

**T.C.
İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**İNTERNET BAĞIMLILIĞININ EVLİLİK HAYATI
ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ**

Sevgi TERZİOĞLU

YÜKSEK LİSANS TEZİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

DANIŞMAN

Dr. Öğr. Üyesi Davut İBRAHİMOĞLU

İSTANBUL, Aralık 2019

**T.C.
İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**İNTERNET BAĞIMLILIĞININ EVLİLİK HAYATI
ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ**

**Sevgi TERZİOĞLU
(172005140)**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

DANIŞMAN

Dr. Öğr. Üyesi Davut İBRAHİMOĞLU

İSTANBUL, Aralık 2019

T.C.
İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**İNTERNET BAĞIMLILIĞININ EVLİLİK HAYATI
ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ**

Sevgi TERZİOĞLU

(172005140)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

Tezin Enstitüye Teslim Edildiği Tarih :

Tezin Savunulduğu Tarih :

Tez Danışmanı : Dr. Öğr. Üyesi Davut İBRAHİMOĞLU

(İstanbul Esenyurt Üniversitesi)

Diğer Jüri Üyeleri : Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Fuat AKGÜL

(İstanbul Okan Üniversitesi)

: Dr. Öğr. Üyesi Pınar ARSLANTÜRK

(İstanbul Okan Üniversitesi)

İSTANBUL, Aralık 2019

ÖNSÖZ

İnternet Bağımlılığının son zamanlarda giderek artan bir şekilde karşımıza çıkmaya başladığı bu günlerde araştırmamda internet bağımlılığının, evliliklerin üzerindeki olumsuz etkilerini inceledim.

İnternet bağımlılığından kaynaklı sorunlar, evlilik uyumu ve evlilik uyumuna etki eden faktörler, eşler arası iletişim ve iletişim kalıpları, iletişimi etkileyen faktörler ve sağlıklı iletişim konularını ele alarak çalışmamı gerçekleştirdim.

Araştırma konusuna karar verme aşamasından sonra evli bireylerin doldurması için belirlediğim anket ve formları kadın katılımcılar gayet ılımlı bir şekilde karşılarken erkek katılımcıların anketi doldurma durumuna biraz daha mesafeli yaklaştıklarını gördüm. Bu sebeple araştırmamda erkek katılımcı sayısı kadın katılımcı sayısında daha azdır.

Tez konumun netleşmesinden, tezimin planlanması ve tamamlanması sürecine kadar akademik bilgilerini, zamanını ve pozitif yaklaşımını benden hiçbir zaman esirgemeyen danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Davut İBRAHİMOĞLU'na teşekkürlerimi sunarım.

Hayatım boyunca, akademik alanda ve diğer bütün konularda maddi ve manevi anlamda benden desteğini esirgemeyen sevgili annem Gülten Büker'e ve babam Kemalettin Büker'e teşekkürü bir borç bilirim.

İlgisini ve desteğini benden esirgemeyen, başarabileceğime duyduğu inancı ve her zaman moral veren çok değerli eşim Harun Terzioğlu'na teşekkür ederim.

Aralık, 2019

Sevgi TERZİOĞLU

İÇİNDEKİLER

SAYFA NO

ÖNSÖZ	i
İÇİNDEKİLER	ii
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
SEMBOL LİSTESİ	vii
KISALTMALAR	viii
TABLO LİSTESİ (LIST OF TABLES)	ix
BÖLÜM 1. GİRİŞ VE AMAÇ	1
1.1.ARAŞTIRMANIN AMACI.....	1
1.2. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	1
1.3.ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ	3
BÖLÜM 2. GENEL BİLGİLER	4
2.1.İNTERNET BAĞIMLILIĞI.....	4
2.1.1. İnternet Bağımlılığı Kavramı	4
2.1.2. İnternet Bağımlılığının Kriterleri.....	5
2.1.2.1.Goldberg'in İnternet Bağımlılığı Kriterleri	6
2.1.2.2. Young'ın İnternet Bağımlılığı Kriterleri	7
2.1.2.3. Beard ve Wolf'un İnternet Bağımlılık Kriterleri	8
2.1.2.4. Griffiths'in İnternet Bağımlılık Kriterleri	8
2.1.3.İnternet Bağımlılığından Kaynaklanan Sorunlar	9

2.1.3.1.Mesleki Sorunlar	10
2.1.3.2.Fiziksel Sorunlar	10
2.1.3.4.Ruhsal ve Sosyal Sorunlar	11
2.1.4. İnternet Bağımlılığının Nedenleri.....	12
2.1.5. İlgili Çalışmalar.....	13
2.2.EVLİLİKLERDE UYUM.....	14
2.2.1.Evlilik	14
2.2.2. Evlilikte Uyum	16
2.2.2.1. Evlilik Uyumuna İlişkin Kavramsal ve Kuramsal Yaklaşımlar	17
2.2.2.2. Evlilikte Çift Uyumuna Etki Eden Faktörler.....	20
2.2.2.3. Evlilik Uyum ve Psikolojik Belirtiler.....	21
2.2.2.4. Evliliklerde Uyum ile İlgili Çalışmalar.....	23
2.3. EVLİLİKLERDE İLETİŞİM ŞEKİLLERİ	26
2.3.1. İletişim	26
2.3.1.1. Başarılı Bir İletişimin Özellikleri.....	27
2.3.2. Eşler Arası İletişim.....	28
2.3.2.1. Evlilikte İletişime Etki Eden Etmenler.....	29
2.3.2.2. Evlilikte İletişim Kalıpları	30
2.3.2.3. Evlilikte Sağlıklı İletişim Kuralları ve Ortamı.....	31
BÖLÜM 3. YÖNTEM VE BULGULAR	35
3.1. ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ.....	35
3.2. ARAŞTIRMA ARAÇLARI.....	35
3.2.1. Demografik Bilgiler Formu	35
3.2.2. Yakın Doğu Evlilik Uyum Ölçeği	35
3.2.3. Eşler Arası İletişim Formu	36
3.2.4. Young İnternet Bağımlılığı Testi- Kısa Formu	37
3.3.İŞLEM.....	37
3.4. BULGULAR	38
3.4.1.Araştırma Kapsamındaki Katılımcıların Kişisel Özellikleri.....	38
3.4.2.İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Ölçeğine Ait Analiz Sonuçları	41
3.4.3.Eşler Arası İletişim Düzeyleri Ölçeğine Ait Analiz Sonuçları	50

3.4.4.Evlilik Uyumu Düzeyleri Ölçeğine Ait Analiz Sonuçları.....	58
BÖLÜM 4. TARTIŞMA, SONUÇ, ÖNERİLER	79
4.1. TARTIŞMA	79
4.2. SONUÇ.....	84
4.3. ÖNERİLER	85
KAYNAKLAR	86
EKLER	97
EK A: ONAM FORMU	97
EK B: DEMOGRAFİK BİLGİLER FORMU.....	98
EK C: EŞLER ARASI İLETİŞİM ANKET FORMU.....	100
EK D: YAKIN DOĞU EVLİLİK UYUM ÖLÇEĞİ	102
EK E: YOUNG İNTERNET BAĞIMLILIĞI TESTİ - KISA FORMU.....	105
ÖZGEÇMİŞ	106

ÖZET

İNTERNET BAĞIMLILIĞININ EVLİLİK HAYATI ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ

Gerçekleştirilen araştırmanın amacı, internet bağımlılığının evliliklerde iletişim ve uyum üzerindeki etkisinin belirlenmesidir. Bu amaçla, 20 yaş üzeri evli ve en az ilkokul mezunu 144 erkek(%39) ve 225 kadın(%61) toplam 369 katılımcıya Sosyo-Demografik Form, Yakın Doğu Evlilik Uyum Ölçeği, Eşler arası İletişim Formu, Young İnternet Bağımlılığı Testi- Kısa Formu sunulmuştur.

İnternet bağımlılığından kaynaklı sorunlar, evlilik uyumu ve evlilik uyumuna etki eden faktörler, eşler arası iletişim ve iletişim kalıpları, iletişimi etkileyen faktörler ve sağlıklı iletişim konuları ele alınmıştır. Bulgularda belirlenen değişkenlerin ilişkisinin incelenmesi sonucunda evlilik uyumu ile internet bağımlılığı arasında negatif yönde bir ilişki ($p=0,028$; $r=0,114$), evlilik doyumu alt boyutu($p=0,024$; $r=0,117$) ve evlilikte empati alt boyutu($p=0,024$; $r=0,117$) ile internet bağımlılığı arasında negatif bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Bu sonuç eğer internet bağımlılığı ölçeği düzeyinde bir artış olursa katılımcıların evlilik uyumu genel, evlilikte doyum ve evlilikte empati alt boyut algılarında azalış olacağı anlamına gelmektedir.

Anahtar Kelimler: İnternet Bağımlılığı, Evlilik Uyumu, Eşler Arası İletişim

Tarih: Aralık 2019

ABSTRACT

NEGATIVE EFFECTS OF INTERNET ADDICTION ON MARITAL LIFE

The aim of this study is to determine the effect of internet addiction on communication and harmony in marriages. For this purpose, 144 male(%39) and 225 female(%61), married for at least one year and at least primary school graduates, over 20 years of age were provided with a Socio-Demographic Form, Near East Marriage Adjustment Scale, Couple's Communication Form, and Young Internet Addiction Test-Short Form.

Problems caused by internet addiction, marriage adjustment and the factors affecting marriage adaptation, peer to peer communication and communication patterns, the factors affecting communication and qualified communication topics were discussed. As a result of examining the relationship between the variables determined in the findings, a negative relationship was found between marital adjustment and internet addiction($p=0,028$; $r=0,114$), between marital satisfaction and internet addiction($p=0,024$; $r=0,117$), between marital empathy and internet addiction($p=0,024$; $r=0,117$). This result means that if there is an increase in the level of the internet addiction scale, participants' perceptions of marital adjustment, overall satisfaction in marriage and marital empathy subdimension will decrease.

Keywords: Internet Addiction, Marital Adjustment, Communication in Marriages

Date: December 2019

SEMBOL LİSTESİ

% : Yüzde

n : Örneklemdeki katılımcı sayısı

X : Ortalama

ss : Standart sapma

f: Frekans

t : T test değeri

sd : Serbestlik derecesi

p : Anlamlılık düzeyi

F : Varyans analizi

p : Anlamlılık değeri

r : Korelasyon katsayısı

R² : Regresyon katsayısı

β : Beta

KISALTMALAR

SPSS : Statistical Package for Social Sciences

DSM : Diagnostic and Statistical Manuel of Mental Disorders

APA : American Psychiatric Association

YDEUÖ: Yakın Doğu Evlilik Uyum Ölçeği

EAİF: Eşler Arası İletişim Formu

YİBT-KF: Young İnternet Bağımlılığı Testi –Kısa Formu

ANOVA : Analysis of Variance (Tek Yönlü Varyans Analizi)

TABLO LİSTESİ (LIST OF TABLES)

SAYFA NO

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları	38
Tablo 3.2. Katılımcıların Evlilik Sürelerine Göre Dağılımları	39
Tablo 3.3. Katılımcıların Çocuk Sayısı Göre Dağılımları	39
Tablo 3.4. Katılımcıların Yaşanılan Bölgeye Göre Dağılımları	40
Tablo 3.5. Katılımcıların İnternet Kullanma Sıklığına Göre Dağılımları.....	40
Tablo 3.6. Katılımcıların İnternette Geçen Günlük Süreye Göre Dağılımları	40
Tablo 3.7. Katılımcıların İnterneti Kullanma Amacına Göre Dağılımları.....	41
Tablo 3.8. İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açılarına İlişkin Verilerin Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları	41
Tablo 3.9. İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Ölçeğinin Alt Boyutlarına Ait Bakış Açılarına İlişkin Betimsel Bulgular	42
Tablo 3.10. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Cinsiyet Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları	43
Tablo 3.11. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Çalışma Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları	43
Tablo 3.12. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İnternet Kullanma Sıklığı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları.....	44
Tablo 3.13. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	44
Tablo 3.14. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Eğitim Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	45
Tablo 3.15. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Meslek Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları.....	46
Tablo 3.16. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Gelir Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	46
Tablo 3.17. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Evlilik Süresi Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	47
Tablo 3.18. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Çocuk Sayısı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	47
Tablo 3.19. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Yaşanılan Bölge Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	48
Tablo 3.20. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İnternette Geçen Günlük Süre Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları.....	48
Tablo 3.21. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İnterneti Kullanma Amacı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları.....	49
Tablo 3.22. Eşler Arası İletişim Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açılarına İlişkin Verilerin Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları	50

Tablo 3.23. Eşler Arası İletişim Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açılarına İlişkin Betimsel Bulgular	51
Tablo 3.24. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Cinsiyet Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları	52
Tablo 3.25. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Çalışma Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları	52
Tablo 3.26. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin İnternet Kullanma Sıklığı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları	53
Tablo 3.27. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Bilgisayar Başında Vakit Geçirme Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları	53
Tablo 3.28. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	54
Tablo 3.29. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Eğitim Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	54
Tablo 3.30. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Meslek Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	55
Tablo 3.31. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Gelir Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	55
Tablo 3.32. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Evlilik Süresi Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	56
Tablo 3.33. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Çocuk Sayısı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	56
Tablo 3.34. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Yaşanılan Bölge Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	57
Tablo 3.35. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin İnternette Geçen Günlük Süre Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	57
Tablo 3.36. Eşler Arası İletişim Düzeylerinin İnterneti Kullanma Amacı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	58
Tablo 3.37. Evlilik Uyumu Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açılarına İlişkin Verilerin Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları	58
Tablo 3.38. Evlilik Uyumu Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açılarına İlişkin Betimsel Bulgular	59
Tablo 3.39. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Cinsiyet Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları	61
Tablo 3.40. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Çalışma Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları	62
Tablo 3.41. Evlilik Uyumu Düzeylerinin İnternet Kullanma Sıklığı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları	63
Tablo 3.42. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	64
Tablo 3.43. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Eğitim Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	65

SAYFA NO

Tablo 3.44. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Meslek Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	67
Tablo 3.45. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Gelir Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	68
Tablo 3.46. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Evlilik Süresi Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	69
Tablo 3.47. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Çocuk Sayısı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	70
Tablo 3.48. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Yaşanılan Bölge Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	71
Tablo 3.49. Evlilik Uyumu Düzeylerinin İnternette Geçen Günlük Süre Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	72
Tablo 3.50. Evlilik Uyumu Düzeylerinin İnterneti Kullanma Amacı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları	73
Tablo 3.51. Katılımcıların Evlilik Uyumu Alt Boyutlarına Eşler Arası İletişim Ölçeğine ve İnternet Bağımlılığı Ölçeğine Bağlı Güvenilirlik Analizleri	74
Tablo 3.52. Katılımcıların Evlilik Uyumu Alt Boyutlarının Eşler Arası İletişim Ölçeğinin ve İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Birbirleri Arasındaki İlişki	75
Tablo 3.53. Katılımcıların İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Evlilik Uyumu Düzeyine Göre Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	77
Tablo 3.54. Katılımcıların Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Evlilik Uyumu Düzeyine Göre Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	78

BÖLÜM 1. GİRİŞ VE AMAÇ

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, çalışmaya katılan kişiler internet bağımlısı mıdır, katılımcıların evlilik uyumu internet bağımlılığından etkilenmekte midir, internet bağımlılığının eşler arası iletişimine etkisi var mıdır, sorularına cevap aramaktır.

Bu sebeple araştırmaya katılan kişilerin, öncelikli olarak internet bağımlılığı seviyelerini ölçmek, evlilik uyumlarının nasıl olduğuna bakmak, eşler arası iletişimlerinin düzeyini belirlemek, internet bağımlılığının evlilik uyumuna ve eşler arası iletişim üzerine etkisini belirlemek amaçlanmıştır. Ayrıca internet bağımlılığının, evlilik uyumlarının, eşler arası iletişim düzeylerinin, kişinin cinsiyetine, yaşına, eğitim durumuna, ekonomik durumuna, evlilik süresine, hangi bölgeden geldiğine göre nasıl farklılaşma gösterdiğini belirlemektir

1.2. Araştırmanın Önemi

Aile topluma önemli ölçüde etki eden bireyin sahip olduğu ilk gruptur. Evlilik ilişkisi de insan ilişkileri açısından bakıldığında en önemli ve en temel olanlardan biri olarak görülebilir. Çünkü evlilik, bir aile oluşturmakta ve yeni nesillerin dünyaya gelmesini sağlamaktadır(Aycanoğlu & Ünsal, 2017). Evlilik ilişkileri ile ilgili sıklıkla bahsedilen bir kavram olarak evlilik uyumu ve eşler arası iletişim karşımıza çıkmaktadır. Evlilik uyumu kavramı, karışık olmasına rağmen, aileye dair kararları birlikte alabilen ve evlilik ilişkileri içinde iletişimlerini sürdürebilen ve sorunlarını çözmek için birlikte hareket edebilen çiftlerin evlilikleri uyumlu kabul edilebilir(Tutarel Kışlak & Çubukça, 2002).

İletişim, insanlık tarihince süre gelen bir olgudur. Aynı zamanda duygu, düşünce ve bilgilerin karşı tarafa aktarılması olarak da tanımlanabilir(Çalışkan & Aslenderen, 2014). Aile içinde eşlerin birbirleriyle olan iletişimleri, ebeveyn-çocuk iletişimi ve kardeşler arası iletişim yer almaktadır. Günümüz de iletişimin en popüler teknolojik araçları olan akıllı telefonlar, cep telefonları ve bilgisayarlar internet ağının da yaygınlaşması ile yoğun bir şekilde kullanılmakta ve insan ilişkilerini çok değişik yönlerden etkilemektedir.

İnternete erişimin büyüyen bir olgu olarak karşımıza çıkması her gün daha fazla insanın internet kullanıcısı olması ve internet bağımlılığı geliştirmesi sonucunu doğurmaktadır(Arısoy, 2009). Türkiye İstatistik Kurumunun verilerine göre, internet kullanan bireylerin oranı %72,9 iken,2018 yılı Nisan ayında hanelerin %83,8'i evden internete erişim imkânına sahip oldu. Bu oran 2017 yılının aynı ayında %80,7 idi(WEB_1, 2018). Evlerden erişimin ve bireysel kullanım olarak artan internet kullanımının insan ilişkilerindeki etkisinin de artıracığını düşünebilmekteyiz.

İnternet bağımlılığı, internetin kontrolsüz bir şekilde kullanılmasıyla ortaya çıkan davranışsal bir bağımlılık olarak değerlendirilebilir. İnternet bağımlılığı ile ilgili araştırmalara baktığımızda, diğer bağımlılıklar gibi internet bağımlılığının da aile içi ilişkilere zarar verdiğini görmekteyiz(Zahra & Arkadaşları, 2015). Eşler arasındaki iletişimin, internet kullanımının artmasına bağlı olarak farklı açılardan etkilendiğini söyleyebiliriz. Özellikle eşlerden birinin internet üzerinden ilişki (siber-iliski) içinde olması evlilik dışı ilişkilere yeni bir boyut kazandırmaktadır(Tüzer, 2011).

İnternet bağımlılığının evlilik ilişkisinde ve yaşamın devamında, yaşam tarzının değişmesi, aile üyelerine ilginin azalması ya da yok sayılması, internetin çok fazla süre ile kullanılması gibi negatif etkilerin olduğu belirlenmiştir(Block, 2008). Bu nedenle evlilik ile ilgili araştırmalar son dönemde daha da önem kazanmıştır. Özellikle internetin, eşler arası iletişim ve çiftler arasındaki evlilik uyumunda etkili olması bu konularla ilgili araştırmaların ön plana çıkmasını sağlamıştır.

1.3.Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın temel problemi, ‘Evli bireylerde, internet bağımlılığı ile eşler arası iletişim ve evlilik uyumu arasında ilişki var mıdır?’ şeklindedir. Çalışmada sınanmak üzere geliştirilen hipotezler ise şu şekildedir:

H: Katılımcıların internet bağımlılığının, eşler arası iletişim ve evlilik uyumu üzerine anlamlı bir etkisi vardır.

H1: Katılımcıların Evlilikteki İletişim Düzeyleri Demografik Özelliklerine Göre Farklılık Göstermektedir.

H2: Katılımcıların Evlilikte Uyum Düzeyleri, Demografik Özelliklerine Göre Farklılık Göstermektedir.

H3: Katılımcıların İnternet Bağımlılık Düzeyleri, Demografik Özelliklerine Göre Farklılık Göstermektedir.

BÖLÜM 2. GENEL BİLGİLER

2.1. İNTERNET BAĞIMLILIĞI

2.1.1. İnternet Bağımlılığı Kavramı

Bağımlılık bireyin kullanmakta olduğu maddeyi pek çok kez bırakmayı denemesine karşın bırakamaması, maddeyi git gide dozunu yükselterek kullanması, bıraktığı zaman yoksunluk hissetmesi, zarar görmesine karşın kullanıma devam etmesi, vaktinin büyük bir kısmını maddeye ulaşmak için geçirmesiyle belirlenen bir durumdur (Ögel, 2012). Bağımlılık söz konusu olduğunda genellikle ilaç ile tedavisi yapılan bitkisel veya kimyasal maddelere duyulan bağımlılık düşünülse de bunlarla birlikte internet bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, seks bağımlılığı, kumar bağımlılığı gibi tıbbi yardımla çözülebilen başka bağımlılıklar da mevcuttur (Tarhan & Nurmedov, Bağımlılık, 2015; Uzbay, 2009).

Çalışmamızın konusunu oluşturan internet bağımlılığı bugün mevcut bağımlılıklara oranla öğrencileri daha çok etki altına alabilen, sürekli tekrarlanma ihtiyacı hissettiren, yoksunluk ve yetersizlik hislerine neden olan, duygu durum değişiklikleri yaratan, dikkat dağınıklığı, kişiler arası çatışma, tahammülsüzlük ve odaklanma sorunları oluşturan bir bağımlılık türüdür (Odabaşioğlu, Öztürk, Genç, & Pektaş, On Olguluk Bir Seri ile İnternet Bağımlılığı Klinik Görünümleri, 2007, s. 46). Söz konusu bağımlılık literatürde uygunsuz internet kullanımı ya da patolojik kullanım şeklinde de isimlendirilmektedir. Bağımlılığın bırakılmasının sonrasında bireyin hayattan zevk almaması, sürekli sinir halinde olması, internete girme isteği gibi semptomlar görülmektedir. Bunun sonucunda birey ailesinden veya sosyal çevresinden uzak kalsa dahi internetten vazgeçememektedir, bu durum da internet bağımlılığının ciddiyetini göstermektedir (Arısoy, 2009).

Sürekli internet kullanımını internet bağımlılığı olarak nitelendirmek doğru değildir. Çünkü internetin kullanım amacı ve geçirilen vakit bu durumun bağımlılık olup olmadığının belirlenmesinde kullanılmaktadır. Gerçekleştirilen araştırmaların büyük bir bölümünde söz konusu bağımlılığa sahip kişilerin pornografik sitelere, sohbet kanallarına, oyun sitelerine, sosyal ağlara ve müzik sitelerine girdikleri görülmüştür. Bağımlılığı bulunmayan kişilerin ise genel olarak alışveriş sitelerine girdiği belirlenmiştir (Günüç & Kayri, 2010).

İnternet bağımlılığı genellikle internette uzun süreli vakit geçirme isteği ya da uzun vakit geçirme sonucunda ortaya çıkmaktadır. Yapılan çalışmaların bulguları da internet bağımlılığı bulunan kişilerin zamanının büyük bir bölümünü internette geçirdiğini ve hatta bu zamanın günden güne arttığını göstermektedir. Arkadaşlık ilişkilerine zarar veren, günün önemli bir kısmını gerçek hayattan sanal hayata yönlendiren bağımlıların hem sosyal hem de akademik hayatlarında sorunlar meydana gelmektedir (Alaçam, 2012).

2.1.2. İnternet Bağımlılığının Kriterleri

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA)'nın yayımladığı “Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı”na ait hiçbir versiyonda “internet bağımlılığı” bir hastalık olarak kabul edilmemektedir. Fakat 2013 senesinde yayımlanmış olan güncel versiyonda (DSM-M) ilk kez “dijital oyun bağımlılığı”nın internette oyun oynama bozukluğu şeklinde tanımlanması, “internet bağımlılığının” ilerleyen dönemlerde DSM’e dâhil olabileceği düşüncesini doğurmuştur. APA, internet bağımlılığı durumunun klinik olarak incelenebilmesi için daha çok çalışma gereksinimi olduğunu belirtmiştir (Yalçın Irmak & Erdoğan, 2015). İnternet bağımlılığıyla ilgili alan yazında en çok kullanılan ve kabul gören tanı kriterleri madde ve kumar bağımlılığı gibi bağımlılıkların kriterlerinin uyarlanması sonucunda oluşturulmuştur (Thurlow, Lengel, & Tomic, 2004). Bu başlık altında bazı araştırmacıların uyarladığı “internet bağımlılığı” kriterleri açıklanmaktadır.

2.1.2.1. Goldberg'in İnternet Bağımlılığı Kriterleri

Tarihte internet bağımlılığı kavramı ilk kez 1996 senesinde Psikiyatrist İvan Goldberg tarafından kullanılmıştır (Mitchell, 2000). Goldberg APA'nın yayımladığı DSM IV'de yer alan madde bağımlılığı tanısından yola çıkarak, internet bağımlılığı için aşağıda yer alan 7 kriteri oluşturmuştur (akt.Suler, 1996);

1. Tolerans Gelişimi (Aşağıda belirtilmiş olan maddelerden herhangi birine karşı tolerans geliştirmek);
 - Doyum sağlamak amacıyla internetin kullanım zamanının büyük oranda arttırılmasına ihtiyaç hissedilmesi,
 - Sürekli aynı düzeyde gerçekleştirilen internet kullanımının verdiği doyum hissinde azalma hissedilmesi,
2. Yoksunluk Sendromu (Aşağıda belirtilmiş olan maddelerden herhangi biri ile yoksunluk belirtisi sergilemek);
 - Karakteristik bir yorgunluk hissi, internet kullanımındaki azalmadan ya da tamamen bırakmadan dolayı zaman içerisinde kaygı, ajitasyon, internette neler olduğunu takıntılı bir şekilde merak etme, internete dair hayaller kurma, bilinçsiz veya bilinçli olarak tuşlara basma hareketi yapma gibi semptomların en az ikisine sahip olunması, kişilerin mesleki, sosyal vb. alanlarında sorunlar yaratması.
 - Yoksunluk belirtilerini önlemek ya da hafifletmek için internet veya benzer tecrübelerin tekrar tekrar kullanılması.
3. Genel olarak planlanan zamandan daha çok internet kullanmak,
4. İnternette geçirilen süreyi azaltmak ya da kontrol edebilmek için daima istekli olmak fakat bu isteğe dair girişimlerin sürekli başarısız olması,
5. İnternet kullanımı ile alakalı aktivitelerde (indirilmiş dosyaların düzenlenmesi, online alışveriş vb.) uzun vakitler harcamak,
6. İnternet kullanımından dolayı günlük, mesleki ya da sosyal aktivitelerin mühim oranda düşmesi veya tamamen bırakılması,
7. Randevulara geç kalma, uykusuzluk, mesleki sorumlulukların ihmal edilmesi ya da eşle yaşanan problemler gibi internet kullanımından kaynaklandığı bilinen

mesleki, sosyal, psikolojik ya da fiziksel problemlere karşın halen aynı oranda internet kullanılması.

