



**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**EVLİ BİREYLERDE CİNSEL DOYUM VE MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN  
İLİŞKİLERİNDEKİ MUTLULUK DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ROLÜNÜN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**İlayda AKTÜRK**

**Lefkoşa  
Haziran, 2023**

**İlayda AKTÜRK**

**EVLİ BİREYLERDE CİNSEL DOYUM  
VE MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN  
İLİŞKİLERİNDEKİ MUTLULUK  
DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ROLÜNÜN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**2023**

**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

EVLİ BİREYLERDE CİNSEL DOYUM VE MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN  
İLİŞKİLERİNDEKİ MUTLULUK DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ROLÜNÜN  
İNCELENMESİ

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**İlayda AKTÜRK**

**Tez Danışmanı**

**Yrd. Doç. Dr. Hande ÇELİKAY SÖYLER**

**Lefkoşa**  
**Haziran, 2023**

## Onay

İlayda AKTÜRK tarafından hazırlanan “Evli Bireylerde Cinsel Doyum ve Mükemmeliyetçiliğin İlişkilerindeki Mutluluk Düzeyleri Üzerindeki Rolünün İncelenmesi” başlıklı bu çalışma, 05/06/2023 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Yeterlik Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	Adı – Soyadı	İmza
Jüri Başkanı:	Dr. Fahriye Balkır	.....
Jüri Üyesi:	Doç. Dr.Ece Müezzın	.....
Danışman:	Yrd. Doç. Dr. Hande ÇELİKAY SÖYLER	.....

Anabilim/ Anasanat Dalı Başkanı Onayı

20/6/2023  
Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

Ünvan, Ad-Soyad

Anabilim/Anasanat Dalı Başkanı

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Onayı

...../...../ 2023  
Prof. Dr. Kemal Hüsnü Can Başer  
Enstitü Müdürü



## **Etik İkelere Uygunluk Beyanı**

Bu tezin içinde sunduğum verileri, bilgileri ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kurallar gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

**İlayda AKTÜRK**

**.../.../2023**

## **Teşekkür**

Yüksek Lisans eğitimim süresince bilgi ve desteğini benden esirgemeyen, tez çalışmam sürecimde bana ışık tutan değerli hocam ve tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Hande ÇELİKAY SÖYLER'e,

Yüksek Lisans eğitimim boyunca engin bilgi ve birikimlerini bizimle paylaşan kıymetli hocalarım Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ ve Dr. Bingül HARMANCI'ya,

Hayatım boyunca sevincimde, üzüntümde, kaygılandığımda veya korktuğumda hep yanımda olan, bir gün olsun yalnız hissettirmeyen, hayallerime ve hedeflerime ulaşmamda sonsuz destek sağlayan annem Sema AKTÜRK ve babam Mehmet Uğur AKTÜRK'e,

En yakın arkadaşlarım, hayatımın neşe kaynakları, destekçilerim, kardeşlerim Batuhan AKTÜRK ve Belinay AKTÜRK'e, sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

**İlayda AKTÜRK**

## Öz

### **Evli Bireylerde Cinsel Doyum ve Mükemmeliyetçiliğin İlişkilerindeki Mutluluk Düzeyleri Üzerindeki Rolünün İncelenmesi**

**İlayda AKTÜRK**

**Yüksek Lisans Klinik Psikoloji Anabilim Dalı**

**06-2023, 88 sayfa**

Bu çalışmanın amacı, evli bireylerde cinsel doyum ve mükemmeliyetçiliğin ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri üzerindeki rolünün incelenmesidir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evreni Türkiye’de ikamet eden evli bireylerden oluşturulmuştur. Araştırmanın örnekleme ise amaçsal örnekleme yöntemiyle seçilen 20 yaş ve üzeri 544 katılımcıdan oluşturulmuştur. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafında oluşturulan Sosyo-demografik Bilgi Formu, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Oxford Mutluluk Kısa Formu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma bulgusunda, cinsel doyum ile mükemmeliyetçilik ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler olmadığı bulunmuştur. Bununla birlikte, mükemmeliyetçilik ile mutluluk düzeyleri arasında da anlamlı ilişkilerin olmadığı bulunmuştur. Cinsel doyum ve mükemmeliyetçilik düzeylerin mutluluk düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamadığı bulunmuştur. Bu bağlamda, mükemmeliyetçilik ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Ancak, bu konuda daha fazla araştırma yapılması gerekmektedir. Mükemmeliyetçilik, evlilikteki çatışmalara ve memnuniyetsizliğe neden olabilir. Bu nedenle, yapılacak olan araştırmalarda mükemmeliyetçilik ile mutluluk arasındaki ilişkinin daha ayrıntılı olarak incelenmesi önerilebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Evlilik, Cinsel Doyum, Mükemmeliyetçilik, Mutluluk

