



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

EVLİ BİREYLERDE BENLİK SAYGISININ ÇİFT UYUMU VE CİNSEL DOYUM ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Mesut Berk KARAOĞLU

YÜKSEK LİSANS TEZİ

LEFKOŞA
2019

EVLİ BİREYLERDE BENLİK SAYGISININ ÇİFT UYUMU VE CİNSEL DOYUM ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

Mesut Berk KARAOĞLU
20169176

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI
Yrd. Doç. Dr. Füsun GÖKKAYA

LEFKOŞA
2019

KABUL VE ONAY

Mesut Berk KARAOĞLU tarafından hazırlanan “Evli Bireylerde Benlik Saygısının Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Üzerindeki Etkisi” başlıklı bu çalışma, 22/01/2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ

Yrd. Doç. Dr. Füsun GÖKKAYA (Danışman)
Yakın Doğu Üniversitesi Psikoloji Bölümü

Yrd. Doç. Dr. Ezgi ULU (Başkan)
Yakın Doğu Üniversitesi Psikoloji Bölümü

Yrd. Doç. Dr. Ayhan ÇAKICI EŞ
Yakın Doğu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü

Prof. Dr. Mustafa SAĞSAN
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin, tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim. Tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım

- ☐ Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- ☐ Tezim sadece Yakın Doğu Üniversitesinde erişime açılabilir.
- ☐ Tezimin iki (2) yıl süre ile erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde tezimin tamamı erişime açılabilir.

Tarih

İmza

Ad, Soyad

TEŞEKKÜR

Bu araştırma sürecinde vermiş olduğu destek ve anlayış için tez danışman hocam Yrd. Doç. Dr. Füsün GÖKKAYA'ya, bana bu süreçte yardımlarını esirgemeyen başta ailem olmak üzere akademisyen arkadaşlarım Ebru KALYONCU, Tuğba KILIÇ olmak üzere veri toplanması aşamasında destek veren tüm danışanlarım, meslektaşlarım ve yakınlarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

ÖZ

EVLİ BİREYLERDE BENLİK SAYGISININ ÇİFT UYUMU VE CİNSEL DOYUM ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Bu çalışmada; evli bireylerde benlik saygısının çift uyumu ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışma, betimsel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modelinde yapılmıştır. Çalışma nicel araştırma yöntemi ile hazırlanmıştır. İzmir ilinde bulunan, 324 kişi çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Çalışmaya 18 yaş üstü sadece evli olan erkek ve kadın bireyler dâhil edilmiştir. Veriler kartopu örnekleme yöntemi kullanılarak toplanmıştır. 3 farklı ölçek ve sosyo-demografik bilgi formu kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan veri toplama araçları; Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Çift Uyum Ölçeği ve Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği’ dir. Çalışmada elde edilen veriler SPSS 24.0 programı ile analiz edilmiştir. Çalışmada elde edilen bulgular şunlardır:

Çalışmada benlik saygısı ile çift uyumu ve cinsel doyum arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır. Katılımcıların benlik saygısı ve çift uyumu puanlarının cinsiyete göre farklılaşma göstermediği ancak cinsel doyumun cinsiyete göre farklılaştığı saptanmıştır. Çalışmaya katılan kadınların cinsel doyum puanları erkeklerin cinsel doyum puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Katılımcıların yaşına göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanlarının anlamlı farklılaştığı saptanmıştır. Benlik saygısının en yüksek 30-39 yaş aralığında; çift uyumunun en düşük 30-39 yaş aralığında olduğu ve cinsel doyumun ise en yüksek 20-29 yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Benlik saygısı ve cinsel doyumun evde kiminle yaşadığına göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı, çift uyumunun evde kiminle yaşadığına göre anlamlı şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Buna göre; anne ve baba ile yaşayanların çift uyumu puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Yapılan çalışma sonucunda cinsel doyumun evlilik süresine göre farklılaşmadığı saptanırken, benlik saygısı ve çift uyumunun evlilik süresine göre farklılaştığı saptanmıştır. Benlik saygısının en yüksek 11-15 yıl, en düşük 16-20 yıl evli olan bireylerde, çift uyumunun en yüksek 0-5 yıl, en düşük 16-20 yıl evli olan bireylerde olduğu görülmüştür. Çift uyumu ve cinsel doyumda

eğitim düzeyine göre farklılık saptanmazken, benlik saygısında eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık olduğu; ilköğretim mezunu olanların benlik saygısının en düşük olduğu görölmüştür. Çift uyumunda gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık görölmezken, benlik saygısı ve cinsel doyumun gelir düzeyine göre anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır. En düşük benlik saygısı ve cinsel doyum 0-1700 TL gelir düzeyinde, en yüksek benlik saygısı ve cinsel doyum 4001 TL-üzeri gelir düzeyinde olanlarda saptanmıştır. Benlik saygısı puanları ile çift uyumu ve cinsel doyum puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı; çift uyumu puanları ile cinsel doyum puanları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğu, cinsel doyum arttığında çift uyumunun veya çift uyumu arttığında cinsel doyumun arttığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Aile, Evlilik, Benlik Saygısı, Çift Uyumu, Cinsel Doyum

ABSTRACT

THE EFFECT OF SELECTION OF SELF-CHARACTERIZATION ON THE DOUBLE COMPATIBILITY AND SEXUAL DO

In this study; The aim of this study was to determine the effect of self-esteem on marital adjustment and sexual satisfaction in married individuals. The study was carried out in the relational survey model of descriptive research methods. The study was prepared by quantitative research method. The sample of the study was composed of 324 people in İzmir. Only married male and female individuals over 18 years of age were included in the study. Data were collected using snowball sampling method. Three different scales and socio-demographic data were used. Data collection tools used in the study; Socio-Demographic Information Form, Rosenberg Self-Esteem Scale, Double Adjustment Scale and Golombok Rust Sexual Satisfaction Scale. The data were analyzed with SPSS 24.0 program.

The findings of the study are as follows:

In the study, no significant relationship was found between self-esteem and pairedness and sexual satisfaction. It was found that the self-esteem and pair compliance scores of the participants did not differ according to gender but that sexual satisfaction differed according to gender. Sexual satisfaction scores of the women who participated in the study were higher than the sexual satisfaction scores of men. According to the age of the participants, self-esteem, pairedness and sexual satisfaction scores differed significantly. The highest self-esteem is in the 30-39 age range; It was determined that the couple's compliance was between the ages of 30-39 and the sexual satisfaction was the highest between the ages of 20-29. It was found that self-esteem and sexual satisfaction did not differ significantly according to who she / he lives at home, and that the couple's compliance differed significantly with who she was living at home. According to this; It was observed that the scores of the mothers and fathers were higher.

As a result of the study, it was determined that sexual satisfaction did not differ according to the duration of marriage, and that self-esteem and couple compliance differed according to the duration of marriage. The highest

number of self-esteem was seen in individuals who were married for 16-15 years, the lowest was between 16 and 20 years. While there is no difference between the level of education and sexual satisfaction, there is a significant difference according to education level in self-esteem; primary school graduates have the lowest self-esteem. While there was no significant difference according to income level, it was found that self-esteem and sexual satisfaction differed significantly according to income level. The lowest self-esteem and sexual satisfaction were found in the income level of 0-1700 TL, the highest self-esteem and the sexual satisfaction were in the income level of 4001 TL. There was no significant relationship between self-esteem scores and pairedness and sexual satisfaction scores; It was determined that there was a significant positive relationship between the scores of the couple compliance and sexual satisfaction scores, and the higher the sexual satisfaction and the higher the sexual satisfaction.

Keywords: Family, Marriage, Self-Esteem, Couple Harmony, Sexual Satisfaction

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZ.....	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar DİZİNİ.....	xi
KISALTMALAR.....	xii
1. BÖLÜM.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	2
1.3. Araştırmanın Önemi	3
1.4. Sınırlılıklar	3
1.5. Tanımlar	3
2. BÖLÜM.....	4
KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	4
2.1. Aile ve Evlilik Kavramı	4
2.1.1. Ailenin Tanımı	4
2.1.2. Evliliğin Tanımı.....	6
2.1.3. Evlilik ve Aile Tipleri	7
2.1.4. Evlilik ve Aile İlişkisi	8
2.1.5. Evlilik Doyumu	9
2.1.6. Evlilikte Cinsellik	11
2.2. Çift Uyumu	13
2.2.1. Çift Uyumunun Tanımı	13
2.2.2. Çift Uyumsuzluğunun Sonuçları	15
2.2.3. Çift Uyumunu Etkileyen Faktörler ve Çift Uyumunu Sağlamanın Yolları	15

2.2.4. Çift Uyumu ve Bireysel Değişkenler	19
2.2.5. Çift Uyumu ve İlişki Değişkenleri	20
2.3. Cinsel Doyum.....	21
2.3.1. Cinsellik ve Doyum Kavramları	22
2.3.2. Cinsel Doyum Kavramının Tanımı, Önemi ve Boyutları	23
2.3.3. Cinsel Doyumu Sağlama Yolları	25
2.3.4. Cinsel Doyum ve Bireysel Değişkenler	26
2.3.5. Cinsel Doyum ve İlişki Değişkenleri	30
2.3.6. Cinsel Doyum ve Çift Uyumu Arasındaki İlişki	31
2.4. Benlik Saygısı	32
2.4.1. Benlik ve Benlik Saygısı Kavramları	32
2.4.2. Benlik Saygısı Yüksek Bireylerin Özellikleri	36
2.4.3 Benlik Saygısı Düşük Bireylerin Özellikleri.....	38
2.4.4 Evli Bireylerde Benlik Saygısı ile İlgili Yapılmış Araştırmalar	39
3. BÖLÜM.....	42
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ	42
3.1 Araştırmanın Modeli.....	42
3.2. Evren ve Örneklem	42
3.3. Veri Toplama Araçları	44
3.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu	44
3.3.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	44
3.3.3. Çift Uyum Ölçeği (ÇUÖ).....	45
3.3.4. Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği.....	45
4. BÖLÜM.....	47
BULGULAR.....	47
5. BÖLÜM.....	60
TARTIŞMA	60
6.BÖLÜM.....	64
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	64
KAYNAKÇA	65
EKLER.....	80
EK-1 BİLGİLENDİRME FORMU	80
EK-2 AYDINLATILMIŞ ONAM	81

EK-3 SOSYO-DEMOGRAFİK VERİ FORMU	82
EK-4 ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ	84
EK 5- ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ	86
EK-6 ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	87
EK-7 ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ	88
EK-8 GOLOMBOK RUST CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ	89
EK-9 GOLOMBOK RUST CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ	93
ÖZGEÇMİŞ	94
İNTİHAL RAPORU	95
ETİK KURUL RAPORU	96

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1:Örnekleme Ait Sosyo Demografik Bilgiler	43
Tablo 2: Katılımcılardan Elde Edilen Benlik Saygısı, Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Puanlarının Dağılım	47
Tablo 3: Cinsiyete göre İlişkisiz Örneklemler İçin t Testi tablosu	48
Tablo 4: Yaş Göre Anova İstatistikler Tablosu.....	49
Tablo 5: Yaş Göre Anova Betimsel İstatistikler Tablosu	50
Tablo 6: Evde Kimle Yaşadığına Göre Anova İstatistikler Tablosu	51
Tablo 7: Evde Kimle Yaşadığına Göre Anova Betimsel İstatistikler Tablosu	52
Tablo 8: Evlilik Süresine Göre Anova İstatistikler Tablosu.....	53
Tablo 9: Evli Olduğu Yıla Göre Anova Betimsel İstatistikler Tablosu.....	54
Tablo 10: Eğitim Düzeyine Göre Anova İstatistikler Tablosu	55
Tablo 11: Eğitim Düzeyine Göre Anova Betimsel İstatistikler Tablosu.....	56
Tablo 12: Gelir Düzeyine Göre Anova İstatistikler Tablosu	57
Tablo 13: Gelir Düzeyine Göre Anova Betimsel İstatistikler Tablosu	58
Tablo 14: Benlik Saygısı, Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişki Tablosu.....	59

KISALTMALAR

ÇUÖ	Çift Uyum Ölçeği
ED	Eretil Disfonksiyon
GRCDÖ	Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği
RBSÖ	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
RÖÖ	Rosenberg Öz-Saygı Ölçeği
T.C.	Türkiye Cumhuriyeti

1. BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

İnsan, diğer insanlarla doğumundan ölümüne kadar iletişim içerisinde ve bu ilişkilerden beslendiği için sosyal bir varlık olarak tanımlanmaktadır. Yaşamları boyunca birlikte zaman geçirecekleri sevgililer ve arkadaşlar arayan insanların toplumsal gereksinimleri oldukça karmaşıktır. Bir insan diğer bireylerle kabul görme, güçlü hissetme, eğlenme, yardım alma ve cinsel zevkleri paylaşma gibi ihtiyaçlarını karşılama için ilişki kurmaktadır (Bowlby, 1969). Kurulan bu ilişkilerden biride “evlilik”tir.

Özgüven (2014), evliliği, “karşı cinsten iki kişinin birlikte yaşamak, yaşantıları paylaşmak, çocuk yapmak ve yetiştirmek gibi amaçlarla yaptıkları sözleşme” şeklinde tanımlanmaktadır. Evlilik insan hayatındaki en önemli yaşantılardan biridir (Hünler ve Gençöz, 2003, s. 100). Evlilik yaşamına tüm kültürlerde önem verildiği ve evlilikle ilgili problemler yaşandığında bireylerin çeşitli sıkıntılar yaşadığı görülmektedir (Yıldız ve Baytemir, 2016). Bu nedenle bireylerin mutlu ve doyumlu bir hayat sürmesinde rol oynayan evlilik hayatının etkili olabilmesi için bunda rol alan faktörleri anlamak yararlı olacaktır. Böylece özellikle evlilik terapisi için başvuran çiftlerle yapılacak çalışmalarda izlenecek tedavi yaklaşımları biçimlenecektir.

Evlilik ilişkilerinin iyi oluşunu etkileyen çeşitli faktörler vardır. Yapılan çalışmalar, evlilik doyumu (Greeff ve Bruyne, 2000; Hawkins ve Booth, 2005), cinsel doyum (Larson ve arkadaşları, 1998; Litzinger ve Gordon, 2007), stres (Morokoff ve Gilliland, 1993) ve benlik saygısı (Menard ve Offman, 2009) gibi faktörlerin evlilik ilişkisini etkilediğini göstermiştir.

Evlilik çalışmalarında evlilik kalitesi, evlilik doyumu, evlilik mutluluğu, evlilik uyumu gibi farklı kavramlar birbirlerinin alternatifi olarak kullanılmakta ve bazen bu kavramlar birbiriyle karıştırılmaktadır (Yıldız ve Baytemir, 2016).

Özellikle evlilik doyumu ile çift uyumu kavramı aynı kavramlar gibi düşünülüp birbirinin yerine kullanılmaktadır. Halbuki çift uyumu evlilik doyumunu da kapsayan bir kavram olarak görülebilir ve “çifti oluşturan bireylerden her birinin iyi ilişki sürdürebilme kapasitesi” şeklinde tanımlanmaktadır (Tezer, 1986).

Farklı literatürlerde çift uyumu (Polat ve İlhan, 2018), cinsel doyum (Vural ve Temel, 2010), benlik saygısı (Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006) gibi değişkenler ile cinsel doyum ve çift uyumu arasındaki ilişki (Egelioğlu-Çetişli ve ark., 2014) incelenirken; çift uyumu, cinsel doyum ve benlik saygısı değişkenlerinin bir arada değerlendirildiği bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu eksikliği gidermek adına bu çalışma gerçekleştirilmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada evli bireylerde benlik saygısının çift uyumu ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki araştırma sorularının yanıtlanması hedeflenmiştir:

- 1- Katılımcıların cinsiyete göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
- 2- Katılımcıların yaşa göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
- 3- Katılımcıların evde kiminle yaşadığına göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
- 4- Katılımcıların evlilik süresine göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
- 5- Katılımcıların eğitim düzeyine göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
- 6- Katılımcıların gelir düzeyine göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
- 7- Evli olan bireylerin benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanları

arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Literatüre bakıldığında evlilik doyumu, cinsel tatmin, benlik saygısı ve bunlarla ilişkili olduğu düşünülen bazı kavramların incelendiği görülmektedir. Ancak hem problem durumunda özet verilen çalışmalar, hem de literatürdeki diğer yerli ve yabancı çalışmalar içerisinde çift uyum, benlik saygısı ve cinsel doyum olmak üzere üç bileşeni birlikte inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ayrıca çalışmalarda genellikle evli çiftlerin kullanımı görülmektedir. Bu nedenle, bu çalışmada evli bireylerde çift uyum, benlik saygısı ve cinsel doyum arasındaki ilişkinin saptanması amaçlanmıştır. Çalışma hem bu ilişkinin saptanması hem de yerli ve yabancı literatüre katkı sağlanması açısından önem arz etmektedir.

1.4. Sınırlılıklar

Evli bireylerde benlik saygısının çift uyumu ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin belirlenmesi amacıyla yapılan bu araştırma, 2018 yılında İzmir ilinde yürütülmüştür. Araştırma İzmir ili dahilinde 18 yaş üstü evli olan erkek ve kadın bireyler ile sınırlıdır. Bulgular kullanılan ölçme araçları ve demografik değişkenler ile kullanılan istatistiksel çözümleme yöntemleri ile sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Çift uyumu: Çiftlerin birlikteliklerindeki işlevsellik ve başarılarını tanımlayan, hem mutluluk hem de evlilik doyumu kavramını kapsayan genel bir terimdir şeklinde tanımlanabilir (Kalkan, 2002).

Cinsel Doyum: Bireylerin cinsellikle alakalı olumlu ve olumsuz boyutları esnel şekilde değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan tepkiye cinsel doyum adı verilmektedir (Özcan, 2014).

Benlik Saygısı: Benlik saygısı bir bireyin kendisi olduğundan daha üstün ya da aşağı görmeden kendisinden memnun, sevmeye ve onaylanmaya değer, pozitif ve değerli bulmasıdır (Curun ve Çapkın, 2014).

2. BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Aile ve Evlilik Kavramı

Bu bölümde aile ve evlilik kavramlarının tanımlanması, aile ve evlilik ilişkisinin ortaya koyulması, aile ve evlilik türleri, evlilik doyumu ve evlilikte cinsellik konuları anlatılacaktır.

2.1.1. Ailenin Tanımı

Aile toplumun temel birimi olarak kabul edilmektedir. İnsanlığın başlangıcından bu yana var olan ve toplumların varlığını sürdürmesinde önemli görevler üstlenen aileler siyasal ve sosyal hayatı düzenleyen ve ekonomik hayata yön veren önemli kurumlardır. Aile, toplumun varlığını sürdürmesi için gereken unsurların en önemlilerinden birisini oluşturmaktadır. Ailenin tanımlanması bilim dalına, coğrafyaya, dinlere, toplumlara ve içinde bulunulan döneme göre farklı şekillerde yapılmaktadır (Uçar, 2003).

En basit ve kabul edilen şekli ile aile; evlilik, kan bağı ya da diğer kanuni yollar ile aralarında akrabalık bulunan, genelde bir ev içerisinde hayatını sürdüren bireylerden oluşan, oluşturduğu bireylerin ekonomik, sosyal, psikolojik ve cinsel gereksinimlerinin karşılandığı toplumun en temel ve küçük birimidir (Togan, 1990).

Daha geniş bir ifade ile aile;

“İçinde insan türünün belli bir biçimde üretildiği, toplama hazırlanma sürecinin belli bir ölçüde ilk ve etkili biçimde cereyan ettiği, cinsel ilişkilerin belli biçimde düzenlendiği, eşler ve anne-babalarla çocuklar (ailenin biçimine göre başka yakınlar) arasında belli ölçüde içten, sıcak, güven verici ilişkilerin kurulduğu, yine içinde bulunulan toplumsal düzene göre ekonomik etkinliklerin az ya da çok bir ölçüde yer aldığı toplumsal kurumdur” (Ozankaya, 1979).

Toplumbilimciler için aile kurumu her zaman önemli ve incelenmesi gereken bir kurum özelliği taşımaktadır. Toplumbilimciler, toplumun temelini aile değil birey olduğunu söylemektedir. Ancak bu liberal demokrasiye göre bir ele alış biçimidir ve ailenin demokraside dışlandığı ya da kabul edilmediği söylenemez. Aile sosyal bir kurumdur ve toplumbilim, tarih, medeni hukuk ve aile hukuku açısından tek bir çatı altında hayatlarını sürdüren ebeveyn ve çocuklardan oluşmaktadır (Dinçkol, 1990: 117). Aile biyolojik bir olgu olarak doğal kanunlara göre her şeyden önce gelmektedir ve toplum içerisindeki yeri oldukça önemlidir. Devlet niteliğine kavuşma sürecinde, ilkelikten siyasi örgütlenmeye geçişte aileleri hukuksal, ahlaki ve toplumsal bir düzen olarak önemli yer tutmaktadır. Bu nedenle de toplumlarda aileler kutsal ve özel kurumlar olarak kabul edilmektedir (Köteli, 1991).

Daha önce de belirtildiği üzere aile, toplumdan topluma, coğrafyadan coğrafyaya, kültürden kültüre değişik şekillerde tanımlanabilmekte ve ele alınmaktadır. Evrensel olarak bir ailenin ortak özellikleri şu şekilde sıralanabilir (Meray, 1992):

- 1- Aile bireyleri arasında duygusal bağlar bulunur.
- 2- Aile bireylerinin kazançları tüm ailede toplanır.
- 3- Aile bireylerinin hepsi tek çatı altında yaşar
- 4- Ailede bütün ekonomik gereksinimler ortak karşılanır.
- 5- Aile içinde doğan çocuklar birbirini tanır ve kan bağı vardır.
- 6- Eşler arasında aile ilişkisini kuran ve devam ettiren evlilik bağı vardır.
- 7- Toplumun sürekliliği için üremeyi sağlayacak cinsel ilişki vardır.

Bu özellikler evrensel olarak aile tanımının yapılmasında kullanılabilir. Bu bilgiler doğrultusunda tek bir aile tanımı yapılacak olursa; biyolojik olarak insan türünün üremesi amacı ile toplumun temel unsurunu oluşturan, psikolojik, kültürel ve sosyal bir karşılığı olan kurum şeklinde tanımlanabilir.

Aile evlat edinme ya da evlilik yolu ile oluşmuş, aynı çatı altında hayatlarını sürdüren, aynı soya mensup, ekonomik ve sosyal birliktelik oluşturmuş bireyler topluluğudur. Aile sistemli bir şekilde işleyen yapısal bir kurumu temsil etmektedir. Şehirleşme oranı ve nüfus değişimi ile birlikte aileler genellikle anne, baba ve çocuktan oluşan çekirdek aileden oluşmaktadır. Sanayileşmesi ve şehirleşmesi az olan toplumlarda ise karı-koca ve akrabalarının hep birlikte yaşadığı daha geniş aileler görülmektedir (Budak, 2009).

2.1.2. Evliliğin Tanımı

Evlilik kavramı da aile kavramı gibi pek çok yazar tarafından farklı şekillerde tanımlanmaktadır. Bazıları evliliğin devlet ve hukuk kontrolünde yapılan erkek ve kadını karı-koca olarak birbirine bağlayan bir sistem olduğunu ifade ederken, bazı yazarlar erkek ve kadın arasında yapılan bir sözleşme olduğunu savunmakta ve devlet ve hukuk kısmını ele almamaktadır. En genel tanımı ile evlilik, “kurumlaşmış bir yol, bir ilişkiler sistemi, bir kadınla bir erkeği karı-koca olarak birbirine bağlayan, doğacak çocuklara belli bir statü sağlayan, toplumsal yönden “devletin” kontrol, hak ve yetkisi bulunan yasal bir ilişki biçimi” şeklinde tanımlanmaktadır (Özgüven, 2010).