Goldberg, son bir sene içinde belirtilmiş olan kriterlerden minimum üçünü yaşayan bir kişinin “internet bağımlılığı”na sahip olduğunu belirtmektedir (akt.Suler, 1996).

2.1.2.2. Young’ın Internet Bağımlılığı Kriterleri

Goldberg internet bağımlılığı kavramını kullanan ilk kişi olmasına karşın bu alanda gerçekleştirilen ilk ciddi araştırmayı Young gerçekleştirmiştir (Young, 1996). Young (1996) söz konusu araştırmasında internet bağımlılığını kumar bağımlılığı ile özdeşleştirmiş ve DSM IV’de yer alan kumar bağımlılığı tanı kriterlerinden yola çıkarak, internet bağımlılığına dair 8 farklı kriter oluşturmuştur. Kriterler aşağıda belirtilmiştir (Young, 1996,);

1. Aklını internetle aşırı meşgul etme durumu,
2. Doyum sağlamak için interneti günden güne daha fazla kullanma gereksinimi,
3. İnternet kullanımını kontrol etmek ve azaltmak için gösterilen çabaların başarısız olması,
4. İnternet kullanımını durdurmaya ya da sonlandırmaya çabalarken yaşanan huzursuzluk, depresiflik veya asabiyet durumu,
5. Planlanmış olan vakitten daha uzun süre internet kullanımı,
6. İnternet kullanımından dolayı kariyer, eğitim ve iş olanaklarını riske etmek,
7. İnternette geçirdiği süreyi saklamak için terapist, aile fertlerine ve diğer insanlara yalan atmak,
8. İnterneti mutsuzluk hissi veren düşüncelerden ya da problemlerden kaçmak amacıyla kullanmak.

Young (1996) belirlediği kriterlerden minimum beş tanesine sahip olan kişilerin internet bağımlılığına sahip olduğunu belirtmiştir.

2.1.2.3. Beard ve Wolf'un İnternet Bağımlılık Kriterleri

Beard ve Wolf (2001), Young (1996) tarafından belirlenen kriterleri geliştirmek amacıyla bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Young tarafından belirtilen 8 kriterden minimum beşinin taşınması gerektiği düşüncesinin doğru olmadığını ileri sürmüşlerdir. Kriterlerden ilk beş tanesinin normal kişilerin davranışlarında ortaya çıkabileceğini belirtmişler ve yeni doğum yapmış kadınları bu duruma örnek göstermişlerdir. Bu örnekte yeni doğum yapmış bir kadın bebeğiyle zihinsel bakımdan meşgul olabilmektedir (Kriter 1), bebeğiyle geçirdiği vakti arttırmak isteyebilir (Kriter 2), bebeğiyle etkileşimlerini kontrol altına almak için başarısız girişimler gerçekleştirebilir (Kriter 3), bebeğini bakım merkezine ya da aileden birine bıraktığında agresif veya depresif olabilir (Kriter 4) ve bebeğiyle beraber uyuma vaktine kadar planlamış olduğundan daha fazla vakit geçirebilir (Kriter 5). Beard ve Wolf (2001) yeni doğum yapmış olan kadının bu beş kriterle uyum göstermesine rağmen yaşamını aksatmadığı sürece “bebeğe bağımlı” olduğunun söylenemeyeceğini belirtmişlerdir. Bundan dolayı Beard ve Wolf (2001), Young (1996) tarafından belirlenen ilk 5 kriteri bir grupta, kalan kategorileri farklı bir grupta toplamış ve iki farklı şekilde kategorize etmişlerdir.

Bir kişinin internet bağımlısı olduğunu söyleyebilmek için günlük işleyişi belirten ilk beş kriterin tamamının karşılanmasının gerektiğini, kişilerin problemlerle savaşıma kapasitelerini ve sosyal ilişkilerini belirten son üç tanı kriterlerinden minimum birini göstermesi gerektiğini belirtmişlerdir (Beard & Wolf, 2001).

2.1.2.4. Griffiths'in İnternet Bağımlılık Kriterleri

Griffiths (2000) internet bağımlılığı kavramını davranışsal bağımlılıklardan olan teknoloji bağımlılığı ile ilişkilendirerek değerlendirmiştir. Griffiths (2000) teknoloji bağımlılığının makine-insan etkileşiminden kaynaklanan pasif ve aktif olarak gerçekleşebilen bir bağımlılık olduğunu belirtmiştir. İnternet bağımlılığı da içlerinde yer almak üzere davranış temelli bütün bağımlılıkların tanımlanmasında faydalanılabilecek ölçütler geliştirmiş ve bireyin bağımlı kabul edilmesi için aşağıda belirtilen ölçütlerin tamamını karşılaması gerektiğini belirtmiştir (Griffiths, 2000);

1. Belirginlik; Belli bir davranışın bireyin düşünce ve duyguları üzerinde hakimiyet kurmasının sonucunda bireyin yaşamındaki en önemli işlev olması,
2. Duygudurumdaki Değişimler; Belli bir davranışın gerçekleşmesi halinde bireyin sakinleşmesi, duygusal açıdan rahatlık hissetmesi ve söz konusu davranışın zamanla bireyin sorunlarla başa çıkma tekniğine dönüşmesi,
3. Tolerans; Doyum sağlamak için belli bir davranışın sürekli olarak arttırılması yönündeki gereksinim,
4. Yoksunluk Hissi; Belli bir davranışın tamamen bırakılması veya azaltılmasının sonucunda titreme, sinir ve halsizlik gibi psikolojik ve fiziksel sorunların oluşması,
5. Kişilerarasındaki Çatışmalar; Belli bir davranışın sonucunda bireyin çevresindeki insanlar ile sorun yaşaması,
6. Tekrarlama; Belli bir davranışın bırakılmasının ardından uzun süre sonra tekrardan aynı davranışa hızlı bir şekilde geri dönülmesi.

2.1.3.İnternet Bağımlılığından Kaynaklanan Sorunlar

İnternetin sınırsız bir havuz oluşu ve sürekli değişen-gelişen yapısı sebebiyle kişiye sunduğu özgürlük alanında, kişiler yasaksız ve denetimsiz olarak her türlü kişi ve bilgiye ulaşabilmektedir. Globalleşmeyle beraber iletişim ve bilginin önündeki engelleri yok eden internetin sağladığı faydaları yaşamın tüm alanlarında görmekteyiz. Fakat bağımlılık seviyesinde internet kullanmanın bazı zararlı etkileri de mevcuttur. Son 15-20 senede internet evlerin neredeyse hepsine girerek yaygın bir hale gelmiştir. Bundan dolayı bugün pek çok ebeveynin internetle tanışması belli bir yaştan sonra olmuştur. Bu da internetin gelişimini takip etmelerini zor bir hale getirmiştir. Fakat doğduğu günden itibaren internet ile büyüyen gençler ve çocuklarsa internet gelişimini takip etmede herhangi bir zorluk yaşamamışlardır (Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği, 2007).

Bağımlılık seviyesindeki internet kullanımıyla beraber kişilerde; mesleki sorunlar, fiziksel sorunlar, ruhsal ve sosyal sorunlarla karşılaşmaktadır (Lin & Tsai, 2002).

2.1.3.1.Mesleki Sorunlar

İnternet bağımlılığı kişilerin iş yerlerindeki performansını ve verimliliğini düşürmektedir (Young, 1996, s. 239). Bireylerin işyerlerinde internet kullanımlarını sınırlayamamaları hem sosyal hem de iş hayatlarında önemli kayıplara sebep olabilmektedir. Çalışanların işyerlerinde internet kullanım sebeplerini araştıran bir çalışmada, yöneticilerin çalışanlarının interneti iş amacının dışında kullandıklarını düşündükleri belirlenmiştir (Gönül, 2002).

İnternet bağımlılığından kaynaklanan mesleki sorunlardan en önemlileri aşağıda belirtilmiştir (Young, 1996);

- İnternet bağımlılığı bulunan kişilerin, çalışma saatleri esnasında interneti mesleki amaçların dışında kullanması işlerini kaybetmelerine varabilecek problemler yaratabilmektedir (Griffiths, 2003).
- Uzun vakitler aynı konumda zaman geçirilmesi sebebiyle internet bağımlılarında bazı iskelet rahatsızlıkları görülmektedir.
- Çalışma alanında aşırı internet kullanımı, kişinin yöneticiler ve iş arkadaşlarıyla iletişimde sıkıntılar yaratmaktadır.

2.1.3.2.Fiziksel Sorunlar

İnternet bağımlısı olan kişilerin *haftada* ortalama olarak 40 saatten daha çok internet kullandığı göz önünde bulundurulduğunda, kişide uzun aynı pozisyonda konumlanmayla eklem, kas, sinir sistemi ve benzeri pek çok fiziksel yapı zarar görmektedir (Young, 1996).

Uzun süreli oturmanın sonucunda uyku düzeninde bozulmalar olan kişilerin aşırı kahve tüketmeleri ve uyarıcı maddeler almaları söz konusu olmaktadır (Chou, 2001). Buna benzer olarak ergenlik döneminde internet ve teknoloji bağımlılığının alkol ve sigara kullanma ihtimalini de arttırdığı belirlenmiştir. Aslan (2011) tarafından gerçekleştirilen araştırmada internet ve bilgisayar kullanımının bireyin üzerindeki fiziksel etkileri araştırılmıştır. Çalışmada kişilerin yoğun internet kullanımı sonucunda el bileğinde ağrı, uyuşukluk, uykusuzluk, gözlerde sulanma gibi sorunlarla

karşılaştıkları belirlenmiştir. İnternet kullanımının diğer fiziksel etkilerini şu şekilde sıralamak mümkündür (Shields & Behrman, 2000);

- Boyun, el bileği, omuz, baş ve sırt ağrıları ve genel yorgunluk hissi internet bağımlısı olan her kişide görülmektedir.
- Uzun süreler aynı konumda kalma sebebiyle bilhassa gelişim dönemindeki çocuklarda postür bozukluklarına ve omurga eğriliklerine neden olabilir.
- Uzun süreler ekrana bakma sebebiyle gözlerde yanma ve yorulma görülebilmektedir.
- Hareketsizlik ve düzensiz beslenme sebebiyle obezite oluşabilir.
- El bileğinde sinir sıkışması şeklinde betimlenen “Karpal Tünel Sendromu” görülebilmektedir.

2.1.3.4.Ruhsal ve Sosyal Sorunlar

İnternet bağımlılığı insanlarda sosyal ve ruhsal problemler yaratabilmektedir. Bu problemleri şu şekilde belirtmek mümkündür (Öztürk, Odabaşoğlu, Eraslan, Genç, & Kalyoncu, 2007)(Odabaşoğlu, Öztürk, Genç, Kalyoncu, & Ayhan, 2007);

- Kişinin eğitim hayatındaki başarısı ilk dönemlerde iyi durumdayken internet bağımlılığı sonrasında başarıda düşüş meydana gelmektedir.
- Arkadaş ve aile içi ilişkilerinde bozulmalar ve kişinin gerçek yaşamdan uzaklaşması söz konusu olabilmektedir.
- Anksiyete, motivasyon kaybı, mutsuzluk, saldırganlık, içe kapanma gibi durumlar görülmektedir.
- Kişinin internet kullanım süresini denetlemek ya da sınırlamak isteyen anne babalar ve çevreyle sorunlar yaşanır.
- Aile içinde kavgalara, parçalanmalara ve sosyal problemlere neden olabilmektedir.
- Depresif belirtiler gözlenebilir ve bazı psikolojik problemler oluşabilir.
- Karşılıklı iletişimde ve sosyalleşmede problemlere neden olabilir.
- İletişim becerilerini zedeleyebilir.

- Akşam vakitleri internette uzun vakit geçirme sebebiyle uyku problemleri yaşanabilir.
- İnternet dışındaki etkinliklere tepki ve isteksizlik oluşabilir.
- Özgür ve sınırsız olan internet ortamı ve gerçek hayatın karşılaştırılması sebebiyle ileri düzeydeki bağımlılıklarda intihar yönelimleri gözlenebilir.
- İnternet bağımlılarının sosyal ilişkilerinde zayıflama, yaşıtlarından uzaklaşma, sosyal aktivitelerden kaçınma ve evden kaçma gibi durumlar görölmektedir.

2.1.4. İnternet Bağımlılığının Nedenleri

Bağımlılığın oluşmasında edimsel ve klasik şartlanmanın, internet bağımlılığının oluşma nedenlerini aydınlatan psikolojik görüşlere etkisi olabilmektedir. Beard klasik şartlanmanın internet bağımlılığına sahip kişilerin davranışlarının değiştirilmesinde, korunmasında ve başlatılmasında rol oynadığını belirtmiştir. İnternet bağımlılığı bulunan kişilerin davranışlarının başlatılması, korunması ve değiştirilmesinde görevli olan diğer bir psikolojik yol da edimsel şartlanmadır. Bireyler ile iletişim oluşturmak ve bilgiye hızlı bir ulaşım sağlamak gibi birçok unsur internet kullanımını desteklemektedir (Beard K. , 2005).

İnternet bağımlılığı bulunan bireylerin önemli bir kısmı, interneti sorunlarından kaçmak ve duygu durumlarını değiştirmek amacıyla kullanmaktadırlar. Bu bağlamda insanların tedavi amacıyla internet kullandığını söylemek mümkündür. Birçok kişi günlük hayatta karşı karşıya kalmak istemedikleri bazı şeylerden kaçmakta ancak kaçtıklarını gizli tutmaktadırlar. Birey sürekli heyecan, stres ve sorunlar karşı karşıya kalıyorsa internet veya bilgisayar o bireyin aklını boşaltması için bir are konumuna gelmektedir. Bireyin bu yolla dikkatini farklı bir noktaya yoğunlaştırması, içsel sorunlarla karşılaşmasına engel olmakta veya sorunların şiddetinin hafiflemesini sağlamaktadır (Tarcan, 2005).

Birey günlük yaşamda elde edemediği sosyalleşme gereksinimini sanal alanda giderebileceği düşüncesine girer. Birey sosyal hayatında arkadaşlık kurmakta ve devam ettirmekte önemli sorunlar yaşıyorsa bu gereksinimini başka platformlarda gidermeyi arzular. Bu platformlara örnek olarak tartışma odaları, e-mailler, chat uygulamaları, evrimii oyunlar ve arkadaşlık siteleri gösterilebilir. Bu bakımdan internet kalıplaşmış

sosyalleşme olgusunu ortadan kaldırarak bunun yerine eğlenceli ve farklı bir sosyalleşme alanı oluşturmaktadır (Beard K. , 2005).

İnternet bağımlılığının bir diğer önemli nedeniyse yabancılaşma ve yalnızlık unsurlarıdır. Yabancılaşma kavramı bireyin toplumdan uzaklaşması anlamına gelmektedir ve internet bağımlılığında sorunlu tavırların kavranması için kullanılmaktadır. Yabancılaşmanın sosyalleşememe, can sıkıntısı ve toplumdan soyutlanma gibi kavramlara ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yalnızlığı internet bağımlılığı için bir neden ve sonuç şeklinde ele almak mümkündür. Ögel (2012) bunun sebebinin bireyin internet kullanmasının nedeninin toplum içinde yalnızlaşmasıyla açıklanmasının beraberinde, bireyin aşırı düzeyde internet kullanması sebebiyle toplumdan soyutlanması ve yalnız kalmasından kaynaklı olduğunu belirtmiştir (Ögel, 2012).

Gerçekleştirilen araştırmaların sonucunda, kişilik yapıları ve internet bağımlılığı arasında bir ilişki bulunduğu fikri ortaya çıkmıştır. Kişilik yapıları açısından öz denetim, içe dönük ve nörotik eksikliği bulunan kişilerin internet bağımlısı olma ihtimalinin daha yüksek olacağı düşünülmektedir. Kişiliği sebebiyle sosyal destek almakta zorlanan ve sosyal kaygısı yüksek olan kişilerin bu yöndeki eksiklerini gidermek için internet kullanımına yönelmeleri mümkündür (Durak Batıgün & Kılıç, 2011).

2.1.5. İlgili Çalışmalar

Yapılan literatür taramasında yurtdışında ve Türkiye’de internet bağımlılığıyla alakalı gerçekleştirilen çalışmaların genellikle genç ve ergen kişiler üzerinde gerçekleştirildiği, yetişkin kişiler üzerinde gerçekleştirilen araştırma sayının oldukça az olduğu görülmüştür. Ayrıca gerçekleştirilen araştırmaların genellikle internet bağımlılığının psikolojik etkilerini veya nedenlerini anlamak amacıyla yapıldığı gözlenmiştir. Evlilik uyumu ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmaların sayısı yurtdışında yetersiz olmakla beraber Türkiye’de konuyla alakalı çok az çalışma olduğu görülmüştür. Bu bağlamda gerçekleştirilen araştırma ile birlikte bu alandaki eksikğin giderilmesi amaçlanmaktadır.

Candemir Karaburç (2017) tarafından yapılan araştırmada evli bireylerin problemleri internet kullanımı, eş tükenmişliği, evlilik uyumu ve temel psikolojik gereksinimlerin karşılanma düzeyi arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırmanın bulgularında “eş tükenmişliği ve evlilik uyumu, temel psikolojik gereksinimlerin karşılanma düzeyi ve eş tükenmişliği arasında negatif, temel psikolojik gereksinimlerin karşılanma düzeyi ve evlilik uyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki” olduğu görülmüştür.

Rahaei ve Heidari (2017)’nin 380 evli birey üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada “evlilik çatışması, evlilik uyumu ve internet bağımlılığı” arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda “evlilik çatışması ve internet bağımlılığı arasında pozitif yönde, evlilik uyumu ve internet bağımlılığı arasında negatif yönde bir ilişki” olduğu görülmüştür.

Aziz, Sallehuddin, Hassan ve Buhari (2016) tarafından 21-56 yaş aralığındaki 300 Malezyalı ve evli insan üzerinde gerçekleştirilen araştırmada “evlilik doyumu ve internet bağımlılığı” arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda evlilik doyumu ve internet bağımlılığının boş zaman aktiviteleri, uyumsuzluk çözümleri gibi bazı bileşenler arasında negatif ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca araştırmaların birçoğunda olduğu gibi yapılmış olan araştırmada da erkeklerin internet bağımlılığı puanı kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur.

2.2. EVLİLİKLERDE UYUM

2.2.1.Evlilik

Alan yazında evlilik kavramı ile ilgili farklı tanımlamalar bulunmaktadır. Evlilik insanların zaman içerisinde geliştirdikleri ve hayatları süresince tatbik ettikleri toplumsal öğelerden oluşmaktadır. Evlilik kavramı ile ilgili yapılmış olan tanımlardan bazıları şunlardır;

Framo (1996) evlilik kavramını “bireylerin yoğun duygularla birbirlerine bağlı olduğu, birbirlerinin bağlılık, ait olma ve sevgi gibi duygusal ihtiyaçlarını karşıladıkları

birim” olarak tanımlamıştır. Evlilik bireylerin yaşam kalitesi, iyi olma seviyesi ve yaşam doyumu üzerinde de etkilidir (Scheidler, 2008; Williams, 2003).

Evlilik, insanların yaşamdan doyum elde etmesini sağlayan ve genel sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yaratan sosyal kurum olmanın beraberinde (Zhang & Hayward, 2006), bir aile oluşumunu ve gelecek nesillerin yetişmesini sağlayacak olan insan ilişkisidir (Larson & Holman, 1994).

Saxton (1982) “evliliği; toplumlara göre farklılaşan insanların türün devamını ve aile kurmayı sağlamak için birleşerek kalıcı bir birliktelik oluşturdukları, birbirlerine ve çocuklarına olan sorumluluklarını getireceklerine dair sözler verdikleri, birbirleri ile alakalı sistemlerden oluşan evrensel kurum” olarak tanımlamıştır. İbrahimoglu (2010) evliliği bir kurum olarak tanımlamış ve bu özelliğin insanları diğer canlılardan ayırdığını belirtmiştir.

Melville ve Bird (1994) ise evliliklerin toplumsal sistem ve kurum yükümlülükleri, ayrıcalık ve haklar, görevlerden meydana gelen hem toplumsal hem de bireysel bir yapı olduğunu belirtmişlerdir. Geçmişteki ve bugünkü toplumlarda insanların cinsel ilişki yaşayacağı eşlerle birleşmesinin bir şekilde onaylanması gereklidir. Bu onay genellikle “evlenme” olarak isimlendirilmektedir. Evlenmenin sonucunda oluşan ilişki ise “evlilik” olarak isimlendirilmektedir (akt. Tütengil, 2011).

Çağlar boyunca temel özellikleri değişmeden geçerliliğini devam ettiren ve varlığını koruyan toplumsal bir gerçeklik olan evlilik olgusu; psikolojik, sosyal, fiziksel, yaş ve ekonomik bakımından olgunluk elde etmiş insanların hayatlarını birlikte devam ettirme amacıyla, toplumsal kurallar ve yasaların uygun gördüğü normlarda bir araya gelmesidir (Aksu, 1998).

Evliliğin yapısı kültürel, sosyal, psikolojik ve biyolojik etkileşim ağını gözlemleyerek açıklanabilir. Eşleşmenin biyolojik bir gereksinim olduğunu söylemek mümkündür. Evlenmeyle beraber bu gereksinim kültürel ve sosyal öğeler ile desteklenerek meşru olarak giderilmektedir. Evlilik kültürel, eşleşme biyolojik bir olgudur. Kültürlerle beraber farklı cinsler arasındaki içsel çekim bir kurum haline gelmektedir. İnsanların kişiliğindeki sorun çözme, düşünce ve iletişim şekli evliliğin standartlarını belirlemektedir. Temeli karşılıklı anlaşma olan ve söz konusu anlaşma

çerçevesinde işleyen bir beraberlik olan evlilik içerdiği ögelerle beraber toplumsal bir kurumdur (Tarhan N. , 2011).

Evlilik toplumsal ve kişisel bakımdan bazı zamanlarda dolaylı bazı zamanlarda da doğrudan pek çok işlevi gerçekleştirmektedir. Bu işlevler sosyal, ekonomik, biyolojik veya psikolojik olabilmektedir (Kasapoğlu & Karkıner, 2011).

Waite ve Gallagher (2000) tarafından yapılan tanıtımda evliliğe ait romantik yapıdan söz edilmiştir. Çalışmacılar birbirlerine aşık kişilerin hislerini içsel dünyalarından ve özel alandan çıkartmak ve bunları sosyal gerçekliklere çevirmek istediklerinde evlilik yoluna başvurdıklarını belirtmişlerdir.

2.2.2. Evlilikte Uyum

Evlilik kavramının insanların yaşamındaki etkisi oldukça büyük olduğundan, kavram tarih boyunca sıklıkla ele alınmıştır. Evlilik dendiğinde akla gelen ilk şey genel bir uyum ve uyumsuzluktur. Evlilik uyumuna olumsuz etki eden faktörler uzmanlarca araştırmaya değer bulunmuştur. İlişkilerin başarısız veya başarılı olarak değerlendirilmesindeki ana husus uyum ile ilgili olduğundan, erkek ve kadının özel ilişkiyle birlikte yaşaması anlamındaki evlilikte de önem arz eden bir konu olmuştur. Araştırmacılar bu nedenle uyum kavramı üzerinde çalışmaya devam etmektedirler. Bunun sebebi eşler arasındaki uyumsuzlukların sadece erkek ve kadını değil içlerinde yer aldıkları topluluğu da ilgilendirmesidir. En basit tanımlamayla evlilik uyumu; “bir evliliğin gönüllü ve mecburi niteliklerinin dengelenmesi”dir (Tutarel Kışlak, Evlilik Uyum Ölçeğinin Güvenilirlik ve Geçerlik Çalışması, 1999). Birbirleri ile etkileşim içinde bulunan, aile ve evliliği alakadar eden hususlarda ortak fikirlere sahip olabilen ve sorunlarını yapıcı yollarla çözebilen çiftlerin evliliği uyumlu olarak nitelendirilmektedir (Tutarel Kışlak & Çubukça, 2002).

Evlilik ilişkisinin uyumlu olması eşlerin evlilik mutluluğu ve doyumuna etki etmekte ve diğer değişkenlerle beraber giderek güçleşen sosyoekonomik şartların karşısında eşlerin ruhsal sağlığının korunmasını sağlamaktadır (Sardoğan & Karahan, 2005).

2.2.2.1. Evlilik Uyumuna İlişkin Kavramsal ve Kuramsal Yaklaşımlar

Evliliklerde uyum konusunda pek çok kuram mevcut olmakla birlikte bu kuramlarda eşlerin evlilik uyumları çeşitli değişkenler çerçevesinde ele alınmıştır. Söz konusu kuramlar ve kuramların değişkenleri aşağıda açıklanacaktır.

Evlilik konusundaki kuramsal yaklaşımlar aşağıda belirtilmiştir (Ersanlı & Kalkan, 2008);

- Miller ve Steingberg'in Kişiler Arası İletişime Dayalı Sosyal Biliş Kuramı,
- Wilson'un Sevginin Evrimi Kuramı,
- Bowlby'nin Biyolojik Kökenli Bağlanma Kuramı,
- Walster'in Romantik Aşk Kuramı,
- Sosyal Öğrenme Modeli,
- Aşk Kuramı,
- Bradbury, Fincham ve Baucom'un Evlilikte Yükleme Kuramı,
- Psikodinamik Model,
- Levis ve Spainer'in Uyumlu Evlilik Modeli Kuramı.

Belirtilen yaklaşımlar aşağıda incelenecektir.

Sevginin Evrimi Kanunu: Wilson tarafından ortaya atılan bu kurama göre (akt. Hortaçsu, 2012) sevgi üç adet içgüdü sonucunda oluşmaktadır. Bunlar;

1. Korunma içgüdüsüne göre, eşe bağımlılık korunma ihtiyacı sonucunda ortaya çıkmakta, bu durumsa çocukluk senelerinde anne tarafından korunma gereksiniminin devamıdır. Bu sebeple eş seçiminde, bilhassa erkekler anneleri ile benzerlik gösteren kadınları tercih etmektedirler.
2. Koruma içgüdüğü eşlerin birbirlerini yetişkin görmelerinin beraberinde çocuk olarak da görmeleri ve birbirlerini koruma gereksinimi hissetmeleridir.
3. Cinsel dürtülerin amacı neslin devamıdır.

Kişilerarası İletişime İlişkin Sosyal Biliş Kuramı: Steinberg ve Miler tarafından ortaya atılmış olan bu kuramda bireylerin başkalarıyla ilgili nasıl düşündüğü

hakkında açıklamalar yapılmıştır. Kuram bireyin diğer insanlara dair inanç, tutum ve bilgilerini kapsayan “bilgi bankası” şeklinde isimlendirilen birikimler yoluyla iletişim kurabildiğini ileri sürmektedir. Aynı sürecin evli bireyler arasında da aynı şekilde olduğu belirtilmektedir. Eşini olduğu gibi kabullenmiş ve geleneksel normlara göre algılamayan kişilerin daha yüksek evlilik doyumuna sahip olduğunu, bunun nedeninin eşin kendine has özellikleri ile kabullenilmesi ve eşler arasında eşitlikçi yaklaşım bulunmasıdır (akt. Gökmen, 2001).