**Abstract****Investigating the Role of Sexual Satisfaction and Perfectionism on Relationship Happiness Levels in Married Individuals****İlayda AKTÜRK****MSc, Department of Clinical Psychology****06-2023, 88 pages**

The aim of this study is to examine the role of sexual satisfaction and perfectionism on the level of happiness in relationships among married individuals. Relational survey model was used in the study. The population of the study consisted of married individuals residing in Turkey. The sample of the study consisted of 544 participants aged 20 years and over selected by purposive sampling method. Socio-demographic Information Form, Golombok-Rust Sexual Satisfaction Scale, Multidimensional Perfectionism Scale and Oxford Happiness Short Form Scale were used as data collection tools. It was found that there were no significant relationships between sexual satisfaction and perfectionism and happiness levels. However, it was also found that there was no significant relationship between perfectionism and happiness levels. It was found that sexual satisfaction and perfectionism levels did not significantly predict happiness levels. In this context, it was found that there was no significant relationship between perfectionism and happiness levels. However, more research needs to be conducted on this issue. Perfectionism may cause marital conflicts and dissatisfaction. Therefore, it may be recommended to examine the relationship between perfectionism and happiness in more detail in future studies.

**Keywords:** Marriage, Sexual Satisfaction, Perfectionism, Happiness

## İçindekiler

Onay .....	i
Etik İlkeler Uyumluk Beyanı .....	ii
Teşekkür .....	iii
Öz .....	iv
Abstract .....	v
İçindekiler .....	vi
Tablolar Listesi .....	viii
Şekiller Listesi .....	x
Kısaltmalar .....	xi

## BÖLÜM I

Giriş .....	1
Problem Durumu .....	2
Araştırmanın Amacı .....	3
Alt Amaçlar .....	3
Araştırmanın Önemi .....	4
Sınırlılıklar .....	4
Tanımlar .....	5

## BÖLÜM II

Kavramsal Çerçeve İlgili Araştırmalar .....	6
Cinsellik Kavramı .....	6
Cinsel Doyum Kavramı .....	7
Cinsel Doyumun Etkileri .....	7
Cinsel Doyumun Boyutları .....	8
Mükemmeliyetçilik Kavramı .....	9
Mutluluk Kavramı .....	10
Mutluluğu Etkileyen Faktörler .....	11
Yaş .....	11
Cinsiyet .....	11
Medeni Durum .....	12
Ekonomik Gelir .....	12
Sosyal İlişkiler .....	12



İlgili Araştırmalar .....	13
---------------------------	----

### BÖLÜM III

Yöntem.....	18
Araştırmanın Modeli .....	18
Evren ve Örneklem.....	18
Veri Toplama Araçları.....	21
Kişisel Bilgi Formu.....	21
Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) .....	21
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ) .....	22
Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖKF) .....	22
Çalışmanın Planı.....	23
Veri Analizi .....	23

### BÖLÜM IV

Bulgular.....	25
---------------	----

### BÖLÜM V

Tartışma .....	38
----------------	----

### BÖLÜM VI

Sonuç ve Öneriler.....	46
Sonuçlar.....	46
Öneriler.....	47
Kaynakça.....	49
Ekler .....	62
Ek-7 Ölçek İzinleri.....	69
Ek-8 Öz Geçmiş .....	73
Ek-9 İntihal Rapor Oranı.....	74
Ek- 10 Etik Kurul Onayı .....	75

## Tablolar Listesi

<b>Tablo 1.</b> Katılımcıların Tanıtıcı (Kişisel) Özelliklerine Göre Dağılımı .....	19
<b>Tablo 2.</b> Cinsel Doyum Ölçeği, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Mutluluk Ölçeği Puanlarına Ait Betimsel Değerler .....	24
<b>Tablo 3.</b> Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	25
<b>Tablo 4.</b> Katılımcıların Yaşlarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	26
<b>Tablo 5.</b> Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Cinsel Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	26
<b>Tablo 6.</b> Katılımcıların Eşinizin Psikiyatrik Tanısına Göre Cinsel Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	27
<b>Tablo 7.</b> Katılımcıların Eşiniz Tarafından Hiç Aldatıldınız mı Durumuna Göre Cinsel Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	27
<b>Tablo 8.</b> Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	28
<b>Tablo 9.</b> Katılımcıların Eşinizin Psikiyatrik Tanısına Göre Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	28
<b>Tablo 10.</b> Katılımcıların Aileden birinin Sağlık Problemi Var mı Durumuna Göre Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	29
<b>Tablo 11.</b> Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	30
<b>Tablo 12.</b> Katılımcıların Çalışma Durumlarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	30
<b>Tablo 13.</b> Katılımcıların Gelir Durumlarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	31
<b>Tablo 14.</b> Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	32
<b>Tablo 15.</b> Katılımcıların Evlenme Stiline Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	32
<b>Tablo 16.</b> Katılımcıların İlk Evliliği Olma Durumuna Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	33

