uyumun temelini oluşturan ön koşullardandır. Evlilikler ne kadar sağlıklı ilerlerse toplum o kadar huzurlu ve mutlu olur. Evlilik ilişkisini düzene sokma gayreti içerisinde olmak, bazı riskleri en az düzeye indirmeye yardımcı olur (Ersanlı, 2008, s.37).

Araştırmalar, evli yetişkinlerin, evli olmayan yetişkinlere göre genellikle ruhsal ve fiziksel açıdan daha mutlu ve sağlıklı olduğunu göstermektedir (Gove, Hughes ve Style, 1983; Mookherjee, 1997; Rosen-Grandon, Myers ve Hattie, 2004). Başarılı bir evlilik, eşler arasında uyum, iletişim kanalını açık tutmak, dengeli bir şekilde verip alma ve paylaşma demektir; bireyin yükümlülük ve sorumluluklarının bilincinde olmasını öngörür. Bu şekilde bir evlilik düzeyine erişebilmek için, emek ve akıllıca tasarlanmış deneyimler sonunda elde edilir (Bilen, t.y, s.193).

Evlilik doyumu, mantık çerçevesinde bireyin ve ailenin mutluluğunu esas alan, sağlıklı evlilik ilişkisi kurmak amacıyla problemleri ve boşanma sürecini önleyici bir takım düzenlemeler geliştirme gereksinimidir (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000, s.972).

Başarılı evliliği yordayan en önemli kavramlardan biri evlilik doyumdur (Çağ ve Yıldırım, 2013, s.14). Evliliği başarı ile devam ettirmek ve evlilik doyumunu sağlamak önemli bir işleve sahiptir (Rosen-Grandon ve ark., 2004, s.59). Eşlerin birbirlerine karşı sosyal destek sağladığı, güven, yaşam doyumu, sıcak ve yakın ilişki ihtiyacı gibi pek çok önemli ihtiyaçların giderildiği mutlu bir aile ortamı, sevgi ve saygı unsurları çerçevesinde olmalıdır.

Evlilik doyumunu inceleyen bazı araştırmalarda, evliliğin algılanan faydaları ve bunun karşılığında ödenen bedeli yansıtan kişiye özgü zihinsel durumlar ile ilgili olduğu görülmüştür (Stone ve Shackelford, 2007, s.542). Stone ve Shackelford (2007) göre, bireylerin ödedikleri bedel ne kadar fazlaysa, evliliklerinden aldıkları doyum o kadar azalır. Buna bağlı olarak bireyler kendini ne kadar faydalı hissederse, evliliklerinden aldıkları doyum o kadar fazla olur.

Evlilik doyumu ile ilgili çalışmaların belli bir geçmişi olmasına rağmen, günümüzde yüksek boşanma oranları, evlilik doyumu hakkında yeterli bir seviyeye ulaşacak ve bunu sürdürecektir kaynakların hala çok azının bilindiğini göstermektedir. Çoğu yetişkin evlenmek istemekte ve evlendiği zaman daha mutlu bir hayat süreceğini düşünmektedir. Boşanmış bireylerin tekrar evlenme düşüncelerinde olmaları da bunu kanıtlamaktadır. Oysa, insanların mutluluk arzusuyla evlilik gerçekleştirmek istemelerine rağmen evlilik ilişkilerinde sorunlar yaşadıkları görülmektedir.

Bireyler evlilik ile ilgili beklenti ve arzularını gerçekleştirmek isterler. Çiftler, aralarında yaşadıkları sorun veya sorunlardan dolayı evliliklerini sürdürürken zorlanmalar yaşayabilir hatta evliliklerini sonlandırabilirler. Bu sebeplerden dolayı, ülkemizde evlilik ilişkisi ile ilgili alan yazın çalışmalarının 1980'lerden itibaren artarak devam ettiği görülmektedir (Güven, 2005, s.6).

Türkiye İstatistik Kurumu 2022 yılı evlenme ve boşanma verilerine göre (TÜİK, 2022), 2021 yılında boşanan çiftlerin sayısı 174 bin 85 iken, 2022 yılında 180 bin 954 olmuştur. Bin nüfus başına düşen boşanma sayısını ifade eden kaba boşanma hızı 2022 yılında binde 2,13 olarak gerçekleşmiştir. Evliliklerde son yıllarda boşanma oranının artması dikkat çekmektedir. Boşanma oranlarının giderek artması, evlilik ilişkisinde yaşanan bazı problemlerin kaynağına ve çözümüne yönelik farkındalık kazandırılması ihtiyacı olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla bu araştırmada ele alınan savunma

mekanizmalarının, evlilik doyumundaki rolünün evlilik ve aile danışmanlığı alanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Evlilik ilişkisi içerisinde olan bireyler evliliklerinden doyum sağlamak için, evliliğin güncel özelliklerini göz önünde bulundurarak bu ilişkiden aldıkları, memnuniyet, mutluluk ve haza odaklanırlar. Eşlerin bu ilişkide yaşadıkları olumlu etkileşimler ve olumsuz duygular üzerine yaptıkları değerlendirmeler evlilik doyumunu kapsamında değerlendirilmektedir. Evlenen eşler, birbirlerinden bir takım şeyler beklemekte, bu beklentiler karşılanmadığı zaman üzüntü duyguları ile evliliklerinden doyum alamamaktadırlar (Çağ ve Yıldırım, 2013; Sharaievska vd., 2013, s.46).

Evlilik doyumunu etkileyen bir diğer faktörlerden biri bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarıdır. Toplum birbirine geçmiş hale geldikçe insanların karşılaştıkları sorunlar çoğalmaktadır. Modern toplumun getirdiği problemlerle karşı karşıya kalan bireyler savunma mekanizmaları geliştirirler (Aktan, 2009, s.21). Savunma mekanizmaları bireylerin tehlike ve tehdit anlarında bilinçdışı süreçlerin etkisinde olan bazı koruyucu tepkiler olarak değerlendirilir. Bireyler bir veya birden fazla savunma mekanizması kullanır. İçinde bulunulan şartlar ve koşullara göre kullanılan savunma mekanizmaları çeşitlilik gösterebilir (Aktan, 2009, s.21).

Alanyazın incelendiği zaman gerek yurt dışında gerek Türkiye’de yapılmış çalışmalarda evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının ve evlilik doyumunun ayrı ayrı incelendiği fakat bu iki kavramın karşılıklı etkileşimlerinin ele alındığı sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmaktadır. Bu nedenle evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının ve evlilik doyumlarının kullanımının birlikte ele alınacağı bu çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Varsayımlar

Araştırmaya katılan evli bireylere bir takım veri toplama araçları uygulanmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının, ölçülmek istenen özellikleri doğru olarak ölçtüğü varsayılmıştır.

Araştırmaya katılan evli bireylere Kişisel Bilgi Formu, Savunma Biçimleri Testi ve Evlilik Doyumu Ölçeği uygulanmıştır. Evli bireylerin ölçeklerdeki maddeleri şeffaf ve samimi bir şekilde yanıtladıkları varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

Araştırmanın yapısında bulunan ve araştırma için tahmin edilen sınırlılıklar aşağıda yer verildiği şekildedir:

1. Araştırma 2022-2023 yıllarında Ankara ilinde yaşayan evli bireyler ile sınırlıdır.
2. Araştırma bulguları Yılmaz, Gençöz ve Ak (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan "Savunma Biçimleri Testi", Çelik ve İnanç (2006) tarafından geliştirilen "Evlilik Doyum Ölçeği" ve Kişisel Bilgi Formundan elde edilen verilerle sınırlıdır.
3. Araştırmada incelenen değişkenler uygulanmış olan ölçeklerin güvenirlik ve geçerlik boyutlarıyla sınırlıdır.

Tanımlar

Evlilik: Bireyin benliğini, başkasının benliğiyle tamamlamasına fırsat tanıyan, kişiliğin gelişmesini ve kişinin mutlu olmasını sağlayan ilişki durumu olarak tanımlanmıştır (Fowers, 1993, s.125).

Evlilik Doyumu: Eşlerin evlilik ile ilgili isteklerinin karşılanma durumu olarak tanımlanmaktadır. Karşılanma durumunun kapsamında arkadaşlık, cinsellik ve evlilik gibi konulardaki doyum ifade edilmektedir (Çimen, 2007, s.11).

Savunma Mekanizmaları: Psikanalitik kurama göre, içsel süreçlerdeki çatışmalardan dolayı kaygıdan korunmak için egonun oluşturduğu yapılanmalardır. Buna ilave olarak, psikoloji alanında savunma mekanizmaları, günlük problemlerle başa çıkmak için bireylerin kullandığı normal ve olağan araçlar olarak tanımlanmaktadır (Psikoloji Sözlüğü, 2018, s.52).

1. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, araştırmanın temel değişkenleri olan savunma mekanizmaları ve evlilik doyumu ile ilişkili bilgilere yer verilerek, evlilik kavramı açıklanacaktır. Devamında, evlilik doyumuna etki eden kuramlar ile ilgili bilgilere değinilecektir. Sonrasında, evli bireylerde kullanılan savunma mekanizmaları ve evlilik doyumu arasındaki ilişki sunulacaktır. Yurt içi ve yurt dışında konu ile ilgili yapılmış araştırmalara yer verilerek bölüm sonlandırılacaktır.

1.1. Evlilik

İnsan, fizyolojik sebeplerden ötürü hem bireysel hem toplumsal gereksinimleri olan bir varlıktır. Sosyal bir varlık olan ve toplumsal çevre içinde yaşayan birey, duygu, düşünce ve davranışlarını toplumsal ilişkilere bağlı olarak geliştirir. Bu davranışları geliştirirken, karşı cinsle olan ilişkisini belli kriterlere göre şekillendirir. Kişinin artık bireysellikten çıkıp “biz” olarak düşünmeye başladığı evlilik kurumu, günümüze kadar devam eden ve kişilerin yaşamlarında belirgin farklar yaratan yakın birlikteliktir (Polat, 2007, s.311).

Toplumun temel taşı olan ailenin oluşması için ilk temellerin atılması evlilik yoluyla gerçekleşir (Baba ve Durmuş, 2014, s.353). İki kişinin oluşturduğu evlilik kurumunda eşler, sosyal, ekonomik ve cinsel açılardan paylaşımda bulunurlar. Çelik (2006)’e göre, bireylerin yaşamlarından maddi ve manevi anlamda doyum sağlaması, ihtiyaçlarını yerine getirebilmesi ve içinde bulunulan sosyal çevreyle düzenli şekilde yaşayabilmeleri için evliliğin büyük katkısı vardır.

Evlilik, basit bir birliktelikten ibaret değildir. Bireyler evlilik yoluyla birbirleriyle yakın ve derin bir ilişki yoluna girerler. Bu yakın ve derin ilişki, içerisinde duygusal, fiziksel, ruhsal ve kültürel faktörler gibi yaşama dair birçok öğeyi barındırmaktadır (Fowers, 1990, s.373).

Bireyin benliğini bir başka bireyin benliğiyle bütünleştirmesine fırsat tanıyarak, kişiliğin gelişmesini sağlayan, bireylerin mutluluğunu esas alan ilişki durumu evlilik olarak ifade edilmektedir (Cüceloğlu, 1997, s.73). Evlilik, aile kavramına göre daha net

olup, içinde aile ilişkilerini içinde barındırır. TDK (2022) tanımına göre evlenmek, “Erkekle kadının, aile kurmak için yasaya uygun olarak birleşmesi, izdivaç etmek” biçiminde tanımlanmıştır. Birçok araştırmacı evlilik hakkında farklı tanımlamalar yapmıştır. Özgüven (2020, s.234)’e göre evlilik, kişinin kendini gerçekleştirme ve soyunu devam ettirmesi için en gerekli kurumdur. Kışlak (1999, s.53), evliliği kültürel bir olgu olarak ele alıp, fizyolojik, davranışsal, duygusal yönleri olan bir sosyal sistem olarak ifade etmiştir. Özden (2014, s.49) evliliği, eşlerin devam eden hayatlarında, yaşantılarını beraber geçireceklerine dair toplum huzurunda yasal olarak söz verdikleri söz olarak tanımlamış, evliliğin aynı zamanda kişilerin çocuk sahibi olmak, hayatın sıkıntılarını beraber paylaşmak, topluma verimli olmak gibi ulvi değerlere dayalı bütün olduğunu belirtmiştir. Evlilik yalnızca eşler arasındaki karşılıklı sözleşme değildir, farklı ailelerin birleşmesiyle toplumsal beraberliği artıran, geçmişten günümüze kadar farklılıklar gözlenirse de varlığını sürdüren sosyal bir kurumdur (Erişti, 2010, s.7).

Eski yıllardan beri geçmişi olan evlilik kavramı, günümüzde toplum düzenini sağlayan bir kurum olarak süre gelmiş, halk, dini kurumlar ve devlet tarafından desteklenmiştir (Yıldırım, 1993, s.24). Ülkemizde 1970’lerden beri bu önemli kurumun nasıl yaşatılacağı tartışılan konulardan biri olmuştur (Bacanlı, 2001, s.8).

1.1.1. Evlilikle İlgili Kuram ve Yaklaşımlar

Evlilik ile ilgili daha geniş bakış açısı kazanmak için ilgili kuramları incelemeye ihtiyaç duyulmaktadır. Bu kuramlar sırasıyla aşağıda verilmiştir.

1.1.1.1. Sevginin Evrimi Kuramı

Yakın ilişkilerdeki davranışları anlamlandırmak amacıyla Wilson (1987) tarafından geliştirilen bu kurama göre sevgi, üç içgüdüden oluşmaktadır. Bu içgüdülerden ilki korunma ihtiyacıdır. Bireyin yaşama başladığı ilk anda başlayan korunma ihtiyacı, anne-baba veya bakım veren tarafından korunmak zorundadır (Wilson, 1981, s.294). İkinci içgüdü, erkeklerin daha çok annelerine benzeyen kadınları eş olarak seçmeleridir (Hortaçsu, 2012, s. 12-24). Küçük yaşlarda bireyler, anne-baba veya bakım verenleri tarafından korundukları gibi yetişkinlik hayatlarında eş seçerken de korunma ihtiyacını karşılayabilecek bir eş olmasına dikkat ederler.

Son olarak ele alınan içgüdü ise cinselliktir. Kadınlar üreme işlevleri ve biyolojik yapıları sebebiyle erkeklere kıyasla daha hassas davranmaktadırlar (Hortaçsu, 1991, s.4).

Bu kuram bireylerin tek eşli olmak için yaratılmadıklarını savunur. Eşler eğer çocuk sahibiyse, ilerde çocuklar evden ayrıldığında onları bir arada tutacak neden kalmamış olacaktır. Dolayısıyla, içgüdü kavramını önemseyen bu kuramda sosyal çevre faktörü arka planda kalmıştır (Gündüzalp, 2018, s.16-17).

1.1.1.2. Evlilikte Yükleme Kuramı

Sosyal psikolojiye göre, birey bir davranış sergilediğinde neden o davranışı sergilediğini anlamaya çalışmak önemli bir konudur. Bu nedenleri araştırmak için kullanılan yöntemler “yükleme” olarak tanımlanır (Pittman, 1993; Van Overwale, 1998, s.76). Diğer bir ifadeyle yükleme, bireylerin hem kendi davranışlarını hem çevresindekilerin davranışlarını anlamak için çaba harcamaktır (Baron ve Byren, 2000, s.79). Bu kurama göre bireyler “neden?” şeklinde başlayan sorularına cevap ararlar. Evlilik sürecinin daha net bir şekilde ortaya konulabilmesi için, odak, kontrol ve devamlılık gibi boyutlar da nedensel yükleme açısından incelenir (Bradbury ve Fincham, 1990, s.4). Duruma neyin yol açtığı nedensellik faktörü içinde incelenirken, olaya etki eden kişiler sorumluluk faktörü içinde incelenir (Freedman, Sears ve Carlsmith, 2003, s.67).

Eşlerin birbirlerine karşı yaptıkları yüklemeler, evlilik birlikteliğinden sağlanan doyum üzerinde etkili olmaktadır (Ersanlı ve Kalkan, 2008, s. 12). Yapılan araştırmalar, partnerlerin zaman içinde olaylara karşı yüklemelerinin değişebildiğini ve yüklemelerin katı olmadığını göstermektedir (Ersanlı ve Kalkan, 2008, s. 13).

1.1.1.3. Sosyal Mübadele Kuramı

Eşler arasındaki romantik ilişkiyi bir çeşit ödül bedel mübadelesi olarak açıklayan bu kuram Thibaut ve Kelley (1959) tarafından geliştirilmiştir.

Sosyal Mübadele Kuramına göre, en önemli kavramlardan biri ödül ve bedeldir (Thibaut ve Kelley, 1959, s.194). Romantik ilişkiden elde edilen doyum “ödül” olarak açıklanırken, kişinin performansında karşılaştığı engeller bedeldir (Hovardaoğlu, 1996, s.17). Eşler arasındaki ilişkinin dışından kaynaklanan faktörlere “dışsal”, karşılıklı etkileşimden kaynaklanan faktörlere ise “içsel belirleyiciler” denir. Bu kurama göre, eşler düşük bedeller ödeyip çokça ödül alacakları ilişki yapılarını benimserler (Hovardaoğlu, 1996, s.19).

Kuramın diğer önemli kavramlarından biri karşılaştırma düzeyidir. İlişkinin o anda değerlendirildiği nokta olan karşılaştırma düzeyinde nötr olarak alınır. Yapılan değerlendirmede karşılaştırma düzeyinin altına düşülmüşse ilişki doyumsuz, karşılaştırma düzeyini geçerse ilişki doyum verici olarak kabul edilir (Anar, 2011, s.11). Yapılan çalışmalara göre özgüveni yüksek, psikolojik sağlamlığı güçlü bireylerin karşılaştırma düzeyleri daha yüksektir (Anar, 2011, s. 12).

Sosyal mübadele kuramı zaman içinde yaş ve deneyimler ile değişikliğe uğrayabileceği gibi ödül ve bedellere değerler eklenebilir veya azalabilir. Örneğin, bireylerin evlilik öncesinde sevgi belirtisi olarak gördükleri bazı kıskançlık durumları evlilik yaşantısıyla beraber olumsuzluk olarak görülebilir. Ödül ve bedel kavramları her birey için farklı yorumlandığından dolayı, bu yorumlar zaman içinde esneyerek değişime uğrayabilir. (Hortaçsu, 2012, s. 30-33).

1.1.1.4. Sosyal Öğrenme Kuramı

Sosyal öğrenme kuramı ele alındığında, bireyin davranışının özünde bir başkasına benzemeye çalışarak gözlem yapmak önceliklidir (Bandura, 1977, s.196). Bu yaklaşım insanların yakın ilişkiler ve evliliğe bakış açılarının ebeveyn odaklı olduğunu belirtir. Birey, yetiştiği evdeki ebeveynlerini rol model olarak evliliğini gözlem ve yaşam deneyimleri doğrultusunda kendi evlilik sürecini yönetir. Bu nedenle, evlilik ilişkisinde bireylerin birbirlerine karşı davranışlarında geçmiş yaşamdaki öğrenmeler etkilidir (Üncü, 2007, s.42).

Sosyal öğrenme kuramına göre, evli bireylerin birbirlerine karşı oluşturdukları pekiştiren sıklığı, aralarındaki ilişkinin mutluluk ve doyumuna etki etmektedir (Barkers, 1998, s.34). Eşler arasında oluşan sorunların temel nedeni, kişiler arası yanlış algılamalar ve davranışsal beklentilerdir. Eşler bu yanlış algılamalar ve davranışsal beklentileri sorgulayıp ilişki düzeltme yoluna gitmedikçe aralarındaki doyumun azalacağı tahmin edilmektedir (Anar, 2011, s.12).

1.1.1.5. Psikodinamik Model

Psikanalitik kuramın öncülerinden Freud'a göre bireyler ego ideallerine hizmet edecek en yatkın kişiyi kendilerine eş olarak seçerler. Aynı zamanda bu bireylerin evlilik yoluyla benzer ihtiyaçlara sahip olması, onları bir araya getiren önemli etkenlerdendir (Ersanlı ve Kalkan, 2008, s.65). Eşler evlilik ilişkisi içerisindeyken içgüsel olarak

cinsel, haz, aşk ve temas gereksinimlerini giderme eğiliminde olurlar (Freud, 1968, s.96). Freud, eş seçiminde çocukların ebeveynlerinden hissettikleri sıcaklık ve yakınlığın önemli olduğunu ifade eder. Kız çocuklarının bilinç dışı bir şekilde baba, erkek çocukların ise anneleriyle benzer özellik taşıyan eşleri tercih ettiği belirtilmektedir (Akt. Özgüven, 2014, s.32).

Jedicka (1984), bireylerin eş seçiminde annelerin erkek çocukları üzerindeki etkisinin babaların etkisinden daha fazla olduğunu buna karşılık babaların kız çocuklarının üzerinde annelerin etkisinden daha fazla olduğunu ifade etmiştir (Akt. Parsons, 1997, s.11).

Adler'e göre, bireyler küçük yaşlardan beri kafalarında ideal eş imajı canlandırır. Erkek, ilerde eş seçimi yaparken daha çok annesine benzeyen kişileri tercih etme eğilimi gösterirken, annesiyle zıtlık yaşayan erkeklerin anneleri ile tam tersi bir tipte eş beklentisi içinde olduğu gözlenmektedir (Adler, 2000, s.89).

Psikanalitik kurama göre, birey belli bir olgunluğa ulaştığı zaman tek başına kalmakla yetinmemekte, arzularını bir partnerle gerçekleştirmeye heveslenmektedir. Bu arzular insan hayatı boyunca şekillendikten sonra, romantik bir birliktelik aracılığıyla çözümlenir (Şimşek, 2019, s.47).

1.1.1.6. Bağlanma Kuramı

John Bowlby, kişilerin hayatlarında kendileri için önemli kişilerle sağlam ilişkiler kurma isteğinin nedenlerini açıklamaya çalışan araştırmacılardan biridir. Bu kuram çocuk ile bakım veren arasındaki bağı, çocuğun psikolojik gelişimini nasıl etkilediğini anlamaya çalışmaktadır (Bowlby, 1969, s.56).

Dünyaya gelip göbek bağının kesilmesinden sonra bebek anneden ayrılır ve kısa sürede toplumsal bağlar kurar. Bu duygusal ve toplumsal bağlar bakım veren kişiye aktarılmaktadır. Bebek ile bakım veren kişiler arasında kurulan bu temel güven duygusunun gelişimine olanak tanıyan bu ilk ve güçlü bağ, bağlanma olarak ifade edilmektedir (Budak, 2019, s.271).

Shaver ve Hazan (1987), Bowlby'nin geliştirdiği bağlanma kuramını esas alarak yetişkinlikte kurulan yakın ilişkilerin temellerinin çocuklar ve onlara bakım veren kişilerle etkileşimleri ile atıldığını belirtmişlerdir. Romantik ilişkilerinde birbirlerine

yakın olmayı isteyen eşler, birbirlerinin yanında kendilerini rahat hissetmekle beraber eşleri yanlarında olmadığında endişeli olabilirler (Hazan ve Shaver, 1987, s.511).

1.1.1.7. Kişiler Arası Sosyal Biliş Kuramı

Miller ve Steinberg'in geliştirdiği bu kuram, kişilerin başka kişiler hakkında ne düşündüğü ile ilgilenmektedir. Diğer insanlar hakkındaki inanç, bilgi ve tutumu kapsayan iletişim, bilgi bankası adı verilen kazançlarla meydana gelmektedir (Miller ve Steinberg, 1975, s.93). Evlilik ilişkisinin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi bu kazançlara bağlıdır. Bu kurama göre, eşini tüm yönleriyle değiştirmeye çalışmadan olduğu gibi kabul eden çiftlerin evliliklerinden aldıkları doyum daha yüksektir (Gökmen, 2001, s.5). Bunun nedeni, eşlerin geleneksel rollerden çıkıp birbirlerine bağımlı olmak yerine bağlı bir tutum sergilemeleri ve eşitlikçi olmayı benimsemelerinden ileri gelmektedir (Çınar, 2008, s.14).

1.2. Evlilik Doyumu

Günümüzde evlilik doyumu Türkiye'de ve uluslararası alanda sıklıkla merak edilen konulardan biri olmuştur. Psikoloji alanında olduğu gibi, diğer farklı bilim dallarında da evlilik doyumu ile ilgili araştırmalar yapılmıştır. Bu durum alanyazında evlilik doyumu ile ilgili çok fazla tanım yapılmasına sebebiyet vermiştir (Yılmaz, 2001, s.2). Kaynakların çoğu evlilik doyumundan söz ederken evlilik uyumu, evliliğin kalitesi, evlilik tatmini, evlilik bütünlüğü gibi kavramlarla bağlantılı olarak kullanılmaktadır (Karney ve Bradbury, 1995, s.7).

Evlilik, kişilerin birbirlerini desteklemesine yardımcı olan, eşlere sorumluluk duygusu kazandıran, yaşamdaki çeşitli güçlüklerle karşı bir arada olmayı sağlayan sistem olarak tanımlanmaktadır (Rodford ve Cutler, 1999, s.149). Kişiler bu sistem aracılığı ile hem kendi neslinin devamını sağlamaya çalışır hem de düzenli bir yaşam biçimiyle toplumsal kurallara ayak uydurur (Bacanlı, 2001, s.9). Doyum kavramı ise kişilerin evlilik ilişkisindeki beklenti ve gereksinimlerinin karşılanma düzeyine göre algıları olarak ifade edilir (Tezer, 1996, s.1). Erbek (2005)'e göre, evlilik doyumu kişilerin evlilik ilişkilerinde bütüncül olarak hissettikleri, bireye özgü memnun kalma, mutluluk gibi duygular olarak tanımlanmaktadır. Sokolski ve Hendrick (1999)'e göre evlilik doyumu, evlilik sistemi içinde gerek kişisel (cinsel haz, eşlerin birbirlerine karşı gösterdiği sevgi, bağlılık, iletişim şekli vs.) gerek çevresel (maddi kazanç, çalışma durumu, eşitlikçi

yaklaşım, sorunları paylaşma) açıdan eşlerin sağladığı psikolojik doyumdur. Eşlerin evlilik süreçleri boyunca ilişkilerinden doyum alıp almadığı evliliğin niteliğini belirlemektedir.

1.2.1. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler

Evlilik, bireylere sorumluluk alma duygusunu kazandıran, eşlerin birbirlerine destek ve güç sağlamasına yardımcı olan bir sistem olarak tanımlanır (Cutlar ve Radrof, 1999, s.148). Dolayısıyla bu sistem, bireylere gerek psikolojik gerek sosyal gerek maddi iyileşmeler sağlamakla beraber kaliteli bir evlilik yaşantısı sağlamaktadır (Buluş ve Bağcı, 2016). Bu açıdan bakıldığında evliliği ve evlilik doyumunu etkileyen pek çok etmen olduğu açıktır. Alan yazında bu konuda yürütülmüş çalışmalarda cinsiyet, eğitim, sosyo- ekonomik, aile gibi faktörlerin evliliği etkilemekte olduğu görülmüştür.