Romantik Aşk Kuramı: Walster tarafından ortaya atılmış olan bu kurama göre aşık olma durumu sosyal öğrenme ve duyguları adlandırmayla açıklanabilmektedir. Bireyler sosyal hayat süresince, kültürel öğelerden, TV, dergi ve gazete gibi iletişim araçlarından, aşık olmanın nasıl olacağı ve nasıl insanlara aşık olunabileceği hakkında bilgi alırlar. Sosyal çevrelerinde aşık olunabilecek insan modeline uygun bir kişi olduğunda hislerinin sebebini o kişide arayacak ve ona aşık olduğunu düşünecektir (akt. Hortaçsu, 2012).

Psikodinamik Model: Bu modelde kişilerin bilinçsiz ya da bilinçli bir şekilde narsistik gereksinimlerini karşılayan eşler aradıkları öne sürülmüştür. Eşlerden bir tanesi sinirli veya baskınken diğeri mazoşistik ve boyun eğici fikirlere sahip olabilmektedir. Bu nedenle bireyler egolarını en iyi şekilde tatmin edebilecek kişiyi eş olarak seçmekte ve evlilik yoluyla bu gereksinimlerini gidermeye çalışmaktadırlar. İlaveten gereksinimlerin benzer nitelikte olması da eşleri birleştiren bir etken olabilmektedir (O’Leary ve Smith, 1991; Akt. Ersanlı ve Kalkan, 2008).

Biyolojik Bağlanma Kuramı: Bowlby tarafından üretilmiş kuramda eşlerin psikoseksüel gelişimlerinin evlilik uyumunda oldukça önemli olduğu belirtilmektedir. Kuramda gelişim döneminde meydana gelen yetersizliklerin sonraki dönemlerde giderilmesi mümkün olmadığından; evlilik yaşamında da kendini hissettirdiği ve evlilik uyumunu düşürdüğü söylenmektedir. Sağlıklı ve mutlu bir çocukluk dönemi geçirmiş, psikoseksüel çatışmalarını sağlıklı bir şekilde çözmüş bireylerin evlilik uyumunun yüksek olacağı belirtilmiştir. Çocukluk döneminde güvenlik yakınlık elde etmiş kişiler yetişkinlik dönemlerinde romantik ilişkilerinde olumlu davranışlar sergilemektedirler (O’Leary ve Smith, 1991“den Akt. Ersanlı ve Kalkan, 2008).

Sosyal Öğrenme Kuramı: Bu kuram Kelley ve Thibaut'un sosyal mübadele kuramına uzanmaktadır. Kuramın amacı ikili ilişkilerde bulunan karşılıklı bağımlılık hissini açıklamaktır. Kuramda ilişkiden elde edilen doyum ve ilişkiye bağımlılık durumlarının iki farklı kavram olduğu iddia edilmektedir. Bir birey doyum elde edemediği ilişkiyi, yüksek bağımlılığa sahip olduğundan devam ettirebilmektedir. Bu durum kuramda “karşılaştırma seviyesi ve seçenekler için karşılaştırma seviyesi” şeklinde adlandırılmaktadır. Karşılaştırma seviyesi, gözlemler ve kişisel yaşamlara bağlı bir şekilde ilişkideki doyum-doyumsuzluk boyutunda bulunan nötr hali belirtmektedir. İlişkiden elde edilen sonuç nötr seviyesinin üstünde ise ilişki tatmin edici, altında ise tatmin etmeyen ilişki olarak kabul edilmektedir. Seçenekler için karşılaştırma seviyesiyse bireyin mevcut olan ilişkilerini, muhtemel diğer kişiler ile yaşaması halinde sağlayacağı doyuma dair tahminlerinin orta noktasıdır. Bireyler bu durumda kurama göre, ilişkiyi sürdürüp sürdürmeyeceği hususunda karar alırken seçenekler için karşılaştırma seviyesini bir kıstas olarak görmektedir (akt.Hovardaoğlu, 1996).

Evlilikte Yükleme Kuramı: Baucom, Bradbury ve Fincham'ın geliştirmiş olduğu kuramda en genel seviyede, insanların “neden” sorusuna verdikleri yanıtlar ele alınmaktadır. Kişilerin yükleme esnasında davranışlara dışsal ya da içsel nedenler yüklediğini ve bu esnada da belirginlik, tutarlılık ve yaygınlıkla alakalı bilgilere odaklandığını belirtmektedir. Kuramda sorumluluk olgusunun nedenselliği de içerdiği öne sürülmekte ve genellikle sorumluluk yükleme olgusunda iki betimleme üzerinde durulmaktadır bunlar; “bireyin eylemlerden sorumlu tutulabileceği” ve “kişinin kime ve neden sorumlu düşünmesi gerektiği”dir. Kuram sorumluluk yüklemelerin ve nedensel yüklemelerin evlilik uyumu ile sıkı ilişkisi bulunduğunu öne sürmektedir (Tutarel Kışlak, 1995).

Lewis ve Spanier'in Uyumlu Evlilik Modeli: Araştırmacıların bazıları “çiftler arasında bulunan uyumu bireylerin ayrı ayrı hisleri olarak değil de aralarında bulunan ilişkinin bir niteliği” olarak ele almışlar, çiftler arasında bulunan uyumu ölçümlerken “çatışma ve iletişim” gibi özellikleri dikkate almışlardır (Spainer, 1976, akt. Yılmaz, 2001). Evlilik kalitesi, mutluluğu ve uyumu hususunda Lewis ve Spainer'in pek çok araştırması bulunmakla birlikte gerçekleştirilmiş çalışmalarda amaç olarak evlilikte sürekliliğin ve uyumun sağlanmasına destek olan değişkenler göz önünde

bulundurulmuş “Uyumlu Evlilik Modeli” olarak isimlendirilen bir model oluşturulmaya çalışılmıştır. Söz konusu modelde üç farklı değişken ele alınmıştır. Bunlar;

1. Kişisel ve Sosyal Kaynaklar; kendine güven, fiziksel ve mental yetenekler ve sağlık,
2. Yaşam Tarzındaki Memnuniyet; aile, arkadaş desteği, çalışmalarındaki ve toplumdaki yerinden memnuniyet,
3. Evlilik Sonucunda Kazanılmış Olan Ödüller; iletişim miktarı, etkili iletişim ve uygun iletişim.

Ayrıca bu modelde Lewis ve Spainer uyumlu bir evlilik için “etkili iletişim, “etkileşim miktarı”, “evlilik için olumlu yaklaşım”, “rol uyumu” gibi hususların altını çizmişlerdir.

2.2.2.2. Evlilikte Çift Uyumuna Etki Eden Faktörler

Evliliklerde çiftlerin uyumuna etki eden birçok etken mevcuttur. Evlilikte en önemli koşullar şüphesiz ki karşılıklı saygı ve sevgidir ancak bunlara ilaveten eşlerin ilişkilerine ve birbirlerine karşı farkındalıklarının bulunması, duygularını doğru bir şekilde ifade edebilmeleri ve birbirlerini dinlemeleri uyumlu bir evlilik ilişkisinin olmazsa olmazıdır. Nesne ilişkileri kuramcıları, eşlerin arasında bulunan romantik ilişkilerin bireylerin çocukluk dönemlerinde aileleriyle olan ilişkilerinin yansıması olduğunu belirtmektedirler. Çocuğun ebeveynlerine karşı hissettiği yakınlık ve bağlılık yetişkinliklerinde diğer insanlarla olan ilişki kurma becerileri üzerinde etkili olmaktadır. Evliliklerindeki sorunlar sebebiyle evlilik terapistlerine başvuru yapan çiftlerin arasında en sık görülen ve evliliklere en büyük zararı veren sorunun çiftler arasındaki etkileşimlerden kaynaklandığı belirlenmiştir (Fidanoğlu O. , 2007). Bir evlilikte çiftler arasındaki uyumu belirlemek için aşağıdaki kriterler esas alınmaktadır (Fıfıloğlu & Demir, 2000);

- Kişiler arası kaygı ve gerilimler,
- Kişiler arasında sorun oluşturabilecek farklılıklar,
- Kişiler arasındaki bağlılık,
- Çiftler arasındaki bağlılık,

- Çift olma bakımından önemli olan hususlarda fikir ortaklığı.

Uyumlu evliliklerde eşler birbirlerine sorumluluk hissi taşırlar, birbirlerini sosyal bakımdan destekler, kendi istekleriyle birbirleri ile vakit geçirirler. Uyumlu çiftler kriz anlarında birbirlerini desteklerler ve aralarında açık bir iletişim mevcuttur (Çelik & Tümkaya, 2012).

Johnson ve arkadaşları (1986) evli çiftler arasındaki uyumun beş boyuttan meydana geldiğini belirtmişlerdir. Bu boyutlar; boşanma eğilimleri, sorunlar, çatışmalar, etkileşimler ve mutluluktur. Etkileşim ve mutluluk birinci, boşanma eğilimi, sorunlar ve anlaşmazlıklar ikinci boyutu meydana getirmektedir. Araştırmacılar mutluluk kavramını “hem özel hem de genel alanlarda kişisel tatmin sağlaması” şeklinde tanımlamışlardır. Etkileşim kavramıysa beraber geçirilen vakit ve gerçekleştirilen aktiviteler şeklinde belirtilmiştir. Anlaşmazlıksa ilişkideki fiziksel ve sözel çatışma yoğunluğunu ifade etmek için kullanılmaktadır. Sorunlar, bireylerin birbirleriyle alakalı sorun yaratan davranışları veya strese yanıt verme becerisiyle alakalıdır. Son boyutta yer alan boşanma eğilimi, sorun yaşanan durumlarda boşanma ihtimalini düşünme veya eşe bu durumu dile getirme gibi davranışsal durumları kapsamaktadır. Bu boyutların cinsiyet ve evlilik süresi gibi etkenlere bağlı olarak değişmesi mümkündür.

Evlilik uyumu üzerinde etkili olan parametrelerden biri de kişisel özelliklerdir. Kişisel özellik kavramını “bir kişinin diğer insanlarından ayrılarak tutarlı bir şekilde davranmasını sağlayan biyolojik eğilimler” şeklinde açıklamak mümkündür (Spotts, ve diğerleri, 2005). Sözlüksel yaklaşımlara dayalı olarak tanımlanmış olan özellikler; sorumluluk, yumuşak başlılık, deneyime açıklık, dışa dönüklük ve duygusal dengesizliktir (Bacanlı, İlhan, & Aslan, 2007).

2.2.2.3. Evlilik Uyumu ve Psikolojik Belirtiler

Yapılan araştırmalar evliliğin psikolojik ve fizyolojik bakımdan sağlıklı olma haliyle ilişkili olduğunu gösterse de (Coyne & Anderson, 1999; Gazmarian, James, & Lepkowski, 1995), son senelerde gerçekleştirilen araştırmalar evli olup olmama durumunun değil de evlilik ilişkisindeki kalite ve sağlık durumu arasında bir ilişki

olduğunu göstermektedir (Lim, 2000,; Fidanoğlu O. , 2007; Holt-Lunstad, Birmingham, & Jones, 2008). Evlilik ilişkisi fizyolojik sağlık üzerindeki önemli etkilerinin beraberinde, kişilerin psikolojik gereksinimleri üzerinde de etkili olmaktadır. Literatürde bu konu ile alakalı pek çok çalışma bulunmakla birlikte Scorsolini- Comin ve Dos-Santos (2012) “evlilik ilişkisinde uyum ve öznel iyi oluş” arasında bir ilişki olduğunu belirtmektedirler.

Hawkins ve Booth (2005) tarafından gerçekleştirilen büyük ölçekli boylamsal araştırmanın sonucunda mutsuz bir evliliğe sahip olan kişilerin boşanmış olanlara oranla daha çok psikolojik belirtiye sahip oldukları ve bununla beraber genel sağlık, özsaygı ve mutluluk seviyelerinin de daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Ünal ve Diğerleri (2002) tarafından gerçekleştirilen araştırmada depresyon risk etkenlerinin ailesel yükümlülük ve kadın olmak şeklinde sıralandığını ve genel olarak katılımcıların evlilik sorunları ve karşı cinse dair sorunları olduğu belirlenmiştir. Bookwala ve Jacobs (2004)’da evlilikteki uyumsuzluğun depresif duygu durumunda etkili olduğunu belirtmişlerdir. Bununla birlikte Whisman ve Uebelacker (2009) da evlilik uyumsuzluğu ve depresyon belirtilerinin hem erkeklerde hem de kadınlarda çift yönlü bir ilişkisi olduğunu belirtmişlerdir. Bu bağlamda çiftlerin yaşadığı depresyon durumu evlilik üzerinde olumsuz etki yaratırken, evlilikte uyumsuzluklar da bireylerde depresyona neden olabilmektedir.

Evliliklerdeki problemlerde sıklıkla karşılaşılan diğer bir psikolojik belirtiler kümesinin “kaygı bozuklukları”ndan kaynaklandığını gösteren araştırmalar da mevcuttur (Filsinger ve Wilson, 1983; Hafner ve Spence, 1988). Kısaca bireyin genel mutluluk durumuna “iş ve arkadaşlık ilişkilerinde elde ettiği doyumdan çok evliliğindeki mutluluğun etki ettiği” göz önünde bulundurulduğunda, evliliklerdeki sorunların kişilerin psikolojisi üzerindeki etkilerinin kaçınılmaz olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Literatürdeki benzer çalışmalara bakıldığında söz konusu etkilerin en çok kadın bireylerde ve genellikle “kaygı bozuklukları, depresyon ve daha az görülmekle beraber somatizasyon belirtilerine” neden olduğu görülmektedir.

2.2.2.4. Evliliklerde Uyum ile İlgili Çalışmalar

Evlilik uyumu konusunda farklı durum ve bakış açılarıyla alakalı hem dünyada hem de ülkemizde pek çok çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmalarda farklı yaklaşımlar ve fikir ayrılıkları bulunmaktadır. Bazı araştırmacılar çiftlerin kişisel duygularını incelerken, bazıları konuyu bir bütün olarak incelemişlerdir. Ülkemizdeki araştırmalar, yurt dışında yapılan evlilik uyumu ölçeklerinin Türkiye'ye uyarlanmasıyla gerçekleştirilmektedir (Yılmaz, 2001). Tutarel Kışlak'ın ülkemize uyarlamış olduğu ve akademik çalışmalarda sıklıkla kullanılan "Evlilik Uyum Ölçeği" buna örnek gösterilebilir.

1970 senesinde Hick ve Platt tarafından ve 1983 senesinde Anderson, Schumm ve Russel tarafından yapılan araştırmalarda evliliğin ilk senelerinde bebek sahibi olmanın evlilikteki uyumu azalttığı, çocuğun evden ayrılmasının ardından evlilik uyumunun belli bir süre arttığı ve sonrasında tekrar düşüşe geçtiği belirlenmiştir(Fidanoğlu O. , 2006).

Rankin ve Arkadaşları (1997)'nin gerçekleştirdiği bir araştırmadaysa ilişkide yakınlığı ve samimiyeti destekleyici tavır gösteren kadınların davranışlarının hem eşlerinin hem de kendilerinin iletişim şekilleriyle ilişkili olduğu, erkeklerin davranışlarının ise eşlerinin ve kendilerinin standartlarıyla aynı olmadığı belirlenmiştir (akt. Gordon, Baucom, Epstein, Burnett, & Rankin, 1999).

Scinovacz (1979) tarafından gerçekleştirilen bir diğer araştırmada da çiftlerin belli konularla ilgili karar alma süreçlerindeki davranışları ve evlilik uyumunun ilişkisi araştırılmış ve çiftlerin karar alma sürecindeki memnuniyet düzeylerinin erkeklerin evlilik uyumunda oldukça önemli olduğu ve erkek ve kadın bakımından ideal karar alma şeklinin uygulanmasının evlilik uyumunu arttırdığı belirlenmiştir (akt. Şener & Terzioğlu, 2008).

Peterson (1968) tarafından yapılan araştırmadaysa; aile problemleri ve iletişim arasındaki ilişkiyi belirlemek için 756 çift üzerinde çalışma yürütülmüş, etkin iletişim kurabilen çiftlerin, beraber vakit geçirme, aile sorumlulukları, dini konular, cinsel konular, karar verme ve planlama gibi konularda daha az sorun yaşadığı, iletişim

problemleri yaşıyan çiftler ile benzer problemler yaşasalar da bu problemleri daha kolay bir şekilde çözüme ulaştırdıkları belirlenmiştir (Akt. Şener & Terzioğlu, 2002).

Nedensellik- sorumluluk ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada evlilik uyumu ölçeği kullanılmış ve eşlerin evlilik uyumu belirlenmeye çalışılmıştır. Gerçekleştirilen araştırmanın sonucunda uyumsuz olan çiftlerin uyumlulara göre daha çok olumsuz eş davranışı yüklemesi yaptığı ve evlilik uyumunun söz konusu nedensellik- sorumluluk ilişkisinden etkilendiği belirlenmiştir (Tutarel Kışlak, 1995).

Çocuğu olan çiftlerin iletişim çatışmaları ve iletişim becerileri üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada; çatışmayı çözebilen çiftlerin iletişim esnasında eşlerinin bakış açılarını göz önünde bulundurduğu belirlenmiştir (akt. Fidanoğlu, 2006).

Şener ve Terzioğlu (2002)'nin yapmış olduğu ailede eşler arasındaki uyumu etkileyen etkenlerin araştırıldığı çalışmada evlilik uyumu ve bazı değişkenler (eğitim düzeyi, sosyal alanlar, ekonomik, eşler arası yaş farkı, aylık gelir, kadının çalışma durumu, evlilik süresi vb.) arasındaki ilişki belirlenmeye çalışılmıştır. Evlilik uyumu üzerinde etkili etkenleri araştırdıkları diğeri bir çalışmadaysa; düşünce ve duygularını her zaman paylaşan erkek ve kadınların evlilik uyum düzeylerinin, hiçbir zaman ve bazen paylaşmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Akar (2005) eş iletişimi ve cinsiyetin de aralarında bulunduğu bazı değişkenler ile evlilik uyumunun ilişkisini araştırmış, eş iletişimi ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu, etkili iletişim kuramayan çiftlerin düşük evlilik uyumuna sahip olduğunu belirlemiştir.

Shollenberger (2001) yüksek lisans öğrencilerinin ve eşlerinin evlilik uyumlarını arttırmak için bir iletişim becerileri eğitim programı uygulamış ve bu programın etkinliğini araştırmıştır. Araştırmanın sonucunda eğitim gören çiftler ile görmeyen çiftlerin evlilik uyumları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir (akt. Hacı, 2011).

Sardoğan ve Karahan (2005)'in Samsun'da ikamet eden 24 çiftle gerçekleştirdiği araştırmada kontrol ve deney grupları oluşturulmuş ve gruplara evlilik uyum ölçeği uygulanmıştır. Ardından deney grubundaki bireylere insan ilişkileri becerileri eğitimi

verilmiş sonrasında gruplara yeniden evlilik uyum ölçeği uygulamışlardır. Uygulamanın sonucunda eğitim programına dahil olan çiftlerin, katılmayanlara oranla daha yüksek evlilik uyum puanına sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca programa katılan çiftlere ait evlilik uyumu puanlarının eğitimin ardından arttığı gözlemlenmiştir (Sardoğan & Karahan, 2005).

Şener ve Terzioğlu (2008)'nin Ankara'da yaşayan evli kişiler ile gerçekleştirdiği araştırmada; eşlerin arasındaki düşünce ve duyguların paylaşım oranı arttıkça evlilik uyumunun arttığı belirlenmiştir.

Malkoç (2001) çiftlerin evlilik uyumu ve iletişim desenleri üzerinde çalışmış, yüksek evlilik uyumuna sahip olan çiftlerin yapıcı iletişim deseni kullandığını, düşük olanlarınsa yıkıcı desenler kullandığını belirlemiştir. Evlilik uyumu yüksek olan çiftlerin tersine düşük evlilik uyumuna sahip olan gruplarda evliliklerde yıkıcı etkisi bulunan, kadının konuşmak istediği fakat erkeğin kaçındığı iletişim deseninin ve karşılıklı sakınmanın daha sık kullanıldığı görülmüştür. Bunlarla beraber düşük evlilik uyumuna sahip olan çiftlerde karşılıklı saklama ve geri çekilme gibi yıkıcı desenlere rastlanmaktadır (akt. Fidanoğlu O. , 2006).

Evlilik uyumuna iletişim şekillerinin etkisiyle ilgili diğer bir çalışmadaysa; ilişkiye az odaklanan kadınların fazla odaklananlara göre daha düşük evlilik uyumuna sahip olduğu, erkeklerdeyse bu durumun farklılık göstermediği belirlenmiştir (Gordon, Baucom, Epstein, Burnett, & Rankin, 1999).

İletişim şekillerinin önemi çiftten çifte farklılık göstermektedir. Gottman beş farklı çift tipinden bahsetmiş ve bunlardan üçünün sabit ve sıkıntısız çiftler olduğunu belirtmiş ve bu çiftlerin ikisinin değişken ve çatışmadan çekinen olduğunu ve bunların davranışsal evlilik terapisine uygun olmadığını belirtmiştir. Gottman tarafından yapılan hipoteze göre çekingen çiftler, birbirlerinin farklılıklarını daha kabullenmiş durmakta ve zor konularla alakalı derin tartışmalara girmemektedir (akt. Gordon, Baucom, Epstein, Burnett, & Rankin, 1999).

Türekeçi- Hoşgör (2013) tarafından gerçekleştirilen evli bireylerin evlilik uyumları ve öfke ifade tarzlarının araştırıldığı çalışmada iletişimle alakalı olan hem kök

aileler hem de eşler arasındaki iletişim sorunları araştırılmış ve iletişim problemlerinde azalma oldukça evlilik uyumunun arttığı belirlenmiştir.

2.3. EVLİLİKLERDE İLETİŞİM ŞEKİLLERİ

2.3.1. İletişim

Baltas ve Baltas (1998) iletişim kavramını “bilgi, düşünce ve duyguların akla gelebilecek tüm teknikler ile başka insanlara aktarılması” şeklinde tanımlamışlardır. İletişim kavramı Latince bir kavram olan “communicare”den gelmiştir ve Türkçe’de bildirim, haberleşme ya da iletişim kavramları ile tanımlanmaktadır (Nazlı, 2009). İlişki üzerinde çalışılırken, iletişim kavramı ile sıklıkla karşılaşılmaktadır. Dokur (2014) her iletişimin bir ilişki yönü ve içerik barındırdığını belirtmektedir. İletişimlerde gerçekleşen alışverişler farklılık veya eşitliğe dayanmalarına göre tamamlayıcı veya simetrik niteliktedir. Kişilerarası iletişim, konuyla alakalı bilgi paylaşımının beraberinde ilişkiye dair mesajlar da içermektedir. Bu mesajlara örnek olarak; beden dili, kelime seçimi, ses tonu ve yüz ifadesi verilebilir.

Bazı zamanlarda çiftler veya aile bireyleri arasında rekabet durumu söz konusu olabilmekte ve baskın kişi olma isteğine girebilmektedirler. Bu çeşit ilişkilerin amacı “kazanmak” olduğundan bu durum ilişkilere zarar verebilmektedir. Bir etkileşim ve iletişim mekanizması olan evliliklerde uyumlu bir ilişki kurabilmek için en önemli husus sağlıklı bir iletişimdir. Eşlerin birbirlerine gereksinim ve ihtiyaçlarını belirtebilmeleri için sözsüz veya sözlü uygun mesaj ve bildirimleri karşılıklı etkileşim çerçevesinde paylaşmaları, evlilik mekanizmasının canlılığı açısından oldukça önemlidir. Normal ve sağlıklı bir iletişim oluşturamayan eşler aralarındaki problemleri algılamakta güçlük çekmekte bu da iletişim bozukluklarına neden olmaktadır (Özgüven, 2009).

İnsanların temel gereksinimi olan iletişim, kişiler arasındaki ilişkinin ilk basamağıdır. Diğer insanlar ile iletişim kuramayan bir kişi, yalnızlığı ve içerisindeki gerilimler ile baş başa kalmaktadır. Evli çiftlerin iletişimlerine bakıldığında, eşlerin birbirlerine gönderdikleri mesajlar aracılığı ile iletişim kurduğu görülmektedir (Nazlı, 2009). Evlilik bir aile ilişkisinin oluşturulduğu ve sonraki neslin hayata getirildiği

kurum olması sebebiyle, en önemli ve temel insan ilişkisi olarak kabul görmektedir. Evlilik uyumundaki en mühim yordayıcının aile içindeki iletişim olduğu ve etkisiz bir iletişim ve evlilik uyumu arasında olumsuz bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Çiftlerin arasında etkili bir iletişim olması, evliliğin sürdürülmesinde ve evlilik uyumunun sağlanmasında oldukça önemlidir (Soylu & Kağnıcı, 2015).

2.3.1.1. Başarılı Bir İletişimin Özellikleri

İletişim toplumsal bir varlık olan insanın yaşamının kaçınılmaz bir parçasıdır. İletişimdeki başarı kişinin hayatındaki mutluluğun temelini oluşturmaktadır. İletişim konuşmaktan ibaret değildir aynı zamanda ne zaman, ne söyleneceğinin, nasıl ve nerede söylenmesi gerektiğinin bilinmesini, durumu karşıdaki insanın anlayışına uygun bir şekilde sunmayı ve iletilen mesajın anlaşılıp anlaşılmama durumunun kontrol edilmesini kapsamaktadır. İletişimin temeli “kabul etme” ye dayanmaktadır. Diğer insanları oldukları şekilde kabullenmek, ilişkileri kuvvetlendirici bir etkidir. Kişi karşısındaki insana gereken anlayışı sergileyip, hoş görülme ve kabulkar bir ortam sunar ise o kişinin kendisini güvende hissedip, kendisine has davranışlar sergilemesine olanak tanır. Bu tarz ilişkilerde birey olumlu değişimler gösterebilir, problemlerini çözümleyebilir ve daha üretici ve yapıcı olabilir (Yavuzer, 2007).

Başarılı iletişim kurabilen bireyler genel olarak saygısı, özgüvenli, paylaşma ve iş birliği yapmaya istekli, başka insanların ve kendisinin problemlerine yönelik çözüm arayan bireylerdir. Fikirlerini inatçı bir şekilde savunan, güvensiz, kendi fikirlerinden başka görüşlerin doğruluğunu kabul etmeyen, korku hissine sahip kişiler genel olarak iletişim konusunda yeteneksiz kişilerdir (Bilen, 2009).

İletişimdeki en mühim öge empatidir. Empati kavramı “dış dünyadaki olayları başka bir insanın gözünden görmeye çalışmak” şeklinde tanımlanmaktadır. Oluşturulan bu his ortaklığı sayesinde iletişim daha güçlü bir hal almaktadır. Ters durumlarında bir kişi, diğer kişinin kendisiyle ilgili kötü düşüncelere sahip olduğu fikrine kapılırsa fark etmeden bunu yansıtabilmektedir. Karşı taraf da olumsuzluğu sezerek kendini savunma gereksinimi duyar. Bireylere kendini değerli ve önemli hissettirmek ve onlara saygı duymak iletişimin temel şartlarıdır (Yavuzer, 2007; Tarhan N. , 2008).