<b>Tablo 17.</b> Katılımcıların Evde Kimlerle Yaşadıklarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	33
<b>Tablo 18.</b> Katılımcıların Çocuk Sayısına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	34
<b>Tablo 19.</b> Katılımcıların Eşi Tarafından Daha Önce Aldatılma Durumuna Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	34
<b>Tablo 20.</b> Katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Mutluluk Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Katsayıları .....	35
<b>Tablo 21.</b> Katılımcılarda Cinsel Doyum ve Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Mutluluk Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçla.....	36

## Şekiller Listesi

Şekil 1. Katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği ve Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Mutluluk Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu .....	36
---	----

## Kısaltmalar

<b>ABD</b>	:Amerika Birleşik Devletleri
<b>CETAD</b>	: Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği
<b>ÇBMÖ</b>	:Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği
<b>GRCDO</b>	:Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği
<b>OMÖKF</b>	:Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu
<b>SPSS</b>	:Sosyal Bilimler için İstatistik Programı

## BÖLÜM I

### Giriş

Evlilik, kadın ve erkek arasında hukuka uygun olarak gerçekleşen ve yasal olarak tanınan bir kurumdur ve kadın ve erkek arasındaki birlikteliğin medeni anlamda onaylanmasını içermektedir (Akdemir, Karaoğlan ve Karakaş, 2006). Bir diğer tanımıyla evlilik, çiftlerin kanunlarla belirlenmiş bir çerçeve içinde haklarının tanımlandığı ve soylarının devamını sağlamak amacıyla çocuk sahibi olmalarını mümkün kılan yasal bir kurumdur (Erdoğan, 2007).

Evlilik, yakın ilişkiler kategorisi çerçevesinde değerlendirilen bir kurumdur. Evliliğin toplumda giderek daha önemli bir rol oynaması nedeniyle evlilik üzerine yapılan çalışmalar da son zamanlarda artış göstermiştir. Evlilik, iki kişinin birlikte yaşamak ve bir aile kurmak amacıyla evlenmeye karar vermesiyle oluşan bağın adıdır. Ancak evliliği anlatmak için sadece birkaç kelime kullanmak yetersiz kalmaktadır. Psikolojinin alt dalları da iki kişinin yaşamını birleştirdiği için evlilik durumuna odaklanmaktadır. Ayrıca evlilik insan bilimcilerin, sosyal bilimcilerin, doktorların, hukukçuların, filozofların ve edebiyatçıların da ilgisini çeken ve araştırma odağı haline gelen bir konu haline gelmiştir. Öyle ki hukuk, tıp, felsefe ve edebiyat gibi tüm disiplinlerde evliliğin farklı bir yönünü vurgulayan tanımlamalara yer verilmektedir (İdiz, 2009).

Evliliğin başka bir önemli bileşeni de cinsel yaşamda paylaşımdır. Yaşamsal bir etkinlik olması, çiftler arasındaki bağı güçlendirmesi ve paylaşımı teşvik etmesi açısından cinsellik eşler arasında oldukça önemli bir faaliyettir. Evlilik ve cinsellik birçok kültürde ayrılmaz bir bütün olarak görülmektedir. Evlilik uyumu araştırmalarının çoğu, cinsel yaşamlarından memnun olan kişilerin diğer insanlardan çok daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır (Uzel, 2015).

Hawton ve Catalan'a göre cinselliğe ve evliliğe dair sorunlar arasında bir ilişki mevcuttur ve bu ilişkide birincil ve ikincil sorununun hangisi olduğunu ayırt etmek son derece önemlidir. Yapılan araştırmalara göre, çiftlerin cinsel tercihlerinin birbiriyle uyumlu olması ve erkeklerin partnerlerinin cinsel tercihlerine dikkat ederek hareket etmeleri cinsel hayattaki mutluluğu sağlamaktadır. Bununla birlikte, evlilikteki rol kararlarını anlamlandırma kapasitelerinin de çift uyumundan olumlu şekilde etkilendiği belirtilmektedir (Keith-Hawton, 1986).

Mükemmeliyetçilik kavramı, kusursuzluk arayışı, kendine aşırı yüksek standartlar koyma ve kendini aşırı derecede eleştirme şeklinde açıklanmaktadır (Habke, Hewitt ve Flett, 1990; Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990). Mükemmeliyetçilik, romantik ilişkiler de dahil olmak üzere hayatın her alanında kendini göstermektedir (Stoeber, 2012). Mükemmeliyetçi kişilerin evliliğe ve evlenecekleri eşe karşı da kusursuzluk algısı bulunmaktadır. Larson'un (1992) evlilik hakkında doğruluğu desteklenemeyen ancak yaygın inançlar olduğunu dile getirdiği mükemmel ben, mükemmel eş ve mükemmel ilişki gibi evlilik mitleri, eş seçimi yapan kişilerin ilişki doyumlarını azaltmakta ve bu konularda çok fazla sorgulama yapan kişinin yanlış kararlar almasına neden olmaktadır (Güngör, Yılmaz ve Çelik, 2011).