Evlilik aile içinde, karmaşık ritüellerin bulunduğu ve yapıldığı, cinsel ortaklığın çiftler tarafından paylaşıldığı ergin bir ilişki tipi olarak da görülmektedir (Ersevim, 2008). Başka bir ifade ile evlilik yalnızca basit bir birliktelik değildir, bu birliktelikte oldukça yakın bir ilişki durumu söz konusudur ve fiziksel, ruhsal, toplumsal düzen, duygusallık, entellektüellik gibi yaşamın bütün öğelerini içermektedir (Chapman, 2015). Bu özellikleri ile evlilik, birbirinden farklı gereksinim, istek ve ilgisi olan iki bireyin birlikteliğinden oluşan bir sistemdir. Toplumsal yasa ve kurallarla şekillendirilmiş bu özel beraberlik bireyin gelişiminde de etki göstermektedir (Ersanlı ve Kalkan, 2008).

Evlilik, öğrenim hayatı, eğitim süreci, içinden geldiği aile ve geçmiş tecrübeleri birbirinden farklı olan iki bireyin yaşamlarını birlikte sürdürme kararı almalarıdır (Baltaş ve Baltaş, 2008). Nişanlılık süreci sonrasında gelen bu evlilik kararı günümüzde gelişmiş toplumlarda bir dizi hukuki işlem ve

süreç sonucunda tamamlanmaktadır (Dural ve ark., 2013).

2.1.3. Evlilik ve Aile Tipleri

Evlilik, grup esasına ve eş sayısına göre iki farklı şekilde sınıflandırılmaktadır. Evlilikte grup; dinsel, bölgesel, ırksal kimlik, sınıf, sosyal tabaka, kent, köy, aşiret vb. temellere dayandırılmış olup; bireyin bulunduğu grup içinde evlenmesi (endogami) ya da grup dışından evlenmesi (egzogami) olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Geleneksel toplumlarda endogami yaygın olarak görülürken; sosyal hareketliliğin yüksek olduğu modern toplumlarda egzogami yaygın bir evlilik tarzı haline gelmiştir (Yıldırım, 2011).

Evlilik sınıflandırmasında diğer bir yöntem olan eş sayısı ise, kişinin evlenirken seçtiği eş sayısı olarak tanımlanmakta; tek eşlilik ve çok eşlilik olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Çok eş evliliği; diğer bir ifade ile poligami; hem kadınların hem de erkeklerin birden fazla eşe sahip olması anlamına gelmektedir. Kadınların birden fazla erkekle evlenmesi poliandri; erkeklerin birden fazla kadınla evlenmesi polijini olarak adlandırılmaktadır. Asya, Ortadoğu ve Afrika ülkelerinde polijini kabul görürken; Hindistan'da Tada ve Noyar toplumlarında poliandrinin onaylandığı görülmektedir (Berkun ve Hızlı Sayar, 2013). Ancak dünya üzerinde birçok toplumda evlilik tek eşliliğe yönelmiştir. Tek eşlilik (monogami), hem kültürel anlamda bir ideal olarak benimsenmekte, hem de dinen ve hukuken desteklenmektedir (Yıldırım, 2011).

Aile tiplerindeki çeşitlilik nedeniyle çok sayıda sınıflandırma yapılmış olmakla birlikte; aile olgusu üzerine etkili olan faktörlerden otorite, üye sayısı ve eş adedi esas alınmak üzere aile tipleri üç ana grupta toplanabilir (Könezoğlu, 2006). Otorite dikkate alınarak yapılan sınıflandırmada; ana hukukuna bağlı (maderi) aile, baba hukukuna bağlı (pederi) aile olmak üzere iki tip aile görülmektedir. Üye sayısına göre aile tipleri; büyük aile (geleneksel aile, geniş aile), küçük aile (çekirdek aile), geçiş ailesi ve parçalanmış aile olmak üzere dört gruba ayrılmaktadır. Eş adedine göre ise monogamik ve poligamik (poliandrik ve polijinik) olmak üzere iki farklı aile tipi bulunmaktadır (Berkun ve Hızlı Sayar, 2013).

Ülkemizdeki aile tipleri incelendiğinde, genel yapı itibariyle geniş aile, çekirdek aile ve geçiş ailesi tiplerinin yaygın olduğu görülmektedir. Geniş aile, birkaç kuşağın bir arada genellikle aynı çatı altında bulunduğu aile tipidir. Çekirdek aile, anne, baba ve çocuklar olmak üzere iki kuşaktan oluşan aile tipidir (Özgüven, 2014). Geçiş ailesi ise; köy ailesine göre kişi sayısı daha az, yararlı bulduğu bazı köy özelliklerini devam ettiren, ancak bununla birlikte uygun bulunduğu kentsel yaşam özelliklerinin bir kısmını kabullenmiş iki aile tipi arasından geçiş durumu gösteren aile tipidir (Yasa, 1977). Ayrıca aileler ülkemizde evlilik çeşitlerine göre görücü usulü, tercihli, anlaşmalı, oturakalma usulüyle yapılan evliliklerden oluşan aileler olmak üzere sınıflandırılabilir (Berkun ve Hızlı Sayar, 2013).

2.1.4. Evlilik ve Aile İlişkisi

Evlilik ve aile birbirleriyle ilişkili kavramlardır. Ancak aralarında bazı farklar da bulunmaktadır. Evliliğin özellikle ilk dönemlerinde çiftler ihtiyaçlarını giderme, birbirlerini anlama ve tanıma gibi çeşitli tutumlar sergilemekte ve bu ilk dönemde kendilerini yüceltici birtakım unsurlara başvurmaktadır. Ancak ailede yalnızca çiftler bulunmamakta, ailenin diğer fertleri ve çocuklar da aile kapsamında ele alınmaktadır (Gladding, 2012).

Aile toplumun temel dinamikleri ile açıklanabilmektedir. Aile toplumun ön yargısını, beğenisini, inançlarını, değerlerini, göreneklerini ve geleneklerini yani kültürünü yansıtmaktadır. Aileler ilk olarak çiftlerin cinsel ve duygusal gereksinimlerinin karşılandığı yasal bir birliktelik olarak ele alınmaktadır. Burada evlilik kavramı devreye girmektedir. Ancak aile yalnızca çiftlere odaklı değildir. Çiftlerin yanı sıra ortak bir hedef için bir araya gelen kuralları, inançları ve çıkarları olan bir kümeyi oluşturmakta, içerisinde çocuklar büyütülmekte ve çocukların gereksinimleri de giderilmektedir (Yörükoğlu, 1989). Ailenin temelinde evlilik bulunmaktadır. Temelinde evlilik ve evlenme bulunan bu kurum, bazı kural ve ilkelerden oluşmaktadır (Budak, 2009).

Aile sosyal bir yapıdır ve evlenme ile meşru yollardan oluşturulmaktadır. "Evlilik akdi" veya evlenme erkek ve kadının kanunlara uygun bir şekilde evlilik birliği oluşturmak amacıyla yaptığı hukuki işlemlerdir. Hukuki işlem ile

birlikte eşler bazı sorumluluklar kazanır. Evlilik sözleşmesi yapıldığı andan itibaren eşler artık “aile” statüsüne girmektedir (Yazıcıoğlu, 2007).

2.1.5. Evlilik Doyumu

Evlilik, bireylerin doyumları, iyi oluş seviyeleri ve hayat kaliteleri gibi pek alanda etkiye sahiptir. Pek çok alanda insan hayatını etkileyen evlilik, faydaları, zorlukları, mutlulukları, sevinçleri, güçlükleri ile bireylerin çoğu için gelecek planı olan toplumsal bir amaçtır. Evlilik insanların hayatlarından doyum almalarını sağlayan ve genel sağlık durumuna olumlu yönde etki eden sosyal bir kurumu oluşturmaktadır (Hayward ve Zhang, 2006).

Evliliğin başarılı olması eşlere fiziksel, sosyal ve duygusal açıdan yakınlık kazandırmaktadır. Eşler arasında sağlanan bu yakınlık ve destek, birbirlerine duyulan saygı, sevgi ve değeri ön plana çıkarmakta ve eşler kendilerini insan olarak değerli hissetmektedir. Evliliğin olumlu birçok etkisi vardır ve bunu gösteren çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Williams ve Umberson, 2004; Helms ve Buehler, 2007). Bu çalışmalardan bazıları evli insanların duygusal destek derecelerinin daha yüksek olduğu ve depresyona eğilimlerinin oldukça düşük olduğunu gösterirken, bazıları evliliğin ekonomik desteğin yararları nedeniyle fakirleşme riskini azalttığını göstermekte; maddi ve manevi olumlu yönlerini ortaya koymaktadır (Waite ve Gallagher, 2000; Atta-Alla, 2009). Bunların yanı sıra çalışmalarda evliliğin hayat kalitesi ile doğrudan ilişkili olduğu, ölüm ve hastalık oranlarını düşürdüğü, daha doyumlu ve mutlu bir hayata erişimde rolü olduğu da belirtilmektedir (Hünler ve Gencöz, 2003; Ross ve Mirowsky, 2002). Bu başarıda rol oynayan birçok kavram bulunmaktadır. Bunlardan birisi de evlilik doyumdur.

Evlilik doyumu; *“evlilik kurumu içinde eşlerin birbirlerine karşı gösterdikleri sevgi biçimi, cinsel doyum, iletişim biçimi gibi kişisel boyutlardan ve verilen kararlarda eşitlik, kazanç, çalışma ve problemleri paylaşma gibi çevresel boyutlardan elde edilen psikolojik tatmin”* olarak tanımlanmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013).

Evlilik doyumu başarılı evliliği destekleyen en önemli kavramlardan birini oluşturmaktadır. Evliliğin başarıya ulaşmasında evlilik doyumunu yakalamak

ve devam ettirmek oldukça önemlidir. Evlilik doyumu, “evliliğin algılanan faydalarını ve ödenen bedeli yansıtan bireye özgü zihinsel bir durum” şeklinde ifade edilmektedir. Bireylerin ödedikleri bedel ne kadar çoksa eşten ve evlilikten o kadar az doyum elde etmektedir. Başka bir ifade ile evlilik doyumu, “kişilerin evlilik ilişkilerinde ihtiyaçlarının karşılanma derecesine ilişkin öznel inancı” olarak tanımlanmaktadır. Evlilik ilişkisinde hem problemleri paylaşma, çalışma, kazanç ve verilen kararlarda eşitlik gibi çevresel kapsam açısından, hem de iletişim tarzı, cinsel doyum, eşlerin birbirine olan sevgi ve saygıları gibi bireysel kapsam açısından kişilerin elde ettiği psikolojik doyumdur (Kasapoğlu ve ark., 2017). Eşlerin evliliği nasıl algıladığı, evliliğe olan bakış açıları ve evlilikle ilgili duygu ve düşünceleri de evlilik doyumunu ifade etmektedir. Bir çiftte evlilik doyumunun yüksek olması evlilik kalitesinin yüksekliğine, dolayısıyla sağlıklı bir evliliğe işaret etmektedir. Evlilik doyumu üzerinde 3 temel unsurun etkisi bulunmaktadır. Bunlar ebeveyn olma, yeterince bağlılık ve yeterince karşılıklı sevgidir.

Evlilik doyumunu etkileyen faktörler şu şekildedir (Canel, 2007):

- Çocuk kaynaklı problemler
- Eşlerin daha önce yaşanmış olanları şimdiki ilişkisine yansıtması
- Eşlerin kendine ait özellikleri ilişkiye yansıtması
- Evlilik sürecinde cinsiyete dair rollerin yerine getirilmemesi
- Cinsel hayatın doyuma ulaşmaması
- Ekonomik konular ile ilgili anlaşmazlıklar
- Karşılıklı vakit geçirememesi
- Evlilik hayatının şiddet içermesi
- Çatışmaları çözme becerisinin düşük olması
- İletişim tarz ve düzeylerinin sorun çözmeye yetememesi
- Evlilik hayatında duygusal bağlılık, aşk ve sevgi

2.1.6. Evlilikte Cinsellik

Cinsellik, bir insan hayatındaki en önemli güçlerden birisini oluşturmaktadır. Belli bir psikolojik ve fizyolojik süreç sonucunda ortaya çıkan, bireyden bağımsız olmayan ve insan hayatına yayılmış bir güç olan cinsellik, kendi sistemi olan, hareketli ve birçok değişkeni olan bir süreci oluşturmaktadır. Cinsellik gücünü inkar etmek ya da görmezden gelmeyi kabul etmek, büyük problemlere yol açabilmektedir. Bir olma süreci cinsellik mekanizması ile başlamakta ve sürdürülmektedir (Weeks ve Hof, 2012).

Evlilikte cinsellik çok önemlidir ve evlilik doyumunu belirlemede önemli bir değişken olarak kabul edilmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Bireyler arasında cinsel etkileşim istenen ve beklenen düzeyde ise, bireyler endişeden uzaklaşmakta, birbirlerine daha yakın olmakta, birbirlerini koruma hissi doğmakta, sıcaklık ve sevgi duyguları hissedilebilmektedir. Cinsel etkileşim istenen ve beklenen düzeyde değil ya da yanlış bir etkileşim söz konusu ise, evlilik doyumuna ulaşmada sorunlar yaşanmaktadır. Ayrıca şu duyguları da beraberinde getirmektedir (Dokur ve Profeta, 2006):

- Uçlarda olma
- İç sıkıntısı
- Gerginlik
- Kendini kapatma
- Uzak durma
- Kaygı duyma
- Kadınlık ve erkeklik rollerinde anlaşılmama
- Güçsüzlük hissetme
- Sevilmediğini düşünme ve korku duyma
- Mutsuzluk

Sevgi dolu ve birbirlerine aşık bir çiftin cinsel beraberliği en heyecanlı ve en özel bağlanma şeklini oluşturmaktadır. Aşk bireyi hem duygusal hem de cinsel açıdan yakınlaştırmaktadır. Cinsel açıdan birliktelik isteği hem bireyin benliğinin farkına varmasını sağlamakta ve benlik saygısını artırmakta hem de eşi ile bu özel anı yaşaması ile duygusal doyumu elde etmesine olanak sağlamaktadır. Cinsel birleşme, duygu yoğunluğu ve tene temas etme beraberinde fiziksel doyumu ve evlilikte doyumu getirmektedir (Weeks ve Hof, 2012).

Cinsel yaşantı da, günlük yaşantı da olduğu gibi, hissedilen duyguların paylaşımı için davranış ya da söz içeren bir iletişim gerekmektedir. Bu iletişim gerçekleşmezse hem bedensel tatmin gerçekleşmeyecek hem de ruhsal tatmin duygusuna ulaşamayacaktır (Taşçı, 2010).

Evli kadınlar, cinsel sorunlar nedeni ile bir psikolog ya da doktora gittiklerinde, kocalarının umursamaz olduğunu, kendi ihtiyacını karşıladıktan sonra sırtını dönüp yattığını ve ilgisiz olduğunu söylemektedir. Bu durum kadınlarda cinselliğe yakınlığın, evlilikte eşinin kendisine duyduğu sevginin ve beğenildiğinin bir göstergesi olarak ele alınmaktadır. Kadınlar cinsel sorunların sevgi eksikliğinden kaynaklandığını düşünmektedir. Bir başka bakış açısından da kadınların cinsel isteklerinin eşlerine olan sevgilerinden kaynaklandığı öne sürülmekte ve kadınlar sevgi hissetmediğinde cinsel açıdan yakınlık kurmamaktadır (Taşçı, 2010).

Cinsel yaşamla ilgili iletişim problemleri yaşanması evlilikte yaşanan birçok çatışmanın temelini oluşturmaktadır. Çiftler cinsel açıdan heyecan duymak ve birliktelikten keyif alarak doyuma ulaşmak için birbirlerinin erotik istek ve gereksinimlerini bilmelidir. Ancak birbirlerine bu gereksinimleri açıkça ifade edemediklerinde birçok çatışma ve problem ortaya çıkmaktadır. Eğer çiftler cinsel hayatlarıyla ilgili sorunları doğru bir biçimde tanımlar ve gereksinimlerini birbirlerine tam ve açık şekilde iletebilirse, cinsel birliktelikte doyuma ulaşabilmekte ve bu durumda beraberinde evlilik doyumunu getirmektedir (Dokur ve Profeta, 2006).

2.2. Çift Uyum

Bu bölümde çift uyumunun tanımı, çift uyumsuzluğunun sonuçları, çift uyumunu etkileyen faktörler ve çift uyumunu sağlamanın yolları, çift uyumu ve bireysel değişkenler, çift uyumu ve ilişki değişkenleri hakkında bilgi verilecektir.

2.2.1. Çift Uyumunun Tanımı

Daha önce de belirtildiği gibi insan sosyal bir varlıktır ve hayatını sürdürmek için sürekli diğer bireylerle iletişim kurması gerekmektedir. İletişim kurmak ve sosyal yapıda varlığını sürdürmek için insan “uyum sağlama” becerisini kullanmaktadır. İnsanlar içinde bulundukları çevre ve topluma uyum sağlayabildiği ve bu uyumlarını devam ettirebildiği sürece sağlıklı ve mutlu bir hayat sürebilmektedir. Evlilik ve sevgililik gibi çift olma durumu da sosyal hayatın bir parçasını oluşturmaktadır ve bu nedenle çift uyumu çok önemlidir.

Çift olma ve birisi ile yakın duygusal bağ kurma, bireyin duygusal açıdan tatmin olmasını sağlamaktadır. Bu nedenle çiftler arasındaki mutluluk ve tatmin ile çift uyumu arasında yakın bir ilişki olduğu düşünülmektedir. Bazı yazarlar, çift uyumu kavramını evlilik doyumu ve evlilik kalitesi gibi kavramlarla karıştırabilmektedir. Ancak bu kavramlar birbirinden farklıdır. Çift uyumu literatürde açık bir şekilde kavramsallaştırılmamıştır. Bu kavramsallaştırma eksikliği literatürde çift uyumunun farklı yazarlarca farklı şekillerde tanımlanmasına neden olmaktadır (Fışıloğlu ve Demir, 2000).

Çift uyumunun en çok karıştırıldığı kavram evlilik doyumudur. Evlilik doyumu bir bireyin evliliği ya da birlikteliği ile ilgili duyguları ve birlikteliğine bakış açısıdır. Bir bireyin çift ilişkisinden duyduğu mutluluk ve tatminin derecesini belirtmektedir (Nicholas, 2005). Evlilik doyumunda söz konusu olan bireyin kendi birlikteliğini değerlendirmesi ve algılamasıdır. Bireylerin birlikteliklerinde hissettiği hoşnutluk ve öznel mutluluk duygularını içermektedir (Tezer, 1986).

Çift uyumunda ise, evlilik doyumundaki gibi bireylerin kendi algıları değil, birlikteliğin niteliği ve aralarındaki durum değerlendirilmektedir. Çifti oluşturan bireylerden her birisinin iyi ilişki sürdürebilme kapasitesi ön plana

çıkılmaktadır. Bir çiftin uyumlu sayılabilmesi için aile ve evliliği ya da birlikteliği ilgilendiren konularda fikir birliği sağlayabilmeleri, problemlerini olumlu biçimde çözebilmeleri ve birbirleriyle etkileşim kurabilmeleri gerekmektedir. Çiftlerin uyumlu olması, ilişkide iki tarafında mutlu ve memnun olduğu anlamına gelmektedir (Erbek ve ark., 2005).

Bu bilgiler doğrultusunda çift uyumu; çiftlerin birlikteliklerindeki işlevsellik ve başarılarını tanımlayan, hem mutluluk hem de evlilik doyumu kavramını kapsayan genel bir terimdir şeklinde tanımlanabilir (Kalkan, 2002).

Bir ilişkinin devam ettirilebilmesi ve sağlıklı olması için çift uyumu yüksek olmalıdır. Çift uyumu, devam eden bir ilişkinin yönünü ve durumunu belirlemektedir. Bu nedenle çiftler arasındaki uyum, kötü ya da iyi biçiminde tanımlanabilecek, belli bir süreklilik içindeki hareket süreci şeklinde de ifade edilebilmektedir (Fışıloğlu, 1992). Bir çift arasında uyumu belirleyecek bazı unsurlar bulunmaktadır. Bunlar şu şekildedir (Fidanoğlu, 2007):

- Çift olma bakımından önemli görülen konularda fikir birliği
- Çiftlerin birbirine olan bağlılığı
- Çiftler arasındaki doyum
- Bireylerarası kaygı ve gerilimler
- Çiftler arasında sorun yaratan farklılıklar
- Bu doğrultuda, çiftler arasındaki etkileşim, mutluluk, aile ve çifti ilgilendiren konularda görüş birliği yapılması ve sorunların olumlu biçimde çözülmesi, uyumlu olmaya işaret etmektedir.

Çift uyumu, çiftlerin günlük hayatlarına ve hayatları içerisinde değişen şartlara uyum sağlamaları ve belli bir zaman dilimi içinde birbirlerine uyumlu şekilde değişiklik göstermesi şeklinde de tanımlanmaktadır (Spanier, 1976). Uyumlu bir çiftte, eşler arasında önemli anlaşmazlık yaşanmamakta, anlaşmazlıklar her iki tarafından memnun olacağı şekilde çözülmekte ve çiftler birbirleri ile rahat iletişim kurabilmektedir (Sabatelli, 1988).

2.2.2. Çift Uyumsuzluğunun Sonuçları

Çift uyumsuzluğu sonucunda çiftler birbirlerine karşı birçok sorumluluğu yerine getirmemekte ve ilişkiden alınan doyum olumsuz yönde etkilenmektedir. Çift uyumsuzluğu ile oluşabilen bazı sonuçlar şu şekildedir (Gerson, 1995):

- Çift olarak birbirine destek olmamak ve ortak hayat felsefesi geliştirememek
- Çiftin kendileri için oluşturduğu amaçlarda ortak noktaya varamamak
- Birlikte karar verememek
- Ev dışındaki işlerde ve başka insanlarla olan ilişkilerde ölçüyü kaçırmak
- Sorumlulukları paylaşmamak
- Otorite alanını belirlememek
- Bireysel özgürlüğü sınırlamak
- Ekonomik gereksinimleri karşılamamak
- Ev içi rahatlığı sağlayamamak
- Komşuluk ilişkileri kuramamak
- Toplumsal yükümlülükleri ve kanunların belirlediği görevleri yerine getirememek
- Birbirlerine karşı duyulan şefkat ve sevgi duygularını kaybetmek

Yukarıdaki sonuçların birikmesi ile ayrılık da gelmektedir. Çift uyumunu yakalayamayan birçok çift, çift terapilerine başvurmakta ve aralarındaki problemleri bu terapiler yardımıyla çözmeye çalışmaktadır (Samancı ve Ekici, 2010).