Evlilik ilişkisinin yapıcı ve sağlıklı bir şekilde devam edebilmesi için eşlerin evliliklerinden aldıkları doyum düzeyleri oldukça önemlidir. Alan yazında çok sayıda faktörün evlilik doyumunu etkilediği görülmektedir.

Çağ ve Yıldırım (2013) tarafından yapılan araştırmada çocuk sayısı, cinsiyet, evlilik süresi, eş desteği, yaş farkı, gelir düzeyi, cinsel memnuniyet, sorumlulukların paylaşımı gibi değişkenlerin evlilik doyumunu ne düzeyde etkilediği incelenmiştir. Çalışmanın sonucuna göre, cinsel memnuniyet, eğitim düzeyi, eş desteği gibi değişkenlerin evlilik doyumunu anlamlı derecede yordadığı bulunmuştur (Çağ ve Yıldırım, 2013, s. 21).

Evlilik doyumunu cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde, erkeklerin evlilik yaşantılarından kadınlara göre daha memnun oldukları saptanmıştır (Rhyne, 1981, s.942). Doğum stresi ve kadınların çocuk yetiştirirken yaşadığı endişeler evlilik doyumunda azalmaya neden olurken, erkek için anlamlı bir farklılık yoktur (Gündoğdu, 2007). Çocukların okumak için veya evlendiklerinde evden ayrıldıkları zaman hem kadın hem erkek eşler için evlilikten alınan doyumun artmaya başladığı görülmüştür (akt. Gündoğdu, 2007). Çağ (2011)'a göre, cinsellikten haz alma, gelir düzeyinin tatmin edici olması, eşlerin sorumluluklarını beraber yerine getirmesiyle evlilik doyumunu artmaktadır. Eşlerin birbirlerine karşı sağladıkları destek evlilik doyumuna en büyük katkı sağlayan değişkenlerden biridir (Çağ ve Yıldırım, 2013, s.14).

Yapılan çalışmalarda kadın ve erkeklerin evlilik ilişkisinden memnun olmalarının pek çok farklı nedene dayandığı görülmüştür. Çocuk sahibi olma faktörü erkeklerin evlilik doyumunu artıran en önemli etmenlerden biridir (Eskin, 2012, s. 235). Yine Eskin (2012)'e göre, eşlerin birbirlerinin duygu ve isteklerini anlayamama, dikkate almama, dinlememe gibi olumsuz davranışların evlilik doyumunu azalttığı ilgili araştırmalarca ortaya konmuştur.

Eğitim ve sosyo-ekonomik değişkenlerin de evlilik doyumunu etkilediği araştırmalarla saptanmıştır (İmamoğlu, 1993, s.61). Evlilik doyumunun eğitim durumu bakımından ele alındığı bir araştırmada lisans ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip bireylerin, diğer alt eğitim düzeyine sahip bireylerden daha fazla evlilik doyumuna sahip oldukları gözlenmiştir (Anar, 2011, s.52). Başka bir araştırmada eğitim ve cinsiyet değişkenleri açısından ele alındığında, belli bir eğitim düzeyine sahip evli kadın bireylerin evliliklerinden daha memnun olduklarını, ayrılık oranlarının düşük olduğunu göstermektedir (Heaton, 2002, s.393). Eşlerin sahip oldukları ekonomik durum incelendiğinde maddi sıkıntılar yaşıyor olmanın evlilik doyumunu azalttığı görülmüştür (Lichter&Tand, 2009, s.169).

Kişilerin eş seçiminde genelde kendisiyle benzer davranışlar sergileyen, hayata karşı benzer bakış açısına sahip olan, benzer sosyo-ekonomik düzeyden gelen kişileri eş seçiminde tercih ettikleri bazı araştırmacılar tarafından açıklanmaya çalışılmıştır (İsмен, 2006, s. 107). Kişilik faktörlerinin evlilik doyumunda etkili olduğunu, eşlerin kişiliklerinin benzer olmasının, eşler arasındaki uyumu arttırdığını birçok araştırma kaydetmiştir (Bradbury, 2002, s.964).

Eşlerin yakın ilişkilerinde bir önceki zamanlarda edindikleri tecrübeler evlilik doyumunu üzerinde etkilidir (Güven, 2005, s.28). Çocukluk döneminde, kendisini yetiştiren aileye karşı güvenli bağlanma biçimi geliştiren bireylerin, yetişkinlik döneminde romantik birliktelikler, yakın arkadaşlarla ilişki kurmada doyum sağladıkları görülmüştür (Güven, 2005, s.28-29).

Evliliğin daha uyumlu olmasını sağlayan bir diğer etmen ilk evlenme yaşı ve evlenme biçimidir (Bayer, 2013, s.104). Görücü usulü ile yapılan evliliklerde ailelerin istek ve desteğinin daha fazla olduğu belirtilmiştir. Geleneksel rollerin etkin olduğu aile kararıyla gerçekleştirilmiş evliliklerde, eşlerin romantik bağlılığının zayıf, sahip oldukları çocuk sayılarının daha fazla, eğitim seviyelerinin düşük düzeyde olduğu; buna karşılık

kendi isteği ile evlilik yaşantısına girmiş eşlerin eşitlikçi modern bir ilişki içerisinde yakınlıklarını sürdürdükleri görülmektedir (Hortaçsu, 2007, akt. şendil, Korkut, 2008, s.16). Akraba evliliği yapan çiftlerle ilgili araştırmalara bakıldığında evlilik içinde çatışmalar yaşadıklarını, evlenmeden önce flört dönemi geçiren bu çiftlerin ise ilerdeki evlilik yaşantılarında doyumlarının yüksek olduğu bulunmuştur. Yine Aile Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın (ASPB) yaptığı bir araştırmanın sonuçlarına göre bireyler evlenecekleri kişi de aradıkları en önemli özelliğin, duygusal yakınlık hissetmeleri (%90) olarak ifade edilmiştir (Beşpınar, 2014, s.110).

Evlilikte bireylerin karşılaması gereken bazı psikolojik ihtiyaçları vardır. Evlilik doyumuna etki eden bu psikolojik ihtiyaçlardan bazıları, karşılıklı sevgi, güven, aidiyet, ilgi ve destek görmek, cinsel hoşnutluk olarak sıralanabilir (Tarhan, 2012, s.64). nc (2007) tarafından yapılan bir araştırmada, duygularını ayırt etme ve yönetebilme becerisi olarak ifade edilen duygusal zekaya sahip bireylerin evliliklerinden aldıkları doyum daha fazladır. Evliliği etkileyen diğer etmenler baskınlık, ocuk, ev işleri, iletişim becerileri, sözel ve fiziksel şiddet, aile içi ilişkiler, iş alanı, problem zme, boş zaman geçirme, evlilik dışı ilişki, kişilik özellikleri ve gelir düzeyi olarak sayılabilir (Kocadere, 1995, s.17).

Evlilik, başlangıcından bitimine kadar üç farklı zaman dilimine ayrılmaktadır. İlk zamanlar, evliliğin kalitesinin yüksek olduğu, eşler arasındaki yakın ilişkinin baskın olduğu dilimdir. İkinci zaman diliminde eşler arasında çatışmalar ve problemler ortaya çıkmaya başlar. Eşlerin bu dilimde yaşadıkları çatışmaları zmlenmelerini için sağlıklı iletişim kurmaları ve mantıklı bir tutumla hareket etmeleri gerekmektedir. nc zaman dilimine bakıldığında, sevgi ve saygıyı bir arada yaşayabilirler. Hem aşkın hem arkadaşlığın ön planda olduğu bu zaman diliminde çiftler ilişkilerini uyumla sürdürürler (Tarhan, 2012, s.66). Buna bağlı olarak, çiftlerin çatışmaların ağırlıkta olduğu kritik zaman dilimini atlattıklarında evlilik doyumlarının artmaya başladığı sonucu ortaya çıkmaktadır.

Aile zellikleri benzeyen ve benzer kişiliklerde olan eşlerin evlilik ilişkisi daha sağlıklı yürümektedir (Güngör,2007, s.20). Başka bir değişken açısından incelendiğinde, serbest zamanlarında birbirlerine zaman ayıran eşlerin evlilik doyumunun daha fazla olduğu görülmüştür (Güngör, 2007 s.22). Araştırmalar, cinsel yaşamın niteliğinin evlilikten alınan doyumunu etkilediğini, ocuk sahibi olmanın çiftlerin kendi özel ve sosyal yaşantılarını kısıtladığına dikkat çekmiştir (Ersanlı, 2006, s.8). ocuk sahibi olmanın,

çocuk sahibi olmayanlara göre evlilik doyumlarının daha az olduğu araştırmalarca ortaya konmuştur (Çağ, 2011, s.59).

Evlilik doyumunu ile iş hayatından alınan doyum incelendiğinde, için getirdiği maddi kazanç, yarattığı stres, bireye kalan kaliteli boş zaman gibi unsurlar evlilik kalitesini olumlu veya olumsuz şekilde etkileyebilmektedir (Canel, 2007, s.19). Buluş ve Bağcı (2016) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, evlilik doyumunu etkin dinleme, kendini açma, empati kurma, ben dili kullanma gibi alt boyutları olan iletişim becerileri ölçeği ile pozitif ilişkili çıkmıştır.

Brito, Junior ve Rebello'nun (2014, s.781) yaptığı çalışmaya göre eşler arasındaki evlilik doyumunun sağlanması için, sevgi, kıskançlık, paylaşım ve bağlılık bir arada olması gereken değişkenlerdir. Bu araştırmaya göre, kıskançlık değişkeninin diğer değişkenlere göre daha etkili olduğu gözlenmiştir. Yakın ilişkilerin kurulduğu ilk zamanlardan beri kıskançlık duygusunun insanlar arasında var olduğu bilinen bir gerçektir. Aynı zamanda eşlerin evlilik ilişkisi içerisinde, birbirleri ile paylaşımda bulunmaları ve birbirlerine olan sevgilerini göstermelerinin evlilik doyumuna etkisi yadsınamaz. Sosyal Öğrenme Kuramı ve Davranışçı Kurama göre, evlilik ilişkisi içerisinde olan çiftler, bu ilişkiyi sürdürmeye dair beraber bir gayret içerisinde ve birbirleri ile olan iletişimlerinde daha yapıcı olduklarında evliliklerinden aldıkları doyum artar ve ilişkileri ilerleyebilir bir hal alır (Lieberman, 1970, s.106).

Duygusal zeka, dayanıklılık, bilinçli farkındalık gibi kavramların evlilik doyumuna katkısı olduğu bazı araştırmalarca ele alınmıştır (Burpee ve Langer, 2005, s.43-51). Parlar ve Akgün'ün yaptığı çalışmalara göre (2018), problem çözme becerileri ve bilinçli farkındalık durumlarının evlilik doyumuyla pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur. Benzer bir çalışmada, psikolojik sağamlık ve duygusal zekanın evlilik doyumuyla ilişkili olduğu görölmüştür (Gibbons, 2020, s.51).

Ateş (2018) tarafından yapılan çalışmanın bulgularına göre, evlilik doyumunu ile öznel iyi oluş arasında pozitif ilişki olduğu belirtilmiştir. Kişinin iyi olma hali ne kadar yüksekse, evlilik doyumunu noktasında da düzeyinin yüksek olması beklenmektedir.

Evlilik doyumuna katkı sağlayan birçok değişken olduğu gibi, doyumunu azaltan sebepler de oldukça fazladır. Evlilikte görölen olağan risk durumlarından bazıları, problemlere ve yaşanan zorluklara karşı duygusal sağamlığın güçlü veya savunmacı

tepki verme özelliğine sahip olma, eşlerin ebeveynlerinin boşanmış olması, farklı deneyimlere ve kültürel özelliklere sahip olma, ekonomik açıdan zorlanmalar yaşanması, rollerin ve sorumlulukların farkında olunmaması, yıkıcı kavgalar, eşlerden birinin daha önce bir evlilik yaşantısı geçirmiş olması gibi durumlardır (Tarhan, 2012, s.95).

Doyumu azaltan diğer faktörler ise, çiftlerin sosyo-kültürel farklılıkları, sadakatsizlik, maddi sorunlar, cinsel yaşamdaki tatminsizlik, aile içi yaşanan fiziksel veya psikolojik şiddet, eşlerden biri veya her ikisinin kök aileye bağımlılığı, çocuk, eşler arasındaki yaş farkının fazla olması, sağlıksız iletişim kurulması, genç yaşta yapılan evlilik, uyuşturucu, alkol, kumar alışkanlıkları ve eşlerde görülen psikiyatrik sorunlar olarak belirtilebilir (Hortaçsu, 1991, s.12). Nevrotik durumların, endişe, öfke, düşmanlık, kızgınlık yönlerinin evlilik doyumuna katkısının incelendiği araştırmalarda, kızgınlık, düşmanlık duyguları ve depresyon durumlarının evlilik doyumunu azalttığı görülmüştür (Reshaw, Blais ve Smith, 2010, s. 328-334).

Çiftlerin çocuk bakımı ile ilgili görevlerini yerine getirirken rol paylaşımının yapılmasının evlilik doyumunu arttırdığı, ancak çocuk bakımı ile ilgili eşler arasında çatışmalar yaşanması ve adil olmayan rol paylaşımının evlilikten alınan doyum azalttığı görülmüştür (Yogev ve Brett, 1985, s.609).

Bireyselliğin ön planda olduğu Batı kültürlerinde kişisel doyum, eşlerin ortak keyif aldıkları durumlar olması gibi ölçütler evlilik doyumunu ile ilişkili olabilirken, kolektif toplumlarda akrabalarla yakın ilişki içerisinde olma, eşlerin kendi hayatlarını çocuklarına adanmaları gibi özellikler evlilik doyumunu ile ilişkilendirilebilir (Lalonde, Hynie, Pannu ve Tatla, 2004, s.503).

Görüldüğü üzere, evlilik doyumunu olumlu veya olumsuz etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Araştırmacılar evlilik doyumunu, eğitim durumu, cinsiyet, evlenme yaşı, maddi durum, evlenme biçimi, çocuk sayısı, eş rolleri, problem çözme becerileri gibi değişkenler çerçevesinde değerlendirmeye çalışmıştır. Evlilik doyumuna katkı sağlayan ve eşler arasındaki ilişkiyi olumsuz etkileyen faktörler hala araştırmacıların çalışmalarına konu olmaktadır.

1.3. Savunma Mekanizmaları

1.3.1. Savunma Mekanizmaları Tanımı

Dış dünyadan gelen tehlikelere karşı varlığını sürdürme dürtüsüyle canlılar, kaçma ve saldırma davranışları ile kendilerini savunurlar (Öztürk, 2002, s.46). Kaçma ve saldırma şeklindeki savunma düzenekleri, yalnızca biyolojik tepkiler olmamakla beraber, genellikle kişinin tehlike ve kullandığı savunmaların farkında olmadığı bilinçdışı süreçlerle ilgilidir (Öztürk, 2002, s.46-47).

Savunma mekanizmaları, tarihe olarak bakıldığında ilk olarak “Savunmaların Nöropsikozu” çalışmasında Freud (1962) tarafından incelenmiştir. Freud (1962)’a göre savunma mekanizmaları, bireylerin tehlike ve çatışma durumlarında, kaygı ve endişelerini azaltmak amacıyla bilinçdışı olarak kullandıkları ruhsal mekanizma düzenidir. Psikoanalitik kurama göre savunma mekanizmaları, egonun yaşadığı kaygı ve endişeyi düzenlemek adına bireyin farkındalık alanının dışında olup öğrenilmiş davranış değildirler (Freud, 1962, s.41-61). Anna Freud (1936) buna ek olarak savunma mekanizmalarının duygular, dürtüsel davranışlar ve içgüdüsel arzular üzerinde etkili olan ruhsal süreçler olduğunu belirtmiştir.

Freud 1894 yılında yayınladığı yazısında ilk olarak ele aldığı savunma mekanizması bastırma’dır. Sonrasında daha geniş bir tanımlamaya giderek, 1925’te yayınladığı “Ketlemeler, Semptomlar ve Kaygı” isimli yazısında, bastırma dışında gerileme, yansıtma, yapma bozma, tepki oluşturma, kendine yöneltme, içe yansıtma, karşıtına çevirme, yalıtma olarak 9 farklı savunma mekanizması olduğunu öne sürmüştür. Anna Freud bu 9 savunma mekanizmasına yüceltme, özdeşleşme ve özgeciliği de ilave ederek 12 farklı savunma mekanizması tanımlamıştır (Erim, 2004, s.21). Zaman içinde diğer psikoloji ekollerinden uzmanların da katkısıyla 31 adet savunma mekanizması belirtilmiştir (Kernberg, 1999, s.27).

Savunma mekanizmalarını kategorize ederken birçok farklı yol ve yaklaşımlar denenmiştir. Bu mekanizmaları öncelikle uyumlu ve patolojik olarak iki kategorili şekilde inceleyen isimler Sigmund Freud ve kızı Anna Freud’tur (Erim, 2004, s.26). Cramer ise (2000), reddetme, küçük çapta imge bozulması, büyük çapta imge bozulması, zihinsel engelleme, defansif ve eylem olmak üzere 7 kategori üzerinden 23 farklı savunma mekanizması tanımlamıştır. Vaillant, savunma mekanizmalarını incelemek için

hıyerarşik yöntem kullanmış, nevrotik, psikotik, immatür ve olgun olmak üzere 4 kategori sıralamıştır (Vaillant, 1971, s.107-118). Daha önceki yapılan çalışmaları göz önünde bulunduran Horowitz, 20 farklı savunma mekanizmasını kategorize etmeden açıklamıştır (Horowitz, 1991, s.226).

Ego tarafından bireyin ruhsal dengesini korumak amacıyla kullanılan savunma mekanizmaları, kişilik gelişimine oldukça katkı sağlamaktadır. Anna Freud, 1936 yılında yayınladığı “Ben ve Savunma Mekanizmaları” adlı çalışmasında, savunma mekanizmalarını kişiyi içsel ve sosyal sıkıntılardan koruyan, dürtüsel davranışlarını kontrol ederek egoyu istenmeyen ve endişe yaratan etkilerden uzaklaştıran bir yapılanma olarak açıklamıştır (Erim, 2004, s.35). Vaillant (1971)’e göre savunma mekanizmalarının genel işlevi, gerilimi azaltma, bilinçdışı dürtü ve istekleri dengede tutma, duyguları yönetebilme gibi durumları gerçekleştirebilmektir.

Egonun kendini koruma içgüdüleriyle çeşitli rahatsız edici durumlardan koruma gayreti içinde olduğunu belirten Yavuzer (2006, s.127), savunmanın genel tanımıyla kaygının yoğunluğunu azaltmak için geliştirilen öğrenilmiş tepki olduğunu ifade eder. Bu doğrultuda ego savunma içerisine girerken, birey yaşamının belli dönemlerinde yer değiştirme, bastırma, mizah, karşıt çevirme gibi türler kullanabilir (Erim, 2004, s.38).

Klinik araştırmalarda savunma mekanizmalarını belirlemeye yönelik çeşitli yöntemler geliştirilmiştir. Bu çalışmada kullanılan Savunma Biçimleri Testi-40 (Singh-Andrews ve Bond, 1993)’e göre, 20 savunma mekanizması immatür, nevrotik ve olgun olmak üzere 3 faktör altında sınıflanmaktadır. Bu sınıflamaya göre immatür savunma mekanizmaları olarak yer değiştirme, pasif saldırganlık, yansıtma, inkar, dışa vurma, yalıtma, dissosiyasyon, otistik fantezi, değersizleştirme, bölme ve mantıksallaştırma yer almaktadır. Mizah, baskılama, beklenti, yüceltme olgun savunma mekanizmaları başlığı altında ele alınırken, idealleştirme, yapma bozma, karşıt tepki geliştirme, yapay özgecilik nevrotik savunma mekanizmalarını oluşturmaktadır.

1.3.2. Savunma Mekanizmalarının Görevleri

Savunma mekanizmaları, kabul edilemez güdüler tarafından oluşturulan tehditleri en az seviyeye indirgeyen bilinçli olmayan başa çıkma yöntemleridir (Tükel, 2009, s. 42). Sağlıklı bireyler hayatlarını sürdürürken çeşitli türlerde savunma kullanırlar. Savunma mekanizmalarının sürekli kullanımı durumunda bireyin fizyolojik ve psikolojik

sağlığı olumsuz etkilenecek patolojik hale gelir. Benliği kaygıdan koruyan savunma mekanizmaları, benliğin üstesinden gelemediği bir olay ya da durumla karşılaştığı zaman koruma sağlamayı amaçlar (Yılmaz, 2007, s.244).

Savunma mekanizmaları ile ilgili problem görülen nokta, bireyleri karşı karşıya kaldıkları tehdit durumlarından kurtararak yapıcı bir şekilde eyleme geçmelerini engellemesidir. Petraglia'a (2017) göre, bu özelliği bakımından ele alınacak olursa, travma mağdurlarında gözlenen davranışlar savunma mekanizmalarına benzemektedir. Bireylerin kullandıkları savunmalar içsel veya dışsal güçlükler, endişe, çatışmalar ve güncel sorunlarla ilgili olması nedeniyle bireylerin kimliği ile ilgili değil, semptomlarla ilgilidirler (Petraglia, 2017, s.87).

Bireyler aynı anda birden çok savunma mekanizması kullanabilme özelliğine sahiptir. Savunma mekanizmaları iki şekilde incelenebilir: Bunlardan ilki "ego savunma mekanizmaları" diğeri ise "psikolojik onarım mekanizmalarıdır" (Yanbastı, 1990, s.29). Bu mekanizmalar duygusal sağlığı korumanın yanında, sağlıklı yineleyen savunma mekanizmaları uyumu engelleyerek patolojik durumlara yol açabilirler (Topses ve Serin, 2012, s.30).

Psikanalitik yaklaşım, dürtü çatışmalarını yaşamın ilk yıllarında ve ergenlik öncesi gizil dönemde açıkladığı için, ergenlikte oluşan psikolojik sorunlara az bir şekilde yer vermiştir (Erim, 2004, s.16). Ergenlik döneminde bilinç dışında gerçekleşen fanteziler bilinç düzeyine çıkararak ego savunma mekanizmalarının abartılı bir şekilde kullanılmasına sebebiyet verebilmektedir. Savunma mekanizmaları hakkında çeşitli görüşler ortaya atan başka bir araştırma, savunma mekanizmalarının kullanımının çocukları ruhsal sıkıntılardan koruduğunu, gelişim dönemi ile uyumlu olmayan savunma mekanizmalarının sürekli ve sıklıkla kullanılmasının geç çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ile ilgili psikopatolojiden kaynaklandığını ifade etmektedir (Cramer, 2010, s. 619-627).

İd, ego veya süper egonun istekleri arasındaki mücadeleden dolayı ortaya çıkan savunma mekanizmaları, çatışma çözme stratejisi olarak ele alınır (Vaillant, 1992, s.34). Savunma mekanizmalarının içsel gerilim için rahatlamayı sağlamak, kabul edilmeyen id dürtülerini kontrol altına almak, belli düzeylerde çatışmanın kaynağını çözümlmek, tehdit oluşturan bilinçdışı dürtülerden korunmak, sürekli gerilimin arasından kaçınmayı sağlamak, duyguları kabul edilebilir seviyede dengelemek gibi görevleri mevcuttur (Munroe, 1956, s.106). Vaillant (1971), savunma mekanizmalarının kendilik imajındaki

değişiklikleri kontrol için zaman kazanma, içsel dengeyi sağlama, hayatlarındaki vazgeçilmesi zor olan kişiler için çözülmemiş çatışmaları düzenleme gibi amaçları bulunduğunu ifade etmektedir.

Günlük hayatta zorlanılan yaşam görevleriyle başarılı bir şekilde baş edebilmek için bazı yöntemler kullanılır. Kreitler (1987), bu yöntemlere şu örnekleri vermiştir: Çözmeye en kolay sorudan başlanması (yer değiştirme), trafik esnasında duymak istenilmeyen rahatsız edici uyarıcıların görmezden gelinmesi (bastırma), problem çözümünde problemin küçük parçalara ayrılarak çözülmesi (ayrıştırma) olarak verilebilir.

Psikoanalitik gelişim kuramına göre savunma mekanizmaları incelendiğinde, içe atım, inkar, yansıtma gibi savunmalar oral dönem içerisinde ele alınırken, karşıt tepki geliştirme mekanizması anal dönemde incelenmiştir. Psikopatolojik durumlar açısından bakıldığında, obsesif kompulsif bireylerde yapma bozma, karşıt tepki geliştirme, entelektüelleştirme, duygusal yalıtma savunma mekanizmaları; psikozu bulunan bireylerin çarpıtma, inkar ve yansıtma; şizofrenik bireylerin egonun yoğun şekilde düşünce ve duygulanım kontrolüne girdiği otistik fantezi; histerik bireylerin regresyon, paranoid kişilik bozukluğuna sahip bireylerin bölünme, yansıtma; borderline bireylerin yansıtmalı özdeşim, bölünme, inkar, ilkel idealizasyon ve değersizleştirme mekanizmaları kullandıklarına dikkat çekilmiştir (Sadock, 2000, s.109).

Savunma mekanizmalarını bilincin kapalı bir şekilde, duygu ve düşüncelerin mental bir işleme dayandırılması olarak tanımlayan Blackman (2014, s.97)'a göre, savunma mekanizmalarının farklı kullanım şekilleri bulunmaktadır. Bunlar, bireyin zorlayıcı duygularıyla baş etme becerilerinin zayıf olması, içsel çatışmanın veya gerçek bir olay sonucu hissedilen duygu durumunun şiddetli derecede olması, cinsel dürtüleri baskılama gibi durumlardır.

1.3.3. Savunma Mekanizmaları Kümeleri

Bu araştırmada kullanılan Gardner, Cristian ve Bond'un Savunma Biçimleri Testi'nde (SBT-40) ele alınan savunma mekanizmaları nevrotik, immatür ve olgun olmak üzere üç kategoride sınıflandırılmıştır.

1.3.3.1. İmmatür Savunma Mekanizmaları

Çevresel gerçeklikle uyum içinde olmayan, en ilkel ve basit savunma mekanizmaları immatür savunma mekanizmaları olarak ele alınır (Vaillant, 1992, s.97). Bu başlık altında ele alınacak savunma mekanizmaları şunlardır:

1.3.3.1.1. Yansıtma (Projection)

Freud tarafından tanımlanan ilk savunma mekanizmalarından olan yansıtma mekanizması, paranoid düşünceler üzerinden oluşmaktadır. Ego ile uyumlu olmayan duygu veya düşünceyi uzaklaştırmak amacıyla bu duygu veya düşünceler gerçek yaşamdaki başka bir kişiye aktarılır (Vaillant, 1992, s.101).