### **Problem Durumu**

Evli kişiler arasındaki ilişkinin cinsel yaşam kalitesi üzerinde önemli bir etkisi bulunmaktadır. Eşlerin birbirleri üzerinde oluşturdukları etki, eşlerin birbirlerine karşı cinsel istek duymalarına veya tam tersi olarak cinsel isteksizliklerine yol açabilmektedir. Michetti ve Dieleman (2014), balayı sırasında veya evliliğin ilk birkaç yılında tatmin edici bir cinsel ilişki yaşanmayan ve arzu edilen haz düzeyi sağlanamayan bir evliliğin başarısız bir evlilik olarak nitelendirilebileceğini dile getirmektedir.

Evlilik, finansal, cinsel, sosyal ve yasal yönler dahil olmak üzere bir erkek ve kadın arasındaki ilişkinin tüm yönlerini kapsamaktadır. McCarty'ye (1997) göre birlikte hazzı paylaşmak, yakınlığı artırmak ve derinleştirmek, yaşamda ve evlilikte zorlukların üstesinden gelirken gerilimi en aza indirmek evlilikte cinselliğin en önemli üç görevidir. Ona göre sağlıklı bir cinsel yaşam evlilik üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. Bununla birlikte bireylerin cinsel işlevlerinde sorun olduğunda bu durum evlilik üzerinde şaşırtıcı derecede olumsuz bir etkiye sahiptir ve eşler arasındaki duyguları ve yakınlığı olumsuz yönde etkilemektedir (McCarty, 1997).

Greenspon (2000) yaptığı çalışmada, kendilerini mükemmel olarak gören veya mükemmeliyet peşinde olan insanların genellikle psikolojik sorunlar yaşadığını vurgulayarak, mükemmeliyetçi yaklaşımın insan doğasıyla uyumlu olmadığını ve mükemmeliyet yönünde bir hedef veya algının ruh sağlığı için istenmeyen bir durum olduğunu belirtir. Mükemmeliyetçilikle psikopatoloji arasındaki yakın ilişkiyi gösteren araştırmalar, mükemmeliyetçiliğin psikolojik bozuklukların gelişiminde

kritik bir rol oynadığını ve önemli bir risk faktörü olarak görülebileceğini ortaya koyar. Hibbard ve Davies'in (2011) belirttiği gibi, mükemmeliyetçiliğin depresyon, azalan özsaygı ve yalnızlık gibi uyum sorunları ve psikolojik semptomlarla ilişkili olduğunu gösteren araştırmalar bu durumu destekler ve mükemmeliyetçiliğin psikolojik bozukluklardaki kritik konumunu vurgular.

Kudiaki'ye göre evliliğin birincil gerekçesi cinselliktir. Evli olan kişiler birbirleriyle olan cinsel bütünlüklerini korumak zorundadır. Evliliğin sadece cinselliği ifade etmemesinin yanında eşlerin cinsel ilişki sorunları nedeniyle boşanmalarına da yasal olarak izin verilmektedir. Ek olarak, cinsel yaşam sorunları toplumun çoğunluğunda çok yaygındır ve bu sorunların insanların sosyal durumlarda nasıl davrandıkları, ruh sağlıkları ve fiziksel sağlıklarıyla ilgili olduğuna inanılmaktadır (Kuadiki, 2002). Kayr'a göre, insanların sorun olarak gördüğü pek çok durum, aslında cinselliğin anlaşılması nedeniyle psikolojik müdahale veya farklı beklentiler gerektirmektedir. Toplum içinde cinsel işlev bozukluğundan daha sık olarak cinsel eğitim eksikliğinden kaynaklı sorunlar yaşanmaktadır. Cinselliğin yeterince anlaşılması ve daha da önemlisi yanlış bilgi ve yanlış inanışlar bu durumun başlıca sebepleridir (Kayr, 2001). Bu nedenle araştırmanın problem cümlesi 'Evli bireylerde cinsel doyum ve mükemmeliyetçiliğin ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri üzerinde rolü var mıdır?' şeklinde oluşturulmuştur.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmanın amacı, evli bireylerde cinsel doyum ve mükemmeliyetçiliğin ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri üzerindeki rolünün incelenmesidir. Ayrıca aşağıda belirtilen alt amaçlara da cevap aranmıştır.

### ***Alt Amaçlar***

1. Evli bireylerde mutluluk, cinsel doyum ve mükemmeliyetçilik düzeyleri sosyodemografik değişkenlere göre anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
2. Cinsel doyum, mükemmeliyetçilik ve mutluluk düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
3. Cinsel doyum ve mükemmeliyetçilik düzeyleri mutluluk düzeylerini yordamakta mıdır?



