



**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ**  
*Eğitimde 37 Yıl*

KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**EŞİNİN İŞİ NEDENİ İLE KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ'NDE  
YAŞAYAN KADINLARDA BELİRSİZLİĞE TAHAMÜLSÜZLÜK  
DÜZEYLERİ, STRESLE BAŞ ETME BİÇİMLERİ VE EVLİLİK DOYUMU**

PINAR DAMAR

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

DANIŞMAN

Prof: Dr. FATMA ÖZ

2019-LEFKOŞA

Yakın Doğu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Bu alışma jürimiz tarafından Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

**Jüri Başkanı** :Prof. Dr. Selma Görgülü  
Doğu Akdeniz Üniversitesi

**Danışman** :Prof. Dr. Fatma Öz  
Yakın Doğu Üniversitesi

**Üye** :Yrd. Doç. Dr. Meltem Meriç  
Yakın Doğu Üniversitesi

**ONAY:**

Bu tez, Yakın Doğu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararıyla kabul edilmiştir.

Prof. Dr. K. Hüsnü Can Başer  
Enstitü Müdürü

## **BEYAN**

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmayla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin çalışılması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığı beyan ederim.

**PINAR DAMAR**

## TEŞEKKÜR

Tezimin her aşamasında değerli fikirleriyle ve sabrıyla beni destekleyen, kendisi ile çalışmaktan onur duyduğum tez danışmanım Prof. Dr. Fatma ÖZ' e en içten teşekkürlerimi sunarım.

Çalışmamın her aşamasında desteklerini esirgemeyen meslektaşım, arkadaşım, hocam sevgili Dr. Öğr. Üyesi Gülcan BAĞÇIVAN' a sonsuz teşekkür ederim. Her zaman destekleri ve yardımlarıyla yanımda olan iş arkadaşlarım Hatice YAŞAR ve Şeyma ÖZDEMİR'e, katkılarından dolayı Ali Ümit AYDOĞAN ve Seyhan BEKİR'e, yüksek lisans eğitimimin tüm aşamalarında aramızdaki yaş farkına rağmen sundukları arkadaşlıktan dolayı başta Yağmur DOĞUCU olmak üzere tüm dönem arkadaşlarıma ve çalışmama katılan değerli katılımcılarıma teşekkürü bir borç bilirim.

Hayatımın her zor anında yanımda olan varlığıyla güven duyduğum annem Hanım KÜRRECİ' ye, uzakta olmalarına rağmen varlıklarıyla verdikleri destek için kardeşlerim Fatma KÜRRECİ KAVAS ve Elif KÜRRECİ KILIÇ' a çok teşekkür ederim. Yüksek lisans hayatımın başlamasına beni yüreklendiren, hayatımın her döneminde olduğu gibi tezimin de her aşamasında desteklerini esirgemeyen, yardımlarıyla hayatımı kolaylaştıran ve geriye dönüp baktığımda ne kadar şanslı olduğumu tekrar tekrar hatırlatan sevgili eşim Erkan DAMAR' a en derin sevgilerimi ve şükranlarımı sunarım. Evimizin öğrenci evi olmasına çok alışan ve tezimin bitmesini sabırsızlıkla bekleyen canım oğlum Sarper DAMAR' a gösterdiği anlayış ve olgunluk için çok teşekkür ederim. Yüksek lisans eğitim döneminde sahip olduğum, ailemizin en minik üyesi Asil DAMAR' a hayallerimi gerçekleştirme fırsatı tanıdığı için çok minnettarım.

Mesleğimi seçmemde ve bu günlere gelmemde katkısı çok büyük olan, elini hep omuzumda hissettiğim canım babam Zeki KÜRRECİ' ye derin özlem ve sevgilerimi sunuyorum. Bu tezi bana her zaman inanan sevgili babamın hatırasına armağan ediyorum.

Pınar DAMAR

Lefkoşa, 2019

## **İÇİNDEKİLER**

TEZ ONAYI	i
BEYAN	ii
TEŞEKKÜR	iii
TABLolar	vi
KISALTMALAR	vii
ÖZET	
viii	
ABSTRACT	ix
<b>1.GİRİŞ ve AMAÇ</b>	<b>1</b>
1.1. Giriş	1
1.2. Amaç	3
<b>2. GENEL BİLGİLER</b>	<b>3</b>
2.1. Göç	4
2.1.1. Göç türleri	4
2.1.2. Göç ve Ruh Sağlığı	5
2.2. Belirsizliğe Tahammülsüzlük	8
2.3. Stres ve Stresle Baş Etme	9
2.4. Evlilik Doyumu	11
<b>3. YÖNTEM</b>	<b>15</b>
3.1. Çalışmanın Modeli	15

3.2. Çalışmanın Yapıldığı Yer	15
3.3. Evren ve Örneklem	15
3.4. Veri Toplama Araçları	15
3.4.1. Kişisel bilgi formu	15
3.4.2. Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği	16
3.4.3. Stresle başa çıkma tarzı ölçeği	16
3.4.4. Evlilik yaşamı ölçeği	17
3.5. Verilerin Toplanması	18
3.6. Çalışmada Kullanılan Veri Analiz Teknikleri	18
3.7. Çalışmanın Etik Boyutu	19
3.8. Çalışmanın sınırlılıkları	19
<b>4. BULGULAR</b>	<b>20</b>
<b>5. TARTIŞMA</b>	<b>38</b>
<b>6. SONUÇ ve ÖNERİLER</b>	<b>42</b>
6.1. Sonuç	42
6.2. Öneriler	43
<b>KAYNAKLAR</b>	<b>44</b>
<b>EKLER</b>	<b>52</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ</b>	<b>58</b>

## TABLÖLAR

	<b>Sayfa</b>
<b>Tablo 1.</b> Katılımcıların tanıtıcı özellikleri	20
<b>Tablo 2.</b> Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Tarzı Ölçeği alt ölçekleri, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği puan ortalamaları	23
<b>Tablo 3.</b> Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği puan ortalamaları	25
<b>Tablo 4.</b> Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre Evlilik Yaşam Ölçeği puan ortalamaları	28
<b>Tablo 5.</b> Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre Stresle Başetme Tarzları Ölçeği puan ortalamaları	31
<b>Tablo 6.</b> Katılımcıların belirsizliğe bağlı tahammülsüzlük düzeyleri, stresle başetme biçimleri ve evlilik doyumunu arasındaki ilişkilere yönelik korelasyon analizi sonuçları	37

## **KISALTMALAR**

<b>KKTC</b>	: Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
<b>TRNC</b>	: Turkish Republic of North Cyprus
<b>KBF</b>	: Kişisel Bilgi Formu
<b>SBTÖ</b>	: Stresle Başa çıkma Tarzı Ölçeği
<b>BTÖ</b>	: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği
<b>EYÖ</b>	: Evlilik Yaşam Ölçeği
<b>YKB</b>	: Yaygın Kaygı Bozukluğu



**Eşinin işi nedeni ile KKTC' de yaşayan kadınlarda belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, stresle başetme biçimleri ve evlilik doyumu.**

**Öğrencinin Adı:** Pınar Damar

**Danışmanı:** Prof. Dr. Fatma Öz

**Anabilim Dalı:** Hemşirelik Fakültesi

**ÖZET**

**Amaç:** Eşinin işi nedeni ile KKTC' de yaşayan kadınların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, stresle başetme yöntemleri ve evlilik doyum düzeyleri, bunlar arasındaki ilişki ve tanıtıcı özelliklere göre farklılık durumu olup olmadığını belirlemektir.

**Gereç ve Yöntem:** Çalışmada, stresle başa çıkma tarzı ölçeği, belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği, evlilik yaşam ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Bulguların analizlerinde t- testi, ANOVA testi ve pearson korelasyon testi kullanılmıştır.

**Bulgular:** Örneklem, eşinin işi nedeniyle KKTC' de yaşayan 108 kadından oluşmuştur. BTÖ puanlarının KKTC' ye isteyerek gelme değişkenine göre, EYÖ puanlarının öğrenim durumu ve KKTC' ye gelmeden önceki çalışma durumu değişkenlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır.

**Sonuçlar:** KKTC' ye isteyerek gelen katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin daha fazla olduğu, ilköğretim mezunu olanların lise ve yüksek lisans eğitim düzeylerine göre evlilik doyumlarının daha yüksek, evlilik doyumu ile belirsizliğe karşı tahammülsüzlük, SBTÖ alt ölçeklerinden çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım ile arasında negatif, iyimser yaklaşım ile ise pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** Göç, Stresle başa çıkma, belirsizlik, tahammülsüzlük, evlilik doyumu

# **Intolerance of Uncertainty, Styles of Coping with Stress and The Marital Satisfaction of The Women Live In TRNC Due to Their Husbands' Job**

**Student's Name:** Pınar DAMAR

**Advisor:** Prof. Dr. Fatma ÖZ

**Department:** Faculty of Nursing

## **ABSTRACT**

**Aim:** to determine the intolerance of uncertainty level of the women living in TRNC due to their husbands' job, styles of coping with stress and marital satisfaction level, and to determine is there discrepancy status according to the relationship between them and introductory features or not.

**Materials and methods:** In the work, it's used coping with stress scale, intolerance of uncertainty scale, marriage life scale and personal info form. In the analysis of evidences, it's used t test, ANOVA test and pearson correlation test.

**Results:** The sample consisted of 108 women living in TRNC due to their husbands' job. According to the willingness come to TRNC variable of intolerance of uncertainty scale points; it's detected that marriage life scale points' learning situation and working status before coming to TRNC variable have changed statistically and significantly.

**Conclusions:** It's detected that the attendants who came willingly to TRNC have got more intolerance of uncertainty, elementary school graduates have got more marital satisfaction than high school and master level, intolerance of uncertainty with marital satisfaction, there is negative relationship between helpless approach and submissive approach, and positive relationship with optimist approach in the subscales.

**Keywords:** Migration, Cope with stress, uncertainty, intolerantness, marital satisfaction

## **1. GİRİŞ ve AMAÇ**

### **1.1. Giriş**

Kadın kendi yaşamı boyunca çocukluk, ergenlik, erişkinlik, yaşlılık gibi farklı dönemlerden geçmekte ve bu dönemlerden her birinde bir takım fiziksel, ruhsal ve sosyal farklılıklar yaşamaktadır. Yaşanılan bu farklılıklar, kadınların yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu durum onları psikiyatrik hastalıklara daha yatkın hale getirmektedir. Bu yüzden kadınlarda psikolojik sorunlar daha yaygın görülmekte ve daha uzun sürmektedir (Koyun ve ark., 2011).

İnsanlığın tarihi boyunca yer değiştirme çeşitli nedenlerle ortaya çıkmıştır. Eskiden sıklıkla coğrafi, açlık, savaş ve iklim koşulları gibi nedenlerden meydana gelirken günümüzde göç, kültürel, siyasi, iktisadi, dini, eğitim, sanayileşme, gereksinim gibi nedenlerle ilişkilendirilmektedir (Akıncı ve ark., 2015).

Literatürde farklı göç sınıflandırmaları bulunmaktadır. Bunlar arasında kadınların yapmış olduğu göçler için bağlantılı göç tanımı kullanılmaktadır. Bağlantılı göç; ailenin herhangi bir sebeple (iş bulma ve ya iş tayini) göç eden erkek bireylerini takip eden kadınların yaptığı göç şekli olarak karşımıza çıkmaktadır (İlkkaracan ve İlkkaracan, 1999; Tuzcu ve Ilgaz, 2013).

İnsan hayatında önemli ve büyük bir değişim yaratan göç süreci, bireyi karmaşık bir durum içine sokmakta, bireysel ve sosyal faktörlerle birlikte ekonomik, siyasal, kültürel ve sosyal durumlardan etkilenmektedir (Gümüş ve Bilgili, 2015; Şahin, 2001). Göç öncesi hazırlık, yeni çevreye uyum, kültürel farklılıklar ve daha önce yaşanan olumsuz deneyimler de göç eden bireyleri olumsuz etkilemektedir (Solgun ve Durat, 2017). Yer değiştirme sonrasında bireyin yeni yaşadığı yerde, kültürel farklılıklarla birlikte uyum sorunları, yalnızlık, yabancılaşma, kendini değersiz hissetme, ekonomik sorunlar, sağlık hizmetlerinden yararlanamama, dil ve eğitim sorunları ile karşılaşmaktadır. Tüm bu sorunlar bireyde strese neden olabilmekte, birçok duygusal sorunları da beraberinde getirmektedir (Akıncı ve ark., 2015; Erol ve Ersever, 2014; Tuzcu ve Ilgaz, 2015; Tuzcu ve Bademli, 2014; Şahin, 2001). Dolayısıyla sağlık durumu bu stresörlerden olumsuz etkilenmekte; stresle başetme mekanizmalarının yetersizliği bu durumu daha da çıkmaza götürebilmektedir. Bu nedenle, göç eden bireyler fizyolojik ve psikolojik birçok sağlık problemi ile karşılaşmaktadırlar (Tuzcu ve Ilgaz, 2015).

Göç edilen yeni yerdeki yaşam şekli, bireylerde psikososyal sorunları da ortaya çıkarmaktadır. Bireyin hem kendisi hem de çevresi ile iyi ilişkiler kurabilmesi ve bu ilişkileri koruyabilmesi, sürdürebilmesi psikososyal uyum için önemlidir. Göç sonucu yeni yere uyum sağlamada yaşanan stres, bireylerin yeni yaşam yerlerindeki kültürel farklılıklar, uyum aşamasında önemli belirleyicilerinden biridir. Bununla birlikte, sosyal çevrenin yetersiz olması, göç edilen yerlerin bireylerin beklentilerini karşılamaması sonucunda da ruhsal sağlıkları olumsuz olarak etkilenmektedir (Solgun ve Durat, 2017).

İsteyerek ya da zorunlu olarak eşinin işi nedeniyle yer değiştirmek durumunda olan kadınlar çoğunlukla işlerinden vazgeçerek yeni yerde yaşamaya başlamaktadır. Bu aileler ekonomik sorunlar, stres, belirsizlik ve evliliklerinde sorunlar yaşayabilmekte; bu durum bazen ailelerin dağılmasına da yol açabilmektedir (Tuzcu ve Bademli, 2014; Öz 2018).

Göç olgusunu yaşayan bireyler için sağlığın tanımı; göç edilen yere ve kültüre uyumun sağlanması, kendi inançlarına göre yaşayabilmesi, hizmetlere rahat ulaşabilmesi, günlük yaşam aktivitelerini tek başına yerine getirebilmesi, sosyal işlevselliğin sağlanması, yaşadığı çevrede mutlu hissetmesi ve fiziksel bir yitiminin olmaması olarak belirtilebilmektedir (Arabacı ve ark., 2016). Yaşanan bu süreç, kişilerin ruh sağlığında kısa veya uzun süreli sorunlar yaratabilmektedir (Polat,2007). Göç, yeni bir kültüre alışma gücü olarak ruh hastalıklarına ilişkin tanı sınıflandırmalarında da yer almaktadır (DSM V; ICD-10).Göç, bu süreci yaşayan herkes için (yetişkin, genç, çocuk, kadın, erkek) yıpratıcı bir deneyim olma riski taşımakta; tüm bireyler farklı düzeylerde ve farklı boyutlarda bu süreçten etkilenmektedir. Bu nedenle, göçün insan sağlığı üzerinde yarattığı sonuçlarla mücadelede yaşanan ya da yaşanma potansiyeli olan bu sorunların önlenmesiveuygun şekilde ele alınması önemlidir. Göç eden bireylerin sağlıklarının korunması sürdürülmesinde hemşirelere önemli roller düşmektedir. Koruyucu ruh sağlığı ilkeleri çerçevesinde göç sürecini yaşayan bireyler öncelikli grup olarak değerlendirilmeli; sağlığın korunması ve yaşam kalitesinin artırılması konusunda da bu bireyler desteklenmelidir.

## **1.2. Amaç**

Bu çalışmanın amacı, eşinin işi nedeni ile KKTC' de yaşayan kadınların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, stresle başetme yöntemleri ve evlilik doyum düzeyleri, bunlar arasındaki ilişi ve tanıtıcı özelliklere göre farklılık durumu olup olmadığını belirlemektir.