Geçtan (2006)'a göre, yansıtma mekanizmasının kişiyi kaygıdan koruması için; bireyin kendisindeki eksikliğin sorumluluğunu başka birine yüklemesi veya kendisini suçlu hissettirecek istek, düşünce ve dürtüleri başkasına atfetmesi gerekir. Bir kişinin yaşadığı bir problemi çözüme kavuşturamayıp bunun sorumluluğunu başka bir kişiye yüklemesi ve yaşadığı problemi başkaları yüzünden çözümleyemediği inancına varması yansıtma mekanizmasına örnek olarak gösterilebilir (Geçtan, 2006, s.101).

İçsel olanın dışsal olarak yorumlandığı yansıtma mekanizmasının sık bir şekilde kullanılması önemli kişilik hasarlarına neden olmaktadır. Bu savunma mekanizmasını kullanan kişinin, yansıtmanın yapıldığı kişiyi gerçekçi olmayan şekilde yorumlaması sebebiyle düşünceler paranoid bir hal alır (Mc Williams, 2010, s. 143).

1.3.3.1.2. Pasif Saldırgan (Passive Aggression)

Psikanalitik görüşe göre pasif saldırganlık, psikoseksüel gelişim evrelerinden olan anal dönemle ilişkilidir. Çocuğun benliği ve dürtüleri arasındaki ilişkinin gelişmeye başladığı bu dönemde çocuk, dış dünyanın etkisi ile dürtü doyumundan vazgeçmeyi öğrenir. Bu şekilde öğrendiği dürtü engellenmesi çocukta saldırgan bir tutuma yol açarak dışkı yoluyla protesto etmesine neden olur (Topçuoğlu, 2003, s.47). Sonrasında annenin veya bakım verenin cezalandırma olasılığına karşı korku hissederek dışkısını boşaltmaktan vazgeçer (pasif tutum). Tuvalet eğitimi süreci, anne veya bakım veren ile çocuk arasında güç çatışmasına sebep olabilir; bu süreçte gücü ele alan bazen anne bazen de çocuktur (Odağ, 2001, s.96).

Kişilere saldırganlığı direkt olarak değil dolaylı yollardan ifade eden pasif saldırgan savunma mekanizmasında, kişiler bunu içsel ve dışsal stres faktörleriyle başa çıkabilmek için gerçekleştirirler (Geçtan, 2006, s.108). Bir kişinin diğer bir kişiye yönelik doğrudan saldırgan tutum göstermesi yerine işini yavaşlatması veya yüzünü asması pasif saldırgan savunma mekanizmasına örnek olarak verilebilir.

Pasif saldırganlık savunma mekanizmasında egoda mevcut olan saldırgan dürtü, yön değiştirerek yadsınır; çevreye karşı direnerek boşalım sağlar (Geçtan, 2006, s.105). Haksız yere kendisinin hedef alındığını düşünen kişi, bu durumu bilinçdışı bir süreçte yaşadığı için öfkelenmediğine inanmaktadır (Tabakçı, 2014, s.11). Bu savunma, saldırganlığın açıkça ifade edilmesinin kişi için tehdit oluşturacağı durumlarda koruyucu bir etki de göstermektedir (Taşkent, 2010, s. 24).

1.3.3.1.3. Yalıtma (İsolation)

Bu savunma mekanizmasını kullanan kişiler, baş edemeyecekleri psikolojik gerilimler yaşadıklarında duygusal boyuttan ayrılarak üzüntü, acı, hayal kırıklıkları gibi olumsuz yaşantılarını önlemeye çalışırlar (Geçtan, 2006, s.108). Kederlerini ifade ederken duygusuz bir tavır sergileyebilirler ve acı verici yaşantılarına akılcı açıklamalar sunarlar. Aynı zamanda bu kişiler zorlayıcı deneyimlerini, duygusal olarak arınmış bir şekilde başka bir insana ait yaşantıları aktarıyormuşçasına ifade ederler (Geçtan, 2006, s.109).

Yalıtma, S. Freud (1984)'un ifade ettiği ilk savunma mekanizmalarından biridir. Kaygı durumuyla beraber, kişinin duygu ve düşüncelerinin birbirinden kopması, duygularını bastırarak bir başka yaşantı veya nesneye yöneltilmesi, bilinçaltına atılmasıdır (Geçtan, 2006, s.112). Vaillant (1992)'e göre, kişinin iç dünyasında kabullenemediği, içsel çatışmalara sebep olan duygu, düşünce, dürtü ve fantezilerin duygusal boyutundan ayrıştırılıp, kontrol altına alınması ve olumsuz deneyimlerin etkilerini azaltmak olarak ele alınır.

1.3.3.1.4. Dışa Vurma (Acting Out)

Freud bazı çalışmalarında dışa vurma mekanizmasını, danışanlarının sözel olarak ifade edemediği, bilinçaltındaki isteklerini kontrol altına alabilmek amacıyla kullanıldığını belirtmektedir. Buna bağlı olarak dışa vurma mekanizması, bilinçdışı çatışmalar yaşanmaması sebebiyle, mantıksal açıdan uygun olmayan sonuçları

düşünmeksizin hareket edilerek, psikolojik gerginliğin eylemsel olarak dışavurumu olarak tanımlanır (Rowan, 2000, s.86). Kişinin yaşadığı ruhsal gerginliği, sözel tepkiyle kendisini açıklamadan, üzerindeki baskıyı eylemleriyle dışa vurması örnek olarak verilebilir.

Dışa vurumun içeriğinin iyi ya da kötü olması önem teşkil etmediği gibi, olumsuz sonuçlara dikkat edilmeksizin gösterilen dışa vurum davranışı gelişimi ilerletici veya tam tersi yıkıcı olabilir (Yaşar, 2014, s.53). McWilliams (2010)'e göre, önemli olan kişiyi dışa vuruma iten sebeplerin özünün bilinçdışı tedirgin edici ve otomatik şekilde gerçekleşmesidir. Narsistik, antisosyal ve borderline kişilik bozukluklarında dışa vurma savunma mekanizması sık kullanılmaktadır (Vaillant, 1994, s. 47).

1.3.3.1.5. Bölme (Splitting)

Dil öncesi dönemde, en ilkel savunma mekanizmalarından biri olan bölme mekanizmasının temellerinin oluşmaya başladığı düşünülmektedir (McWilliams, 2010, s. 147). Bölme düzeneğinin özünü oluşturan egonun derininde mevcut olan dürtülerin veya içe atılmış nesnelere veya kötü olarak ayrılması, iyinin devam ettirilip kötünün parçalanmaya ya da tam tersinin yapılmaya çalışılmasıdır (Öztürk, 2008, s.351). Dolayısıyla bölme, birbirine zıt olan kendilik ve nesne imgelerini birbirinden net olarak ayırıştırıcı bilinçdışı bir süreç olarak ifade edilmektedir.

Yeni doğan bebeklerin sevgiyi, nefreti, iyiyi, kötüyü, hazzı, acıyı birbirinden ayırt etmesine bölme mekanizması etki etmektedir (Geçtan, 2006, s. 65). Bir kişinin duygularını tutarsız bir şekilde ikiye bölerek yaşaması, birbiriyle bağlantılı olmayan duygu, düşünce ve davranış içinde olması bölme mekanizmasına örnek verilebilir.

Kernberg (1999) tarafından yapılmış bir araştırmaya göre bölme mekanizması, savunma özelliği kazandığında ego yetersizliğine neden olur. Bunun sebebi olarak yaşamı sürdürebilmek için gerekli olan saldırgan dürtülerin çeşitliliğinin bütünleşmesi, birbirlerine zıt içeriklerine rağmen saldırganlığın etkisini yitirmesine yol açar. Bölme mekanizması, bu etkinin yitimine engel olur ve egonun gelişimi için ihtiyaç duyduğu enerji kaynağından yoksun bırakır (Kernberg, 1999, s.183).

Bölme mekanizması, bebeğin nesne sürekliliğinin oluşmadığı dönemde ortaya çıkan belirsizlikler karşısında nesneye çift değerlilik atfında bulunamaması sonucunda iyi veya kötü olarak ayrılmasına yol açmaktadır (Geçtan, 2006, s. 65). Bebek doyumluk

yaşadığı zaman “iyi anne”, açlık ve engellenme yaşadığı zaman “kötü anne” olarak anneyi böler.

Bölme, bazı klinik belirtilerin oluşmasına sebebiyet vermektedir:

1. Seçici bir şekilde dürtü kontrolünün kaybolması
2. Çevredeki kişilerin kutuplaştırılarak “tamamen kötü” (değersizleştirme) veya “tamamen iyi” (idealizasyon mekanizması) olarak sınıflandırılması
3. Kişinin sık bir şekilde kendisi ile ilgili imgelerini yer değiştirmesi (Geçtan, 2006, s.63).

Sınır kişilik bozukluğunun belirtilerinin ortaya çıkmasında bölme savunma mekanizmasının etkisi bulunmaktadır (Kernberg, 2019, s.185).

1.3.3.1.6. Yadsıma/İnkâr (Denial)

Freud tarafından (1923), sıkıntı ve çatışma doğurarak gerginliğe yol açan, gerçekliğin bilinçdışında yadsınarak olmamış, yokmuş gibi davranılması şeklinde tanımlanan yadsıma mekanizması diğer savunma mekanizmalarının temelini oluşturmaktadır (Sharf, 2015, s.33). Anna Freud ise yadsıma mekanizmasının ilk olarak çocuk oyunlarında oluştuğunu, gerçeği tanıma ve egonun daha da güçlenmesiyle beraber bu inkar mekanizmasının zayıfladığını savunmuştur (Erim, 2004, s.49). Kişinin kendisine yakın gördüğü başka bir kişinin ölümünü kabul edemeyip tekrar geri geleceğine inanması ve aslında ölmediğini, hala hayatta olduğunu ifade etmesi yadsıma mekanizmasına örnek verilebilir. Kişilerin gerçeklikle bağlarının kopma noktasına geldiği psikotik süreçlerde de meydana gelebilir (Taşkent, 2010, s.39).

İnkârın sıklıkla kullanıldığı duygular kızgınlık ve öfke duygularıdır (Öztürk, 2008, s.362). “Otistik Fantezi” mekanizması, fantezilerin yadsıması altında incelenmiştir.

1.3.3.1.7. Otistik Fantezi (Autistic Fantasy)

Anna Freud, 1936 yılında yayınladığı “Ben ve Savunma Mekanizmaları” adlı yapıtında otistik fantezi savunma mekanizmasının daha çok çocukluk dönemlerinde, zorlayıcı duygulara ve yaşam olaylarına karşı duyarsızlaşıp dürtülerin oluşturduğu endişeye karşı psikolojik yapıyı koruyucu önlem amaçlı kullanıldığından bahsetmektedir.

Burada dikkat çeken nokta, fantezi kurarken mental olarak bu fantezi ile oldukça meşgul olmak ve yoğun enerji sarf etmektir (Erim, 2004, s.52).

Otistik düşünce, bireyin dış dünyadaki endişe ve isteklerini çözüme kavuşturma amacıyla tekrar yorumlanması ve yapılanması ile düş dünyasında yaşamasına imkan oluşturmaktadır (Gençtan, 2014, s.166). Kişinin babasına karşı yoğun öfke ve kızgınlık hissederek hayalinde güçlü ve yetişkin olduğunu düşünmesi, babasından intikam olarak içindeki öfkeyi azaltmaya çalışması otistik fantezi mekanizmasına örnek verilebilir. Bir çocuk okulu bitirdiğinde kendisine karne hediyesi olarak bisiklet alınacağı söylendiğinde, tüm sene boyu bu hediye beklerken, kendi fantezisinde bisikleti ile gezdiği yerleri düşlemesi bu durumu onun için daha kabul edilebilir kılmaktadır (Yaşar, 2014, s.48).

1.3.3.1.8. Yer Değiştirme (Displacement)

Yer değiştirme mekanizması, ego tarafından kabul görmeyen duygu, istek ya da eğilimin ortaya çıkması tehlikeli olduğunda asıl nesneden ayrılıp başka bir şeye yönelmesi ya da göstermek istenilen tepki tehdit oluşturuyorsa yerine farklı bir tepki geliştirmesi anlamına gelmektedir (McWilliams, 2010, s.204). Kişinin, başka bir kişinin neden olduğu olumsuz bir durumda o kişiye tepki geliştirmek yerine, o durumla ilgisi bulunmayan başka birine veya nesneye tepkisini yöneltmesi yer değiştirmeye örnek verilebilir.

Freud, yer değiştirme mekanizmasının rüyalarda, yer, kılık, biçim değiştirme şeklinde sembolleştirilmiş görüntülerle kendini gösterebileceğini ifade etmiştir. Aynı zamanda hissedilen korku ve fobik durumların özünde yer değiştirme mekanizması ile ilişkili olduğunu belirtmiştir (Burger, 2016, s. 87).

Duygu ve dürtü kontrolünde yaşanan zorluklarda yer değiştirme mekanizması iki şekilde işleyebilir: Kontrol edilemeyen duygu ya da dürtülerin ait olduğu nesneden ayrı tutularak kontrol edilebilen bir nesneye yönlendirilmesi ya da tehlikeli kabul edilen duygu ve dürtünün oluşturduğu tepki yerine başka bir tepki gösterilmesidir (Geçtan, 2006, s.74).

1.3.3.1.9. Bedenselleştirme (Somatization)

Bedenselleştirme mekanizmasında kabul edilmeyen düşünce ve durumlar fiziksel bir probleme yüklenir ve meydana gelen fiziksel yakınmalar nedeniyle odak

noktası, esas sorundan uzaklaşmış olur (Kellner, 1990, s.151). Erken çocukluk döneminde bakım verenin çocuğun kendisini ifade etmesine izin vermediği zamanlarda duyguların somatik belirtiler şeklinde açığa çıkması bedenselleştirme mekanizmasıdır (McWilliams, 2010, s.163).

Yaşanan gerilim ve baskılanma durumu bedensel olarak çeşitli rahatsızlıkların (migren, cilt hastalıkları, egzama, ülser vb.) oluşması ile kendini göstermektedir (Kozacıoğlu, 1995, s.40). Bedenindeki semptomlar üzerinden kişi, travmatik deneyimlerin etkisini hisseder ve bu semptomların ne anlama geldiğini bilinçdışının serbest çağrışım yoluyla bulabilir (Karvonen, 2007, s.15).

1.3.3.1.10. Rasyonalizasyon/ Mantıksallaştırma (Rationalisation)

Mantıksallaştırma önceki zamanda bulunan, mevcut zaman ya da gelecek için tasarlanan davranışları mantıklı biçimde ve toplumun onay verdiği şekilde işler (Geçtan, 2006, s.81). Bu mekanizma, “bilinçdışında bahaneler bulma” düzeneğini benimser. Mantıksallaştırma mekanizmasını yoğun kullanan kişiler toplumda uyum göstermekte zorlanabilirler (Öztürk, 2008, s.366).

Bu savunma mekanizması yadsıma mekanizması ile beraber kullanıldığında, kişi davranışlarına haklı nedenler bulur ve olumsuz yaşantıları sonucunda meydana gelen hayal kırıklıkları hafifler (Bakırcıoğlu, 2010, s. 72). Klinik vakalarda özellikle madde ve alkol bağımlılarının mantıksallaştırma mekanizmasını sık kullandıkları görülmüştür (Öztürk, 2008, s.367).

Bireyin ulaşmaya çabaladığı bir hedefe erişemediği zamanlarda, arzuladığı amacının aslında istenen ve gerekli olmadığına dair hem çevresi hem kendisine açıklamalarda bulunması sıklıkla karşılaşılan bir durumdur. Yine bir başkasının öfkeli ve saldırgan davranışlarının merkezinde yer alan kıskançlık duygusu veya amacına ulaşmamış cinsel istekler gibi motivasyonları daha kolay onay görülebilir sebepler sunması biçiminde de görülebilir (Yılmaz, 2007, s.244).

1.3.3.1.11. Değersizleştirme (Devaluation)

Değersizleştirme mekanizması, kişinin bedeni üzerinden yaşadığı değersizlik algısının bilinçdışında başka bir şekilde açığa çıkması olarak ifade edilir (Waites, 1982, s.435-459). Freud bu mekanizmanın penis kıskançlığı ve kastrasyon anksiyetesinden

kaynaklanarak bedenini değersiz olarak algılandığını belirtmiştir (Coriat, 1941, s.28-30). Freud'dan sonraki araştırmacılar değersizleştirmenin adet kanaması ile ilişkili olduğunu savunarak, adet kanamasının kirlenmek, hasta olmak gibi kelimelerle kişinin bedenini değersiz bir şekilde algılaması olabileceğini ileri sürmüşlerdir (Geçtan, 2014, s.85). Bir kişinin kendini değersiz ve aşağılık şeklinde görüp, dış dünyayı da aynı şekilde değersiz ve aşağılık olarak algılaması değersizleştirme mekanizmasına örnek gösterilebilir.

Bazı kişilik bozukluklarında değersizleştirmenin oldukça sık kullanıldığı görülmektedir. Özellikle narsistik kişilik bozukluğunda kişi kendi benlik saygısını korumak için dış dünyayı değersizleştirmektedir (Masterson, 2009, s.462). Obsesif kompulsif, borderline kişilik bozukluğunda görülen “ya hep ya hiç” yaklaşımı, yaşanan bir deneyimle beraber “ya değerli ya değersiz” olarak düşündürebilir (Yaşar, 2014, s.56). Borderline kişilik bozukluğunda kendilik algısı kötü olarak aktivite edildiğinde, değersiz, aşağılık bir his duyumsanarak dış dünya kötü ve pis olarak hissedilir (Özakkaş, 2013, s.102).

1.3.3.1.12. Disosiasyon (Dissociation)

Kişinin baş edemeyeceği, kendisini zorlayan travmatik durumlarda bastırma ve bölme mekanizmasının bir arada kullanılmasıyla yaşanan travmatik durumu daha kabul edilebilir şekle getirmektir (Taşkent, 2010, s.38). Olumsuz yaşantılar ve travmatik deneyimler egonun parçalanıp bölünmesine yol açar. Bu bölünme ile kişinin yaşadığı sıkıntının etkileri azalarak olumsuz duygu ve düşünceden kopması gerçekleşir (Taşkent, 2010, s.39).

Disosiasyon mekanizması psikojenik füğ, depersonalizasyon, çoklu kişilik ve psikolojik amneziye yol açarak kişinin bir parçasını tanımadan, habersiz bir şekilde yaşantılarını unutmaya sebep olabilmektedir (Geçtan, 2006, s.84). Bu savunmanın yoğun bir şekilde kullanılması, kişilerarası ilişkilerde yıkıcı hasarlar bırakır ve travmatik yaşantılar söz konusu olmadığı durumlarda dahi otomatik işlevsellik kazanma riski oluşturur (McWilliams, 2013, s.165).

1.3.3.2. Nevrotik Savunma Mekanizmaları

Nevrotik savunma mekanizmaları, immatür savunmalar gibi zorlayıcı durumlarla baş edebilmek için yoğun kullanılması durumunda kişinin normal yaşantısına

uyumunu zorlaştırır (Geçtan, 2006, s.87). Bu başlık altında ele alınacak savunmalar şu şekildedir:

1.3.3.2.1. İdealleştirme (Idealization)

Freud, idealleştirme kavramına 1914'te narsizm ile ilgili araştırmalarında yer vererek, birincil narsizme değinmiştir. Freud (1914)'e göre, erken yaşam yıllarında her insan kendisini dünyanın merkezinde görerek "birincil narsizm" dönemini yaşar. Büyüdüğü zamanlarda ebeveynlerinin ilgi ve sevgisini kazanmak için, onların onay verdiği şekilde davranışlarını sürdürür. Ebeveynlerin değer verdikleri tutum, nesle, kurallar ve davranış kalıpları idealize edilir. "Ego ideal" olarak adlandırılan bu kavram tüm bu değerlerin içselleştirilmesiyle meydana gelir (Crockatt, 2006, s. 16). Olumlu davranış kuralları ve egonun ulaşmaya çalıştığı mükemmellik ölçütleri ego ideal ile sağlanır. Ego ideal ve gerçek kendilik arasındaki fark ne kadar fazlaysa, idealleştirme savunmaları kullanımı sıklaşır ve sonunda patolojik bir duruma yol açabilir. Farkın fazlalığı libidinal dürtülerin nesnesinden ayrı tutulup egonun kendisine yöneltilmesine neden olur (Spruiell, 1979, s.777-791). Bu durumda artık idealize edilen egonun kendisi olmuştur ve Freud bunu "ikincil narsizm" olarak isimlendirir.

Özdeşleşme mekanizmasının hazırlayıcısı olarak idealleştirme mekanizması görülmektedir ve bu iki mekanizma süper egonun oluşumuna önemli katkı sağlar (Ersevim, 2013, s.245). İdealize edilen nesne kaybolursa, kişi suçluluk ve kayıp duyguları yaşayabilir. Kişinin anne babasının takdirini kazanmak için, onların doğrularını sorgulamaksızın kendi değerleri olarak kabul etmesi ve hayatını bu doğrulara göre şekillendirmesi idealleştirme mekanizmasına örnek gösterilebilir.

Otto Kernberg (1999)'e göre idealizasyon savunmasını kullanan bireyler, idealize ettikleri kişilerin olumsuz yanlarını görmeyerek yalnızca olumlu özellikleriyle mükemmel olarak algılamaktadır. Bu inkar ile kişi kendi kusurlarını yok sayarak, eksik özelliklerinden dolayı hissettiği olumsuz duyguların üstesinden gelebilmek amacıyla idealize edebileceği bir nesneye yönelmektedir (McWilliams, 2010, s.237-241). Narsist kişilerde görülen bu mekanizma, idealleştirmenin gerçek olmadığını fark ettikleri zaman hayal kırıklığı yaşayarak terapiyi sonlandırmalarına yol açmaktadır (McWilliams, 2010, s. 141).

1.3.3.2.2. Yapma-Bozma (Undoing)

Sert bir süper ego karşısında, bakım verenlerin öğretileri, geçmiş yaşantılar ve şimdiki tutumlar arasında bir uyumsuzluk olduğunda kişi, bu huzursuzluğu hafifletmek amacıyla telafi edici davranışlarda bulunabilir (iç rahatlatmak için sadaka vermek, yapılan hataya karşı özür dilemek vb.) (Geçtan, 2006, s. 319). Buradan yola çıkarak yapma-bozma mekanizması, kişinin kabullenemediği, günlük hayatında etkileşim halinde olduğu insanlar tarafından hoş karşılanmayacak bazı davranış ve sözleri gerçekleştirme durumunda, bunu düzeltmeye yönelik çabası ve eylemlerde bulunması olarak açıklanabilir. Burada ön planda olan unsur süper egonun katılığıdır.

Freud 1909 yılında “fare adam” isimli araştırmasında, yapma-bozma mekanizmasını kompulsif davranışlar üzerinden açıklamıştır. İki aşaması bulunan bu kompulsif davranışlarda, ikinci aşama birinciyi etkisiz hale getirir. Böylelikle ceza tehdidi bulunan saldırgan ve yıkıcı dürtülere karşı önlem alınır. Bu durum obsesyon nevrozunun temeline zemin hazırlar (Freud, 1979, s.151).

Süper egonun etkisi altında önce anne-babanın sonrasında çevre ve toplumun içselleştirdiği değerler kişide uygun olmayan davranışlarından dolayı kendini yargılama ve suçlama hissiyatı oluşturur. Kişi, yakın çevresinin saygı duymadığı bir davranış gerçekleştirdiğinde ikinci bir eylem ile bu durumu telafi eder (Freud, 1955, s. 218). Erken yaşlarda gözlenen, yapılan bir yanlışın sonra özür dilemenin ceza unsurunu bağışlanmayı sağladığı öğrenilir; yapma-bozma mekanizmasının temelinde bu çocukluk yaşantıları yer alır (Geçtan, 2006, s.320). Kişinin bir anda aklına gelen herhangi olumsuz düşüncesinin gerçek olmaması için tahta bir zemine üç defa eliyle vurması yapma-bozma mekanizmasına örnek verilebilir.

1.3.3.2.3. Karşıt Tepki Geliştirme (Reaction Formation)

Öncelikle Freud tarafından ele alınarak, kabul görmeyen istek ve dürtülerin yüceltme mekanizması ile beraber sosyal anlamda daha kabul edilebilir şekle dönüştürüldüğü olumlu bir mekanizma olarak tanımlanmıştır. Sonraki zamanlarda yüceltme mekanizmasından farklı olduğu savunulmuş, yüceltme mekanizmasında arzular koparıldığında hedef aynı kalırken, karşıt tepki geliştirme mekanizmasında arzular nesneden koparıldığı zaman zıt şekilde libidonun açığa çıktığı görülmüştür (Silverbeg, 1932, s.56).

Karşıt tepki geliştirme mekanizması, kişinin bilinçdışında yaşadığı dürtü, yasak ve arzuların tam tersi tepkiler geliştirmesi olarak tanımlanabilir. Değer görmeyen, yasak, bilinçdışı arzular kişide gerilim oluşturur; kişi de bu dürtülerin tam tersi olan davranışlarla kendini koruma altına almaya çabalar (Öztürk ve Uluşahin, 2016, s.421). Cinsel yayınlara sert tepki gösteren bir kişi, dürtülerini kontrol etmekte zorlandığı için bu tepkiyi geliştiriyor olabilir. Yakın bir arkadaşını kıskanan kişi, kıskançlık baskısından kaçmak için arkadaşına sevgi gösterilerinde bulunuyor olabilir. Karar vermekte zorlanan, aşırı titiz ve inatçı kişilik özelliklerine sahip kişilerin karşıt tepki geliştirme mekanizmasını kullandıkları düşünülmektedir (Öztürk, 2008, s.371).

1.3.3.2.4. Yapay Özgecilik (Pseudo Altruism)

Anna Freud'a göre çocukluk yaşantılarındaki isteklerin, katı ebeveyn tutumu ile karşılaşması, çocuğun erken yaşlarda dürtülerinden feragat ederek katı bir süper ego yapısı geliştirmesine neden olur. Onaylanmayan ve yasaklanan istekler bastırılmak yerine çevredeki kişilere aktarılır. Böylelikle katı süper egonun engellediği dürtü ve davranışlar, sosyal çevre tarafından değer gören kişilik özelliklerine dönüşerek tatmin sağlanmış olur (Erim, 2004, s.61). Kişinin başarı sağlayamadığı bir konuda, çevresindeki başka bir kişinin başarılı olmasını istemesi ve onun bu başarıya ulaşması için emek sarf ederek kendini adanması yapay özgecilik mekanizmasına örnektir.