## **Araştırmanın Önemi**

Cinsel doyum çiftlerin cinsel yaşantılarından tatmin olmasını gerektirmektedir. Cinsel doyumun sağlanması çiftlerin daha iyi iletişim kurmalarına, aralarındaki bağın güçlenmesine ve daha mutlu bir yaşam sürmelerine yardımcı olmaktadır. Ayrıca çiftler cinsel ihtiyaçlar konusunda farklı beklentilere sahip olabilmektedir bu nedenle aralarında açık bir iletişim kurabilmeleri oldukça önemlidir. Çiftlerin sahip olduğu cinsel doyum düzeylerinin yaşam doyumları üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (Erdoğan, 2018).

Bir kişilik özelliği olan mükemmeliyetçilik kişinin kendisinden ve çevresindekilerden kusursuz bir performans beklentisi içinde olması ve bu beklentilerinin gerçekleşmediği durumlarda yoğun bir hayal kırıklığı yaşamasını ve benliğe dair aşırı sert eleştirilerde bulunulmasını içermektedir (Flett ve Hewitt, 2002). Bu durum kişilerin eş seçimine ve evliliğe yönelik tutumlarını da etkileyebilmektedir. Kişinin kendisinin, eşinin ve evliliklerinin mükemmel olması beklentisi içinde olması ilişkilerinde sorunlara neden olup mutsuzluğa yol açabileceği düşünülürken ilişki içerisindeki beklentilerin gerçekçi olmasının evliliğe olumlu bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Alan yazında evli bireylerde cinsel doyum, mükemmeliyetçilik ve mutluluk kavramlarını bir arada inceleyen hiçbir çalışmanın yapılmamış olduğu göze çarpmaktadır. Bu nedenle bu çalışmada evli bireylerde cinsel doyum ve mükemmeliyetçiliğin ilişkilerindeki mutluluk düzeyi üzerindeki rolünün incelenmesinin konu üzerinde yetersiz kalan alan yazına önemli bir katkı sağlamasının yanında konu üzerinde çalışmalar yürüten uzmanlara ve araştırmacılara yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

## **Sınırlılıklar**

Bu araştırma;

- Türkiye’de ikamet eden 20 yaş ve üzeri 544 evli birey ile,
- Sosyo-demografik Bilgi Formu, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Oxford Mutluluk Kısa Formu Ölçeklerinden elde edilen veriler ile sınırlıdır.
- Araştırmaya katılan katılımcıların ölçme araçlarına doğru ve tarafsız cevap verdikleri varsayımı ile sınırlıdır.

## **Tanımlar**

**Evlilik:** Evlilik, günümüz toplumunda bir erkek ve bir kadın arasında yasal olarak tanınan en yaygın birliktelik türüdür. Evlilik içinde duygusallık, aşk, mutluluk, dayanışma, cinsel yaşam gibi pek çok unsuru barındıran insanların sorumluluk üstlendiği bir sistemdir. Evlilik süreci ile birlikte insanlar sosyal açıdan gelişim göstermektedir (Çelik ve İnanç, 2009).

**Cinsel Doyum:** Cinsel doyum, bireyin cinselliğın olumlu ve olumsuz yönlerini öznel olarak değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan duygusal tepkidir (Özcan, 2014).

**Mükemmeliyetçilik:** Bir kişilik özelliğı olan mükemmeliyetçilik, son derece yüksek olan kişisel performans standartlarına bağılılık ve bu standartları karşılamamanın sonuçları konusunda geniş ölçekli kendine ve sosyal yönelimli kaygı olarak tanımlanmaktadır (Gotwals ve Spencer-Cavaliere, 2014).

**Mutluluk:** Mutlu olmanın insan üzerinde olumlu etkileri olduğu konusunda birleşen birçok görüş olsa da mutluluğın tam olarak ne ifade ettiğı konusunda bir fikir birliğı kurulamamıştır. Mutluluk kısaca insanların sahip olduğu bir duygu olarak nitelendirilebilir (Akın ve Satıcı, 2011).

## BÖLÜM II

### Kavramsal Çerçeve İlgili Araştırmalar

Bu bölümde araştırma ile ilgili kavramsal açıklamalara, tanımlamalara ve araştırma ile ilgili literatür’de geçen ve daha önce yapılmış olan araştırmalara ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

#### Cinsellik Kavramı

Kültürden kültüre değişkenlik gösteren cinsellik kavramı aynı kültür içinde bazı farklılıklar gösterebilmektedir (Gölge, 2005). Kimi toplumlarda cinsellik erotizm olarak görülürken kimilerinde üreme olarak algılanmaktadır. Hakkında farklı tanımlamalar yapılan cinsellik kavramı insanlık tarihi boyunca süregelen önemli bir olgu olmuştur (Erdinç, 2018).