2.2.3. Çift Uyumunu Etkileyen Faktörler ve Çift Uyumunu Sağlamanın Yolları

Çift uyumunu etkileyen faktörler, bireysel faktörler, çiftten kaynaklı faktörler ve çevresel faktörler olmak üzere üçe ayrılmaktadır (Özden, 2013):

- Bireysel faktörler
 - Esneklik
 - Aşk
 - Teslimiyet
 - İddialılık
 - Özgüven
 - Dışadönüklük
 - Olumlu özellikler
 - Aşırı utangaçlık
 - Kronik irritabilite
 - Depresyon
 - Aşırı saldırganlık ve kırgınlık
 - Aşırı tepkisellik
 - İşlevsel olmayan düşünceler
 - Stresle başa çıkma güçlüğü
 - Bireysel problemler
- Çiftten kaynaklı faktörler
 - Uzlaşma
 - Güç kontrolü ya da paylaşımı
 - Yakınlık
 - Kaynaşma
 - Çatışma Çözme Becerileri
 - İletişim becerileri

- Negatif ilişki tarzları
- Çiftlerin problemleri
- Çevresel faktörler
 - Dış uğraşların verdiği gerilim
 - Ebeveynlik stresi
 - İş stresi
 - Arkadaş ve anne baba desteği
 - Anne ve babanın evliliği
 - Aileden bağımsızlaşabilme
 - Aile sürecinin izleri
 - Aile kökeninin etkileri
 - Eşin yakın akrabaları, sağlık, borçlanma gibi diğer stres faktörleri

Yukarıda bahsedilen faktörler çift uyumunu etkilemektedir. Etkileri bazen olumlu olabilirken, bazıları olumsuz olmakta ancak bütününe bakıldığında çift uyumunu şekillendirdiği görülmektedir.

Aile olmak, çift olmak, birlikte olmak kavramlarının ortak yanları, bütünlüğün sağlanması gerekliliğidir. Eşlerin birbirlerini ve niteliklerini nasıl algıladığı, ilişkideki rollerini nasıl gördükleri, birbirleriyle iletişim kurma şekilleri bütünlüğün sağlanmasında oldukça önemlidir. Çiftlerin birbirine tam anlamıyla bağımlı olduğu göz önünde bulundurulursa, birbirlerine olan davranışlarının bütünü oluşturduğu, her bir davranışın bir diğerini etkilediği ve doğru, olumlu davranışlar zinciri sonucunda uyumun sağlanabildiği anlaşılmaktadır (Çelik, 2006).

Çift uyumu bireysel, çiftlerle ilgili ve çevresel faktörlerden etkilenmektedir. Bu nedenle çift uyumu sağlanmasında hem bireylere, hem çift olarak birlikteliğin her iki tarafına hem de çevreye önemli görevler düşmektedir. Bu bilgiler doğrultusunda çift uyumu sağlamak için uzmanların çiftlere verdiği öneriler şu

şekilde sıralanabilir (Karakaya, 2018).

- Ortak noktada buluşmak
- Ben duygusu yerine biz duygusunu benimsemek ve kabullenmek
- Birbirinin şahsiyetine değer vermek
- Karşılıklı hediyeleşmek
- Anne ve babaya değer vermek
- Her konuda karşılıklı destek olmak
- Kaba ve kırıcı davranmamak
- Kapris yapmamak
- Birlikte vakit geçirmek
- Aile içi toplantılarına önem vermek
- Ameli, kalbi ve zihni birlikteliği sağlamak

Çevresel olarak çift uyumu sağlamanın yolları olarak ise, hükümetlerin aile ve iş yaşamını uyumlaştırmak için bakım hizmetleri, doğum sonrası izinleri ve esnek istihdam imkanları yaratması ele alınabilir. Doğum sonrasında izinlerin yalnızca anneye değil, babaya da verilmesi, ebeveyn izinlerinin düzenlenmesi bu uyumda önemli bir adım atılmasını sağlayabilecektir. Ayrıca kadınların çocuk sahibi oldukları için işten uzun süre ayrı kalmaları önlenerek, erkeklere maddi ve manevi destek verebiliyor olmaları da uyum için oldukça önemlidir (Işığışık, 2005).

Bazı yazarlara göre çiftler arasında uyumu yakalamanın temeli evlilikten geçmektedir. Evlilik yolu ile aile kurmak toplumun temel taşı olarak görüldüğü için çiftlerin birbirleri ile uyumu toplumun desteği ile artmaktadır (Yalçın, 2014).

2.2.4. Çift Uyumu ve Bireysel Değişkenler

Yapılan çalışmalar çift uyumu ile bireysel değişkenler arasında ilişki olduğunu göstermiştir. Demografik özellikler bağlamında cinsiyet farklılığının çift uyumunu etkilediği gözlemlenmiştir. Bazı çalışmalar erkeklerin, kadınlara göre çift uyumunun daha yüksek olduğunu saptamış (Gökmen, 2001), bazı çalışmalar ise çift uyumunun hem kadınlar hem de erkekler için benzer düzeylerde olduğunu belirlemiştir (Dökmen ve Tokgöz, 2002; Çelik, 1997).

Demografik özellikler bağlamında yaş değişkeninin de çift uyumu üzerinde etkisi olduğu yapılan çalışmalar da ortaya koyulmuştur. Literatürde birçok çalışma orta yaşlı yetişkinlerin (41-50 yaş arası), gençlere (23-30 yaş arası) ve yaşlı yetişkinlere (50 yaş üstü) göre çift uyumunda daha büyük sorunlar yaşadığını göstermektedir (Jose ve Alfons, 2007; Rhyne, 1981; Anderson ve ark., 1983). Ayrıca yapılan çalışmalarda yaşlı yetişkin olarak adlandırılan 50 yaş üstü bireylerde çift uyumunun yüksek olduğu ve birlikteliklerin daha uzun ve istikrarlı devam ettiği gözlemlenmiştir (Lindahl ve ark., 1997).

Eğitim düzeyinin çift uyumunu etkilediğini gösteren çalışmalar da yapılmıştır. Bu çalışmalara göre eğitim düzeyi üniversite ve üstü olan bireylerde çift uyumunun daha yüksek olduğu saptanmıştır (Dökmen ve Tokgöz, 2002; Aydın ve Tutarel, 2009).

Demografik özelliklerin yanı sıra çift uyumu evlilik doyumu, çocuk sayısı ve birliktelik süresi gibi faktörlerden de etkilenebilmektedir. Özellikle birliktelik süresi ile ilgili yapılan çalışmalar otuz yılı geçen evliliklerde genel sorunların düştüğünü ve çift uyumunun daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıca evlenme yaşının büyüklüğü de uyumu artırmaktadır. Çocuğu olmayan bireyler de çocuklu bireylere göre çift uyumunun daha düşük olduğu belirlenmiştir (Aydın ve Tutarel, 2009; Ulu, 2009; Jose ve Alfons, 2007).

Bireysel değişkenlerden olan kişilik özelliklerinin çift uyumu ile ilişkisi de yapılan çalışmalarda incelenmiştir. Gattis ve arkadaşları (2004), çift uyumunun azalmasında anlaşmazlık, düşük tutarlılık ve olumsuz ifadeye sahip olmanın etkisi olduğunu belirlemiştir. Chen ve arkadaşları (2007), yaptıkları çalışmada eşlerden birinin nevrotik oluşunun, diğerinin

dışadönüklük ve doyumunu azalttığı ve uyumu bozduğunu ortaya koymuşlardır.

Bu durum Watson ve ark., (2004) tarafından da desteklenmiş ve yazarlar çiftlerin kişiliğine göre uyumun değişebildiğini saptamışlardır. Bu çalışmaların yanı sıra atılganlık gibi kişilik özelliklerinin çift uyumu üzerindeki etkisi de araştırılmış ve hiçbir etkisi olmadığı da saptanmıştır (Reath ve ark., 1980).

Çift uyumunun, bireysel olarak eşin duygusal özellikleri ve akılcı olmayan inançlara bağlı olarak değişiklik gösterebildiği de saptanmıştır. Akıl dışı inançların çift uyumu üstündeki etkisinin incelendiği bir çalışmada, partnerlerin sorunların karşı taraftan kaynaklandığı ileri sürdükleri, karşı tarafın mantıksız inançları ve duygusal sorunları olduğu için uyum sağlayamadıklarını söyledikleri saptanmıştır. Eşlerden birindeki “ben kötü bir insanım” ya da “ben suçluyum” şeklinde düşünceler ve inançların endişe ve öfkeye dönüştüğü ve bunun sonucunda çift uyumunda düşüş olduğu belirlenmiştir (Ellis, 1986; Addis ve Bernard, 2002).

2.2.5. Çift Uyumu ve İlişki Değişkenleri

Araştırmacılar uzun yıllardır sağlıklı birliktelikler ve daha yüksek çift uyumuna katkıda bulunan faktörleri ve değişkenleri belirlemek için araştırma yapmaktadır. Yapılan araştırmalarda çift uyumu ile birçok ilişki değişkeni arasında ilişki olduğu saptanmaktadır.

Sprecher ve arkadaşları (1995), yaptıkları çalışmada, destekleyici iletişim, arkadaşlık ve cinsel ifadenin yüksek kaliteli bir birlikteliğe yol açtığını saptamışlardır. Karney ve Bradbury ise (1995), başarılı ve uzun süreli bir birliktelik için her iki ebeveyninde başarılı evliliklerinin olması, eşlerin benzer tutum, ilgi alanı ve kişilik tarzlarına sahip olması, yeterli ve istikrarlı bir gelirin varlığı gibi değişkenlerin önemli olduğunu belirlemiştir.

Tatmin edici bir evlilik ve çift uyumunun, partnerler arasında açık, dürüst ve doğrudan iletişim, empati kurma, duygusal olarak yakınlık, cinsel ilişkide açıklık, birbirlerine fiziksel sevgi ve saygı göstermesinden kaynaklandığını ve partnerler arası sınırların net çizilmesinin çift uyumunu artırdığı da

belirtilmektedir (Firestone ve Catlett, 1999). Çift uyumunun önemli belirleyicileri arasında çiftlerin ilişki becerileri de bulunmaktadır. Yapılan çalışmalar çiftlerin farklı davranış ve becerilerini incelemiştir. Sonuçlar; cinsiyet, karar alma ve kontrol, iletişim ve çatışma yönetimi ve cinsel ilişki kalitesinin çift uyumunda doğrudan etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle çiftlerin iletişim ve çatışma becerileri çift uyumunu direkt etkilemektedir (Lawrence ve ark., 2008).

Yapılan çalışmalarda çift uyumunun aile yaşam döngüsü evrelerine göre bir değişiklik gösterip göstermediği de araştırılmıştır. Araştırmalarda çiftlerin ilk çocuklarının doğumundan sonra çift uyumunun daha düşük olduğu, erken çocukluk yılları boyunca bu düşüklüğün devam ettiği saptanmıştır. Araştırmalardan bazıları evliliğin ilk yılları aşıldıktan sonra çift uyumunun daha yüksek olduğu, birliktelik ya da evliliğin ilk yıllarında genellikle çift uyumunun düşük olduğunu göstermiştir (Jose ve Alfons, 2007; Spanier ve ark., 1975).

Fışıloğlu ve Demir (1999), yüksek çift uyumu düzeylerinin, düşük yalnızlık düzeyleri ile ilişkili olduğunu saptamıştır. Yani yalnızlık düzeyi düşük olan çiftlerde daha yüksek uyum gözlenmektedir. Ayrıca birlikteliği kendisi seçen ve kimseden etkilenmeyen bireylerde çift uyumunun başkasının etkisinde kalanlara göre daha yüksek olduğu da belirlenmiştir. Evli çiftlerde evlilik öncesi paylaşımlarında evlilik sonrası çift uyumuna doğrudan etki ettiği saptanmıştır.

Polat ve İlhan (2018), evli bireylerde çift uyumu ve bazı psikolojik belirtileri (depresyon, kaygı ve stres) benliğin farklılaşması açısından incelemiştir. Sonuç olarak duygusal kopmanın çift uyumunu olumsuz yönde etkilediği; bireylerin farklılaşma düzeyleri arttıkça çift uyumlarının da arttığı tespit edilmiştir.

2.3. Cinsel Doyum

Bu bölümde cinsellik ve doyum kavramları, cinsel doyum kavramının tanımı, önemi ve boyutları, cinsel doyum sağlama yolları, cinsel doyum ve bireysel değişkenler, cinsel doyum ve ilişkisel değişkenleri ile cinsel doyum ve çift

uyumu arasındaki ilişki konularına değinilecektir.

2.3.1. Cinsellik ve Doyum Kavramları

Cinsellik insana özgü, oldukça merkezi ancak bir o kadar da kenarda kalması istenen bir kavram olarak görülmektedir. İnsanların soyunun devam etmesi ve insanın biyolojik olarak cinsel gereksinimlerinin giderilmesi için anahtar olarak görülen cinsellik, tarih boyunca hep ilgi odağında olmuştur. Cinsellik, en dar şekliyle iki birey arasında meydana gelen psikolojik ve fizyolojik etkileşim olarak görülse de, büyük ölçüde kültürel, ekonomik, siyasal ve toplumsal yapıların etkileriyle biçimlenen ve anlam kazanan bir kavram olarak ele alınabilir. Bu doğrultuda; cinsellik, insanların hayatının merkezinde bulunan unsurlardan birisidir ve üremeyi, yakınlığı, zevki, erotizmi, cinsel yönelimi, toplumsal cinsiyet rollerini ve kimliklerini ve seksel kapsamaktadır. Cinsellik ilişkilerde, kimlikte, uygulamalarda, davranışlarda, değerlerde, tutumlarda, inançlarda, arzularda, fantezilerde ve düşüncülerde yaşanabilmektedir. Bu anlamda cinsellik kavramı, ruhsal, dini, tarihsel, kültürel, siyasal, ekonomik, sosyal, psikolojik ve biyolojik faktörlerin etkileşimleri ile biçimlenen bir olgu şeklinde tanımlanabilmektedir (T. C. Sağlık Bakanlığı, 2009).

Türk Dil Kurumu (2018)'na göre, cinsellik "cinsel özelliklerin bütünü, eşeysellik" şeklinde tanımlanmaktadır. Cinselliği en genel ve biyolojik hali ile ele alan bu tanım, cinsel özelliklerin hangi faktörlere göre şekillendiği, niteliklerinin ne olduğu ve hatta bu özelliklerin ne olduğunu açıklamada yeterli olmamaktadır. Cinsellik erkek ya da kadın olmak, üremek yani, neslin ve hayatın devamını sağlamak ve beden teması ile haz ve mutluluk hissetmek şeklinde tanımlanmaktadır (Keçe, 2009).

Bu bağlamda cinsellikte mutluluk ve hazzın oluşması veya cinselliğe yönelme sebebi, önemli derecede dış etmenler tarafından belirlenmektedir. Cinsellik, iki insanın uyum içindeki beraberlikleri ve cinsel doyumu içeren tabular, değer yargıları, sosyal kurallar ile belirlenmiş, sosyal, psikolojik ve biyolojik yönleri olan özel bir yaşantıdır. Temelde mutluluk ve zevk almaya yönelik tüm davranışları kapsamanın fiziksel seksten daha öte bir anlamı vardır ve evlilik

ve birlikteliklerde ilişkinin durumuna etki eden önemli unsurlardan birisini oluşturmaktadır (Gülsün ve ark., 2009).

Cinsellik birçok düşünür tarafından üreme amacıyla yapılan bir eylem olmaktan öte bir şekilde ele alınmaktadır. Cinselliğin net ve kesin bir tanımının yapılmasına karşı olan bu düşünürler, karşı cinsin bedeninden haz veren ve doygunluğa ulaştıran her şeyin cinsel olarak adlandırılabilirliğini öne sürmektedir. Bu düşünürlerden Freud'a göre cinsellik, libido olarak adlandırılan ruhsal enerjiyi yakıt olarak kullanan, saldırganlığı da içerisinde bulunduran insanın iki temel dürtüsünden birini oluşturmaktadır ve sevgi, aşk gibi hislerden önce gelmektedir (Freud, 2006).

Doyum kavramı ise; “kanaat, kanma, yetinme, doyma işi, elindekinden hoşnut olma durumu, orgazm, bazı istekleri giderme ve tatmin” şeklinde tanımlanmaktadır (TDK, 2018). İstenen bir şey elde edildiğinde ya da yapılmak istenen bir şey yapıldığında hissedilen hoş duygu ya da bir bireyin cinsel arzularının tatmin edilmesi şeklinde de tanımlanabilmektedir (Cambridge Dictionary, 2018). Kullanıldığı yere göre anlam kazanmaktadır: cinsel doyum, iş doyumu, müşteri doyumu, evlilik doyumu gibi.

2.3.2. Cinsel Doyum Kavramının Tanımı, Önemi ve Boyutları

Bireylerin cinsellikle alakalı olumlu ve olumsuz boyutları nesnel şekilde değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan tepkiye cinsel doyum adı verilmektedir (Özcan, 2014). Diğer bir deyişle cinsel doyum bireylerin cinsel deneyimlerinden aldıkları keyif ve memnuniyetlerini ifade etmektedir. Cinsel doyum, ilişkinin hem cinsel yönlerine hem de cinsel olmayan yönlerine işaret etmektedir. Bir bireyin yaşı, cinsiyeti, içinde yaşadığı ortamın kültürü, hayat koşulları, toplum içerisinde kurduğu ilişkiler ve yaşamı boyunca cinsel deneyimlerinin durumu gibi faktörler cinsel doyumun bireyden bireye farklı olmasına yol açabilmektedir (Yılmaz, 2014).

En genel tanımı ile cinsel doyum, çiftlerin birlikteliklerinin cinsel yönü ile ne hissettiklerini ifade etmektedir (Sprecher ve McKinney, 1993). Cinsel doyum, kişinin cinsel ilişkiyle ilgili öznel değerlendirmesi sonucundaki duygusal cevap olarak da ifade edilebilmektedir. Cinsel deneyimle ilgili bireyin öznel

değerlendirmesi hem psikolojik hem de fizyolojik uyarımın bir karışımdan oluşmaktadır. Bu nedenle cinsel doyum çok boyutludur ve bir bireydeki hem fizyolojik hem de duygusal yönleri ele geçirmektedir (Frank ve ark., 1986).

Cinsel doyumun bu çok boyutlu ve karmaşık doğası Carpenter ve arkadaşları (2007), tarafından cinsel doyum üzerine üç farklı etki düzeyinde gösterilmiştir. Bunlar;

- 1- Birinci seviye: Fizyolojik ve psikolojik duygu/tepkileri ve bireyin cinsellik konusundaki tutumlarını içerir.
- 2- İkinci seviye: Yakın bir ilişkinin kişilerarası dinamiklerini içerir.
- 3- Üçüncü seviye: Cinsellik üzerindeki sosyo kültürel etkileri yansıtır.

Bu üç farklı boyut ve bunlara etki eden çok çeşitli faktörler cinsel doyumun deneyimlenmesini ve algılanmasını etkilemekte ve cinsel doyumunu belirlemektedir (Carpenter ve ark., 2007).

Cinsellik evlilik ve birliktelik içerisinde oldukça önemli ve bağlayıcı bir unsurdur. Eğer sağlıklı bir şekilde cinsellik yaşıyorsa, partnerler arasındaki bağ derin olmakta, partnerler arası yakınlık hissi gelişmektedir. Buna ek olarak, partnerler arasındaki stresin azalmasına da yardımcı olmaktadır. Partnerler arasında “sağlıklı” olarak adlandırılabilen bir cinsel ilişki söz konusu iken, sıcaklık, koruma ve sevgi gibi duygular gelişmektedir. Bu hislerin gelişmesi, çiftlerin birbirlerinin cinsel konulardaki arzularını ifade etmesi, karşılıklı düşünce ve beklentilere saygı duyması ile mümkün olmaktadır (Canel, 2012).

Tam aksine, cinsel hayatları sağlıksız olan ve problemler yaşayan partnerler arasında sorunlar olabilmekte, doyum ve alınan haz azalmaktadır. Bunları yanı sıra sağlıklı cinsel ilişki, cinsel ilişki sırasındaki tutumlardan, sıklıktan, zamanından ve yerinden duyulan doyumla da ilişkilidir ve bu durum cinsel doyumunu doğrudan etkileyebilmektedir (Bozdemir ve Özcan, 2011).

Cinsellik, evliliğin ya da birlikteliklerin kritik bir yönünü oluşturmakta, hatta evliliklerin “mikro kozmos yani küçük evren”ini oluşturmaktadır (Crowe,

1995). Ayrıca özellikle evlilik ilişkisi, toplumun cinsel ilişkiyi en çok kabul ettiği ve yargılamadığı ilişki türü olmasıyla cinsel doyumda ön plana çıkmaktadır. Yapılan çalışmalar, kadınlar için medeni durum ve cinsel doyum arasında önemli bir bağlantı olduğunu göstermiştir. Özellikle evli olan kadınlarda cinsel doyumun çok yüksek olduğu, birlikte yaşamayı tercih eden kadınlarda toplum baskısı nedeniyle daha düşük olabildiği saptanmıştır (Henderson ve Veroff, 1994; Crowe, 1995).

2.3.3. Cinsel Doyumu Sağlama Yolları

Cinsel doyumu sağlamanın yolları ve sonucunda mutlu ve doyumlu bir cinsel hayata ulaşmak şu etmenlerle ilişkilendirilmektedir (Özcan, 2014):

- Cinsel doyum için en önemli unsurlardan birisi iletişimdir. İlişkinin saygı ve dürüstlük çerçevesinde gerçekleşmesi cinsel doyumu doğrudan etkilemektedir.
- Cinselliğin yaşanma biçimi, oral ve anal sevişme biçimleri gibi cinsellikle ilgili konularda çiftler birlikte karar almalıdırlar.
- Özellikle kadınların cinsel doyuma ulaşması için ön sevişme çok önemli görülmektedir. Bu nedenle ön sevişmeye vakit ayrılmalı ve partnerler birbirlerinin mutluluğunu gözetmelidir.
- Cinsel doyuma ulaşmak için en önemli koşullardan birisi de kişinin kendisini çok iyi tanıması ve kendisini sevmesidir. Kendisini seven ve tanıyan bireyler, partnerine daha pozitif bir yönelim sergilemekte ve cinsel doyumları yüksek olmaktadır.
- Karşılıklı güven, mutlu ve doyumlu bir cinsel ilişkinin anahtarını oluşturmaktadır.
- Cinsel doyuma ulaşmak, özellikle kadınlar için vakit ve mekana göre değişebilmektedir. O nedenle uygun bir yer ve zamanın seçilmesine dikkat edilmelidir.
- Cinsel doyum için bireyler kendi bedenlerindeki haz noktalarını keşfetmeli ve bunu partnerleri ile paylaşmaktan kaçınmamalıdır.

Cinsellik doyumu birçok faktörden etkilenmektedir. Bunlar şu şekilde sıralanabilir (Varma ve ark., 2005; Keskin ve ark., 2012; Demir, 2005):

- Bireyin yaşam şartları
- Bireyin cinsel deneyimleri
- Bireyin toplumsal ilişkileri
- Bireyin yaşı ve cinsiyeti
- Cinsel ilişkinin sıklığı,
- Çiftin çocuk sahibi olma durumu,
- Çiftin çalışma durumu
- Çiftin öğrenim durumu
- Çiftin bulunduğu toplumun kültürel durumu
- Aile planlaması yöntemi

Bu faktörler aşağıda cinsel doyum ve bireysel değişkenler ile cinsel doyum ve ilişki değişkenleri şeklinde yapılan çalışmalar kapsamında daha detaylı ele alınmıştır.

2.3.4. Cinsel Doyum ve Bireysel Değişkenler

Cinsel doyum demografik özellikler, kişilik özellikleri ve cinsel işlev bozuklukları gibi bir dizi bireysel değişkenle ilgidir. Literatürde, cinsel doyumla ilişkili olduğu bildirilen bazı demografik değişkenler bulunmaktadır. Yapılan çalışmalar genel olarak erkeklerin kadınlara göre daha yüksek cinsel doyuma sahip olduğunu göstermektedir (Kabakçı ve Daş, 2002; Gökmen, 2001). Bu çalışmaların aksine kadınların cinsel doyumunun daha yüksek olduğunu ya da kadınlar ve erkeklerin cinsel doyum düzeyleri açısından farklı olmadığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Renaud ve Byers, 1997).