Yapay özgecilik, özdeşim ve yansıtma mekanizmalarının bir arada bulunması şeklinde oluşmuştur (Blackman, 2014, s.33). Özdeşim kurdukları nesnenin başarıları ile doyuma ulaşır, bu nesnelere risk ile karşı karşıya kaldıklarında şiddet dahil olmak üzere her türlü gayreti gösterirler. Çevresindeki insanlar için fazlasıyla fedakar davranışlarda bulunan kişi, etrafındakilerin dürtülerini doyurarak hem kendini cezalandırmış hem de dolaylı tatmin sağlamış olur (Blackman, 2014, s. 33).

Anna Freud, annelerin erkek evlatlarına yönelik en özgeci sevgilerindeki temelini, annenin erkeksi isteklerini oğullarına aktarmak olduğunu savunmaktadır (Erim, 2004, s.62).

1.3.3.3. Olgun Savunma Mekanizmaları

Bireye katkı sunan sağlıklı ve yararlı olarak nitelendirilen bu mekanizmalar olgun savunma mekanizmaları olarak da adlandırılmaktadır (Vaillant, 1992, s.123). Olgun savunma mekanizmaları istek ve dürtülerin belli alanlarda boşalmasına fayda

sağlayıp psikolojik gerilim ve anksiyetesinin azalmasına yardımcı olurlar (Taşkent, 2010, s.41). Bu başlık altında incelenecek mekanizmalar şu şekildedir:

1.3.3.3.1. Yüceltme (Sublimation)

Freud, yüceltme mekanizmasını erotik merakın faydalı ve sanatsal faaliyetlere aktarılması olarak tanımlamıştır (Vaillant, 1986, s.791). Doyurulamayan ve engellenen dürtü ve davranışların yarattığı baskı, onların yerine geçebilecek başka arzular ve davranışlarla giderilmeye çalışılarak ilkel nitelikteki eğilimler toplumun onay vereceği şekle dönüştürülür (Gençtan, 2000, s.85). Toplum tarafından kabul görmeyen bir istek tersi yöne çevrilir ve içgüdünün etkisi tam tersi yönde işleyerek istek duyulan kişi veya nesneye karşı olumsuz tepki geliştirilir (Gençtan, 2000, s.85).

Yoğun saldırgan dürtüleri olan bir kişinin dövüş sporları ile ilgilenip bu alanda başarı kazanması, bir yazarın yasak aşka dair romanı, silahlara çok fazla ilgi duyan bir kişinin askerlik ya da polislik mesleğine yönelmesi yüceltme savunma mekanizmasına örnek verilebilir (Burger, 2016, s.82).

1.3.3.3.2. Mizah (Humor)

Mizah mekanizmasında kişi, ruhsal gerilim ve stres yaratan etkenlerle başa çıkmak için strese yol açan faktörlerin eğlenceli, keyif veren ya da ironik taraflarına odaklanarak iç huzursuzluğuyla baş eder (Öztürk ve Uluşahin, 2016, s.76). Mizah sayesinde kişi, kendisini rahatsız eden konularda daha toleranslı olduğu gibi, zihinde kendisini rahatsız eden konu yer etmeye devam etmektedir (Ersevim, 2013, s.259).

May (2000), kişinin sorunlarından mizah yoluyla uzaklaşarak bu yola kendi problemi üzerinde perspektif kazandığını ifade ederken, Freud (1998) mizahı kişinin yaşadığı zorlayıcı yaşam olaylarında gerçekçiliğini yitirmeden olumsuz duygulardan kaçmasını sağlayan sağlıklı bir mekanizma olarak tanımlamıştır. Freud (1998)'a göre, mizah saldırganlığı ve cinsel dürtüler ile ilgili gerilimi hafifleterek, genç bireylerin genellikle espri ve gülme yoluyla cinsel isteklerini dışa vurmalarını sağlamaktadır.

Mizah mekanizması, rahatsız edici bir durumla karşılaşıldığında gerçekçi bakış açısını kaybetmeden kişinin olumsuz duygularından uzaklaşmasına yardımcı olan sağlıklı bir savunma mekanizmasıdır (Taşkent, 2010, s. 42). Ego, bu sayede kişide anksiyete yaratan durumların ciddiyetinin azalmasını sağlar. Mizah yardımıyla kişi, toplum

tarafından onaylanmayan düşüncelerini kendilerini rahatsız etmeden ifade edebilir ve çevresindeki bireylerle ilişkilerinde gerilimleri hafifleterek adaptasyonu yükseltebilir (May, 2000, s.79).

1.3.3.3. Beklenti Oluşturma (Anticipation)

Beklenti oluşturma mekanizması, kişinin ilerde yaşama ihtimali olan durumları öngörerek bu olaylara karşı belirli çözümler ya da davranışlar geliştirmesi olarak belirtilir (Watson and Sinha, 1998, s.67). Freud, kaygıyı ele alırken, riskli durumlar ile travmatik durumları birbirinden ayırmıştır. Travmatik durumlarda egonun zayıflık çizgisi içine girdiğini ve gerçek travmanın “tehlikeli durum” olarak nitelendirildiğini ifade etmiştir. Kişi daha sonra tehlikeli bir durum oluşacağına dair beklenti oluşturur ve buna karşı ego sinyal kaygısı ile savunmacı bir duruma girer (Wong, 1999, s.819).

Beklenti mekanizması, kişinin gelecekte tehlike oluşturabilecek olayları özümseyip, bu olaylar ile ilgili gerçekçi düşünerek alternatif çözüm yolları üretebilmesi olarak tanımlanmıştır. Bastırma mekanizmasına benzer şekilde aniden beliren istek ve korkuları yönetmek şeklinde olabileceği gibi, beklenti mekanizması da ilerde meydana gelebilecek sıkıntı verici durumları kontrol altına alır (Vaillant, 2000, s.89).

Trafiğe ilk kez çıkacak bir kişinin karşı karşıya kalabileceği her türlü olumsuz durumu zihninde tasarlayarak olası aksiliklere karşı kendini hazırlaması veya okulda arkadaşlarının önünde projesini anlatması gereken bir öğrencinin sunumu ile ilgili yaşanabilecek olası aksilikleri düşünerek hareket etmesini beklenti oluşturma mekanizması için örneklendirilebilir.

1.3.3.4. Baskılama (Repression)

Baskılama savunma mekanizmasında, kişi bir çatışma yaşadığı zaman, bilinçli veya yarı bilinçli şekilde bu çatışmayı ertelediği gözlenmektedir. Bu erteleme, bilinçli olarak tekrar işlenmek üzere yapılmaktadır ve kaçınma söz konusu değildir (Werman, 1983, s.405). Bastırma mekanizması ile benzer yönleri olmakla beraber, baskılama bilinç düzeyinde gerçekleşmesi ile bastırmadan ayrılmaktadır. Kişi ruhsal olarak huzursuz ve gergin hissettiren bir durumu yok sayarak o an için onu düşünmemeyi veya ertelemeyi seçebilir (Vaillant, 1992, s.35-50).

Diğer mekanizmalara göre daha temel, ilkel ve kesin olan baskılama mekanizması, beklenmedik bir zamanda kişi için tehdit oluşturan bir durumla karşılaşıldığında, yaşanan korku ve kaygıya karşı geliştirilen akut savunmadır (Gençtan, 2000, s.71-72). Freud, ilk başlarda baskılama mekanizmasını temel ve tek şekilde ele alsa da, zamanla yansıtma ve karşıt tepki oluşturma gibi diğer savunma mekanizmalarının içinde ele alarak incelemiştir. Tam tersi şekilde Anna Freud, diğer mekanizmaları baskılama mekanizması ile iç içe ele almış, diğer savunma mekanizmalarının baskılamanın yarım bıraktığı savunmayı tamamlaması için uğraştığını belirtmektedir (Gençtan, 2000, s.72).

Bilinçdışına ötelenen arzu, dürtü, duygu ve yaşanmışlıkların bilinç düzeyine çıkması benlik tarafından onaylanmaz ve engellenir (Öztürk, 2012, s.57). Baskı altına alınan istek, dürtü ve eğilimler bilinç düzeyine çıkmamakta ve kişi bu durumun farkında olmamaktadır (Gençtan, 2000, s.73). Kişinin yaşamış olduğu can sıkıcı bir duruma yönelik tepkisini bilinçli olarak erteleyerek başka bir zamanda bu durumu değerlendirmesi baskılama savunma mekanizmasına örnek verilebilir.

1.4. İlgili Araştırmalar

1.4.1. Evlilik Doymu ile İlgili Yurt İçi Yapılan Araştırmalar

Ülkemizde evlilik doymu üzerine yapılan araştırmalar daha çok eşler arasında problem çözme becerileri, cinsel doyum ve benlik saygısı üzerine odaklanmaktadır. Tezer (1986), iki farklı araştırmasında Evlilik Yaşam Ölçeği'ni kullanarak evli çiftlerin çatışma davranışları ve evlilik doyumlarını incelemiştir. Tezer (1986) ilk çalışmasında eşler arasındaki çatışmanın sıklığı ve gerginlik seviyesi ile evlilikten aldıkları doyum arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Bu araştırmaya göre, erkekler ilişkilerindeki çatışmaları kendilerine yüklerken, kadınlar ise tam tersi şekilde eşlerine yüklemektedir. Araştırma, eşlerin yenilikçi ve adil bir evlilik ilişkisinden daha fazla memnun olduğunu göstermiştir. Tezer'in (1994) diğer çalışması, bireylerin ilişkilerinde yaşanan sıkıntı ve çatışmaların sebebini eşine yükleme eğilimini araştırmıştır (Tezer, 1994, s.2).

Basat'ın (2004) yürüttüğü çalışmanın amacı, kontrol odağı, kendilik değeri, cinsel doyum, evlilik doymu ve diğer değişkenler üzerinde gruplar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemektir. 200 kişiden oluşan katılımcı grupta, eğitim düzeyi ve cinsiyet değişkenlerinin temel etkilerinin yanı sıra, bu değişkenlerin birlikte etkisinin

cinsel haz ve evlilik doyumu üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada, kontrol odağı, kendilik değeri, evlilik süresi, cinsel ilişki azlığı ve orgazm sıklığı gibi değişkenlerin evlilik doyumu üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (Basat, 2004, s.51).

Demiray (2005, s.31), evlilik doyumuna yönelik demografik etkileri incelediğinde, cinsiyet, ekonomik gelir, çocuk sahibi olma durumu, çocukların yaşları, çocuk sayısı ve çalışma durumuna göre evlilik uyumunun farklılaşmadığını saptamış, ayrıca bu araştırmada evlilik doyumunun eşlerin yaşlarına ve evlilik sürelerine göre değiştiğini bulmuştur. Güçlü ise (2008, s.103) araştırmasında evlilik doyumunun tam tersi sonuçlara ulaşmış, evlilik doyumunun gelir düzeyi, yaş çocuk sayısı ve evlilik süresine göre farklılaşmadığını bulmuştur. Öte yandan aynı araştırmada, kadınların evlilik yaşlarının artmasıyla evlilik doyumlarının da arttığı tespit edilmiştir.

Güven ve Sevim (2007, s.55), algılanan problem çözme becerilerinin ve ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumuna etkisini araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemi 151 kadın 154 erkek katılımcı olmak üzere 305 evli bireyden oluşmaktadır. Bulgulara göre, evli bireylerin problem çözme becerileri, evlilik doyumunu birinci derecede yordarken, gerçekçi olmayan beklentiler üzerine yapılan bilişsel çarpıtmalar da ikinci derecede etkili bulunmuştur. Diğer kişisel faktörlerin, yaş ve cinsiyet, yakınlık kurmaktan kaçınma ve zihin okuma gibi diğer kişisel faktörlerin evlilik doyumuyla ilişkili olmadığı saptanmıştır.

Çağ ve Yıldırım (2013) araştırmalarında, çocuk sayısı, eğitim düzeyi, cinsiyet, eş desteği, evlilik süresi, yaş farkı, cinsel yaşamdan elde edilen doyum, ev ile ilgili görev ve sorumlulukların paylaşılması gibi faktörlerin evlilik doyumunu nasıl etkilediğini ele almıştır. Araştırmaya 811 evli bireyden 448'i (yüzde 54) kadın ve 363'ü (yüzde 46) erkek katılımcı katkıda bulunmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre, cinsel doyum, eş desteği ve eğitim düzeyi değişkenleri evlilik doyumunu önemli ölçüde etkilemektedir. Bununla birlikte, cinsiyet, çocuk sayısı, evlilik süresi, eşler arasındaki yaş farkı, ailenin gelir düzeyi ve ev içi sorumlulukların paylaşımı gibi değişkenlerin evlilik doyumunu önemli ölçüde etkilemediği anlaşılmıştır. Kısacası, bu araştırmanın bulgularına göre, eşlerin evlilik doyumlarını cinsel hayatlarından aldıkları doyum, algıladıkları eş desteği ve eğitim düzeyleri etkilemektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013, s. 18).

Aile yılmazlığı ve iletişim yeteneklerinin evlilik doyumu üzerindeki etkileri, Bulut ve Bağcı (2016) tarafından yapılan çalışmada incelenmiştir. Araştırmada 208 çift katılımcı yer almıştır. Kadın ve erkeklerde evlilik doyumunun, mücadelecilik, meydan okuma, öz yeterlik ve yaşama bağlılık, aile yılmazlığı alt boyutları ve ego geliştirici dil, etkili dinleme, kendini tanıma-açma, empati ve ben dilini kullanma becerileri ile olumlu bir ilişkisi olduğu belirlenmiştir. Kadın ve erkek yılmazlık düzeyleri ve iletişim yetenekleri, evlilik doyumu üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Araştırmanın sonuçlarına göre, kadınlardaki evlilik doyumuna en çok etki eden faktörler ben dili iletişim yeteneği ve aile yılmazlığının öz yetkinlik alt boyutudur. Öte yandan, erkek katılımcılarda evlilik doyumuna en çok etki eden faktörlerin ego geliştirici dil, iletişim yeteneği ile aile yılmazlığının öz yetkinlik alt boyutu olduğu görülmüştür (Buluş ve Bağcı, 2016, s. 143).

Gündoğdu (2007), Berk (2009) ve Alkan (2010) yaptığı araştırmalarda, evlilik süresinin evlilik doyumunu önemli derecede etkilemediğini bulmuşlardır. Evlilik süresinin evlilik doyumunu etkilediğini gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. Evlilik süresi arttıkça evlilikten alınan doyumun arttığını (Yıldız, 2012) ve azaldığını (Murat, 2019) gösteren araştırmalar mevcuttur.

Güngör (2007) evlilik doyumu ile ilgili araştırmasında, evlilikte özyetkinlik, evliliğe hazıroluş düzeyi, stresle başa çıkma tarzları, aktif planlama ve gelişime açıklık, duygusal tutarsızlık, özdenetim ve yumuşak başlılık kişilik özellikleri arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişki olup olmadığı sorusuna yanıt almayı amaçlamıştır. Çalışmanın örneklem grubu, 620 kadın 404 erkek olmak üzere 1024 evli bireyden oluşmaktadır. Bu araştırmaya göre, stresle başa çıkma tarzlarından biri olan aktif planlama, psikolojik belirtiler, evliliğe hazır oluş, özdenetim ve evlilikteki özyetkinlik, evlilik doyumunu doğrudan etkileyen faktörlerdir. Yine bu araştırmanın sonuçlarına göre, evlilik doyumu ile evliliğe hazıroluş arasındaki ilişki incelendiğinde, evlilikte özyetkinliğin dolaylı bir etkisi olduğu saptanmıştır. Evlilik doyumunu en iyi ölçen iki faktör eşbenzerliği ve eşlerin kök aile ile kurduğu ilişkilerdir. Cinsiyet açısından incelendiğinde, erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre evlilikten aldıkları doyumun daha fazla olduğu görülmüştür.

Şendil ve Korkut (2012) tarafından yapılan araştırmada, eşlerin anlaşarak evlendiklerinde evlilik doyumlarının, görücü usulü ile evlenenlere göre daha fazla olduğu görülmüştür. Yılmaz (2001) benzer sonuçlar elde ederek görücü usulüyle evlenenlerin evlilik doyumlarının düşük olduğunu tespit etmiştir. Çimen (2007)'nin araştırması 150 çift ile katılım sağlanmış ve çiftler evlenme biçimlerine göre çeşitli sosyal psikolojik

faktörlere göre karşılaştırılmıştır. Birbirlerini önceden tanıyan ve anlaşarak evlenen bireylerin, görücü usulü ile evlenen bireylere göre evlilik doyumlarının daha fazla olduğu saptanmıştır.

Temel (2013), çocuk sayısına göre yaptığı araştırmada çocuğu olmayan veya bir çocuğu olan çiftlerin evlilik doyumlarının, üç veya daha fazla çocuk sahibi olanlara göre daha fazla olduğunu bulmuştur.

Sümer, Aktürk ve Helvacı (2010), evlilik doyumu ile bağlanma arasındaki ilişkinin, kadınların evlilikteki bağlanma ve kaçınmalarının, eşlerine bakım verme biçimlerinin, görücü usulü veya aşk evliliğinin, demokratik veya geleneksel evliliğin evlilik doyumlarına olan etkilerinin incelendiği bir araştırma yürütmüşlerdir. Araştırmanın bulguları, bağlanmanın temel bileşenlerinin aktarımı ve zaman açısından anlamlı bir farklılık olmadığını göstermiştir. Hem görücü usulü hem aşk evliliği yapan kadın katılımcıların duyarlı ve uyumlu bakım verme stilleri düşük, kaçınma düzeyleri, eşe bağlanma gücü aktarımıyla olumlu yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Her iki evlilik grubu da gelenekselden ziyade demokratik bir yapıya sahip olduğu zaman evlilik doyumunun arttığı, bununla birlikte demokratik evlilik yapısına sahip olan ve aşk ilişkisi ile evlenmiş kadın katılımcıların bu iki grup arasında en yüksek evlilik doyumuna sahip oldukları görülmüştür (Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010, s.49).

Çınar (2008)'in, evlilik doyumu ile cinsiyet rolleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışması, 144 kadın 158 erkek üzerinde yapılmıştır. Çalışma bulguları, evlilik doyumu ile cinsiyet rolleri arasında anlamlı bir farklılık olduğunu ortaya koymuştur. Kadınsı ve androjen bireylerin, cinsiyet rolü nedeniyle erkeksi bireylere göre evlilik doyumları daha fazladır. Kadınların evlilik doyumları, cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık gösterirken, erkeklerin cinsiyet rollerine göre anlamlı bir farklılık saptanamamıştır.

Kavak (2018), farklı evli bireylerin aile içi sorunları ve çatışmaları nasıl yönettiklerini incelemiştir. Ankara'da yaşayan evli bireyler araştırmaya katılmıştır. Araştırmaya göre, evlilik doyumları az olan bireylerde en yaygın çatışma biçimi sert başlangıç iken, evlilik doyumları fazla olan bireylerde en yaygın çatışma biçimi yumuşak başlangıç olduğu bulgularda yer almıştır. Bununla birlikte, evlilik doyumları az olan bireylerde en yaygın çatışma yönetim biçimi düşmanca çatışma yönetimi olduğu, evlilik doyumları fazla olan bireylerde ise onaylayan çatışma yönetim biçimi olduğu ortaya konmuştur. Ek olarak, evlilik doyumları az olan katılımcılar, eşlerinin en sık karşılaştığı

çatışma yönetim biçiminin düşmanca çatışma yönetim biçimi olduğunu ve evlilik doyumları fazla olan katılımcılar ise eşlerinin en sık karşılaştığı çatışma yönetim biçiminin onaylayan çatışma yönetim biçimi olduğunu ifade etmişlerdir (Kavak, 2018, s.57).

Evlilik doyumuyla ilişkili bir başka faktör meslek ve eğitim düzeyidir. Meslek statüsü yüksek olanlar, orta ya da düşük meslek statüsüne sahip olanlara göre daha yüksek hayat standartlarına sahiptir ve evliliklerinden hem kendilerinin hem de eşlerinin daha fazla memnun olduğu gözlemlenmiştir (Hoşgör, 2013, s.128). Bir başka araştırma, evlilik doyumunu ile eğitim seviyesi arasında anlamlı bir negatif ilişki bulmuştur (Çelik, 2006).

Canel (2007) tarafından yürütülen bir grup çalışmasında, ailenin problem çözme becerilerini geliştirerek evlilikten elde edilen psikolojik mutluluğun, çiftlerin evliliklerinden elde ettikleri psikolojik mutluluğun artmasına neden olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırmaya göre, ailede problem çözme becerisini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışmasının, evli bireylerin evliliklerinin uyumu, mutluluğu, yakınlığı, çatışmaları ve öfkelerini azalttığı ve stresle başa çıkma tarzları açısından kendilerine güvenlerini artırdığı bulunmuştur. Bu bulgularla beraber çalışmanın, evli bireylerin eşlerinin ailelerinden kaynaklanan sorunlar, evlilik ilişkilerine yansıyan maddi kaynaklı sorunlar ve ebeveynlik anlayışı ile ilgili sorunlar konusunda etkisi tespit edilememiştir (Canel, 2007, s.278).

Şendil ve Korkut (2008) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, evlilik uyumu, iş yükü ve sorumlulukların artması, çocukların eğitimi konusunda ebeveynler arasında gerilim olması ve çocuk sayısı arttıkça ekonomik zorluklarla birlikte azalmaktadır (Şendil ve Korkut, 2008, s.27).

Yurt içinde yapılan araştırmalar, evlilik doyumunu ile ilgili araştırmaların son zamanlarda önemli ölçüde arttığını göstermektedir. Çatışma davranışları, kontrol odağı, kendilik değeri, cinsel doyum, demografik değişkenler (cinsiyet, ekonomik gelir, eğitim düzeyi vb.), çocuk sahibi olma durumu, eş desteği, eşler arasındaki yaş farkı, aile yılmazlığı, eşler arasındaki iletişim, evlilik süresi, gelişime açıklık, stresle başa çıkma tarzları, problem çözme becerileri, özdenetim arasındaki ilişkiyi araştıran araştırmalar son yıllarda oldukça artmıştır. Bununla birlikte, ev içi paylaşımı hakkındaki adalet algıları, eşlerin birbirlerine yönelik kontrol ve bağımlılık algıları, bireysel özellikler, kadının bir işte çalışıp çalışmaması, nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri ve bağlanma stilleri gibi

değişkenlerle evlilik doyumu ve uyumu arasındaki ilişkileri araştıran araştırmalar da yapılmıştır.

1.4.2. Evlilik Doymu ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Byrne ve Arias (1997, s.191), eşler arası şiddet ilişkisinin olumsuz eş davranışı üzerindeki nedensellik ve sorumluluk yüklemelerinin evlilik doyumu üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini, ortalama üç buçuk yıldır evli olan 66 çift oluşturmaktadır. Çiftlerin evlilik doyumsuzluğunun artması ile evlilikte şiddet olaylarının sıklığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Eşler arası şiddette hem erkekler hem de kadınlar arasında yüksek derecede bir ilişki olduğu ve evlilik doyumunun az olduğu kanıtlanmış, buna bağlı olarak yalnızca kadınlarda evlilik doyumu ile fiziksel saldırganlık arasında bir ilişki olduğu belirtilmiştir.

Dandurand ve Lafontaine (2013, s.164), romantik kıskançlık, yakınlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkileri araştırdıkları çalışmalarında, duygusal ve eş zamanlı olarak cinsel yakınlaşmanın evlilik doyumu üzerinde önemli bir etkisi olduğunu belirtmişlerdir. Bununla birlikte, romantik bir bağlanmanın, evlilik doyumu ile kıskançlığın çeşitli yönlerini etkilediği bulgularda yer almıştır.

Moini (2016, s. 21) tarafından yürütülen bir çalışmaya göre, bağlanmanın bireyler arasında evlilik doyumunu ne kadar etkilediği araştırılmıştır. 152 bireyin katıldığı araştırma, kaçınmacı bağlanmanın yordama gücünün en yüksek olduğu bağlanma türü olduğunu göstermiştir.

Kenny ve Weiner (2001, s. 183), bireylerin evlilik hakkındaki görüşlerini ele almışlardır. Araştırmacılar, değerlerin evlilik doyumu ile ilişkisini saptamak için benzerlik ve anlaşılma kavramlarını incelemişlerdir. Bu çalışmada benzerlik kavramı, erkeğin ve kadının ideallerinin birbirine benzerliği olarak tanımlanmaktadır. Buna bağlı olarak anlaşılma kavramı ise, bireylerin eşlerinin ideallerini ve değerlerini, onlarınkinden daha iyi anlaması olarak açıklanmıştır. Evlilik idealleri, eşlerin ve bireylerin evliliğe ilişkin değerlerini derecelendirmeleri ve en önemli beş değeri sıralamaları yoluyla ölçülmüştür. Evlilik değerleri, on üç önem düzeyine göre değerlendirilmiştir. Buna göre evlilik değerleri, yeterli paraya sahip olma, önemli konuları konuşma, sevgi gösterme, çocuk yetiştirme, birlikte bir şeyler yapma, cinsel tatmin, birbirlerine güvenme, ev hayatını sürdürme, birbirlerine iyi hissettirme, benzer dini ve siyasi inançlara sahip olma,

ilişkinin devam etmesini sağlama ve birbirleriyle iyi anlaşmaları olarak ele alınmıştır. Değerler kavramı geniş kapsamlı bir kavram olduğundan dolayı bu araştırmada evlilik ilişkisiyle paralel değerler kullanılmıştır. Söz konusu araştırmaya göre, çiftlerin birbirlerine benzer özelliklere sahip olmaları, evlilik sürelerinin daha uzun olmasını ve evlilik doyumlarının artmasını sağlamaktadır.

Evlilik ve evlilik doyumuyla ilgili en fazla araştırılan konulardan biri, evli çiftlerin yaşadıkları iletişim problemleri ve problem çözme becerileridir. Caughlin tarafından (2002, s.63) yürütülen bir araştırmada, evlilik doyumunun faktörlerinden biri olan iletişim yöntemleri, talep eden eşe karşılık kendini geri çeken diğer eş şeklinde yapılmış ilişki incelenmiştir. Özellikle eşlerden birinin diğerini sürekli eleştiren, rahatsız edici tavır veya tartışmaktan kaçınan sessiz tavrının, ilişkiyi olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Bazı araştırmalar, bu tavrın istikrarlı ve evlilik doyumu fazla olan bir ilişkide aşk ilişkisinin azalması ile bağlantılı olabileceğini göstermiştir. Aynı araştırmacının 46 evli çift üzerinde yaptığı araştırma, sürekli olarak eleştirel ve talepkar bir eşe karşılık kendini geri çeken ve ilgisiz kalan bir çiftin ilişki yapısının evlilikteki doyumsuzlukları ile nasıl ilişkili olduğunu göz önüne sermektedir. Bununla birlikte, araştırmada dikkat çeken nokta, bu durumun kadınların evliliklerinden aldıkları doyumu arttırdığını belirtmesidir. Bu durum, evlilik doyumu ile bu tür ilişki dinamikleri arasındaki ilişkinin zannedildiğinden daha karmaşık olduğunu göstermektedir.