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Göç

TDK' ya göre göç; ekonomik, toplumsal, siyasi sebeplerle bireylerin veya toplulukların bir yerleşim yerinden başka bir yerleşim yerine gitme işi şeklinde tanımlanmaktadır (<http://tdk.gov.tr>, Erişim tarihi: 3 Mart 2019). Göç; insanların geçici ya da kalıcı olarak yaşadıkları yerlerden ayrılarak farklı bölgelere yer değiştirmesidir (Topçu, 2006). Kısaca çeşitli sebeplerle bireyin yaşadığı yeri sürekli ya da geçici olarak değiştirmesidir (Tuzcu ve Ilgaz, 2015; Mutluer, 2003). Göç; eğitim ve çalışma amaçlı olarak kısa süreli yer değiştirme ve bu sürenin sonunda geri dönülebilen bir yer değiştirme olayı olarak da tanımlanabilmektedir ( Erol ve Ersever, 2014). Göç genel anlamı ile fiziksel bir yer değiştirme değil, bir sosyoekonomik sistem ve kültür değişikliğini de içinde barındırmaktadır (Gün, 2006; Şeker ve Uçan, 2016).

#### 2.1.1. Göç Türleri

Göç, birçok faktör tarafından etkilendiği için birçok türünden söz etmek mümkündür. Göç türleri içerisinde; isteğe bağlı göç, zoraki göç, devamlı ya da geçici göç, transit göç, illegal göç, zincirleme göç, aşamalı ve aşamasız göç, bağlantılı göç, iç göç ve dış göç yer almaktadır (Tuzcu ve Ilgaz; 2015, Topçu, 2006; Mutluer, 2003). Göçler herhangi bir zorlanmadan dolayı gerçekleşirse zorunlu göç, bireyin kendi kararı ile meydana gelirse gönüllü göç olarak nitelendirilmektedir (Erol ve Ersever, 2014). En sık, iç göç ve uluslararası göç olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. İç göç; ülke sınırları içindeki göçü tanımlamaktadır (Topçu,2006; Mutluer, 2003). Literatürde kadınların yer değiştirme nedenlerine bakıldığında, yeni bir yere zorunlu taşınma, evlilik, eğitim ya da bağımsız verilen karar şeklinde olduğu görülmektedir. Farklı bir tanım olarak bağlantılı göç yer almaktadır. Bağlantılı göç; ailenin herhangi bir sebeple (iş bulma veya iş tayini) göç eden erkek bireylerini takip eden kadınların yaptığı göç şekli olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımda kadınların kendi kararları dışında ailenin içindeki konumundan kaynaklanan bir yer değiştirme gerçekleşmektedir (İlkkaracan ve İlkkaracan, 1999; Tuzcu ve Ilgaz, 2013). Kadınlar sıklıkla evlilik ve eğitim nedeni ile göç ettiklerini, erkeklerin ise sıklıkla iş arama/iş bulma, tayin/atama ve eğitim nedeniyle göç ettiklerini belirtmişlerdir (Arabacı ve ark., 2016).

### 2.1.2. Göç ve Ruh Sağlığı

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) sağlığı, ‘sadece hastalık ve sakatlığın olmayışı değil, fiziksel, sosyal ve ruhsal yönden tam bir iyilik halidir’ şeklinde tanımlamaktadır. İyilik hali, bireye ve zamana göre değişiklikler göstermektedir. Bireylerin sağlığı algılama biçimleri, kültürel farklılıkları, yaşam koşulları ve sosyal çevreleri sağlığın tanımını toplumdan topluma değiştirmektedir (Arabacı ve ark., 2016). Bireyde var olan sosyal özellikler (iş, eğitim, konut ve çevre, yaşam stili, sağlığa ilişkin değer ve tutumlar vb) ve sosyo-kültürel yapıda ortaya çıkan değişimlerde (kentleşme, endüstrileşme, göç vb.) sağlığı belirleyici değişkenler arasında yer almaktadır. Göç, bireyin fiziksel çevresindeki istemli veya zorunlu, geçici veya kalıcı bir değişim olmasından dolayı bireyi sağlığını çeşitli faktörleri açısından etkilemektedir. Bu nedenle, göç edenler için sağlığın tanımı, göç edilen yere ve kültüre uyumun sağlanması, kendi inançlarına göre yaşayabilmesi, hizmetlere rahat ulaşabilmesi, günlük yaşam aktivitelerini tek başına yerine getirebilmesi, sosyal işlevselliğin sağlanması, yaşadığı çevrede mutlu hissetmesi ve fiziksel bir yitiminin olmaması olarak belirtilmektedir (Arabacı ve ark., 2016).

Göç insanın alışmış olduğu çevreyi bırakıp yeni bir çevreye girmesidir. Bu durumda ani ve hızlı bir çevre değişimi yaratan, sosyal, kültürel ve fiziksel olarak toplumu ve bireyleri etkileyen göç, sağlık ve sağlık değişkenleri üzerinde de çok önemli etkilere sahiptir (Topçu, Beşer,2006). Göç eden bireylerde sağlığı olumsuz etkileyen faktörler beş başlık altında toplanmıştır. Bunlar:

- Sosyal risk faktörleri: Rol ve sorumluluklar, eğitimsizlik, sosyal desteklerin azlığı,
- Psikolojik risk faktörleri: Kültürel farklılıklar, aile içindeki görev ve sorumluluklar,
- Fiziksel risk faktörleri: Gebelik, yetersiz beslenme, sağlık hizmetlerinden yararlanamama,
- Çevresel risk faktörleri: Çevresel problemler, kalabalık evlerde yaşam,
- Sağlık hizmeti alımını etkileyen risk faktörleri: Yasalar, ekonomik problemler, ulaşım, sigorta sorunlarıdır (Topçu, 2006).

Göç olgusu, ayrıca yeni hayat kurulan yerde bireyin yaşadığı yalnızlık, sosyal rollerdeki değişim, kültürel farklılıklar, yaşadığı belirsizlikler ve kültürel şok gibi faktörler bireyin stres yaşamasına neden olmaktadır (Tuzcu ve Bademli, 2014; Arabacı ve ark., 2016). Bu stres faktörleri arasında; iklim, yer ve ev değişikliği, iş yeri değişikliği, iş biçimi değişikliği, bazı durumlarda aile bireylerinden geçici veya devamlı ayrı kalma, yaşam biçiminde değişiklik, okul değişikliği, ekonomik durumda değişiklik, çevre değişikliği yer almaktadır. Yaşanan stresler, göç sürecinde kısmen yaşanabildiği gibi hepsi bir arada da yaşanabilir. Aileler ait oldukları sosyokültürel çevrelere göre bu değişikliklerle farklı baş etme biçimleriyle tepki verirler. Önemli olan, verilen bu tepkilerin uygun yöntemler olmasıdır.

Bireyin kendi isteği dışında yaptığı göçün yol açtığı sosyal ve kültürel farklılıklar nedeniyle uyum problemlerinin olduğu ve sonuçta birçok psikososyal sorunun yanında psikiyatrik belirtiler yaşadıkları da bilinmektedir. Göçün nedeni, göçü gerçekleştiren kişiler, yapılan göçün türü, göçülen yer uyumda belirleyici olmaktadır (Tuzcu ve Bademli, 2014). Göçün nedeni ne olursa olsun bireyi sosyokültürel ve psikolojik olarak olumsuz etkilemekte, bu süreçte birey hassas ve zor bir zaman geçirmektedir. Göçün özelliklerine göre bireylerin uyum sorunları da değişmektedir. Bu sorunlar genellikle işsizlik, geleneklerden uzaklaşma, yalnızlık, yabancılaşma, boşluğa düşme, özlem, kendini değersiz hissetme gibi durumlardır (Akıncı ve ark., 2015; Erol ve Ersever, 2014; Tuzcu ve Ilgaz, 2013; Şahin, 2001). Bu sorunlar ayrıca, geleceğin belirsizliği, sosyal yalıtım, sosyal desteğin yetersizliğine yol açmakta ve sonuçta da ruh sağlığı olumsuz etkilenebilmektedir (Tuzcu ve Ilgaz, 2013).

Çalışma hayatı, bireyin kendini toplumsal yaşamda var olduğunu gösterebilmesinin koşullarından biri olarak değerlendirilmektedir. Çalışma hayatının getirmiş olduğu, statü, gelir, sosyal ilişkiler, sosyal güvence, yönetime katılma gibi olanaklar bireylerin toplumda var olmaları gereken süreçleri sunmaktadır. Çalışma yaşamının dışında kalmak gelirden azalmaya, statü kaybına ve sosyal ilişkilerde azalmaya neden olabilmektedir (Akın, 2019). Göç eden bireyler de göç ettikleri yerlerde iş bulamama gibi nedenlerle ekonomik açıdan sorun yaşayabilmektedir (Arabacı ve ark., 2016).

Bireyin yaşadığı stresli yaşam olayları, kendine ait yaşamının değişecek olması



farklı ruhsal hastalıkların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Göç edilen yerdeki kalma süresi de kişilerin ruh sağlığını etkileyebilmektedir. Literatürde göç eden kadınların sıklıkla düşük benlik saygısı, depresif duygular, korku, yalnızlık, bağımlılık, sosyal sorunlar, eğlence aktivitelerinde değişiklik, sosyal izolasyon, etkisiz baş etme gibi durumlarla karşılaştıkları aktarılmaktadır (Tuzcu ve Ilgaz, 2015; Akdeniz, 2007). Hyman ve Gruge (2002) tarafından yapılan çalışmada, göç sürecinin uzun sürede sağlığın belirleyicilerinden olan sosyal ve fiziksel çevre, sağlık davranışları, iş ve gelir durumu gibi etkenleri olumsuz yönde etkileyebildiği, sigara ve alkol tüketimi, yüksek kalorili diyet gibi sağlık açısından riskli davranışların göç eden bireylerde daha çok görüldüğü ifade edilmektedir.

Göç eden bireylerde göç öncesindeki aile içi roller, göç edilen yerde devam edebileceği gibi yeni sorumluluklar da eklenebilmektedir. Kadının ve erkeğin toplumsal cinsiyet rolleri bu süreçte değişebilmektedir (Şeker ve Uçan, 2016). Toplumsal cinsiyet; kadın ve erkeğin kişilik özelliklerini, rol, görev ve sorumluluklarını kapsamaktadır. Bu rol ve sorumlulukları paylaşan bireyler aileyi oluşturur. Aile, bireylerinin hayattan aldıkları doyumunu yükselten bir kurumdur. Aile bireylerinin rol ve sorumlulukları değerlendirmeleri eşlerin eğitim düzeyi, yaşadıkları yer, eğitim seviyeleri, evlilik yılları, ailenin yaşam döngüsü, yaşanılan yerdeki gelenek-göreneklerine göre çeşitlilik göstermektedir (Günay ve Bener, 2011). Göç ile ilgili yapılan çalışmalarda göçün ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği ve kadınların erkeklerden daha fazla etkilendiği görülmektedir (Akdeniz ve Öz,2009; Aksu ve Sevil, 2010; Öz 2018; İlkaracan ve İlkaracan 1998; Aksu ve Sevil 2010; Tuzcu ve Ilgaz, 2015). Yer değiştirme ile azalan ait olma duygusu, meslek ile ilgili sıkıntılar, işsizlik, ailenin ihtiyaçlarının karşılanması beklentisi ile birlikte farklı bir kültürde yaşamının getirdiği zorluklar göç eden bireylerin yaşadıkları olumsuzluklar arasındadır ( Ekici ve ark. 2001; McLaren ve ark. 2007; Tuzcu, Ilgaz, 2015).Göç sonrası yeni yaşanılacak yer, kendi kültürüne uygun bir yer ise daha az uyum problemi yaşamaktadır. Uzun süredir yaşadığı yerden ayrılması yalnızlık duymasına bu da bireyin stres yaşamasına neden olabilmektedir (Tuzcu ve Ilgaz, 2015). Göç etmiş kadınların göç etmeyenlere göre stresle baş etmede daha yetersiz olduğu saptanmıştır (Topçu ve Başer, 2006). Sosyal destekleri tam olan bireylerin kültürel uyumda zorlanmadıklarını, yaşadıkları stresle daha kolay başedebildikleri belirtilmektedir

(Akdeniz,2007; Beşer, 2012).

Zorunlu göç eden bireylerin, gönüllü olarak göç etmiş ya da hiç göç etmemiş kişilerle karşılaştırıldığında ruhsal problemlerle daha çok karşılaştıkları saptanmıştır. Zorunlu ve gönüllü olarak yer değiştiren bireylere bakıldığında ise sosyal uyumun ve hayattan beklentilerinin daha fazla etkilendiği görülmektedir (Erol ve Ersever, 2014). Geçici yer değiştirme ailenin parçalanmasına, sosyal ağ bağlantılarının azalmasına ve psiko-sosyal strese yol açmaktadır. Kendi geleceklerini daha iyi şartlarda yaşamak isteyen göç etmiş genç bireyler daha kararlı daha atılgan olduklarından psikolojik açıdan daha az olumsuz etkilenmektedirler. Göç eden bireyin yeni yerine uyumu ne kadar erken olursa psikolojik risk faktörlerinin etkisinin daha az olacağı bildirilmektedir (Akıncı ve ark., 2015). Aker ve arkadaşları (2002), zorunlu göç yaşayan erkek, kadın ve çocukların önemli ekonomik, toplumsal ve politik sorunlarının yanında aile yapısının da değiştiğini, uyum güçlüklerinin ortaya çıktığını saptamıştır. Psikiyatrik açıdan ise, göç sonucu sadece travma sonrası stres bozukluğu değil, aynı zamanda depresyon ve diğer anksiyete ve somatoform bozuklukları ortaya çıkabilmekte olduğunu belirtmektedir.

## **2.2. Belirsizliğe Tahammülsüzlük**

Belirsizlik geleceğin net olarak belli olmaması durumudur (Sarıçam ve ark., 2014). Belirsizlik; herhangi bir olayı kontrol edememeden dolayı yaşanan yetersizlik duygusu, hayattaki olayları anlamlandırmadaki eksiklikten kaynaklanan bilişsel bir durum olarak ifade edilmektedir (Öz, 2001; Crigger, 1996).Sarı (2007), belirsizlik kavramını, bir olayın ya da herhangi bir davranışın sonucunda ne ile karşılaşılacağına tam olarak bilinmemesi şeklinde ifade etmektedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük, belirsiz durumları tehdit kaynağı olarak algılama ve yorumlama, belirsizliği ise belirsiz durumları istenilen şekilde algılama eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Budner, 1969). Belirsizliğe tahammülsüzlük, belirsiz durumlara karşı verilen duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkiler olarak da literatürde yer almaktadır (Sarı ve Dağ, 2009; Freeston ve ark., 1994). Belirsizliğe tahammülsüzlük, bir bireyin olumsuz bir olayın oluşmasının kabul edilemez olduğunu düşünmeye aşırı eğilimi, stres, rahatsızlık ve belirsizlikten kaynaklanan kaçınma olarak tanımlanmış,

belirsizliğe tahammülsüzlük veya belirsiz sonuçlara sahip durumlara artan duygusal tepki, anksiyete bozukluklarının bileşeni olarak düşünülmüştür (Buhr ve Dugas, 2002). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün merkezinde bilinmeyen korkusu bulunmaktadır. Belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek olan kişiler, endişe etmeye daha yatkın oldukları düşünülmekte (Osmanağaoğlu, Creswell, Dodd, 2018), patolojik endişe ve yaygın anksiyete bozukluğu ile ilişkilendirilmektedir (Sarı ve Dağ, 2009). Endişe ise sonuç hakkında belirsizliğin olduğu ve bireyin kaygı duygularını yaşadığı gelecekteki olaylarla ilgili bir durum olarak tanımlanmaktadır (Buhr ve Dugas, 2002). Endişe zinciri, kaçınmanın yanı sıra doğrudan problem yönelimini ve bilişsel kaçınmayı etkileyen olumsuz sorun çözme becerisini ortaya koymaktadır. Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının endişe, kaygı, obsesif kompulsif ve depresyon gibi psikopatolojik durumlarla ilgili olması nedeni ile psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesini de etkilediği vurgulanmaktadır (Sarıçam ve ark.,2014).