Başarılı bir iletişim kurmanın ön şartı bireyler arasında amaç birliği oluşturulmasıdır. Amacı belli olan mesajlar iletilecekleri yere nispeten daha kolay ulaşabilecekleri gibi, amacın gerçekleşmesinde daha iyi bir sonuç alınabilecektir. Bunlarla beraber iletişimin başarılı olmasını sağlayan bir diğer mühim husus da mesajın iletileceği kişiyi tanımak, söz konusu kişiye uygun bilgi ve gönderim tekniğini belirlemektir. İlişkilerin dengeli ve olumlu olması iletişimin karşılıklı, sabırlı ve sürekli olmasını gerektirmektedir. Ancak bunların sonucunda iletişim başarılı olacaktır (Bilen, 2009).

2.3.2. Eşler Arası İletişim

Evlilik öncesinde toplumda birey olarak hayatını sürdüren erkek ve kadın, evliliğin ardından karı-koca beraberliği ile “dünyada beraber bulunmak” biçiminde yeni bir hayat şekli meydana getirmektedir. Bu hayat şekli evliliklerde “ben” ve “sen” yerine “biz” olmak anlamına gelmektedir. Eşler arasındaki iletişimlerde “biz” olmaktan güç alınmaması halinde eşler kendilerini mutsuz hissetmektedir. Eşler arasındaki “biz” olma durumuna engel olan her davranış, iletişim ve ilişkiye olumsuz etki etmektedir. Çünkü mutlu ve sağlam temelli evlilikler iyi farklı kişiliğin birbirlerini tamamlaması ile mümkündür. Evlilik bu nedenlerle özel bir iletişim mekanizmasıdır. Evleninceye dek farklı farklı dünya ve ilişkilere sahip olan erkek ve kadın, evliliğin ardından yeni bir ilişki şekline sahip olmaktadır. Evliliklerde sürekli olarak ikili problem çözme davranışları, çiftler arasındaki bağın kuvvetlenmesini sağlamaktadır (Özügürlü, 1996).

Eşler arasındaki iletişime kadının gözüyle bakılırsa; geleneksel dönemlerde kadınların kocalarına ekonomik bakımdan bağımlı olmalarının, evliliklerde mutsuzluk durumu olsa bile kadınlar için bir mecburiyet olduğu görülmektedir. Kadınlar, eşleri tarafından farklı sıkıntılara maruz kalsalar da bilhassa çocuk olması kadının boşanmasına engeldi. Kadınların özgürleşmeleri evliliklerin daha kolay bir şekilde bitirilmesine olanak vermiştir. Eski dönemlerde kadınlar kendilerini eşlerine adamaktaydılar. Günümüzdeyse kendi mesleğine ve bireyselliğine dair kadın haklarından yola çıkarak belli bir çizgiden sonra evliliğe katlanmak zorunda kalmamaktadırlar. Bu durum erkeklerde daha farklıdır. Örneğin eski dönemlerde erkekler eşlerini aldatır ve kadın bunu duyarsa erkek pişman olduğunu söyler ve eşi onu

affederdi. Bu durum kadında söz konusu olduğu zamansa kesinlikle tolerans tanınmamakta ve evlilik bitirilmekteydi. Bugün ise bu durum büyük bir değişim geçirmiştir. Fakat erkek ve kadının mutlu bir evlilik sürdürmesi için iki kişinin de eşitlik hissine sahip olmalı, en iyi şekilde bedensel ve düşünsel yakınlık kurulmalı, özgürlüklere karşılıklı sınırlar getirilmeli ve değer ölçülerini yorumlamada paralellik sağlanmalıdır (Russell, 2003).

Diğer yandan aile içerisindeki mutluluk, eşlerin ilişkileri sonucunda temellenmektedir. Kişiler sağlıklı bir ilişki içerisinde sorumluluklarının farkında ve bilinçli davranırlar. Aile içerisindeki her kişi sınırlılıklarını, yeterliliklerini ve görevini bilmekte ve kendi değerleriyle beraber diğerlerinin de değerini ön plana çıkarmaktadır. Eşler arasındaki iletişimde ana etken; hoşgörü, sevgi ve saygı bunlarla birlikte de dayanışma ve etkileşimdir. Eşler aile içerisinde evliliğin devamı için bireysel ihtiyaçlar ve aile ihtiyaçları arasında bir denge oluşturarak uzlaşırlar. İletişimlerdeki eksiklik insanlar arasındaki problemlerin temelini oluşturmaktadır. Bundan dolayı sağlıklı bir iletişime sahip ailelerde, ailenin huzurunu bozabilecek durumların etkisi mühim ölçüde azalmaktadır. Aile huzurunu kaçıran en önemli şey, belli bir sebebin belirtilmesinin ardından çıkan tartışmadır. Fakat burada belirtilmesi gerekli olan nokta bu huzursuzluğu yaratan eşlerin tartışması değil de tartışmanın seviyesini kaçırmaması ve birbirlerine karşı telafisi güç sözler söylemeleridir. Özetle tartışmaların yapıcı özellikte değil, yıkıcı özellikte olmasıdır. Bu problemin yaşanmaması için eşler tartışma sırasında karşıdaki kişiyi eleştirmek yerine çözüm odaklı hareket etmeye çalışmalıdır. Bu hususta belirtilmesi gereken son konu, tartışmaların sadece birbirini sevmeyen ve uyumsuz eşlerin arasında olmadığıdır. Birbirleriyle uyumlu çiftlerde de belli zamanlarda tartışmalar yaşanmaktadır.

2.3.2.1. Evlilikte İletişime Etki Eden Etmenler

Evlilik sürekli değişen, karmaşık ve iki bireyin önceki zamanlarda karşılaşmadıkları problemleri beraber çözmek zorunda kaldığı ilişki türüdür. Evliliklerde iletişim kurulmasındaki amaç eşlerin paylaşımcı olmaları ve birbirlerini anlamalarıdır. Uzlaşmanın sağlanabilmesi için çiftlerin ilk olarak birbirlerini dinlemeleri ve anlamaları gereklidir. Literatürde işlevsel aileler “sağlıklı”, işlevsel olmayanlar da

“sağlıksız” olarak isimlendirilmektedir. Ailenin sağlıksız ya da sağlıklı oluşu, ailenin dinamik yapısı, sosyo-ekonomik özellikleri, toplumun aileye sunduğu imkân, destek ve hizmetlerden etkilenmektedir. Evlilik kararı almak ve evlenilecek kişiyi seçmek uzun zaman alan ve oldukça mühim bir süreçtir. Evlilik durumuysa bir anda meydana gelmektedir. Bu nedenle evlilik öncesi ve sonrasındaki kurallar ani bir şekilde değişmektedir. Örneğin evlenmeden evvel bazı konular mahrem kabul edilirken, evliliğim ardından bu durum tam tersine dönmektedir. Bu ani değişimlere uyum sağlamak ve ayak uydurmak her iki birey için de zordur (Özgüven, 2000).

Evlilik bir etkileşim ve iletişim mekanizmasıdır. Etkileşim eşlerin karşılıklı olarak düşünce ve duygularını doğru ve açık bir şekilde iletmesidir (Büyük, Aile Mektebi, 2007). Farklı kültürlerde ne kadar o kültüre has kişisel davranışlar bulunsada sosyal etkileşimlerde ve her toplumda insanların davranışlarının oluşmasını sağlayan evrensel ve temel ilkeler mevcuttur. Gelişime önem verme, yüreklendirme, yardımcı olma, koşulsuz sevgi, tutarlılık, kişisel bütünlük, dürüstlük, hakkaniyet, hizmet etme, her insanın değerli olduğunu düşünme gibi onura saygı ve üstün kalite içeren ilkeler tüm insanların içince bulunduğu ve ileride kuracağı ailede olması gereken ve iletişimi geliştiren ilkelerdir (Özgüven, 2000).

2.3.2.2. Evlilikte İletişim Kalıpları

Bir davranış ihtimalinin bir diğer davranış tarafından takip edileceğini belirtilen iletişim modeli, bir çiftin arasındaki tekrarlanan iletişim dizileri şeklinde tanımlanabilmektedir. Kısaca iletişim modelleri sistemde bilgilerin nasıl değiştirildiği şeklinde tanımlanabilmektedir. Christensen ve Sullaway (1983) iletişim kalıplarının asimetric, simetric veya işlevsiz olabileceğini belirtmektedir. Yani iletişim modelleri destekleyici tutumları ve aşk yaşamayı barındırdığında görevsel, çatışma yaşandığıdaysa sıkıntılı ve işlevsiz olarak nitelendirilebilmektedir. Ayrıca karşılıklı ve farklı ters davranışlar asimetric iletişim modelini ifade ederken, benzer davranışlarda iletişim oluşturmak simetric iletişim modelini göstermektedir (Delibalta, 2013).

Christensen ve Sullaway (1984) eşler arasındaki iletişim ile bireylerin özgüveninin arttırılabileceğini belirtmiştir. Söz konusu iletişim şekli vazgeçmeyi ve talebi ifade etmektedir. “Duygusal/mantıklı” ismi verilen bir diğer iletişim modeli

eşlerden birisinin mantıklı davrandığı diğerininse duygusal karşılık verdiği ilişkilerde görülmektedir. Sorunlarını karşılıklı bir şekilde tartışıp, düşünce ve duygularını belirtebilen, farklılıkları sorun etmeyen çiftler “yapıcı iletişim modeli” kapsamına girmektedir. Diğer yandan saldırganlık, tehdit ve suçlama gibi davranışlar “yıkıcı iletişim modeli” kapsamındadır. Çiftlerin problemlerini çözüm yollarını anlamak bu hususta oldukça önemlidir. Mizah yapma, anlaşma kurma ve uzlaşma “olumlu çatışma çözme” davranışlarıdır. Çatışmayı devam ettirme, geri çekilme, duygularını belirtememe, savunmaya geçme, fiziksel veya sözlü saldırılarda bulunma “işlevsiz ve negatif çatışma çözme” davranışlarıdır (akt. Delibalta, 2013).

2.3.2.3. Evlilikte Sağlıklı İletişim Kuralları ve Ortamı

Evlilik önemli bir kurumdur ve evlilik kurumun temelleri kadın ve erkeğe dayandığından ilk olarak sağlıklı bir ilişkinin başlamış olması beklenmektedir. Bunun ifadelerini şu şekilde belirtmek mümkündür (Duygulu, 2010);

- Onay ve takdir,
- Koşulsuz destek,
- Saygı ve sevgi,
- Hoşgörü ve anlayış.

Yukarıda belirtilen ana şartlar sağlanmamışsa veya eksikse, bunları tamamlamadan sağlıklı bir ilişkiden ve iletişimden söz edilemez. Eşlerin sağlıklı bir iletişim kurabilmesi için ilk olarak eşlerin evliliğe bakışlarının net olması gerekmektedir. Eşlerin beklentileri, evliliğe yükledikleri anlam, birbirlerine zaman ayırma ve ortak paylaşımlar gibi pek çok etkenin mevcut olması sağlıklı bir iletişimin alt yapısını oluşturmaktadır.

Evlilikteki birlikte yaşama ile beraber, evlilikten önce yoğun bir biçimde bireyselliği belirten “sen” ve “ben” yaşantılarının yerine, ortak yaşamı ifade eden “biz” yaşantısı oluşturulmalıdır. Eşlerin kabulüyle birlikte bu yaşantının devam ettirilebilmesi, erkek ve kadının geldiği ailelerin yapısına ve sağlıklı iletişim kurabilme becerilerine bağlıdır. Eğer çiftler arasında iletişim sorunları mevcutsa, aile içi düzen ve denge bozulduğundan geçimsizlik ortaya çıkmaktadır. Evliliklerdeki iletişim

bozukluklarının temelinde eşlerin “ben” yaşantısından “biz” yaşantısına geçiş yapamamaları yatmaktadır. Bu durum ayrıca kişilik ve kültür farklılıkları gibi durumlardan da etkilenmektedir(Koç, 2007). Eşlerin ilişkilerinin temeli eşlerin birbirlerine yönelik olumsuz, olumlu davranış ve tutumlarından oluşmaktadır. Onların anlayış ve sevgiyle sürdürdükleri karı-koca ilişkileri tüm ailenin genel havasını belirlemektedir.

Kadın ve erkeğin geçmiş zamanda oluşturmuş olduğu kişilik, evlilik sürecinde aynı kalır ise “sen” ve “ben” yaşantısından “biz” yaşantısına geçiş süreci zorlaşmaktadır. Bu durumda evlilik eşlerden birinin yapmış olduğu fedakârlık ile bazı zamanlar bir süre, bazen de sonuna kadar devam edebilmektedir. Türk toplumunda genellikle bu fedakârlık kadın tarafından yapılmaktadır(Koç, 2007).

Eşler arasındaki sağlıklı iletişimde şu durumlar gözlenmektedir(Dokur, 2014);

- Eşler sorumluluk ve görevlerini doğal bir şekilde yerine getirirler.
- Eşler arasında yapıcı ve olumlu duygusal bağ bulunur. Bu nedenle kişiler birbirlerinden bağımsız olmalarına rağmen, birbirlerine kendi istekleri ile yardımcı olurlar.
- Sağlıklı iletişim kurabilen eşler bilinçlenme ve duygusal yönden sürekli bir gelişim içerisinde bulunurlar.
- Karşılıklı bir şekilde kendisini değerli hissedene eşlerin benlik saygıları yüksektir. Bundan olayı benlik değerleri pozitif yönde gelişmektedir.
- Sağlıklı iletişim kurabilen eşler kendi içlerinde bütünleşmektedir. Bu durum sosyal ilişkileri üzerinde de pozitif etki yaratmaktadır.
- Eşler karşılıklı bir şekilde birbirlerini onurlu ve değerli görürler.
- Kişisel sınırlarının farkında olduklarından aile gereksinimleri ve kendi gereksinimlerini dengeleyebilirler.
- Bu davranış ve tutum içerisindeki eşler kısa süreli geçici doyumlarsa uzun vadeli mutlulukları tercih etmektedir.

Mutlu evliliklerde dikkat edilmesi gereken ana hususlardan biri de eşlerin birbirinden farklı zevk ve mutluluk anlayışlarının beraberinde ortak zevklerini ve

mutluluk anlayışlarını geliştirebilmeleridir. Bu durum karşılıklı çabayı gerektirmektedir. Bundan dolayı evliliklerde ortak çaba olmadan mutlu olunması mümkün değildir.

Evliliklerde birbirinden farklı üç dönem bulunmaktadır. İlişkinin ilk döneminde eşler romantik duygulara sahiptir. Ardından karşılıklı kişilik çatışmaları ortaya çıkmaya başlar. Bireyler bu süreçte akıllarını kullanırlar ise bu dönem kolaylıkla aşılar ve bağlılık oluşmaya başlar. Bu süreç içerisinde evlilik öncesi aşk devam eder. Ancak bu his sağlıklı bir evlilik mevcutsa saygı ve sevgiye dönüşebilir. Hem arkadaşlığın hem de aşkın olduğu evlilikler “ideal evlilik” olur. Etkili bir iş birliği oluşturabilen insanların aşkı bulma olasılığı kuramayanlara oranla daha yüksektir(Tarhan, 2006).

Sevgi hissi kendi kendine ve aniden oluşabilen bir his değildir. Sevginin ebeveyn ve içinde yer alınan toplumun etkileri sonucunda gelişmesi de mümkündür. Bu durum bazen yanlış algılar yaratabilir(Buscaglia, 1982). İnsanlar yapıları gereği birbirini sevmeye ve samimi olma arzusu içerisinde olurlar. Evlilik kurumu bu sevgi ve yakınlığa duyulan ihtiyacı gidermek için oluşturulduğu gibi eşler bu süreçte artık “tek beden” haline gelirler. İnsanların birincil doğal ihtiyaçlarından biri de sevildiğini hissetmektir. Acı sözler, kabuğuna çekilmeler, hatalı davranışlar ve eleştirel ruh sevginin tatmin edilmemesinden kaynaklanabilen durumlardır(Chapman, 1996).

Sağlıklı bir evliliğin sırrı sağlıklı iletişimdir. Doğru ve sağlıklı bir iletişimde bu hususlara dikkat etmek gereklidir(Büyük, 2007; Tarhan, Makul Çözüm, 2008; Gordon, 1998);

- Önyargılı olmamak,
- Önemli hususları tartışırken doğru zamanı bulmak,
- Ne istediğinin bilincinde olmak ve bunu doğru ifade etmek,
- Karşıdaki insanın duygularını önemsemek,
- Tepki koymak yerine cevap vermek,
- Tartışmaya başka konuları eklememek,
- Farklı hislere sahip olma hakkı vermek,
- Sinirlenebilme hakkı tanımak,
- Eşinin alışkanlıklarını değiştirmeye çalışmamak,
- Fedakârlık yapmak,

- Affedici olmak,
- Sabırlı olmak.

Eşini beğenmemek, kibir, güvensizlik, bencillik, feminizm, cahillik, inatçılık, kıskançlık, tutarsızlık, alkol ve kumar bağımlılığı, inanç farklılığı, globalleşme kaynaklı doyumsuzluk, internet bağımlılığı gibi nedenler de ailede geçimsizlik ve iletişim bozukluklarına neden olmaktadır(Gordon, 1998).



BÖLÜM 3. YÖNTEM VE BULGULAR

3.1. ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın katılımcıları, İstanbul ili Esenyurt ilçesindeki 43 mahalleden kura yöntemi ile seçilen Bağlarçeşme, Pınar, Cumhuriyet ve Saadetdere mahallerinde ikamet eden kişilerden tesadüfi olarak seçilmiştir. Çalışmaya en az 1 yıl evli ve 20 yaş ve üzerindeki 144 erkek ve 225 kadın katılımcı katılmıştır. Araştırmanın örneklemini oluşturan katılımcılar gönüllülük esasına dayalı olarak araştırmaya dâhil edilmiştir.

3.2. ARAŞTIRMA ARAÇLARI

Araştırmada katılımcıların demografik bilgilerini elde etmek için araştırmacı tarafından oluşturulan Demografik Bilgiler Formu, evlilik uyumunu ölçmek için Yakın Doğu Evlilik Uyum Ölçeği(YDEUÖ), eşler arası iletişimi değerlendirilmesi için Eşler Arası İletişim Formu(EAİF), internet bağımlılığına dair bilgilerin elde edilmesi için Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu(YİBT-KF) kullanılmıştır. Katılımcılara anketler araştırmacı tarafından ulaştırılmıştır.

3.2.1. Demografik Bilgiler Formu

Araştırmacı tarafından oluşturulan 13 sorudan meydana gelen bu formda katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyleri, meslek, gelir düzeyi gibi bilgilerin yanı sıra katılımcıların evlilik süresi, çocuk sayısı ve internette geçirdiği süre ile ilgili soruların yer aldığı bir formdur.

3.2.2. Yakın Doğu Evlilik Uyum Ölçeği

Yakın Doğu Evlilik Uyum Ölçeği(YDEUÖ), Bayraktaroğlu ve arkadaşları tarafından (2017) oluşturulan 42 maddelik bir ölçektir. Evlilikte Doyum 16 madde,

Evlilikte İletişim 9 madde, Evlilikte Empati 10 madde ve Kök Ailelerle İlişkiler 7 madde olmak üzere toplam dört alt ölçek ve 42 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, sıklık kategorilerini belirten “Her Zaman, Çoğunlukla, Ara Sıra ve Hiçbir Zaman” şeklinde dördümlük likert tipi olarak düzenlenmiştir. Her zaman “4”, Çoğunlukla “3”, Ara Sıra “2”, Hiçbir Zaman “1” şeklinde ve cevaplamada tepki kurulumunu önlemek amacı ile 7, 10, 14, 18, 20, 24, 26, 29, 32, 38, 40ncı maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçek maddelerinin tümünden alınabilecek toplam puan 168’dir. Ölçekten alınan puan arttıkça evli bireylerin uyum düzeylerinin de arttığı düşünülmektedir. Ölçek ilköğretim ve üstü eğitim düzeyine sahip evli bireylere uygulanabilir.

Güvenirlilik analizi sonucunda Cronbach alfa katsayıları YDEÜÖ toplam, Evlilikte Doyum, Evlilikte İletişim, Evlilikte Empati ve Kök Ailelerle İlişkiler alt ölçekleri için sırası ile 0.94, 0.92, 0.86, 0.81 ve 0.78 olarak hesaplanmıştır. Ölçüt bağıntı geçerliliği için korelasyon değerleri YDEÜÖ ile YÇÜÖ arasında 0.760, YDEÜÖ Evlilikte Doyum alt ölçeği ile YÇÜÖ Doyum alt ölçeği arasında 0.675, YDEÜÖ Evlilikte İletişim alt ölçeği ile ÇİÖ İletişim alt ölçeği arasında 0.417, YDEÜÖ Evlilikte Empati alt ölçeği ile IRI Empati alt ölçeği arasında 0.258, YDEÜÖ Kök Ailelerle İlişkiler alt ölçeği ile EDÖ Eşin Ailesiyle İletişim alt ölçeği arasında 0.748 olarak hesaplanmıştır. Faktör analizi sonucunda açıklanan toplam varyans % 48.36, alt faktörler toplam varyansın % 32, % 6.57, % 5.17 ve % 4.08’ini açıklamaktadır. Birinci faktörün tek başına açıkladığı varyansın yüksek olması ölçeğin genel bir faktöre sahip olduğunun göstergesi olarak kabul edildiğinden, dört faktörün her birinin ayrı ayrı kullanılabilmesi yanında ölçeğin tümünün tek faktörlü olarak kullanılması uygun görülmektedir. Ölçeğin ilk yarı ve son yarı güvenirlik testinde, ilk yarı ile son yarı arasındaki korelasyon 0.806, ilk yarı Croanbach alfa katsayısı 0.89, son yarı Croanbach alfa katsayısı 0.92 olarak hesaplanmıştır.

3.2.3. Eşler Arası İletişim Formu

Eşler Arası İletişim Formu(EAİF), Karadağ (2015) tarafından oluşturulan 12 maddelik bir anket formudur. Eşler arasında üzüntülü bir durum, sorun ve sorumlulukların paylaşımı, tartışma sıklığı, tartışmaların çözüme ulaşması, eşlerle birlikte geçirilen zaman ve bilgisayar ve internette geçirilen zaman ile ilgili soruların

yer aldığı bir formdur. 9 maddeden oluşan eşler arası iletişim ölçeğine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, ölçeğe ait Cronbach's Alpha değerinin 0,711 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer ölçeğin güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu gösterir.

3.2.4. Young İnternet Bağımlılığı Testi- Kısa Formu

Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu, Young(1998) tarafından geliştirilen ve Pawlikowski ve arkadaşları (2013) tarafından kısa forma dönüştürülen YİBT-KF, 12 maddeden oluşmakta olup beşli Likert (1=Hiçbir zaman, 5=Çok sık) tipi bir ölçektir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda YİBT-KF'nin iyi uyum verdiği saptanmıştır ($\chi^2=173.58$, $sd=53$, $CFI=0.95$, $SRMR=0.064$ ve $RMSEA=0.079$). Ölçeğin iç tutarlık güvenilirlik katsayısı 0.85 olarak hesaplanmıştır. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen sonuçlar Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun geçerlilik ve güvenilirliğinin sağlandığını göstermektedir. Ölçekte tersten puanlanan madde yoktur. Ölçekten alınan yüksek puanlar internet bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğunu gösterir.

3.3.İŞLEM

Araştırma, Mart 2019- Ağustos 2019 tarihleri arasında araştırmaya katılmayı kabul eden 20 yaş üzeri evli ve en az ilkokul mezunu 144 erkek ve 225 kadına Sosyo-Demografik Form, Yakın Doğu Evlilik Uyum Ölçeği(YDEUÖ), Eşler Arası İletişim Formu(EAİF), Young İnternet Bağımlılığı Testi- Kısa Formu(YİBT-KF) verildi. Katılımcıların hepsi gönüllü olarak çalışmaya katılmış olup, anket formunun tamamını doldurarak araştırmacıya teslim etmiştir. Bu araştırma, İstanbul Okan Üniversitesi Etik Kurul onayı alınarak gerçekleştirilmiştir.

Araştırmaya dâhil etme kriterleri, 20 yaş üzeri, ilkokul mezunu ve en az bir yıllık evli olmak, internet kullanmak ve çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul etmektir. Araştırmanın dışlama kriterleri ise bir yıldan daha az süredir evli olmak, internet kullanmıyor olmaktır.

3.4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırma sonucunda elde edilen verilerin analizine ait ortaya çıkan bulgular ve yorumlar sunulmuştur.