Yaş ile cinsel doyum arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda ise tutarsız sonuçlar gözlenmekte bu nedenle de ikisi arasındaki ilişki belirsiz olarak değerlendirilmektedir. Çalışmalardan bazılarında cinsel doyumun yaş ile birlikte azaldığı saptanırken (Laumann ve ark., 1994), bazılarında yaş ile ilgisi olmadığını belirtmiş (Whitley ve Poulsen, 1975), bir kısım çalışmalarda ise

özellikle kadınlarda yaşlandıkça cinsel doyumun arttığı belirlenmiştir (Adams ve Turner, 1985).

Yapılan çalışmalar diğer bazı demografik ve sosyokültürel değişkenlerin de cinsel doyum üzerinde etkisi olduğunu göstermektedir. Eğitim düzeyindeki artış cinsel doyum üzerinde olumlu bir etkiye sahipken, lisans üstü eğitim gibi yüksek düzey eğitimde bu etkinin söz konusu olmadığı saptanmıştır (Call, 1995). Buna karşılık yüksek eğitim düzeyinin cinsel doyum düzeyini artırdığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Barrientoz ve Paez, 2006).

Sosyoekonomik düzeyin düşük olması, cinsel doyumun da düşük olmasına yol açmaktadır (Basat, 2004). Ayrıca siyasi görüşler de cinsel doyum üzerinde etki göstermektedir. Yapılan çalışmalarda liberallerin muhafazakarlara göre daha az cinsel doyuma sahip olduğu saptanmıştır. Çocuk sahibi olmakta kadınlarda daha yüksek düzeyde cinsel doyuma işaret etmekte, orgazm problemlerinin çocuk sahibi kadınlarda daha az görüldüğü bilinmektedir (Witting ve ark., 2008).

Sprecher ve McKinney (1993) literatürdeki bazı önemli bulguları özetlemiştir. Bu yazarlar, çeşitli bireysel ve kişilik faktörlerinin cinsel tatmin ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Bu faktörler arasında kadın rollerine karşı geleneksel tutumlar, bireyin bedeni üzerinde olumlu tutumları, özellikle de erkekler için eşinin vücudu hakkında olumlu düşünceler, bulunmaktadır. Ayrıca bu bulgulara göre kadınlar açısından cinsel olarak iddialı olmak, dışa dönük olmak ve anı yaşamak gibi tutumların ve özelliklerin de cinsel doyumunu artırdığı saptanmıştır.

Cinsel doyum ile ilgili çalışmalarda kişilik özelliklerinin rolü oldukça yoğun çalışılmıştır. Yapılan çalışmalar pasifliğin aksine atılganlığın kadınlarda cinsel doyumun artması ve cinsel aktivitenin artması ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Whitley ve Poulsen, 1975). Kadınlarda içe dönüklük-dışa dönüklük ve nevrotiklik açısından erkekler ile özdeş olma durumu da cinsel doyumun yüksek olmasına neden olmaktadır. Genel bir bakış açısı ile, her üç kişilik boyutunun da cinsel doyum ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Dışa dönüklüğün daha yüksek düzeyde cinsel doyum ile ilişki olduğu ve çiftler temelinde erkek

eşinin dışa dönükleştirilmesi ve kadın partnerin içe kapanması halinde cinsel doyumun en düşük düzeye ulaştığı görülmektedir (Farley ve Davis, 1980).

Marhese (1992), erkek ve dişi özelliklerinin, hem ikili ilişkiler hem de cinsel doyum üzerine etkileşimlerini incelemiştir. Bulgularına göre ne erkek ne de kadınlar için erkek ve dişi özellikleri önemli bulunmamıştır. Erkekler için androjenlik cinsel doyumla ilişkili iken kadınlar için etkisiz olduğu belirlenmiştir. Her ikisi de androjen olan çiftlerde cinsel ilişkiden daha çok cinsel doyum alındığında da belirlenmiştir. Özellikle kadınlar için erkek ve dişi özellikleri (erkeksi kadın, kadınsı erkek) ya da androjenliğin cinsel doyum ile olumsuz bir ilişki içerisinde olduğu saptanmıştır.

Bağlanma, cinsel doyum bağlamında incelenen bir başka değişkendir. Hazan ve Shaver (1987), yetişkin romantik aşkı bir bağlanma süreci olarak kavramsallaştıran ilk araştırmacılarıdır. Bu perspektife göre güvenli bağlanma stili, karşılıklı samimiyet ve zevk için mücadeleyle ilişkilidir. Kaçınılması gereken bağlanma tarzı olan bireyler ise duygusal mesafeyi sürdürme eğiliminde olmaktadır. Son olarak kaygılı-kararsız bağlanma tipine sahip bireyler cinsel ilişki yoluyla güvenlik ve sevgiye yönelik ihtiyaçlarını karşılamaya çalışmaktadır. Bağlanma stillerinin bireylerin cinsellik deneyimlerine nasıl yansıdığı göz önünde bulundurulursa, bu stillerin cinsel doyum üstünde etkisi olması da olası görünmektedir. Birnbaum (2007), bağlanma kaygısının cinsel işlevsellik açısından zararlı olduğunu ve cinsel doyum ile ilişkili olduğunu öne sürmektedir. Özellikle bağlanma kaygısının artışı ile cinsel doyumun azaldığı ve bunun da ilişki doyumunu olumsuz etkilediğini belirtmektedir. Bunun yanı sıra daha yüksek kaygı ve kaçınma düzeylerinin daha düşük cinsel doyum ile ilişkili olduğu ve kaçınan bir eşe sahip bireylerin cinsel doyuma ulaşamadığı bilinmektedir (Butzer ve Campbell, 2008).

Cinsel işlev bozuklukları da cinsel doyumunu etkilemektedir. 27 ülkede (12.563 katılımcı; 6.272 kadın ve 6.291 erkek) yürütülen Global Better Sex Survey'in (Mulhall ve ark., 2008) sonuçları, cinsel ilişki, ön sevişme ve orgazm dahil olmak üzere cinselliğin her yönünü ele almıştır. Erkek katılımcıların yaklaşık yarısı (%48) bir dereceye kadar erektil disfonksiyona (ED) sahip olduğunu ve

erkeklerin yarısından fazlasının (%65) ereksiyon sertliklerinden memnun olmadıklarını bildirmiştir. Daha da önemlisi, ereksiyon sertliğinden duyulan memnuniyet, cinsel doyum ile ilişkili bulunmuştur. ED'den muzdarip genç ve yaşlı erkeklerde yapılan bir çalışmada Gralla ve arkadaşları (2008), şiddetli ED'nin cinsel ilişki ve ilişkilerin işleyişi, cinsel istek düzeylerinin daha düşük olması ve cinsel tatminsizlik düzeylerinin daha yüksek olması ile ilişkili olduğunu bildirmişlerdir.

Ancak, cinsel doyumun mevcut cinsel sorunlardan etkilenmediğini öne süren bazı araştırmacılar da bulunmaktadır. Örnek olarak, Ferenidou ve arkadaşları (2008), cinsel işlev bozukluklarının kadınlarda cinsel doyumunu mutlaka etkilemeyebileceğini öne sürmüştür. Bu argümanı test etmek için, cinsel işlevleriyle ilgisi olmayan semptomlar nedeniyle genel hastanelere başvuran 164 kadınla görüşmüşler ve Kadın Cinsel İşlev İndeksine göre %48.8'inin cinsel işlev bozukluğunun olduğunu saptamışlardır. Bununla birlikte, bu kadınların önemli bir kısmının (%80.5), en az bir cinsel sorun yaşadıklarını ancak %69.5'inin cinsel yaşamlarından memnun olduklarını saptamışlardır. İstatistiksel analizler ayrıca cinsel doyum ve cinsel işlev bozuklukları arasında ilişki olmadığını ortaya koymuştur.

Cinsel işlev bozukluklarının dışında, çok çeşitli psikolojik problemler cinsel doyumunu olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Depresyon, stres ve anksiyetenin cinsel doyumda azalma ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Hawton, 1985; Crowe, 1995). Buna ek olarak, cinsel performans kaygısı gibi durum kaygısı cinsel uyarılmayı olumsuz yönde etkilemekte ve sonuç olarak bunlarla ilişkili haz duygusu ve doyum azalmaktadır (Rowland ve ark., 1996).

Ayrıca, fiziksel bozuklukların da cinsellik üzerinde olumsuz bir etkisi olabilmektedir. Polikistik over sendromu, astım ve kronik obstrüktif akciğer hastalığı, hormonal anormallikler, parkinson hastalığı, omurilik zedelenmesi, multipl skleroz ve tiroid hastalığı gibi hastalıklara sahip olan kadınların cinsel doyumlarının daha düşük olduğu saptanmıştır (Basat, 2004; Kohn ve Kaplan, 2000).

Araştırmacılar vücuttaki fizyolojik değişimlerin cinsel doyum düzeyini etkileyip etkilemeyeceğini de araştırmışlardır. Davison ve arkadaşları (2008), 349 premenopozal (PreM- menopoz öncesi) ve postmenopozal (PM- menopoz sonrası) dönemdeki kadınlarda cinsel işlevi incelemiştir. Çalışmada premenopozal kadınların yaklaşık yarısının (%47) cinsel yaşamlarından memnun olmadıkları bulunmuştur. Postmenopozal dönem ile ilgili olarak McCoy ve Davidson (1985), menopoz dönemindeki kadınlara kıyasla, menopoz geçiren kadınların daha az cinsel düşünce ve fanteziye maruz kaldıklarını, cinsel ilişki sırasında vajinal kayganlıktan dolayı daha az acı çektiklerini ve cinsel tatmin düzeylerinin daha düşük olduğunu saptamıştır.

2.3.5. Cinsel Doyum ve İlişki Değişkenleri

Bir evlilik ya da birliktelikte cinsellik çok önemlidir. Cinsel doyum evlilik doyumu, mutluluk ve ilişkinin devamlılığını etkilemektedir. Cinsel doyuma etki eden ilişki değişkenleri pek çok araştırmacı tarafından araştırılmıştır.

Yapılan çalışmalardan birisinde, erkek ve kadınların cinsel doyumunun, partnerine aşık olma, geçmişte iyi bir cinsel yaşam, istikrarlı bir ilişki, birliktelik süresi ve ilişkinin uzun olacağına dair inançla pozitif ilişkide olduğu saptanmıştır (Barrientoz ve Paez, 2006). Başka bir çalışma ise, evli bireylerde daha yüksek düzeyde evlilik doyumu, iç kontrol odağı, daha yüksek benlik saygısı, evlenme süresinin kısalığı, artan cinsel ilişki sıklığı ve orgazm sıklığının daha yüksek cinsel tatmin düzeyleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir (Basat, 2004).

Cinsel doyumun yordayıcılarına ilişkin kişilerarası bir bakış açısıyla, Lawrence ve Byers (1995), cinsel doyumun davranışla nasıl öngörülebileceğini ve bir ilişkide nasıl etkileneceğini açıklamak için Cinsel Doyumun Kişilerarası Değişim Modeli adlı kavramsal bir çerçeveye geliştirmiştir. Bu model cinsel doyumun dört bileşenden etkilendiğini ileri sürmektedir. Bunlar, cinsel ödüller ve ilişkide maliyetlerin dengesi, cinsel ödüllendirme ve maliyetlerin beklenen cinsel değer ve maliyet düzeyiyle karşılaştırılması, cinsel ödüllerin algılanan eşitliği ve ortaklar arasındaki maliyetler ile ilişkinin eşit olmayan yönlerinin kalitesi şeklindedir. Byers ve

Macneil (2006), modelin, arkadaşlık ve uzun süreli ilişkilerde ve evlilik ilişkilerinde olan bireylerin cinsel doyumunun, cinsel ödüllerin ve maliyetlerin geçmişinden etkilendiğini ve cinsel değişimin daha az olduğu durumlarda cinsel doyumun azaldığını göstermişlerdir.

Çeşitli çalışmalarda evlilik ilişkilerinde iletişimin kritik rolü de gösterilmiştir. Cinsellik ile ilgili etkili iletişimin cinsel uyarılmayı arttırdığı ve herhangi bir cinsel ilişkinin hayati bir parçası olduğu gösterilmiştir (Haavio ve Kontula, 1997). Ayrıca Cupach ve Comstock (1990), 402 evli bireyden oluşan bir örnekleme cinsel iletişim üzerinde çalışmış ve cinsel iletişimden memnuniyetin cinsel doyum ile pozitif ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

2.3.6. Cinsel Doyum ve Çift Uyumu Arasındaki İlişki

Çiftler arasındaki uyumu etkileyen en önemli faktörlerden birisi cinsel uyum ve çiftlerin cinsel doyuma ulaşmalarıdır. Yapılan araştırmalara göre çiftlerin yaşadıkları problemler ile cinsel işlev bozuklukları arasında önemli bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu çalışmalarda cinsel doyum ile çift uyumu arasında sıkı bir ilişki olduğu aşıkardır ancak hangisinin diğerini daha çok etkilediğini saptamak oldukça zor olmaktadır (Erbek ve ark., 2005). Egelioglu-Çetişli ve ark. (2014) tarafından primer infertil kadınlarda cinsel doyum ile çift uyumu düzeylerini ve bunları etkileyen faktörlerin belirlenmesi amacıyla yapılan bir çalışmada kadınların çift uyumu ve cinsel doyumları arasında negatif yönde güçlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Kadınların çift uyumları arttıkça cinsel doyumlarında daha az sorun yaşandığı ve çift uyumu ile cinsel doyum arasında güçlü bir ilişki olduğu belirtilmektedir.

Evrimsel ve sosyal açıdan insanların üreme sorunlarını çözmek için cinsel olarak tatmin edici ilişkiler kurma gereksinimi ön plana çıkmaktadır. Ayrıca yapılan çalışmalar da bireylerin ilişkilerinde birçok açıdan doyuma ulaşmak istediği ve bunun uyumlarına etki ettiğini gösterirken, cinsel doyumun çift uyumunda oldukça etkili olduğunu göstermektedir (Harvey ve ark., 2004).

2.4. Benlik Saygısı

Bu bölümde; benlik ve benlik saygısı kavramları, benlik saygısı yüksek ve düşük bireylerin özellikleri, benlik saygısı üzerine yapılmış araştırmalar hakkında bilgi verilecektir.

2.4.1. Benlik ve Benlik Saygısı Kavramları

Bireylerin sosyal konumlarının gerektirdiklerini yerine getirmesi, sosyal düzene uyum sağlaması, huzurlu ve planlı bir hayat sürmesi yalnızca sağlıklı bir “kişilik” gelişimi ile mümkün olmaktadır. Benlik ise kişiliğin en temel boyutunu oluşturmaktadır. Kişilik, benlik ve ben genellikle benzer anlamlarda kullanılmaktadır. Ancak bu kavramlar birbirleri ile aynı değildir. Üç kavram birlikte bir bireyi çevresinden farklı kılan davranış, tutum ve duyguların tümünün güdülenmiş bütünlüğünü oluşturmaktadır. Bunlardan benlik ise, bir bireyin kişiliği ile ilgili kanaatleri kapsamaktadır. Bu nedenle benlik, kişiliğin özel tarafı şeklinde ifade edilmektedir (Pınar, 2002).

Bir bireyin kendisini algılama ve idrak etme şekli benlik olgusunu oluşturmaktadır. Yaşamın bütün aşamalarında alınan kararlarda benlik önemli rol oynamaktadır. Bireyin kendisiyle ilgili kanaat ve tutumlarını kapsayan benlik, bir bireyin kendisiyle ilgili düşüncelerini içerdiği gibi; olması gerektiğini düşünen ve aslında olmayı istediği kişiye dair düşünceleri de kapsamaktadır (Kutani ve Tunç, 2013).

Benlik, bir bireyin kendisini idrak etme şeklini ifade etmektedir. Bireyin toplumsallaşma kapsamında, çevresi ile iletişimi sonucunda oluşturduğu, kendisi yani “özü” ile alakalı oluşturduğu olumlu ya da olumsuz kanaatlerinden oluşmaktadır. Çevresinden aldığı takdir ve eleştiriler sonucunda şekillenen benlik, bireyin özellikle arkadaşları ve ailesiyle olan etkileşimlerinden kazanılmaktadır. Bireyin kendisine has kültürel ve sosyal değerler ile de şekillenebilen benlik, bütüncül ve devinimseldir. Benlik kültürel ve sosyal öğeler dahilinde ruhsal merkezlidir ve şu fonksiyonları yerine getirmektedir (Koç, 2009):

- Geleceğe dair beklentilerin şekillendirilmesinde rol oynamaktadır.
- Seçim yapma sürecinde fikir birliği ya da ayrılığı ile sonuçlanmaktadır.
- Faaliyet ve hareketlerin açıklanmasında kullanılmaktadır.

İnsanlar hayatları boyunca kendini anlamaya çalışmaktadır. Kendini bulma çabası, bireylerin asli çabalarından birini oluşturmakta, bebeklikle başlayarak ebeveynlerin yardımı ile gelişme döneminde belirmektedir. Sosyal ilişkiler sonucunda kişi kendisini beceriksiz ya da becerikli, kıymetsiz ya da kıymetli, arzulanmayan ya da arzulanan, beğenilmeyen ya da beğenilmeyen ve saygı duyulmayan ya da saygı duyulan şeklinde tanımlamakta ve bu tanımlamaları algıları ile yapmaktadır. Tanımlamaları sonucunda kendilerini başarıya ulaşmış gören bireyler yaşamlarında mutlu olmakta ve özgür ve açık bir hayatı olumlu şekilde yaşamaktadır (Altınok ve ark., 2010).

İngilizce de “self esteem” olarak adlandırılan benlik saygısı, bir bireyin ruhsal olgunluk kazanması için oldukça önemli bir süreci ifade etmektedir. Bir birey ne olmak istediği, ne olduğu, çevresi tarafından ne şekilde bilindiği bilincini, çocukluğundan itibaren bir birey olarak değerlendirilmesi ile başlamakta ve vücudunu tanıması ile devam ederek, kendini geliştirmeyi sürdürmektedir (Doğan ve Eryılmaz, 2013).

Benlik saygısı bir bireyin kendisi olduğundan daha üstün ya da aşağı görmeden kendisinden memnun, sevmeye ve onaylanmaya değer, pozitif ve değerli bulmasıdır. Benliğin duygusal yönü, benlik saygısını oluşturmaktadır. Bir birey kendisini değerlendirdiğinde ne olduğu, ne olacağı, ne olmak istediği ve çevresi tarafından ne şekilde bilindiği bilincini onaylıyorsa benlik saygısına sahip demektir. Kendisini beğenmesi ve benliğini kabul edip saygı duyması için herhangi bir açıdan üstün olması gerekmemektedir. Bu doğrultuda bireyin kendisini başarılı, aktif, kıymetli ve gururlu görmesi, benlik saygısına sahip olduğunun göstergesi olarak değerlendirilebilmektedir (Curun ve Çapkın, 2014).

Benlik saygısının tam olarak anlaşılabilmesi için bileşenlerinin değerlendirilmesi gerekmektedir. Bir bireyin benlik saygısı başkalarının

saygısı, yeterlik ve kendilik olmak üzere üç bileşenden oluşmaktadır (Uzel, 2015):

Başkalarının saygısı: Benlik saygısı düşük bir bireyin kendisine güveni oldukça azdır. Aksine yüksek olan bir bireyde ise zorluklardan yılmama, başarma isteği, iyimserlik ve kendine güven gibi olumlu nitelikler bulunmaktadır. Kendilerine güveni az olan ve benlik saygısı düşük olan bireylerde umutsuzluğa kapılma oldukça kolaydır ve bu bireyler ruhsal açıdan olumsuz belirtiler göstermeye daha yatkın olmaktadır. Yapılan araştırmalar, benlik saygısı yüksek olan kişilerin, kendilerini kabul edilmeye ve saygıya değer gördüklerini, önemli ve faydalı bireyler olarak algıladıklarını göstermektedir. Bu durum benlik saygısının başkalarının saygısını kapsadığını ve benlik saygısında başkalarının saygısının oldukça önemli olduğunu öne çıkarmaktadır (Taşgıt, 2012).

Yeterlik: Benlik saygısının diğer bir bileşeni ise yeterliktir. Yani bireyler kendilerini yeterli görmeleri ya da görmemeleri doğrultusunda benlik saygılarını şekillendirmektedir. Psikoloji ve psikolojik danışma alanlarında en çok araştırılan değişkenlerden birisi benlik saygısıdır. Benlik saygısı olumlu ve olumsuz olmak üzere açıklanmakta, düşük ve yüksek olarak değerlendirilmektedir. Bir bireyin benlik saygısının düşüklüğünü ise “yeterlik” bileşeni belirlemektedir. Yüksek benlik saygısı olan bireyler kendilerini saygıdeğer ve değerli yani yeterli hissetmektedir. Düşük benlik saygısı olanlar ise kendi benliklerini reddetmekte, kendilerini yeterli görmedikleri için kendilerinden memnun olmamaktadır (Güloğlu ve Kararımak, 2010). Saldırganlıklarını kontrol altında tutma, etkin bir şekilde başa çıkma ve kendisini ispat edebilme yeterliliği olan çocuklarda yüksek benlik saygısı görülmekte ve diğer çocuklarla ilişkilerinde istek savaşı, benliklerinin üst sınırını temsil etmektedir (Özkan, 1994).

Kendilik: Benlik saygısı bireyin kendisini olumlu ya da olumsuz nasıl gördüğü ve kendisine olan tavrı ile ilgilidir. Yani “kendilik” bileşenini kapsamaktadır. Bir bireyin kendiliği yani kimliği, diğer bireylerden onu ayıran nitelikleri taşımakta ve kim olduğunu, rollerini ve yapabildiklerini kapsamaktadır. Bireyin sosyal hayatta tanımlanması ve konumlanması da bu kimliğe, yani kendiliğe göre

şekillenmektedir (Türedi, 2015).

Benlik saygısı genel sosyal kaygı, değersizlik duygusu, eleştirilme kaygısı ve sosyal kaçınma olmak üzere dört boyuttan oluşmaktadır (Uzel, 2015):

Genel sosyal kaygı: Sosyal kaygı, tasarımsal ya da gerçek toplumsal konumlarda olabilecek ya da hali hazırda var olan bireylerarası değerlendirmelerden kaynaklanan kaygı durumuna verilen addır ve bireylerarası değerlendirilme sosyal kaygının oluşmasına neden olmaktadır (Schlenker ve Leary, 1982). Sosyal kaygının bir boyutu olarak değerlendirilen toplumsal değerlendirilme, benlik saygısının şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Toplumsal değerlendirme kaygısı yüksek olduğunda bireylerarası ilişkilerin gelişimi durmaktadır. Bireyler sosyal bir kaygı duyduğu için diğer insanlar tarafından olumlu algılanmadıklarını düşünmekte, yeterliliklerine dair kuşkuları ortaya çıkmaktadır (Sübaşı, 2010).

Değersizlik duygusu: Benlik saygısı, benliğin duygusal boyutu olarak değerlendirilmektedir. Tanımında ise, bireyin kendi değerine ilişkin değerlendirmesi, kendisine saygı duyması, kendisini onaylaması, benimsemesi ve kendisine değer vermesi olarak ifade edilmektedir. Yani kendini değerli bulma ya da değersizlik duygusu bir insanda benlik saygısının önemli boyutunu oluşturmakta, ruh sağlığını doğrudan etkileyebilmektedir. Değersizlik duygusu ve dolayısıyla benlik saygısının kaybedilmesi en yaygın depresyon belirtileri arasında sayılmaktadır (Yıldız ve Çapar, 2010).