Kişiler belirsizlikle baş etmek için bilgilendirilmeye ihtiyaç duymaktadırlar. Bilgisizlikten kaynaklanan belirsizlik durumunda bilgi gereksinimi karşılandıkça belirsizlik azalmaktadır (Öz,2001). Belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek olan bireylerde, yaşadıkları belirsizlik durumunu algılamaları ve bunları anlamlandırmalarındaki çarpıtmalardan dolayı, bu durumlar daha büyük sorunlar olarak algılanmasına neden olmaktadır (Yüksel, 2014, Buhr ve Dugas, 2002, Dugas ve ark., 2005). Bu da, belirsizliğe tahammül edemeyen bir bireyin belirsizlikle dolu olması, yaşamının birçok yönünü de kabul edilemez bulacağını göstermektedir (Buhr ve Dugas, 2002).

### **2.3. Stresle başa çıkma**

TDK' daki kelime anlamı ruhsal gerilimdir (www.tdk.gov.tr, Erişim Tarihi:18/04/2019). Tıp alanında ilk kez 19. yüzyılda Bernard tarafından kullanılan stres kavramı organizmanın dengesini bozan uyaranlar olarak tanımlanmıştır (Kurt, 2018, Ergin ve ark., 2014, Lazarus ve Folkman, 1985). Cannon'a göre stres bir acil durum tepkisidir ve aslında nedeni kendi yaşamı ve çevreye uyumunu tehdit eden bir durumdur (Akman, 2004; Şahin, 1998). Hans Selye, Cannon' un düşünceleri doğrultusunda yaptığı çalışmalar ile Genel Uyum Sendromu (1925) fikrini ortaya çıkarmıştır. Selye' ye göre stres, herhangi bir durum karşısında bedene özgü olmayan

bir tepki olarak tanımlanmaktadır (Akman, 2004; Ergin ve ark., 2014; Yıldırım, 1991). Lazarus (1984), stresi bireyin kendine yönelik tehditlerle yeterli derecede baş edemeyeceğini algıladığında ortaya çıktığını söylemektedir. Lazarus ve Folkman (1985) ise iç veya dış ortamdan kaynaklanan nedenlerin kişi tarafından tehdit olarak algılanması ve sonucunda bedensel ve psikolojik olarak aşırı uyarılması şeklinde açıklamaktadır. Bireyin başa çıkma kapasitesini aşan zararlı, tehdit edici veya zorlayıcı olarak değerlendirilen uyarılara maruz kalmak olarak tanımlanmaktadır (Biggs ve ark., 2017).

Bu bağlamda göç eden bireyler, göç olgusunda farklı stresörlerle karşılaşmaktadırlar. Bu stresörler bireyler ve ailelerin sağlığı üzerinde farklı etkiler yaratabilmektedir. Göç süreci içerisinde göç eden bireyler işsizlik, sosyal statünün kaybı, yalnızlık, dil engeli, kültürel farklılıklar gibi birçok stresörler ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Stresin sağlık üzerindeki negatif etkisine ve stresle başa çıkma mekanizmalarının yetersizliğine bağlı olarak da göç eden bireyler fizyolojik ve psikolojik kökenli birçok sağlık problemi ile karşılaşmaktadırlar (Tuzcu ve Bademli, 2014). Göçmenlerle yapılan bir çalışmada psikolojik stresin yeni kültüre uyum sağlayamama, kendi yaşamı üzerinde düşük kontrol hissi ve ekonomik güçlükler ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Sundquist, 2000).

Göçmen işçiler ile yapılan bir başka çalışmada, göç edilen yeni yerdeki kültüre uyum sağlayamayan göçmenlerde anksiyete ve stres düzeylerinin yüksek olduğu ve bunun sonucunda bu bireylerin yüksek düzeyde depresyon yaşadıkları tespit edilmiştir. Aynı çalışmada göçmenlerin yaşadıkları anksiyete ile ilişkili değişkenlerin, düşük benlik saygısı, etkisiz sosyal destek, göçmenlerin normal yaşam tarzına katılmalarındaki engeller, düşük eğitim düzeyi ve yüksek düzeyde kültüre uyum sağlayamama kaynaklı stres olduğu bildirilmektedir (Bhugra, 2004). Göç olgusu bireyler açısından stresi arttıran bir durum olmakla birlikte göçe maruz kalan her birey aynı aşamaları deneyimlemeyebilir. Bu durumda göç eden bireylerin stresle baş etme durumlarının değerlendirilmesi ve etkili baş etme yöntemlerinin geliştirilmesi gerekmektedir.

Stres, çevre ve birey arasında bir etkileşim süreci olarak tanımlanmaktadır. Stres verici olan bir uyarı olmamakla birlikte, stres, bir uyarının stres verici olarak

tanımlamasının sonucudur (Folkman ve Lazarus, 1985). Lazarus ve Folkman (1984), stresin iki temel değerlendirme formunu tanımlamıştır. Birincil değerlendirme kişinin kendine yönelik bir tehditi algılamasıdır. İkincil değerlendirme, bu tehdite verilebilecek bir tepkinin oluşması ve sonuçta ortaya çıkan sıkıntısını yönetmek için neler yapılabileceğini belirlemesidir. Bu faktörler arasındaki etkileşim, olayı şekillendirmek, yönetmek veya çözmek için uygulanan başa çıkma eylemlerini belirlemektedir (Biggs ve ark., 2017). Bir durum stresli (birincil değerlendirme) olarak değerlendirildiğinde ve olayı yönetme veya çözme çabaları gerektirdiğinde (ikincil değerlendirme), başa çıkma eylemleri gerçekleştirilir. Kişi sahip olduğu fiziksel, sosyal ve psikolojik baş etme kaynaklarını değerlendirir ve durumla baş etmede yeterli olup olamayacağına karar verir.

Baş etme biçimleri, problem odaklı baş etme ve duygu odaklı baş etme olarak ikiye ayrılır (Folkman ve Lazarus, 1980). Genel olarak, duygu odaklı baş etme biçimleri, kişinin, zararlı, tehdit edici ve zorlayıcı çevresel koşullarla ilgili hiçbir şey yapılamayacağına dair değerlendirmesi sonucu ortaya çıkar. Birey bu durumda kaçma-kaçınma, inkar etme, sorundan uzaklaşma, sosyal destek aramama davranışlarını gösterir. Problem odaklı baş etme biçimleri ise bu koşulların değişebileceğine dair değerlendirmeyle ilişkilidir ve çözüme yönelik yollara başvurulur (Folkman ve Lazarus, 1980).

#### **2.4. Evlilik Doyumu**

Toplumu oluşturan öğelerden biri olan aile, toplumsal gelenek ve sosyal değerlerin korunmasında önemli bir kurum olarak tanımlanmaktadır. Bireyin duygu ve düşüncelerini ortaya çıkarıp kendini sosyal açıdan desteklediği yer olarak görülmektedir (Aycanoğlu ve Ünsal, 2017) İlişkileri kurmak ve gelecek nesil yetiştirmek için temel yapıyı sağlar (Grandon ve ark., 2004). Aldous'a (1996) göre, iyi bir evliliği, yaşamlarında anlam ve kimlik duygusu olan bireyler sağlar. Çeşitli araştırmalar, insanların evlendiklerinde genellikle daha mutlu ve sağlıklı olduklarını göstermiştir. Bireyin hayatını çok çeşitli şekillerde etkileyen bu kurumun amacı; hayatın bütün şartlarında birlikte yaşamaya ulaşılmasını sağlamaktır (Hayward ve Zhang, 2006).

Evlilikte, evlilik uyumu ve memnuniyetinin önemi vurgulanmaktadır (Larson ve Holman, 1994; Tanuguchi ve Freeman, 2006). Bireyler, etkili olumlu iletişim becerileri ile evliliklerini uyumlu ya da uyumsuz olarak yaşayabilmekte, bu durum evlilikteki doyumun ve mutluluğun kalitesini etkilemektedir (Yalçın, 2014). Sosyokültürel yaşamın bir parçası olarak evlilik, yaş, eğitim, gelir, meslek, sınıf, ırk ve cinsiyet gibi demografik faktörleri kapsamaktadır. Bu faktörler doğumdan itibaren aile veya kültürel yapı tarafından belirlenmektedir (Larson ve Holman, 1994).

Evlilik bireylerin fiziksel ve ruh sağlıklarını iyileştiren ve yaşamlarından doyum almalarını sağlayan sosyal bir kurumdur (Hayward ve Zhang, 2006). Evlilik uyumu, evlilik doyumunu, evlilik kalitesi gibi terimlerin birbirleri yerine kullanıldığı görülmektedir. Evlilik uyumu, evlilik doyumunu, evlilik bütünlüğü, evlilik mutluluğu gibi kavramlar evlilik kalitesini tanımlamak için kullanılmaktadır (Erbek ve ark.,2005). Li ve Fung (2011) da, evlilik doyumunu kavramının, evlilik kalitesi yerine kullanıldığını, nedeninin ise kavramın doğasını vurgulamak olduğunu vurgulamaktadır. Sosyal bilimciler, evli insanların bekar, ayrı veya boşanmış bireylerden daha yüksek seviyede psikolojik ve fiziksel iyi oluş düzeyine sahip olduğunu aktarmaktadırlar (Hawkins, 2005).

Evlilik doyumunu, evlilik kurumunun içinde yer alan çevresel ve kişisel durumlardan eşlerin elde ettiği psikolojik tatmin olarak tanımlanmaktadır (Sokolski ve Hendrick, 1999). Heyman ve ark. (1994) ise evlilik doyumunu, eşler arasında var olan ilişkinin uyumu, kalitesi, ilişkiden aldıkları mutluluk ve bu kavramların birbiri içinde dengeli şekilde devam etmesi olarak tanımlamaktadır. Tezer (1996)' e göre evlilik doyumunu, bireyin evliliğinde beklediği ihtiyaçları karşılama durumuna bağlı algısıdır. Hawkins (1968) ise evlilik doyumunu eşlerin evlilikte kendilerini mutlu olarak değerlendirmesi olarak tanımlarken, Nicholas, (2005), bireylerin çift ilişkisine bağlı olarak duydukları tatmin ve mutluluk duygusunun derecesi olarak tanımlamıştır. Evlilik doyumunu, eşler arası ilişkiye bağlı olarak pozitif ya da negatif uyumu ifade etmektedir (Yıldız ve Baytemir, 2016). Birbirleriyle iletişim halinde olan, evlilik ve aileyle ilgili konularda ortak paydada buluşan ve sorunlarını birlikte çözebilen çiftleri evlilik uyumuna sahip bireyler olarak tanımlamaktadır (Erbek ve ark., 2005).

Terry ve Kottman (1995) sağlıklı ailelerdeki çiftlerin uyumlu ve doyum sağlayıcı

evliliklerinin olduğunu belirterek, eşler arasındaki etkili iletişimin, destek ve onayın, aile ile ilgili görev ve sorumlulukların yerine getirilmesinin, çocuklarla ilgilenebilmenin, karşılıklı saygı ve değer vermenin boş zamanları birlikte paylaşmanın, problemlere birlikte göğüs germenin, eşlerin aileye ekonomik anlamda katkıda bulunmasının ve bir meslek sahibi olmalarının evlilikteki psikolojik doyumunu etkilediğini vurgulamaktadır. Bireylerin yaşam kalitesi ile yakından ilişkili olan evliliğin, bireylere psikolojik, sosyal ve ekonomik fayda sağlayarak daha sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sunması beklenmektedir. Sağlıklı evliliklerin bireylerin yaşam kalitelerini arttırmada rolünün olduğu ve evlilik ile birlikte beklentilerin arttığı ve yaşam koşullarının değiştiği görülmektedir. Değişen yaşam koşulları ile bireylerin evlilik ilişkisinde mutlu olmaları ve bu ilişkiden doyum sağlamaları beklenmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013; Hünler ve Gençöz, 2003). Başarılı mutlu bir evlilik eşlere fiziksel, sosyal ve duygusal yakınlık sağlamaktadır. Eşler arasındaki duygusal destek, eşe verilen değeri, sevgiyi saygıyı göstermektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013).

Evlilikte çatışma ve sorunların anlaşılması ve çözüme kavuşturulması evlilik doyumunu açısından önemlidir (Çelik ve İnanç, 2009). Bireylerin evlilikten aldıkları doyum, yaşam doyumuna katkı sağlamaktadır. Mutlu bir evlilik, birey için diğer doyum sağlayan yaşam olaylarından daha önde gelmektedir. Mutsuz bir evlilik ise bireye fiziksel ve ruhsal açıdan olumsuz durumlar yaratabilmektedir. Doyum yaşamakta sorun olan evliliklerin sayısının arttığı ve genellikle boşanma ile sonuçlandığı, bu durumun ise hem eşleri hem de boşanan aile çocuklarını olumsuz olarak etkilediği çalışmalar ile ortaya konmuştur (Güven, 2005; Sevim, 1999). Bu bağlamda bireyin oturduğu yeri değiştirmesi, işiyle ilgili değişikliklerin en temel nedeni olduğu kabul edilmekle birlikte; göç ile aile oluşumu ve ailenin dağılması süreçleri arasında da açık ve güçlü bir bağlantının var olduğunu düşündürmektedir.

Hemşirelik, bireylerin sağlığını koruma, geliştirme ve hastalıklarının önlenmesinde rol alan bir meslektir (Vural, 1998). Temel sağlık hizmetlerini üstlenen hemşireler, değişik ortamlarda (okul, sağlık ocakları vb) ve çeşitli düzeylerde sağlık sorunları olan kişilerle doğrudan ilişkileri nedeniyle sağlığın korunması, geliştirilmesi ve sağlık eğitimi için roller üstlenmektedirler. Bu nedenle, sağlığın korunması ve geliştirilmesi tüm hemşirelerin ilgi alanına girmekle birlikte, özellikle birinci basamak

sağlık hizmetlerinde çalışan hemşirelerin çalışma alanında yer almaktadır.

Hemşirelerin bireylerin, grupların ve toplumun sağlığını geliştirebilmeleri için; onların sağlık durumlarını, sağlıkları üzerine etkili olan biyolojik, sosyal, kültürel değişkenleri, sağlık davranışlarını, inançlarını ve yaşam biçimlerini değerlendirmesi ve bilimsel bilgi birikimlerini eğitici ve öğretici rolleri ile bireylerin davranışlarını değiştirmede kullanması gerekmektedir (Topçu ve Beşer, 2006). Koruyucu ruh sağlığı çalışmaları göç eden bireylerin ruh sağlıklarını koruyabilmek ve sürdürülebilmek açısından önem taşımaktadır. Göç, koruyucu ruh sağlığı olarak ele alındığında kadınlar açısından risk faktörü olmaktadır. Bu nedenle, ruh sağlığı çalışanlarının kadınları öncelikli olarak değerlendirilmesi gerekmektedir. Kadın aile sağlığı açısından önemli bir konumdadır. Bu bağlamda, özellikle sağlıklı toplumlar yetiştirmede primer yaklaşım; ruh sağlığının korunması, bireyin belirsizlik durumlarında da uyumunun arttırılması ve başa çıkma mekanizmalarının geliştirilmesi aile sağlığı ve evlilik doyumu açısından da önemlidir (Akdeniz ve Öz, 2009).



### **3. YÖNTEM**

#### **3.1. Çalışmanın Şekli**

Çalışma, tanımlayıcı tiptedir.

#### **3.2. Çalışmanın Yapıldığı Yer**

Çalışma, Ulukışla Birinci Basamak Muayene Merkezi' nde yapılmıştır. Merkez, sadece Türkiye'den KKTC'de geçici görev yapmak üzere gönderilen personelin ve ailelerinin başvurduğu, bir aile hekimliği uzmanı, bir diş hekimi, üç hemşire, bir acil tıp teknisyeninin hizmet verdiği bir sağlık kuruluşudur. Günlük ortalama 100 hasta müracaat etmektedir. Müracaat edenlerin çoğunluğunu kurumda çalışan erkek bireyler oluşturmaktadır. Bu müracaatların %1- %2' sini bu kurumda çalışan kadınlar ve kurumda çalışan erkek bireylerin eşleri oluşturmaktadır. Bu merkezde genel tıbbi muayene, küçük cerrahi işlemler (abse drenajı, sütür atma vb), damar içi ilaç uygulama, enjeksiyon, pansuman, diş çekimi ve dolgu yapılmaktadır.