Doğum öncesinden itibaren başlayan cinsellik kişinin yaşamı boyunca devam etmektedir. Cinsellik denilince akla hemen şehvet, aşk, arzu ve üreme gibi duygular gelmektedir. Cinsel yönelim, bir kişinin inançları, davranışları, tutumları, kişiliği, değerleri, fiziksel görünümü, duyguları, hoşlandığı ve hoşlanmadığı şeyler üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bununla beraber kültürel ve ahlaki kaygıların da cinsellik üzerinde etkisi mevcuttur. Cinsellik kavramı içerisinde cinsel hazzı da barındırmaktadır. Duyusal bir deneyim olan cinsellik, sadece cinsel organı değil aynı zamanda tüm zihni ve bedeni de kapsamına almaktadır (CETAD, 2020).

Cinsellik, kişinin yaşamını devam ettirebilmesi için bir gereklilik olmasa da yaşam doyumu üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Erdinç, 2018). Bireyin deneyimlerine bağlı olarak cinsellik ihtiyacı değişebilmektedir. Zaman zaman bir ihtiyaç haline gelebilen cinselliğe, bazen nefret ve çekingenlikle bakılabileceği gibi, sıcak ve keyifli bir yakınlık ya da romantik bir an olarak da bakılabilmektedir. Kişinin fiziksel, psikolojik ve sosyal koşulları onun cinsel yönelimi ve davranışı üzerinde etkili olmaktadır (CETAD, 2020).

Cinsellik, bir kişinin tüm fizyolojik, hormonal, nöral ve psikolojik yönlerini içeren cinsel yaşamını tanımlamak için kullanılan terimdir. Bireyin cinsel duygu ve düşünceleri, aktif bir cinsel yaşamı olup olmamasına göre değişebilmektedir. Cinsellik başka bir tanımda, biyolojik, psikolojik ve sosyal yönlere sahip olan kişilerin toplumsal yükümlülükleri, değer yargıları ve tabularından etkilenen ve bir uyum halindeki beraberliklerini ve cinsel doyumlarını barındıran kişisel bir deneyim

olarak açıklanmaktadır (Erdoğan, 2018). Kişinin sahip olduğu korkular, kaygılar ve rüyalar da cinselliğinden etkilenmektedir (Ünal, 2018).

Güçlü haz duygularıyla ilişkilendirilen cinsellik, yalnızca haz veren davranışlardan daha fazlasını kapsamaktadır. Aslında, cinsellik sadece seks yapmaktan daha fazlasıdır. Duygu ve akıl birleştiğinde cinselliği en gerçek anlamına ulaşılabilmektedir. Kişi, cinselle ilgili düşüncelerinde hayvanların özelliklerinden ayrılarak duygu ve düşüncelerini de uyum içinde kullanabilmektedir. Cinsellik hayatın sosyal, ekonomik, sanatsal ve dini alanları da dahil olmak üzere her alanını içermektedir (Sentilhes, 1972).

### **Cinsel Doyum Kavramı**

Çiftlerin evlilik sürecindeki cinsel deneyimleri, cinsel etkileşimleri sırasında ne kadar doyuma ulaştıkları üzerinde etkilidir. Cinsel ilişkiden duyulan doyum ve bundan aldıkları haz cinsel doyum olarak adlandırılmaktadır. Yıldız'a (2014) göre cinsel doyum hem cinsel hem de cinsel olmayan bileşenleri ortaya koymaktadır. Cinsel doyum, kişinin cinsel aktivitedeki bu maliyetlerin ve ödüllerin ikili eşdeğerliğine ilişkin algılarından ve bunların karşılaştırma düzeylerinden etkilenmektedir. Ödül seviyeleri maliyet seviyelerinden, göreceli ödül seviyeleri göreceli maliyet seviyelerinden ve kişilerarası ödül eşitliğinden ağır basarsa cinsel doyumun zaman içinde artacağı tahmin edilmektedir (Lawrance ve Byers, 1995).

Romantik ilişkilerde ana faktör cinsel doyumdur. Özellikle hayatlarının sonuna kadar birlikte olmak isteyen çiftler için cinsel doyumun önemi daha da artmaktadır. İnsanlar cinsel arzuyu, üreme ihtiyacından bağımsız yaşama arzusu olarak yorumlamaktadır. Bu nedenle cinsellik, insanların hem olumlu hem de olumsuz duygularını ifade etmelerini sağlayan bir iletişim biçimidir (Barash ve Lipton, 2002).