Eleştirilme kaygısı: Eleştirilme kaygısı, sosyal kaçınma ve değersizlik duygusu ile birlikte kendisini göstermektedir. Bu kaygı genellikle ergenlerde dış görünüş ve beden imajının olumsuz olduğunun düşünülmesinden kaynaklanmaktadır. Sosyal kaygı ve eleştirilme kaygısı, bireyin kendisini beğenmemesi ve onaylamaması sonucunda ortaya çıkmaktadır. Yani eleştirilme kaygısı benlik saygısının önemli boyutlarından birisini oluşturmaktadır (Eriş ve İkiz, 2013).

Sosyal kaçınma: Kaçınma toplantı ve partilere gitmemek, kişiler için korkutucu olabilecek toplantılar gibi sosyal durumlardan erken ayrılmak ve uzak durmak, güvende ve koruyucu olduğunu hissettiren göz kontağından

kaçınmak, sessiz durmak ve alkol almak gibi birtakım hareketler edinmek, şeklinde kendisini göstermektedir. Sosyal kaygısı olan bireyler sosyal ortamlardan kaçınma eğilimindedir (Aydoğan, 2011).

2.4.2. Benlik Saygısı Yüksek Bireylerin Özellikleri

Benlik saygısının yüksek olması olumlu duygu, güdülenmenin desteklenmesi ve baş etme mekanizmasının gelişmesi ile ilişkilidir. Benlik saygısı, bir insanın kendisini nasıl bulduğu, kabul edilme ya da edilmeme öngörülleri sonucu olarak oluşmaktadır. Bir bireyin kendisini değerli görüp görmediği ya da ne kadar değerli gördüğünü ifade etmektedir. Temelde öğrenilmiş bir durum olan benlik saygısı, ömür boyu süregelen bir süreci oluşturmaktadır. Benlik saygısı;

- Bir bireyin geleceğini etkili planlayabilmesi,
- Uyum yeteneğini geliştirmesi,
- Çevredeki bireylerle sağlıklı bir ilişki kurması,
- Etkinliğini sürdürmesi,
- Hayatını tatmin olarak devam ettirmesi ve
- Bireyin otonomi kazanabilmesi için çok önemlidir (Cevher ve Buluş, 2006).

Benlik saygısı literatürde tek bir şekilde tanımlanmamaktadır. Genel olarak yapılan çalışmalara ve kitaplara bakıldığında benlik saygısının, yeterlilik, kendini kabul etme ve kendini sevme anlamları taşıdığı görülmektedir (Wells ve Rankin, 1983).

- Benlik saygısı bireyin belirli kabiliyetleri ve nitelikleri bakımından kendisini nasıl gördüğü, nasıl olabileceği ya da nasıl olması gerektiği ile ilgili tutumları içermektedir. Bir birey içinde büyüdüğü ve doğduğu alanın nitelikleri ile çevresindeki bireylerle kurduğu ilişkiler ve yaşadığı deneyimlerden etkilenecek gelişmektedir. Çevre koşulları bireyin benlik gelişimini olumlu yönde etkileyebileceği gibi olumsuz yönde etkileyebilmekte ve hatta engelleyebilmektedir (Sezer, 2010). Benlik saygısına olumlu ve olumsuz etki eden faktörler şu şekilde sıralanabilmektedir (Tel ve Pınar, 2012):

- Çevresiyle kendisini karşılaştırma ve karşılaştırma neticesinde kendisine yön verme
- Arkadaşlarından ve ailesinden aldığı pozitif ve negatif destekler
- Çevredekilerin kendisine gösterdiği değer ve saygı
- Gerçekleştirdiği başarı ya da kaybetme durumları
- Ebeveynlerle zaman geçirme durumu, diyaloglar ve ilişkiler
- Boş zamanların değerlendirilme şekli
- Ebeveynlerin mesleki durumu
- Bedensel ya da kronik sakatlık durumu
- İş hayatı, iş hayatının yoğunluğu ve iş doyumu
- Alkol, sigara ve benzeri kötü alışkanlıklar
- Hissedilen iyilik durumu, ruh hali ve psikolojik durumu
- Komşu ve arkadaşlarla zaman geçirme ve onlarla olan ilişkiler
- Ailenin ilk çocuğu olmak
- Fazla kardeş sahibi olmak ya da tek çocuk olmak
- İlişki yönetimi ve iletişim becerileri sürecindeki başarılar
- Kadın ve erkeğin farklı gelişim dönemleri yaşaması, cinsiyet
- Yaşın getirdiği durumlar ve yaş aralığı
- Ailede baskın konular ve ailenin tipi
- Ekonomik durum, dahil olduğu ekonomik ve sosyal sınıf ve hayat tarzı
- Toplumun değerleri, yazılı ve yazısız uyulması gereken kurallar
- İçinde büyüdüğü kültür, kültürel öğreti ve gereklilikler.

Yukarıda bahsedilen unsurlar bir bireyin benlik saygısı gelişimini etkilerken, gelişimini tamamlamış bir bireyde benlik saygısını olumlu ve olumsuz etkileyen unsurlarda bulunmaktadır. Bireylerin çekinip korktukları için hiç risk almamaları, kendisine yönlendirilen eleştirilere karşı fazla duyarlılık göstermeleri, mükemmeliyetçilik, kendisine hazırladığı sert ilkeler ve bu ilkelere uyma mecburiyeti hissi bireyin benlik saygısını olumsuz etkilemektedir (Küçükosmanoğlu, 2013).

Ayrıca benlik saygısı kişinin kendisi tarafından artırılabilir. Bu bireyler (Kutunis ve Tunç, 2013);

- Kendisine gerçekçi amaçlar belirleyebilmekte, o amaçlara ulaşmak için kendine güvenebilmektedir.
- Sosyal, psikolojik ve bedensel yönden olumlu yönleri üzerinde durmaktadır.
- Bireysel başarılarla odaklanmakta ve elde ettikleri başarılar için kendini ödüllendirmektedir.
- Kendini diğer insanlarla karşılaştırmaktan vazgeçmektedir.
- Kimsenin mükemmel olmadığını sürekli kendisine hatırlatmakta, mümkün olmayan hedeflere yönelmemektedir.
- Başarısızlık durumunda kendisini cezalandırmamaktadır.
- Geçmişte yaptığı hatalardan ders almakta ve bunları tekrarlamaktan kaçınmaktadır.
- Kendisine güvenmektedir.
- Genel olarak sağlığına dikkat etmekte ve özen göstermektedir.
- Düzenli egzersizler yaparak kendi öz saygısını desteklemektedir.

2.4.3 Benlik Saygısı Düşük Bireylerin Özellikleri

Bir bireyin benlik saygısının düşük olduğu durumlarda ise şu durumlara rastlanmaktadır (Doğan ve Eryılmaz, 2013):

- Kendisine yöneltilen eleştiriye sabır gösterememe
- Görünüş, tutum ya da beceri açısından olumsuz düşünme
- Gözlemlendiğini anladığında performans düşüklüğü
- Eleştiriye karşı gard alma ve atağa geçme
- İltifatları kabul etmeme
- Performans değerlendirmesini objektif yapamama
- Pasif çalışma ortamlarında bulunma
- Genel yaşamlarından hoşnutsuzluk
- Dışarıdan gelen kontrollere karşı zayıflık
- Bir işe yönelik vazgeçme eğilimi
- Sevmeye ve değere layık olmadığını düşünme.

Ayrıca bu bireyler en ufak bir problemle bile karşılaştıklarında sürtüşmeye meyilli olmakta, en ufak uyarıyı tehdit olarak algılamaktadır. Ufacık bir eleştiri ile dünyaları kararabilmektedir (Küçükosmanoğlu, 2013).

2.4.4 Evli Bireylerde Benlik Saygısı ile İlgili Yapılmış Araştırmalar

Sacco ve Phares (2004), evlilik doyumunda benlik Saygısı ve depresyonun rolünü belirlemek için eşlerinin bakış açılarının kendi bakış açılarının değerliliği ile uyumlu olduğunda, insanların evlilikten doyum düzeylerinin farklı olup olmadıklarını incelemişlerdir. Bunu yaparken, kendini doğrulama teorisi ve benlik saygısı geliştirme teorisinden türetilen rekabetçi hipotezler kullanılan çalışmada evlilik ve akıl sağlığı merkezlerinden katılımı sağlanan evli çiftler, evlilik doyumu, benlik saygısı, depresyon ölçütlerini tamamlamışlar ve eşlerini hem depresyonla ilişkili hem de depresyon nötr olarak çok çeşitli kişilik özelliklerine göre derecelendirmişlerdir. Benlik saygısı ve depresyon düzeyi ve özel kategorilerden bağımsız olarak, eşler, ortakları kendilerini olumsuz olarak gördüklerinde, ortakları kendilerini olumlu ve daha az tatmin ettiğinde, tatmin düzeyleri daha yüksek belirlenmiştir. Bu nedenle, bulguların

kendini doğrulama teorisi ile tutarsız ve benlik saygısı geliştirme modeli ile tutarlı olduğu saptanmıştır.

Kışlak ve Çavuşoğlu (2006), evlilik uyumu, bağlanma biçimleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkileri belirlemek için yaptığı çalışmalarında, Türk Kültüründe korkulu, kayıtsız, saplantılı ve güvenli bağlanma biçimleri olan evli erkek ve kadınların, benlik saygısı puanları, evlilik uyum puanları ile sorumluluk ve nedensel yükleme puanları arasındaki farkları incelemeyi amaçlamışlardır. Bu amaçla gönüllü olarak çalışmalarına katılan 100 evli çift üzerinde “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği”, “İlişki Ölçekleri Anketi”, “İlişkilerde Yükleme Ölçeği” ve “Evlilikte Uyum Ölçeği” uygulamıştır. Çalışmanın sonucunda evlilikte uyum ölçeği puanları ile İlişki Ölçekleri Anketi puanları arasında anlamlı bir korelasyon olduğu saptanmıştır. Ayrıca evlilikte uyum ölçeği, ilişkilerde yükleme ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı ölçeği puanlarına uygulanan korkulu, kayıtsız, saplantılı ve güvenli bağlanma biçimlerinin evlilikte uyum toplam puanları ile anlamlı bir korelasyon içinde olduğu bulunmuştur. Yapılan TUKEY testi ise, saplantılı ve güvenli bağlanan bireylerin evlilikte uyum puanlarının korkulu bağlananlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Özetle, çalışmanın sonucunda bağlanma biçimleri ile evlilik uyumu ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır.

Curun ve Çapkın (2014), romantik kıskançlık seviyeleriyle evlilik doyumu, kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemek için yaptıkları çalışmada 99 kişi üzerinde “Evlilik Yaşam Ölçeği”, “Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Formu”, “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Anketi”, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği”, “Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği” ve “Demografik Bilgi Formu” uygulamışlardır. “Çalışma sonucunda deneyime açıklığın çok boyutlu kıskançlık ölçeğinin duygu alt ölçeğini yordadığını ve varyansın %5.2’ni açıkladığını ortaya koymuştur. Cinsiyetler için ayrı ayrı yapılan analizler de ise kadın katılımcılar için deneyime açıklığın ve dışadönüklüğün duygu alt ölçeğini yordadığını ve varyansın %19.4’ünü açıkladığını göstermektedir. Ölçeğin bilişsel kıskançlık alt boyutu söz konusu olduğunda dışa dönüklük değişkeni yordayıcı olarak bulunmuş ve varyansın %7’sini açıklamıştır. Yalnızca erkek katılımcılarla yapılan analizlerde

kaçıngan bağlanma ve sorumluluğun kıskançlığın bilişsel alt ölçeği için anlamlı yordayıcılar olduğu bulunmuştur”.

Yıldız ve Baytemir (2016), evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolünü incelemek için Adıyaman’da yaşayan 171 erkek ve 123 kadın üzerinde “Rosenberg benlik Saygısı Ölçeği”, “Yaşam Doyumu Ölçeği”, “Evlilik Yaşam Ölçeği” ve kişisel bilgi formu uygulamışlardır. Yaptıkları araştırmalar sonucunda evli çiftlerde yaşam doyumu ve evlilik doyumu arasındaki benlik saygısının aracı rolü olduğu ve bu rolün istatistiksel açıdan anlamlı olduğunu saptamışlardır.

Kolkısa (2018) yaptığı çalışmada 18 yaşından önce evlendirilmiş olan kadınların psikolojik iyi oluş düzeyleri, benlik saygıları ve ebeveyn kabulleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan bir çalışmada psikolojik iyi olma hali ve benlik saygısı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkinin olduğu tespit etmiş; ayrıca, erken yaşta evlendirilen kadınların benlik saygısı düzeyi ile ebeveyn kabul-red ölçeği düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu belirlemiştir.

3. BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

3.1 Araştırmanın Modeli

Araştırma, betimsel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modelinde yapılmıştır. Betimsel araştırmalar, verilen bir durumu olabildiğince tam ve dikkatli bir şekilde tanımlayan araştırmalardır (Büyüköztürk, 2010). Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez (Karasar, 2005: 77). Bu araştırmada evli bireylerde benlik saygısının çift uyumu ve cinsel doyum üzerindeki etkisini ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirildiğinden tarama modelinde betimsel bir çalışmadır.

3.2. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini 2018 yılında İzmir ilinde evli olan erkek ve kadın bireyler oluşturmaktadır.

Veriler kartopu örnekleme yöntemi kullanılarak toplanmıştır. Bu yöntemle İzmir ilinde bulunan, 324 kişi ile çalışma yürütülmüştür. Araştırmaya 18 yaş üstü sadece evli olan erkek ve kadın bireyler dahil edilmiştir. Örneklem ait sosyo demografik bilgiler Tablo 1’de görülmektedir.

Tablo 1.*Örnekleme Ait Sosyo Demografik Bilgiler*

		Frekans	%
Cinsiyet	Kadın	162	50.0
	Erkek	161	49.7
Yaş	20-29 yas	41	12.7
	30-39 yas	187	57.7
	50-Üzeri yas	96	29.6
Evde	Sadece eşinizle	89	27.5
Kiminle	Eş ve çocuklar	217	67.0
Yaşadığı	Annebaba	18	5.6
Evlilik Süresi	0-5 yıl	114	35.2
	6-10 yıl	66	20.4
	11-15 yıl	79	24.4
	16-20 yıl	34	10.5
Eğitim Durumu	21-Üzeri Yıl	31	9.6
	İlköğretim	25	7.7
	Lise	157	48.5
	Ön lisans-Lisans	142	43.8
Gelir	0-1700 TL	14	4.3
Düzeyi	1701-2000 TL	39	12.0
	2001-4000 TL	112	34.6
	4001-Üzeri TL	159	49.1

Çalışmaya katılanların 162'si kadın (% 50), 161'i erkek (% 49.7)'dir. Katılımcıların 41'i 20-29 yaş aralığında (% 12.7), 187'si 30-39 yaş aralığında (% 57.7) ve 96'sı 50-üzeri yaş aralığındadır (% 29.6), 40-49 yaş aralığında araştırmaya katılan birey olmamıştır. Evde kiminle yaşadığı değişkene baktığımızda 89'u sadece eşi ile yaşayan (% 27.5), 217'si eşi ve çocuklarıyla (% 67) ve 18'i anne ve baba ile yaşayan (% 5.6) kişilerden oluşmaktadır. Evli olduğu yıl değişkeni incelendiğinde, 0-5 yıl aralığında 114 kişi (% 35.2), 6-10 yıl aralığında 66 kişi (% 20.4), 11-15 yıl aralığında 79 kişi (% 24.4), 16-20 yıl aralığında 34 kişi (% 10.5) ve 21-üzeri yıl aralığında 31 kişi (% 9.6). Eğitim düzeyi değişkeni açısından ilköğretim mezunu 25 kişi (% 7.7), lise mezunu

157 kişi (% 48.5), önlisans-lisans mezunu 142 kişidir. (% 43.8). Gelir düzeyi değişkeni açısından 0-1700 TL gelirli 14 kişi (% 4.3), 1701-2000 TL gelirli 39 kişi (% 12), 2001-4000 TL gelirli 112 kişi (% 34.6) ve 4001 TL ve üzeri gelirli 159 kişi (% 49.1) şeklinde-dir.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Araştırmadaki katılımcılara ait kişisel bilgileri elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Sosyo-Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Sosyo-Demografik Bilgi Formu aracılığı ile elde edilen bilgilerle ölçek puanları derinlemesine araştırılmıştır (Ek 3).

3.3.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Ölçek toplam 63 madde ve 12 alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçekler, psişik izolasyon, babayla ilişki, anne baba ilgisi, tartışmalara katılabilme, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, psikosomatik belirtiler (kabus görmek, baş ağrısı, ellerde terleme, nefes darlığı, tırnak yemek, çarpıntı, sinirlilik, ellerde titreme, uykuda süreklilik), hayalperestlik, depresif duygulanım, eleştiriye duyarlılık, insanlara güvenme, kendilik kavramının sürekliliği ve benlik saygısı şeklinde-dir.

Bu çalışmada ölçeğin ilk 10 maddesini kapsayan benlik saygısı alt ölçeği soruları kullanılmıştır. Benlik saygısı alt ölçeği genel olarak hem olumsuz hem de olumlu anlam taşıyan maddelerden oluşmaktadır. Ölçekte, 1., 2., 4., 6. ve 7. maddeler olumlu benlik algısını değerlendirirken, 3., 5., 8.,9. ve 10. maddeler ise olumsuz benlik algısını değerlendirmektedir (Aydoğan, 2011). Ölçekten alınacak yüksek puan benlik saygısının düşük olduğunu yine ölçekten alınacak düşük puan benlik saygısının yüksek olduğunu göstermektedir. Rosenberg (1965) tarafından yapılan güvenirlik çalışmasında, RBSÖ'nin alt boyutları için test tekrar test güvenirlik katsayısının .82-.88 ve iç tutarlık katsayısının (Cronbach alpha) .77-.88 arasında değiştiği saptanmıştır. Çuhadaroğlu (1986) tarafından RBSÖ'nin Türkçe formu için yapılan güvenirlik çalışmasında, test-tekrar test güvenirlik

katsayısının .48-.79 arasında değiştiği bulunmuştur (Ek 4).

3.3.3. Çift Uyum Ölçeği (ÇUÖ)

Çift uyum ölçeği 1976 yılında Spanier tarafından geliştirilmiştir. Toplam 32 madde ve dört alt ölçeğe sahip bir ölçektir. Maddelere göre değişen 2'li, 5'li, 6'lı ve 7'li puanlama çeşitleri mevcuttur. Bu alt ölçekler, çift doyumu, çift fikir birliği, çift bağlılığı ve duygusal ifade ölçekleridir. Çiftler uyum ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması Fışioğlu ve Demir tarafından 2000 yılında 264 evli çiftle yapılmıştır. Yapılan çalışmada alt ölçeklerin tutarlılık değerleri; çift doyumu için .83, çift fikir birliği için .75, çift bağlılığı için .75 ve duygusal ifade alt ölçeği için .80 olarak tespit edilmiştir. Yapılan çalışma sonucunda Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .92 olarak hesaplanmıştır. İki-yarım test güvenirliği ise .86 olarak hesaplanmıştır (Fışioğlu ve Demir, 2000) (Ek 6).

3.3.4. Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği

"Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği", 1986'da Rust ve Golombok tarafından geliştirilmiş, güvenilir ve geçerli bir ölçektir (Rust ve Golombok, 1986). Ölçek, çiftler arasındaki ilişkinin niteliğini ve cinsel işlevleri değerlendirmek amaçlı uygulanmaktadır.

Erkek ve kadın için hazırlanmış iki adet form içermekte ve her ikisi de 28 madde ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Maddelerin her biri, "hiçbir zaman", "nadiren", "bazen", "çoğunlukla", "her zaman" seçenekleri ile cevaplandırılmakta ve sorular 0-4 aralığında değişen puanlar ile değerlendirilmektedir (Varma ve ark., 2005).

GRCDÖ'nün standardizasyon çalışması, Tuğrul, Öztan ve Kabakçı (1993) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı, toplam puan açısından erkeklerde .92, kadınlarda .91 olarak saptanmıştır. Tüm alt boyutlar için Cronbach alfa değerleri kadın formunda .51 ile .88 arasında, erkek formunda .63 ile .91 arasında değişmektedir (Ek 8).

3.4 Verilerin Toplanması

Nicel veri toplama yöntemi kullanılarak, 3 farklı ölçek ve sosyo-demografik bilgi formu aracılığı ile veriler elde edilmiştir. Katılımcılara uygulama ile ilgili tüm bilgilerin gizli tutulacağı bilgisi verildikten sonra sözlü onayları da alınarak ölçekleri doldurmaları sağlanmıştır.

3.5. Verilerin Çözümlemesi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 24.0 (Statistical Package for Social Sciences) programı ile analiz edilmiştir. Öncelikle verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Skewness ve Kurtosis değerleri ile incelenmiştir. Analizlerde bağımsız grupların ortalamalarını karşılaştırmak için iki kategorili gruplar için ilişkisiz örneklem için t test, ikiden fazla kategorili gruplar için ANOVA kullanılmıştır. ANOVA analizi sonucunda hangi grupların ortalamaların birbirinden istatistiksel olarak farklılaştığını ortaya çıkarmak için LSD çoklu karşılaştırma analizi kullanılmıştır. Sürekli değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları 0.05 anlamlılık düzeyinde raporlanmıştır.

4. BÖLÜM

BULGULAR

Veriler ile yapılacak analiz türüne karar vermek için öncelikle verilerin dağılımının incelenmesi gerekmektedir. Bu doğrultuda katılımcılardan elde edilen benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanlarının dağılımı incelenmiştir. Tablo 2 incelendiğinde toplam puanlara ait çarpıklık, basıklık, mod, medyan ve aritmetik ortalama değerleri görülmektedir.

Tablo 2.

Katılımcılardan Elde Edilen Benlik Saygısı, Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Puanlarının Dağılım

	Rosenberg	Çift Uyumu	Cinsel Doyum
N	324	324	324
Aritmetik Ortalama	.78	128.47	82.50
Medyan	.58	129.60	83.00
Mod	.25	130.00	83.00
Çarpıklık	.94	-.64	.15
Çarpıklık Hatası	.13	.13	.135
Basıklık	.26	.75	-.64
Basıklık Hatası	.27	.27	.27

Tablo 2 incelendiğinde Skewness yani basıklık değerinin 1.5 ile +1.5 arasında olması (Tabachnick ve Fidell, 2013) ve Kurtosis yani çarpıklık değerinin -2 ile +2 arasında olması (George ve Mallery, 2010) verilerin normal dağıldığını göstermektedir. Bu nedenle analizlere parametrik analizler ile devam edilmiştir.

4.1. Benlik Saygısı, Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Puanının Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Anlamaya Yönelik Yapılan Analiz Sonuçları

Katılımcıların benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya çıkarmak için yapılan ilişkisiz örneklemeler için t test sonucu Tablo 3’de görülmektedir.

Tablo 3.

Cinsiyete göre İlişkisiz Örneklemeler İçin t Testi tablosu

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	sd	t	p
Benlik	Kadın	162	.79	.59	321	.26	.79
	Erkek	161	.77	.49			
Çift Uyumu	Kadın	162	128.31	10.75	321	-.33	.73
	Erkek	161	128.72	11.31			
Cinsel Doyum	Kadın	162	86.05	8.61	321	8.50	.00
	Erkek	161	78.94	6.20			

Elde edilen sonuçlara göre, benlik saygısı ve çift uyumu puanlarının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Cinsel doyum puanları açısından cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma görülmüştür ($t_{(321)} = 8.50$, $p<0.05$). Kadınların cinsel doyum puanları ($\bar{X} = 86.05$) erkeklerin puanlarından ($\bar{X} = 78.94$) daha yüksek çıkmıştır. Ayrıca veri toplama aşamasında bir kişi cinsiyetini belirtmediği için analize dahil edilmemiştir.