#### **3.3. Evren ve Örneklem**

Çalışmanın örneklemini, Nisan 2018- Nisan 2019 tarihleri arasında Ulukışla Birinci Basamak Muayene Merkezi'ne başvuranlar arasından, eşinin işi nedeniyle KKTC'de yaşayan evli kadınlar oluşturmuştur. Tüm katılımcılar gönüllülük esasına göre araştırmaya dahil olmuşlardır. Çalışma kapsamına alınan kadın sayısı toplam 108' dir.

#### **3.4. Veri Toplama Araçları**

Çalışmada veri toplamak amacıyla, “Kişisel Bilgi Formu” dışında “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”, “Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği” ve “Evlilik Yaşam Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları ile ilgili ayrıntılı bilgiler aşağıda verilmiştir.

##### **3.4.1. Kişisel Bilgi Formu (KBF) (EK-1)**

KBF, literatür doğrultusunda hazırlanmış (Yıldız ve Baytemir, 2016; Sarıçam ve ark., 2014; Çağ ve Yıldırım, 2013; Sarı ve Dağ, 2009) tanıtıcı özellikleri içeren

16 sorudan oluşmaktadır. Bunlar; yaş, meslek, eğitim durumu, ekonomik durum, evlenme yaşı, evlilik süresi, çocuk sayısı, çocukların eğitim durumu, yaşanılan bölge, yaşanılan yerden memnuniyet, çalışma durumu ile ilgili sorulardır.

### **3.4.2. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ) (EK-2)**

Belirsizliğe tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ), Freestone (2005) tarafından Fransızca olarak geliştirilmiş, sonrasında İngilizce'ye uyarlanmıştır. BTÖ, belli olmayan durumlara karşı verilen duygusal ve davranışsal tepkileri, belirsiz olmanın sonuçlarını ve geleceği kontrol altına alma girişimlerini değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin İngilizce'ye uyarlaması Buhr ve Dugas (2002) tarafından yapılmıştır. Ölçekteki maddeler; belirsizliğin sonuçları, belirsizliğin bir insana nasıl yansıdığı, geleceğin öngörülebilirliği ile ilgili beklentiler, kontrol etme girişimleri gibi belirsizliğin hoşgörüsüzlüğünün farklı yönlerini yansıtmak için oluşturulan 74 ifadeden oluşan bir havuzdan oluşturulmuştur. Ölçeğin İngilizce versiyonunun iç tutarlılığı .94, test-tekrar test güvenilirliği ise .74'tür (Sarı ve Dağ, 2009).

BTÖ'nün Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması 2009 yılında Sarı ve Dağ tarafından yapılmış, iç tutarlılığı .91, test-tekrar test güvenilirliği ise .78 olarak bulunmuştur (Sarı ve Dağ, 2009). BTÖ, yetişkinler için kendini değerlendirmeye yönelik 26 sorudan oluşan 5'li Likert ("1" Bana hiç uygun değil, "2" Bana çok az uygun, "3" Bana biraz uygun, "4" Bana çok uygun ve "5" Bana tamamen uygun) bir ölçektir. Yükselen puanlar yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlüğü göstermektedir. Ölçeğin, 4 faktör yapısı vardır. Bunlar; 'Belirsizlik stres verici ve üzücüdür', 'Belirsizlikle ilgili olumsuz benlik değerlendirmeleri', 'Geleceği bilememek rahatsız edicidir' ve 'Belirsizlik eyleme geçmeyi engeller' dir (Sarı ve Dağ, 2009). Çalışmamızda BTÖ için Cronbach Alpha güvenilirlik sayısı 0,949 olarak hesaplanmıştır.

### **3.4.3. Stres ile Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ) (EK-3)**

Folkman ve Lazarus (1980) tarafından geliştirilen ve orijinal adı 'Ways of Coping Inventory (WCI) olan başa çıkma yolları envanteri, bireylerin stres durumları ile başa çıkma durumlarını belirleyen ifadeleri içermektedir. Türkçe adaptasyonu Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılan Stresle Başa Çıkma Ölçeğinin kısaltılmış formunun

geçerlik ve güvenilirlik çalışması Şahin ve Durak (1995) tarafından yapılmış, Cronbach  $\alpha$  güvenilirlik katsayısı 0,783 olarak bulunmuştur (Şahin ve Durak, 1995). SBTÖ, 30 maddeden oluşan, stres varlığında bireyin kullandığı baş etme yöntemlerini, 4'lü likert tipte 0-3 arası bir derecelendirme ile ölçmektedir. Sorulara verilen cevaplar '0', uygun değil '1', uygun '2', tamamen uygun '3' puan olarak her bir alt ölçek ayrı ayrı puanlanmakta ve her bir alt ölçekten alınan toplam puan soru sayısına bölünerek alt ölçek puan ortalaması elde edilmektedir. Her bir alt ölçek için toplam puanın artışı da bireyin o baş etme tarzını daha çok kullandığı şeklinde yorumlanmaktadır (Folkman ve ark., 1980; Şahin ve ark., 1995). Ölçeğin 5 alt ölçeği için maddeler, faktör analizi ve alınabilecek alt ve üst puanlar aşağıda verilmiştir:

- İyimser yaklaşım:2,4,6,12,18.maddeler,  $\alpha=68$ , 0- 15 puan
- Kendine güvenli yaklaşım:8,10,14,16,20,23,26. maddeler,  $\alpha=80$ , 0- 21 puan
- Çaresiz yaklaşım:3,7,11,19,22,25,27,28. maddeler,  $\alpha=73$ , 0-24 puan
- Boyun eğici yaklaşım:5,13,15,17,21,24. maddeler,  $\alpha=70$ , 0- 18 puan
- Sosyal desteğe başvurma:1,9,29,30.maddeler,  $\alpha=47$ , 0-12 puan arasında değişmektedir.

Çalışmamızda SBTÖ için Cronbach Alpha güvenilirlik sayısı 0.757 olarak hesaplanmıştır.

#### **3.4.4.Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ) (EK-4)**

Evlilik Yaşam Ölçeği, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyum düzeylerini saptamak amacıyla Tezer (1986) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,85, Cronbach Alfa erkek grubu için 0,88, kadın grubu için 0,91'dir (Tezer, 1986). Ölçek 5' li likert tipindedir. Cevaplar "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum", "kararsızım", "katılıyorum" ve "kesinlikle katılıyorum" seçeneklerinden oluşmaktadır. Derecelendirmede seçenekleredoyumsuzluk-doyum arasında 1ile 5 arasında ağırlık verilmektedir. Seçeneklerdeki bu sıra 3 maddede doyum-doyumsuzluk yönünde 5 ile 1 arasında ağırlaştırılmış ve olumlu yanıtı yönelme eğilimi az da olsa önlenmeye çalışılmıştır.10

maddeden oluşan ölçekte 2, 4 ve 5. ifadeler ters yönde puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 10 ile 50 arasında değişmektedir.

Çalışmamızda EYÖ için Cronbach Alpha güvenirlik sayısı 0,888olarak hesaplanmıştır.

### **3.5. Verilerin Toplanması**

Veriler, veri toplama araçları kullanılarak, başvuru alan sağlık kuruluşunun içerisinde masa, sandalye ve kalem bulunan bir odada toplanmıştır. Kadınlar, sağlık kuruluşuna geldiğinde araştırma hakkında bilgilendirilmiş, katılmayı kabul edenlerden yazılı onam alınmıştır. Her bir katılımcı odaya yalnız olarak alınmış, ölçüm araçlarını kendileri doldürmüştür. Başlamadan önce ölçüm araçları ile ilgili bilgi verilmiş ve ihtiyaç halinde ulaşılabilecek mesafede beklenmiştir. Uygulama yaklaşık 20 dakika sürmüştür.

### **3.6. Çalışmada Kullanılan Veri Analiz Teknikleri**

İstatistiksel olarak analizler IBM SPSS adlı istatistik paket programı ile yapılmıştır. Bulguların analizlerinde tanımlayıcı istatistikler ve frekans tabloları kullanılmıştır. Parametrik test varsayımlarını karşılayan ölçüm değerlerini analiz etmek için bağımsız örneklem testi, üç veya daha fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında ise ANOVA testi yöntemi kullanılmıştır. Ayrıca değişkenlerin arasındaki ilişkiyi saptamak için de Pearson çarpım moment korelasyon katsayıları kullanılmıştır.

Veriler analiz edilmeden önce verilerin analizi için uygun olup olmadığı Mahalanobis uzaklık değerleri basıklık, çarpıklık değerleri ile normal dağılım grafiği incelenerek belirlenmeye çalışılmıştır. Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk (2012) veri setindeki çok değişkenli uç değerlerin Mahalanobis uzaklık değerleri hesaplanarak belirlenebileceğini belirtmektedir. Bu çerçevede, öncelikle Mahalanobis uzaklık değerleri saptanarak veri setinde çok değişkenli uç değerler olup olmadığı belirlenmeye çalışılmış ve bu değerler anlamlılık düzeyine göre değerlendirilerek 4 veri, veri setinden silinerek “normallik” ve “doğrusallık” sağlanmaya çalışılmıştır. Ayrıca, araştırma grubundan elde edilen verilerin istatistiksel analizlerine başlamadan

önce verilerin ön hazırlığının yapılması (basıklık ve çarpıklık katsayıları) ve analizlere uygun hale getirilmesi gerektiği belirtilmektedir (Şimşek, 2007). Ayrıca bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olup olmadığı da VIF (Varyans Artış Faktörleri Yöntemi) ile incelenmiştir. Alan yazında VIF değerinin 10'dan küçük olmasının değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olmadığını gösterdiği belirtilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Araştırmaya ilişkin elde edilen verilerin çarpıklık değerlerini -.89- / -.62 arasında, basıklık değerlerinin 1.78 / -1.08 arasında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda, çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 2$  aralığında yer almasının normallikten aşırı sapmalar olmaması şeklinde yorumlanmaktadır (George and Mallery, 2010 akt: Ruegg, 2015). Sonuç olarak bu çalışmanın verilerinin VIF, Tolerans, Basıklık ve Çarpıklık değerleri açısından normallik ve doğrusal olduğu sonucuna ulaşıldığı söylenebilir.

### **3.7. Çalışmanın Etik Boyutu**

Çalışmanın etik izni, Yakın Doğu Üniversitesi Etik Kurulu'ndan 27.09.2018 tarihli YDÜ/2018/61-639 proje numarası ile alınmıştır (EK-5). Çalışmaya katılacak kadınlara önce bilgilendirme yapılmış, sözel onamları alındıktan sonra, katılmaya gönüllü olanlardan ayrıca yazılı onam alınmıştır (EK-6).

### **3.8. Çalışmanın Sınırlılıkları**

Çalışma, yalnızca eşinin tayini nedeniyle gelen ve lojmanlarda yaşayıp Ulukışla Birinci Basamak Muayene Merkezine başvuran kadınlar üzerinde gerçekleştirildiğinden, eşinin işi nedeniyle KKTC'nin farklı sosyokültürel gelişmişlik seviyelerine sahip bölgelerinde yaşayan kadınlar çalışma kapsamına alınmamıştır. Bu nedenle, sonuçlar yalnızca çalışmanın yapıldığı bölgede yaşayan kadınlara genellenebilmektedir.

## 4. BULGULAR

Bu bölümde çalışmaya katılan katılımcıların tanıtıcı özellikleri, stresle baş etme biçimleri, belirsizliğe tahammülsüzlük ve evlilik doyumları, aralarındaki ilişki ve tanıtıcı özellikler arasında fark olup olmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

**Tablo 1. Katılımcıların tanıtıcı özellikleri (n=108)**

Özellikler	N	%
<b>Yaş grubu</b>		
20-30	26	24.1
31-40	52	48.1
41-55	30	27.8
<b>Meslek</b>		
Ev hanımı	55	50.9
Öğretmen	13	12.0
Sağlıkçı	18	16.7
Diğer	22	20.4
<b>Evlilik yaşı</b>		
18-23	26	24.1
24-30	75	69.4
31-37	7	6.5
<b>Öğrenim durumu</b>		
İlköğretim	5	4.6
Lise	30	27.8
Yükseköğretim/Lisansüstü	73	67.6
<b>KKTC’de çalışma durumu</b>		
Çalışıyor	24	22.2
Çalışmıyor	84	77.8

**Tablo 1 Devamı**

<b>Gelir durumu</b>		
Düşük	5	4.6
Orta	99	91.7
Yüksek	4	3.7
<b>Yaşanan bölge</b>		
Köy	82	75.9
Şehir	26	24.1
<b>KKTC'ye isteyerek gelmedurumu</b>		
İsteyerek gelen	78	72.2
İstemedenden gelen	30	27.8
<b>Çocuk Sayısı</b>		
0	14	13.0
1	45	41.7
2	44	40.7
3	5	4.6
<b>Evlilik Süresi</b>		
1-10 Yıl	61	56.5
11-20 Yıl	34	31.5
21-30Yıl	13	12
<b>KKTC'ye gelmekten memnun olma durumu</b>		
Memnun olma	71	65.7
Memnun olmama	37	34.3
<b>KKTC'ye gelmeden önceki çalışmadurumu</b>		
Önceden çalışıyor	72	66.7
Önceden çalışmıyor	36	33.3

**Tablo 1 (Devamı)**

<b>KKTC'ye gelmesinin çalışma hayatına engel olma durumu</b>		
Engel olma	41	38.0
Engel olmama	67	62.0
<b>KKTC'ye gelirken yanında eşya getirme durumu</b>		
Eşya getirme	73	67.6
Eşya getirmeme	35	32.4
<b>Sosyal Ortam</b>		
Kötü	33	30.6
Aynı	35	32.4
İyi	37	34.2
Çok İyi	3	2.8

Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine ilişkin bulgular Tablo 1' de gösterilmiştir. Çalışmaya katılan katılımcıların %48.1'i 31-40 yaş aralığında olup %50.9' nu ev hanımları oluşturmaktadır. Öğrenim durumuna bakıldığında ise katılımcıların %67.6'sını yükseköğretim/lisansüstü mezunları oluşturmaktadır. Yine katılımcıların %22.2'sinin KKTC' de çalışmadığı, %91.7' sinin orta düzey gelir durumuna sahip oldukları, %75.9' nun köyde yaşadığı görülmektedir. Katılımcıların %72.2'si KKTC' ye isteyerek geldiklerini ifade etmişlerdir (n=78). Evlilik yaşı incelendiğinde katılımcıların %69.4'ünün 24-30 yaş aralığında olduğu(n=75), %56.4' ünün ise 1 ile 10 yıl arasında evlilik süresine sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların %41.7'si tek çocuğa sahip iken 3 çocuğu olan katılımcı oranı%4.6' dir. Katılımcıların %65.7'si (n=71) KKTC' ye gelmekten memnun olduklarını, %66.7' si KKTC'ye gelmeden önce çalıştığını, %62' si KKTC' ye gelmenin çalışma hayatlarına engel olduğunu, büyük çoğunluğu ise (%67.6) yanlarında gelirken eşya getirmek istediklerini ifade etmişlerdir. Katılımcıların %34.3'ü sosyal ortamlarını iyi olarak tanımlarken sadece %2.8' i çok iyi olarak tanımlamıştır.



**Tablo 2. Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Tarzı Ölçeği alt ölçekleri, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği puan ortalamaları**

ÖLÇEKLER		Ortalama	Standart sapma	Cronbach Alpha
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzı Ölçeği</b>	<b>İyimser Yaklaşım</b>	13.94	2.41	.252
	<b>Kendine güvenle yaklaşım</b>	16.11	4.74	.792
	<b>Çaresiz yaklaşım</b>	16.10	4.74	.783
	<b>Boyun eğici yaklaşım</b>	10.21	1.77	.690
	<b>Sosyal desteğe başvurma</b>	11.47	3.32	.173
<b>Toplam Puan</b>		72.80	8.97	.757
<b>Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği</b>	<b>Toplam Puan</b>	74.5	19.47	.949
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği</b>	<b>Toplam Puan</b>	39.6	6.73	.888

Katılımcıların stresle başa çıkma tarzı ölçeği alt ölçekleri, belirsizliğe

tahammülsüzlük ölçeği ve evlilik yaşam ölçeği puan ortalamaları ve Cronbach alfa değerleri Tablo 2’de görölmektedir.