Smith ve Reid (1986, s.401) tarafından yapılan bir başka çalışma eşlerin evlilikte rol paylaşım tutumlarını ve davranışlarını ele almıştır. Bu araştırmaya katılan çiftlerin çoğu, hem erkek hem de kadının birlikte ailenin geçimi, çocuk bakımı, ev işleri ve karar verme görevlerini paylaşmaları gerektiğini düşünmekle beraber, bu görüşlerini genellikle davranış olarak sergilemediklerini göstermiştir. Çalışmasına rağmen, çocuk bakımı ve ev işi rolü kadına yüklenirken, erkek ailenin geçimini sağlayan kişi olarak görülmüştür. Eğitim düzeyi ve gelirleri birbirine yakın çiftlerin daha fazla ailedeki rollerini daha fazla paylaştıkları tespit edilmiştir. Sonuç olarak, geleneksel bir bakış açısına sahip olmayan eşlerin, ev işi paylaşımı konusunda olumlu bir bakış açısına sahip oldukları bulgularda ispatlanmıştır.

Yelsma ve Marrow (2003, s.41), 66 evli kadın ve erkek katılımcı ile duygularını tanımlama ve ifade etme güçlükleriyle, evlilik doyumları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bu amaca uygun olarak yapılan ölçümler, katılımcıların duygularını ifade etmekle ilgili olarak yaşadıkları sıkıntıların hem kendilerinin hem de eşlerinin evlilik

doyumlarını azalttığını göstermiştir. Aynı şekilde, Miller (2003, s. 978) ve arkadaşlarının yürüttüğü bir başka çalışmada, evlilik doyumu ile bireylerin duygularını dışa vurabilme yeteneği arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma on üç yıl boyunca süren boylamsal bir çalışmadır. 68 yeni evli çift üzerinde 4 basamakta incelenen bu çalışmada, eşine sevgi dolu bir şekilde davranabilen bireylerin evlilik hayatından daha fazla doyum sağladığı bulunmuştur.

Graham ve Conoley (2006, s.231), evlilik kalitesi ile stresli yaşam olayları arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Araştırma, stres adaptasyon teorisini kullanılarak 58 çiftle incelenmiştir. Sonuçlar, eşlerinin olumsuz tutumları karşısında ilişkiyi geliştirici ve yapıcı olan çiftlerin evlilik kalitesinin daha yüksek olduğu ve stresle daha az ilişkili olduğu şeklindedir. İlişkilerinde sorunlar yaşayan çiftlerin ilişki kaliteleri daha düşük olduğu, aynı zamanda çiftlerin stres karşısında uyum sağlamalarının evlilik ilişkilerinde problemlerle başa çıkabilme yeteneklerini iyi kullanmalarına bağlı olduğu düşünülmektedir. Kişiler, evliliklerini strese dayanıklı hale getirebileceği gibi kolayca yıkılmasına da neden olabilirler.

Reissman, Aron ve Berger (1993, s.243), evlilik doyumu ile paylaşılan aktiviteler arasındaki ilişkiyi can sıkıntısı ve kendiyle arkadaşlık açısından ele almışlardır. Random olarak seçilen 53 evli çift, 10 hafta boyunca haftada bir gün 1,5 saatlik sürelerle bir araya getirilmişler; çiftler a) heyecan verici, b) memnuniyet verici olarak ve c) kontrol grubu olacak şekilde programları düzenlenmiştir. Kontrol grubunda hiçbir aktivite yapılmamıştır. Araştırmaya göre, kontrol grubu ile aktivite yapılan deney grubu arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Bununla birlikte, eğlenceli aktivitelere katılan grubun evlilik doyum seviyeleri, eğlenceli aktivitelerin yer almadığı grubunkinden anlamlı derecede daha fazla bulunmuştur. Bu sonuçlar, ortak paylaşım ve aktivitelerin evlilik doyumunu artırdığına dair görüşleri destekler niteliktedir.

Sacco ve Phares (2001, s.504) evlilik doyumu ile eşe verilen değer arasındaki ilişkiyi inceleyerek, depresyonun ve benlik saygısının rolünü ele almışlardır. Bu çalışmanın odak noktası, bir bireyin benlik algısı ile eşinin onun hakkındaki görüşü arasında bir tutarlılık olmasının evliliği daha doyumlu hale getirip getirmediği ile ilgili olmuştur. Araştırmaya ruh sağlığı kliniklerine başvuran evli çiftler ve normal bireyler de dahil edilerek, çiftlere, evlilik doyumu, benlik saygısı, kendisinin ve eşinin depresyonuyla ilgili kişilik özelliklerini sıralayabilecekleri bir liste verilmiştir. Eşi kendisine pozitif bir bakış açısıyla yaklaşan kişilerin daha fazla evlilik doyumu daha fazlayken, eşinin

kendisine olumsuz bir algıyla yaklaştığı kişilerin daha az evlilik doyumuna sahip oldukları kanıtlanmıştır.

Meslek statüsü ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi ele alan Cooper ve Chassin (1985, s.227), mesleki statüsü yüksek olan kişi ve eşlerinin, mesleki statüsü düşük olan kişi ve eşlerinin evliliklerinden daha fazla doyum sağlayabileceklerini belirtmişlerdir. Kadınların mesleki statülerinin, eşlerinin evlilik doyumu üzerinde etkili olmadığı düşünülmektedir. Ayrıca, çalışmayan kadınlarla karşılaştırıldığında, çalışan kadınların eşlerinin, çalışmayan kadınların eşlerine kıyasla evlilik doyumlarının daha az olduğu gözlenmiştir (Lye ve Biblarz, 1993, s.157). Ek olarak, erkeklerin işten aldıkları mesleki doyum ile eşlerinin evlilik doyumu arasında doğrudan bir ilişki olabileceği düşünülmektedir (Barling, 1984, s.5). Bunun bir sonucu olarak, erkeğin işinden memnuniyeti azaldığında, eşinin de evlilik hayatından aldığı kalite ve doyumun azalabileceği söylenebilir.

Alan yazın incelendiğinde, evlilik süresinin evlilik doyumunu etkilediği görülmektedir. Anderson, Russel ve Schumm (1983, s.127), bununla ilgili yaptıkları çalışmalarında, evliliğin ilk zamanlarında çiftlerin evlilik doyumlarının az olduğunu fakat evliliğin ilerleyen zamanlarında, çocuklar evden ayrıldıktan sonra aralarındaki doyumun arttığını ifade etmişlerdir. Benzer şekilde, Spainer, Lewis ve Cole (1975, s.263) evliliğin ilk yıllarında evlilik doyumunun daha az olduğunu, ilerleyen yıllarda ise doyumun ve mutluluğun arttığını çalışmalarında desteklemişlerdir. Gaesser ve Whitboure (1985, s.747), ilgili araştırmalarında, kadınlarda evlilik doyumunun evlilik süresi arttıkça azaldığı, erkeklerde ise arttığını çalışmalarında belirtmişlerdir.

Schuum (1985, s.221), araştırmasında evlilikten alınan mutluluğun kadınlar ve erkekler tarafından farklı şekillerde algılandığı sonucunu elde etmiştir. Evlilik doyumunun kadın ve erkek üzerindeki etkilerini inceleyen çoğu çalışma, evlilik ilişkisinde kadın ve erkeğin farklı oranlarda doyum ve yarar sağladıkları sonucuna ulaşmıştır (Kiecolt, Glaser ve Newton, 2001, s.472).

Yurt dışında evlilik doyumu ile ilgili yapılan araştırmalar birlikte değerlendirildiğinde, bu araştırmalarda evlilik doyumu ile eşler arasındaki ilişki, sorumluluk alma, romantik kıskançlık, duygusal ve cinsel yakınlık, bağlanma stilleri, çocuk yetiştirme, birlikte bir şeyler yapma, birbirine güvenme, ev hayatını sürdürme, birbirlerine iyi hissettirme, iletişim yöntemleri, rol paylaşımları, duygularını ifade etme,

paylaşılan aktiviteler, benlik algısı, meslek statüsü gibi değişkenlerle ilgili ilişkiler incelenmiştir. Alan yazın incelendiğinde yapılan araştırmalarda, cinsiyet, yaş, gelir, eğitim düzeyi, çocuk sahibi olma durumu, evlenmeden önce geçirilen zaman, evlenme tipi, evlenme yaşı, ilk ya da yeniden evlenme durumu ve evli olma süresi gibi sosyodemografik değişkenlerin evlilik doyumunda rol oynadığı görölmektedir. (Filsinger ve Wilson, 1984, s.663). Genel olarak incelendiğinde evlilik doyumunu ile ilgili hem yurt içi hem yurt dışı araştırma sonuçlarının birbirleriyle tutarlı olduğu durumlar olduğu gibi, tutarsız olduğu durumların da olduğu görölmüştür.



2. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ve evlilik doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik nicel araştırma yönteminin kullanıldığı genel tarama kapsamında yer alan ilişkiisel tarama modeline dayalı bir çalışmadır.

İlişkiisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi ve bu değişkenlerin birbirlerini etkileyip etkilemediklerini inceleyerek, değişkenlerin birlikte değişip değişmediğini, eğer değişme gözleniyorsa bunun nasıl gerçekleştiği yönüne odaklanır (Büyüköztürk, 2020, s. 16). Bu model, araştırmacıya nedensellik hakkında bazı bilgiler verse de, değişkenler arasında neden-sonuç ilişkisini kesin bir şekilde göstermeyebilir (Büyüköztürk, 2020, s.17). Araştırmanın bağımsız değişkeni kullanılan savunma mekanizmaları iken bağımlı değişkeni evlilik doyumudur.

2.2. Çalışma Grubu

Çalışma grubunu 2022-2023 yılında Ankara'da yaşayan 23-62 yaş arası 457 evli birey oluşturmaktadır. Evli bireyler seçilirken olasılıksız örnekleme yöntemlerinden amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme, araştırmanın amacına uygun bir şekilde, bilgi açısından daha zengin durumları seçebilmek için kullanılan örnekleme yöntemidir (Büyüköztürk, 2020, s. 94). Aşağıda çalışmaya katılan evli bireylere yönelik bilgiler sunulmuştur.

Tablo 1.
Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Yaşlarına Göre Sayısal Dağılımları

Yaş	n	%
23-29 arası	121	26.5
30-40 arası	200	43.8
41-41'den büyük	136	29.8

Tablo 1'de çalışmaya katılan toplam 457 evli bireyin yaşlarına göre sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Buna göre katılımcıların 121 (%26.5)'i 23-29 yaş arası, 200 (43.8)'i 30-40 yaş arası, 136 (29.8)'i 41 yaş ve üzeridir.

Tablo 2.
Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımları

Cinsiyet	n	%
Kadın	297	65.0
Erkek	160	35.0

Tablo 2'de çalışmaya katılan toplam 457 evli bireyin cinsiyetlerine göre sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Buna göre katılımcıların 297 (%65.0)'i 23-29 kadın, 160 (%35.0)'i erkektir.

Tablo 3.
Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları

Eğitim Düzeyi	n	%
Lise ve altı	46	10.1
Üniversite	264	57.8
Yüksek Lisans/Doktora	147	32.2

Tablo 3'de çalışmaya katılan toplam 457 evli bireyin eğitim düzeylerine göre sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Buna göre katılımcıların 46 (%10.1)'i lise ve altı, 264 (%57.8)'i üniversite, 147 (%32.2)'i yüksek/lisans doktora eğitim düzeyindedir.

Tablo 4.
Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Çalışma Durumlarına Göre Dağılımları

Çalışma Durumu	n	%
Evet	351	76.8
Hayır	106	23.2

Tablo 4’de çalışmaya katılan toplam 457 evli bireyin çalışma durumlarına göre sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Buna göre katılımcıların 351 (%76.8)’i çalışmakta ve 106 (%23.2)’i çalışmamaktadır.

Tablo 5.
Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Aylık Gelir Durumlarına Göre Dağılımları

Aylık Gelir	n	%
0-10.000	43	9.4
10.000 – 20.000	149	32.6
20.000 – 30.000	115	25.2
30.000 – 40.000	80	17.5
40.000 – 50.000	36	7.9
50.000 ve üzeri	34	7.4

Tablo 5’de çalışmaya katılan toplam 457 evli bireyin aylık gelir durumlarına göre sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Buna göre katılımcıların 43 (%9.4)’ü 0-10.000, 149 (%32.6)’ı 10.000-20.000, 115 (%25.2)’i 20.000-30.000, 80 (%17.5)’i 30.000-40.000, 36 (%7.9)’i 40.000-50.000, 34 (%7.4)’ü 50.000 ve üzeri gelir durumuna sahiptir.

Tablo 6.
Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Evlilik Süresine Göre Dağılımları

Evlilik Süresi	n	%
0-4 yıl	179	39.2
5-9 yıl	97	21.2
10-14 yıl	58	12.7
15-19 yıl	44	9.6
20 ve üzeri yıl	79	17.3

Tablo 6’da çalışmaya katılan toplam 457 evli bireyin evlilik süresine göre sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Buna göre katılımcıların 179 (%39.2)’i 0-4 yıl, 97 (%21.2)’i 5-9 yıl, 58 (%12.7)’i 10-14 yıl, 44 (%9.6)’i 15-19 yıl, 79 (%17.3)’ü 20 ve üzeri yıl evliliklerini sürdürdüklerini ifade etmişlerdir.

Tablo 7.
Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Dağılımları

Çocuk Sayısı	n	%
Yok	167	36.5
1	139	30.4
2	115	25.2
3+	36	7.9

Tablo 7’de çalışmaya katılan toplam 457 evli bireyin çocuk sayısına göre sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Buna göre katılımcıların 167 (%36.5)’i çocuk sahibi olmamakta, 139 (%30.4)’ü 1 çocuk, 115 (%25.2)’i 2 çocuk, 36 (%7.9)’u 3 ve üzeri çocuk sahibidir.

Tablo 8.
Çalışmaya Katılan Evli Bireylerin Evlenme Biçimine Göre Dağılımları

Evlenme Biçimi	n	%
Kendi kararımız ile	394	86.2
Görücü Usulü	63	13.8

Tablo 8’de çalışmaya katılan toplam 457 evli bireyin evlenme biçimine göre sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Buna göre katılımcıların 394 (%86.2)’i kendi kararları ile, 63 (%13.8)’i görücü usulü ile evlendiklerini belirtmişlerdir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada evli bireylerin evlilik doyumlarını ölçmek için İnanç (2006) tarafından geliştirilen “Evlilik Doyum Ölçeği” (EDÖ); kullanılan savunma mekanizmalarını ölçmek amacıyla Yılmaz, Gençöz ve Ak (2007) tarafından Türkçeye uyarlanması yapılan “Savunma Biçimleri Testi” (SBT) kullanılmıştır. Ayrıca katılımcıların demografik bilgileri için araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Bu ölçme araçlarına ait bilgilere aşağıda yer verilmiştir.

2.3.1. Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ)

Çelik ve Yazgan İnanç (2009, s.235)'in evli kadın bireylerin evlilik doyumlarını belirlemek amacıyla geliştirdikleri evlilik doyumu ölçeği (EDÖ) 5 olumlu, 8 olumsuz olmak üzere toplamda 13 maddeden meydana gelmektedir. (1) Bana hiç uygun değil, (5) Bana tamamen uygun derecelendirilmesine göre yanıtlanan likert tipli bir ölçektir. Ölçekten alınacak en yüksek puan 65, en düşük puan 13'tür. Evlilik doyumları yüksek olan bireylerin aldıkları puan yüksek çıkmaktadır. Ölçekteki olumsuz anlam içeren 7 maddenin puanlanması ters çevrilerek yapılmaktadır (Çelik, 2006, s. 82).

Ölçeğin tamamının alt boyutları, iç tutarlılık Cronbach Alpha değerleri, test tekrar test katsayılarının ve madde toplam puan korelasyonlarının yüksek olduğu saptanmıştır. Yapılan geçerlik çalışma sonuçları da ölçeğin geçerliliğini desteklemektedir (Çelik, 2006, s.3). Aile alt ölçeği maddeler için toplam puan korelasyonları 0.59 ile 0.71, Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.83; cinsellik alt ölçeği maddeler için toplam puan korelasyonları 0.49 ile 0.73, Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.81; benlik alt ölçeği maddeler için toplam puan korelasyonları 0.49 ile 0.67, Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.75 olarak hesaplanmıştır. Her üç alt ölçeğin Cronbach alfa değeri 0.70'in üzerindedir. EDÖ alt ölçeklerinin test tekrar test analizleri, aile alt ölçeği için 0.80, cinsellik alt ölçeği için 0.83 ve benlik alt ölçeği için 0.74 güvenirlik katsayıları elde edilmiştir. Bu değerler, ölçeğin belirli zaman aralıkları içinde uygulandığında kararlılık göstereceği anlamını taşımaktadır (Çelik ve Yazgan-İnanç, 2009, s.242). Bu araştırmada, ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.83'tür. Sonuç olarak, Evlilik Doyum Ölçeğinin güvenirliğinin, Cronbach Alfa katsayıları baz alınarak güvenilir olduğu bulunmuştur.

2.3.2. Savunma Biçimleri Testi (SBT)

Psikoloji ile ilgili çalışmalarda, savunma mekanizmalarını kullanmak için çeşitli ölçekler geliştirilmiştir. Bond ve arkadaşlarının geliştirdiği Savunma Biçimleri Testi, 26 farklı savunma mekanizmasını değerlendiren 88 maddelik bir testtir. Ancak Andrews (1989), DSM-III-R'in savunma mekanizmalarını tekrar ele almasından sonra SBT'yi tekrar düzenleyerek, şimdiki formu olan 3 faktör (ilkel, nevrotik, olgun) ve 40 soru olarak revize etmiştir (Yılmaz ve Gençöz, 2007, 18(3): s.245). Savunma Biçimleri Testi (SBT-40), 40 madde ve 20 savunmadan oluşan, bilinç dışında kullanılan savunma mekanizmalarının bilinç düzeyindeki yansımalarını ele alan deneysel bir ölçektir. Andrews, Singh ve Bond (1993) tarafından tasarlanan testte her bir maddede 1, "Bana hiç

uygun değil" ile 9 " Bana çok uygun" arasında değerlendirilir (Yılmaz ve Gençöz, 2007, 18(3): s.246).

Ölçeğin üç alt boyutunda yer alan alt savunmalar şu şekildedir: İlkel savunma için yansıtma, dışa vurma, pasif saldırganlık, değersizleştirme, otistik fantezi, yalıtma, yer değiştirme, bölünme, inkar, bedenselleştirme, mantıksallaştırma ve dissosiyasyondur. Nevrotik savunma mekanizmaları için karşı tepki geliştirme, idealleştirme, yapay özgecilik, yapma-bozma iken olgun savunma mekanizmaları için beklenti, yüceltme, mizah ve baskılamadır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmalarında, ilkel savunmalar için 0.68, nevrotik savunmalar için 0.58, olgun savunmalar için 0.80 iç tutarlılık değerleri elde edilmiştir. Savunma Biçimleri Testi'nin uyarlama çalışmaları Yılmaz ve arkadaşları (2007) tarafından yapılmış olup, güvenilirlik analizleri sonucunda iç tutarlılık katsayısı Cranbach Alpha alt boyutlar için 0.83 (ilkel savunma biçimi), 0.61 (nevrotik savunma biçimi) ve 0.70 (olgun savunma biçimi) olarak bulunmuştur (Yılmaz ve Gençöz, 2007, 18(3): s. 247-248)

Savunma Biçimleri Testi'nin (SBT) ölçüt bağımlı geçerliği incelendiğinde, beklentilerle tutarlı sonuçlar elde edilerek Olgun Savunma Biçimi kaygı ve depresyon belirtileriyle olumsuz korelasyon gösterirken, İmmatür Savunma Biçimi kaygı ve depresyon belirtileri ile olumlu korelasyon ilişkisi göstermiştir. Nevrotik Savunma Biçimi ise kaygı yakınmalarıyla olumsuz bir korelasyon gösterirken, depresif belirtilerle ilişkisinde anlamlı sonuç elde edilememiştir (Yılmaz ve Gençöz, 2007, 18(3): s. 249). Testin ölçüt geçerliği incelendiğinde ise, normal ve klinik gruplar arasında kullanılan savunma biçimlerine göre beklenen yönde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu bulgulardan yola çıkılarak Savunma Biçimleri Testi'nin (SBT) psikometrik özellikleri kabul edilebilir düzeyde olup, yürütülen araştırmalarda kullanılabilir nitelikte olduğu ispatlanmıştır (Yılmaz ve Gençöz, 2007, 18(3): s. 244).

2.3.3. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada, evli bireylerin demografik bilgilerini elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formunda; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu, aylık gelir durumu, evlilik süresi, çocuk sayısı, evlenme biçimi gibi demografik özellikleri belirlemeye yönelik sorular bulunmaktadır.

2.4. Veri Toplama İşlemi

Çalışmada kullanılan veri toplama araçları Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), Savunma Mekanizmaları Testi (SBT) ve Kişisel Bilgi Formu 2022-2023 yılları arasında Ankara’da yaşayan evli bireylere gönüllülük esas alınarak uygulanmıştır. Etik ve yasal izinler alındıktan sonra ölçekler yönergeleri ile birlikte Google Forms üzerinden oluşturularak evli bireylere ulaştırılmıştır. Buna ek olarak, evli bireylere Google Forms’un başlangıç sayfasında süreç ile ilgili bilgilendirme yapılmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Çalışmanın analizine geçmeden önce veri kontrolleri yapılarak, betimsel istatistik yöntemiyle demografik değişkenler incelenmiştir. Sonrasında, homojenlik ve normallik sonuçlarına göre verilerin homojen ve normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle parametrik testler kullanılmıştır. Savunma Biçimleri Testi’ni yaş, eğitim düzeyi, aylık kazanç, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerine göre incelerken ANOVA, cinsiyet, çalışma durumu ve evlenme biçimi değişkenlerine göre incelerken t-testi kullanılması uygun görülmüştür. Evlilik Doyum Ölçeği değişkenleri ele alındığında aynı şekilde, yaş, eğitim düzeyi, aylık kazanç, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerinin ANOVA (tek yönlü varyans analizi); cinsiyet, çalışma durumu, ve evlenme biçimi değişkenleri incelenirken t-testi analizi yapılmıştır.

Tüm veriler bilgisayarda SPSS (Statistical Package For Social Sciences) 26 programına kaydedilerek analiz edilmiştir. Dağılımın normalliğine karar vermek için Kolmogorov-Smirnov testinden yararlanılmış, verilerin çarpıklık-basıklık katsayılarının ± 2.0 arasında olmasından (George ve Mallery, 2010, s.47), dağılım normal kabul edilmiştir. Varyansın homojenliğini belirlemek için Levene istatistiği ile varyansların homojen olup olmadığı tespit edilmiştir. Elde edilen değerlerin anlamlı olup olmadığının yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi ölçüt olarak kullanılmıştır.

2.5.1. Araştırmanın Birinci Amacına İlişkin Analizler

Araştırmanın birinci alt problemine göre, evli bireylerin Savunma Biçimleri Testi (SBT) puanları ile çeşitli değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. İlk olarak, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının yaşa göre anlamlı fark gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi kullanılmıştır.

ANOVA testi, birbiriyle ilişkisiz iki veya daha fazla örneklem ortalamasının aralarındaki anlamlı bir farkın olup olmadığını ölçmektedir (Büyüköztürk, 2020, s.48).

İkinci olarak, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için bağımsız örneklem t-testi tercih edilmiştir. Cinsiyet, normal dağılım gösteren bağımsız iki grup karşılaştırması olduğu için t-testi kullanılması uygundur (Büyüköztürk, 2020, s.48).

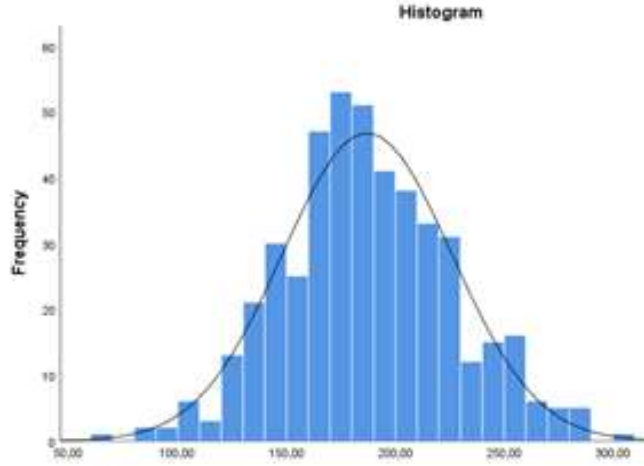
Üçüncü olarak evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi yapılmıştır. Eğitim düzeyleri, lise ve altı, üniversite, yüksek lisans/doktora olarak üç farklı grupta ele alınmıştır. Dördüncü olarak evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının çalışma durumlarına göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini araştırmak için t-testi kullanılmıştır.

Beşinci olarak evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının aylık kazançlarına göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA tercih edilmiştir. Aylık kazanç değişkeni, 0-10.000, 10.000-20.000, 20.000-30.000, 30.000-40.000, 40.000-50.000 ve 50.000 üzeri olmak üzere altı farklı grupta ele alınmıştır.

Altıncı olarak evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının evlilik süresine anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi gerçekleştirilmiştir. Evlilik süresi, 0-4 yıl, 5-9 yıl, 10-14 yıl, 15-19 yıl, 20 ve üzeri yıl olarak beş farklı grupta incelenmiştir. Yedinci olarak evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının çocuk sayısına göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelenerek, ANOVA analizi kullanılmıştır. Çocuk sayısı değişkeni, çocuk sahibi olmayan, 1 çocuğa sahip olan, 2 çocuğa sahip olan, 3 ve üzeri çocuk sahibi olan şeklinde dört farklı grupta incelenmiştir.

Son olarak, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının evlenme biçimine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini ele almak adına t-testi kullanılmıştır. T-testi yapılmadan önce normallik, homojenlik, örneklemelerin bağımsızlığı şartları yerine getirilmesi gereklidir (Kim, 2005, s.540). Araştırma kapsamında yer alan değişkenlerin normallik varsayımını karşılama durumu grafiksel yöntemler ve istatistiksel yaklaşımlar kullanılarak değerlendirilmiştir. Normallik varsayımının karşılanıp karşılanmadığının belirlenmesi için Savunma Biçimleri Testi

(SBT)'nin bağımsız değişkenlere yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu, aylık kazanç, evlilik süresi, çocuk sayısı ve evlenme biçimlerine göre basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Savunma Biçimleri Testi (SBT)'ne ait toplam puanlara ilişkin veriler aşağıdaki grafikte gösterilmiştir.