### **Cinsel Doyumun Etkileri**

Sprecher'in evlilik öncesi ilişkilerde cinsel doyum, ilişki memnuniyeti, aşk, istikrar ve bağlılığa odaklanan çalışması, cinsel doyumun hem erkekler hem de kadınlar için aşk, ilişki memnuniyeti ve bağlılıkla pozitif bir şekilde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmada ayrıca ilişki istikrarı ile ve cinsel doyumun ilişkili olduğuna dair bazı kanıtlar da keşfedilmiştir. Genel olarak, erkeklerde cinsel doyum ve ilişki kalitesi arasındaki ilişkinin kadınlara göre daha güçlü olduğu görülmüştür.

Bununla beraber Lawrence ve Byers (1995), cinsel doyumun kişiler arası değişim modeli isimli çalışmalarında, uzun süreli heteroseksüel ilişkilerdeki cinsel doyumun ilişki memnuniyetini yordadığını keşfetmişlerdir.

Yapılan farklı bir çalışmada özellikle kadınlarda cinsel doyumun ne kadar arttığı gösterilmiştir. Çiftler ayrıca erken yaşta cinsel aktivite, cinsel korumasızlık, dindarlık, yüksek eğitim, cinsel girişkenlik, paylaşılan aşk, seks malzemelerinin kullanımı, sık cinsel aktivite, çok taraflı (çok yönlü) cinsel teknikler ve sık orgazm gibi faktörlerin cinsel doyum üzerindeki etkisi vurgulanmaktadır (Haavio-Mannila ve Kontula, 1997).

Cinsel doyum ile evlilik memnuniyeti arasındaki bağlantı üzerine yapılan farklı bir çalışmada, cinsel doyumun zayıf iletişimin ve evlilik doyumunu üzerindeki zararlı etkilerini dengelemeye yardımcı olduğu belirtilmiştir. O halde iletişim ve cinsel doyum önemli bir etkileşime sahiptir. Çiftler yapıcı iletişim kurmakta başarılıysa, cinsel doyum evlilik doyumuna katkıda bulunmamaktadır. Bunun yerine, iletişim kurmakta zorlanan ancak tatmin edici cinsel ilişkileri olan çiftler, daha az tatmin edici cinsel ilişkileri olduğu için evliliklerinden daha fazla memnuniyet duymaktadırlar (Litzinger ve Gordon, 2005). İlişki memnuniyeti ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi inceleyen farklı bir çalışmada, ilişki memnuniyetinde gerçekleşen değişimlerin cinsel doyumdaki değişikliklere neden olduğu veya cinsel doyumdaki değişimlerin ilişki memnuniyetinde değişikliklere yol açtığı hipotezini destekleyen sınırlı sayıda kanıt bulunmuştur (Sandra, 2005).

### **Cinsel Doyumun Boyutları**

Çok boyutlu bir deneyim olan cinsel doyum duygu, düşünce, tutum ve inanç gibi unsurları içermektedir. Bu nedenle, bir kişinin geçmiş deneyimleri, şimdiki beklentileri ve gelecekteki niyetleri cinsel doyum düzeyleriyle ilişki içerisindedir. Evlilik kalitesi, genel ilişki memnuniyeti, kararlılık, iletişim, birlikte başlatılan paylaşım ve bağlılık cinsel doyumunu belirleyen temel faktörlerdir (Gill vd., 2007).

Cinsel doyum ve beden imajı arasındaki bağlantıyı inceleyen çok az sayıda çalışma bulunmaktadır. Çok boyutlu bir yapı olan beden imajı, bireyin fiziksel özelliklerine ilişkin düşüncelerini, görüşlerini ve duygularını tanımlamaktadır. Bir kişinin bedeni, o kişinin bir temsilidir. Ayrıca kişinin sahip olduğu beden ona yaşlı ya da genç, güzel ya da çirkin gibi sosyal anlamlar yüklenmesine yol açmaktadır. Olumsuz bir beden imajı, bireyin kendisi hakkındaki değerlendirmesini olumsuz

yönde etkilemektedir. Araştırmalara göre, olumlu beden imajına sahip kişiler daha fazla cinsel aktivitede bulunmakta ve daha az cinsel sorun yaşamaktadır (Weaver ve Byers, 2006).

Üniversite mezunu kadın ve erkeklerde beden algısı ile cinsel doyum arasındaki bağlantının incelendiği bir başka araştırmada cinsel doyum ile beden imajı arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca bu ilişkinin cinsiyete göre farklılık göstermediği ve her iki cinsiyetin de beden imajı ile ilgili sorunlar yaşadığı belirtilmiştir (Prouty, 2007).

### **Mükemmeliyetçilik Kavramı**

Bireyin kendisi ve başkaları için yüksek standartlar belirlemesi ve bu standartları karşılamamanın mümkün olduğuna inanması bir kişilik özelliği olan mükemmeliyetçiliğin tanımlamasıdır. Mükemmeliyetçi bireyler, özgüven ve yetkinlik konusunda sorun yaşadıkları için başkaları tarafından “değerli” olarak görülmek için koydukları tüm yüksek standartları karşılamaya çalışmaktadırlar (Erol, 2009). Flett ve Hewitt'e (2002) göre mükemmeliyetçilik, kusursuzluk arayışı ve performans ve davranış için makul olmayan yüksek standartlar belirlemenin yanı sıra, benlik hakkında aşırı sert yargılamada bulunma eğilimidir.