4.2. Benlik Saygısı, Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Puanının Yaşa Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Anlamaya Yönelik Yapılan Analiz Sonuçları

Katılımcıların benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanlarının yaş düzeylerine göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya çıkarmak için yapılan ANOVA analizi sonuçları Tablo 4’de görülebilir.

Tablo 4.*Yaş Göre ANOVA İstatistikler Tablosu*

		Kareler		Kareler			
		Toplamı	sd	Ortalaması	F	p	
Benlik	Gruplar Arası	6.15	2	3.07	10.926		.00
	Gruplar İçi	90.35	321	.28			
	Toplam	96.51	323				
Çift uyumu	Gruplar Arası	1349.81	2	674.96	5.709		.00
	Gruplar İçi	37946.71	321	118.21			
	Toplam	39296.52	323				
Cinsel doyum	Gruplar Arası	554.59	2	277.29	4.113		.01
	Gruplar İçi	21641.96	321	67.42			
	Toplam	22196.56	323				

Yapılan analiz sonucunda, benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanlarının yaşa göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir (sırasıyla: $F_{(2-321)}=10.926$; $F_{(2-321)}=5.709$; $F_{(2-321)}=4.113$, $p<0.05$). Anlamlı farkın hangi grupları arasında olduğunu ortaya çıkarmak için LSD çoklu karşılaştırma analizi gerçekleştirilmiştir. Gruplara ait ortalamalar Tablo 5’de yer almaktadır.

Tablo 5.*Yaş Göre ANOVA Betimsel İstatistikler Tablosu*

Benlik	20-29 yaş	41	1.09	.50
	30-39 yaş	187	.68	.53
	50-üzeri yaş	96	.84	.53
	Toplam	324	.78	.54
Çift uyumu	20-29 yaş	41	131.12	14.54
	30-39 yaş	187	126.73	11.31
	50-üzeri yaş	96	130.74	7,72
	Toplam	324	128.47	11.03
Cinsel doyum	20-29 yaş	41	85.64	5.60
	30-39 yaş	187	81.64	8.02
	50-üzeri yaş	96	82.84	9.40
	Toplam	324	82.50	8.28

Benlik saygısı puanlarında anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için yapılan çoklu karşılaştırma analizi sonucunda, 20-29 yaş ($\bar{X} = 1.09$), 30-39 yaş ($\bar{X} = .68$) ve 50-üzeri yaş aralığındaki ($\bar{X} = .84$) bireylerin benlik saygısı puanlarının birbirinden farklılaştığı görülmüştür. En yüksek benlik saygısı puanının 30-39 yaş aralığındaki bireylere ait olduğu görülmüştür (Tablo 5).

Çift uyumu puanlarında anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için yapılan çoklu karşılaştırma analizi sonucunda, ortaya çıkan farkın 20-29 ($\bar{X} = 131.12$) yaş aralığıyla 30-39 yaş aralığındaki bireyler ($\bar{X} = 126.73$) ve 30-39 yaş aralığıyla 50 yaş ve üzerindeki bireyler ($\bar{X} = 130.74$) arasında olduğu görülmüştür. 30-39 yaş aralığındaki bireylerin çift uyumu puanları diğer gruplardan daha düşük çıkmıştır (Tablo 5).

Cinsel doyum puanlarında anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için yapılan çoklu karşılaştırma analizi sonucunda, 20-29 yaş ($\bar{X} = 85.64$) ile 30-39 yaş ($\bar{X} = 81.64$) aralığında olduğu görülmüştür. 20-29 yaş aralığındaki bireylerin cinsel doyumlari daha yüksek çıkmıştır (Tablo 5).

4.3. Benlik Saygısı, Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Puanının Evde Kiminle Yaşadığına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Anlamaya Yönelik Yapılan Analiz Sonuçları

Katılımcıların evde kimle yaşadığı değişkenine göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanlarının anlamlı şekilde farklılaşp farklılaşmadığını ortaya çıkarmak için yapılan ANOVA analizi sonuçları Tablo 6'da görülebilir.

Tablo 6.

Evde Kimle Yaşadığına Göre ANOVA İstatistikler Tablosu

		Kareler		Kareler		
		Toplamı	sd	Ortalaması	F	p
Benlik	Gruplar Arası	.72	2	.36	1.21	.29
	Gruplar İçi	95.78	321	.29		
	Toplam	96,510				
Çift uyumu	Gruplar Arası	3241.71	2	1620.85	14.43	.00
	Gruplar İçi	36054.80	321	112.32		
	Toplam	39296.52				
Cinsel doyum	Gruplar Arası	203.11	2	101.55	1.482	.22
	Gruplar İçi	21993.44	321	68.51		
	Toplam	22196.56				

Yapılan analiz sonucunda sadece çift uyumu puanları, evde kimle yaşandığına göre farklılaşmaktadır ($F_{(2-321)}=14.431$, $p<0,05$). Anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için LSD çoklu karşılaştırma analizi gerçekleştirilmiştir.

Tablo 7.*Evde Kimle Yaşadığına Göre ANOVA Betimsel İstatistikler Tablosu*

Benlik	Sadece Eşinizle	89	.84	.59
	Eş ve Çocuklar	217	.75	.51
	Anne Baba	18	.87	.63
	Toplam	324	.78	.54
Çift uyumu	Sadece Eşinizle	89	130.88	10.80
	Eş ve Çocuklar	217	126.62	10.66
	Anne Baba	18	138.95	8.38
	Toplam	324	128.47	11.03
Cinsel doyum	Sadece Eşinizle	89	83.64	7.88
	Eş ve Çocuklar	217	82.20	8.33
	Anne Baba	18	80.55	9.50
	Toplam	324	82.50	8.28

Analiz sonucunda, üç grupta yer alan bireylerin çift uyumu puanlarının birbirinden farklılaştığı görülmüştür. Farklılığın üç grubun çift uyumu puanları arasında olduğu görülmüştür. Anne-babalarıyla yaşayanların çift uyum puanı ($\bar{X} = 138.95$) eş ve çocukları ile yaşayanlar ($\bar{X} = 126.62$) ile sadece eşi ile yaşayanların ($\bar{X} = 130.88$) çift uyumu puanları arasında olduğu görülmüştür (Tablo 7).

4.4. Benlik Saygısı, Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Puanının Evlilik Süresine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Anlamaya Yönelik Yapılan Analiz Sonuçları

Katılımcıların evli olduğu yıla göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanlarının anlamlı şekilde farklılaşp farklılaşmadığını ortaya çıkarmak için yapılan ANOVA analizi sonuçları Tablo 8’de görülebilir.

Tablo 8.*Evlilik Süresine Göre ANOVA İstatistikler Tablosu*

		Kareler		Kareler		
		Toplamı	Sd	Ortalaması	F	P.
Benlik	Gruplar Arası	10.85	4	2.71	10.11	.00
	Gruplar İçi	85.65	319	.26		
	Toplam	96.51	323			
Çift uyumu	Gruplar Arası	5023.90	4	1255.97	11.69	.00
	Gruplar İçi	34272.61	319	107.43		
	Toplam	39296.52	323			
Cinsel doyum	Gruplar Arası	74.44	4	18.61	.26	.89
	Gruplar İçi	22122.12	319	69.34		
	Toplam	22196.56	323			

Yapılan analiz sonucunda benlik saygısı ($F_{(4-319)}=10.110$) ve çift uyumu puanlarının ($F_{(4-319)}=11.690$) evli olunan yıla göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür ($p<0,05$). Anlamlı farkın hangi grupları arasında olduğunu ortaya çıkarmak için LSD çoklu karşılaştırma analizi gerçekleştirilmiştir.

Tablo 9.*Evli Olduğu Yıla Göre ANOVA Betimsel İstatistikler Tablosu*

Benlik	0-5 yıl	114	.86	.58
	6-10 yıl	66	.62	.52
	11-15 yıl	79	.58	.34
	16-20 yıl	34	1.13	.48
	21-üzeri yıl	31	.98	.65
	Total	324	.78	.54
Çift uyumu	0-5 yıl	114	133.29	10.86
	6-10 yıl	66	126.66	11.53
	11-15 yıl	79	126.52	8.77
	16-20 yıl	34	121.11	12.29
	21-üzeri yıl	31	127.70	6.54
	Total	324	128.47	11.03
Cinsel doyum	0-5 yıl	114	82.87	9.38
	6-10 yıl	66	82.48	6.84
	11-15 yıl	79	82.26	8.68
	16-20 yıl	34	81.36	7.87
	21-üzeri yıl	31	83.06	6.31
	Total	324	82.50	8.28

Benlik saygısı puanlarında anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için yapılan çoklu karşılaştırma analizi sonucunda; 0-5 yıl evli olanların benlik saygısı puanları ($\bar{X} = .86$) ile 6-10, 11-15 ($\bar{X} = .68$) ve 16-20 yıl evli olanların benlik saygısı puanları ($\bar{X} = 1.13$) arasında olduğu görülmüştür. Diğer bir istatistiksel farklılık, 16-20 yıl evli olanlar ile 6-10 ve 11-15 yıl evli olanların benlik saygısı puanları arasında olduğu görülmüştür. Son olarak 21-üzeri yıl evli olanların benlik saygısı puanları ($\bar{X} = .98$) ile 11-15 yıl evli olanların benlik saygısı puanları arasında olduğu görülmüştür. Benlik saygısı puanı en yüksek olan grup 11-15 yıllık evli olanlarken, 16-20 yıl arasında evli olanların benlik saygısı en düşük bulunmuştur (Tablo 9).

Çift uyumu puanlarında anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için yapılan çoklu karşılaştırma analizi sonucunda; 0-5 yıl evli olanların çift uyumu puanları ($\bar{X} = 133.29$) ile 6-10 ($\bar{X} = 126.66$), 11-15 ($\bar{X} = 126.52$), 16-20 ve 21-üzeri yıl evli olanların ($\bar{X} = 127.70$) çift uyumu puanları arasında olduğu görülmüştür. Diğer bir istatistiksel farklılık, 16-20 yıl evli olanlar ile 6-10, 11-15 ve 21-üzeri yıl evli olanların çift uyumu puanları arasında olduğudur. En yüksek çift uyumu puanına 0-5 yıllık evli olanlar sahipken, 16-20 yıllık evli olanlar en düşük çift uyumu puanına sahiptir (Tablo 9).

4.5. Benlik Saygısı, Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Puanının Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Anlamaya Yönelik Yapılan Analiz Sonuçları

Katılımcıların eğitim düzeyine göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanlarının anlamlı şekilde farklılaşp farklılaşmadığını ortaya çıkarmak için yapılan ANOVA analizi sonuçları Tablo 10'da görülebilir.

Tablo 10.

Eğitim Düzeyine Göre ANOVA İstatistikler Tablosu

		Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p.
Benlik	Gruplar Arası	9.16	2	4.48	16.84	.00
	Gruplar İçi	87.34	321	.27		
	Toplam	96.51				
Çift uyumu	Gruplar Arası	357.22	2	178.61	1.47	.23
	Gruplar İçi	38939.29	321	121.306		
	Toplam	39296.52				
Cinsel doyum	Gruplar Arası	391.41	2	195.70	2.88	.06
	Gruplar İçi	21805.15	321	67.92		
	Toplam	22196.56				

Yapılan analiz sonucunda benlik saygısı puanlarının eğitim düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür ($F_{(2-321)}=16.845$, $p<0.05$). Anlamlı farkın hangi grupları arasında olduğunu ortaya çıkarmak için LSD çoklu karşılaştırma analizi gerçekleştirilmiştir.

Tablo 11.*Eğitim Düzeyine Göre ANOVA Betimsel İstatistikler Tablosu*

Benlik	İlköğretim	25	1.20	.38
	Lise	157	.86	.55
	Önlisans-Lisans	142	.62	.50
	Total	324	.78	.54
Çift uyumu	İlköğretim	25	126.08	12.36
	Lise	157	129.46	10.20
	Önlisans-Lisans	142	127.81	11.61
	Total	324	128.47	11.03
Cinsel doyum	İlköğretim	25	85.60	10.51
	Lise	157	81.61	7.88
	Önlisans-Lisans	142	82.94	8.18
	Total	324	82.50	8.28

Benlik saygısı puanlarında anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için yapılan çoklu karşılaştırma analizi sonucunda üç grubun puanlarının birbirinden farklılaştığı görülmüştür. İlköğretim mezunu olanların ($\bar{X} = 1.20$) benlik saygısı puanları, lise mezunu ($\bar{X} = .86$) ve önlisans-lisans mezunu ($\bar{X} = .62$) olanların benlik saygısı puanları arasında olduğu görülmüştür (Tablo 11).

4.6. Benlik Saygısı, Çift Uyumu ve Cinsel Doyum Puanının Gelir Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Anlamaya Yönelik Yapılan Analiz Sonuçları.

Katılımcıların gelir düzeyine göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanlarının anlamlı şekilde farklılaşp farklılaşmadığını ortaya çıkarmak için yapılan ANOVA analizi sonuçları Tablo 12’de görülebilir.

Tablo 12.*Gelir Düzeyine Göre ANOVA İstatistikler Tablosu*

		Kareler		Kareler		
		Toplamı	sd	Ortalaması	F	p.
Benlik	Gruplar Arası	28.31	3	9.43	44.28	.00
	Gruplar İçi	68.19	320	.21		
	Toplam	96.51	323			
Çift uyumu	Gruplar Arası	833.07	3	277.69	2.31	.076
	Gruplar İçi	38463.45	320	120.19		
	Toplam	39296.52	323			
Cinsel doyum	Gruplar Arası	674.36	3	224.78	3.34	.02
	Gruplar İçi	21522.20	320	67.25		
	Toplam	22196.56	323			

Yapılan analiz sonucunda benlik saygısı ve cinsel doyum puanlarının gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür (sırasıyla: $F_{(3-320)}=44.283$; $F_{(3-320)}=3.342$, $p<0.05$). Anlamlı farkın hangi grupları arasında olduğunu ortaya çıkarmak için LSD çoklu karşılaştırma analizi gerçekleştirilmiştir.

Tablo 13.*Gelir Düzeyine Göre ANOVA Betimsel İstatistikler Tablosu*

Benlik	0-1700 TL	14	1.50	.62
	1701-2000 TL	39	.98	.53
	2001-4000 TL	112	1.03	.55
	4001-üzeri TL	159	.50	.33
	Total	324	.78	.546
Çift uyumu	0-1700 TL	14	124.14	16.37
	1701-2000 TL	39	131.82	15.28
	2001-4000 TL	112	128.99	10.54
	4001-üzeri TL	159	127.67	9.33
	Total	324	128.47	11.03
Cinsel doyum	0-1700 TL	14	78.96	5.24
	1701-2000 TL	39	83.35	11.94
	2001-4000 TL	112	80.99	7.62
	4001-üzeri TL	159	83.67	7.66
	Total	324	82.50	8.28

Benlik saygısı puanlarında anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için yapılan çoklu karşılaştırma analizi sonucunda 0-1700 tl geliri olanların benlik saygısı puanları ile diğer bütün gruplar arasında olduğu, ayrıca 4001-üzeri geliri olanların benlik saygısı puanları ile diğer bütün gruplar arasında olduğu görülmüştür. En yüksek benlik saygısı puanına 4001 lira ve üzeri gelire sahip bireylerin ($\bar{X} = .50$) sahip olduğu saptanmıştır (Tablo 13).

Cinsel doyum puanlarında anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için yapılan çoklu karşılaştırma analizi sonucunda 4001-üzeri geliri olanların cinsel doyum puanları ($\bar{X} = 127.67$) ile 0-1700 ($\bar{X} = 124.14$) ile 2001-4000 tl ($\bar{X} = 128.99$) arasında geliri olanlar benlik saygısı puanları arasında olduğu görülmüştür. En yüksek cinsel doyuma 4001 ve

üzeri tl geliri olanların sahip olduğu saptanmıştır (Tablo 13).

4.7. Evli Olan Bireylerin Benlik Saygısı, Çift Uyum ve Cinsel Doyum Puanları Arasındaki İlişki Analizi Sonuçları

Tablo 14.

Benlik Saygısı, Çift Uyum ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişki Tablosu

		Rosenborgt	Ciftuyumu	Cinseldoyumt
Benlik	r	1	-.07	-.07
	p		.18	.16
	N	324	324	324
Çift uyumu	r			.30**
	p			.00
	N			324
Cinsel doyum	r			1
	p			
	N			324

** . P<0.01 düzeyinde anlamlı ilişki vardır, r=korelasyon değeri, N=katılımcı sayısı.

Evli olan bireylerin benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını ortaya çıkarmak için yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda, benlik saygısı puanları ile çift uyumu ve cinsel doyum puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$). Diğer taraftan çift uyumu puanları ile cinsel doyum puanları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki ($r=.30$, $p<0,05$) bulunmuştur. İki değişken arasındaki detarminasyon katsayısı hesaplandığında (r^2) 0.09 olarak elde edilmiştir. Buna göre cinsel doyum arttığında çift uyumu artmaktadır veya çift uyumu arttığında cinsel doyum artmaktadır. İki değişken arasındaki detarminasyon katsayısına göre çift uyumu puanlarının %9 cinsel doyum tarafından veya cinsel doyum puanlarının %9 çift uyumu tarafından açıklanmaktadır.

5. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu çalışmada evli bireylerde benlik saygısının çift uyumu ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Ancak yapılan analizler sonucunda benlik saygısı ile çift uyumu ve cinsel doyum arasında anlamlı ilişkiler çıkmamıştır. Bu anlamda araştırmanın temel amacı desteklenmemiştir. Ancak elde edilen diğer bulgular bu bölümde tartışılacaktır.

Araştırmanın birinci alt problemi “Katılımcıların cinsiyete göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Elde edilen sonuçlara göre, katılımcıların benlik saygısı ve çift uyumu puanlarının cinsiyete göre farklılaşma göstermediği saptanmıştır. Literatürdeki çalışmalar da benzer bulgulara ulaşmış ve cinsiyete göre benlik saygısı (Parlar ve Yazıcı, 2017; Turanlı, 2010) ve çift uyumunda (Şendil ve Korkut, 2008) anlamlı bir farklılaşma olmadığını göstermektedir.

Analizler sonucunda cinsel doyumun cinsiyete göre farklılaştığı saptanmıştır; kadınların cinsel doyum puanları erkeklerin cinsel doyum puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Bazı çalışmalar, cinsel doyumun cinsiyete göre farklılaştığını ve kadınlarda cinsel doyumun erkeklere göre daha yüksek olduğunu göstermektedir (Carpenter ve ark., 2009; Uzel, 2015). Ayrıca erkeklerin kadınlara göre daha yüksek cinsel doyuma sahip olduğunu gösteren ya da cinsiyete göre cinsel doyumun farklılaşmadığına işaret eden çalışmalar da bulunmaktadır (Renaud ve Byers, 1997; Kabakçı ve Daş, 2002; Gökmen, 2001). Çalışmalar arasındaki bu farklılıkların çözülmesi için cinsiyet ile cinsel doyum arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaların artırılması; bu durumu etkileyen değişkenlerin belirlenmesi ve farklı örneklem gruplarıyla çalışılması gerekmektedir. Elde edilen bu farklı sonuçlara, çalışmalarda kullanılan ölçeklerin farklı olması (örn. Renaud ve Byers, 1997; Koçak, 2009), yaş gruplarının aynı olmaması (örn. Koçak, 2009) ve çalışmaların çiftlerle

yürütülmesi (örn. Gökmen, 2001) neden olabilir. Ayrıca bu araştırma sırasında bireylerin nasıl evlendikleri (görücü, anlaşmalı gibi) araştırılmamıştır. Farklı bulgulara neden olan bir faktörde bireylerin nasıl evlendikleri olabilir.

Araştırmanın ikinci alt problemi “Katılımcıların yaşına göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Çalışma sonucunda her üç değişkenin de yaşa göre anlamlı farklılaştığı görülmektedir. Benlik saygısının en yüksek 30-39 yaş aralığında; çift uyumunun en düşük 30-39 yaş aralığında olduğu, benzer sonuçlar literatürde de görülmektedir (Bildirici, 2016). Bu sonuç 30-39 yaş arasındaki bireylerin benlik saygısı düzeyinin diğer yaş gruplarında ki bireylerden (20-29 ve 50- üstü yaş) daha yüksek olduğunu gösterirken çift uyumunun düştüğünü göstermektedir. Bu sonuç “yüksek benlik saygısı çift uyumunu düşüren bir durum olabilir mi?” sorusunu akla getirmektedir. Benlik saygısı kişinin kendine verdiği değeri ifade etmektedir (Pişkin, 2003). Bireyler kendilerine değer verdikçe, kendilerini daha fazla düşünüyor olup eşlerinin istek ve ihtiyaçlarına cevap vermekten kaçınıyor olabilirler. Akla gelen bu soruları cevaplayabilmek için benlik saygısı ölçekleri ile ölçmeye çalışılan kavramın (benlik saygısı, öz saygı, benmerkezcilik, bencillik) tekrar gözden geçirilmesi iyi olabilir. Ya da bu sonuca neden olan başka değişkenlerin varlığı düşünülmelidir. Kaygı, narsizm vb. değişkenler de benzer çalışmalarda ele alınıp incelenebilir. Ayrıca, cinsel doyumun en yüksek 20-29 yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Bu yaşlarda ki bireylerin diğer yaş gruplarına göre yeni evli olduğu düşünülecek olursa cinsel doyumlarının daha yüksek olması anlaşılır bir sonuçtur.

Araştırmanın üçüncü alt problemi “Katılımcıların evde kiminle yaşadığına göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Çalışma sonucunda benlik saygısı ve cinsel doyumun evde kiminle yaşadığına göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı, çift uyumunun evde kiminle yaşadığına göre anlamlı şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Çift uyum puanları arasındaki farklılığın hangi gruplar arasında olduğuna bakıldığında anne ve baba ile yaşayanların çift uyumu puanlarının

diğer üç grupta yer alan bireylerin çift uyumu puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Buna sebep olan faktör anne-babalarıyla yaşayan çiftlerin pek çok işlerinin, çocuk bakımlarının, anne-babaları tarafından yapılıyor olması şeklinde açıklanabilir. Aynı zamanda bu çiftler anne-babalarından ekonomik destek alıyor olabilirler. Yaşam ile ilgili kaygıları ve uğraşları azalan çiftlerin uyumları artıyor olabilir.

Araştırmanın dördüncü alt problemi “Katılımcıların evlilik süresine göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Yapılan çalışma sonucunda cinsel doyumun evlilik süresine göre farklılaşmadığı saptanırken, benlik saygısı ve çift uyumunun evlilik süresine göre farklılaştığı saptanmıştır. Bu bulgular literatürdeki çalışmalar ile desteklenmektedir (Yalçın, 2014; Zeytinoğlu, 2013; Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006). Benlik sayısının en yüksek 11-15 yıl, en düşük 16-20 yıl evli olan bireylerde, çift uyumunun en yüksek 0-5 yıl, en düşük 16-20 yıl evli olan bireylerde olduğu görülmüştür. Bireylerin 16-20 yıllık evliliklerde çocukların büyümüş olması, üniversite çağına gelmiş olması anne-babaların çocuklarının gelecekları ile ilgili kaygılanmalarına sebep olabilir. Bu durum bireylerin benlik saygısına ve çift uyumuna olumsuz yansıyor olabilir.