Şekil 1. SBT Puanlarına İlişkin Normallik Diyagramı

Şekil 1'e göre grafik normal dağılım göstermektedir. Tablo 9 incelendiğinde, Savunma Biçimleri Testi (SBT) puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin +2 -2 arasında normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 9.
SBT ve Alt Boyutları Çarpıklık Basıklık Katsayıları

Ölçekler	Çarpıklık	Basıklık
Savunma Biçimleri	0.19	0.06
Matür Savunma	-0.14	-0.16
Nevrotik Savunma	0.02	-0.30
İmmatür Savunma	0.31	-0.19

Yapılan istatistiksel analizler %95 güven aralığında incelenmiş olup, bulgulara ait veriler gösterilmiştir. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için Cronbach Alpha Testi yapılmıştır. Savunma Biçimleri Testinin (SBT) Cronbach Alpha Katsayısı bu çalışma için 0.86 olarak bulunmuştur. Çalışma kapsamında Savunma Biçimleri Ölçeğinin alt boyutları ile yapılan Cronbach Alpha Test bulguları Tablo 10'da yer almaktadır.

Tablo 10.
SBT Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Cronbach Alpha Katsayısı</i>
Savunma Biçimleri Testi	0.86
Matür Savunma	0.61
Nevrotik Savunma	0.59
İmmatür Savunma	0.84

2.5.2. Araştırmanın İkinci Amacına İlişkin Analizler

Araştırmanın ikinci alt problemine göre, evli bireylerin Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) puanları ile çeşitli değişkenler arasında anlamlı bir fark olup olmadığına bakılmıştır.

İlk olarak, evli bireylerin evlilik doyumlarının yaşa göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi yapılmıştır.

İkinci olarak, evli bireylerin evlilik doyumlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için bağımsız örneklem t-testi tercih edilmiştir.

Üçüncü olarak evli bireylerin evlilik doyumlarını eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA kullanılmıştır.

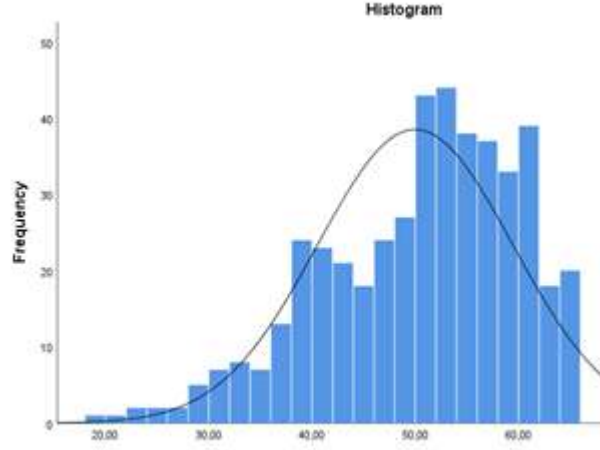
Dördüncü olarak evli bireylerin evlilik doyumlarının çalışma durumlarına göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için t-testi tercih edilmiştir.

Beşinci olarak evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının aylık kazançlarına göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi gerçekleştirilmiştir. Aynı şekilde, altıncı olarak evli bireylerin evlilik doyumlarının evlilik süresine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini araştırmak adına ANOVA analizinden yararlanılmıştır.

Yedinci olarak evli bireylerin evlilik doyumlarının çocuk sayısına göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA kullanılmıştır.

Son olarak da, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının evlenme biçimine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği t-testi kullanılarak tespit edilmiştir.

Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) incelendiğinde, t-testi ve ANOVA analizinin uygulanabilmesi için gereken şartların yerine getirildiği görülmüştür. Ölçeğin normal dağılımlarına ilişkin incelenen normallik diyagramı Şekil 2’de gösterilmiştir. Şekil 2 dikkate alındığında, ölçeğin normal dağılımdan sapmadığı görülmüştür.



Şekil 2. EDÖ Puanlarına İlişkin Normallik Diyagramı

Şekil 2 incelendiğinde grafiğin normal dağıldığı görülmüştür. Tablo 11 incelendiğinde, Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin +2 -2 arasında normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 11.
EDÖ Puanlarının Çarpıklık Basıklık Katsayıları

Alt Boyutlar	Çarpıklık	Basıklık
Evlilik Doyum Ölçeği	-0.63	-0.10
Benlik Boyutu	-0.95	0.15
Cinsellik Boyutu	-0.91	0.54
Aile Boyutu	-0.58	-0.47

Yapılan istatistiksel analizler %95 güven aralığında incelenmiş olup, bulgulara ait veriler gösterilmiştir. Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), Cronbach Alpha Katsayısı bu çalışma için güvenilirliği yüksek olup .85 olarak bulgulanmıştır. Çalışma kapsamında

Evlilik Doyum Ölçeğinin alt boyutları ile yapılan Cronbach Alpha Test bulguları Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12.
EDÖ Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Cronbach Alpha Katsayısı</i>
Evlilik Doyum Ölçeği	0.85
Benlik Boyutu	0.67
Cinsellik Boyutu	0.86
Aile Boyutu	0.84

3. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde, araştırma amaçları doğrultusunda gerçekleştirilen çözümlenmelerden elde edilen bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir.

3.1. Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişkiye İlişkin Bulgular

Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları (matür, nevrotik, immatür) puanları ile evlilik doyumları (benlik, cinsellik, aile) arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon katsayısına bakılmıştır. Korelasyon kat sayısı (r), -1 ile +1 arasında değişen değerler alır ve bu değerler, ilişkinin yönünü ve kuvvetini gösterir (Büyüköztürk, 2020, s.45).

Tablo 13.
Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları Testi (SBT) ve Evlilik Doyumları Ölçeği (EDÖ) Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon

Ölçekler		Savunma Biçimleri Testi	Matür Sav.	Nevrotik Sav.	Immatür Sav.	Evlilik Doyum	Benlik Boyutu	Cinsellik Boyutu
Matür Savunma	r	0.50						
	p	0.01*						
	N	457						
Nevrotik Savunma	r	0.74	0.29					
	p	0.01*	0.01*					
	N	457	457					
Immatür Savunma	r	0.93	0.22	0.55				
	p	0.01*	0.01*	0.01*				
	N	457	457	457				
Evlilik Doyum Ölçeği	r	-0.27	0.10	-0.17	-0.35			
	p	0.01*	0.03*	0.01*	0.01*			
	N	457	457	457	457			
Benlik Boyutu	r	-0.29	0.04	-0.21	-0.34	0.77		
	p	0.01*	0.38	0.01*	0.01*	0.01*		
	N	457	457	457	457	457		
Cinsellik Boyutu	r	-0.02	0.17	0.02	-0.10	0.72	0.47	
	p	0.67	0.01*	0.62	0.04	0.01*	0.01*	
	N	457	457	457	457	457	457	
Aile Boyutu	r	-0.32	0.03	-0.22	-0.38	0.81	0.48	0.23
	p	0.01*	0.55	0.01*	0.01*	0.01*	0.01*	0.01*
	N	457	457	457	457	457	457	457

Tablo 13 incelendiğinde, savunma biçimleri testi ölçeğinin puan ortalaması ile evlilik doyumu ölçeği arasında negatif yönde düşük bir ilişki bulunmuştur ($r(455) = -.27, p < .05$). Buna göre, kullanılan savunma mekanizmaları arttıkça, evlilik doyumu azalmaktadır sonucuna ulaşılmıştır.

3.2. Araştırmanın Birinci Amacına İlişkin Bulgular

Araştırmanın birinci amacı, çalışma grubunda yer alan evli bireylerin Savunma Mekanizmaları Testi (SBT) toplam puanlarının; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu, aylık kazanç, evlilik süresi, çocuk sayısı ve evlenme biçimi değişkenlerine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğinin belirlenmesidir. Buna ilişkin bulgular aşağıda sırasıyla verilmiştir.

3.2.1. Evli Bireylerin Yaş Değişkenine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizmaları

Araştırmaya katılan evli bireylerin Savunma Mekanizmaları Testi (SBT)'den aldıkları puanların yaş değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğine ilişkin ANOVA analizi yapılmış, sonuçlar Tablo 14'de verilmiştir.

Tablo 14.
Yaş ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları

Ölçek	Yaş	n	$\bar{X} \pm Ss$	Sd	F	p
Savunma Mekanizmaları	23-29	121	188.86±40.82	2-454	0.23	0.79
	30-40	200	185.8±38.78			
	41+	136	187.28±37.95			

Tablo 14'de görüldüğü gibi; evli bireylerin Savunma Mekanizmaları Testi (SBT)'den aldıkları puanlar ANOVA testi sonuçlarına göre değerlendirildiğinde, yaş değişkenine göre anlamlı bir fark göstermediği, ($F(2, 454)=0.23, p > .05$) bulunmuştur. Bu bulgular bağlamında, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları yaşa göre anlamlı bir fark göstermemektedir.

3.2.2. Evli Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizmaları

Evli bireylerin Savunma Mekanizmaları Testi (SBT)'den aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğine ilişkin ANOVA analizi yapılmış, sonuçlar Tablo 15'de verilmiştir.

Tablo 15.
Cinsiyet ve SBT'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	n	$\bar{X} \pm Ss$	t	Sd	p
Savunma Mekanizmaları	Kadın	297	185.97±37.42			
	Erkek	160	189.05±41.89	-0.80	455	0.42

Tablo 15'de görüldüğü gibi; evli bireylerin SBT'den aldıkları toplam puanların, cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları incelendiğinde, Savunma Mekanizmaları Testi'nden elde edilen toplam puanların anlamlı bir fark göstermediği bulunmuştur, $t(455) = -0.80$, ($p > 0.05$). Araştırma sonucunda evli erkek bireylerin Savunma Biçimleri Testi (SBT) ortalamasının ($\bar{X}=189.05$), evli kadın bireylerin Savunma Biçimleri Testi (SBT) ortalamasından ($\bar{X}=185.97$) farklı olmadığı görülmüştür.

3.2.3. Evli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması

Tablo 16.
Eğitim Düzeyi ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları

Ölçek	Eğitim Durumu	n	$\bar{X} \pm Ss$	Sd	F	p	Fark
Savunma Mekanizmaları	Lise ve altı ⁽¹⁾	46	206.48±37.79	2-454	6.52	0.01*	1-2
	Üniversite ⁽²⁾	264	184.58±39.91				
	Y.Lisans/Dk ⁽³⁾	147	185.4±36.24				

Evli bireylerin Savunma Biçimleri Testi (SBT) sonuçları değerlendirildiğinde, eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark gösterdiği ($F(2, 454)=6.52$, $p < .05$) sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, eğitimi lise ve altı olan evli bireylerin ortalamaları ($\bar{X}=206.48$), eğitimi üniversite olan evli bireylerin ortalamaları ($\bar{X}=184.58$)

ve eğitimi yüksek lisans/doktora olan evli bireylerin ortalamalarından ($\bar{X}=185.4$) anlamlı biçimde daha yüksektir.

3.2.4. Evli Bireylerin Çalışma Durumuna Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması

Tablo 17.
Çalışma Durumu ve SBT'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları

	Çalışma Durumu	n	$\bar{X} \pm Ss$	t	Sd	p
Savunma Mekanizmaları	Evet	351	185.67±39.07	-1.37	455	0.17
	Hayır	106	191.61±38.71			

Tablo 17 incelendiğinde, evli bireylerin Savunma Biçimleri Testi (SBT) sonuçları değerlendirildiğinde, çalışma durumuna göre anlamlı bir fark göstermediği $t(455) = -1.37, p > 0.05$ görülmektedir.

3.2.5. Evli Bireylerin Aylık Kazanç Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması

Tablo 18.
Aylık Kazanç ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları

	Aylık Kazanç	n	$\bar{X} \pm Ss$	Sd	F	p	Fark
Savunma Mekanizma Genel	0-10.000 ⁽¹⁾	43	192.07±34.64	5-451	4.60	0.01*	3-4
	10.000 – 20.000 ⁽²⁾	149	187.4±41.5				
	20.000 – 30.000 ⁽³⁾	115	197.81±40.41				
	30.000 – 40.000 ⁽⁴⁾	80	180.09±36.02				
	40.000 – 50.000 ⁽⁵⁾	36	167.64±32.8				
	50.000 ve üzeri ⁽⁶⁾	34	179.68±29.7				

Tablo 18'e göre, evli bireylerin Savunma Biçimleri Testi (SBT) sonuçlarına göre, aylık kazanç durumuna göre anlamlı bir fark gösterdiği ($F(5, 451) = 4.60, p < .05$) bulgusuna ulaşılmıştır. Bonferroni çoklu karşılaştırmasına göre, aylık kazancı 20.000-

30.000 olanların puanları (197.81±40.41), aylık kazancı 50.000 ve üzeri olanların puanlarına (179.68±29.7) göre anlamlı bir biçimde daha yüksektir.

3.2.6. Evli Bireylerin Evlilik Süresine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması

Tablo 19.
Evlilik Süresi ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları

	Evlilik Süresi	n	$\bar{X} \pm Ss$	Sd	F	p
Savunma Mekanizmaları	0-4 Yıl	179	188.9±38.15			
	5-9 Yıl	97	185.04±42.58			
	10-14 Yıl	58	189.02±36.93	4-452	0.62	0.65
	15-19 Yıl	44	179.6±33.45			
	20 Yıl ve üstü	79	188.03±41.09			

Tablo 19 incelendiğinde evli bireylerin savunma mekanizmalarının evlilik süresine göre anlamlı bir fark göstermediği ($F(4, 452)=0.62, p>.05$) bulunmuştur.

3.2.7. Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması

Tablo 20.
Çocuk Sayısı ve SBT'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları

	Çocuk Sayısı	n	$\bar{X} \pm Ss$	Sd	F	p
Savunma Mekanizmaları	Yok	167	189.02±39.16			
	1	139	184.89±36.87	3-453	0.31	0.82
	2	115	187.32±40.31			
	3-+	36	185.39±43.28			

Evli bireylerin Savunma Biçimleri Testi (SBT) sonuçları değerlendirildiğinde, çocuk sayısına göre anlamlı bir fark ($F(3, 453)=0.31, p>.05$) bulunamamıştır.

3.2.8. Evli Bireylerin Evlenme Biçimine Göre Kullandıkları Savunma Mekanizması

Tablo 21.
Evlenme Biçimi ve SBT'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları

	Evlenme Biçimi	n	$\bar{X} \pm Ss$	t	Sd	p
Savunma Mekanizmaları	Kendi kararımız ile	394	185.95±37.05	-1.51	455	0.13
	Görücü Usulü	63	193.94±49.4			

Tablo 21'de görüldüğü gibi; evli bireylerin SBT'den aldıkları toplam puanların, evlenme biçimine göre t-testi sonuçları incelendiğinde, Savunma Mekanizmaları Testi'nden elde edilen toplam puanların anlamlı bir fark göstermediği bulunmuştur, $t(455) = -1.51$, ($p > 0.05$). Araştırma sonucunda görücü usulü evlenen evli bireylerin SBT puanları (193.94 ± 49.4) kendi kararları ile evlenenlerin SBT puanlarına (185.95 ± 37.05) benzer olduğu saptanmıştır.

3.3. Araştırmanın İkinci Amacına İlişkin Bulgular

Araştırmanın birinci amacı, çalışma grubunda yer alan evli bireylerin Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) toplam puanların, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu, aylık kazanç, evlilik süresi, çocuk sayısı ve evlenme biçimi değişkenlerine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğinin belirlenmesidir. Bu bulgular aşağıda sırasıyla verilmiştir.

3.3.1. Evli Bireylerin Yaş Değişkenine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi

Araştırmaya katılan evli bireylerin Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ)'den aldıkları puanların yaş değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini saptamak için ANOVA analizi yapılmış, sonuçlar Tablo 22'de verilmiştir.

Tablo 22.
Yaş ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Sonuçları

Ölçek/Alt Boyut	Yaş	n	$\bar{X} \pm Ss$	Sd	F	p	Fark
Evlilik Doyum Ölçeği	23-29 ⁽¹⁾	121	51.58±8.37				
	30-40 ⁽²⁾	200	50.04±9.88	2-454	3.38	0.03	1-3
	41+ ⁽³⁾	136	48.53±9.6				

Tablo 22'de, evli bireylerin Evlilik Doyum Ölçeği'nden elde edilen toplam puanlarının yaş değişkenine göre ANOVA analizi incelendiğinde, anlamlı bir fark gösterdiği ($F(2,454)=3.38$, $p<0.05$) görülmektedir. Bonferroni çoklu karşılaştırmasına göre; yaşı 23-29 arasında olan evli bireylerin grup ortalaması $\bar{X}=51.38$, yaşı 41 ve üstü olan evli bireylerin grup ortalamasına göre $\bar{X}=48.53$ anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

3.3.2. Evli Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi

Tablo 23.
Cinsiyet ve EDÖ'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	n	$\bar{X} \pm Ss$	t	Sd	p
Evlilik Doyum Ölçeği	Kadın	297	50.17±9.38	0.53	455	0.60
	Erkek	160	49.68±9.66			

Evli bireylerin EDÖ'den aldıkları toplam puanların, cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları ele alındığında, Evlilik Doyum Ölçeği'nden elde edilen toplam puanların anlamlı bir fark göstermediği bulunmuştur, $t(455)=0.53$, ($p>0.05$). Araştırma sonucunda, evli kadın bireylerin Evlilik Doyum Ölçeğinden (EDÖ) aldıkları puanlar ortalamasının $\bar{X}=50.17$ evli erkek bireylerin Evlilik Doyum Ölçeğinden (EDÖ) aldıkları puanların ortalamasına ($\bar{X}=49.68$) benzer olduğu görülmüştür.

3.3.3. Evli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi

Tablo 24.
Eğitim Düzeyi ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları

Ölçekler	Eğitim Durumu	n	$\bar{X} \pm Ss$	Sd	F	p
Evlilik Doyum Ölçeği	Lise ve altı ⁽¹⁾	46	47.42±10.1			
	Üniversite ⁽²⁾	264	50.4±9.35	2-454	1.96	0.14
	Y.Lisans/Dk ⁽³⁾	147	50.09±9.41			

Evli bireylerin Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) sonuçlarına bakıldığında, eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark ($F(2, 454)=1.96, p> .05$) bulunamamıştır. Tablodan anlaşılacağı gibi, eğitimi yüksek lisans/doktora olan evli bireylerin ortalamaları ($\bar{X}=50.09$), eğitimi lise ve altı olan evli bireylerin puan ortalamalarına ($\bar{X}= 47.42$) göre daha yüksektir.

3.3.4. Evli Bireylerin Çalışma Durumuna Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi

Tablo 25.
Çalışma Durumu ve EDÖ'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları

Ölçek	Çalışma Durumu	n	$\bar{X} \pm Ss$	t	Sd	p
Evlilik Doyum Ölçeği	Evet	351	50.41±9.26	1,68	455	0.09
	Hayır	106	48.65±10.04			

Tablo 25 incelendiğinde, evli bireylerin Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) puanlarına bakıldığında, çalışma durumuna göre anlamlı bir fark göstermediği $t(455)= 1.68, p>0.05$ bulgusuna ulaşılmıştır.

3.3.5. Evli Bireylerin Aylık Kazanç Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi

Tablo 26.
Aylık Kazanç ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Sonuçları

Ölçek	Aylık Kazanç	n	$\bar{X}\pm Ss$	Sd	F	p	Fark
Evlilik Doyum Ölçeği	0-10.000 ⁽¹⁾	43	49.56±10.66				
	10.000 – 20.000 ⁽²⁾	149	48.8±9.54				
	20.000 – 30.000 ⁽³⁾	115	49.05±10.06	5-451	2.52	0.03*	2-4
	30.000 – 40.000 ⁽⁴⁾	80	52.64±8.62				
	40.000 – 50.000 ⁽⁵⁾	36	52.48±6.26				
	50.000 ve üzeri ⁽⁶⁾	34	50.18±9.12				

Tablo 26 incelendiğinde, evli bireylerin Evlilik Doyum Ölçeği aylık kazanç durumlarına göre anlamlı bir fark gösterdiği ($F(5, 451)=2.52, p < .05$) bulgusuna ulaşılmıştır. Bonferroni çoklu karşılaştırmasına göre, aylık kazancı 30.000-40.000 aralığında olan evli bireylerin puanları (52.64 ± 8.62), aylık kazancı 10.000-20.000 arasında olan evli bireylerin puanlarına (48.8 ± 9.54) göre anlamlı şekilde daha yüksektir.

3.3.6. Evli Bireylerin Evlilik Süresine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi

Tablo 27.
Evlilik Süresi ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları

Ölçek	Evlilik Yılı	n	$\bar{X}\pm Ss$	Sd	F	p
Evlilik Doyum Ölçeği	0-4 Yıl	179	50.89±9.19			
	5-9 Yıl	97	48.95±9.59			
	10-14 Yıl	58	50.66±9.44	4-452	1.21	0.31
	15-19 Yıl	44	50.32±7.67			
	20 Yıl ve üstü	79	48.6±10.73			

Evli bireylerin Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) tablo 27'e göre incelendiğinde, evlilik süresine göre anlamlı bir fark göstermediği ($F(4-452)=0.21, p>.05$) bulgusu elde edilmiştir.

3.3.7. Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi

Tablo 28.
Çocuk Sayısı ve EDÖ'e İlişkin ANOVA Testi Sonuçları

Ölçek	Çocuk Sayısı	n	$\bar{X}\pm Ss$	Sd	F	p
Evlilik Doyum Ölçeği	Yok	167	50.66±9	3-453	1.35	0.26
	1	139	49.76±9.64			
	2	115	50.19±9.47			
	3+	36	47.23±10.71			

Evli bireylerin Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) sonuçları değerlendirildiğinde, çocuk sayısına göre anlamlı fark göstermediği ($F(3, 453)=.35, p>.05$) bulgusuna ulaşılmıştır.

3.3.8. Evli Bireylerin Evlenme Biçimine Göre Evlilik Doyumlarının İncelenmesi

Tablo 29.
Evlenme Biçimi ve EDÖ'e İlişkin Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları

Ölçek/Alt Boyut	Evlenme Şekli	n	$\bar{X}\pm Ss$	t	Sd	p
Evlilik Doyum Ölçeği	Kendi kararımız ile	394	50.35±8.97	2.01	455	0.045*
	Görücü Usulü	63	47.78±11.98			

Tablo 29'da görüldüğü gibi, evli bireylerin EDÖ'den aldıkları toplam puanların, evlenme biçimine göre t-testi sonuçları incelendiğinde, Evlilik Doyum Ölçeği'nden elde edilen toplam puanların anlamlı bir fark gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır, $t(455)= 2.01, (p<0.05)$. Araştırma sonucunda kendi kararı ile evlenen bireylerin ortalamasının ($\bar{X}=50.35$), görücü usulü ile evlenen bireylerin ortalamasından ($\bar{X}=47.78$) daha yüksek olduğu görülmüştür.

4.BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evlilik doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik analiz edilen bulgular, araştırmanın amacına uygun olarak tartışılmıştır.

4.1. Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişkiye Yönelik Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bu çalışma kapsamında yer alan evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evlilik doyumları arasında negatif yönlü düşük bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazın incelendiğinde, bu çalışma bulgularını destekleyen immatür savunma mekanizmalarının fazla kullanılması sonucunda evlilik ilişkisinin olumsuz yönde etkilendiği bulgusu elde edilmiştir (Ungerer 1997, s. 383). Bu bulgu savunma mekanizmaları ve evlilik ilişkisini ele alan diğer çalışmalarla da tutarlıdır (Bowman 1990, s. 465).

Sivendian (2019, s. 552), Bouchard (2003, s.88), Sava (2014, s.7) araştırmalarında benzer sonuçlar elde ederek, immatür savunma mekanizmaları ile evlilik doyumları arasında negatif yönlü ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bastırma, mizah, yüceltme gibi olgun savunma mekanizmalarını kullanan bireylerin, evliliklerinde sorun yaşadıklarında gerçeği daha az çarpıtmakta oldukları ve bu nedenle evliliklerinde daha uyumlu oldukları görülmüştür (Sivendian, 2019, s. 547). Fidanoğlu (2006, s. 167) araştırmasında olgun savunma mekanizmalarından biri olan mizahı kullanan evli bireylerin ilişkilerinden daha çok doyum aldıklarını bulmuştur.

Baskılama savunma mekanizmasından evli bireylerin aldıkları yüksek puanlar, Aksu'nun (2019, s.56) yaptığı araştırmada olgun savunmalarda görülen farklılıkların nedenidir. Savunma biçimleri testi toplam puan bazında evli bireyler için anlamlı bir bulguya ulaşılan bu araştırmanın aksine, anlamlı farklılığın gözlenmediği çalışmalar da mevcuttur (Muştucu, 2022, s.35).

4.2. Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmalarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

İlk olarak evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının yaşa göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelendiğinde, yaşa göre anlamlı bir fark görülmediği gözlenmiştir. Taşkent (2010, s.80) bu çalışmanın sonucunu destekler nitelikte yaş değişkeni ile savunma mekanizmaları arasında anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir. Başka bir çalışmada Yazgan (2019, s.61) araştırmasında yaş değişkeni ile savunma mekanizmaları arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ve yaş azaldıkça kullanılan olgun savunma mekanizmalarının azaldığını, yaş arttıkça nevrotik savunma mekanizmalarının azaldığını belirtmiştir. Benzer şekilde Cramer (1988, s.153) immatür savunma mekanizmalarının yaş ile olumlu yönde ilişkili olduğunu bulgulamıştır.

Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelendiğinde, cinsiyete göre anlamlı bir fark görülmediği bulgusuna ulaşılmıştır. Bond ve arkadaşları (1983, s.335), kullanılan savunma mekanizmaları ile cinsiyet değişkenini inceledikleri araştırmalarında, herhangi bir cinsiyet farklılığı bulunmamış, immatür savunma mekanizmaları kullanan grubun yoğun bir şekilde erkek katılımcılar olduklarını belirtmişlerdir. Benzer şekilde Drapeau (2011, s.153) araştırmasında kadın ve erkekler tarafından kullanılan belirli bir savunma mekanizması olmadığını belirtmiştir. Başka bir çalışmada Yaşar (2014, s. 96), yakın sonuçlar elde etmiş savunma mekanizmaları ile cinsiyet değişkenini incelediğinde anlamlı bir fark olmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Navid (2023, s.119), bu araştırma sonucunun tersi bulgular elde ederek, kadın katılımcıların immatür savunma mekanizmalarını daha fazla kullandıklarını bulmuştur.

Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının eğitim düzeyi değişkenine göre incelendiğinde anlamlı bir fark gösterdiği sonucu bulunmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre eğitim düzeyi lise ve altı olan katılımcıların kullandıkları savunma mekanizmalarının daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Gençoğlu (2019, s. 84) çalışmasında benzer bir bulgu elde ederek, araştırmaya katılanların eğitim düzeyine bağlı olarak hem olgun hem immatür savunma mekanizmalarını kullanma düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olduğunu belirtmiştir. Aynı çalışmada, lisans ve üstü mezunu olan bireylerin olgun savunma mekanizmalarını kullanma düzeylerinin daha yüksek, immatür savunma mekanizmalarını kullanma düzeylerinin ise daha düşük olduğu

bulunmuştur. Cramer (1988, s. 154) araştırmasında savunma mekanizmalarını eğitim düzeylerine göre değerlendirildiğinde anlamlı fark gösterdiği yönünde sonuçlandırmış, pasif saldırganlık, yalıtma ve inkar savunma mekanizmalarının lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireylerin, lisans ve üstü eğitim düzeyine sahip bireylerden daha sık kullandıklarını belirtmiştir.

Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının çalışma durumu değişkenine göre incelendiğinde anlamlı bir fark göstermediği bulunmuştur. Akçasayar (2023, s.75) çalışmasında benzer bir bulgu ederek, araştırmaya katılanların çalışma durumlarına göre kullandıkları savunma mekanizmalarında anlamlı bir fark olmadığını belirtmiştir. Ekonomik özgürlüğe sahip evli bireylerin olgun savunma mekanizmalarını daha sık kullanacakları tahmin edilmiş, fakat öyle bir bulguya rastlanmamıştır. Alan yazın çalışmalarında evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarını çalışma durumu değişkenine göre farklılığı inceleyen sınırlı sayıda araştırma bulunmuştur.

Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları, aylık kazanç değişkenine göre ele alındığında aralarında anlamlı bir fark olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu araştırmanın sonuçlarına benzer şekilde Diehl (2014, s.23) savunma mekanizmaları ile gelir düzeyi arasında anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşmıştır. Tuncer (2021, s.51), bu araştırma sonucunun tersi bulgular elde ederek gelir düzeyi değişkenine göre gruplandırılan katılımcıların nevrotik, immatür ve olgun savunma mekanizmaları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulgusuna ulaşmıştır.

Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları, evlilik süresi değişkenine göre ele alındığında anlamlı bir fark göstermediği bulunmuştur. Elmas (2017, s.82) çalışmasında, bu araştırma sonucuna benzer bulgular elde ederek, katılımcıların kullandıkları savunma mekanizmalarında evlilik süresi değişken olarak incelediğinde anlamlı fark göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Yine bu araştırmanın sonuçlarına göre, nevrotik savunma mekanizması puan ortalamasının 21-25 yıl evli olan, olgun savunma mekanizması puan ortalamasının 16-20 yıl evli olan kişilerde daha yüksek olduğu görülmüştür.

Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları, çocuk sayısına göre incelendiğinde, çocuk sahibi olmayan, çocuk sayısı 1, 2, 3 ve üzeri olan evli katılımcılardan elde edilen toplam puanların anlamlı bir fark göstermediği bulgulanmıştır. Alan yazın incelendiğinde Fidanoğlu (2006, s. 193) araştırmasında farklı bulgular elde

ederek, çocuğu olmayan erkek katılımcıların mizah savunma mekanizmasından aldıkları puanların, çocuk sahibi olan erkek katılımcılardan anlamlı derecede yüksek olduğunu bulmuştur.

Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları evlenme biçimi değişkenine göre incelendiğinde, anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu çalışma sonucunu destekleyen başka bir araştırmada, bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları evlenme biçimine göre anlamlı bir fark göstermemektedir (Elmas, 2017, s.83).

4.3. Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Evli bireylerin evlilik doyumlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelendiğinde yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Farklılaşmanın yaşı 23-29 yaş aralığında olan evli bireyler arasında olduğu bulunmuştur. Bu durumun nedeni, genç evli bireylerin evlilik sürelerinin kısa olmasından dolayı ilişkinin daha sıcak ve yıpranmamış olması ile çiftler arasında çıkan problemlerden daha az etkilenmesinden kaynaklandığı düşünülebilir. Tezer'in (1994, s.5)'in araştırması da bu sonucu destekler niteliktedir. Bu araştırmaya göre, evli bireylerin 26 yaşından sonra evlilik doyumlarının azaldığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Evli bireylerin evlilik doyumlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelendiğinde, cinsiyete göre anlamlı fark görülmediği gözlemlenmiştir. Benzer araştırmalarda Çağ ve Yıldırım (2013, s.19), Tezer (1992, s.26) cinsiyet değişkeninin evlilik doyumunu yordamadığı sonucuna ulaşmışlardır. Çınar (2008, s.85) araştırmasında evlilik doyumunu ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık olmadığını fakat cinsiyet rolleri ile evlilik doyumunu arasında anlamlı bir fark görüldüğü bulgusunu elde etmiştir. Bu bilgilere göre cinsiyet rolü kadınsı ve androjen bireylerin evlilik doyumlarının, cinsiyet rolü erkeksi ve belirsiz olan bireylere göre daha fazla bulunmuştur. Bu durumda, kadın veya erkek fark etmeksizin bireylerin evliliklerinden benzer şekilde doyum sağladığı, evlilik doyumunu için toplumsal cinsiyet rollerinin, cinsiyetten daha ön planda olduğu söylenebilir.

Evli bireylerin evlilik doyumlarının eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelendiğinde eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark göstermediği görülmüştür. Bu sonuca göre, lise ve altı, üniversite, yüksek lisans/doktora

mezunu olan evli bireylerin evlilik doyumları birbirine denktir. Alan yazın incelendiğinde, evlilik doyumunun bireylerin eğitim durumları ile ilişkisinde daha farklı sonuçlar elde edildiği görülmüştür. Girgin (2018, s.51) evli bireylerin evlilik doyumlarının eşin eğitim düzeyi ile bir ilişkide olduğu, ilkökul mezunu evli katılımcıların evlilik doyumlarının düşük, yüksek lisans/doktora eğitim seviyesine sahip evli katılımcıların evlilik doyumlarının fazla olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Araştırma sonuçlarında farklı sonuçlar çıkmasının sebepleri arasında eğitim düzeyinin bireyin hayatında ne kadar ön planda olduğu gibi nedenler gösterilebilir. Evlilik doyumunun eğitim düzeyine göre farklılaştığı sonucuna ulaşan araştırmalar eğitim düzeyi arttıkça evlilik doyumunun da arttığına işaret etmektedir (Blum ve Mehribian, 1999, s.94).

Evli bireylerin evlilik doyumlarının çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir fark göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Benzer araştırmalarda Taşdemir (2014, s. 46) ve Altun (2015, s. 65) çalışma durumu değişkeninin evlilik doyumunu yordamadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu durumun nedenleri arasında, bireylerin çalışma hayatında aktif olup olmamalarından çok, buldukları durumdan memnun olup olmadıklarının önemli olması düşünülebilir.

Evli bireylerin evlilik doyumlarının aylık kazanç değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelendiğinde, aylık kazançlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Farklılaşmanın, aylık kazancı 30.000 ve üzeri aralığında olan evli bireyler arasında olduğu bulunmuştur. Bu durumun nedenleri arasında, eşlerin daha rahat bir yaşam sürme ortamında olması, kadının aktif çalışma hayatında rol almasından dolayı aile gelirinin artması ve dengeli olarak maddi olanakların sağlanması gösterilebilir. Aktürk (2006, s.75) ve (Şener, 2002, s.121) araştırmalarında bu sonucu destekler bulgular elde etmişlerdir.

Evli bireylerin evlilik doyumlarının evlilik süresi değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği ele alındığında, evlilik sürelerine göre anlamlı bir fark göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bu sonuç, yeni evli bireylerle uzun yıllardır evli olan bireylerin evliliklerinden benzer şekilde doyum alabilecekleri şeklinde yorumlanabilir. Evlilik süresi ve evlilik doyumunu arasında anlamlı bir farklılık belirlenememesinin nedenlerinden biri olarak eşlerin zaman içerisinde birbirlerini daha iyi tanımaları ve birbirlerini oldukları gibi kabul etmeleri düşünülebilir. Ovalı (2010, s.76), Gürsoy (2004, s.52) ve Berk (2009, s.73) araştırmaları da bu sonucu destekler niteliktedir. Bu bulgunun tersi şekilde Johnson ve arkadaşları (2004, s.138)

yaptığı araştırmada 1-5 yıl arasında evli olan bireylerin evlilik uyumlarının yüksek olduğu, evlilik süresi ilerledikçe evlilik uyum puanlarının düştüğü sonucuna ulaşmışlardır. Anderson, Russel ve Schumm (1983, s.127) ve Hicks ve Platt (1970, s.553), evliliğin ilk yıllarının, özellikle çocuğun ailede olduğu dönemlerde evlilik uyumunun düşük olduğu, çocukların evden ayrılmalarından sonra yükseldiği, daha sonra ise tekrar düştüğünü bulmuşlardır.

Evli bireylerin evlilik doyumlarının çocuk sayısı değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelendiğinde, çocuk sayısına göre anlamlı bir fark göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Örneklem yapısına bakıldığında, evli bireylerin lisans ve lisans üstü eğitim düzeyine sahip oldukları ve belli bir sosyo-kültürel düzeyden geldikleri bilinmektedir. Bundan dolayı eşlerin çocuk sayısını belirleme seçimlerinin kendilerine ait olduğu ve sahip oldukları çocuk sayısının evlilikte yaratacağı değişiklikleri bilip bu duruma hazırlıklı olabilecekleri düşünülürse, çocuk sayısına göre evlilik doyumunun fark göstermemesinin buna bağlı olduğu söylenebilir. Alan yazın incelendiğinde, çocuk sayısı değişkenine göre evlilik doyumunun anlamlı fark gösterdiğini bulgulayan araştırmaların mevcut olduğu görülür. Dökmen ve Tokgöz (2002) araştırmalarında çocuk sayısı arttıkça evlilik doyumunun azaldığını belirtmişlerdir. Benzer sonucu destekleyen Glenn (1990, s. 23), Balsamo ve Armstrong (2013) yaptıkları çalışmalarda çocuk sayısı ile evlilik uyumu arasında negatif yönde bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Çocuk sahibi olmadan önce çiftler birbirlerine bütün ilgilerini verebilir, zaman geçirebilir ve karşılıklı duygusal ihtiyaçlarını karşılayabilirler. Çocuğun aileye katılmasıyla birlikte daha fazla sorumluluk ortaya çıkmakla beraber eşler arasında uyumsuzluklara yol açabilir (Balsamo ve Armstrong, 2013).

Evli bireylerin evlilik doyumlarının evlenme biçimi değişkenine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelendiğinde, evlenme biçimine göre evlilik doyumunun anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Araştırmanın sonuçlarına göre, kendi kararı ile evlenen evli bireylerin evlilik doyumları daha fazladır. Bu durumun nedenleri arasında eşlerin severek ve flört ederek evlilik öncesinde yakın romantik ilişkilerine başlamaları ve aralarında güvenli bir bağ oluşturmaları gösterilebilir. Yine benzer sebeplerden dolayı, geleneksel yöntemlerle bir araya gelen evli bireylerin kapalı, duygularını ifade etmeyen ve sosyal ilişkileri kısıtlı bir hayat sürdürmelerinin evlilik doyumlarını olumsuz etkileyeceği yorumu yapılabilir. Obradovic (2000, s.64), de 770 evli çiftle yürüttüğü

Çalışma sonucunda eşi duyulan sevginin ve bu sevgiye karşılık alma düzeyinin evlilik uyumunun yordayıcılarından biri olduğunu bulgulamıştır. imen (2007, s.85) ve Yıldız ve Büyükşahin evik (2016, s.239) alışmaları da bu sonucu destekler nitelikte olup, evlenme biçimi ile evlilik doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir.



SONUÇ

Bu bölümde, araştırmanın amacına yönelik gerçekleştirilen çözümlerinin sonuçları özetlenerek maddeler halinde sunulmuştur. Ayrıca araştırmacılara ve uygulayıcılara önerilerde bulunulmuştur.

Sonuçlar

- Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evlilik doyumları arasında olumsuz yönlü düşük bir ilişki olduğu görülmüştür. (Bknz: Tablo 13).
- Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları yaşa göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 14).
- Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları cinsiyete göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 15).
- Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları eğitim düzeyine göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Buna göre, eğitim düzeyi lise ve altı olan katılımcıların, eğitim düzeyi lisans ve lisansüstü olan katılımcılara göre kullandıkları savunma mekanizmaları puanlarının daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır (Bknz: Tablo 16).
- Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları çalışma durumuna göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 17).
- Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları aylık kazanca göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Buna göre, aylık kazancı 20.000-30.000 aralığında olan katılımcıların kullandıkları savunma mekanizmaları puanlarının, aylık kazancı 50.000 ve üzeri olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür (Bknz: Tablo 18).
- Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları evlilik süresine göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 19).
- Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları çocuk sayısına göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 20).

- Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları evlenme biçimlerine göre değerlendirildiğinde anlamlı fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 21).
- Evlilik doyumu yaşa göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Buna göre, yaşı 23-29 aralığında olan evli bireylerin ortalamaları, yaşı 41 ve üstü olan evli bireylerin ortalamalarına göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur (Bknz: Tablo 22).
- Evlilik doyumu cinsiyete göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 23).
- Evlilik doyumu eğitim düzeyine göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 24).
- Evlilik doyumu çalışma durumuna göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 25).
- Evlilik doyumu aylık kazanca göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Buna göre, aylık kazancı 30.000-40.000 aralığında olan evli bireylerin puanları, aylık kazancı 10.000-20.000 aralığında olan evli bireylerin puanlarından daha yüksek bulunmuştur (Bknz: Tablo 26).
- Evlilik doyumu evlilik süresine göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 27).
- Evlilik doyumu çocuk sayısına göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir (Bknz: Tablo 28).
- Evlilik doyumu evlenme biçimine göre değerlendirildiğinde anlamlı bir fark olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Kendi kararı ile evlenen bireylerin ortalamalarının, görücü usulü ile evlenen bireylerin ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür (Bknz: Tablo 29).

Öneriler

Bu kısımda araştırma sonuçlarına dayalı olarak yapılandırılan öneriler araştırmacılara ve uygulamacılara olmak üzere iki ayrı başlıkta toplanmıştır.

Uygulamacılar için Öneriler

- Savunma mekanizmaları ile evlilik doyumu arasında negatif yönde düşük ilişki bulunmuştur. Bireylerin evlilik doyumlarını arttırmak için evli ya da evlenmek üzere olan çiftlerin aile/evlilik danışmanlığı hizmetlerinden yararlanarak, ilişki sürecinde savunma mekanizmaları boyutu üzerinde daha özenle durulabilir.
- Evli bireylerin, evlilik ilişkiler içerisinde karşılaşmaları olası krizlerle baş edebilme becerilerini geliştirmek amaçlı, farkındalık eğitimleri verilmeli ve özellikle Aile Sosyal Politikalar Bakanlığınca evli bireylerin birbirlerini daha iyi tanıyıp, ilişkilerini daha yapıcı biçimde yürütebilmeleri için seminer, toplantı vb. düzenlenmelidir. Bu seminerlerin ilgili uzmanlar tarafından verilmesi sağlanmalıdır.
- Evlilik doyumu ile yaş değişkeni arasındaki ilişki incelendiğinde, 23-29 yaş gruplarında evlilik doyumunun daha fazla, 41 yaş ve üzeri gruplarda ise daha az olmasından dolayı, 41 yaş ve üzeri evli bireylere daha sağlıklı evlilik yaşamı sürdürmeleri adına çatışma çözme, öz farkındalık, duygu yönetimi, iletişim becerileri gibi konularda destek eğitimleri ve seminerler verilmelidir. Bu eğitim ve seminerlerin toplumun her kesimine ulaştırılması sağlanmalıdır.
- Aile ve evlilik danışmanlığı eğitimi almış okul psikolojik danışmanları, evli bireylere daha kolay ulaşım sağlayan MEB okullarında aile eğitim programı veya grup çalışmaları düzenleyebilirler.
- Ülkemizdeki aile ilişkilerini daha sağlıklı hale getirmek amaçlı ASAGEM projesi ile oluşturulan Aile Eğitim Programı (AEP), kentsel ve kırsal olmak üzere her kesimden evli bireye ulaşmak amacıyla yaygınlaştırılmalıdır.
- Ülkemizde evlilik ve aile ilişkilerini onarma amaçlı düzenlenen programlar oldukça azdır. Bu nedenle, yurt dışında yaygın ve etkili olan programlar

kültürümüze uyarlanarak evlilik ve aile ilişkileri ile ilgili kaynaklar çoğaltılabilir.

Araştırmacılar için Öneriler

- Bu araştırmanın Ankara ilinde yaşayan 457 evli bireye yapılmış olması, sonuçların genellenebilmesi açısından sınırlılık oluşturduğu için, sonraki çalışmalarda daha geniş örneklem grubu ile çalışma yapılmasının daha faydalı olacağı düşünülmektedir.
- Araştırmada sadece evli bireylerle çalışılmıştır. Bundan sonraki yapılacak çalışmalarda hem evli hem flört eden eşlerin araştırmaya beraber katılarak karşılaştırmalı bilgiler edinilebilir. Evli bireyler için önemli olan değişkenler flört eden bireyler için önem arz etmeyebilir. Bu konuda alanyazında sınırlı araştırmalar olması konuyu daha önemli hale getirmektedir.
- Bu çalışmada, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ve evlilik doyumları arasındaki ilişki incelendiğinden, ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bundan sonraki araştırmalarda, farklı araştırma desenlerinden yararlanılabilir. Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ve evlilik doyumları düzeylerinin zaman içindeki değişimleri ve değişimi etkileyen faktörlerin araştırılabilmesi için boylamsal çalışmalar yapılabilir.
- Görücü usulü evlenen bireylerin, evlilik doyumlarının anlaşarak evlenenlere göre daha az olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre, görücü usulü ile evlenen bireylerin evlilik doyumlarını artıracak grup çalışmaları, evlilik konulu eğitimler planlanabilir.
- Evlilik doyumları yüksek ve olgun savunma mekanizmalarını kullanan evli bireylerin boşanma olasılığının daha düşük olduğu gözlenmektedir. Bu sebeple, çiftlere, olgun savunma mekanizmalarını arttırmaya nevroitik ve immatür savunma mekanizmalarını azaltmaya yönelik psiko-eğitimler düzenlenebilir.
- Bu araştırma sonuçlarına göre, evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ve evlilik doyumları değişkenlerinin cinsiyet, çalışma durumu, evlilik süresi, çocuk sayısı demografik değişkenlerine göre

istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Alanyazında evli bireylerin demografik özellikleri ile kullandıkları savunma mekanizmaları ve evlilik doyumları arasındaki ilişkileri inceleyen araştırma bulguları farklılık göstermektedir. Bu nedenle ileride yapılacak olan araştırmalarda bu iki yapının demografik değişkenler açısından incelenmesine devam edilebilir.

- Bu araştırma konusu yurt içi ve yurt dışı alanyazında incelendiğinde evlilik doyumu ve savunma mekanizmaları değişkenlerini beraber ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle, aynı çalışma farklı örneklemelere uygulanarak ele alınabilir. Konunun, ülkemiz kapsamında incelenmesinin çalışmanın önemini arttırdığı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Adler, A. (2000). *İnsan Tabiatını Tanıma*. İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları.
- Akçakoca, D. (2013). *Bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluşuna etkisi*. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Akçasayar, C. (2023). *Algılanan ebeveyn tutumlarının ayrılma bireyleşme düzeyleri ile savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Akkoyun, F. (2019). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları*. İstanbul: Nobel Yayınları.
- Aksu, B. (2019). *Psikolojik savunma mekanizmaları ile sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişki*. (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Aktan, Ö. (2009). *Depresyon Tanısı Konulmuş Hastalar ile Depresif Şikâyetleri Olmayan Kişilerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları Açısından Karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aktürk, E. B. (2006). *Marital satisfaction in Turkish remarried families: Comparison among marital status, effect of stepchildren, and contributing factors*. (Yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Alkan, G. (2010). *Coupling through projective identification: Bridging role of projective identification in the associations among early parenting experience, personality constructs and couple relationship*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Altun, G. (2015). *Evli bireylerde bağlanma tarzları ve erken dönem uyum bozucu şemaların evlilik doyumu ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Anar, B. (2011). *Evli ve Çalışan Yetişkinlerin Toplumsal Cinsiyet Rollerini ile Evlilik Doyumu ve İş Doyumu İlişkisinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Anderson, S. A., Russel, C. S ve Schumm, W. R. (1983). Perceived marital quality and family life- cycle categories: A further analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 45: 127-139.
- Andrews, G., Singh, M., Bond, M., (1993). The defense style questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 181, 246-256.
- Ateş, G. (2018). *Associated Factors Of Subjective Well-Being In Married Individuals: Online Infidelity Tendency, Gender Roles, And Marital Satisfaction*. (Doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

- Bacanlı, H. (2001). Eş seçimi tercihleri. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(15), 7-16.
- Bakırcıoğlu, R. (2010). *Çocuk ve Ergenlerde Ruh Sağlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Balsamo, D. L., Deese, M. A., Kiefer, J. G. and Armstrong, P. J. (2013). Marital satisfaction in relation to age and number of children. University of North Georgia. 18th Annual Research Conference.
- Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward A Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84 (2), 191-215.
- Basat, Ç. (2004). *An exploration of marital satisfactiob, locus of control, ve self-esteem as predictors of sexual satisfaction*. (Yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Balcı, S., & Ersanlı, K. (2006). İletişim becerileri envanterinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolog Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(10), 7-12.
- Barkers, P. (1992). *Family Lifecycle. Basic Family Therapy*. New York: Oxford University Press.
- Barling, J. (1986). Inter role conflict and marital functioning amongst employed fathers. *Journal of Occupational Behavior*, 1, 1-9.
- Baron R.M., (2000). Counterfactual thinking and venture formation: the potential effects of thinking about ‘what might have been’. *Journal of Business Venturing*, 15(1), 79-92.
- Bartholomew, K., Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bayer, A. (2013), Değişen toplumsal yapıda aile. *Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, Cilt:4, Sayı:8, 101-129.
- Berk, M. (2009). *Evli öğretmenlerin yüklenme tarzları ve evlilik doyum algılarının bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Beşpınar, F.U. (2014). Türkiye’de Evlilik. *T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü “Türkiye Aile Yapısı Araştırması: Tespitler, Öneriler” Raporunun 4. Bölümü*, 110-170.
- Bilen, M. (t.y.). *Sağlıklı İnsan İlişkileri*. Ankara: Anı Yayınları.
- Blackman, S. J. (2014). *Zihnin Kendini Koruma Yolları*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
- Blum, J. S. and Mehribian, A. (1999). Personality and temperament correlates of marital satisfaction. *Journal Of Personality*, 67, 93–125.

- Bouchard, G., & Theriault, V. J. (2003). Defense mechanisms and coping strategies in conjugal relationships: An integration. *International journal of Psychology*, 38(2), 79-90.
- Bond M, Gardner ST, Christian J, Sigal JJ. (1983). Empirical study of self-rated defense styles. *archives of general psychiatry*, 40(3), 333-338.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowman, M. (1990). Coping efforts and marital satisfaction: Measuring marital coping and its correlates. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 463–474.
- Budak, S. (2019). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Buluş, M., ve Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40).
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. ve Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964-980.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. (1990). Attributions in marriage review and critique, *psychological bulletin*, 107(1), 3-33.
- Buluş, M., & BAĞCI, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40), 136-152.
- Burger, J. M. (2016). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Burpee, Leslie C, Ellen J Langer. 2005. Mindfulness and marital satisfaction. *Journal of Adult Development*, 12, 43-51.
- Byrne, C. A., & Arias, I. (1997). Marital satisfaction and marital violence: Moderating effects of attributional processes. *Journal of Family Psychology*, 11(2), 188.
- Canel, A. (2007). *Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Caughlin, J. P. (2002). The demand/withdraw pattern of communication as a predictor of marital satisfaction over time: Unresolved issues and future directions. *Human Communication Research*, 28(1), 49-85.
- Cooper, K., Chassin, L., ve Zeiss, A. (1985). The relationship of sex role self concept and sex role attitudes to the marital satisfaction and personal adjustment of dual-worker couples with preschool children. *Sex Roles*, 12 (1/2), 227- 241.
- Coriat, I. (1941). The unconscious motives of interest in chess. *The Psychoanalytic Review*. 28-30.

- Cramer, P. (1988). The defense mechanism inventory: A review of research and discussion of the scales. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 142–164.
- Cramer, P. (2000). Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation. *American Psychologist*, 55(6), 637.
- Cramer, P., & Kelly, F. D. (2010). Attachment style and defense mechanisms in parents who abuse their children. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 198, 619-627.
- Crockatt, P. (2006). “Freud’s On Narcissism: an Introduction” *Journal of Child Psychotherapy*, 32 (1): 4-20.
- Cutlar, H. A. ve Radford, A. (1999). Adult children of alcoholics: adjustment to a college environment. *The Family Journal: Counseling and Therapy For Couples and Families*, 7, 148-153.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağ, P, Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişki ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39): 13-23.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Çelik, M., & İnanç, B. Y. (2009). Evlilik doyum ölçeği: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(2), 247-269.
- Çimen, Ş. E. (2007). *Görücü usulü ve anlaşarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal, psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çınar, L. (2008). *Evlilik doyumu: Cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dandurand, C., & Lafontaine, M. F. (2014). Jealousy and couple satisfaction: A romantic attachment perspective. *Marriage & Family Review*, 50(2), 154-173.
- Dehle, C., Larsen, D. & Landers, J.E. (2001). Social support in marriage. *The American Journal of Family Therapy*, 29, 307-324.
- Demiray, Ö. (2005). *Evlilikte uyumunun demografik özelliklere göre incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- Diehl, M., Chui, H., Hay, E. L., Lumley, M. A., Grün, D. ve Labouvie-Vief, G. (2014). Change in coping and defense mechanisms across adulthood: Longitudinal findings in a European American sample. *Developmental Psychology*, 50(2), 634-648.
- Doğan, İ. (2007). *Sosyoloji Kavramlar ve Sorunlar*. Ankara: Pegem Yayınevi.