Tablo 2’ ye bakıldığında, çalışmada SBTÖ alt ölçeklerindenaldıkları puan ortalamaları, “İyimser yaklaşım” alt ölçeği için  $\bar{X}= 13.94\pm 2.41$ “kendine güvenle yaklaşım” alt ölçeği için  $\bar{X}=16.11\pm 4.74$  ile, “aresiz yaklaşım” alt ölçeği için  $\bar{X}= 16.10\pm 4.74$ , “boyun eğici yaklaşım” alt ölçeği için  $\bar{X}= 10.21\pm 1.77$ , “Sosyal desteğe başvurma” alt ölçeği için  $\bar{X}= 11.47\pm 3.32$  olarak bulunmuştur.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeğinde puanların yükselmesi belirsizlik karşısında tahammülsüzlüğün arttığını gösterir. Tablo 2’ de göröldüğü gibi çalışmada BTÖ toplam puan  $\bar{X}=74.5\pm 19.47$  dir.

Evlilik yaşam ölçeğinde puanların artması evlilik doymunun arttığını göstermektedir. Katılımcıların EYÖ puanı  $\bar{X}= 39.6\pm 6.73$  olarak hesaplanmıştır (Tablo 2).

**Tablo 3. Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği puan ortalamaları (n=108)**

<b>Özellikler</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}\pm SS</math></b>	<b>İstatistik</b>
<b>Yaş grubu</b>			
20-30	26	77.42±24.68	F=0.650 p=0.524
31-40	52	74.76±18.82	
41-55	30	71.50±15.28	
<b>Meslek</b>			
Ev hanımı	55	74.65±20.86	F=0.731 p=0.536
Öğretmen	13	68.07±13.45	
Sağlıkçı	18	74.16±18.34	
Diğer	22	78.18±19.92	
<b>Evlilik yaşı</b>			
17-23	26	71.34±21.05	F=0.558 p=0.574
24-30	75	75.81±19.41	
31-37	7	72.14±13.89	
<b>Öğrenim durumu</b>			
İlköğretim	5	72.00±13.39	F=0.885 p=0.416
Lise	30	70.73±25.57	
Yükseköğretim/Lisansüstü	73	76.12±17.89	
<b>KKTC’de çalışma durumu</b>			
Çalışıyor	24	72.16±17.42	t=0.533 p=0.500
Çalışmıyor	84	75.16±20.06	

**Tablo 3 (Devamı)**

<b>Gelir durumu</b>			
Düşük	5	86.20±25.24	
Orta	99	73.59±19.13	F=1.330 p=0.268
Yüksek	4	82.50±19.37	
<b>Bölge</b>			
Köy	82	76.52±19.06	t=0.650 p=0.524
Şehir	26	68.11±19.49	
<b>KKTC'ye isteyerek gelme</b>			
İsteyerek gelme	78	72.12±19.06	<b>F=1.949 p=0.04</b>
İstemeden gelme	30	80.66±19.49	
<b>Çocuk Sayısı</b>			
0	14	73.92±20.50	
1	45	78.97±21.67	F=1.912 p=0.131
2	44	69.52±16.07	
3	5	79.60±17.44	
<b>Evlilik Süresi</b>			
1-10 Yıl	61	76.37±20.58	
11-20 Yıl	34	74.14±19.23	F=1.360 p=0.260
21-30 Yıl	22	66.61±12.64	
<b>KKTC'ye gelmekten memnun olma durumu</b>			
Memnun olma	71	72.70±18.10	t=-1.332 p=.806
Memnn olmama	37	77.94±21.70	
<b>KKTC'ye gelmeden önceki çalışma durumu</b>			
Önceden çalışıyor	72	74.25±19.28	t=-1.880 p=0.850
Önceden çalışmıyor	36	75.00±20.11	

**Tablo 3 (Devamı)**

<b>KKTC'ye gelmesinin çalışma hayatını engelleme durumu</b>			
Engel olma	41	75.78±20.48	t=0.533 p=0.590
Engel olmama	67	73.71±19.47	
<b>KKTC'ye gelirken yanında eşya getirme durumu</b>			
Eşya getirme	73	78.42±20.16	<b>t=3.148 p=0.000</b>
Eşya getirmeme	35	66.31±15.18	
<b>Sosyal Ortam</b>			
Kötü	33	76.81±23.06	
Aynı	35	73.82±18.88	F=0.346 p=0.793
İyi	37	72.64±17.10	
Çok İyi	3	79.66±15.63	

Tablo3' te katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre belirsizliğe tahammülsüzlükleri görülmektedir.Tablo3 incelendiğinde yaş, meslek, evlilik yaşı, öğrenim durumu, gelir durumu, KKTC' de çalışma durumu, yaşanan bölge, çocuk sayısı, evlilik süresi, KKTC' ye gelmekten memnun olma, KKTC' ye gelmeden önceki çalışma durumu, KKTC'ye gelmenin çalışma hayatına engel olması durumu ve sosyal ortam değişkenleri için yapılan değerlendirmede belirsizliğe tahammülsüzlük ile arasında istatistiksel açıdan bir fark saptanmamıştır (p>0.05). KKTC' ye isteyerek gelme ve KKTC' ye gelirken yanında eşya getirme değişkenlerine göre ise yapılan t- testi soncunda istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark saptanmıştır (p<0.05).

**Tablo4. Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre Evlilik Yaşam Ölçeği puan ortalamaları (n=108)**

<b>Özellikler</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{X}\pm SS</math></b>	<b>İstatistik</b>
<b>Yaş grubu</b>			
20-30	26	40.17±7.68	F=1.650 p=0.197
31-40	52	38.48±6.51	
41-55	30	41.20±6.04	
<b>Meslek</b>			
Ev hanımı	55	38.36±7.03	
Öğretmen	13	41.53±6.51	F=1.494 p=0.220
Sağlıkçı	18	41.44±6.18	
Diğer	22	40.13±6.25	
<b>Evlilik yaşı</b>			
17-23	26	39.26±6.93	
24-30	75	39.36±6.70	F=1.390 p=0.252
31-37	7	43.74±5.70	
<b>Öğrenim durumu</b>			
İlköğretim	5	43.20±5.76	
Lise	30	37.10±8.08	<b>F=3.461 p=0.003</b>
Yükseköğretim/Lisansüstü	73	40.41±5.91	
<b>KKTC’de çalışma durumu</b>			
Çalışıyor	24	41.91±5.57	t=1.918 p=0.050
Çalışmıyor	84	38.96±6.91	
<b>Gelir durumu</b>			
Düşük	5	36.80±5.16	F=0.557 p=0.574
Orta	99	39.69±6.88	
Yüksek	4	41.25±4.27	

**Tablo 4 (Devamı)**

<b>Bölge</b>			
Köy	82	39.46±7.15	F=-0.429 p=0.669
Şehir	26	40.11±5.28	
<b>KKTC'ye isteyerek gelme durumu</b>			
İsteyerek gelme	78	40.61±6.43	F=0.980 p=0.961
İstemeden gelme	30	37.03±6.91	
<b>Çocuk Sayısı</b>			
0	14	40.21±7.94	
1	45	39.24±7.24	F=1.360 p=0.260
2	44	39.84±6.07	
3	5	39.40±5.50	
<b>Evlilik Süresi</b>			
1-10 Yıl	61	40.19±6.73	
11-20 Yıl	34	37.73±6.79	F=2.320 p=0.103
21-30 Yıl	22	41.84±5.78	
<b>KKTC'ye gelmekten memnun olma durumu</b>			
Memnun olma	71	40.23±6.71	F=1.328p=0.180
Memnn olmama	37	38.43±6.69	
<b>KKTC'ye gelmeden önceki çalışma durumu</b>			
Önceden çalışıyor	72	40.82±6.71	<b>F=2.759 p=0.014</b>
Önceden çalışmıyor	36	38.43±6.69	
<b>KKTC'ye gelmesinin çalışma hayatını engelleme durumu</b>			
Engel olma	41	40.60±6.35	F=1.197 p=0.240
Engel olmama	67	39.01±6.92	

**Tablo 4 (Devamı)**

<b>KKTC'ye gelirken yanında eşya getirme durumu</b>			
Eşya getirme	73	39.10±6.88	F=-1.140 p=0.250
Eşya getirmeme	35	40.68±6.37	
<b>Sosyal Ortam</b>			
Kötü	33	39.60±7.82	
Aynı	35	40.05±7.35	F=1.360 p=0.260
İyi	37	39.32±5.32	
Çok İyi	3	38.33±2.88	

Tablo 4' de katılımcıların tanıtıcı özellikleri ile EYÖ puanları görülmektedir. Tablo 4' e bakıldığında, EYÖ puanlarında yaş, meslek, evlilik yaşı, öğrenim durumu, gelir durumu, yaşanılan bölge, çocuk sayısı, evlilik süresi, KKTC' ye gelmekten memnun olma durumu, KKTC' ye isteyerek gelme durumu, KKTC' ye gelmesinden dolayı çalışma hayatının engellenmesi durumu, KKTC' ye gelirken yanında eşya getirme durumu ve sosyal ortam değişkenleri arasında istatistiksel açıdan fark bulunmamaktadır ( $p>0.05$ ). EYÖ puanlarının öğrenim durumu ve KKTC' ye gelmeden önceki çalışma durumu değişkenlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ( $p<0.05$ ). Öğrenim durumu için katılımcılar ilköğretim, lise, yükseköğretim/ lisansüstü olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Uygulanan ANOVA sonuçlarına göre evlilik yaşam ölçeği puan ortalaması eğitim durumuarasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0.05$ ). KKTC' de yaşayan kadınların eğitim düzeyleri açısından evlilik doyumu değişkeni karşılaştırıldığında ilk öğretim mezunu olanların lise ve yüksek lisans eğitim düzeylerine göre daha yüksek puan aldığı görülmektedir.



**Tablo 5. Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre Stresle Başetme Tarzları Ölçeği puan ortalamaları (n=108)**

Tanıtıcı Özellikler (n=108)	N	İyimser Yaklaşım	Kendine Güvenli Yaklaşım	Boyun Eğici Yaklaşım	Çaresiz Yaklaşım	Sosyal Destek Arama
		$\bar{x}\pm SS$	$\bar{x}\pm SS$	$\bar{x}\pm SS$	$\bar{x}\pm SS$	$\bar{x}\pm SS$
<b>Yaş grubu</b>						
20-30	26	14.73±2.30	22.15±2.79	11.46±3.21	14.84±5.54	10.23±1.24
31-40	52	13.65±2.43	20.57±3.86	11.61±3.61	16.75±4.71	10.32±1.99
41-55	30	13.76±2.41	20.93±3.85	11.23±2.95	16.10±3.93	10.00±1.78
İstatistiksel Analiz		F=1.860 p=0.161	F=1.650 p=0.196	F=0.125 p=0.884	F=1.960 p=0.250	F=0.321 p=0.726
<b>Meslek</b>						
Ev hanımı	55	14.21±2.48	20.41±3.78	11.85±3.62	16.74±5.10	10.07±1.69
Öğretmen	13	14.15±1.90	22.69±2.83	11.61±3.37	14.53±3.84	9.92±1.60
Sağlıkçı	18	13.61±2.61	21.00±3.77	11.33±3.44	15.66±4.70	10.27±2.08
Diğer	22	13.40±2.38	21.72±3.46	10.54±2.24	15.81±4.32	10.68±1.80
İstatistiksel Analiz		F=0.735 p=0.553	F=1.700 p=0.170	F=0.828 p=0.481	F=0.880 p=0.454	F=0.747 p=0.527
<b>Evlilik yaşı</b>						
17-23	26	14.15±2.05	20.61±3.29	11.00±2.63	16.50±4.97	10.26±1.31
24-30	75	13.84±2.53	21.21±3.71	11.62±3.45	16.05±4.64	10.24±1.88
31-37	7	14.87±2.62	21.00±4.69	11.57±4.42	15.28±5.64	9.71±2.13
İstatistiksel Analiz		F=0.234 p=0.792	F=0.255 p=0.755	F=0.343 p=0.711	F=0.196 p=0.823	F=0.295 p=0.745

**Tablo 5 (Devamı)**

<b>Öğrenim durumu</b>						
İlköğretim	5	16.00±2.54	20.60±5.31	10.80±3.19	17.20±3.27	10.60±1.14
Lise	30	14.13±2.23	20.36±3.15	11.53±2.78	16.26±4.71	10.26±2.08
Yükseköğretim /Lisansüstü	73	13.72±2.43	21.36±3.73	11.49±3.55	15.97±4.88	10.16±1.68
İstatistiksel Analiz		F=2.930 p=0.060	F=0.836 p=0.436	F=0.107 p=0.889	F=0.176 p=0.839	F=0.158 p=0.854
<b>KKTC’de çalışma durumu</b>						
Çalışıyor	24	13.75±2.48	21.29±3.86	10.79±2.94	14.87±4.61	10.20±2.08
Çalışmıyor	84	14.00±2.40	20.98±3.61	11.66±3.41	16.46±4.75	10.21±1.86
İstatistiksel Analiz		t=-.445 p=0.650	t=0.357 p=0.720	t=-1.140 p=0.196	t=-1.206 p=0.230	t=-0.014 p=0.990
<b>Gelir durumu</b>						
Düşük	5	12.80±2.28	18.60±4.50	11.20±2.48	18.20±4.76	9.80±1.78
Orta	99	14.10±2.35	21.15±3.65	11.50±3.39	16.04±4.78	10.27±1.79
Yüksek	4	11.50±3.10	21.75±1.50	11.00±2.82	15.25±4.27	9.25±0.95
İstatistiksel Analiz		F=2.479 p=0.111	F=1.230 p=0.291	F=0.061 p=0.941	F=0.556 p=0.575	F=0.779 p=0.461
<b>Bölge</b>						
Köy	82	13.79±2.51	21.02±3.76	11.58±3.36	16.29±4.95	10.18±1.71
Şehir	26	14.42±2.06	21.15±3.36	11.11±3.20	15.53±4.05	10.30±1.97
İstatistiksel Analiz		t=-1.160 p=0.240	t=-.157 p=0.870	t=-0.627 p=0.532	t=0.704 p=0.483	t=-0.311 p=0.756

**Tablo 5 (Devamı)**

<b>KKTC'ye isteyerek gelme</b>						
İsteyerek gelen	78	14.43±2.06	21.74±3.11	11.41±3.36	15.73±4.53	10.39±1.86
İstemeden gelen	30	12.66±2.80	19.26±4.36	11.63±3.25	17.10±5.22	9.73±1.46
İstatistiksel Analiz		<b>t=3.138</b> <b>p=0.000</b>	<b>t=2.844</b> <b>p=0.000</b>	t=-.311 p=0.756	t=-1.347 p=0.181	t=1.761 p=0.081
<b>Çocuk Sayısı</b>						
0	14	14.57±1.86	21.21±3.40	12.21±3.35	15.07±5.01	9.57±1.74
1	45	14.00±2.59	21.51±3.73	12.04±3.84	16.97±5.70	10.52±1.71
2	44	13.84±2.13	20.77±3.07	10.68±2.70	15.22±3.10	10.25±1.90
3	5	12.60±4.27	19.00±7.51	11.20±2.16	19.00±5.33	9.80±0.83
İstatistiksel Analiz		F=0.860 p=0.464	F=0.852 p=0.469	F=1.540 p=0.208	F=1.890 p=0.135	F=0.915 p=0.436
<b>Evlilik Süresi</b>						
1-10 Yıl	61	14.26±2.40	21.60±3.30	11.77±3.73	15.85±5.14	10.42±1.80
11-20 Yıl	34	13.05±2.47	19.76±4.28	11.38±2.75	16.35±4.31	9.73±1.74
21-30 Yıl	22	14.76±1.73	21.84±2.70	10.30±2.42	16.69±4.09	10.46±1.56
İstatistiksel Analiz		<b>F=3.740</b> <b>p=0.023</b>	<b>F=3.240</b> <b>p=0.040</b>	F=1.050 p=0.351	F=0.229 p=0.796	F=1.830 p=0.165
<b>KKTC'ye gelmekten memnun olma durumu</b>						
Memnun olan	71	14.45±1.88	21.70±3.23	11.56±3.43	15.56±4.55	10.26±1.78
Memnun olmayan	37	12.97±3.00	19.81±4.12	11.29±3.13	17.16±4.99	10.10±1.76
İstatistiksel Analiz		<b>t=3.136</b> <b>p=0.000</b>	<b>t=2.622</b> <b>p=0.001</b>	t=0.393 p=0.695	t=-1.674 p=0.097	t=0.442 p=0.659