Araştırmanın beşinci alt problemi “Katılımcıların eğitim düzeyine göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Yapılan çalışma sonucunda çift uyumu ve cinsel doyumda eğitim düzeyine göre farklılık saptanmazken, benlik saygısında eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık olduğu; ilköğretim mezunu olanların benlik saygısının en düşük olduğu görülmüştür. Bu bulgular literatürdeki bazı çalışmalar ile desteklenirken (Saygılı ve ark., 2015), bazıları ile desteklenmemektedir (Zeytinoğlu, 2013). Literatürdeki çalışma bulguları arasındaki bu farklılığın çalışmalardaki katılımcıların sosyodemografik ve kültürel özelliklerinin farklı olmasından kaynaklanıyor olabilir. İlkokul mezunu bireylerin düşük benlik saygısına sahip olmasının nedeni gelir düzeyleri ile ilişkili olabilir. Yeni çalışmalarda bu durumu anlamaya yönelik veri toplanmasının yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın altıncı alt problemi “Katılımcıların gelir düzeyine göre benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanı anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Yapılan çalışma sonucunda çift uyumunda gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık görülmezken, benlik saygısı ve cinsel doyumun gelir düzeyine göre anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır. En düşük benlik saygısı ve cinsel doyum 0-1700 tl gelir düzeyinde, en yüksek benlik saygısı ve cinsel doyum 4001-üzeri gelir düzeyinde olanlarda saptanmıştır. Genel olarak cinsel doyum ve benlik saygısının gelir düzeyi arttıkça arttığı sonucuna varılmıştır. Bulgular literatürdeki çalışmalar ile desteklenmektedir (Basat, 2004). Bireylerin maddi kaygılarının hem kendilerini algılama şeklini hem de cinsel doyumlarını olumsuz etkiliyor olabilir.

Araştırmanın yedinci alt problemi “Evli olan bireylerin benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” şeklindedir. Yapılan çalışma sonucunda benlik saygısı puanları ile çift uyumu ve cinsel doyum puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı; çift uyumu puanları ile cinsel doyum puanları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğu, cinsel doyum arttığında çift uyumunun veya çift uyumu arttığında cinsel doyumun arttığı belirlenmiştir. Literatürdeki çalışmalara bakıldığında evli bireylerde benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum değişkenlerinin üçünü birden ele alan herhangi bir yabancı ya da yerli çalışmaya rastlanmamaktadır. Bu nedenle sonuçları başka çalışma bulgularıyla kıyaslamak zordur ve sonuçlar literatüre katkı sağlamaktadır. Çift uyumu ve cinsel doyum puanları arasındaki ilişkiye yönelik elde edilen sonuçların ise literatür ile desteklendiği görülmektedir (Egelioğlu-Çetişli ve ark., 2014; Erbek ve ark., 2005).

Bireylerin birbirlerine katlanmak, ilişkide şefkat, affetmek, paylaşım içinde ve iletişim halinde olmak gibi birbirlerini destekleyen tutumları geliştikçe çiftlerin uyumlarının arttığı ve bu durumun çiftlerin cinsellikten aldığı zevk ve cinsel doyumunu arttırıcı bir etki yarattığı düşünülmektedir. Benzer şekilde çiftlerin cinsellikten aldıkları haz, istek ve dolayısıyla cinsel doyum arttıkça çiftler arasındaki bağın kuvvetlendiği, paylaşımın ve çift uyumunun arttığı görülmektedir.

6.BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma 2018 yılı içinde İzmir ili sınırlı olmak üzere “Evli Bireylerde Benlik Saygısının Çift Uyum ve Cinsel Doyum Üzerindeki Etkisi”nin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Çalışmada İzmir ilindeki 18 yaşını doldurmuş evli bireylerin benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum düzeyleri arasındaki ilişkiler ve bu değişkenlerin çeşitli sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşma durumu analiz edilmiştir. Yapılan çalışma sonucunda benlik saygısı puanları ile çift uyumu ve cinsel doyum puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı; çift uyumu puanları ile cinsel doyum puanları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğu, cinsel doyum arttığında çift uyumunun veya çift uyumu arttığında cinsel doyumun arttığı belirlenmiştir. Bu doğrultuda gelecek benzer araştırmaların daha geniş bir örneklem ile tekrarlanması ve farklı sosyo-demografik özellikler (örn. yapılan iş, sahip olunan çocuk sayısı gibi) sorgulanarak yapılması yararlı olabilir. Ayrıca kaygı düzeyleri, öz-yeterlilik gibi değişkenlerin ele alındığı daha kapsamlı çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Bu çerçevede aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

- 1- Elde edilen sonuçlara göre evlilik sorunuyla terapiye gelen çiftlerle çift uyumunu veya cinsel doyumunu çalışmanın ilişkiyi güçlendirmede benzer olumlu sonuçlarının olacağı düşünülmektedir. Bu nedenle evlilik terapisi uygulayan klinisyenlerin bu konularda çalışmalar yürütmeleri önerilmektedir.
- 2- Bireylerin evlenmeden önce çift uyumu, sağlıklı iletişim ve cinsel yaşam konularında bilgilendirilmelerinin evlilik ilişkilerinde olumlu etki yaratacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Adams, C. G., ve Turner, B. F. (1985). Reported change in sexuality from young adulthood to old age. *Journal of Sex Research*, 21(2), 126-141.
- Addis, J., Bernard, M. E. (2002). Marital adjustment and irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive ve Cognitive-Behavior Therapy*, 20(1), 3-13
- Altınok, H., Ek, N., Koruklu, N., (2010). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygı Düzeyi ile İlişkili Bazı Değişkenlerin İncelenmesi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 1(1), 99-120.
- Anderson, S. A., Russell, C. S., Schumm, W. R. (1983). Perceived marital quality and family life-cycle categories: A further analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 127-139.
- Atta-Alla, M. (2009). *Contemporary Egyptian family*. (Eds. T. Maundeni, L. L. Levers, ve G. Jacques) Changing family systems: A global perspective (pp. 114-126). Gaborone, Botswana: Bay Publishers.
- Aydınlı, E., Tutarel K., Ş. (2009). An investigation into relationship between marital adjustment and some variables like sex, number of children, educational background, income level, place of residence and early and late marriage determined by age of marriage. *Presented at the annual meeting of the National Congress of Family and Marriage Therapies*, İstanbul, Turkey.
- Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2012). Akademik Erteleme Davranışının Benlik Saygısı, Durumluluk Kaygı, Öz-Yeterlilik Açısından Açıklanabilirliğinin İncelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 2(3), 1-9.
- Aydoğan, N. (2011). Sosyal Kaygı Bozukluğu. 31 Mart 2018 tarihinde <http://nuraydogan.terapi.com/2011/06/26/sosyal-kaygi-bozuklugu-2/> adresinden erişilmiştir.

- Barlas, T. (1990). *Geleneksel Aileden Çağdaş Aile Yapısına Doğru Dünyada ve Türkiye’de Aile Yapısının Evrimi*. Aile Yazıları II, Hazırlayan Beylü Dikeçligil-Ahmet Çiğdem, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, Ankara.
- Barrientoz, J. E., Paez, D. (2006). Psychosocial variables of sexual satisfaction in Chile. *Journal of Sex ve Marital Therapy*, 32, 351-368.
- Basat, Ç. (2004). *An exploration of marital satisfaction, locus of control, and self-esteem as predictors of sexual satisfactions*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Orta-doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Berksun, O.E. ve Hızlı Sayar, G. (2013). Aile ve Eş Terapileri. Detay Yayıncılık, ISBN: 978-605-5216-75-7, 202 S., Ankara.
- Bildirici, A. (2016). *Evlilik Süresinin, Cinsel Yaşama Ve Evlilik Uyumuna Etkisi Ve Sonuçların Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Birnbaum, G. E. (2007). Attachment orientations, sexual functioning, and relationship satisfaction in a community sample of women. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(1), 21-35.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment (vol. 1)*. New York: Basic Books
- Bozdemir, N., ve Özcan, S. (2011). Cinselliğe ve cinsel sağlığa genel bakış. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 5(4), 37-46.
- Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological bulletin*, 118(1), 3.
- Budak, S. (2009). *Psikoloji Sözlüğü*. (4.Basım). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Butzer, B., Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationships*, 15, 141-154.

- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yayınları.
- Cambridge Dictionary (2018). 31 Mart 2018 tarihinde <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/satisfaction> adresinden erişilmiştir.
- Canel, A. N. (2007). *Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması*. Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Canel, A. N. (2012). *Evlilik ve aile hayatı*. Ankara: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Yayını.
- Carpenter, L. M., Nathanson, C. A., ve Kim, Y. J. (2009). Physical women, emotional men: Gender and sexual satisfaction in midlife. *Archives of Sexual Behavior*, 38(1), 87-107.
- Carpenter, L. M., Nathanson, C. A., Kim, Y. J. (2009). Physical women, emotional men: Gender and sexual satisfaction in midlife. *Archives of Sexual Behavior*, 38(1), 87-107.
- Cevher, F. N., Buluş, M. (2010). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş çocuklarında akademik benlik saygısı. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (20), 28-33.
- Chapman, G. (2015). *Evliliğin Dört Mevsimi*. Handan Ünlü Haktanır (Çev.). İstanbul: Koridor Yayıncılık.
- Chen, Z., Tanaka, N., Uji, M., Hiramura, H., Shikai, N., Fujihara, S., Kitamura, T. (2007). The role of personalities in the marital adjustment of Japanese couples. *Social Behavior and Personality*, 35(4), 561-572.
- Crowe, M. (1995). Couple therapy and sexual dysfunction. *International Review of Psychiatry*, 7, 195-205.
- Cupach, W. R., Comstock, J. (1990). Satisfaction with sexual communication in marriage: Links to sexual satisfaction and dyadic adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 179-186.

- Curun, F., Çapkın, M. (2014). Romantik kıskançlığın bağlanma stilleri, benlik saygısı, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu açısından yordanması. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 34(1), 1-22.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23.
- Çelik, M. (1997). *Marital satisfaction, parental agreement on child rearing and parental perception of child's adjustment*. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik Doyum Ölçeği Geliştirme Çalışması*. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Demir, C. S. (2005). *Aile Planlaması Yöntemleri ve Cinsellik*. 4. Uluslar arası Üreme Sağlığı ve Aile Planlaması Kongre Kitabı, Ankara.
- Dinçkol, B. (1990). *Devlet-Aile*. Ankara: Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu.
- Doğan, T., Eryılmaz, A., (2013). "İki Boyutlu Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi", *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(1), 107-117
- Dokur, M., Profeta, Y. (2006). *Aile ve Çift Terapisi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Dökmen, Z. Y., Tokgöz, Ö. (2002). Cinsiyet, eğitim, cinsiyet rolü ile evlilik doyumu, eşle algılanan benzerlik arasındaki ilişkiler. *XII. Ulusal Psikoloji Kongresi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Dural, M., Ögüz, T., Gümüş, M. A. (2013). *Türk Özel Hukuku Cilt III Aile Hukuku*. İstanbul: Filiz Kitabevi
- Egelioğlu-Cetişli, N., Serçekuş, P., Oğuz, N. (2014). Primer İnfertil Kadınlarda Cinsel Doyum ve Çift Uyum. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*; 16(3): 38-47.
- Ellis, A. E., Grieger, R. M. (1986). *Handbook of rational-emotive therapy*, Vol. 2. Springer Publishing Co.

- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Alpan, L., Eradaamlar, N. (2005). Cinsellik ve Çift Uyumu Arasındaki İlişki: Üç Grup Evli Çiftte Karşılaştırmalı Bir Çalışma, *Düşünen Adam*, 18(2), 72-81.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradaamlar, N., Alpan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Eriş, Y., İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *Turkish Studies*, 8(6), 179-193.
- Ersanlı, K., Kalkan, M. (2008). *Evlilik İlişkilerini Geliştirme: Kuram ve Uygulama*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Ersevrim, İ. (2008). *Aile Tedavisi*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Farley, F. H., Davis, S. A. (1980). Personality and sexual satisfaction in marriage. *Journal of Sex ve Marital Therapy*, 6(1), 56-62.
- Ferenidou, F., Kapoteli, V., Mosidis, K., Koutsogiannis, I., Giakoumelos, A., Hatzichristou, D. (2008). Presence of a sexual problem may not affect women's satisfaction from their sexual function. *The Journal of Sexual Medicine*, 5(3), 631-639.
- Fişiloğlu, H. (1992). Lisansüstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-23.
- Fişiloğlu, H. Demir, A. (1999). Loneliness and marital adjustment of Turkish couples. *The Journal of Psychology*, 133(2), 230-240.
- Fişiloğlu, H., Demir, A. (2000). Applicability of the Dyadic Adjustment Scale for measurement of marital quality with Turkish couples. *European Journal of Psychological Assessment*, 3(16), 214-218.
- Firestone, R. W., Catlett, J. (1999). *Fear of Intimacy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Fişiloğlu, H., Demir, A. (2000). Applicability of the Dyadic Adjustment Scale for measurement of marital quality with Turkish couples. *European Journal of Psychological Assessment*, 16(3), 214.

- Frank, D. I., Downard, E., Lang, A. R. (1986). Androgyny, sexual satisfaction, and women. *Journal of Psychological Nursing*, 24, 10-15.
- Freud, S. (2006). *Sevgi ve cinsellik üzerine*. İzmir: İlyas Yayınları.
- Gattis, K. S., Berns, S., Simpson, L. E., Christensen, A. (2004). Birds of a feather or strange birds? Ties among personality dimensions, similarity, and marital quality. *Journal of Family Psychology*, 18, 564-574
- Gerson, R. (1995). *The Family Life Cycle: Phases, Stages and Crises. Integrating Family Therapy*. (R.H. Mikesell, D. Lusteran ve S. H. McDaniel Editörler). Washington, DC: American Psychological Association..
- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolcülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolcülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Gralla, O., Knoll, N., Fenske, S., Spivak, I., Hoffmann, M., Rönnebeck, C., May, M. (2008). Worry, desire, and sexual satisfaction and their association with severity of ED and age. *The journal of sexual medicine*, 5(11), 2646-2655.
- Greeff, A. P., ve Bruyne, T. D. (2000). Conflict management style and marital satisfaction. *Journal of Sex ve Marital Therapy*, 26(4), 321-334.
- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 2(11), 73-88.
- Gülsün, M., Ak, M., Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1).
- Haavio-Mannila, E., Kontula, O. (1997). Correlates of increased sexual satisfaction. *Archives of sexual behavior*, 26(4), 399-419.

- Harvey, J. H., Wenzel, A., Sprecher, S. (Eds.). (2004). *The handbook of sexuality in close relationships*. Psychology Press.
- Hawkins, D. N., ve Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on wellbeing. *Social Forces*, 84(1), 451-471.
- Hawton, K. (1985). *Sex therapy: A practical guide*. New York: Oxford University Press.
- Hayward, M., Zhang, Z. (2006). Gender, the marital life course, and cardiovascular disease in late midlife. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 639-657.
- Helms, H. M., Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69, 576-593.
- Henderson, K. D. H., Veroff, J. (1994). Sexual Satisfaction and Marital Well-Being in the First Years of Marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(4), 509- 534.
- Hünler, O. S., Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Işığışok, Ö. (2005). XXI. Yüzyılda İstihdam ve İnsana Yakışır İş. Bursa: Ezgi Kitabevi.
- Jose, O., Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex ve Marital Therapy*, 33, 73-85.
- Kabakçı, E., Daş, C. T. (2002). Vaginismus: Kadınlar ve eşlerinin özellikleri. *XII. Ulusal Psikoloji Kongresi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Kalkan, M. (2002). *Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Karakaya. S. (2018) Yeni Evliliklerde Uyum Nasıl Sağlanır? 30 Mart 2018 tarihinde <http://www.yesiltopuklar.com/yeni-evliliklerde-uyum-nasil-saglanir.html> adresinden erişilmiştir.

- Karamustafa, F. C. (2017). *Postpartum Depresyonda Evlilik Doyumu ve Benlik Saygısının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. 15. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karatekin, K., Gençtürk, E., Kılıçoğlu, G. (2013). Öğrenci, sosyal bilgiler öğretmen adayı ve öğretmenlerinin değer hiyerarşisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2013(14).
- Kasapoğlu, F., Kutlu, M., Durmuş, E. (2017). Evli Bireylerde Kişilerarası İlişki Tarzı ile Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki: Evlilikte Özyeterlik Algısının Aracı Rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5(11), 469-487.
- Keçe, C. (2009). *Eşcinsellik kader değildir*. Ankara: Ütopya Grafik.
- Keskin, G., Bilge, A., Akmeşe, B. Z., Saydam, B. K. (2012). İnfertilite tedavisi gören kadınların depresyon, umutsuzluk ve evlilik uyumlarındaki değişimin değerlendirilmesi. *STED*, 21(2), 53-60.
- Kışlak, Ş. T., Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 8(3), 61-68.
- Koç, M. (2009). Dindarlık İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki: YetiÇşinler Üzerine Ampirik Bir Araştırma, T.C. *Uludağ Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi*, 18(1), 473-493
- Kohn, I. J., Kaplan, S. A. (2000). Female sexual dysfunction: what is known and what can be done?. *Contemporary OB/GYN*, 45, 25-36.
- Kolkısa, İ. (2018). Türk Toplumunda 18 Yaşından Önce Evlendirilmiş Kadınların Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri İle Benlik Saygısı Ve Ebeveyn Kabulü Arasındaki İlişki. İstanbul Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, 93 s.
- Könezoglu, B. (2006). *Aile ve Ailenin Korunması*. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Özel Hukuk (Medeni Hukuk) Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 179 s., Ankara.

- Köteli, M. A. (1991). *Evliliğin Hukuki Niteliği ve Evlilik Dışı Beraberlikler*. İstanbul, Kazancı Yayınları.
- Kutunis, R. Ö., Tunç, T. (2013). Hemşirelerde Benlik Saygısı İle Durumluk Ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişki: Bir Üniversite Hastanesi Örneği. *İş, Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 15(2), 1-15.
- Kutunis, R., Tunç, T. (2013). Hemşirelerde Benlik Saygısı İle Durumluk Ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişki: Bir Üniversite Hastanesi Örneği. *Is, Güç: The Journal of Industrial Relations ve Human Resources*, 15(2), 1-15.
- Küçükosmanoğlu, H. O. (2013). Müzik öğretmeni adaylarının bazı sosyodemografik değişkenlere göre benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması. *Sanat Eğitimi Dergisi*, 1(2), 70-82.
- Larson, J. H., Anderson, S. M., Holman, T. B., Niemann, B. K. (1998). A longitudinal study of the effects of premarital communication, relationship stability, and self-esteem on sexual satisfaction in the first year of marriage. *Journal of sex ve marital therapy*, 24(3), 193-206.
- Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., Michaels, S. (1994). *The social organization of sexuality: Sexual practices in the United States*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Lawrence, E., Pederson, A., Bunde, M., Barry, R. A., Brock, R. L., Fazio, E., Mulryan, L., Hunt, S., Madsen, L., Dzankovic, S. (2008). Objective ratings of relationship skills across multiple domains as predictors of marital satisfaction trajectories. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(3), 445-466.
- Lindahl, K. M., Malik, N. M., Bradbury, T. N. (1997). *The developmental course of couples' relationships*. In W. K. Halford ve H. J. Markman (Eds.). *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention* (pp. 203-223). New York: John Wiley ve Sons.
- Litzinger, S., Gordon, K. C. (2005). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Journal of sex ve marital therapy*, 31(5), 409-424.

- McCoy, N. L., Davidson, J. M. (1985). A longitudinal study of the effects of menopause on sexuality. *Maturitas*, 7, 203-210.
- Ménard, A. D., Offman, A. (2009). The interrelationships between sexual self-esteem, sexual assertiveness and sexual satisfaction. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 18(1/2), 35.
- Meray, S. L. (1992). *Toplum Bilim Üzerine*. İstanbul: Işık Matbaası.
- Monga, M., Alexandrescu, B., Katz, S. E., Stein, M., Ganiats, T. (2004). Impact of infertility on quality of life, marital adjustment, and sexual function. *Urology*, 63(1), 126-130.
- Morokoff J, Gilliland R. Stress, sexual functioning, and marital satisfaction. *J Sex Res* 1993; 30:43-53.
- Moss, B. F., Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family relations*, 31-37.
- Mulhall, J., King, R., Glina, S., Hvidsten, K. (2008). Importance of and satisfaction with sex among men and women worldwide: Results of the Global Better Sex Survey. *Journal of Sexual Medicine*, 5(4), 788-795.
- Ozankaya, Ö. (1979). *Toplum Bilimine Giriş*, Ankara: Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları.
- Özcan, S. G. (2014). *Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Aldatma Eğilimleri, Evlilik Doyum Düzeyleri Ve Cinsel Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Özden, M. S. (2013). Önceden Edinilmiş ve Sonradan Kazanılmış Gelişim Özelliklerinin Evlilikte Çift Uyumuna İle İlişkisi. Doktora Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özgüven, İ. (2010). *Ailede İletişim ve Yaşam*. Ankara: Pdrem Yayınları
- Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Nobel Akademik Yayıncılık, ISBN: 978-605-133-762-3, 344 s., Ankara.
- Özkan, İ. (1994). Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler. *Düşünen Adam*, 7(3), 4-9.

- Öztürk, C. Ş., Arkar, H. (2014). *Evli çiftlerde evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler*. Temmuz-Ağustos- Eylül, 1(3), 16-24.
- Parlar, H., Yazıcı, S. G. (2017). Evli ve Bekar Yetişkinlerin Genel Öz-Yeterlik ve Benlik Saygılarının İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(31), 2007-247.
- Pınar, Ç., Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23.
- Pınar, R. (2002). Obezlerde Depresyon, Benlik Saygısı ve Beden İmajı: Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *Ç. Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 6(1), 30-41
- Pişkin, M. (2003). Özsaygı Geliştirme Eğitimi. İçinde: Y. Kuzgun (Ed.), İlköğretimde Rehberlik. (s.95–120). Ankara: Nobel Yayınları.
- Polat, K. ve İlhan T. (2018). Evli Bireylerde Çift Uyumu ve Bazı Psikolojik Belirtilerin Benliğin Farklılaşması Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(50), 87-115.
- Reath, R. A., Piercy, F., Hovestadt, A., Oliver, M. (1980). Assertion and marital adjustment. *Family Relations*, 29(2), 249-253.
- Renaud, C., Byers, E. S. (1997). Sexual and relationship satisfaction in mainland China. *Journal of Sex Research*, 34(4), 399-410
- Rhyme, D. (1981). Bases of marital satisfaction among men and women. *Journal of Marriage and the Family*, 941-955.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). Acceptance and commitment therapy. *Measures package*, 61, 52.
- Ross, C. E., Mirowsky, J. (2002). Family relationships, social support and subjective life expectancy. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(4), 469- 489.
- Rowland, D. L., Cooper, S. E., Slob, A. K. (1996). Genital and psychoaffective response to erotic stimulation in sexually functional and dysfunctional men. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 194-203

- Rust, J., Golombok, S. (1986). The GRISS: a psychometric instrument for the assessment of sexual dysfunction. *Archives of Sexual Behavior*, 15(2), 157-165.
- Sacco, W. P., ve Phares, V. (2001). Partner appraisal and marital satisfaction: the role of self-esteem and depression. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 504-513.
- Samancı, A. Y., Ekici, G. (2010). Aile Terapisi. *Düşünen Adam*, 11(3), 45-51
- Saygılı, G., Kesercioğlu, T., ve Kırıktaş, H. (2015). Eğitim düzeyinin benlik saygısı üzerinde etkisinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(2).
- Sexual Self-Schemas: An Exploration Of Their Impact On Frequency Of Masturbation And Sexual Activity, Sexual Satisfaction, And Marital Adjustment A Thesis Submitted To The Graduate School Of Social Sciences Of Middle East Technical University By Gözde Koçak In Partial Fulfillment Of The Requirements For The Degree Of Master Of Science In The Department Of Psychology April 2009 *İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Sezer, Ö. (2010). Ergenlerin Kendilik Algılarının Anne Baba Tutumları ve Bazı Faktörlerle İlişkisi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 1-19.,
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15-28
- Spanier, G. B., Lewis, R. A., Cole, C. L. (1975). Marital adjustment over the family life cycle: The issue of curvilinearity. *Journal of Marriage and the Family*, 37(2), 263-275.
- Sprecher, S., McKinney, K. (1993). *Sexuality*. Newbury Park, California: Sage Publications, Inc.
- Sübaşı, G. (2010). Ergenlerde Sosyal Kaygı Ve Akran İlişkilerinin Psikobiyolojik Sosyal Kaygı Modeline Göre Sınanması. *Yüzüncü Yıl*

Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7(2), 52-68.