- Dökmen, Z. Y. ve Tokgöz, Ö. (2002). *Cinsiyet, eğitim cinsiyet rolü ile evlilik doyumu, eşle algılanan benzerlik arasındaki ilişkiler*. XII. Ulusal Psikoloji Kongresi, 9-13 Eylül, ODTÜ, Ankara.
- Drapeau, M., Thompson, K., Petraglia, J., Thygesen, K. L., & Lecours, S. (2011). Defense mechanisms and gender: an examination of two models of defensive functioning derived from the defense style questionnaire. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 11(1), 149-155.
- Elmas, C. (2017). *Evlü bireylerin algıladıkları sosyal destek ve kullandıkları savunma mekanizmalarının evlilik uyumu ile ilişkisi*. (Yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpkın, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erim, Y. (2004). *Ben ve Savunma Mekanizmaları*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Erişti, A. (2010). Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki. (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ersanlı, K. ve Kalkan, M. (2008). *Evlilik İlişkilerini Geliştirme (Kuram ve uygulama)*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Ersevım İ. (2013) *Freud ve Psikanalizin Temel İlkeleri*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Eskin, M. (2012). Evlilik terapisi için başvuran çiftlerin evlilik doyumu ve evlilik terapisiyle hakkındaki görüşleriyle ilişkili etmenler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15, 226- 237.
- Fidanoğlu, O. (2006). *Evlilik uyumu, mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişki*. (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Filsinger, E. E. and Wilson, M. R. (1984). Religiosity, socioeconomic rewards and family development: predictors of marital adjustment, *Journal of Marriage and the Family*, 46(3): 663-670.
- Freedman, J.L., Sears, D.O., Carlsmith, J.M. (2003). *Sosyal Psikoloji*. A. Dönmez (Çev.). Ankara: İmge Kitapevi.
- Freud, S. (1914). On Narcissism. *On the History of the Psycho-Analytic Movement, Papers on Metapsychology and Other Works*, 67-102.
- Freud, S. (1962). The Neuro-Psychoses of Defence. (J.A. Strachey. Ed.) The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume III (1893- 1899): *Early Psycho-Analytic Publications*, 41-61.
- Freud, A. (1968). *The Ego and Mechanim of Defense*. London: Karnac Books.
- Freud, S. (1979). *Case Histories Two: Rat Man, Screber, Wolfman, Female Homosexuality*. London: Penguin Books.
- Freud, S. (1998). *Espriler ve Bilinçdışı ile İlişkileri*. İstanbul: Payel Yayınları.

- Erim, Y. (2004). *Ben ve Savunma Mekanizmaları*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Gasser, L. D. ve. Whitboure, K. S. (1985). Work identity and marital adjustment in blue cooler men. *Journal of Marriage and the Family*, 47(3): 747-751.
- Geçtan, E. (2003). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Geçtan E. (2006). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Geçtan, E. (2014). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Gençoğlu, Ç. H. (2019). *Bireylerin bağlanma stillerinin kullanılan savunma mekanizmaları ve sosyodemografik değişkenler ile ilişkilerinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gibbons, C. L. (2020). *Marital satisfaction among army spouses: a multivariate analysis of the influence of attachment, resiliency, forgiveness, and self-awareness*. (Doctoral dissertation). Capella University School of Counseling and Human Services, Minnesota.
- Girgin, B& Şık, B. A. (2018). Çatalca'da yaşayan evli bireylerin bağlanma stilleri, romantik kıskançlık düzeyleri ve evlilik doyumları arasındaki ilişki. *Aydın Sağlık Dergisi*, 4(2), 41-54.
- Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and The Family*, 52, 818-831.
- Gottman, J., J. Murray, C. Swanson, R. Tyson, and K. Swanson. (2002). *The Mathematics of Marriage: Dynamic Nonlinear Approach*. London: Mit Press.
- Gove, W. R., Hughes, M. ve Style, C. B. (1983). Does marriage have positive effects on the well-being of the individual? *Journal of Helth and Social Behavior*, 24, 122-131.
- Gökçe, Birsen (1991): "Aile ve Aile Tipleri Üzerine Bir İnceleme", Aile Yazıları 1 Temel Kavramlar Yapı ve Tarihi Süreç, (Derleyen: Beylü Dikeçliğil, Ahmet Çiğdem), T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, Ankara.
- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirine yönelik kontrolcülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Graham, J. M., & Conoley, C. W. (2006). The role of marital attributions in the relationship between life stressors and marital quality. *Personal Relationships*, 13(2), 231-241.
- Güçlü Ergin, N., (2008). *Evli ve boşanmış kişilerin evlilik uyumu ve cinsiyetçilik açısından karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Gündüzalp, İ (2018). *Boşanma Psikolojisi ve Danışmanlığı*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Güngör, C. H. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gündoğdu, A. (2007). *Relationship between self-construals and marital quality*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Gürsoy, Ç. (2004). *Kaygı ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi*. (Yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Güven, N. ve 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.
- Harris, L. (1981). Factors considered important in life. *Lois Harris Survey Release*. January,1. p: 143.
- Hazan, C., & Shaver, P. (2017). Romantic love conceptualized as an attachment process. In: *interpersonal Development*. Routledge, 2017. p. 283-296.
- Heaton, T. B. (2002). Factors contributing to increasing marital stability in the United States. *Journal of Family Issues*, 23(3), 392-409.
- Hicks, M. W., & Platt, M. (1970). Marital happiness and stability: A review of the research in the sixties. *Journal of Marriage and the Family*, 553-574.
- Hortaçsu, N. (1991). Evlilik ve boşanma nedenlerine verilen önemi etkileyen faktörler olarak değerlendirme yaklaşımı, cinsiyet ve medeni durum. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1).
- Hortaçsu, N. (2012). *İnsan İlişkileri* (3.Baskı). Ankara: İmge Kitabevi.
- Hoşgör, T.E. (2013). *Evlili çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Hovardaoğlu, S. (1996). Sosyal mübadele: Evlilikle ilgili değerlendirmelere etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(36), 12-24.
- Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumunu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18 (51), 99- 108.
- İmamoğlu, O. (1993). Değişen dünyada değişen aile içi roller. *Kadın Araştırmaları Dergisi*, 1, 58-68.
- İsmail Doğan. *Türk Aile Sosyolojisi*. (2012). Ankara: Pegem Akademi.

- İşmen-Gazioğlu, EA (2006). Genç yetişkinlerin evlilik ve aile hayatına ilişkin görüşlerinin değerlendirilmesi. *M. Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(23), 107- 123.
- Johnson, M. D., Benjamin, R. K., Rogge, R. and Bradbury, T. N. (2004). Evlilikteki davranışların yüklemeler ve evliliğin niteliği arasındaki boylamsal ilişkiadaki rolü. Çev. S. Üretmen. *Türk Psikoloji Bülteni*, 32, 137-141.
- Kalkan, M., & Ersanlı, E. (2008). Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programının evli bireylerin evlilik uyumuna etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8(3), 963-986.
- Karney, B. R. ve Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34.
- Karvonen, J. T. (2007). *Somatization in young adults*. (Master's thesis). University of Oulu, Oulu, Finland.
- Kavak, A. (2018). *Evli bireylerde çatışma yönetimi ve evlilik doyumu* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kellner, R. (1990). Somatization, theories and research. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 178.3, 150-160.
- Kenny, D. A., & Weiner, D. (2001). The importance of similarity and understanding of partners' marital ideals to relationship satisfaction. *Personal relationships*, 8(2), 167-185.
- Kernberg, O.F. (1999). *Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm*. (M. Atakay, Çev.) Birinci Basım. İstanbul: Metis Yayınları.
- Kışlak, T. Ş. (1999). Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenirlik ve geçerlik çalışması. *3P Dergisi*, 7(1), 50-57.
- Kiecolt, W., Glaser J. K. ve Newton, T. L. (2001). Marriage and health: his and hers. *Psychological Bulletin*, 127, 4: 472-503.
- Kocadere, M. (1995). *İyi ve kötü evliliklerin özelliklerini belirlemeye yönelik betimsel bir çalışma*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kozacıoğlu, G. & Gördürür, H. E. (1995). *Bireyden Topluma Ruh Sağlığı*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Kreitler, S. ve Kreitler, H. (1987). Conceptions and processes of planning: The developmental perspective. In S. L. Friedman, E. K. Scholnick, & R. R. Cocking (Eds.) *Blueprints for Thinking: The Role of Planning in Cognitive Development*. New York: Cambridge University Press.
- L. Çınar. (2008). *Evlilik doyumu: Cinsiyet rolleri ve yardım arama tutum*. (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Lalonde, N.R., Hynie, M., Pannu, M., Tatla, S. (2004). The role of culture in interpersonal relationships. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35 (5), 503-524.
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 228-237.
- Lieberman, R. (1970). Behavioral approaches to family and couple therapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 40(1), 106.
- Lichter, D. T., & Carmalt, J. H. (2009). Religion and marital quality among lowincome couples. *Social Science Research*, 38(1), 168-187.
- Lye, D. N. ve Biblarz, T. J. (1993). The effects of attitudes toward family life and gender roles on marital satisfaction. *Journal of Family Issues*, 14 (2), 157-188.
- Marshall, Gordon (2009): *Sosyoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Masterson, J. ve Klein, R. (2009). *Kendilik Bozukluklarının Psikoterapisi* (M. Benveniste, P. Özdemir, Çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- May, R. (2000). *Kendini Arayan İnsan*. İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- McWilliams, N. (2010). *Psikanalitik Tanı: Klinik Süreç İçinde Kişilik Yapısını Anlamak*. İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Miller, G. R. ve Steinberg, M. (1975). *Between People*. Chicago: Science Research Associates.
- Miller, P.J., Caughlin, J.P., Huston, T.L. (2003). Trait expressiveness and marital satisfaction: The role of idealization process. *Journal of Marriage and Family*, 65(4):978-995.
- Moini, S. (2016). *What predicts marital satisfaction? Defining marital satisfaction through attachment and differentiation*. (Doctoral dissertation). Alliant International University, Los Angeles.
- Munroe, R. L. (1956). *Schools of Psychoanalytic Thought*. New York: Dryden Press.
- Murat, D. (2019). *Çiftler arasındaki evlilik uyumunun evli kalma sürelerine bağlı olarak beden algısı, kıskançlık düzeyleri ve akılcı olmayan inançları ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Muştucu, Z.ve Yavuzer, N. (2022). Kullanılan savunma mekanizmalarında benlik kurgularının etkisi: Evli ve bekar bireylerin karşılaştırılması üzerine bir çalışma. *International Journal of Economics Administrative and Social Sciences*, 5(1), 21-39.
- Navid, B., Malekzadeh, F., Mohammadi, M., & Omani-Samani, R. (2023). Investigating the role of defense mechanisms on marital adjustment in infertile couples based on the cause of infertility: A cross-sectional study. *International Journal of Reproductive Biomedicine*, 21(2), 111.

- Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and Family*, 45, 141-151.
- Obradović, J and Čudina-Obradović, M (2000). Correlates of subjective global marital satisfaction in women. *Društvena istraživanja*, 9, (1), 41-65.
- Odağ, C. (2011). *Nevrozlar 1*. İzmir: Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi Yayınları.
- Ovalı, H. (2010). *Farklı coğrafi bölgelerde yaşayan bireylerin evlilik çatışmalarının çeşitli demografik özelliklere göre karşılaştırılması*. (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özakkaş, T. (2013). *Aktarım Odaklı Terapi ve Tedavi Teknikleri*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
- Özcan, K. (1982). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Özden, M. S., & Çelen, N. (2014). The relationship between inherent and acquired characteristics of human development with marital adjustment. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 140, 48-56.
- Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Özgüven, İ. E. (2020). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Öztürk, M. O. (2002). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapları.
- Öztürk, M.O. (2008). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Tuna Matbaacılık.
- Öztürk, O. ve Uluşahin, A. (2016). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Parlar, Hanifi, Şükran Akgün. 2018. Evlilikte bilinçli farkındalık, evlilik doyumu ve problem çözme becerileri ilişkilerinin incelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 1, 11-21.
- Parsons, T. T. (1997). *Sources and stages of mate selection, relationship development, and marriage*. (Doktora tezi). Fielding Enstitüsü.
- Petraglia, J, Thygesen, KL. Lecours, S. Drapeau, M.(2009). Gender differences in self reported defense mechanism: A study using the new defense style questionnaire-60. *American Journal of Psychotherapy*, 63.1, 87-99.
- Polat, O. (2007). *Tüm Boyutlarıyla Çocuk İstismarı-2 Önleme ve Rehabilitasyon*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Rebello, K., Silva Jr, M.D. ve Brito, R.C.S. (2014). Fundamental factors in marital satisfaction: An assessment of brazilian couples. *Psychology*, 5, 777-784.
- Reissman, C.; Aron, A.; Berger, M.R. (1993). Shared activities and marital satisfaction-causal direction and self-expansion versus boredom. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10 (2), pg: 243-254.

- Renshaw, K. D., Blais, R. K. and Smith, T. W. (2010). Components of negative affectivity and marital satisfaction: The importance of actor and partner anger. *Journal of Research in Personality*, 44, 328-334.
- Rhyne, D. (1981). Bases of marital satisfaction among men and women. *Journal of Marriage and the Family*, 43(4), 941-955.
- Rosen-Grandon, J. R., Myers, J. E. ve Hattie, J. A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes and marital satisfaction. *Journal of Counseling and Development*, 82, 58-68.
- Rowan, A. (2000). The place of acting out in psychoanalysis: From Freud to Lacan. *Psychoanalytische Perspectieven*. 41.42, 83-100.
- Sacco, W.P.; Phares, V. (2001). Partner appraisal and marital satisfaction: The rol of self-esteem and depression. *Journal of Marriage and the Family*, 63 (2): 504-513.
- Sadock, B. J. ve Sadock, V. A. (Ed.). (2000). *Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry*. Seventh Edition, Volume One & Volume Two (7th edition.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Sava, N. I., & Popescu, M. I. (2014). Mechanisms and strategies involved in marital satisfaction depending on religion. *Journal of Experiential Psychotherapy/Revista de PSIHOterapie Experientiala*, 17(2).
- Schumm, W.R., Jurich, A.P., Bollman, 5. R. ve Bugaighis, M.A, (1985). His and her marriage revisited. *Journal of Family Issues*, 6, 221-227.
- Seligman, M. E. P. (2007). *Gerçek Mutluluk*. (S. Kunt Akbaş ve E. Köroğlu, Çev. Ed.). Ankara: HYB Basım Yayın.
- Sharaievska, I., Kim, J., & Stodolsa, M. (2013). Leisure and marital satisfaction in intercultural marriages. *Journal of Leisure Research*, 45 (4), 445-465.
- Sharf, R. S. (2014). *Psikoterapi ve Psikolojik Danışma Kuramları: Kavramlar ve Örnek Olaylar*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Silverberg, W. V. (1932). Notes on the mechanism of reaction-formation: I dream material: II. Theoretical discussion. *The Psychoanalytic Review*. 19, 56-63.
- Sivandian, M., & Besharat, M. A. (2019). The association between attachment styles and marital adjustment: The moderating role of defense mechanisms. *Journal of Research and Health*, 9(7), 544-553.
- Smith, A.D., and Reid, W.J. (1986). Role expectations and attitudes in dual-earner families. *Social Contemporary Social Work*, 67(7), 394-402.
- Sokolski, D.M.; Hendrick,S.S. (1999). Marital satisfaction. *American Journal of Family Therapy*. C.26, SS.39- 49.
- Spainer, G. B., Lewis, R. A ve. Cole, C. L (1975). Marital adjustment over the family life cycle: the issue of curvilinearity. *Journal of Marriage and the Family*, 37, 263-275.

- Sprecher, S., Metts, S., Burleson, B., Hatfield, E., & Thompson, A. (1995). Domains of expressive interaction in intimate relationships: Associations with satisfaction and commitment. *Family Relations*, 44(2), 203-210.
- Spruiell V. (1979) Freud's Concepts of Idealization. *Journal of The American Psychoanalytic Association*. 27, 777-791.
- Stone, E.ve Shackelford, T. (2007). Marital satisfaction. In R. F. Baumeister ve K. D. Vohs (Eds.). *Encyclopedia of Social Psychology* (pp. 541-544).
- Sümer, N. Aktürk, E.G. & Helvacı, E. (2010). Anne- baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13, 42-59.
- Şendil, G., Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift durumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikolojik Çalışmaları Dergisi*, 8, 15-34.
- Şener, A. (2002). *Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şener, A. ve Terzioğlu, G. (2008). Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 13(4), 7-20.
- Şimşek, D., Bulut, P., Baltacı, S., & Gençöz, F. (2019). *Klinikte Lacanyen Psikanaliz*. Ankara: Türkiye Klinikleri Yayınevi.
- Ungerer, J. A., Waters, B., Barnett, B., & Dolby, R. (1997). Defense style and adjustment in interpersonal relationships. *Journal of research in Personality*, 31(3), 375-384.
- Tabakçı, A. S. (2014). *Majör depresyonda antidepresanların mizaç, karakter ve savunma mekanizmaları üzerine etkileri* (Tıpta Uzmanlık Tezi). Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Kliniği, İstanbul.
- Tarhan, N. (2011). *Son Sığınak Aile*. İstanbul: Nesil Yayınları.
- Tarhan, N. (2012). *Evlilik Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taşdemir, E. (2014). *Evlilik doyumu ile bilişsel şemalar arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Taşkent, V. (2010). *Alkol ve/veya madde bağımlıları ile bağımlılığı olmayan bireylerin savunma mekanizmaları açısından karşılaştırılması, çocukluk çağı travmaları, disosiyatif yaşantılar ve bağımlılık şiddetinin savunma mekanizmaları üzerindeki etkisinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Temel, E.D. (2013). *Evli kadın ve erkeklerde aldatmanın tipi-affetme, pozitif duygu affetme ve baş etme-affetme ilişkilerine evlilik doyumunun aracı rolü*. (Yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Tezer, E. (1986). *Evli eşler arasındaki çatışma davranışları: Algılama ve doyum*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tezer, E. (1992). Evlilik doyumu ve iş doyumu: *Bir ön çalışma*. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1 (3), 24-27.
- Tezer, E. (1994). Evlilik ve iş doyumu ilişkisi: İkili çatışmalar ve bazı demografik değişkenlerin rolü. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(1), 1-12.
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşamı ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (7), 1-7.
- Thibaut, John W. ve Harold H. Kelley. (1959). *Social Psychology of Groups*. New York: Wiley Publishing.
- Topçuoğlu, V. (2003). Obsesif kompulsif bozuklukta psikanalitik görüşler. *Klinik Psikiyatri*, (6), 46-50.
- Topses, G. & Serin, N. B. (2012). *Psikolojik Danışma ve Kişilik Kuramları*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Tuncer, E. (2021). *Psoeiazis hastalığı olan ve olmayan bireylerin ayrılma, bireyleşme, annenin algılanan reddi ve savunma mekanizmaları açısından karşılaştırılması*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gedik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu). (2022). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri.
- Tükel, R. (2009). *Psikiyatri*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Basım ve Yayınevi.
- Üncü, S. (2007). *Duyusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Vaillant, G. E. (1971). Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms. *Archives of General Psychiatry*. 24.2, 107–118.
- Vaillant, G. E. (1992). *Ego Mechanisms of Defense: A Guide for Clinicians and Researchers*. American Psychiatric Publisher.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American Psychologist*. 55 (1), 89.
- Van Overwalle, F., Segebarth, K. ve Goldchstein, M. (1989). Improving performance of freshmen through attributional testimonies from fellow students. *British Journal of Educational Psychology*, 59(1), 75-85.
- Vural Batık, M. (2017). *Ebeveynliğe geçiş dönemindeki evli bireylerin evlilik ilişkilerini geliştirme programının evlilik doyumu ve eş destek düzeylerine etkisi*

(Yayımlanmamış doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

- Waqas, A., Rehman, A., Malik, A., Muhammad, U., Khan, S., & Mahmood, N. (2015). Association of ego defense mechanisms with academic performance, anxiety and depression in medical students: a mixed methods study. *Cureus*, 7(9).
- Waites, E. A. (1982). Fixing women: Devaluation, idealization, and the female fetish. *Journal of American Psychoanalytic Association*. 30, 435-459.
- Watson, D.D., Sinha, B.K. (1998). Gender, age, and cultural differences in the defense style questionnaire-40. *Journal of Clinical Psychology*. 54(1), 67-75.
- Werman, D. (1983). Suppression as a defense. *Journal Of The American Psychoanalytic Association*, 31: 405-415.
- Wilson, R. W. (1981). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4), 294-306.
- Woszidlo, A., & Segrin, C. (2013). Direct and indirect effects of newlywed couples' neuroticism and stressful events on marital satisfaction through mutual problem solving. *Marriage & Family Review*, 49 (6), 520-545.
- Wong, P. S. (1999). Anxiety, signal anxiety and unconscious anticipation: Neuroscientific evidence for an unconscious signal function in humans. *Journal of the American Psychoanalytic Association*. 47: 817-841.
- Yanbastı, G. (1990). *Kişilik Kuramları*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Yaşar, Ö. S. (2014). *Yetişkin yakın ilişkilerde bağlanma stilleri ile kullanılan savunma mekanizmalarının arasındaki ilişki*. (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yavuzer, H. (2006). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2011). *Evlilik Okulu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazgan, N. N. (2019). *Yetişkinlerde savunma mekanizmalarının, bağlanma stilleri ve bilişsel esneklik arasında incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yelsma, P., Marrow, S. (2003). An examination of couples: Difficulties with emotional expressiveness. *Journal of Family Communication*, 3(1):41-62.
- Yıldırım, İ. (1993). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki evli bireylerin uyum düzeyleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1(4), 23-28.
- Yıldız, Y. (2012). *İlişkiye ilişkin inançların evlilik uyumunu yordaması*. (Yüksek lisans tezi). Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Yıldız, M. A. ve G. Büyüksahin Çevik. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumlarının ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *International Journal of Human Science*. 13(1). (227-242).

- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum Dergisi* 4(1).
- Yılmaz N, Gençöz T, Ak m (2007). Savunma biçimleri testi'nin psikometrik özellikleri: güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 244- 253.
- Yogev, S. ve J. Brett (1985). Perception of the division of housework and child care and marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*. 47, 609-61.



EKLER

EK-1. Kişisel Bilgi Formu

Sayın katılımcı, lütfen okuyunuz;

Bu araştırma, Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık yüksek lisans programı kapsamında Özge NAMLI tarafından, Dr. Öğretim Üyesi Z. Gülden BİLAL danışmanlığında yürütülmektedir. Temel amaç, konuyu derinlemesine inceleyerek evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evliliklerinden aldıkları doyum arasında anlamlı fark olup olmadığı ve bu değişkenlerin demografik özellikler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk sayısı) açısından farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesidir. Araştırmanın sonuçları ile yapılacak çalışmalara ışık tutması hedeflenmiştir.

- Bu araştırmaya katılımınız gönüllük esasına dayanmaktadır.
- Araştırmanın amacı doğrultusunda, anket çalışması yapılarak sizden veriler toplanacaktır.
- Araştırmada katılımcıların isimleri gizli tutulacaktır.
- Araştırma kapsamında toplanan veriler, sadece bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacak, araştırmanın amacı dışında ya da bir başka araştırmada kullanılmayacak ve gerekmesi halinde, sizin (yazılı) izniniz olmadan başkalarıyla paylaşılmayacaktır.
- İstemeniz halinde sizden toplanan verileri inceleme hakkınız bulunmaktadır.
- Sizden toplanan veriler arşiv yöntemi ile korunacak ve araştırma bitiminde arşivlenecek veya imha edilecektir.
- Veri toplama sürecinde size rahatsızlık verebilecek herhangi bir soru/istek olmayacaktır. Yine de araştırmaya katılımınız esnasında herhangi bir nedenden dolayı rahatsızlık hissederseniz araştırmadan istediğiniz zamanda ayrılma hakkına sahipsiniz. Araştırmadan ayrılmanız durumunda sizden toplanan veriler araştırmadan çıkarılacak ve imha edilecektir.

Gönüllü katılım formunu okumak üzere ayırdığımız zaman için teşekkür ederim. Araştırma hakkındaki sorularınızla ilgili olarak benimle iletişime geçebilirsiniz. Katılımcı beyanı: Bu çalışmaya tamamen kendi rızamla, istediğim takdirde araştırmadan ayrılabilceğimi bilerek verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını onaylıyorum.

1. Yaşınız :

23-29 () 30-40 () 41-41'den büyük ()

2. Cinsiyetiniz:

Kadın () Erkek ()

3. Eğitim Düzeyiniz :

Lise ve altı () Üniversite () Yüksek Lisans/Doktora ()

4. Çalışıyor musunuz?

Evet () Hayır ()

5. Aylık hane kazancınız:

0-10000 () 10.000-20.000 () 20.000-30.000 ()

30.000-40.000 () 40.000-50.000 () 50.000 ve üzeri ()

6. Kaç yıldır evlisiniz?

0-4 yıl () 5-9 yıl () 10-14 yıl () 15-19 yıl () 20 ve üzeri yıl ()

7. Varsa çocuk sayınız:

Yok () 1 () 2 () 3-3+ ()

8. Eşinizle hangi evlenme biçimi ile evlendiniz?

Görücü Usulü () Kendi kararımız ile ()

EK-2. Ölçek Kullanım İzinleri

19 Kas 2022
...
📎

📎 **EVLİLİK DOYUM ÖLÇEĞİ YENİ**
DOC - 40 KB

Sevgili Özge yurt dışındaydım, yanıt vermeyi geciktirdim, ölçek ilişiktir, kolay gelsin,
--

14 Kas 2022
...
📎

📎 savunmaBicim... PDF - 260 KB
📎 SBT.Ölcek DOC - 46 KB

📎 2 ek (306 KB)

Merhabalar,

Ölçeği bilimsel araştırmalarınızda kullanabilirsiniz. Makaleyi, ölçeği ve değerlendirme şekli için hazırladığım dokümanı ekte iletiyorum.

İyi çalışmalar dilekleriyle.

📎

📎 **EVLİLİK DOYUM ÖLÇEĞİ DOKTORA (13...**
DOC - 41 KB

İyi çalışmalar diliyorum...

EK-3. Etik Kurul Onayı



T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma Etik Kurulu Başkanlığı



Sayı : E-81182178-605.99-35078
Konu : Etik Kurul Onayı (Özge AYGÜNEŞ)

09.05.2023

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğünün 30.01.2023 tarihli ve E-96064710-5014.10-32556 sayılı yazısı.

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı öğrencisi **Özge AYGÜNEŞ**'in, **Dr. Öğr. Üyesi Zeliha Gülden BİLAL**'in tez danışmanlığında devam ettirdiği "**Evli Bireylerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**" konu başlıklı tez çalışması, Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma Etik Kurulumuzun 31.03.2023 tarih ve 2023/02 sayılı toplantısında Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi ve Ufuk Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma Etik Kurulu Yönergesi çerçevesinde değerlendirilmiş olup, etik açıdan uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla arz/rica ederim.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soy Adı: Özge NAMLI

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi: Başkent Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü

Yüksek Lisans Öğrenimi: Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı

Bildiği Yabancı Diller: İngilizce

İş Deneyimi

Stajlar: Ankara Karacan Temel Lisesi (2015)

Çalıştığı Kurumlar: Eskişehir Gelişim Okulları (2016-2019)

Ankara Sınav Koleji (2019-2021)

Odtü Geliştirme Vakfı İlkokulu (2021- Halen Devam Ediyor)

Tarih : 30.01.2024