**Tablo 5 (Devamı)**

<b>KKTC'ye gelmeden önceki çalışma durumu</b>						
Önceden çalışıyor	72	13.94±2.42	21.59±3.42	11.25±3.51	15.72±4.83	10.20±1.75
Önceden çalışmıyor	36	13.94±2.43	19.97±3.90	11.91±2.89	16.88±4.54	10.22±1.82
İstatistiksel Analiz		t=0.000 p=1.000	<b>t=2.216</b> <b>p=0.030</b>	t=-0.983 p=0.328	t=-1.206 p=0.230	t=-0.038 p=0.970
<b>KKTC'ye gelmesinden dolayı çalışma hayatının engellenmesi durumu</b>						
Engel olma	41	14.07±2.47	22.12±3.27	10.95±3.25	15.29±4.78	10.17±1.74
Engel olmama	67	13.86±2.39	20.40±3.74	11.79±3.34	16.61±4.69	10.23±1.80
İstatistiksel Analiz		t=.431 p=0.660	<b>t=2.423</b> <b>p=0.001</b>	t=-1.279 p=0.204	t=-1.408 p=0.162	t=-0.193 p=0.847
<b>KKTC'ye gelirken yanında eşya getirme durumu</b>						
Eşya getirme	73	13.65±2.42	20.73±3.78	11.65±3.50	16.80±4.99	10.13±1.70
Eşya getirmeme	35	14.54±2.33	21.71±3.33	11.08±2.90	14.65±3.85	10.37±1.92
İstatistiksel Analiz		t=-1.799 p=0.07	<b>t=-1.300</b> <b>p=0.190</b>	t=-1.300 p=0.196	<b>t=-2.245</b> <b>p=0.020</b>	t=-0.642 p=0.523
<b>Sosyal Ortam</b>						
Kötü	33	13.66±2.54	20.39±3.88	11.45±3.08	17.36±5.78	10.42±2.12
Aynı	35	13.31±2.39	20.48±3.92	11.31±2.78	15.11±3.17	10.20±1.85
İyi	37	14.64±2.21	22.00±2.95	11.21±3.48	15.56±4.31	10.10±1.36
Çok İyi	3	15.66±1.15	23.33±4.16	16.66±6.80	20.66±9.23	9.33±1.15
İstatistiksel Analiz		F=2.601 p=0.060	F=1.901 p=0.134	F=2.630 p=0.052	F=2.450 p=0.060	F=0.439 p=0.725

Tablo 5' te katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre stresle baş etme tarzları alt ölçeklerinden alınan puan ortalamaları görülmektedir. Yaş, meslek, evlilik yaşı, eğitim durumu, KKTC' de çalışma durumu, gelir durumu, yaşanılan bölge, çocuk sayısı, sosyal ortam değişkenleri için yapılan değerlendirmede SBTÖ alt ölçek puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır ( $p>0.05$ ).

KKTC' ye isteyerek gelme, evlilik süresi, KKTC' ye gelmekten memnun olma, KKTC' ye gelmesinden dolayı çalışma hayatının engellenmesi, KKTC'ye gelirken yanında eşya getirme durumlarına göre SBTÖ alt ölçek puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ( $p<0.05$ ).

KKTC' ye isteyerek gelme durumu ile SBTÖ iyimser yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım alt ölçeklerinde istatistiksel olarak anlamlı farklar saptanmıştır ( $p<0.05$ ). İyimser yaklaşımda isteyerek gelenlerin ortalaması  $14.43\pm 2.06$  iken istemeden gelenlerin ortalaması  $12.66\pm 2.80$  olarak bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Kendine güvenli yaklaşım alt ölçeğinde ise KKTC' ye isteyerek gelen katılımcıların ortalaması  $21.74\pm 3.11$  iken istemeden gelen katılımcıların ortalaması  $19.26\pm 4.36$  olarak bulunmuştur. KKTC' ye isteyerek gelenlerin istemeden gelenlere göre daha fazla iyimser ve kendine güvenli yaklaşım tarzlarını kullandıkları belirlenmiştir.

Evlilik yıllarına göre SBTÖ iyimser yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım alt ölçekleri ile istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ( $p<0.05$ ). KKTC' de yaşayan kadınların evlilik süreleri açısından iyimser yaklaşım değişkeni karşılaştırıldığında 21-30 yıl evlilik süresine sahip olanların ortalamalarının diğer ortalamalara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların KKTC' ye gelmekten memnun olma durumlarına göre yapılan değerlendirmede; memnun olan ve memnun olmayan olarak 2 grup oluşturulmuştur. Gelmekten memnun olma durumunda, SBTÖ iyimser yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım alt ölçeklerinin ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ( $p<0.05$ ). İyimser yaklaşım alt ölçeği incelendiğinde memnun olanların ortalaması  $14.45\pm 1.88$  iken, memnun olmayanların ortalaması  $12.97\pm 3.00$  olarak bulunmuştur. Kendine güvenli yaklaşım alt ölçeğinde ise memnun olanların ortalaması  $21.70\pm 3.23$  iken memnun olmayanların ortalaması  $19.81\pm 4.12$  olarak bulunmuştur.

KKTC' ye gelmekten memnun olan grubun memnun olmayan gruba göre iyimser ve kendine güvenli yaklaşım tarzlarını daha fazla kullandığı bulunmuştur.

KKTC' ye gelmeden önceki çalışma durumuna göre yapılan incelendiğinde; gelmeden önceki çalışma durumuna göre kendine güvenli yaklaşım ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ( $p<0.05$ ). Kendine güvenli yaklaşım alt ölçeği incelendiğinde önceden çalışanların puan ortalaması  $21.59\pm 3.42$ , önceden çalışmayanların ortalaması ise  $19.97\pm 3.90$  olarak bulunmuştur. KKTC' ye gelmeden önce çalışan katılımcılar SBTÖ kendine güvenli yaklaşım tarzını çalışmayanlara göre daha fazla kullanmaktadırlar.

KKTC' ye gelmesinden dolayı çalışma hayatının engellenmesi durumuna göre bakıldığında çalışma hayatının engellendiğini belirten katılımcılar, SBTÖ Kendine güvenli yaklaşım alt ölçeğinden ortalama  $22.12\pm 3.27$  puan alırken, engel durumu oluşturmayan katılımcılar ortalama  $20.40\pm 3.74$  puan almışlardır. Aradaki bu fark istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ). KKTC' ye gelmesinin çalışma hayatını engellemesi durumunda katılımcılar kendine güvenli yaklaşım tarzını engellenmeyenlere göre daha fazla kullanmaktadırlar.

SBTÖ alt ölçek puan ortalamaları ile KKTC' ye gelirken yanında eşya getirme durumu değerlendirildiğinde, yanında eşya getirmek isteyen katılımcıların kendine güvenli yaklaşım puan ortalaması  $20.73\pm 3.78$  iken, eşya getirmek istemeyen katılımcıların ortalaması  $21.71\pm 3.33$  olarak bulunmuştur. Yanında eşya getirmek isteyen katılımcıların çaresiz yaklaşım alt ölçeği puan ortalaması  $16.80\pm 4.99$ , eşya getirmek istemeyen katılımcıların ortalaması ise  $14.65\pm 3.85$ 'dir. Kendine güvenli yaklaşım ve çaresiz yaklaşım puan ortalaması istatistiksel olarak da anlamlıdır ( $p<0.05$ ). KKTC' ye gelirken yanlarında kendi eşyalarını getirmek isteyenler istemeyenlere göre çaresiz yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım tarzını daha çok kullandığı tespit edilmiştir.

**Tablo 6. Katılımcıların belirsizliğe bağlı tahammülsüzlük düzeyleri, stresle başetme biçimleri ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilere yönelik korelasyon analizi sonuçları**

	1	2	3	4	5	6	7
EvlilikDoyumu (1)	1						
BelirsizliğeTahammülsüzlük(2)	-.54**	1					
KendineGüvenYaklaşımı(3)	.33**	-.23*	1				
İyimserYaklaşım(4)	.28**	-.32*	.48**	1			
ÇaresizYaklaşım(5)	-.35*	.48**	-.22*	-.10	1		
SosyalDesteğeBaşvurma(6)	-.02	.20*	.32**	.20*	.25**	1	
BoyunEğiciYaklaşım(7)	-.26**	.28**	-.17	.05	.59**	.03	1
$\bar{x}$	39.6	74.5	16.11	13.94	16.1	10.21	11.47
SS	6.73	19.47	4.74	2.41	4.74	1.77	3.32

\*=  $p < .05$ , \*\*=  $p < .01$

Tablo 6 incelendiğinde, SBTÖ alt ölçekleri ile belirsizliğe tahammülsüzlük ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiler görülmektedir. Evlilik doyumu değişkeninin belirsizliğe karşı tahammülsüzlük ( $r = -.54$ ), SBTÖ alt ölçeklerinden çaresiz yaklaşım ( $r = -.35$ ) ve boyun eğici yaklaşım ( $r = -.26$ ) ile arasında yüksek düzeyde anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu, iyimser yaklaşım ( $r = .28$ ) alt ölçeği ile ise pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu görülmektedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük değişkeninin, evlilik doyumu ile ( $r = -.54$ ), SBTÖ alt ölçeklerinden kendine güvenli yaklaşım ( $r = -.23$ ) ve iyimser yaklaşım ( $r = -.32$ ) arasında negatif yönlü ilişkinin olduğu, iyimser yaklaşım ( $r = .48$ ), sosyal desteğe başvurma ( $r = .20$ ) ve boyun eğici yaklaşım ( $r = .28$ ) arasında ise pozitif yönlü anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir.

Stresle başa çıkma tarzları alt ölçeklerine bakıldığında ise, kendi içlerinde pozitif ve negatif yönlü ilişkilerin olduğu görülmektedir.

## 5. TARTIŞMA

Bu bölümde araştırma kapsamına alınan 108 katılımcının tanıtıcı özelliklerini, belirsizliğe tahammülsüzlükleri, evlilik doyumları ve stresle baş etme tarzlarını kapsayan analizlerden elde edilen bulgular tartışılmıştır.

Katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlük ile KKTC' ye isteyerek gelme ve KKTC' ye gelirken yanında eşya getirme durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0.05$ ) (Tablo 3). KKTC' ye istemeden gelen katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri isteyerek gelenlere göre daha yüksektir. Bu sonuç, istemeden yapılan zorunlu göçün bireylerde yarattığı olumsuz etki ve tahammülsüzlük açısından oldukça önemlidir. Yapılan çalışma kadınlar üzerinde gerçekleştirilmiş, erkekler değerlendirilmemiştir. Literatür incelendiğinde, Yıldız ve Güllü (2018)'nün yaptığı çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlük açısından kadın ve erkek arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır.

Katılımcıların EYÖ puanlarının öğrenim durumu değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmıştır ( $p<0.05$ ) (Tablo 4). KKTC'de yaşayan kadınların eğitim düzeyleri ile evlilik doyumu karşılaştırıldığında ilk öğretim mezunu olanların, lise ve yüksekisans eğitim düzeylerine göre daha yüksek puan almışlardır. Bu sonuç, ilköğretim mezunu olanların evlilik doyumlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu, katılımcıların herhangi bir işte çalışmadıkları için beklentileri yalnızca aile ve evlilik boyutunda olduğu ile açıklanabilir. Kaya (2017)'nin yapmış olduğu çalışmada da, kentsel alanda yaşayan evli kadınların ortaokul ve altı ile lise ve üzerinin arasında evlilik uyumu, ilişkilerde mutluluk bakımından istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuş, lise ve üzeri eğitime sahip olan kadınların, ortaokul ve altı eğitime sahip kadınlara göre evliliklerinde daha uyumlu ve mutlu olduğu görülmüştür. Çağ ve Yıldırım (2013) araştırmalarında evlilik doyumu ile eğitim durumu arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu, yani eğitim düzeyi arttıkça evlilik doyumu düzeylerinin azaldığını saptamışlardır. Öte yandan, Üncü (2007)'nün yapmış olduğu çalışmada ise evlilik doyumu ortalamasının lise mezunlarında en yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bir başka çalışmada, ilkokul mezunlarının, lise, lisans ve lisansüstü eğitime sahip olan bireylere göre daha düşük çift uyumuna sahip olduğu belirtilmektedir



(Şendil, Korkut, 2008).

EYÖ puanları KKTC'ye gelmeden önceki çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ( $p < 0.05$ ) (Tablo 4). Çalışma yaşamının kadının rollerinde değişim meydana getirmesi, ekonomik özgürlüğünü kazanmasını sağlaması, kişiler arası etkileşimini arttırması, isteklerini gerçekleştirebilmesi ve kazandığı başarılarla kişisel doyuma ulaşmasını sağlaması nedeniyle evlilik doymunu etkileyebileceği düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde iş yükünün ve stresin fazla olduğu ortamlarda çalışan bireylerin evlilik uyumlarının düşük olduğu da belirtilmektedir (Çelik, Tümkaya, 2012; Çelik, 2006; Şeker, 2011). İşe ayrılan sürenin ve iş yoğunluğunun bireylerin aile yaşamlarını olumsuz etkilediği belirtilmektedir (Çelik, 2006). Özellikle işten eve yorgun gelen kişilerin evle ilgili işleri yapmaya enerji bulamadıkları, iş yaşamlarının yoğunluğu nedeniyle de ailelerine karşı sorumluluklarını yerine getiremedikleri vurgulanmıştır (Şeker, 2011). Bu, ev işleri ile ilgili görevler, duygusal destek sorumlulukları, ev içindeki konuları nedeniyle kadınlar önemli hale geldiğinden evlilik doyumları etkilenmiştir.

Yine başka bir araştırmada, çalışmayan evli kadınlarda çalışan evli kadınlara göre psikolojik belirtilerin daha fazla ortaya çıktığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, çalışan kadınların evlilik doyumlarının çalışmayanlara göre pozitif yönde etkilendiği belirtilmektedir (Çilli ve ark., 2004). Birçok ailede göç ile birlikte gelen mesleki sıkıntılar ya da işsizlik gibi sorunlar, aynı zamanda ailenin ihtiyaçlarının karşılanması beklentisi ve farklı bir kültürde yaşamın getirdiği zorluklar bulunmaktadır. Terry ve Kottman (1995) sağlıklı ailelerdeki çiftlerin uyumlu ve doyum sağlayıcı evliliklerinin olduğunu belirterek, eşler arasındaki etkili iletişimin, destek ve onayın, aile ile ilgili görev ve sorumlulukların yerine getirilmesinin, çocuklarla ilgilenebilmenin, karşılıklı saygı ve değer vermenin boş zamanları birlikte paylaşmanın, problemlerle birlikte başatmanın, eşlerin aileye ekonomik anlamda katkıda bulunmasının ve bir meslek sahibi olmalarının evlilikteki doymunu etkilediğini vurgulamaktadır.