Şendil, G., Korkut, Y. (2008). Evli Çiftlerdeki Çift Uyumu Ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları/Studies in Psychology*, 28, 15-34.

Taşçı, A. İ. (2010). *Cinsel Eğitim. (4.Basım)*. İstanbul: İz Yayınları.

Taşgit, M. S. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Ve Karar Verme Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.

TDK (2018). 31 Mart 2018 tarihinde tdk.gov.tr adresinden erişilmiştir.

Tel, H., Pınar, Ş. E. (2012). Ayaktan İzlenen Psikiyatri Hastalarında İçselleştirilmiş Damgalama ve Benlik Saygısı. *Journal of Psychiatric Nursing/Psikiyatri Hemşireleri Dernegi*, 3(2), 61-66.

Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik Yaşamı Ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 1-25.

Turanlı, P. (2010). *Orta Yetişkinlikte Evlilik Uyumu ile Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum*, 8 (3): 9.

Türedi, E. (2015). Özyeterlik, Benlik Saygısı Ve Atılganlık Düzeyi İlişkisi - Cinsiyet ve Deneyim Süresi Açısından Resmi Okul ve Özel Okul Öğretmenleri Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Toros Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Uçar, M. A. (2003). *Türk Hukukunda Ailenin Korunması ve 4320 Sayılı Yasanın Etkinliği*, Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Ulu, S. (2009). The relationship between perceived parental attitudes and marital adjustment on adulthood. *Presented at the annual meeting of the National Congress of Family and Marriage Therapies*, İstanbul,

Turkey.

- Uzel, A. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisinde çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi*. Yüksek
- Aydoğan, H. (2017). Obezite Olan ve Olmayan Bireylerde Benlik Saygısı ve Bağlanma Biçimi. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Varma, G. S., Oğuzhanoğlu, N. K., Karadağ, F., Özdel, O., Amuk, T. (2005). Doğal ve Cerrahi Menopozda Depresyon ve Anksiyete Düzeyleri ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişki. *Klinik Psikiyatri*, 8, 109-115.
- Vural, K.B. ve Temel, B.A. (2010). Cinsel Doyumun Yordanmasında Bazı Faktörlerin İncelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13: 1.
- Waite, L. J. Gallagher, M. (2000). *The case for marriage*. New York: Doubleday.
- Watson, D., Klohnen, E. C., Casillas, A., Nus Simms, E., Haig, J., Berry, D. S. (2004). Match makers and deal breakers: Analyses of assortative mating in newlywed couples. *Journal of personality*, 72(5), 1029-1068.
- Weeks, G. R., Hof, L. (2012). *Evlilik Terapisi ve Cinsel Terapiyi Bütünleştirmek*. C. Kısa ve C. Keçe (Çev.ed.). Ankara: Pusula Yayınevi.
- Wells, L. E., Rankin, J. H. (1983). Self-concept as a mediating factor in delinquency. *Social Psychology Quarterly*, 11-22.
- Whitley, M. P., ve Poulsen, S. B. (1975). Assertiveness and sexual satisfaction in employed professional women. *Journal of Marriage and the Family*, 37(3), 573-581.
- Williams, K., Umberson, D. (2004). Marital status, marital transitions and health: A gendered life course perspective. *Journal of Health and Social Behavior*, 45, 81-98.
- Witting, K., Santtila, P., Alanko, K., Harlar, N., Jern., P., Johansson, A., Von Der Pahlen, B., Varjonen, M., Algars, M., Sandnabba, N. K. (2008). Female sexual function and its associations with number of children, pregnancy, and relationship satisfaction. *Journal of Sex ve Marital*

Therapy, 34, 89-106

- Yalçın, H. (2014). Evlilik Uyumu İle Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 250-261.
- Yasa, İ., (1977). Gecekondu ailesi, Geçiş Halinde Bir Aile Tipolojisi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi, (25):9-17, Ankara.
- Yıldırım, E. (2011). Aile ve Evlilik Türleri. (Ed. K. Canatan ve E. Yıldırım), Aile Sosyolojisi, İstanbul: Açılım Kitap, 65-81.
- Yıldız, M. A., Baytemir, K. (2016). Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1).
- Yıldız, M., Çapar, B. (2010). Orta öğretim öğrencilerinde benlik saygısı ile dindarlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(3), 103-131.
- Yılmaz, F. M. (2014). *Erişkin Evli Kadınlarda Toplumsal Cinsiyet Rolü İle Cinsel Doyumun İlişkisi*. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Yörükoğlu, A. (1989). Çocuk Ruh Sağlığı. (15.Basım). İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım
- Zeytinoğlu, E. (2013). *Evli Bireylerin Benlik Saygısı, Kıskançlık Düzeyi, Evlilikteki Çatışmalar Ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

EKLER

EK-1 Bilgilendirme formu

BİLGİLENDİRME FORMU

(Anket çalışmaları için form doldurulması gerekmektedir)

Bu çalışmanın amacı evli bireylerde benlik saygısının, çift uyumu ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

Bu çalışmada size bir demografik bilgi formu ve bir dizi ölçek sunduk. Demografik bilgi formu sizin yaş, cinsiyet gibi demografik özellikleriniz hakkındaki soruları içermektedir. Ölçekler ise; Çift Uyum Ölçeği, Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğidir.

Daha önce de belirtildiği gibi, ölçeklerde ve görüşmelerde verdiğiniz cevaplar kesinlikle gizli kalacaktır. Eğer çalışmayla ilgili herhangi bir şikayet, görüş veya sorunuz varsa bu çalışmanın araştırmacısı olan Psk. Mesut Berk KARAOĞLU ile iletişime geçmekten lütfen çekinmeyiniz (email; pskm.berk@hotmail.com, telefon: 0 533 687 34 20).

Eğer araştırmanın sonuçlarıyla ilgileniyorsanız 15.11.2018 tarihinden itibaren araştırmacıyla iletişime geçebilirsiniz.

Katıldığınız için tekrar teşekkür ederim.

Psikolog Mesut Berk KARAOĞLU

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Yakın Doğu Üniversitesi

Lefkoşa

EK-2 Aydınlatılmış onam

AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Değerli katılımcılar,

Bu araştırma Yakındoğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Bölümü Yüksek Lisans öğrencisi Mesut Berk KARAOĞLU tarafından Yrd. Doç. Dr. Füsun GÖKKAYA danışmanlığındaki yüksek lisans tezi kapsamında yürütülmektedir. Bu form sizi araştırma koşulları hakkında bilgilendirmek için hazırlanmıştır. Bu çalışma gönüllülük esasına göre gerçekleştirilen bir çalışmadır.

Araştırmanın amacı evli bireylerde benlik saygısı, çift uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi bazı sosyo-demografik özelliklere göre incelemektir. Bu ilişkiyi ölçmek için 3 ayrı anket uygulanacaktır. Uygulama süresi yaklaşık 15 dakikadır. Anket tamamen bilimsel amaçlarla düzenlenmiştir. Çalışmada sizden kimlik veya kurum belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplarınız tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir. Katılımcılardan elde edilecek bilgiler toplu halde değerlendirilecek ve bilimsel yayımlarda kullanılacaktır. Telefon numaranız anketörün denetlemesi ve anketin uygulandığının belirlenmesi amacıyla istenmektedir.

Yanıtlarınızı içten ve doğru olarak vermeniz bu anket sonuçlarının toplum için yararlı bir bilgi olarak kullanılmasını sağlayacaktır. Araştırmayla ilgili daha fazla bilgi almak ya da sonuçlarına ulaşmak isterseniz pskberk@hotmail.com adresine mail atabilir ya da 0 533 687 34 20 nolu hattın araştırmacıya ulaşabilirsiniz.

Yardıminız için teşekkür ederiz.

EK-3 Sosyo-demografik Veri Formu**Sosyo-Demografik Veri Formu**

1. Ad, Soyadı; (isteğe bağlı)

2. Yaşınız:

3. Cinsiyet

- a) Erkek b) Kadın

4. Evinizde kimlerle yaşamaktasınız?

- a) Yalnız
b) Sadece eşinizle
c) Eş ve çocuklar
d) Anne ve baba
e) Diğer belirtiniz (.....)

5. Evlilik Süresi: (.....)

6. Eğitim düzeyiniz?

- a) İlköğretim
b) Lise
c) Önlisans - Lisans
d) Lisansüstü ve üzeri

7. Sahip olduğunuz çocuk sayısı: (.....)

8. Şu an yaşadığınız yer?

- a) Köy
b) Kasaba
c) Şehir
d) diğer.....belirtiniz

9. Gelir Düzeyiniz Nedir?

- a) 1700 TL'nin altında
- b) 1701 ile 2000 TL arasında
- c) 2001 – 4000 TL arası
- d) 4000 TL ve üzeri

10. Mesleğiniz:

- a) Çalışmıyor
- b) Emekli

11. Meslekte çalıştığınız süre nedir?

- a) 1 yıldan az
- b) 1-5 yıl arası
- c) 5-10 yıl
- d) 11 yıl ve üzeri

12. Eşinizle ne kadar süredir aktif bir cinsel yaşantınız vardır?

- a) 0 – 6 ay arası
- b) 6 - 12 ay arası
- c) 12 – 24 ay arası
- d) 2 seneden fazla süredir

EK-4 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği**AÇIKLAMA**

Lütfen her soruyu dikkatli bir şekilde okuyup, kendinize en uygun şıkkı (X) ile işaretleyiniz.

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

3.Genelde kendimi başarısız biri olarak görme eğilimindeyim.

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içerisindeyim.

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

7. Genel olarak kendimden memnunum.

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

10. Bazen kendimin hiç de yeterli olmadığımı düşünüyorum.

- a.Doğru
- b.Çok Doğru
- c.Yanlış
- d.Çok yanlış

EK 5- Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Kullanım İzni

Vodafone TR

13:13

%77

Kapat

ÖLÇEK İZİN YAZISI.DOC



Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği
Turkish Association for Child and Adolescent
Psychiatry

Tarih: 25.05.2018

Konu: ölçek

İLGİLİ MAKAMA

Mesut Berk Karaoğlu'un Rosenberg ölçeğini kullanılmasına
 izin verilmiştir.

Prof. Dr. Eyüp Sabri Ercan
 Dernek Başkanı

Tel : 90-541-440 33 54 Fax :90 - 312 - 440 33 46
 Web: www.cogepder.org.tr Elmek: cogepder@gmail.com
 Adress: Cinnah Cad. 35/12 , 06700 Ankara, Türkiye

EK-6 Çift Uyum Ölçeği

ÇİFTLER UYUM ÖLÇEĞİ

Birçok insanın ilişkilerinde anlaşmazlıkları vardır. Lütfen aşağıda verilen maddelerin her biri için siz ve eşiniz arasındaki anlaşma veya anlaşmama ölçüsünü aşağıda verilen altı düzeyden birini seçerek belirtiniz.

	Hemen hemen		Hemen hemen		
	Her zaman	her zaman	Nadiren	Sıkça	Her zaman
	anlaşırsınız	anlaşırsınız	anlaşamayız	anlaşamayız	anlaşamayız
1. Aileyle ilgili parasal işlerin idaresi.....					
2. Eğlenceyle ilgili konular.....					
3. Dini konular.....					
4. Muhabbet-sevgi gösterme.....					
5. Arkadaşlar.....					
6. Cinsel yaşam.....					
7. Geleneksellik (doğru veya uygun davranış).....					
8. Yaşam felsefesi.....					
9. Anne, baba ya da yakın akrabalarla ilişkiler.....					
10. Önemli olduğuna inanılan amaçlar, hedefler ve konular.....					
11. Birlikte geçirilen zaman miktarı.....					
12. Temel kararların alınması.....					
13. Ev ile ilgili görevler.....					
14. Boş zaman ilgi ve uğraşları.....					
15. Mesleki kararlar.....					

	Hemen hemen		Hemen hemen		
	Her zaman	her zaman	Zaman zaman	Ara sıra	Nadiren
					Hiçbir zaman
16. Ne sıklıkla boşanmayı, ayrılmayı ya da ilişkinizi bitirmeyi düşünür ya da tartışırsınız?.....					
17. Ne sıklıkla siz veya eşiniz kavgadan sonra evi terk edersiniz?.....					
18. Ne sıklıkla eşinizle olan ilişkinizin genelde iyi gittiğini düşünürsünüz?.....					
19. Eşinize güvenir misiniz?.....					
20. Evlendiğiniz için hiç pişmanlık duyar mısınız?.....					
21. Ne sıklıkla eşinizle münakaşa edersiniz?.....					
22. Ne sıklıkla birbirinizin sinirlenmesine neden olursunuz?.....					

	Her gün	Hemen hemen Her gün	Ara sıra	Nadiren	Hiçbir zaman
23. Eşinizi öper misiniz?.....					
24. Siz ve eşiniz ev dışı etkinlikleriniz ne kadarına birlikte katılırsınız?.....	Hepsine	Çoğuna	Bazılarına	Çok azına	Hiçbirine

Aşağıdaki olaylar siz ve eşiniz arasında ne sıklıkla geçer?

	Hiçbir zaman	Ayda birden az	Ayda bir veya iki defa	Haftada bir veya iki kere	Günde bir defa	Günde birden fazla
25. Teşvik edici fikir alışverişlerinde bulunmak.....						
26. Birlikte gülmek.....						
27. Bir şeyi sakince tartışmak.....						
28. Bir iş üzerinde birlikte çalışmak.....						

Eşlerin bazı zamanlar anlaşmaları, bazen anlaşamadıkları konular vardır. Eğer aşağıdaki maddeler son birkaç hafta içinde siz ve eşiniz arasında görüş farklılığı veya problem yaratıyorsa belirtiniz (Evet veya Hayır'ı işaretleyiniz)

	Evet	Hayır
29. Seks için çok yorgun olmak.....		
30. Sevgi göstermemek.....		

31. Aşağıda ilişkinizdeki farklı mutluluk düzeyleri gösterilmektedir. Orta noktadaki "mutlu" birçok ilişkide yaşanan mutluluk düzeyini gösterir. İlişkinizi genelde değerlendirdiğinizde mutluluk düzeyinizi en iyi şekilde belirtecek olan seçeneği lütfen işaretleyiniz.

[] Aşırı mutsuz [] Oldukça mutsuz [] Az mutsuz [] Mutlu [] Oldukça mutlu [] Aşırı mutlu [] Tam anlamıyla mutlu

32. Aşağıda belirtilen cümlelerden ilişkinizin geleceği hakkında ne hissettiğinizi en iyi şekilde tanımlayan ifadeyi lütfen işaretleyiniz.

- [] İlişkimin başarılı olmasını çok fazla istiyorum ve bunun için yapamayacağım hiçbir şey yoktur.
 [] İlişkimin başarılı olmasını çok istiyorum ve bunun için yapabileceğimin hepsini yapacağım.
 [] İlişkimin başarılı olmasını çok istiyorum ve bunun için payıma düşeni yapacağım.
 [] İlişkimin başarılı olması güzel olurdu, fakat bunun için şu anda yaptıklarımın daha fazlasını yapamam.
 [] İlişkimin başarılı olması güzel olurdu, fakat bunun için şu anda yaptıklarımın daha fazlasını yapmayı reddederim.
 [] İlişkim asla başarılı olmayacak ve ilişkimin yürütmesi için benim daha fazla yapabileceğim bir şey yok.

EK-7 Çift Uyum Ölçeği Kullanım İzni

Gelen Kutusu 17/181

Re: Ynt: Re[2]: fisil@metu.edu.tr 14:28, 25 Mayıs 2018 Cum

Gönderen: **F** fişiloğlu hürol [Ayrıntılar](#)

2000 D...MAKALE 71.7 KB

DAS ÖLÇEK 2.0 MB

DASSCORING 308.5 KB

3 ek, 2.4 MB

Merhaba,
 Çabanıza teşekkür ederim.
 Gerekli dokümanlar ekli dosyalarda.
 Çalışmanızda tekrar başarılar dilerim.
 Saygı ve sevgilerimle

> Rica ederim hocam ne demek ben anlayamadım.
 >
 >
 > Hemen imzalayıp tarattım.
 >
 >
 > Size ekte gönderdim.
 >
 >
 > Eğer mümkünse kullanım izni verdiğinizize dair kısa

EK-8 Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği

Kadın Formu

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

Cevaplandırırken:

1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun **son zamanlarda** ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki parantezin içine [X] işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.
4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

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

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sorar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (adet günleri, hastalık gibi nedenler dışında)	☐	☐	☐	☐	☐
4. Cinsel yönden kolaylıkla uyarılır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Sizce, sizin ve eşinizin önsevişmeye (öpme, okşama gibi) ayırdığınız zaman yeterli mi?	☐	☐	☐	☐	☐
6. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının giremeyeceği kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?	☐	☐	☐	☐	☐
7. Eşinizle sevişmekten kaçınırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
8. Cinsel ilişki sırasında doyuma (orgazma) ulaşabilir mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
9. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
10. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkâr bulur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
11. Gerekirse rahatsızlık ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
12. Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
13. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, rahatsız olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
14. Sizin için doyuma (orgazma) ulaşmanın mümkün olmadığını düşünür müsünüz?	☐	☐	☐	☐	☐
15. Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
16. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
17. Eşinizin cinsel organı, sizin cinsel organınıza rahatsızlık vermeden girebilir mi?	☐	☐	☐	☐	☐
18. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
19. Eşinizin cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
20. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
21. Önsevişme sırasında eşiniz bızırınızı (klitoris) uyardığında doyuma (orgazm) ulaşabilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
22. Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi?	☐	☐	☐	☐	☐
23. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
24. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının derine girmesini engelleyecek kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?	☐	☐	☐	☐	☐
25. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
26. Sevişme sırasında cinsel organınızda ıslaklık olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
27. Cinsel birleşme anından hoşlanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
28. Cinsel birleşme anında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐

Erkek Formu

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

Cevaplandırırken:

1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun **son zamanlarda** ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki parantezin içine [X] işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.
4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

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

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1. Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Cinsel yönden kolay uyarılır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
4. Cinsel ilişki sırasında boşalmak için henüz erken olduğunu düşünürseniz, boşalmayı geciktirebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Eşinizle olan cinsel yaşamınızı tekdüze (monoton) buluyor musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
6. Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
7. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, tedirgin ve endişeli olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
8. Cinsel organınızın, eşinizin cinsel organına girmesinden zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
9. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı sorarmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
10. İlişki sırasında cinsel organınızın sertleşmediği olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
11. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
12. Eşinizin, cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
13. Cinsel birleşme sırasında erken boşalmayı engelleyebilir mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
14. Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
15. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar buluyor musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
16. Önsevişme (öpme, okşama gibi) sırasında cinsel organınızın sertleştiği olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
17. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (hastalık gibi nedenler dışında)	☐	☐	☐	☐	☐
18. Eşinizle karşılıklı mastürbasyon yapmaktan (kendinizi tatmin etmekten) zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
19. Eşinizle sevişmek istediğinizde, ilişkiyi siz başlatır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
20. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
21. İsteddiğiniz kadar sık cinsel ilişkide bulunur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
22. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
23. Cinsel birleşme sırasında, cinsel organınızın sertliğini kaybettiği olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
24. Cinsel organınız, eşinizin cinsel organına girer girmez istemeden boşaldığınız olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
25. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
26. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyarmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
27. Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girmek üzereyken, istemeden boşaldığınız olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
28. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐

EK-9 Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği Kullanım İzni

Gönderen:  ceylan daş

[Ayrıntılar](#)

Merhaba,

Öncelikle ilginize teşekkür ederim. Ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçekle ilgili sorularınız olursa [312 447 74 73](#) numaralı telefondan bana ulaşabilirsiniz.

İyi çalışmalar.

Prof. Dr. Ceylan Daş

2018-05-24 17:56 GMT+03:00 M. Berk KARAOĞLU
<pskm.berk@hotmail.com>:

Hocam merhabalar,

Ben Yakındoğu Üniversitesi Klinik Psikoloji
Yüksek Lisans Öğrencisiyim.

Tez aşamasında danışmanlığımı Yrd. Doç. Dr.
Füsun GÖKKAYA hocamızın yaptığı
çalışmamızda izniniz olursa "Glombuck Rust
Cinsel Doyum Ölçeği"ni kullanmak istiyorum.

ÖZGEÇMİŞ

Mesut Berk KARAOĞLU 1988 yılında Eskişehir’de doğmuştur. İlk, orta ve lise öğrenimini Eskişehir’de tamamlamıştır. 2005 yılında Ankara Ufuk Üniversitesi Psikoloji Bölümünü kazanmış ve 2009 yılında Ufuk Üniversitesi Psikoloji Bölümünden mezun olmuştur. Aynı üniversitenin hastanesi olan Dr. Rıdvan Ege Hastanesi – Psikiyatri Kliniği’nde Psikolog olarak işe başlamıştır.

Askerlik hizmetini yedek subay olarak Ankara GATA Özel Bakım Merkezi’nde tamamlamıştır. Özel Kent Hastanesi’nde 2 yıl psikolog olarak görev yaptıktan sonra 2014 yılında İzmir Terapi ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi’ni kurduğu günden bu yana danışanlarını görmektedir.

Cinsel terapi, aile danışmanlığı, çocuk, ergen psikolojisi ve EMDR Terapisi alanlarında eğitimlerini almış olup özellikle bireysel terapi, cinsel terapi ve aile danışmanlığı alanlarında çalışmalarını sürdürmektedir.

İNTİHAL RAPORU

Evlilik

ORIGINALITY REPORT

11 %

SIMILARITY INDEX

8 %

INTERNET SOURCES

5 %

PUBLICATIONS

7 %

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Marmara University Student Paper	1 %
2	Submitted to Beykent Üniversitesi Student Paper	1 %
3	acikarsiv.ankara.edu.tr Internet Source	1 %
4	Submitted to Istanbul Gelisim University Student Paper	1 %
5	docplayer.biz.tr Internet Source	1 %
6	Submitted to Ege Üniversitesi Student Paper	<1 %
7	hemarge.org.tr Internet Source	<1 %
8	Submitted to Hasan Kalyoncu Üniversitesi Student Paper	<1 %
9	efdergi.inonu.edu.tr Internet Source	<1 %

ETİK KURUL RAPORU



29.08.2018

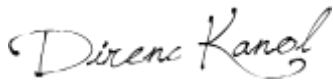
BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

Sayın Yrd. Doç. Dr. Füsün Gökkaya

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2018/218 proje numaralı ve **“Evli Bireylerde Benlik Saygısının Çift Uyumu Ve Cinsel Doyum Üzerindeki Etkisi”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü



Not: Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.