3.4.1.Araştırma Kapsamındaki Katılımcıların Kişisel Özellikleri

Tablo 3.1.Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları

Yaş	Sayı	Yüzde(%)
24-27	46	12,5
28-30	50	13,6
31-34	85	23,0
35 ve Üstü	188	50,9
Cinsiyet	Sayı	Yüzde(%)
Kadın	225	61,0
Erkek	144	39,0
Eğitim Durumu	Sayı	Yüzde(%)
İlkokul	36	9,8
Ortaokul	30	8,1
Lise	94	25,5
Üniversite	166	45,0
Yüksek lisans ve Üstü	43	11,7
Çalışma Durumu	Sayı	Yüzde(%)
Evet	295	79,9
Hayır	74	20,1
Meslek	Sayı	Yüzde(%)
Kamu	149	50,5
Özel Sektör	96	32,5
Kendi İşim	50	16,9
Gelir Durumu	Sayı	Yüzde(%)
Düşük	46	12,5
Orta	292	79,1
Yüksek	31	8,4

Katılımcıların yaşlarına göre dağılımlarını incelendiğinde, %12,5'inin 24-27 yaş, %13,6'sının 28-30 yaş, %23,0'ının 31-34 yaş, %50,9'unun 35 yaş ve üstü, cinsiyetlerine göre dağılımları incelendiğinde, %61,0'ının kadın, %39,0'ının erkek olduğu belirlenmiştir. Eğitim durumlarına göre dağılımları incelendiğinde, %9,8'inin ilkokul, %8,1'inin ortaokul, %25,5'inin lise, %45,0'ının üniversite ve %11,7'sinin yüksek lisans ve üstü, çalışma durumlarına göre dağılımları incelendiğinde, %79,0'ının çalıştığı, %20,1'inin çalışmadığı belirlenmiştir. Mesleklerine göre dağılımları incelendiğinde, %50,5'inin kamu, %32,5'inin özel sektör, %16,9'unun kendi işi, gelir durumlarına göre dağılımları incelendiğinde, %12,5'inin düşük, %79,1'inin orta, %8,4'ünün yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3.2.Katılımcıların Evlilik Sürelerine Göre Dağılımları

Evlilik Süreleri	Sayı	Yüzde(%)
1-5 yıl	103	27,9
6-10 yıl	84	22,8
11-15 yıl	78	21,1
16-20 yıl	58	15,7
21 yıl ve üzeri	46	12,5
Toplam	369	100,0

Katılımcıların evlilik sürelerine göre dağılımlarını incelendiğinde, %27,9'unun 1-5 yıl, %22,8'inin 6-10 yıl, %21,1'inin 11-15 yıl, %15,7'sinin 16-20 yıl, %12,5'inin 21 yıl ve üzeri olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3.3.Katılımcıların Çocuk Sayısı Göre Dağılımları

Çocuk Sayısı	Sayı	Yüzde(%)
Yok	68	18,4
1	93	25,2
2	141	38,2
3 veya üzeri	67	18,2
Toplam	369	100,0

Katılımcıların çocuk sayısına göre dağılımlarını incelendiğinde, %18,4'ünün çocuğunun olmadığı, %25,2'sinin 1, %38,2'sinin 2, %18,2'sinin 3 veya üzeri çocuğu olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3.4.Katılımcıların Yaşanılan Bölgeye Göre Dağılımları

Yaşanılan Bölge	Sayı	Yüzde(%)
Marmara Bölgesi	161	43,6
Karadeniz Bölgesi	104	28,2
Diğer	104	28,2
Toplam	369	100,0

Katılımcıların yaşanılan bölgeye göre dağılımlarını incelendiğinde, %43,6'sının Marmara bölgesinde, %28,2'sinin Karadeniz bölgesinde, %28,2'sinin diğer bölgelerde yaşadığı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3.5.Katılımcıların İnternet Kullanma Sıklığına Göre Dağılımları

İnternet Kullanma Sıklığına	Sayı	Yüzde(%)
Her gün	328	88,9
Haftada birkaç kez	41	11,1
Toplam	369	100,0

Katılımcıların internet kullanma sıklığına göre dağılımlarını incelendiğinde, %88,9'unun her gün, %11,1'inin haftada birkaç kez olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3.6.Katılımcıların İnternette Geçen Günlük Süreye Göre Dağılımları

İnternette Geçen Günlük Süre	Sayı	Yüzde(%)
0-1 saat	125	33,9
1-3 saat	173	46,9
3-6 saat	59	16,0
6 saat veya üzeri	12	3,3
Toplam	369	100,0

Katılımcıların internette geçen günlük süreye göre dağılımlarını incelendiğinde, %33,9'unun 0-1 saat, %46,9'unun 1-3 saat, %16,0'ının 3-6 saat, %3,3'ünün 6 saat veya üzeri olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3.7.Katılımcıların İnterneti Kullanma Amacına Göre Dağılımları

İnterneti Kullanma Amacı	Sayı	Yüzde(%)
Sosyal medya takibi için	149	40,4
Haberleşmek için	96	26,0
Diğer	124	33,6
Toplam	369	100,0

Katılımcıların interneti kullanma amacına göre dağılımlarını incelendiğinde, %40,4'ünün sosyal medya takibi için, %26,0'ının haberleşmek için, %33,6'sının diğer unsurlar için olduğu belirlenmiştir.

3.4.2.İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Ölçeğine Ait Analiz Sonuçları

Araştırmanın bu bölümde internet bağımlılığı düzeyleri ölçeğine ait, betimsel istatistikleri, demografik özelliklere göre farklılıklarının belirlenmesine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 3.8.İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açılarına İlişkin Verilerin Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları

Ölçek	Statistic	Sd	p	$\bar{x}$	Medyan	Çarpıklık	Basıklık
İnternet Bağımlılığı	0,136	369	0,000	18,86	18,00	0,937	0,865

Verilerin hangi dağılımdan geldiğini belirlemek için; aritmetik ortalama, medyan, çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiş olup, aritmetik ortalama ve medyanın eşit ya da yakın olması, çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 1 sınırları içinde bulunmasından verilerin dağılımının normallikten geldiği belirlenmiştir. (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Tablo 3.9.İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Ölçeğinin Alt Boyutlarına Ait Bakış Açılarına İlişkin Betimsel Bulgular

Ölçek	$\bar{x}$	ss
Hangi sıklıkla planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız	2,26	1,00
Hangi sıklıkla ailenizle ilgili işleri ihmal ederek internette daha fazla zaman harcarsınız	1,62	0,80
Okul veya ders ile ilgili çalışmalarınız hangi sıklıkla internette harcadığınız süre yüzünden zarar görmektedir	1,54	0,83
Birileri internette ne yaptığınızı sorduğunda hangi sıklıkla sır gibi saklar veya savunmaya geçersiniz	1,34	0,63
Birileri siz internette iken canınızı sıkarsa hangi sıklıkla onları tersler, onlara bağırır ve öfkeli davranırsınız	1,46	0,72
Hangi sıklıkta gece internette harcadığınız süre yüzünden uykusuz kalırsınız	1,61	0,81
İnternete bağlı değilken hangi sıklıkla internetle avunur veya internete bağlı olduğunuz hayalini kurarsınız	1,38	0,74
İnternette iken hangi sıklıkla kendinizi birkaç dakika daha derken bulursunuz	1,84	0,97
Hangi sıklıkla internette harcadığınız zamanı azaltmak için uğraşırsınız ve başarısız olursunuz	1,75	1,09
Ne kadar süre internette olduğunuzu hangi sıklıkla saklamaya çalışırsınız	1,37	0,76
Hangi sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman harcamayı tercih edersiniz	1,28	0,69
İnternete bağlanmadığınızda hangi sıklıkla kendinizi bunalımda, karamsar ve sinirli hissedip internete bağlandığınızda bu şikâyetlerinizin hemen geçtiğini görürsünüz	1,40	0,80

İnternet bağımlılığı düzeyleri maddeleri incelendiğinde; “Hangi sıklıkla planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız” maddesi ortalamasının yüksek seviyede ($\bar{x}=2,26$) olduğu belirlenmiştir. “Hangi sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman harcamayı tercih edersiniz” maddesi ortalamasının düşük seviyede ($\bar{x}=1,28$) olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3.10.İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Cinsiyet Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	t	p
İnternet Bağımlılığı	Erkek	225	18,90	5,80	0,125	0,900
	Kadın	144	18,82	5,94		

İnternet bağımlılığı düzeylerinin cinsiyet gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin cinsiyet gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.11.İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Çalışma Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

	Çalışma Durumu	n	$\bar{X}$	ss	t	p
İnternet Bağımlılığı	Evet	295	19,17	6,08	2,294	0,023*
	Hayır	74	17,68	4,69		

$p<0,05^*$

İnternet bağımlılığı düzeylerinin çalışma durumu gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin çalışma durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır ($t= 2.294$; $p=0,023$; $p<0.05$). Çalışan katılımcıların ($\bar{x}=19,17$) internet bağımlılığı düzeyleri çalışmayanlara ($\bar{x}=17,68$) göre daha fazladır.

Tablo 3.12.İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İnternet Kullanma Sıklığı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

	İnternet Kullanma Sıklığı	n	$\bar{X}$	Ss	t	p
İnternet Bağımlılığı	Her gün	328	19,38	5,92	8,100	0,000**
	Haftada birkaç kez	41	14,76	3,00		

p<0,01**

İnternet bağımlılığı düzeylerinin internet kullanma sıklığı gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan t-testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin internet kullanma sıklığı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır (t= 8.100; p=0,000; p<0.01). Katılımcılardan interneti her gün ($\bar{x}=19,38$) kullananların internet bağımlılığı düzeyleri haftada birkaç kez ($\bar{x}=14,76$) kullananlara göre daha fazladır.

Tablo 3.13.İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Yaş	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
İnternet Bağımlılığı	24-27 yaş ⁽¹⁾	46	21,04	7,17	3,923	0,009**	(1-2) (1-4) (3-4)
	28-30 yaş ⁽²⁾	50	18,58	5,87			
	31-34 yaş ⁽³⁾	85	19,64	6,02			
	35 yaş ve üstü ⁽⁴⁾	188	18,06	5,25			

p<0,01**

İnternet bağımlılığı düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan anova testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin yaş gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (F= 3.923; p=0,009; p<0.01). Katılımcılardan yaşı 24-27 yaş

($\bar{X}$ =21,04) olanların internet bağımlılığı düzeyleri yaşı 28-30 yaş ($\bar{X}$ =18,58) ve 35 yaş ve üstü ($\bar{X}$ =18,06) olanlara göre daha fazladır. Ayrıca yaşı 31-34 yaş ($\bar{X}$ =19,64) olanların internet bağımlılığı düzeyleri yaşı 35 yaş ve üstü ($\bar{X}$ =18,06) olanlara göre daha fazladır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.14. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Eğitim Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
İnternet Bağımlılığı	İlkokul ⁽¹⁾	36	17,11	4,41	3,533	0,008**	
	Ortaokul ⁽²⁾	30	18,40	5,39			(1-5)
	Lise ⁽³⁾	94	18,22	5,24			(2-5)
	Üniversite ⁽⁴⁾	166	19,00	6,09			(3-5)
	Yüksek lisans ve Üstü ⁽⁵⁾	43	21,56	6,79			(4-5)

p<0,01**

İnternet bağımlılığı düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (F= 3.533; p=0,008; p<0.01). Katılımcılardan eğitim durumu yüksek lisans ve üstü ($\bar{X}$ =21,56) olanların internet bağımlılığı düzeyleri eğitim durumu ilkokul ($\bar{X}$ =17,11), ortaokul ($\bar{X}$ =18,40), lise ($\bar{X}$ =18,22) ve üniversite ($\bar{X}$ =19,00) olanlara göre daha fazladır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden Scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.15.İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Meslek Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Meslek	n	$\bar{X}$	Ss	F	p
İnternet Bağımlılığı	Kamu	149	19,42	5,89	1,264	0,284
	Özel Sektör	96	18,40	6,47		
	Kendi İşim	50	19,90	5,82		

İnternet bağımlılığı düzeylerinin meslek gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan a testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin meslek gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.16.İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Gelir Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Gelir Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
İnternet Bağımlılığı	Düşük ⁽¹⁾	46	17,20	4,49	3,227	0,041*	(1-3)
	Orta ⁽²⁾	292	18,95	5,80			
	Yüksek ⁽³⁾	31	20,55	7,50			

$p<0,05^*$

İnternet bağımlılığı düzeylerinin gelir durumu gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin gelir durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 3.227$; $p=0,041$; $p<0.05$). Katılımcılardan gelir durumu yüksek ($\bar{X}=20,55$) olanların internet bağımlılığı düzeyleri gelir durumu düşük ($\bar{X}=17,20$) olanlara göre daha fazladır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.17. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Evlilik Süresi Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Evlilik Süreci	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
İnternet Bağımlılığı	1-5 yıl ⁽¹⁾	103	20,30	6,70	5,124	0,001**	
	6-10 yıl ⁽²⁾	84	19,93	6,20			(1-3)
	11-15 yıl ⁽³⁾	78	18,01	4,88			(1-4)
	16-20 yıl ⁽⁴⁾	58	17,71	4,95			(1-5)
	21 yıl ve üzeri ⁽⁵⁾	46	16,63	4,56			

p<0,01**

İnternet bağımlılığı düzeylerinin evlilik süresi gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin evlilik süresi gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (F= 5.124; p=0,001; p<0.01). Katılımcılardan evlilik süresi 1-5 yıl ($\bar{X}$ =20,30) olanların internet bağımlılığı düzeyleri evlilik süresi 11-15 yıl ($\bar{X}$ =19,93), 16-20 yıl ($\bar{X}$ =17,71) ve 21 yıl ve üzeri ($\bar{X}$ =16,63) olanlara göre daha fazladır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.18. İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Çocuk Sayısı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Çocuk Sayısı	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
İnternet Bağımlılığı	Yok ⁽¹⁾	68	20,87	7,39	5,668	0,001**	
	1 ⁽²⁾	93	19,69	5,54			(1-3)
	2 ⁽³⁾	141	17,70	5,30			(1-4)
	3 veya Üzeri ⁽⁴⁾	67	18,15	4,96			(2-3)

p<0,01**

İnternet bağımlılığı düzeylerinin çocuk sayısı gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre;

internet bağımlılığı düzeylerinin çocuk sayısı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 5.668$; $p=0,001$; $p<0.01$). Katılımcılardan çocuğu olmayanların ($\bar{X}=20,80$) olanların internet bağımlılığı düzeyleri çocuk sayısı 2 ($\bar{X}=17,70$) ve 3 veya üzeri ($\bar{X}=18,15$) olanlara göre daha fazladır. Ayrıca tek çocuğu ($\bar{X}=19,69$) olanların internet bağımlılığı düzeyleri çocuk sayısı 2 ($\bar{X}=17,70$) olanlara göre daha fazladır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.19.İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Yaşanılan Bölge Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Yaşanılan Bölge	n	$\bar{X}$	ss	F	P
İnternet Bağımlılığı	Marmara Bölgesi	161	19,63	5,97	2,470	0,086
	Karadeniz Bölgesi	104	18,28	5,55		
	Diğer	104	18,27	5,86		

İnternet bağımlılığı düzeylerinin yaşanılan bölge gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin yaşanılan bölge gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.20.İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İnternette Geçen Günlük Süre Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	İnternette Geçen Günlük Süre	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
İnternet Bağımlılığı	0-1 Saat ⁽¹⁾	125	15,42	4,25	33,225	0,000**	(1-2)
	1-3 Saat ⁽²⁾	173	19,82	5,28			(1-3)
	3-6 Saat ⁽³⁾	59	23,05	6,68			(1-4) (2-3)
	6 Saat veya Üzeri ⁽⁴⁾	12	20,50	4,95			(2-4)

$p<0,01^{**}$

İnternet bağımlılığı düzeylerinin internette geçen günlük süre gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan anova testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin internette geçen günlük süre gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 33.225$; $p=0,000$; $p<0.01$). Katılımcılardan internette geçirdiği günlük süre 0-1 saat ($\bar{X}=15,42$) olanların internet bağımlılığı düzeyleri internette geçirdiği süre 1-3 saat ($\bar{X}=19,82$), 3-6 saat ($\bar{X}=23,05$) ve 6 saat veya üzeri ($\bar{X}=20,50$) olanlara göre daha azdır. Ayrıca 1-3 saat ($\bar{X}=19,82$) olanların internet bağımlılığı düzeyleri internette geçen günlük süre 3-6 saat ($\bar{X}=23,05$) ve 6 saat veya üzeri ($\bar{X}=20,50$) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.21.İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İnterneti Kullanma Amacı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	İnterneti Kullanma Amacı	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
İnternet Bağımlılığı	Sosyal Medya Takibi İçin	149	20,18	6,36	7,864	0,000**	(1-2)
	Haberleşmek için	96	17,26	5,12			(1-3)
	Diğer	124	18,53	5,42			(2-3)

$p<0,01^{**}$

İnternet bağımlılığı düzeylerinin interneti kullanma amacı gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan anova testi sonucuna göre; internet bağımlılığı düzeylerinin interneti kullanma amacı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 7.864$; $p=0,000$; $p<0.01$).Katılımcılardan interneti kullanma amacı sosyal medya takibi için ($\bar{X}=20,18$) olanların internet bağımlılığı düzeyleri interneti kullanma amacı haberleşmek için ($\bar{X}=17,26$) ve diğer ($\bar{X}=18,53$) olanlara göre daha fazladır. Ayrıca haberleşmek için ($\bar{X}=17,26$) olanların internet bağımlılığı düzeyleri interneti kullanma amacı diğer ($\bar{X}=18,53$) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

3.4.3.Eşler Arası İletişim Düzeyleri Ölçeğine Ait Analiz Sonuçları

Araştırmanın bu bölümde eşler arası iletişim düzeyleri ölçeğine ait, betimsel istatistikleri, demografik özelliklere göre farklılıklarının belirlenmesine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 3.22.Eşler Arası İletişim Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açlarına İlişkin Verilerin Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları

Ölçek	Statistic	Sd	p	$\bar{x}$	Medyan	Çarpıklık	Basıklık
Eşler Arası İletişim	0,078	369	0,000	16,73	17,00	0,297	-0,398

Verilerin hangi dağılımdan geldiğini belirlemek için; aritmetik ortalama, medyan, çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiş olup, aritmetik ortalama ve medyanın eşit ya da yakın olması, çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 1 sınırları içinde bulunmasından verilerin dağılımının normallikten geldiği belirlenmiştir. (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Tablo 3.23.Eşler Arası İletişim Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açlarına İlişkin Betimsel Bulgular

Eşler arası İletişim	Her Zaman	Zaman Zaman	Zaman Zaman	Nadiren	Hiçbir Zaman
Bir sorununuz olduğunda eşinizle bunu paylaşır mısınız	f	182	153	31	3
	%	49,3	41,5	8,4	0,8
Üzüntülü/sıkıntılı olduğunuzda bunu eşinizle paylaşır mısınız	f	189	141	36	3
	%	51,2	38,2	9,8	0,8
Ev işlerinizle paylaşır mısınız	f	114	118	97	40
	%	30,9	32,0	26,3	10,8
Tartışma nedeniyle eşinizden ayrı geçirdiğiniz bir zaman oldu mu	f	4	52	127	186
	%	1,1	14,1	34,4	50,4
Eşinizle tartışma sıklığınız ne kadardır	f	18	182	157	12
	%	4,9	49,3	42,5	3,3
Eşinizle tartıştığınızda sorunlarınızı çözme durumunuzu belirtiniz	f	195	109	57	8
	%	52,8	29,5	15,4	2,2
Cinsel konulardaki problemlerinizi eşinizle rahatça konuşabilir misiniz	f	218	87	50	14
	%	59,1	23,6	13,6	3,8
Aile içi genel sorumluluklar dışında eşinizle birbirinize zaman ayırır mısınız	f	107	150	76	36
	%	29,0	40,7	20,6	9,8
Eşiniz ne düşündüğünüz ve hissettiğinizle ilgilenir mi	f	171	137	47	14
	%	46,3	37,1	12,7	3,8
Bilgisayar/internet başında geçirdiğiniz süre nedeniyle eşinizle sorun yaşıyor musunuz	f	7	31	59	119
	%	3,2	14,4	27,3	55,1
Yaptığınız alışverişler konusunda eşinizle sorun yaşar mısınız	f	5	18	293	51
	%	1,4	4,9	79,9	13,9

Eşler arası iletişim ölçeğinin maddeleri frekans ve ortalama bakımından incelendiğinde katılımcıların; “Bir sorununuz olduğunda eşinizle bunu paylaşır mısınız” sorusuna genelde %49,3 oranında, “Üzüntülü/sıkıntılı olduğunuzda bunu eşinizle paylaşır mısınız” sorusuna genelde %51,2 oranında, “Eşinizle tartıştığınızda sorunlarınızı çözme durumunuzu belirtiniz” sorusuna genelde %52,8 oranında, “Cinsel konulardaki problemlerinizi eşinizle rahatça konuşabilir misiniz” sorusuna genelde %59,1 oranında, “Eşiniz ne düşündüğünüz ve hissettiğinizle ilgilenir mi” sorusuna

genelde %46,3 oranında ‘her zaman’ cevabını verdikleri belirlenmiştir. “Ev işlerinizle paylaşıyor mısınız” sorusuna genelde %32,0 oranında, “Eşinizle tartışma sıklığınız ne kadardır” sorusuna genelde %49,3 oranında, “Aile içi genel sorumluluklar dışında eşinizle birbirinize zaman ayırır mısınız” genelde %40,7 oranında ‘zaman zaman’ cevabını verdikleri belirlenmiştir. “Yaptığınız alışverişler konusunda eşinizle sorun yaşar mısınız” sorusuna genelde ‘nadiren’ cevabını verdikleri belirlenmiştir. “Tartışma nedeniyle eşinizden ayrı geçirdiğiniz bir zaman oldu mu” sorusuna genelde %50,4 oranında, “Bilgisayar/internet başında geçirdiğiniz süre nedeniyle eşinizle sorun yaşıyor musunuz” sorusuna genelde %55,1 oranında ‘hiçbir zaman’ cevabını verdikleri belirlenmiştir.

Tablo 3.24.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Cinsiyet Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Eşler Arası İletişim	Erkek	225	16,75	4,14	0,059	0,953
	Kadın	144	16,72	3,76		

Eşler arası iletişim düzeylerinin cinsiyet gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin cinsiyet gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 25.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Çalışma Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

	Çalışma Durumu	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Eşler Arası İletişim	Evet	295	16,51	3,93	-2,244	0,025*
	Hayır	74	17,66	4,12		

$p<0,05^*$

Eşler arası iletişim düzeylerinin çalışma durumu gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin internet kullanma sıklığı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($t=-2.244$; $p=0,025$; $p<0.05$). Katılımcılardan çalışmayanların ($\bar{x}=17,66$) internet bağımlılığı düzeyleri çalışanlara ($\bar{x}=16,51$) göre daha fazladır.

Tablo 3.26.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin İnternet Kullanma Sıklığı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

		İnternet				
		Kullanma Sıklığı	n	$\bar{X}$	ss	t
Eşler Arası İletişim	Her gün		328	16,69	4,01	-0,696
	Haftada birkaç kez		41	17,15	3,82	
						0,487

Eşler arası iletişim düzeylerinin internet kullanma sıklığı gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin internet kullanma sıklığı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.27.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Bilgisayar Başında Vakit Geçirme Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

		Bilgisayar				
		Başında Vakit Geçirme	n	$\bar{X}$	ss	t
Eşler Arası İletişim	Evet		216	16,76	4,12	0,126
	Hayır		153	16,71	3,81	

Eşler arası iletişim düzeylerinin bilgisayar başında vakit geçirme gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; Eşler arası iletişim düzeylerinin bilgisayar başında vakit geçirme gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.28.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Yaş	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Eşler Arası İletişim	24-27 yaş	46	15,93	4,01	1,413	0,239
	28-30 ya	50	16,68	4,31		
	31-34 yaş	85	16,38	3,82		
	35 yaş ve üstü	188	17,11	3,96		

Eşler arası iletişim düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin yaş gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.29.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Eğitim Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
Eşler Arası İletişim	İlkokul ⁽¹⁾	36	17,50	3,68	4,282	0,002**	
	Ortaokul ⁽²⁾	30	18,63	3,87			(1-4)
	Lise ⁽³⁾	94	17,30	3,81			(2-4)
	Üniversite ⁽⁴⁾	166	15,95	3,99			(3-4)
	Yüksek lisans ve Üstü ⁽⁵⁾	43	16,60	4,08			(2-5)

$p<0,01^{**}$

Eşler arası iletişim düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 4.282$; $p=0,002$; $p<0.01$). Katılımcılardan eğitim durumu üniversite ($\bar{X}=15,95$) olanların eşler arası iletişim düzeyleri eğitim durumu

ilkokul ($\bar{X}$ =17,50), ortaokul ($\bar{X}$ =18,63) ve lise ($\bar{X}$ =17,30) olanlara göre daha fazladır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.30.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Meslek Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Meslek	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Eşler Arası İletişim	Kamu	149	16,41	3,75	0,910	0,404
	Özel Sektör	96	16,30	4,03		
	Kendi İşim	50	17,18	4,25		

Eşler arası iletişim düzeylerinin meslek gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin meslek gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.31.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Gelir Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Gelir Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Eşler Arası İletişim	Düşük	46	17,26	4,16	0,554	0,575
	Orta	292	16,70	3,94		
	Yüksek	31	16,35	4,25		

Eşler arası iletişim düzeylerinin gelir durumu gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin gelir durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.32.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Evlilik Süresi Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Evlilik Süreci	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
Eşler Arası İletişim	1-5 yıl ⁽¹⁾	103	15,38	3,86	5,519	0,000**	
	6-10 yıl ⁽²⁾	84	17,18	4,12			(1-2)
	11-15 yıl ⁽³⁾	78	17,87	4,15			(1-3)
	16-20 yıl ⁽⁴⁾	58	16,43	3,92			(1-5)
	21 yıl ve üzeri ⁽⁵⁾	46	17,43	2,93			

p<0,01**

Eşler arası iletişim düzeylerinin evlilik süresi gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan Anova testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin evlilik süresi gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (F= 5.519; p=0,000; p<0.01). Katılımcılardan evlilik süresi 1-5 yıl ($\bar{X}$ =15,38) olanların eşler arası iletişim düzeyleri evlilik süresi 6-10 yıl ve üzeri ($\bar{X}$ =17,18) 11-15 yıl ($\bar{X}$ =17,87) ve 21 yıl ve üzeri ($\bar{X}$ =16,43) olanlara göre daha fazladır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden Scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.33.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Çocuk Sayısı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Çocuk Sayısı	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
Eşler Arası İletişim	Yok ⁽¹⁾	68	15,82	4,13	5,424	0,001**	(1-3)
	1 ⁽²⁾	93	15,88	4,30			(1-4)
	2 ⁽³⁾	141	17,16	3,72			(2-3)
	3 veya Üzeri ⁽⁴⁾	67	17,96	3,54			(2-4)

p<0,01**

Eşler arası iletişim düzeylerinin çocuk sayısı gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin çocuk sayısı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 5.668$; $p=0,001$; $p<0.01$). Katılımcılardan çocuğu olmayanların ($\bar{X}=15,82$) olanların eşler arası iletişim düzeyleri çocuk sayısı 2 ($\bar{X}=17,16$) ve 3 veya üzeri ($\bar{X}=17,96$) olanlara göre daha azdır. Ayrıca çocuk sayısı 1 ($\bar{X}=15,88$) olanların eşler arası iletişim düzeyleri çocuk sayısı 2 ($\bar{X}=17,16$) ve 3 veya üzeri ($\bar{X}=17,96$) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.34.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Yaşanılan Bölge Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Yaşanılan Bölge	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Eşler Arası İletişim	Marmara Bölgesi	161	16,47	3,99	1,562	0,211
	Karadeniz Bölgesi	104	16,58	4,16		
	Diğer	104	17,32	3,78		

Eşler arası iletişim düzeylerinin yaşanılan bölge gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin yaşanılan bölge gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.35.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin İnternette Geçen Günlük Süre Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	İnternette Geçen Günlük Süre	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Eşler Arası İletişim	0-1 Saat	125	16,98	3,74	0,379	0,768
	1-3 Saat	173	16,62	4,21		
	3-6 Saat	59	16,44	3,78		
	6 Saat veya Üzeri	12	17,25	4,58		

Eşler arası iletişim düzeylerinin internette geçen günlük süre gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin internette geçen günlük süre gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.36.Eşler Arası İletişim Düzeylerinin İnterneti Kullanma Amacı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	İnterneti Kullanma Amacı	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Eşler Arası İletişim	Sosyal Medya Takibi İçin	149	16,64	4,04	0,106	0,899
	Haberleşmek için	96	16,89	4,31		
	Diğer	124	16,73	3,68		

Eşler arası iletişim düzeylerinin interneti kullanma amacı gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; eşler arası iletişim düzeylerinin interneti kullanma amacı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

3.4.4.Evlilik Uyumu Düzeyleri Ölçeğine Ait Analiz Sonuçları

Araştırmanın bu bölümde evlilik uyumu düzeyleri ölçeğine ait, betimsel istatistikleri, demografik özelliklere göre farklılıklarının belirlenmesine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 3.37.Evlilik Uyumu Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açılarına İlişkin Verilerin Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları

Ölçek	Statistic	Sd	p	$\bar{x}$	Medyan	Çarpıklık	Basıklık
Evlilikte Doyum	0,085	369	0,000	50,62	50,00	-0,714	0,179
Evlilikte İletişim	0,095	369	0,000	28,71	29,00	-0,520	-0,335
Evlilikte Empati	0,065	369	0,001	30,98	31,00	-0,215	-0,143
Kök Ailelerle İlişkiler	0,153	369	0,000	23,85	25,00	-0,882	0,950
Genel Evlilik Uyumu	0,068	369	0,000	134,17	136,00	-0,465	-0,293

Verilerin hangi dağılımdan geldiğini belirlemek için; aritmetik ortalama, medyan, çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiş olup, aritmetik ortalama ve medyanın eşit ya da yakın olması, çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 1 sınırları içinde bulunmasından verilerin dağılımının normallikten geldiği belirlenmiştir. (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Tablo 3.38.Evlilik Uyumu Düzeyleri Ölçeğine Ait Bakış Açılara İlişkin Betimsel Bulgular

Ölçek	$\bar{x}$	SS
Beni üzen şeyleri eşimle paylaşıyorum	2,98	0,87
Evliliğimizde meydana gelen problemlerin çözümünde eşimle ortak karar alırsınız	3,04	0,90
Aile bütçesinin düzenlenmesinde eşimle ortak karar alırsınız	3,14	0,95
Eşime karşı açık sözlüyüm	3,43	0,71
Eşimin yüz ifadesinden duygularını anlarım	3,44	0,67
Eşim beni dinlediğinde rahatlarım	3,33	0,78
Düşüncelerimi eşime rahatlıkla ifade ederim	3,22	0,82
Sorunlarımı eşimle paylaşıyorum	3,17	0,80
Sırlarımı eşimle paylaşıyorum	2,96	0,89
Evlilikte İletişim	3,19	4,99
Eşimin olaylar karşısındaki tepkilerini anlarım	3,18	0,76
Eşimin dile getirdiği düşünceleri anladığımı ona söylerim	3,17	0,77
Eşimle öfkelenmeden tartışamayız	2,69	0,87
Eşimin dile getirdiği düşünceleri anlarım	3,22	0,72
Eşimin duygularını incitmemeye özen gösteririm	3,21	0,75
Eşim üzüldüğünde nedenini anlarım	3,14	0,66
Eşimin yaşadığı duygulara karşı duyarlı davranırım	3,24	0,67
Eşimin olaylara bakış açısını anlarım	2,96	0,74
Evliliğimizde problem yaşadığımızda eşimin düşüncelerine önem veririm	2,99	0,78
Eşimin söylediklerinden ne hissettiğini anlarım	3,18	0,69
Evlilikte Empati	3,10	4,76
Eşimin ailesi ile iyi geçinirim	3,25	0,80
Ailem ile ilişkilerim konusunda eşimle sorun yaşarım	3,36	0,72
Eşim ailem ile iyi geçinir	3,30	0,85
Eşimin ailesi ile ilişkilerim konusunda eşimle sorun yaşarım	3,32	0,81

Eşimin ailesi evliliğimizde yaşadığımız sorunların kaynağıdır	3,34	0,86
Eşimin ailesi yüzünden boşanabileceğimizi düşünürüm	3,72	0,65
Eşimin ailesi evliliğimize müdahale eder	3,57	0,72
Kök Ailelerle İlişkiler	3,40	3,59
Doğru kişiyle evlendiğimi düşünürüm	3,29	0,86
Eğlence, davet ziyaret gibi sosyal etkinliklere katılma konusunda eşimle anlaşırım	2,98	0,94
Evliliğimizdeki küçük anlaşmazlıklar büyük sorunlara dönüşür	3,19	0,84
Evliliğimizin iyi gittiğini düşünürüm	3,20	0,85
Eşimden boşanmayı düşündüğüm zamanla olur	3,51	0,72
Eşimle anlaşmazlıkları kısa zamanda çözeriz	3,05	0,81
Başka birisiyle evlenseydim daha mutlu olabileceğimi düşünürüm	3,56	0,76
Evliliğimde mutluyum	3,32	0,77
Boş zamanlarımızı değerlendirmede eşimle sorun yaşarım	2,94	0,87
Evliliğimiz de problem yaşadığımızda çözüm yollarını eşimle konuşuruz	3,05	0,83
Sorunlar karşısında eşimle birlikte hareket ederiz	3,08	0,86
Eşim beni dinlemek için yeterli zamanı ayırır	2,98	0,92
Eşim en yakın arkadaşım	3,15	0,91
Eşimle ilgilenmekten hoşlanırım	3,28	0,80
Eşim bana karşı ilgilidir	3,18	0,79
Eşimle tartıştığımızda küserim	2,85	0,81
Evlilikte Doyum	3,16	9,05
GENEL EVLİLİK UYUMU	3,21	18,89

Evlilik uyumu ölçeği incelendiğinde; ölçeğin genelinin ortalamasının yüksek seviyede ($\bar{x}=3,21$) olduğu belirlenmiştir. Evlilik uyumu ölçeği alt boyutları incelendiğinde, evlilikte iletişim alt boyut ortalamasının yüksek seviyede ($\bar{x}=3,19$), evlilikte empati alt boyut ortalamasının yüksek seviyede ($\bar{x}=3,10$), kök ailelerle iletişim alt boyut ortalamasının yüksek seviyede ($\bar{x}=3,40$) ve evlilikte doyum alt boyut ortalamasının yüksek seviyede ($\bar{x}=3,16$) olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3.39.Evlilik Uyumu Düzeylerinin Cinsiyet Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Evlilikte Doyum	Erkek	225	50,11	9,00	-1,353	0,177
	Kadın	144	51,42	9,11		
Evlilikte İletişim	Erkek	225	29,08	4,77	1,808	0,071
	Kadın	144	28,13	5,27		
Evlilikte Empati	Erkek	225	31,04	4,53	0,247	0,805
	Kadın	144	30,91	5,12		
Kök Ailelerle İlişkiler	Erkek	225	23,66	3,61	-1,348	0,178
	Kadın	144	24,17	3,54		
Genel Evlilik Uyumu	Erkek	225	133,89	18,15	-0,365	0,716
	Kadın	144	134,63	20,05		

Evlilik uyumu düzeylerinin cinsiyet gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; evlilik uyumu ve evlilikte doyum, iletişim, empati, kök ailelerle ilişkiler alt boyutlarında cinsiyet gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.40.Evlilik Uyumu Düzeylerinin Çalışma Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

	Çalışma Durumu	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Evlilikte Doyum	Evet	295	51,05	8,60	1,814	0,071
	Hayır	74	48,92	10,57		
Evlilikte İletişim	Evet	295	28,92	4,80	1,437	0,154
	Hayır	74	27,89	5,63		
Evlilikte Empati	Evet	295	31,05	4,61	0,491	0,624
	Hayır	74	30,74	5,35		
Kök Ailelerle İlişkiler	Evet	295	23,95	3,66	0,926	0,355
	Hayır	74	23,51	3,27		
Genel Evlilik Uyumu	Evet	295	134,96	18,24	1,453	0,149
	Hayır	74	131,07	21,13		

Evlilik uyumu ve alt boyutlarının, çalışma durumu gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; evlilik uyumu düzeylerinin internet kullanma sıklığı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.41. Evlilik Uyumu Düzeylerinin İnternet Kullanma Sıklığı Gruplarına Göre Farklaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

	İnternet Kullanma Sıklığı	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Evlilikte Doyum	Her gün	328	50,59	8,94	0,175	0,861
	Haftada birkaç kez	41	50,85	10,06		
Evlilikte İletişim	Her gün	328	28,78	4,85	0,767	0,443
	Haftada birkaç kez	41	28,15	5,99		
Evlilikte Empati	Her gün	328	30,97	4,69	-0,193	0,847
	Haftada birkaç kez	41	31,12	5,38		
Kök Ailelerle İlişkiler	Her gün	328	23,86	3,54	0,056	0,955
	Haftada birkaç kez	41	23,83	3,97		
Genel Evlilik Uyumu	Her gün	328	134,20	18,59	0,081	0,936
	Haftada birkaç kez	41	133,95	21,38		

Evlilik uyumu düzeylerinin internet kullanma sıklığı gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; evlilik uyumu düzeylerinin internet kullanma sıklığı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.42. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Yaş	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
Evlilikte Doyum	24-27 yaş	46	51,50	8,40	0,296	0,828	
	28-30 yaş	50	50,38	9,81			
	31-34 yaş	85	51,02	8,69			
	35 yaş ve üstü	188	50,29	9,21			
Evlilikte İletişim	24-27 yaş ⁽¹⁾	46	29,20	5,66	4,011	0,008**	(2-4)
	28-30 yaş ⁽²⁾	50	29,54	4,33			
	31-34 yaş ⁽³⁾	85	29,85	4,41			(3-4)
	35 yaş ve üstü ⁽⁴⁾	188	27,86	5,10			
Evlilikte Empati	24-27 yaş	46	31,54	4,72	0,691	0,558	
	28-30 yaş	50	31,42	4,19			
	31-34 yaş	85	31,16	4,60			
	35 yaş ve üstü	188	30,65	4,99			
Kök Ailelerle İlişkiler	24-27 yaş	46	23,39	4,47	0,508	0,677	
	28-30 yaş	50	24,02	3,61			
	31-34 yaş	85	23,66	3,45			
	35 yaş ve üstü	188	24,02	3,41			
Genel Evlilik Uyumu	24-27 yaş	46	135,63	20,32	0,661	0,577	
	28-30 yaş	50	135,36	18,87			
	31-34 yaş	85	135,69	17,72			
	35 yaş ve üstü	188	132,82	19,10			

p>0,01**

Evlilik uyumu düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; evlilikte iletişim alt boyut düzeylerinin yaş gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (F= 4.011; p=0,008; p<0.01). Katılımcılardan yaşı 35 yaş ve üstü ($\bar{X}$ =27,86) olanların evlilikte iletişim alt boyut düzeyleri yaşı 28-30 yaş ($\bar{X}$ =29,54) ve 31-34 yaş ($\bar{X}$ =29,85) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.43. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Eğitim Durumu Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
Evlilikte Doyum	İlkokul ⁽¹⁾	36	50,69	9,86	3,371	0,010**	
	Ortaokul ⁽²⁾	30	46,80	9,93			(2-3)
	Lise ⁽³⁾	94	51,56	9,29			(2-4)
	Üniversite ⁽⁴⁾	166	51,56	8,38			(3-5)
	Yüksek lisans ve Üstü ⁽⁵⁾	43	47,53	8,76			(4-5)
Evlilikte İletişim	İlkokul ⁽¹⁾	36	29,03	5,83	6,637	0,000**	
	Ortaokul ⁽²⁾	30	24,77	5,51			(1-2)
	Lise ⁽³⁾	94	28,53	4,76			(3-2)
	Üniversite ⁽⁴⁾	166	29,61	4,43			(4-2)
	Yüksek lisans ve Üstü ⁽⁵⁾	43	28,12	5,17			
Evlilikte Empati	İlkokul ⁽¹⁾	36	31,19	5,68	3,463	0,009**	
	Ortaokul ⁽²⁾	30	28,83	4,96			(2-3)
	Lise ⁽³⁾	94	31,22	4,69			(2-4)
	Üniversite ⁽⁴⁾	166	31,59	4,36			(3-5)
	Yüksek lisans ve Üstü ⁽⁵⁾	43	29,47	4,92			(4-5)
Kök Ailelerle İlişkiler	İlkokul	36	23,06	3,61	2,027	0,090	
	Ortaokul	30	24,23	3,20			
	Lise	94	24,47	3,18			
	Üniversite	166	23,87	3,74			
	Yüksek lisans ve Üstü	43	22,88	3,89			
Genel Evlilik Uyumu	İlkokul ⁽¹⁾	36	133,97	20,40	4,067	0,003**	
	Ortaokul ⁽²⁾	30	124,63	20,28			(2-3)
	Lise ⁽³⁾	94	135,79	18,68			(2-4)
	Üniversite ⁽⁴⁾	166	136,63	17,28			(3-5)
	Yüksek lisans ve Üstü ⁽⁵⁾	43	128,00	20,41			(4-5)

p<0,01**

Evlilik uyumu düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; evlilikte doyum alt boyut düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 3.371$; $p=0,010$; $p<0.01$). Katılımcılardan eğitim durumu ortaokul ($\bar{X}=46,80$) ve yüksek lisans ve üstü ($\bar{X}=47,53$) olanların evlilikte doyum alt boyut düzeyleri eğitim durumu lise ($\bar{X}=51,56$) ve üniversite ($\bar{X}=51,56$) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir. Evlilikte iletişim alt boyut düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 6.637$; $p=0,000$; $p<0.01$). Katılımcılardan eğitim durumu ortaokul ($\bar{X}=24,77$) olanların evlilikte iletişim alt boyut düzeyleri eğitim durumu ilkokul ($\bar{X}=29,03$), lise ($\bar{X}=28,53$) ve üniversite ($\bar{X}=29,61$) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir. Evlilikte doyum alt boyut düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 3.463$; $p=0,009$; $p<0.01$). Katılımcılardan eğitim durumu ortaokul ($\bar{X}=28,83$) ve yüksek lisans ve üstü ($\bar{X}=29,47$) olanların evlilikte empati alt boyut düzeyleri eğitim durumu lise ($\bar{X}=31,22$) ve üniversite ($\bar{X}=31,59$) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir. Evlilik uyumu genel düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 4,067$; $p=0,003$; $p<0.01$). Katılımcılardan eğitim durumu ortaokul ($\bar{X}=123,63$) ve yüksek lisans ve üstü ($\bar{X}=128,00$) olanların evlilik uyumu genel düzeyleri eğitim durumu lise ($\bar{X}=135,79$) ve üniversite ($\bar{X}=136,63$) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.44. Evlilik Uyumu Düzeylerinin Meslek Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Meslek	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
Evlilikte Doyum	Kamu	149	51,40	8,00	0,423	0,655	
	Özel Sektör	96	50,39	9,19			
	Kendi İşim	50	51,28	9,22			
Evlilikte İletişim	Kamu	149	29,42	4,65	1,820	0,164	
	Özel Sektör	96	28,54	4,68			
	Kendi İşim	50	28,12	5,36			
Evlilikte Empati	Kamu	149	31,28	4,38	0,398	0,672	
	Özel Sektör	96	30,89	4,80			
	Kendi İşim	50	30,68	4,96			
Kök Ailelerle İlişkiler	Kamu ⁽¹⁾	149	24,26	3,29	3,164	0,044*	(1-2)
	Özel Sektör ⁽²⁾	96	23,19	4,19			(2-3)
	Kendi İşim ⁽³⁾	50	24,48	3,48			
Genel Evlilik Uyumu	Kamu	149	136,35	16,75	0,998	0,370	
	Özel Sektör	96	133,00	19,56			
	Kendi İşim	50	134,56	19,86			

p<0,05*

Evlilik uyumu düzeylerinin meslek gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; kök ailelerle ilişkiler alt boyut düzeylerinin eğitim durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (F= 3.164; p=0,044; p<0.05). Katılımcılardan mesleği özel sektör ($\bar{X}$ =30,68) olanların kök ailelerle ilişkiler alt boyut düzeyleri mesleği kamu ($\bar{X}$ =30,89) ve kendi işi ($\bar{X}$ =31,05) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.45.Evlilik Uyumu Düzeylerinin Gelir Durumu Gruplarına Göre Farklaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Gelir Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Evlilikte Doyum	Düşük	46	49,37	8,66	0,554	0,575
	Orta	292	50,85	9,08		
	Yüksek	31	50,29	9,47		
Evlilikte İletişim	Düşük	46	27,78	5,89	0,994	0,371
	Orta	292	28,80	4,80		
	Yüksek	31	29,19	5,26		
Evlilikte Empati	Düşük	46	30,17	5,40	0,825	0,439
	Orta	292	31,07	4,59		
	Yüksek	31	31,39	5,33		
Kök Ailelerle İlişkiler	Düşük	46	23,74	4,00	0,031	0,969
	Orta	292	23,88	3,53		
	Yüksek	31	23,84	3,59		
Genel Evlilik Uyumu	Düşük	46	131,07	20,12	0,712	0,491
	Orta	292	134,61	18,43		
	Yüksek	31	134,71	21,40		

Evlilik uyumu düzeylerinin gelir durumu gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; evlilik uyumu düzeylerinin gelir durumu gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.46.Evlilik Uyumu Düzeylerinin Evlilik Süresi Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Evlilik Süreci	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Evlilikte Doyum	1-5 yıl	103	52,06	8,12	1,510	0,199
	6-10 yıl	84	49,02	9,47		
	11-15 yıl	78	49,87	9,31		
	16-20 yıl	58	51,19	9,40		
	21 yıl ve üzeri	46	50,87	9,20		
Evlilikte İletişim	1-5 yıl	103	29,56	4,76	1,441	0,220
	6-10 yıl	84	28,88	5,00		
	11-15 yıl	78	27,97	5,10		
	16-20 yıl	58	28,45	5,17		
	21 yıl ve üzeri	46	28,07	4,93		
Evlilikte Empati	1-5 yıl	103	31,73	4,54	2,309	0,058
	6-10 yıl	84	30,05	4,77		
	11-15 yıl	78	30,42	5,13		
	16-20 yıl	58	31,91	4,37		
	21 yıl ve üzeri	46	30,83	4,79		
Kök Ailelerle İlişkiler	1-5 yıl	103	23,62	4,28	1,097	0,358
	6-10 yıl	84	23,50	3,03		
	11-15 yıl	78	24,38	3,52		
	16-20 yıl	58	24,34	3,20		
	21 yıl ve üzeri	46	23,54	3,38		
Genel Evlilik Uyumu	1-5 yıl	103	136,97	18,67	1,275	0,279
	6-10 yıl	84	131,45	18,99		
	11-15 yıl	78	132,65	19,02		
	16-20 yıl	58	135,90	19,03		
	21 yıl ve üzeri	46	133,30	18,59		

Evlilik uyumu düzeylerinin evlilik süresi gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre;

evlilik uyumu düzeylerinin evlilik süresi gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.47.Evlilik Uyumu Düzeylerinin Çocuk Sayısı Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Çocuk Sayısı	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Scheffe
Evlilikte Doyum	Yok	68	51,66	8,34	1,065	0,364	
	1	93	51,12	9,13			
	2	141	49,58	8,88			
	3 veya Üzeri	67	51,06	9,95			
Evlilikte İletişim	Yok ⁽¹⁾	68	29,60	4,55	3,124	0,026*	(1-3)
	1 ⁽²⁾	93	29,60	4,32			
	2 ⁽³⁾	141	27,96	5,20			(2-3)
	3 veya Üzeri ⁽⁴⁾	67	28,15	5,55			
Evlilikte Empati	Yok	68	31,84	3,70	2,187	0,089	
	1	93	31,53	4,93			
	2	141	30,28	4,64			
	3 veya Üzeri	67	30,85	5,55			
Kök Ailelerle İlişkiler	Yok	68	23,94	3,99	0,340	0,796	
	1	93	24,00	3,71			
	2	141	23,62	3,37			
	3 veya Üzeri	67	24,07	3,48			
Genel Evlilik Uyumu	Yok	68	137,04	17,74	1,890	0,131	
	1	93	136,25	18,45			
	2	141	131,45	18,66			
	3 veya Üzeri	67	134,13	20,66			

$p<0,05^*$

Evlilik uyumu düzeylerinin çocuk sayısı gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; evlilikte iletişim alt boyut düzeylerinin çocuk sayısı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. ($F= 3.124$; $p=0,026$; $p<0.05$). Katılımcılardan çocuk sayısı 2 ($\bar{X}=27,96$) olanların evlilikte iletişim alt boyut düzeyleri çocuğu olmayan

($\bar{X}$ =29,60) ve tek çocuğu ($\bar{X}$ =29,60) olanlara göre daha azdır. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 3.48.Evlilik Uyumu Düzeylerinin Yaşanılan Bölge Gruplarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	Yaşanılan Bölge	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Evlilikte Doyum	Marmara Bölgesi	161	50,76	8,70	2,155	0,117
	Karadeniz Bölgesi	104	51,80	8,94		
	Diğer	104	49,22	9,59		
Evlilikte İletişim	Marmara Bölgesi	161	29,00	4,77	2,004	0,136
	Karadeniz Bölgesi	104	29,09	4,94		
	Diğer	104	27,88	5,31		
Evlilikte Empati	Marmara Bölgesi	161	30,99	4,43	1,583	0,207
	Karadeniz Bölgesi	104	31,57	5,09		
	Diğer	104	30,39	4,90		
Kök Ailelerle İlişkiler	Marmara Bölgesi	161	24,02	3,39	1,627	0,198
	Karadeniz Bölgesi	104	24,13	3,39		
	Diğer	104	23,33	4,03		
Genel Evlilik Uyumu	Marmara Bölgesi	161	134,78	17,96	2,586	0,077
	Karadeniz Bölgesi	104	136,59	18,88		
	Diğer	104	130,83	20,00		

Evlilik uyumu düzeylerinin yaşanılan bölge gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; evlilik uyumu düzeylerinin yaşanılan bölge gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.49.Evlilik Uyumu Düzeylerinin İnternette Geçen Günlük Süre Gruplarına Göre Farklaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	İnternette Geçen Günlük Süre	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Evlilikte Doyum	0-1 Saat	125	50,52	9,84	0,624	0,600
	1-3 Saat	173	50,27	8,94		
	3-6 Saat	59	52,05	7,28		
	6 Saat veya Üzeri	12	49,67	10,46		
Evlilikte İletişim	0-1 Saat	125	28,58	5,26	0,593	0,620
	1-3 Saat	173	28,62	5,04		
	3-6 Saat	59	29,42	4,33		
	6 Saat veya Üzeri	12	27,75	4,61		
Evlilikte Empati	0-1 Saat	125	31,33	5,07	1,042	0,374
	1-3 Saat	173	30,53	4,59		
	3-6 Saat	59	31,47	4,75		
	6 Saat veya Üzeri	12	31,67	3,80		
Kök Ailelerle İlişkiler	0-1 Saat	125	24,02	3,44	0,669	0,572
	1-3 Saat	173	23,82	3,56		
	3-6 Saat	59	23,90	3,59		
	6 Saat veya Üzeri	12	22,50	5,32		
Genel Evlilik Uyumu	0-1 Saat	125	134,46	19,75	0,617	0,605
	1-3 Saat	173	133,24	18,82		
	3-6 Saat	59	136,85	16,95		
	6 Saat veya Üzeri	12	131,58	20,67		

Evlilik uyumu düzeylerinin internette geçen günlük süre gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; evlilik uyumu düzeylerinin internette geçen günlük süre gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.50.Evlilik Uyumu Düzeylerinin İnterneti Kullanma Amacı Gruplarına Göre Farklaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

	İnterneti Kullanma Amacı	n	$\bar{X}$	ss	F	p
Evlilikte Doyum	Sosyal Medya Takibi İçin	149	49,83	8,73	2,876	0,058
	Haberleşmek için	96	49,81	9,92		
	Diğer	124	52,20	8,58		
Evlilikte İletişim	Sosyal Medya Takibi İçin	149	28,53	4,50	0,844	0,431
	Haberleşmek için	96	28,39	5,66		
	Diğer	124	29,18	5,00		
Evlilikte Empati	Sosyal Medya Takibi İçin	149	30,64	4,60	0,999	0,369
	Haberleşmek için	96	30,93	4,97		
	Diğer	124	31,45	4,79		
Kök Ailelerle İlişkiler	Sosyal Medya Takibi İçin	149	23,93	3,28	0,050	0,951
	Haberleşmek için	96	23,78	3,61		
	Diğer	124	23,84	3,94		
Genel Evlilik Uyumu	Sosyal Medya Takibi İçin	149	132,92	17,78	1,632	0,197
	Haberleşmek için	96	132,91	20,50		
	Diğer	124	136,67	18,80		

Evlilik uyumu düzeylerinin interneti kullanma amacı gruplarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan anova testi sonucuna göre; evlilik uyumu düzeylerinin interneti kullanma amacı gruplarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. ($p>0.05$).

Tablo 3.51. Katılımcıların Evlilik Uyum Alt Boyutlarına, Eşler Arası İletişim Formuna ve İnternet Bağımlılığı Ölçeğine Bağlı Güvenilirlik Analizleri

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Eşler Arası İletişim	0,711	9
İnternet Bağımlılığı	0,827	12
Evlilik Uyum Genel	0,947	42
Evlilikte Doyum	0,922	16
Evlilikte İletişim	0,848	9
Evlilikte Empati	0,841	10
Kök Ailelerle İlişkiler	0,784	7

Katılımcıların; 9 maddeden oluşan Eşler Arası İletişim Formuna ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, ölçeğe ait Cronbach's Alpha değerinin 0,711 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer ölçeğin güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu gösterir.

12 maddeden oluşan Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formuna ait güvenilirlik kat sayıları incelendiğinde, ölçeğe ait Cronbach's Alpha değerinin 0,827 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer ölçeğin güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu gösterir.

42 maddeden oluşan Yakın Doğu Evlilikte Uyum Ölçeğine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, ölçeğe ait Cronbach's Alpha değerinin 0,947 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer ölçeğin güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu gösterir. 16 maddeden oluşan evlilikte doyum alt boyut düzeyine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, alt boyuta ait Cronbach's Alpha değerinin 0,922 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu gösterir. 9 maddeden oluşan evlilikte iletişim alt boyut algısına ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, alt boyuta ait Cronbach's Alpha değerinin 0,848 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu gösterir. 10 maddeden oluşan evlilikte empati alt boyut algısına ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, alt boyuta ait Cronbach's Alpha değerinin 0,841 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu gösterir. 7 maddeden oluşan kök ailelerle ilişkiler algısına ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, alt boyuta ait Cronbach's Alpha değerinin 0,784

olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu gösterir

Tablo 3.52. Katılımcıların Evlilik Uyumu Alt Boyutlarının Eşler Arası İletişim Formunun ve İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Birbirleri Arasındaki İlişki

Değişkenler		İnternet Bağımlılığı	Eşler Arası İletişim	Genel			Kök	
				Evlilik Uyumu	Evlilikte Doyum	Evlilikte İletişim	Evlilikte Empati	Ailelerle İlişkiler
İnternet Bağımlılığı	r	1	0,072	-0,114	-0,117	-0,036	-0,117	-0,100
	p		0,169	0,028*	0,024*	0,494	0,024*	0,055
Eşler Arası İletişim	r		1	0,733	0,713	0,673	0,590	0,343
	p			0,000**	0,000**	0,000**	0,000**	0,000**
Genel Evlilik Uyumu	r			1	0,943	0,846	0,842	0,593
	p				0,000**	0,000**	0,000**	0,000**
Evlilikte Doyum	r				1	0,723	0,714	0,487
	p					0,000**	0,000**	0,000**
Evlilikte İletişim	r					1	0,696	0,318
	p						0,000**	0,000**
Evlilikte Empati	r						1	0,340
	p							0,000**
Kök Ailelerle İlişkiler	r							1
	p							

*p<0.05; **p<0.01

Değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi için pearson korelasyon analizi yapılmış olup, yapılan korelasyon analizi sonucuna göre internet bağımlılığı ölçeği ile evlilik uyumu genel ölçeği arasında negatif yönlü çok düşük seviyede bir ilişki olduğu (**p=0,028; r=-0,114**), evlilikte doyum alt boyutu arasında negatif yönlü çok düşük seviyede bir ilişki olduğu (**p=0,024; r=-0,117**), evlilikte empati alt boyutu arasında negatif yönlü çok düşük seviyede bir ilişki olduğu (**p=0,024; r=-0,117**) belirlendiğinden **H** hipotezi kabul edilmiştir. Bu sonuç eğer internet bağımlılığı ölçeği düzeyinde bir artış olursa katılımcıların evlilik uyumu genel, evlilikte doyum ve evlilikte empati alt boyut algılarında azalış olacağı anlamına gelmektedir.