Çocuk sayısı, gelir durumu ve yaşanılan yerin evlilik doymunu arasında istatistiksel

anlamlılıkta bir fark bulunmamıştır ( $p>0.05$ ) (Tablo 4). Günümüzde sağlıklı evliliklerin oluşabilmesi için belli bir gelir durumunun olması önemlidir (Çağ, 2011). Bu nedenle, gelir durumu evlilik doyumu üzerinde önemli bir değişkendir. Gelir düzeyi yüksek olan bireylerin evlilik doyumlarının yüksek olduğunu Batık ve Vural (2017) da çalışmalarında tespit etmiştir. Öte yandan, literatürde Evlilik doyumlarının gelir durumu ile farklılık göstermediği bu çalışma ile uygunluk sağlayan çalışmalar da vardır (Çağ, 2011; Kubat, 2012).

Evlilik yılı ve evlilik süresinin evlilik doyumunu istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde etkili bulunmamıştır. Literatürde bu sonucu destekleyen çalışmaya olduğu (Fıfıloğlu, 1992) gibi bu sonucun tersine evlilik süresinin evlilik doyumunu etkilediğine dair sonuçlar da bulunmaktadır. Yalçın (2014), Kubat (2012) çalışmalarında evlilik süresi az olan çiftlerin evlilik doyumlarının yüksek olduğunu ifade etmiştir. Kublay ve Oktan( 2015) yaptığı çalışmada ise katılımcıların evlilik uyumlarının evlilik sürelerine göre değiştiğini belirtmektedir. Bu farklılığın bireylerin sahip olduğu değişkenler ve kişisel özelliklerinden kaynaklandığını söyleyebiliriz.

KKTC' ye isteyerek gelme, evlilik süresi, KKTC' ye gelmekten memnun olma, KKTC' ye gelmesinin çalışma hayatını engellemesi, KKTC'ye gelirken yanında eşya getirme durumlarına göre SBTÖ alt ölçek puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır( $p<0.05$ )(Tablo 5).

KKTC' ye gelmeden önceki çalışma durumu ve KKTC' ye gelmesinin çalışma hayatını engellemesi değişkenine bakıldığında, önceden çalışan ve gelmesinden dolayı çalışma hayatı engellenen katılımcıların stresle başetme tarzı olarak kendine güvenli yaklaşım tarzını benimsedikleri görülmektedir. Literatürde göç eden kadınların ruhsal ve fiziksel sağlığını etkileyen önemli faktörden biri de iş yaşamında olanların çalışma koşulları olduğu belirtilmektedir. Olumsuz koşullar göçmen kadınların hem ruhsal hem de fiziksel olarak tükenmelerine neden olmaktadır (Tuzcu, Ilgaz, 2015). Schovers ve ark. (2009) yaptıkları çalışmada göç eden kadınların %65'i sağlık durumlarını zayıf-kötü olarak belirtmiş ve en sık görülen sağlık sorunları olarak da psikolojik ve jinekolojik yakınmalar olduğunu ifade etmişlerdir. İzmir'de göç eden ve etmeyen kadınların sağlığı geliştirme davranışlarını değerlendirmek amacıyla yapılan bir

çalışmada, göç eden kadınların stresle baş etme ölçek puanlarının düşük olduğu belirlenmiştir (Topçu 2006).

Çalışmamızda stresle baş etme tarzları ile sosyal ortam arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamasına rağmen literatürde göçmen kadınların sosyal destek ağlarının yeterli ve güçlü destekleyici bir çevrede bulunmalarının kültürel yönden uyum sağlamalarında kolaylaştırıcı olduğu, karşılaştığı streslerle daha rahat baş edebildikleri ve daha olumlu bir yaşam için çaba gösterebildikleri belirtilmektedir (Akdeniz 2007, Beşer 2012).

KKTC' ye isteyerek gelme ve evlilik yılları açısından incelendiğinde stresle başa çıkma tarzı olarak iyimser yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım tarzlarını benimsedikleri görülmektedir (Tablo 5). Göç nedeninin kendi istekleri dışındaki sebeplerle ilişki olmasının, yeni yerdeki sosyal ve kültürel farklılıkların psikososyal sorunları arttırdığı bilinmektedir. Göç sonrası dönemde, bireylerin içinde yaşamaya başladığı yeni toplumdaki kültürel farklar uyum güçlüğü yaşanmasında, sağlık sorunlarının ortaya çıkmasında ve stresle baş etmede zorluklar yaşanabileceğini düşündürmektedir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada özellikle zorunlu göçün ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği ve kadın göçmenlerin erkek göçmenlere göre daha fazla duygusal zorlanma yaşadığı ifade edilmektedir (Sır ve ark, 1998).

## 6.SONUÇ VE ÖNERİLER

### 6.1.Sonuç

Bu araştırmada eşinin işi nedeniyle KKTC' de yaşayan kadınların belirsizliğe tahammülsüzlük, evlilik doyumu ve stresle başa çıkma tarzını anlamlı olarak etkileyen değişkenler belirlenmiştir.

- KKTC' ye isteyerek gelen katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin daha fazla olduğu,
- İlk öğretim mezunu olanların lise ve yüksekisans eğitim düzeylerine göre evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu,
- KKTC' ye isteyerek gelen, KKTC' ye gelmekten memnun olan, KKTC' ye gelirken yanında eşya getirmek isteyen katılımcıların iyimser yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşımı daha fazla kullandıkları,
- KKTC' ye gelmeden önce çalışan, KKTC' ye gelmesinin çalışma hayatını engellemesi durumunda katılımcıların kendine güvenli yaklaşımı daha fazla kullandıkları,
- Evlilik yılları açısından değerlendirildiğinde ise 21-30 yılları arında olan katılımcıların iyimser yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşımı daha fazla kullandıkları saptanmıştır.
- Evlilik doyumu değişkeninin belirsizliğe karşı tahammülsüzlük, SBTÖ alt ölçeklerinden çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım ile arasında negatif bir ilişki olduğu, iyimser yaklaşım alt ölçeği ile ise pozitif yönlü bir ilişki olduğu,
- Belirsizliğe tahammülsüzlük değişkeninin, evlilik doyumu ile SBTÖ alt ölçeklerinden kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım ile arasında negatif yönlü ilişkinin olduğu, iyimser yaklaşım, sosyal desteğe başvurma ve boyun eğici yaklaşım ile arasında ise pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu,
- Stresle başa çıkma tarzları alt ölçeklerinin kendi içlerinde pozitif ve negatif yönlü ilişkili olduğu saptanmıştır.

## 6.2.Öneriler

KKTC' ye isteyerek gelenlerde evlilik doyumunun daha yüksek olduğu, belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin daha düşük olduğu ve stresle daha kolay başa çıkabildikleri çalışmamız sonucunda bulunmuştur. KKTC' ye eşi nedeniyle göç etmesi gündeme gelen kadınlara yönelik uyum ve motivasyon artırıcı ön bilgilendirme çalışmaları ve psikoeğitim programlarına önem verilmesinin olumlu sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir.

Bu çalışmada stresle başa çıkma, belirsizliğe tahammülsüzlük ve evlilik doyumu kadın perspektifinden ele alınmıştır. Başka çalışmalarda kurumda çalışan eş ve çocukları da dahil edilip tüm aile bireylerinin durumları da incelenebilir.

Bu çalışmadan yola çıkarak KKTC' de farklı kurumlarda çalışan bireylerle yeni çalışmalar planlanarak daha genellenebilir veriler elde edilebilir.

## KAYNAKLAR

Akdeniz E B, Öz F. Koruyucu ruh sağlığı açısından göç ve kadın. *Kriz dergisi*, 2009; 17(1), 27-36.

AKDENİZ EB (2007) Göçmen Türk kadınlarının sorunlarının odak grup görüşmesi yöntemi ile belirlenmesi ve psikoeğitimsel modele göre danışmanlık hizmeti verilmesi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora tezi, 2007, Ankara

Aker T, Ayata B, Özeren M, Buran B, Bay A. Zorunlu iç göç: Ruhsal ve toplumsal sonuçları/Forced internally displacement: psychosocial consequences. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2002; 3(2): 97.

Akıncı B, Nergiz A, Gedik E. Uyum süreci üzerine bir değerlendirme: Göç ve toplumsal kabul. *Göç araştırmaları dergisi*, 2015, 2: 58-83.

Akman S. Stresin Nedenleri ve Açıklayıcı Kuramlar. *Türk Psikoloji Bülteni*, 2004; Cilt.10, no.34, 40-55.

Aksoy, Z. Uluslararası göç ve kültürlerarası iletişim. *Journal of International Social Research*, 2012; 5(20).

Aksu H, Sevil Ü. Göç ve kadın sağlığı. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2010; 2(3), 133-138.

Arabacı Z, Hasgül E, Serpen A. S. Türkiye’de kadın göçmenlik ve göçün kadın sağlığı üzerine etkisi, *Sosyal politika çalışma dergisi*, 2016; 36.

Aycanoğlu C, Ünsal G. Bağlanma Tarzları ve İnternet Bağımlılığının Evlilik Uyumuna Etkisi, *JAREN*, 2017; 3(3), 163-168.

Bhugra D. Migration and mental health. *Acta Psychiatr Scand* 2004; 109:243-258.

Biggs A, Brough P. Drummond, S. Lazarus and Folkman’s Psychological Stress and Coping Theory. *The Handbook of Stress and Health*, 2017; 349–364.

Buhr K, Dugas M. The intolerance of uncertainty scale: psychometric properties of the English version. *Behaviour Research and Therapy*, 2002; 40(8); 931–945.

Crigger N. J. Testing an uncertainty model for women with multiple sclerosis. *Advances in Nursing Science*, 1996; 18(3), 37-47.

Çağ P, Yıldırım İ. Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 2013; 4(39); 13-23.

Çelik M, İnanç Yazgan B. Evlilik doyum ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, Çukurova Üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü dergisi;2009; cilt 18; sayı 2; 247-269

Çelik M, Tümkaya S. Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD) Cilt 13; 2012; 1; 223-238.*

Çelik, M. (2006). Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması. Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Çilli A S, Kaya N, Bodur S, Özkan İ, Kucur R. Ev kadınlarında ve çalışan evli kadınlarda psikolojik belirtilerin karşılaştırılması. *Genel Tıp Dergisi*. 2004;14(1)

Çokluk Ö, Şekercioğlu G, Büyüköztürk Ş. (2012). Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları, 2012; (Vol. 2). Ankara: Pegem Akademi.

Durak A. Stresle başa çıkma tarzları ölçeği: üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 1995; 10(34): 56-73.

Ekici G, Savaş HA, Çıtak S. İntihar riskini artıran psikososyal etmenler (Sosyal güvence yokluğu, göç ve diğer stresörler). *Anadolu Psikiyatri Dergisi*,2001; 2:204-212.

Erbek E, Beştepe E, Akar H, Alpkan L, Eradamlar N. Cinsellik ve çift uyumu arasındaki ilişki: üç grup evli çiftte karşılaştırmalı bir çalışma. *Düşünen Adam*,2005; 18(2), 72-81.

Ergin D, Şen N, Eryılmaz N, Pekuslu S, Kayacı M. Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Depresyon Düzeyi Ve Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. *Atatürk Üniversitesi*

Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 2007;10: 1

Erol M, Ersever O. Göç krizi ve göç krizine müdahale. Kara Harp Okulu Bilim Dergisi, 2014, 24.1: 47-68.

Fıfıloğlu H. Lisans üstü öğrencilerin evlilik uyumu. Psikoloji Dergisi. 1992; 7:16-23.

Folkman S, Lazarus R S, Dunkel-Schetter C, DeLongis A, Gruen R J. Dynamics of A Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. Journal of Personality and Social Psychology, 1986; 50, 5, 992-1003.

Folkman S, Lazarus R S. An analysis of coping in a middle-aged community sample. Journal of health and social behavior, 1980; 219-239.

Folkman S. (1984). Personal Control And Stress And Coping Processes: A Theoretical Analysis. Journal of Personality and Social Psychology, 1984; 45, 839-859.

Freeston M H, Rhéaume J, Letarte H, Dugas M. J, Ladouceur R. Why do people worry? Personality and Individual Differences, 1994; 17(6); 791–802.

Grandon J R, Myers J E, Hattie J A. The relationship between marital characteristics, marital interaction processes and marital satisfaction. Journal of Counseling and Development, 2004; 82 (1), 58– 68.

Gümüş Y. Göçün Sağlık Üzerindeki Etkileri. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 2015, 18.1.

Gün Z. Psikolojide, göç çalışmalarındaki metodolojik problemler ve çözüm önerileri. Türk Psikoloji Bülteni, 2006; 12(38), 27-41.

Günay G, Bener Ö. Kadınların toplumsal cinsiyet rolleri çerçevesinde aile içi yaşamı algılama biçimleri. Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 2011; 153(153).

Güven, N. (2005). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi. Unpublished master's thesis, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara (Danışman: Yard. Doç. Dr. Seher Sevim)



Hawkins D N. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low quality marriages on well-being. *Social Forces*, 2005; 84 (1), 451-471.

Heyman R E, Sayers S L, Bellack A S. Global marital satisfaction versus marital adjustment: An empirical comparison of three measures. *Journal of Family Psychology*.1994; S.8: 432-446.

Hünler O S, Gençöz T. Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 2003; 18(51); 99-108.

Hyman I, Gruge S. A Review of Theory and Health Promotion Strategies for New Immigrant Women, *Canadian Journal of Public Health*,2002; 93 (3): 183-187.

Ilkcaracan I, Ilkcaracan P. Women and migration in Turkey in the 1990's. From villages to cities in, 1999, 75: 305-322.

Koyun A, Taşkın L, Terzioğlu F. Yaşam dönemlerine göre kadın sağlığı ve ruhsal işlevler: Hemşirelik yaklaşımlarının değerlendirilmesi. *Psikiyatride Guncel Yaklasimler-Current Approaches in Psychiatry*, 2011, 3.1: 67-99.

Kubat, D. E. (2012). Evli bireylerde aldatma eğilimi ve evlilik doyumu ilişkisinin incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek*.

Kublay D, Oktan V. Evlilik uyumu: değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2015; 5(44), 25-35.

KURT, İ. E. (2018). Ebeveynlik stresi ve evlilik kalitesi arasındaki ilişkide stresle çift olarak baş etmenin aracı rolünün incelenmesi, Doktora tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana (Danışman: Prof. Dr. Turan Akbaş)

Larson J H, Holman T B. Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*,1994; 228-237.

McLaren S, Gomez R, Bailey M, Van Der Horst R. The association of depression and sense of belonging with suicidal ideation among older adults: applicability of resiliency models. *Suicide Life Threat Behav*, 2007; 37:89-102.

Nicholas, W. (2005). The first years of marital commitment. M. Horway (Ed.).

Handbook of couples therapy (35-36).

Osmanağaoğlu N, Creswell C, Dodd H. F. Intolerance of Uncertainty, anxiety, and worry in children and adolescents: A meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 2018; 225, 80-90.

Öz F. İncinebilir Kadınlarda Ruh Sağlığı. *Türkiye Klinikleri Journal of Obstetric-Women's Health and Diseases Nursing-Special Topics*. 2018;4(1):46-53.

Öz, F. Hastalık yaşantısında belirsizlik. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2001; 12(1), 61-68.

POLAT D. Ağrı alt bölgesi'nde (Ağrı, Ardahan, Iğdır ve Kars) gelir dağılımı ve göç (Bir Uygulama). Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İktisat Anabilim Dalı Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, 2007, Erzurum (Danışman: Doç. Dr. Kerem Karabulut).

Sarı S, Dağ İ. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği ve Endişenin Sonuçları Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği *Anadolu Psikiyatri Dergisi*; 2009; 10; 261-270.

SARI S. Sürekli kaygının yordayıcıları olarak belirsizliğe tahammülsüzlük, endişe ile ilgili inançlar ve kontrol odağının incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2007, Ankara (Prof. Dr. İhsan DAĞ)

Sarıçam H, Erguvan F M, Akın A, Akça M Ş. Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği (BTÖ-12) Türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Route Educational and Social Science Journal*, 2014; 1(3), 148-157.

Sarıçam H. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün mutluluğa etkisi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2014; 4(8), 1-12.

Schovers MA, Muijsenbergh ME, Largo-Janssen AL. Self-rated health and health problems of undocumented immigrant women in the Netherland: a descriptive study. *J Public Health Policy*, 2009; 30:409-422.