Eşler arası iletişim formu ile evlilik uyumu genel ölçeği arasında pozitif yönlü yüksek seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,733$), evlilikte doyum alt boyutu arasında negatif yönlü yüksek seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,713$), evlilikte iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü yüksek seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,673$), evlilikte empati alt boyutu arasında pozitif yönlü orta seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,590$) ve kök ailelerle iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,343$) belirlenmiştir. Bu sonuç eğer eşler arası iletişim ölçeği düzeyinde bir artış olursa katılımcıların evlilik uyumu genel, evlilikte doyum, evlilikte iletişim, evlilikte empati ve kök ailelerle ilişkiler alt boyut algılarında artış olacağı anlamına gelmektedir.

Evlilik uyumu genel ölçeği ile evlilikte doyum alt boyutu arasında negatif yönlü çok yüksek seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,943$), evlilikte iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü çok yüksek seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,846$), evlilikte empati alt boyutu arasında pozitif yönlü çok yüksek seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,842$) ve kök ailelerle iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü orta seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,593$) belirlenmiştir. Bu sonuç eğer evlilik uyumu genel ölçeği düzeyinde bir artış olursa katılımcıların evlilikte doyum, evlilikte iletişim, evlilikte empati ve kök ailelerle ilişkiler alt boyut algılarında artış olacağı anlamına gelmektedir.

Evlilik doyum alt boyutu ile evlilikte iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü yüksek seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,723$), evlilikte empati alt boyutu arasında pozitif yönlü yüksek seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,714$) ve kök ailelerle iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü orta seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,487$) belirlenmiştir. Bu sonuç eğer evlilikte doyum alt boyutu düzeyinde bir artış olursa katılımcıların evlilikte iletişim, evlilikte empati ve kök ailelerle ilişkiler alt boyut algılarında artış olacağı anlamına gelmektedir.

Evlilikte iletişim alt boyutu ile evlilikte empati alt boyutu arasında pozitif yönlü yüksek seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,696$) ve kök ailelerle iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,318$) belirlenmiştir. Bu sonuç eğer evlilikte iletişim alt boyutu düzeyinde bir artış olursa

katılımcıların evlilikte empati ve kök ailelerle ilişkiler alt boyut algılarında artış olacağı anlamına gelmektedir.

Evlilikte empati alt boyutu ile evlilikte kök ailelerle iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu ($p=0,000$; $r=0,340$) belirlenmiştir. Bu sonuç eğer evlilikte empati alt boyutu düzeyinde bir artış olursa katılımcıların kök ailelerle ilişkiler alt boyut algılarında artış olacağı anlamına gelmektedir.

Tablo 3.53. Katılımcıların İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Evlilik Uyumu Düzeyine Göre Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	β	Standart Hata	t	p	F	F anlamlılık
Sabit	141,131	3,307	42,671	0,000	4,846	0,028
İnternet Bağımlılığı	-0,369	0,167	-2,201	0,028		
Düzeltilmiş R ² = 0,10						
Durbin Watson= 1,763						
Bağımsız: İnternet Bağımlılığı						
Bağımlı: Evlilik Uyumu						

Regresyon analizi varsayımları incelendiğinde yordayıcı (bağımsız değişken) değişkenlerle bağımlı değişken arasındaki ilişkinin anlamlı ($F(1,368)=4,846$ $p=0,028$ $p<0.05$) olduğu belirlenirken oto korelasyon durumunun olmaması için Durbin Watson değerinin 2'e yakın olması gerekliliği şartlarını sağladığı belirlenmiştir.

İnternet bağımlılığı düzeylerinin ($t=-2,201$ $p=0,028$ $p<0.05$) evlilik uyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu %95 güven düzeyinde belirlenmiştir.

İnternet bağımlılığı değişkeni evlilik uyumu düzeyini tek başına 0,10'unu açıkladığı belirlenmiştir ($R^2=0,10$). Evlilik uyumu ölçeğinin %90,0'ı modele dâhil edilmeyen değişkenler tarafından açıklanmaktadır.

Regresyon analizi sonucuna regresyon eşitliği aşağıda verilmiştir.

$$\text{Evlilik Uyumu} = 141,131 - 0,369 * \text{İnternet Bağımlılığı}$$

İnternet bağımlılığı düzeyinde bir birimlik artışın evlilik uyumu düzeyinde 0,369'lık bir azalışa neden olacağı belirlenmiştir.

Tablo 3.54. Katılımcıların Eşler Arası İletişim Düzeylerinin Evlilik Uyumu Düzeyine Göre Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	β	Standart Hata	t	p	F	F anlamlılık
Sabit	192,298	2,893	66,462	0,000		
Eşler Arası İletişim	0,673	0,168	-20,649	0,000	426,372	0,000
Düzeltilmiş $R^2 = 0,536$						
Durbin Watson= 1,902						
Bağımsız: Eşler Arası İletişim						
Bağımlı: Evlilik Uyumu						

Regresyon analizi varsayımları incelendiğinde yordayıcı (bağımsız değişken) değişkenlerle bağımlı değişken arasındaki ilişkinin anlamlı ($F(1,368)=426,372$ $p=0,000$ $p<0.01$) olduğu belirlenirken oto korelasyon durumunun olmaması için Durbin Watson değerinin 2'e yakın olması gerekliliği şartlarını sağladığı belirlenmiştir.

Eşler arası iletişim düzeylerinin ($t=-20,649$ $p=0,000$ $p<0.01$) evlilik uyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu %99 güven düzeyinde belirlenmiştir.

Eşler arası iletişim değişkeni evlilik uyumu düzeyinin 0,536'unu açıkladığı belirlenmiştir ($R^2=0,536$). Evlilik uyumu ölçeğinin %46,4'ı modele dâhil edilmeyen değişkenler tarafından açıklanmaktadır.

Regresyon analizi sonucuna regresyon eşitliği aşağıda verilmiştir.

$$\text{Evlilik Uyumu} = 192,298 + 0,673 * \text{Eşler Arası İletişim}$$

Eşler arası iletişim düzeyinde bir birimlik artışın evlilik uyumu düzeyinde 0,673'lük bir artışa neden olacağı belirlenmiştir.

BÖLÜM 4. TARTIŞMA, SONUÇ, ÖNERİLER

4.1. TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde gerçekleştirilen anket çalışmasından elde edilen sonuçlar sunulacaktır. Ayrıca gerçekleştirilen araştırma farklı çalışmalar ile karşılaştırılacaktır.

Araştırmaya katılan kişilerin %50,9'u 35 yaş ve üstü, %23,0'ı 31-34 yaş aralığında, %13,6'sı 28-30 yaş aralığında ve %12,5'i 24-27 yaş aralığındadır. Bu kişilerin %39,0'ı erkek, %61,0'ı ise kadındır. Araştırmaya katılan kişilerin büyük oranda çalışan kişiler oldukları belirlenmiştir. Mesleklerine göre dağılımlarına bakıldığında %32,5'inin özel sektör, %16,9'unun kendi işinde, %50,5'inin de kamuda çalıştığı görülmüştür. Araştırma kapsamındaki kişiler büyük oranda orta düzey bir gelire sahiptir.

Katılımcıların internet kullanma sıklığına göre dağılımları incelendiğinde, %88,9'unun her gün, %11,1'inin haftada birkaç kez olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların interneti kullanma amacına göre dağılımlarını incelendiğinde, %40,4'ünün sosyal medya takibi için, %26,0'ının haberleşmek için, %33,6'sının diğer unsurlar için olduğu belirlenmiştir.

Gerçekleştirdiğimiz araştırmada internet bağımlılığı ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir. Çalışmamızın sonuçlardan farklı olarak Candemir Karaburç'un (2017), yapmış olduğu benzer çalışmada evli bireylerin problemlili internet kullanımında cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğunu, erkeklerin internet kullanım düzeyleri kadınlara göre anlamlı olarak yüksek bulunmuştur.

Aynı zamanda Tutgun'un(2009) yaptığı çalışmanın sonucuna göre, erkek öğretmenlerin problemlili internet kullanımı açısından kadın öğretmenlere oranla daha

eğilimli oldukları saptanmıştır. Çalışmamızla benzer olarak Köse'nin(2019) yapmış olduğu araştırmada problemlı internet kullanımı ile cinsiyet arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmamızda eğitim durumu yüksek lisans ve üstü olanların, internet bağımlılığı düzeyleri eğitim durumu ilkokul, ortaokul, lise ve üniversite olanlara göre daha fazladır. Yapılan bir araştırmada, internet bağımlısı ya da risk altında olan grubun erke ve üniversite eğitimi almış olanlar olduğu ifade edilmiştir(Bakken ve ark. 2009).

Çalışma durumu ve internet bağımlılığı düzeyi arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çalışan bireylerin, çalışmayanlara oranla daha yüksek internet bağımlılığına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ayrıca internet kullanım sıklığı ve internet bağımlılığı düzeyi arasında da anlamlı bir ilişki olduğu görülmüş, her gün internet kullanan kişilerin, haftada birkaç sefer internet kullanan kişilere göre daha yüksek internet bağımlılığına sahip olduğu belirlenmiştir.

Katılımcılardan yaşı 24-27 yaş olanların internet bağımlılığı düzeyleri yaşı 28-30 yaş ve 35 yaş ve üstü olanlara göre daha fazla olduğu, ayrıca yaşı 31-34 yaş olanların internet bağımlılığı düzeyleri yaşı 35 yaş ve üstü olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür. Khazaal ve arkadaşları(2008) araştırmalarında genç katılımcıların internet bağımlılık ölçeğinden daha fazla puan aldıklarını tespit etmişlerdir. Köse'nin(2019) araştırmasında yaşı problemlı internet kullanımında anlamlı bir etkisi olmadığı belirtilmiştir.

Gelir durumu yüksek olan bireylerin internet bağımlılığının gelir durumu düşük olanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatüre bakıldığında yüksek sosyoekonomik seviyeye sahip olan kişilerin, problemlı internet kullanıma daha yatkın olduğu ifade edilmektedir(Büyükfiliz, 2016) .

Katılımcılardan evlilik süresi 1-5 yıl olanların internet bağımlılığı düzeyleri evlilik süresi 11-15 yıl, 16-20 yıl ve 21 yıl ve üzeri olanlara göre daha fazla olduğu

tespit edilmiştir. Benzer sonuca Köse'nin(2019) araştırmasında da ulaşılmıştır, araştırmada evlilik yılının artmasıyla internet kullanımının azaldığı tespit edilmiştir.

Çocuğu olmayan bireylerin internet bağımlılığı düzeyinin, çocuk sahibi olanlara oranla daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcılardan internette geçirdiği günlük süre 0-1 saat olanların internet bağımlılığı düzeyleri internette geçirdiği süre 1-3 saat, 3-6 saat ve 6 saat veya üzeri olanlara göre daha az olduğu ve ayrıca 1-3 saat olanların internet bağımlılığı düzeyleri internette geçen günlük süre 3-6 saat ve 6 saat veya üzeri olanlara göre daha az olduğu belirlenmiştir. Buna benzer bir çalışma olarak öğretmenler arasında internetin kullanım süresinin bütün alt boyutları genel ölçek toplamında farklılaştığı saptanmıştır(Sırakaya, 2011).

Katılımcılardan interneti kullanma amacı, sosyal medya takibi için olanların internet bağımlılığı düzeyleri interneti kullanma amacı haberleşmek için ve diğer olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür. Ayrıca interneti haberleşme amacıyla kullanan kişilerin internet bağımlılığı düzeyleri, kullanım amacı diğer olanlara kıyasla daha düşüktür.

Eşler Arası İletişim Formu kapsamında “Bir sorununuz olduğunda eşinizle bunu paylaşır mısınız” sorusuna genelde %49,3 oranında, “Üzüntülü/sıkıntılı olduğunuzda bunu eşinizle paylaşır mısınız” sorusuna genelde %51,2 oranında, “Eşinizle tartıştığınızda sorunlarınızı çözme durumunuzu belirtiniz” sorusuna genelde %52,8 oranında, “Cinsel konulardaki problemlerinizi eşinizle rahatça konuşabilir misiniz” sorusuna genelde %59,1 oranında, “Eşiniz ne düşündüğünüz ve hissettiğinizle ilgilenir mi” sorusuna genelde %46,3 oranında ‘her zaman’ cevabını verdikleri belirlenmiştir.

Ev işlerinizle paylaşır mısınız” sorusuna genelde %32,0 oranında, “Eşinizle tartışma sıklığınız ne kadardır” sorusuna genelde %49,3 oranında, “Aile içi genel sorumluluklar dışında eşinizle birbirinize zaman ayırır mısınız” genelde %40,7 oranında ‘zaman zaman’ cevabını verdikleri belirlenmiştir. “Yaptığımız alışverişler konusunda eşinizle sorun yaşar mısınız” sorusuna genelde ‘nadiren’ cevabını verdikleri belirlenmiştir. “Tartışma nedeniyle eşinizden ayrı geçirdiğiniz bir zaman oldu mu” sorusuna genelde %50,4 oranında, “Bilgisayar/internet başında geçirdiğiniz süre

nedeniyle eşinizle sorun yaşıyor musunuz” sorusuna genelde %55,1 oranında ‘hiçbir zaman’ cevabını verdikleri belirlenmiştir.

Eşler arası iletişim düzeyi ve çalışma durumu arasındaki ilişkiye bakıldığında çalışan kişilerin iletişim düzeyinin, çalışmayanlara oranla daha düşük olduğu görülmüştür.

Katılımcılardan eğitim durumu üniversite olanların eşler arası iletişim düzeyleri eğitim durumu ilkökul, ortaokul ve lise olanlara göre daha fazladır. Katılımcılardan evlilik süresi 1-5 yıl olanların eşler arası iletişim düzeyleri evlilik süresi 6-10 yıl ve üzeri 11-15 yıl ve 21 yıl ve üzeri olanlara göre daha fazla olduğu belirlenmiştir.

Katılımcılardan çocuğu olmayanların olanların eşler arası iletişim düzeyleri çocuk sayısı 2 ve 3 veya üzeri olanlara göre daha azdır. Ayrıca çocuk sayısı 1 olanların eşler arası iletişim düzeyleri çocuk sayısı 2 ve 3 veya üzeri olanlara göre daha az olduğu görülmüştür.

Yakın Doğu Evlilikte Uyum Ölçeği incelendiğinde; ölçeğin genelinin yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir. Yakın Doğu Evlilik Uyum Ölçeği alt boyutları incelendiğinde, evlilikte iletişim alt boyut ortalamasının yüksek seviyede, evlilikte empati alt boyut ortalamasının yüksek seviyede, kök ailelerle iletişim alt boyut ortalamasının yüksek seviyede ve evlilikte doyum alt boyut ortalamasının yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir.

Araştırmamızda katılımcıların evlilik uyumu düzeyleri ile cinsiyet, çalışma grupları arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bazı araştırmalarda ise erkeklerin kadınlardan daha yüksek uyum puanlarının olduğu ifade edilmektedir(Kumcağız ve Güner, 2017; Tüfekçi-Hoşgör, 2013).

Katılımcılardan yaşı 35 yaş ve üstü olanların evlilikte iletişim alt boyut düzeyleri yaşı 28-30 yaş ve 31-34 yaş olanlara göre daha azdır. Yaşın artmasıyla evliliklerde ki uyumun azaldığını söyleyen başka çalışmalar da mevcuttur(Köse, 2019; Kumcağız ve Güner 2017).

Katılımcılardan eğitim durumu ortaokul ve yüksek lisans ve üstü olanların evlilikte doyum alt boyut düzeyleri eğitim durumu lise ve üniversite olanlara göre daha

az olduğu belirlenmiştir. Literatürdeki araştırmalarda eğitim seviyesi arttıkça evlilik doyumunun da arttığını gösteren bulgulara rastlanmaktadır(Köse, 2019; Tüfekçi-Hoşgör, 2013). Çağ ve Yıldırım'ın(2013) yaptığı çalışmada da eğitimin seviyesindeki artışın evlilik uyumunu olumlu etkilediği ifade edilmektedir.

Katılımcılardan mesleği özel sektör olanların kök ailelerle ilişkiler alt boyut düzeyleri mesleği kamu ve kendi işi olanlara göre daha az olduğu belirlenmiştir.

Katılımcılardan çocuk sayısı 2 olanların evlilikte iletişim alt boyut düzeyleri çocuğu olmayan ve tek çocuğu olanlara göre daha az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde ettiğimiz sonuçtan farklı olarak bazı araştırmalarda çocuk sayısının evlilik uyumunu etkilemediği saptanmıştır(Candemir Karaburç, 2017; Berk, 2009).

Araştırmamızda katılımcıların evlilik uyum düzeyleri ile gelir düzeyi ve evlilik yılı grupları arasında anlamlı bir fark çıkmamıştır. Gelir düzeyiyle ilgili olarak, algılanan ekonomik durumun evlilik uyumuna etki etmediğini gösteren çalışmalarda mevcuttur(Tutarel Kışlak ve Göztepe, 2012; Candemir Karaburç, 2017).

Katılımcıların evlilik uyum düzeyleri ile interneti kullanma amacı ve günlük interneti kullanma saati arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Araştırmamızda evlilik uyumu, evlilik doyumu alt boyutu, evlilikte empati alt boyutu ve internet bağımlılığı arasında negatif bir ilişki bulunduğu görölmüştür. Rahaei ve Heidari(2017)'nin 380 evli birey üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada “evlilik atışması, evlilik uyumu ve internet bağımlılığı” arasındaki ilişki incelenmiştir. Evlilik uyumu ve internet bağımlılığı arasında negatif yönde bir ilişki” olduğu görölmüştür.

Köse(2019) evli bireylerde evlilik uyumu ve problemlili internet kullanımı üzerine yaptığı araştırmada, problemlili internet kullanımı ölçeği toplam puanı ise sadece evlilik uyumunda ilişki tarzı alt boyutu puanları ile istatistiksel olarak anlamlı ve ters yönde bir ilişkiye sahiptir. Yani; ilişki tarzı puanı yükselirken problemlili internet kullanımı ölçeği toplam puanı ise düşmektedir

Candemir Karaburç(2017) tarafından yapılan araştırmada evli bireylerin problemlili internet kullanımı, eş tükenmişliği, evlilik uyumu ve temel psikolojik gereksinimlerin karşılanma düzeyi arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırmanın sonucunda evlilik uyumu ile problemlili internet kullanımı arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Aziz ve arkadaşları(2016) tarafından 21-56 yaş aralığındaki 300 Malezyalı ve evli insan üzerinde gerçekleştirilen araştırmada “evlilik doyumu ve internet bağımlılığı” arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda evlilik doyumu ve internet bağımlılığının negatif ilişki olduğu belirlenmiştir.

Araştırmamızda Eşler Arası İletişim ve Yakın Doğu Evlilik Uyumu ölçekleri arasında pozitif yönlü yüksek seviyede bir ilişki bulunduğu belirlenmiştir. Akar (2005) çalışmasında eş iletişimi ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu, etkili iletişim kuramayan çiftlerin düşük evlilik uyumuna sahip olduğunu ifade edilmektedir.

Yakın Doğu Evlilikte Uyum Ölçeği ile evlilikte doyum alt boyutu arasında pozitif yönlü çok yüksek seviyede bir ilişki olduğu, evlilikte iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü çok yüksek seviyede bir ilişki olduğu, evlilikte empati alt boyutu arasında pozitif yönlü çok yüksek seviyede bir ilişki olduğu ve kök ailelerle iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü orta seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

4.2. SONUÇ

Bulgularda belirlenen değişkenlerin ilişkisinin incelenmesi sonucunda evlilik uyumu, evlilik doyumu alt boyutu, evlilikte empati alt boyutu ve internet bağımlılığı arasında negatif bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Bu sonuç eğer internet bağımlılığı ölçeği düzeyinde bir artış olursa katılımcıların evlilik uyumu genel, evlilikte doyum ve evlilikte empati alt boyut algılarında azalış olacağı anlamına gelmektedir.

Eşler arası iletişim ve evlilik uyumu ölçekleri arasında pozitif bir ilişki bulunduğu belirlenmiştir. Bu sonuç eğer eşler arası iletişim ölçeği düzeyinde bir artış olursa katılımcıların evlilik uyumu genel, evlilikte doyum alt boyutu, evlilikte iletişim alt boyutu, evlilikte empati alt boyutu ve kök ailelerle ilişkiler alt boyutu algılarında artış olacağı anlamına gelmektedir.

Yakın Doğu Evlilikte Uyum Ölçeği ile evlilikte doyum alt boyutu arasında negatif yönlü çok yüksek seviyede bir ilişki olduğu, evlilikte iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü çok yüksek seviyede bir ilişki olduğu, evlilikte empati alt boyutu arasında pozitif yönlü çok yüksek seviyede bir ilişki olduğu ve kök ailelerle iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü orta seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç eğer evlilik uyumu genel ölçeği düzeyinde bir artış olursa katılımcıların, evlilikte iletişim,

evlilikte empati ve kök ailelerle ilişkiler alt boyut algılarında artış olacağı anlamına gelmektedir.

Evlilik doyum alt boyutu ile evlilikte iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü yüksek seviyede bir ilişki olduğu, evlilikte empati alt boyutu arasında pozitif yönlü yüksek seviyede bir ilişki olduğu ve kök ailelerle iletişim alt boyutu arasında pozitif yönlü orta seviyede bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç eğer evlilikte doyum alt boyutu düzeyinde bir artış olursa katılımcıların evlilikte iletişim, evlilikte empati ve kök ailelerle ilişkiler alt boyut algılarında artış olacağı anlamına gelmektedir.

4.3. ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen bulgular kapsamında aşağıdaki öneriler sunulmuştur;

- İnternet kullanımı ile ilgili aydınlatıcı bilgilerin yer aldığı aile yönelik televizyon programlarının yayınlanması, Yetkili kurumlarca internetin doğru kullanımı ile ilgili el broşürü, kitapçık oluşturulup yayınlanması internetin doğru kullanımına yönelik bilincin artmasına katkı sağlayacaktır.
- Eşler arasındaki iletişimi ve evlilik uyumunu artırmaya yönelik evlilik öncesi seminerleri yapılması evlilik konusunda bireylerin bilincinin artmasına sebep olacaktır.
- Aile içinde farklı etkinliklerin hayata geçirilmesiyle internet kullanımının belli sınırlar içinde kalması hedeflenmelidir.
- Okulların orta öğretim kısmında doğru internet kullanımına yönelik derslerin müfredat içine eklenmesi önleyici bir tedbir olacaktır.
- İnternet bağımlılığı, evliliklerde iletişim ve uyum arasındaki ilişkiyle ilgili yeni ölçeklerin geliştirilmesi, bu konuda yapılacak olan yeni çalışmaların kalitesini ve bilimsel niteliğini arttıracaktır.
- Üniversitelerin PDR ve psikoloji bölümlerinin yüksek lisans ve lisans bölümlerinde verilen Aile ve Evlilik Danışmanlığı uygulama ve derslerinde internet bağımlılığı, evliliklerde iletişim ve evlilikte uyum kavramlarının önemi ve yeri arttırılmalıdır. Böylece alan uygulamacılarının internet bağımlılıklarıyla evlilikte iletişim ve evlilik uyumları arasındaki ilişki konusunda farkındalık yaratılabilir.

KAYNAKLAR

- Akar, H. (2005), “*Psikiyatrik Yardım Talebi Olanlar ile Yardım Talebi Olmayan ve Boşanma Aşamasında Olan Çiftlerde, Çift Uyum ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması*”, Uzmanlık Tezi. İstanbul: Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi.
- Aksu, S. (1998), “*Çiftlerin Kişilik Özellikleri ile Evlilik Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişki*”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aktay, S. (2017), “*Çalışan Evli Erkek Bireylerde Sosyal Medya (Facebook ve Twitter) Kullanımının Evlilik Doyumu ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki*”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Alaçam, H. (2012), “*Denizli Bölgesi Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Görülme Sıklığı ve Yetişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ile İlişkisi*”, Uzmanlık Tezi. Denizli .
- Arısoy, Ö. (2009), “*İnternet Bağımlılığı*”, Türkiye Klinikleri.
- Aslan, S. (2011), “*Akademisyenlerde İnternet Bağımlılık Düzeyleri ve Buna Bağlı Oluşabilecek Sağlık Sorunları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi*”, Yüksek Lisans Tezi. Malatya: İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Aycanoğlu, C., & Ünsal, G. (2017), “*Bağlanma Tarzları ve İnternet Bağımlılığının Evlilik Uyumuna Etkisi*”, 3(3), 163-168.

- Aziz, N. N., Sallehuddin, I. S., Hassan, A. N., & Buhari, N. (2016), “*Disconnected Marriage, Connected Internet: Exploring the Internet Addiction Among Married Men and Women in Selangor*”, Journal of Education and Social Sciences, 5(2), 157-165.
- Bacanlı, H., İlhan, T., & Aslan, S. (2007), “*Beş Faktör Kuramına Dayalı Bir Kişilik Ölçeğinin Geliştirilmesi*”, IX. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi. İzmir.
- Bakken, IJ., Wenzel, H.G., Gotestam, K.G., Johansson, A. ve Oren, A. (2009), “*Internet addiction among norwegian adults: a stratified probability sample study*”, Scandinavian Journal of Psychology, 50 (2), 121-127.
- Beard, K. (2005), “*Internet Addiction: A Review of Current Assessment Techniques and Potential Assessment Questions*”, Cyberpsychology & Behavior, 8(1), 7-16.
- Beard, K. W., & Wolf, M. E. (2001), “*Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction*”, Cyberpsychology & Behavior, 4(3).
- Berk, M. (2009), “*Evli öğretmenlerin yükleme tarzları ve evlilik doyumu algılarının bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*”, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Bilen, M. (2009), “*Sağlıklı İnsan İlişkileri*”, İstanbul: Anı Yayıncılık.
- Block, J. J. (2008), “*Issues for DSM-V: Internet Addiction*”, Amerikan Journal of Psychiatry(3), 306-307.
- Bookwala, J., & Jacobs, J. (2004), “*Age, Marital Processes and Depressed Affect*”, Gerontologist(44), 328-338.
- Buscaglia, L. (1982), “*Yaşamak, Sevmek ve Öğrenmek*”, (N. Kasap, Çev.) İstanbul: İnkilap Kitabevi.
- Büyük, A. (2007), “*Aile Mektebi*”, Konya: Erman Ofset.
- Büyük, A. (2007), “*Aile Mektebi*”, Konya: Erman Ofset.