Sevim S. Evlilik İlişkilerini Geliştirme Programları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1999; 11.

Sır A, Bayram Y, Özkan M. Zorunlu iç göç yaşamış bir grupta travma sonrası stres bozukluğu üzerine ön çalışma. Turk Psikiyatri Dergisi 1998; 9:173-180

Sokolski D M, Hendrick S S. Fostering marital satisfaction. Family Therapy: the Journal of the California Graduate School of Family Psychology, 1996; 26(1).

Solgun C, Durat G. Göç ve ruh sağlığı. Journal of Human Rhythm, 2017, 3.3: 137-144

Stanley Budner N. Y. Intolerance of ambiguity as a personality variable1. Journal of Personality, 1962; 30(1); 29–50.

Sundquis Jan, et al. Impact of ethnicity, violence and acculturation on displaced migrants: psychological distress and psychosomatic complaints among refugees in Sweden. The Journal of nervous and mental disease, 2000, 188.6: 357-365.

Şahin C. Yurt Dışı Göçün Bireyin Psikolojik Sağlığı Üzerindeki Etkisine İlişkin Kuramsal Bir İnceleme, G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi; 2001; Cilt 21; Sayı 2; 57-67.

Şahin N H, Güler M, Basım H N. A tipi kişilik örüntüsünde bilişsel ve duygusal zekânın stresle başa çıkma ve stres belirtileri ile ilişkisi. Türk Psikiyatri Dergisi, 2009; 20(3): 243-254.

Şahin N.H. Stresle Başa Çıkma: Olumlu Bir Yaklaşım. 3. Basım, Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 1998.

Şeker D, Uçan G. Göç sürecinde kadın. Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2016; 14(1):198-212.

Şendil G, Korkut Y. Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. Psikoloji Çalışmaları/Studies in Psychology,2008; 28, 15-34.

Taniguchi H. Men's and women's volunteering: Gender differences in the effects of employment and family characteristics. Nonprofit and voluntary sector quarterly,2006; 35(1), 83-101.

Tezer E. Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşam ölçeği. Psikolojik danışma ve araştırma dergisi; 1996; cilt 2; sayı.

Tezer E. Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşam ölçeği. Psikolojik danışma ve araştırma dergisi; 1996; cilt 2; sayı.

TOPCU S. Göç Eden ve Göç Etmeyen Kadınların Sağlığı Geliştirme Davranışlarının Değerlendirilmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Hemşireliği Yüksek Lisans Tezi, 2006, İzmir (Danışman: Yard. Doç. Dr. Ayşe Beşer).

Topçu S, Beşer A. Göç ve Sağlık, C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 2006; 10(3):37-42.

Tuzcu A, Bademli K. Göçün Psikososyal Boyutu/ Psychosocial Aspects of Migration. Psikiyatride Guncel Yaklasimler, 2014, 6.1: 56.

Tuzcu A, Ilgaz A. Göçün Kadın Ruh Sağlığı Üzerine Etkileri. Current Approaches in Psychiatry/Psikiyatride Guncel Yaklasimler, 2015, 7.1.

Üncü S. Duygusal Zeka ve Evlilik Doyumu İlişkisi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, 2007, Ankara (Danışman: Prof. Dr. B. Yeşilyaprak).

Vural Batık M, Kalkan M. Evlilikte Algılanan Sorun Çözme Becerileri ve Evlilik Doyumu. Journal of the Human & Social Science Researches, 2017; 6(5).

Vural K.B. Sağlık Riskinin Belirlenmesi ve Hemşirelik İçin Önemi, C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 1998; 2 (2).

Yıldırım İ. Stres ve stresle başa çıkmada gevşeme teknikleri. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1991; 6(6).

Yıldız M A, Baytemir. Evli Bireylerde Evlilik Doyumu ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracılığı. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2016; Cilt 17; Sayı 1, 67-80.

Yüksel, B. (2014). Kaygı Belirtilerini Açıklamada Bağlanma, Pozitif ve Negatif Duygu Düzenleme ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkiyi

Bütünleyici Model Arayışı.

Zhang Z, Hayward M D. Gender, the marital life course, and cardiovascular disease in late midlife. *Journal of Marriage and Family*, 2006; 68(3), 639-657.

## KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Yaşınız : .....
2. Mesleğiniz : .....
3. Eğitim durumunuz:  
 Okur-yazar değil  İlköğretim  Lise  Yükseköğretim/Lisansüstü
4. Ekonomik düzeyiniz:  
 düşük  orta  yüksek
5. Evlenme yaşıınız : .....
6. Evlilik süreniz : .....
7. Çocuklarınızın sayısı:  
 0  1  2  3 ve üzeri
8. Çocuklarınızın eğitim durumu :  
  1. çocuk :  Okul öncesi  İlköğretim  Lise  
 Yükseköğretim/Lisansüstü
  2. çocuk :  Okul öncesi  İlköğretim  Lise  
 Yükseköğretim/Lisansüstü
  3. çocuk :  Okul öncesi  İlköğretim  Lise  
 Yükseköğretim/Lisansüstü
  4. çocuk :  Okul öncesi  İlköğretim  Lise  
 Yükseköğretim/Lisansüstü
9. Şimdiki yaşadığınız yere gelme durumunuz? :  İsteyerek  Zorunlu
10. Yaşadığınız bölge neresidir?  
 Köy  Şehir
11. Yaşadığınız yerden memnun musunuz?  
 Evet  Hayır
12. Daha önceki çalışma durumunuz? :  Evet  Hayır
13. KKTC' de yaşamak eski işinizi yapmaya engel oldu mu? :  Evet  Hayır
14. KTCC' de çalışıyor musunuz? :  Evet  Hayır
15. Sosyal çevrenizi eskiye göre nasıl tanımlarsınız? :  
 kötü  aynı  iyi  çok iyi
16. KKTC' ye getirmek isteyip yanınızda getiremediğiniz şey var mı?  
 Evet  Hayır

**BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK ÖLÇEĞİ****EK-2**

	Aşağıdaki hayatın belirsizliklerine insanların nasıl tepki gösterdiklerini tanımlayan bir dizi ifade yer almaktadır. Bu ifadelerin sizi ne derece doğru yansıttığını, size uygun olan seçeneğe çarpı (X) işareti koyarak belirtiniz.	Beni hiç tanımlamıyor	Beni tanımlamıyor	Beni kısmen tanımlıyor	Beni tanımlıyor	Beni tam olarak
1	Belirsizlik, sağlam bir fikre sahip olmamı engelliyor.					
2	Emin olamama, kişinin düzensiz olduğu anlamına gelir.					
3	Belirsizlik yaşamı katlanılmaz hale getirir.					
4	Yaşamda bir güvencenizin olmaması adaletsiz bir durumdur.					
5	Yarın ne olacağını bilmezsem zihnim rahat olmaz.					
6	Belirsizlik beni rahatsız, endişeli ya da stresli yapıyor.					
7	Önceden kestirilemeyen olaylar beni alt üst ediyor.					
8	İhtiyaç duyduğum bilginin tümüne sahip olamamak beni engelliyor.					
9	Belirsizlik istediğim şekilde hayat sürmemi engelliyor.					
10	Çok iyi planlanmışken bile beklenmeyen ufacık bir durum her şeyi bozabilir.					
11	Harekete geçme zamanı geldiğinde belirsizlik elimi kolumu bağlıyor.					
12	Belirsizlik içinde olmam, benim en iyi olmadığımı gösterir.					
13	Emin olmadığım zaman, yapacaklarım konusunda ilerleyemiyorum.					
14	Emin olmadığım zaman çok iyi iş çıkartamıyorum.					
15	Benim aksime, diğer insanlar ne yapacaklarından emin gözüküyorlar.					
16	Belirsizlik beni kırılğan, mutsuz ya da hüzünlü kılıyor.					
17	Geleceğin benim için neler getireceğini her zaman bilmek isterim.					
18	Beklenmedik olaylara katlanamıyorum.					
19	En ufak bir şüphe bile harekete geçmemi engelliyor.					
20	Her şeyi önceden organize edebilmeliyim.					
21	Emin olamamam, güvensiz olduğum anlamına gelir.					
22	Başkalarının kendi geleceklerinden eminmiş gibi görünmeleri adaletsizliktir.					
23	Belirsizlik derin uyumamı engelliyor.					
24	Bütün belirsiz duygulardan uzaklaşmalıyım.					
25	Hayattaki belirsizlikler beni strese sokuyor.					
26	Geleceğimle ilgili kararsız olmaya katlanamıyorum.					

## STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZI ÖLÇEĞİ

EK-3

Bu ölçek kişilerin yaşamındaki sıkıntılar ve stresle başa çıkmak için neler yaptığını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Lütfen sizin için sıkıntı ya da stres oluşturan olayları düşünerek, bu sıkıntılarınızla başa çıkmak için GENELLİKLE NELER YAPTIĞINIZI hatırlayın ve aşağıdaki davranışların sizi tanımlama ya da size uygunluk derecesini işaretleyin. Herhangi bir davranış size uygun değilse %0'ın altına, çok uygun ise %100'ün altına, ya da tanımlama derecesine göre diğerlerinin altındaki boşluğa (X) işareti koyun.

BİR SIKINTIM OLDUĞUNDA.....	% 0	% 30	% 70	%100
1. Kimsenin bilmesini istemem .				
2. İyimser olmaya çalışırım .				
3. Bir mucize olmasını beklerim .				
4. Olayı / olayları büyütmeyip, üzerinde durmamaya çalışırım .				
5. Başa gelen çekilir diye düşünürüm .				
6. Sakin kafayla düşünmeye öfkelenmemeye çalışırım .				
7. Kendimi kapana kısılmış gibi hissederim .				
8. Olayların değerlendirmesini yaparak en iyi kararı vermeye çalışırım .				
9. İçinde bulunduğum kötü durumu kimsenin bilmesini istemem .				
10. Ne olursa olsun direnme ve mücadele etme gücünü kendimde bulurum .				
11. Olanları kafama takıp, sürekli düşünmekten kendimi alamam .				
12. Kendime karşı hoşgörülü olmaya çalışırım .				
13. İş olacağına varır diye düşünürüm .				
14. Mutlaka bir yol bulabileceğime inanır, bunun için uğraşırım .				
15. Problemin çözümü için adak adarım .				
16. Herşeye yeniden başlayacak gücü kendimde bulurum .				
17. Elimden hiçbir şeyin gelmeyeceğine inanırım .				
18. Olaydan/ olaylardan olumlu bir şey çıkarmaya çalışırım .				
19. Her şeyin istediğim gibi olmayacağına inanırım .				
20. Problem/ problemleri adım adım çözmeye çalışırım .				
21. Mücadeleden vazgeçerim.				
22. Sorunun benden kaynaklandığını düşünürüm .				
23. Hakkımı savunabileceğime inanırım .				
24. Olanlar karşısında 'kaderim buymuş' derim .				
25. 'Keşke daha güçlü bir insan olsaydım' diye düşünürüm .				
26. Bir kişi olarak iyi yönde değiştiğimi ve olgunlaştığımı hissederim .				
27. 'Benim suçum ne' diye düşünürüm .				
28. Hep benim yüzümden oldu' diye düşünürüm .				
29. Sorunun gerçek nedenini anlayabilmek için başkalarına danışırım .				
30. Bana destek olabilecek kişilerin varlığını bilmek beni rahatlatır				



**1. Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

**2. Evliliğimizdeki engellerin aşılmaz olduğunu düşünüyorum.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

**3. Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

**4. Evliliğimizde giderek azalan heyecan beni rahatsız ediyor.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

**5. Evliliğimiz zaman zaman bana yük gibi geliyor.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

**6. Huzurlu bir ev yaşamım var.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

**7. Evliliğimiz her geçen gün daha iyiye doğru gitti.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

**8. Bizim ilişkimiz ideal bir karı-koca ilişkisidir.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

**9. Eşim benim için aynı zamanda iyi bir arkadaştır.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

**10. Baş başa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.**

Kesinlikle Katılmıyorum( ) Katılmıyorum( ) Kararsızım( ) Katılıyorum( ) Kesinlikle Katılıyorum( )

## ARAŞTIRMA PROJESİ DEĞERLENDİRME RAPORU

Toplantı Tarihi :27.09.2018  
Toplantı No : 2018/61  
Proje No : 639

Yakın Doğu Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi öğretim üyelerinden Prof. Dr. Fatma Öz'un sorumlu araştırmacısı olduğu, YDU/2018/61-639 proje numaralı ve "Eşinin İşi Nedeni İle KKTC'de Yaşayan Kadınlarda Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri, Stresle Başetme Biçimleri ve Evlilik Doyumu" başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur.

1. Prof. Dr. Rüştü Onur

(BAŞKAN)

2. Prof. Dr. Tamer Yılmaz

(ÜYE) KATILMADI

3. Prof. Dr. Şahan Saygı

(ÜYE)

4. Prof. Dr. Şanda Çalı

(ÜYE)

5. Prof. Dr. Nedim Çakır

(ÜYE)

6. Prof. Dr. Kaan Erler

(ÜYE)

7. Doç. Dr. Ümran Dal Yılmaz

(ÜYE)

8. Doç. Dr. Nilüfer Galip Çelik

(ÜYE)

9. Yrd. Doç. Dr. Emil Mammadov

(ÜYE)

**EŞİNİN İŞİ NEDENİ İLE KKTC' DE YAŞAYAN KADINLARDA BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK DÜZEYLERİ, STRESLE BAŞETME BİÇİMLERİ VE EVLİLİK DOYUMU**

Değerli katılımcı; bu çalışmanın amacı eşinin işi nedeni ile KKTC'de yaşayan kadınlarda belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, stresle baş etme biçimleri ve evlilik doyumlarının aralarındaki ilişkinin belirlenmesi, ayrıca tanıtıcı özelliklere göre aralarındaki farkın incelenmesidir. Yanıtlarınızda hiçbir kimlik bilgisi alınmayacaktır, araştırmada gizliliği sağlamak için, bu form üzerine adınızı yazmayınız. Yapılan değerlendirmeler sonucunda akademik bir yayın hazırlanması planlanmaktadır. Bu nedenle, verilecek her yanıt önem taşımaktadır. Lütfen tüm soruları eksiksiz yanıtlayınız. Anketi cevaplama süresi maksimum 20 dakikadır. İlginiz ve ayırdığınız zaman için şimdiden teşekkür ederim.

Sorumlu Araştırmacı: Prof. Dr. Fatma ÖZ

YDÜ Hemşirelik Fakültesi

Yardımcı Araştırmacı: Pınar DAMAR

YDÜ Hemşirelik Fakültesi

Yüksek Lisans Öğrencisi

**ÖZGEÇMİŞ**

<b>Adı</b>	Pınar	<b>Soyadı</b>	Damar
------------	-------	---------------	-------

<b>Doğum Yeri</b>	Muğla/Dalaman	<b>Doğum Tarihi</b>	18.03.1983
<b>Uyruğu</b>	Türkiye Cumhuriyeti	<b>Tel</b>	05302121283
<b>E-mail</b>	pnrdamar@gmail.com		
<b>Eğitim Düzeyi</b>	<b>Mezun Olduğu Kurumun Adı</b>	<b>Mezuniyet Yılı</b>	
<b>Lisans</b>	Gülhane Askeri Tıp Akademisi Hemşirelik Yüksek Okulu	2006	
<b>Lise</b>	Dalaman Anadolu Lisesi	2001	

### İş Deneyimi

<b>Görevi</b>	<b>Kurum</b>	<b>Süre (Yıl-Yıl)</b>
Stajyer Hemşire	GATA Ortopedi ve Travmatoloji ABD	2006-2007
Hemşire	Van Asker Hastanesi	2007-2008
Hemşire	Hakkari Asker Hastanesi	2008-2010
Hemşire	Aksaray Ordu Evi	2010-2012
Hemşire	GATA Tıbbi Onkoloji ABD	2012-2015
Hemşire	Çanakkale Asker Hastanesi Gökçeada Polikliniği ve Aile Sağlığı Merkezi	2015-2017
Hemşire	28. Mknz P. Tüm. Loj. Des. K.lığı Birinci Basamak Muayene Merkezi	2017-Halen görev yapmaktadır