- Büyükfiliz, B. (2016), “18-25 yaş arası genç yetişkinlerde problemlı internet kullanımı ve iletişim becerileri arasındaki ilişki”, Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Candemir Karaburç, G. (2017), “Evli Bireylerin Problemlı İnternet Kullanımı, Evlilik Uyumu, Eş Tükenmişliğı ve Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Karşılanma Düzeylerinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi.
- Chapman, G. (1996), “5 Sevgi Dili”, İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Chou, C. (2001), “Internet Heavey Use and Addiction Among Taiwanese College Dtudents: An Online Interview Study”, *Cyberpsychol Behaviour*(4), 573-585.
- Coyne , J., & Anderson, K. K. (1999), “Marital Status, Marital Satisfaction and Support Processes Amond Women at High Risk for Breast Cancer”, *Journal of Family Psychology*, 13(4), 629-641.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013), “Evlilik doyumunu yordayan ilişkişel ve kişisel değışkenler”, *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23.
- Çalışkan, N., & Aslander, M. (2014), “Aile İçi İletişim ve Siber Yaşam: Teorik Bir Çözümleme”, *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(2), 263-277.
- Çelik, M., & Tümkaya, S. (2012), “The Relationship Between Job Variables of Life Satisfaction and Marital Satisfaction of Lecturers”, *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 223-238.
- Delibalta, S. A. (2013), “The Relationship Among Marital Communicaton Patterns, Parental Attitudes and Children Externalizing and Internalizing Behavior Problems”, Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dokur, M. (2014), “İlişki Denklemi Aileler ve Çiftler”, İstanbul: GOA Yayıncılık.

- Durak Batıgün, A., & Kılıç, N. (2011), “*İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler*”, Türk Psikoloji Dergisi, 26(67), 1-10.
- Dursun, A. (2006), “*Geçimsizliğin Çözümü Var*”, İstanbul: Nesil Yayınları.
- Erdil, K. (1991), “*Aile Okulu*”, Ankara: TDV Yayınları.
- Ersanlı, S., & Kalkan, M. (2008), “*Evlilik İlişkilerini Geliştirme Kuram ve Uygulama*”, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Fidanoğlu, O. (2006), “*Evlilik Uyumu, Mizah Tarzı ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki*”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fidanoğlu, O. (2007), “*Evlilik Uyumu ile Eşlerin Somatizasyon Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Diğer Sosyodemografik Değişkenler Açısından Karşılaştırılması*”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Fışıloğlu, H., & Demir, A. (2000), “*Applicability of the Dyadic Adjustment Scale for Measurement Scale for Measurement of Marital Quality with Turkish Couples*”, European Journal of Psychological Assessment, 16(3), 214-218.
- Framo, L. J. (1996), “*A Personal Retrospective of the Family Therapy Field: Then and Now*”, Journal of Marital and Family Therapy, 22(3), 289-316.
- Gazmarian, A. J., James, A. S., & Lepkowski, M. J. (1995), “*Depression in Black and White Women: The Role of Marriage and Socioeconomic Status*”, Ann Epidemiol, 5(6), 455-463.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., Epstein, N., Burnett, C. K., & Rankin, L. A. (1999), “*The Interaction Between Marital Standards and Communication Patterns: How Does It Contribute to Marital Adjustment?*”, Journal of Marital and Family Therapy, 25(2), 211-223.

- Gordon, T. (1998), “*Etkili Ana Baba Eğitimi Uygulamalar*”, (E. Aksoy, Çev.) İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Gökmen, A. (2001), “*Evli Eşlerin Birbirlerine Yönelik Kontrolcülük ve Bağımlılık Algılarının Evlilik Doyumu Üzerindeki Etkisi*”, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gönül, A. S. (2002). “*Patolojik İnternet Kullanımı*”, Yeni Sempozyum, 40(3), 105-110.
- Griffiths, M. (2003), “*Internet Abuse in the Workplace: Issues and Concerns for Employers and Employment Counselors*”, Journal of Employment Counseling, 40(2), 87-96.
- Griffiths, M. (2000), “*Does Internet and Computer "Addiction" Exist? Some Case Study Evidence*”, Cyberpsychology & Behavior, 3(2), 211-218.
- Günüç, S., & Kayrı, M. (2010), “*Türkiye’de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik Güvenirlik Çalışması*”, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 39, 220-232.
- Hacı, Y. (2011), “*Evlilik Uyumunun Empatik Eğilim, Algılanan Aile İçi İletişim ve Çatışma Çözme Stillere Göre Yordanması*”, Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hawkins, D. N., & Booth, A. (2005), “*Unhappy Ever After: Effects of Long-Term, Low-Quality Marriages on Well-Being*”, Social Forces, 84(1), 541-471.
- Holt-Lunstad, J., Birmingham, W., & Jones, Q. B. (2008), “*Is There Something Unique About Marriage? The Relative Impact of Marital Status, Relationship Quality and Network Social Support on Ambulatory Blood Pressure and Mental Health*”, Annals of Behavioral Medicine, 35(2), 239-244.
- Hortaçsu, N. (2012), “*İnsan İlişkileri*”, Ankara: İmge Yayınevi.
- Hovardaoğlu, S. (1996), “*Sosyal Mücadele: Evlilikle İlgili Bir Değerlendirmelere Etkisi*”, Türk Psikoloji Dergisi, 11(36), 12-24.
- İbrahimoglu, D. (2010), “*Evliliğin Kitabı*”, İstanbul: Hayat Yayınları.

- Johnson, D. R., White, K. L., Edwards, N. J., & Booth, A. (1986), “*Dimensions of Marital Quality: Towards Methodological and Conceptual Refinement*”, Journal of Family Issues(7), 31-49.
- Kasapoğlu, A., & Karkmer, N. (2011), “*Aile Sosyolojisi*”, Eskişehir: T.C. Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını.
- Khazaal, Y., Billieux, J., Thorens, G., Khan, R., Louati, Y., Scarlatti, E. et al. (2008), “*French validation of the internet addiction test*”, Cyber Psychology & Behavior, 11 (6), 703–706.
- Korucu, M. (2012), “*Eşler Arası İletişim Becerileri*”, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Köse, F.K. (2019), “*Evli Bireylerde Problemlı İnternet Kullanımı ve Evlilik Uyumu*”, Yüksek Lisans Tezi. Samsun.
- Kumcağız, H. ve Güner, Z. (2017), “*Hemşirelerin iş doyumlarının yordayıcısı olarak sosyal destek, evlilik uyumu ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*”, Journal of Human Sciences, 14(1), 225-249.
- Larson, H. J., & Holman, B. T. (1994), “*Premarital Predictors of Marital Quality and Stability*”, Family Relations, 228-238.
- Lim, B. K. (2000), “*Conflict Resolution Styles, Somatization and Marital Satisfaction in Chinese Couples: The Moderating Effect of Forgiveness and Willingness to Seek Professional Help*”, Dissertation Abstracts International, 61(7-B), 3902.
- Lin, S. S., & Tsai, C. C. (2002), “*Sensation Seeking and Internet Dependence of Taiwanese High School Adolescents*”, Computers in Human Behavior, 18(4), 411-426.
- Mojaz, H. Z., Zoghi Paydar, R. M., & Ebrahimi, E. M. (2005), “*The Relationship Between the Internet Addiction and the Use of Facebook with Marital Satisfaction and Emotional Divorce Among Married University Students*”, Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences, 5(3), 709-717.
- Nazlı, S. (2009), “*Aile Danışmanlığı*”, Ankara: Anı Yayıncılık.

- Odabaşı, F., & Diğerleri. (2007), “*İnternet, Çocuk ve Aile*”, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y., & Pektaş, Ö. (2007), “*On Olguluk Bir Seri ile İnternet Bağımlılığı Klinik Görünümleri*”, Bağımlılık Dergisi, 8(1), 46-51.
- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y., Kalyoncu, Ö., & Ayhan, Ö. (2007), “*On Olguluk Bir Seri ile İnternet Bağımlılığı Klinik Görünümleri*”, Bağımlılık Dergisi, 8(1), 46-51.
- Ögel, K. (2012), “*İnternet Bağımlılığı: İnternet'in Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*”, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Özer, A., & Cihan Güngör, H. (2012), “*Yükleme Tarzları, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerine Göre Evlilik Uyumu*”, Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(2), 11-24.
- Özgüven, E. İ. (2009), “*Evlilik ve Aile Terapisi*”, Ankara: PDR Yayıncılık.
- Özgüven, İ. E. (2000), “*Evlilik ve Aile Terapisi*”, Ankara: PDREM Yayınları.
- Öztürk, Ö., Odabaşıoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y., & Kalyoncu, A. Ö. (2007), “*İnternet Bağımlılığı: Kliniği ve Tedavisi*”, Bağımlılık Dergisi, 8(1), 36-41.
- Özüğurlu, K. (1996), “*Evlilik Raporu*”, Ankara: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Rajaei, S. M., & Heidari, H. (2017), “*Relationship Between Internet Addiction and Marital Satisfaction and Disaffection in Married Students of Islamic Azad University*”, Community Health Journal, 11(1), 69-77.
- Russell, B. (2003), “*Evlilik ve Ahlak*”, (G. Işıltan, Çev.) İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Sardoğan, E. M., & Karahan, F. T. (2005), “*Evli Bireylere Yönelik Bir İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı'nın Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeylerine Etkisi*”, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 38(2), 89-102.

- Sardoğan, M. E., & Karahan, F. T. (2005), “*Evli Bireylere Yönelik Bir İnsan İlişkileri Beceri Programının Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeylerine Etkisi*”, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 38(2), 89-102.
- Scheidler, A. J. (2008), “*Effects of Perceived Stress and Perceived Social Support on Marital Satisfaction in Doctoral Students*”, ProQuest.
- Shields, K. M., & Behrman, E. R. (2000), “*Children and Computer Technology: Analysis and Recommendations*”, The Future of Children, 10(2), 4-30.
- Sırakaya, M. (2011), “*Öğretmen adaylarının problemleri internet kullanımı ve internet öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi*”, Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara
- Soylu, Y., & Kağnıcı, Y. (2015), “*Evlilik Uyumunun Empatik Eğilim, İletişim ve Çatışma Çözme Stillerine Göre Yordanması*”, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 5(43), 44-54.
- Spotts, L. E., Lichtenstein, P., Pedersen, N., Hansson, K., Neiderhiser, M. J., & Cederblad, K. (2005), “*Personality and Marital Satisfaction*”, European Journal of Personality(19), 205-227.
- Şener, A., & Terzioğlu, G. (2008), “*Bazı Sosyo-Ekonomik ve Demografik Değişkenler ile İletişimin Eşler Arası Uyuma Etkisinin Araştırılması*”, Aile ve Toplum Dergisi, 13(1), 7-21.
- Tarcan, A. (2005), “*İnternet ve Toplum*”, Ankara : Anı Yayıncılık.
- Tarhan, N. (2006), “*Aile İçi İletişim*”, Başak Hayat Dergisi(5).
- Tarhan, N. (2008), “*Makul Çözüm*”, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2011), “*Evlilik Psikolojisi*”, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N., & Nurmedov, S. (2015), “*Bağımlılık*”, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Thurlow, C., Lengel, L., & Tomic, A. (2004), “*Computer Mediated Communication: Social Interaction and the Internet*”, London: Sage Publications.

- Tutarel Kışlak, Ş. (1995), “Cinsiyet, Evlilik Uyum, Depresyon ile Nedensel ve Sorumluluk Yüklemeleri Arasındaki İlişkiler Üzerine Bir Çalışma”, Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tutarel Kışlak, Ş. (1999), “Evlilik Uyum Ölçeğinin Güvenilirlik ve Geçerlik Çalışması”, 3P Dergisi, 7(1), 50-57.
- Tutarel Kışlak, Ş., & Çubukça, F. (2002), “Empati ve Demografik Değişkenlerin Evlilik Uyumuna İlişkisi”, Aile ve Toplum Dergisi(2), 40-46.
- Tutarel- Kışlak, Ş. ve Göztepe, I. (2012), “Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler”, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 3(2), 27-46.
- Tutgun, A. (2009), *Öğretmen adaylarının problemleri internet kullanımlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Tüfekçi Hoşgör, E. (2013), “Evli Çiftlerin Öfke İfade Tarzları ve Evlilik Uyumunun İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tütengil, O. C. (2011), “Aile ve Evlilik Araştırması Sonuçları I” Sosyoloji Konferansları(16), 1-16.
- Tüzer, V. (2011), “İnternet, Siberseks ve Sadakatsizlik”, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 3(1), 100-116.
- Uzday, T. (2009), “Madde Bağımlılığının Tarihçesi, Tanımı, Genel Bilgiler ve Bağımlılık Yapan Maddeler”, Türk Eczacıları Birliği Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi, 21(22), 5-15.
- Ünal, S., Küey, L., Güleç, C., Bekaroğlu, M., Evlice, E. Y., & Kırılı, S. (2002), “Depresif Bozukluklarda Risk Etkenleri”, Klinik Psikiyatri(5), 8-15.
- Waite, J. L., & Gallagher, M. (2000), “The Case for Marriage: Why Married People are Happier, Healthier and Better off Financially”, Journal of Marriage and the Family.

- WEB_1, (2018), TÜİK <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27819>, 03/11/2018
- WEB_2 (2019), TOBB https://www.tobb.org.tr/BilgiHizmetleri/Documents/Bulten/2007_04.pdf. 09/02/2019
- WEB_3, (2019), “<http://wwwusr.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html>” 08/14/2019
- WEB_4, (2019), “<http://drdanvelea.fr/wpcontent/uploads/2017/03/Internet-Addiction-Lancet-2000.pdf>” 08/06/2019
- WEB_5, (2007), <http://www.danimarkatdv.org/inc.php?m=5&id=1533> 12/10/2019
- Whisman, A. M., & Uebelacker, A. L. (2009), “Prospective Associations Between Marital Discord and Depressive Symptoms in Middle-Aged and Older Adults”, *Psychology and Aging*, 24(1), 184-189.
- Williams, K. (2003), “Has the Future of Marriage Arrived? A Contemporary Examination of Gender, Marriage and Psychological Well-Being”, *Journal of Health and Social Behavior*, 470-487.
- Yalçın Irmak, A., & Erdoğan, S. (2015), “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe Formunun Geçerliliği ve Güvenilirliği”, *Anatolian Journal of Psychiatry*, 16(1), 10-18.
- Yang, X., Zhu, L., Chen, Q., Song, P., & Wang, Z. (2016), “Parent Marital Conflict and Internet Addiction Among Chinese College Students: The Mediating Role of Father-Child, Mother-Child and Peer Attachment”, *Computers in Human Behavior*(59), 221-229.
- Yavuzer, H. (2007),” *Çocuk Eğitimi El Kitabı*”, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yılmaz, A. (2001), “Eşler Arasındaki Uyum: Kuramsal Yaklaşımlar ve Görgül Çalışmalar”, *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 1(4), 48-57.
- Yılmaz, A. (2001), “Eşler Arasındaki Uyum: Kuramsal Yaklaşımlar ve Görgül Çalışmalar”, *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*(4), 49-59.

- Young, S. K. (1996), “*Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder*”, *CyberPsychology and Behavior*, 1(3), 237-244.
- Zahra, R., & Arkadaşları. (2015), “*The relationship between the internet addiction and the use of facebook with marital satisfaction and emotional divorce among married university students*”, *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*, 5(3), 709-717.
- Zhang, Z., & Hayward, D. M. (2006), “*Gender the Marital Life Course and Cardiovascular Disease in Late Midlife*”, *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 639-657.



EKLER

EK A: ONAM FORMU

Sizi Dr. Öğr. Üyesi Davut İbrahimoglu danışmanlığında Sevgi Terzioğlu tarafından yürütölen “İNTERNET BAĞIMLILIĞININ EVLİLİK HAYATI ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ ” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı internet bağımlılığının, evlilik uyumu ve eşler arası iletişimine etkisinin incelenmesidir. Araştırmada sizden tahminen 1 saat kadar süre ayırmanız istenmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllölük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle vermenizdir. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahiptir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya sevgibuker@gmail.com e-posta adresinden ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

EK B: DEMOGRAFİK BİLGİLER FORMU

DEMOGRAFİK BİLGİLER

1.Yaşınız:

20-23 ☐ 24-27 ☐ 28-30 ☐ 31-34 ☐ 35-üstü ☐

2.Cinsiyet :

Kadın ☐ Erkek ☐

3.Eğitim durumu:

İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Üniversite ☐ Y. Lisans ve üstü ☐

4.Çalışıyor musunuz?

Evet ☐ Hayır ☐

5.Meslek:

Kamu ☐ özel sektör ☐ Kendi işim ☐

6.Gelir Düzeyi:

Düşük ☐ Orta ☐ Yüksek ☐

7.Medeni durum:

Evli ☐ Bekar ☐ Dul ☐ Boşanmış ☐ Başka ☐

8.Kaç yıldır evlisiniz:

1-5 ☐ 6-10 ☐ 11-15 ☐ 16-20 ☐ 21- üzeri ☐

9.Kaç Çocuğunuz var:

Yok ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ve üzeri ☐

10.Hangi Bölgeden Geldiniz:

Marmara Böl. ☐ Ege Böl. ☐ Karadeniz. Böl. ☐ İç Anadolu Böl. ☐

Akdeniz Böl. ☐ Doğu Anadolu Böl. ☐ Güneydoğu Anadolu Böl. ☐

11.Ne sıklıkta internet kullanırsınız?

Her gün ☐ Haftada birkaç kez ☐ Ayda birkaç kez ☐ Kullanmıyorum ☐

12.Günde kaç saatinizi internette geçiriyorsunuz?

0-1 saat ☐ 1-3saat ☐ 3-6 saat ☐ 6-12 saat ☐ 12 saat ve üzeri ☐

13.İnterneti en çok hangi amaçlar için kullanıyorsunuz?

Sosyal medya takibi için ☐

Dizi ve film izlemek için ☐

Haberleşmek için ☐

Alışveriş yapmak için ☐

Oyun oynamak için ☐

İş takibi için ☐



EK C: EŞLER ARASI İLETİŞİM ANKET FORMU

AÇIKLAMA: Lütfen aşağıdaki sorularda belirtilen durumları hangi sıklıkta yaşadığınızı belirtiniz. Lütfen her soru için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir soruyu boş bırakmayınız.

1. Bir sorununuz olduğunda eşinizle bunu paylaşır mısınız?

1. Her zaman 2. Zaman zaman 3. Nadiren 4. Hiçbir zaman

2. Üzüntülü/ Sıkıntılı olduğunuzda bunu eşinizle paylaşır mısınız?

1. Her zaman 2. Zaman zaman 3. Nadiren 4. Hiçbir zaman

3. Ev işlerini eşinizle paylaşır mısınız?

1. Her zaman 2. Zaman zaman 3. Nadiren 4. Hiçbir zaman

4. Tartışma nedeniyle eşinizden ayrı geçirdiğiniz bir zaman oldu mu?

1. Her zaman 2. Zaman zaman 3. Nadiren 4. Hiçbir zaman

5. Eşinizle tartışma sıklığınız ne kadardır?

1. Tartışmayız 2. Ara Sıra Tartıştığımız Olur 3. Sık Sık Tartışırız 4. Sürekli Tartışırız

6. Eşinizle tartıştığınızda sorunlarınızı çözme durumunuzu belirtiniz.

1. Konuşarak sorunu çözeriz 2. Sorun hiç olmamış gibi davranırız 3. Bir süre hiç konuşmayız 4. Diğer

7. Cinsel konulardaki problemlerinizi eşinizle rahatça konuşabilir misiniz?

1. Her zaman 2. Zaman zaman 3. Nadiren 4. Hiçbir zaman

8. Aile içi genel sorumluluklar dışında eşinizle birbirinize zaman ayırır mısınız?

1. Birbirimize ayıracak vaktimiz olmaz 2. Ara sıra birbirimize vakit ayırırız 3. Sık Sık birbirimize vakit ayırırız 4. Her zaman birbirimize vakit ayırırız

9. Eşiniz ne düşündüğünüz ve ne hissettiğinizle ilgilenir mi?

1. Her zaman 2. Zaman zaman 3. Nadiren 4. Hiçbir zaman

10. Evde bilgisayar başında vakit geçirir misiniz ?

1. Evet (Soru 11'e geçiniz) 2. Hayır (Soru 12'e geçiniz)

11. Bilgisayar/İnternet başında geçirdiğiniz süre nedeniyle eşinizle sorun yaşar mısınız?

1. Her zaman 2. Zaman zaman 3. Nadiren 4. Hiçbir zaman

12. Yaptığınız alışverişler konusunda eşinizle sorun yaşar mısınız?

1. Her zaman 2. Zaman zaman 3. Nadiren 4. Hiçbir zaman



EK D: YAKIN DOĞU EVLİLİK UYUM ÖLÇEĞİ

Aşağıda eşiniz ve evliliğinizle ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuyup size ne derece uygun olduğunu ilgili kutucuğa (x) işareti koyarak belirtiniz.

		Hiçbir zaman	Ara sıra	Çoğunlukla	Her zaman
1.	Beni üzen şeyleri eşimle paylaşırım				
2.	Evliliğimizde meydana gelen problemlerin çözümünde eşimle ortak karar alırız				
3.	Eşimin olaylar karşısındaki tepkilerini anlarım				
4.	Eşimin ailesi ile iyi geçinirim				
5.	Aile bütçesinin düzenlenmesinde eşimle ortak karar alırız				
6.	Eşimin dile getirdiği düşünceleri anladığımı ona söylerim				
7.	Ailem ile ilişkilerim konusunda eşimle sorun yaşarım				
8.	Eşime karşı açık sözlüyüm				
9.	Eşimin yüz ifadesinden duygularını anlarım				
10.	Eşimle öfkelenmeden tartışamayız				
11.	Eşim ailem ile iyi geçinir				
12.	Eşim beni dinlediğinde rahatlarım				
13.	Eşimin dile getirdiği düşünceleri anlarım				
14.	Eşimin ailesi ile ilişkilerim konusunda eşimle sorun yaşarım				
15.	Doğru kişiyle evlendiğimi düşünürüm				
16.	Eğlence, davet, ziyaret gibi sosyal etkinliklere katılma konusunda eşimle anlaşırım				
17.	Düşüncelerimi eşime rahatlıkla ifade ederim				

18.	Evliliğimizdeki küçük anlaşmazlıklar büyük sorunlara dönüşür				
19.	Evliliğimizin iyi gittiğini düşünürüm				
20.	Eşimin ailesi evliliğimizde yaşadığımız sorunların kaynağıdır				
21.	Sorunlarımı eşimle paylaşıyorum				
22.	Eşimin duygularını incitmemeye özen gösteririm				
23.	Eşim üzüldüğünde nedenini anlarım				
24.	Eşimden boşanmayı düşündüğüm zamanlar olur				
25.	Eşimle anlaşmazlıkları kısa zamanda çözeriz				
26.	Başka birisiyle evlenseydim daha mutlu olabileceğimi düşünürüm				
27.	Evliliğimde mutluyum				
28.	Eşimin yaşadığı duygulara karşı duyarlı davranırım				
29.	Boş zamanlarımızı değerlendirmede eşimle sorun yaşarım				
30.	Eşimin olaylara bakış açısını anlarım				
31.	Evliliğimizde problem yaşadığımızda çözüm yollarını eşimle konuşuruz				
32.	Eşimin ailesi yüzünden boşanabileceğimizi düşünürüm				
33.	Sırlarımı eşimle paylaşıyorum				
34.	Sorunlar karşısında eşimle birlikte hareket ederiz				
35.	Eşim beni dinlemek için yeterli zamanı ayırır				
36.	Eşim en yakın arkadaşımdır				
37.	Eşimle ilgilenmekten hoşlanırım				
38.	Eşimin ailesi evliliğimize müdahale eder				
39.	Eşim bana karşı ilgilidir				

40.	Eşimle tartıştığımızda küserim				
41.	Evliliğimizde problem yaşadığımızda eşimin düşüncelerine önem veririm				
42.	Eşimin söylediklerinden ne hissettiğini anlarım				



EK E: YOUNG İNTERNET BAĞIMLILIĞI TESTİ - KISA FORMU (YİBT-KF)

AÇIKLAMA: Lütfen aşağıdaki sorularda belirtilen durumları hangi sıklıkta yaşadığınızı belirtiniz. Lütfen her soru için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir soruyu boş bırakmayınız.

1-Hiçbir zaman, 2-Nadiren, 3-Bazen, 4-Sıklıkla, 5-Her zaman

	1	2	3	4	5
1. Hangi sıklıkta planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız?					
2. Hangi sıklıkta ailenizle ilgili işleri ihmal ederek internette daha fazla zaman harcarsınız?					
3. Okul veya ders ile ilgili çalışmalarınız hangi sıklıkta internette harcadığınız süre yüzünden zarar görmektedir?					
4. Birileri internette ne yaptığınızı sorduğunda hangi sıklıkta sır gibi saklar veya savunmaya geçersiniz?					
5. Birileri siz internette iken canınızı sıkarsa hangi sıklıkta onları tersler, onlara bağırır ve öfkeli davranırsınız?					
6. Hangi sıklıkta gece internette harcadığınız süre yüzünden uykusuz kalırsınız?					
7. İnternete bağlı değilken hangi sıklıkta internetle avunur veya internete bağlı olduğunuz hayalini kurarsınız?					
8. İnternette iken hangi sıklıkta kendinizi 'birkaç dakika daha' derken bulursunuz?					
9. Hangi sıklıkta internette harcadığınız zamanı azaltmak için uğraşırsınız ve başarısız olursunuz?					
10. Ne kadar süre internette olduğunuzu hangi sıklıkta saklamaya çalışırsınız?					
11. Hangi sıklıkta başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman harcamayı tercih edersiniz?					
12. İnternete bağlanamadığınızda hangi sıklıkta kendinizi bunalımda, karamsar ve sinirli hissedip, internete bağlandığınızda bu şikayetlerinizin hemen geçtiğini görürsünüz?					

ÖZGEÇMİŞ

SEVGİ TERZİOĞLU

Uyruğu: T.C.

Medeni hali: Evli

Doğum yeri: İstanbul

Sürücü Ehliyet Sınıfı: B(aktif)

Doğum tarihi: 23/04/1980

Adres: Terazidere mah. Aydın sok. no 15. D 6. Bayrampaşa / İstanbul

Cep No: 0542 619 01 81 **E-mail:** sevgibuker@gmail.com

EĞİTİM

2007-2019 Okan Üniversitesi Klinik Psikolojisi Yüksek Lisansı

2002-2007 İstanbul Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

1997-2002 Marmara Üniversitesi, Teknik Eğitim Fakültesi, Tekstil Teknoloji Öğretmenliği

1993-1997 Ahmet Rıfat Canayakın Lisesi

İŞ ve STAJ TECRÜBELERİ

2016-.... Esenyurt Belediyesi Benim Ailem Danışmanlık Merkezi 1

2015-2016 Yedikule Psikiyatri merkezi- Rubi Tıp merkezi

2007-2015 Bahçelievler Belediyesi Sevgi Evi Psikotik Hastalıklar Rehabilitasyon Merkezi

2007- Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Gündüz Hastanesi ve Rehabilitasyon Merkezi(stajyer)

2005-2006 Salıncak Yuva(stajyer)

2006 - Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Genç Erişkin ve Ergen(stajyer)