Burns'e (1980) göre mükemmeliyetçi bir tutuma sahip olan insanlar, kendileri veya başkaları için gerçekçi olmayan yüksek standartlar belirlemekte ve sürekli olarak bu standartları karşılamak için efor sarfetmektedirler. Ayrıca bu kişiler başarısızlığa karşı aşırı duyarlılık, potansiyel bir başarısızlık durumunda bunu genelleme eğilimi gösterdikleri ve "ya hep ya da hiç" zihniyetine sahip oldukları iddia edilmiştir (Özçiçek, 2014).

Mükemmeliyetçiliğin hem avantajları hem de dezavantajları bulunmaktadır. Hamachek (1985), "nevrotik mükemmeliyetçileri", yüksek ama biraz esnek standartlara sahip "normal mükemmeliyetçiler" in aksine, zararlı ve verimsiz sonuçlara rağmen son derece yüksek ve katı standartları koruyan kişiler olarak tanımlamıştır. Terry-Short, Owens, Slade ve Dewey (1995), pozitif mükemmeliyetçiliğin ile pozitif pekiştirme çabası ve negatif mükemmeliyetçilik ile caydırıcı sonuçlardan kaçınma arzusunun ilişkili olduğunu iddia ederken, Flett ve Hewitt (2002) pozitif ve negatif mükemmeliyetçilik arasında bir ayırım yapmanın mükemmeliyetçiliğin türünden ziyade düzeyine bağlı olduğunu dile getirmiştir (Lafontaine ve Matte, 2012).

Mükemmeliyetçiliğin negatif yönleri arasında kişinin kendine dayattığı standartların veya beklentilerin karşılanmadığına dair ısrarlı bir duygu, hata yapma ve kendinden şüphe etmekten kaçınma konusunda aşırı endişe ve aşırı özeleştiri yer almaktadır. Yüksek standartlar ve hedeflerle birlikte benlik saygısını artıran mükemmellik arayışı mükemmeliyetçiliğin pozitif yönleridir (Lopez, Rice ve Vergara, 2005).

Mükemmeliyetçi bir tutuma sahip kişiler, dünyayı ve sosyal çevrelerini nasıl gördüklerini kontrol edemezlerse, kaygı ve depresyon yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğu bilinmektedir. Hewitt'in (2002) mükemmeliyetçilik, psikolojik uyum ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişkiye odaklanan araştırmasına göre mükemmeliyetçilik uyumsuz olabilmekte ve depresyon, kaygı, kişilik bozuklukları ve yeme bozuklukları gibi çeşitli psikolojik sorunlara yol açabilmektedir (Brustein, 2013).

Frost vd. (1990), mükemmeliyetçi tutuma altı yeni boyut kazandırmıştır. Bu boyutlar aşırı yüksek standartlar, ebeveynlerin yüksek beklentileri, hata yapma konusunda aşırı endişelenme, ebeveynlerin eleştirisi, düzen konusunda aşırı duyarlılık ve eylemler hakkında şüphe şeklinde sıralanmaktadır (Brustein, 2013).

Mükemmeliyetçi bir tavır sergileyen insanlar sıklıkla eleştiriye savunmacı bir şekilde tepki verdikleri, kusurlarını gizlemek için geri çekildikleri ve mükemmeliyetçi standartlar uyguladıkları için mükemmeliyetçiliğin romantik ilişkiler ve evlilik için ölümcül olabileceğini varsayılmıştır (Burns, 1980). Hewitt ve Flett'e (1991) göre, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçi tutuma sahip olan bireyler sıklıkla partnerlerini narsist, sömürücü, baskın ve otoriter davranışlarından sorumlu tutmaktadırlar (Lafontaine ve Matte, 2012).

### **Mutluluk Kavramı**

Pek çok bakış açısı, mutluluğun birey üzerinde olumlu bir etkisi olduğu konusunda hemfikir olmasına rağmen, mutluluğun tam olarak ne olduğu konusunda evrensel bir anlaşma sağlanamamıştır. Mutluluk kısaca insanların sahip olduğu bir duygu olarak nitelendirilmektedir (Akın ve Satıcı, 2011). Mutluluk kavramına farklı tanımlarına bakıldığında, bazı yaklaşımlarda mutluluk insanların hayatları boyunca ulaşabilecekleri yüksek iyilik hali, bazıları ise insanların hayatları boyunca ulaşmak istedikleri hedefler olarak kabul edilmektedir (Demirci, Ekşi, Kardeş ve Dinçer, 2016). Mutluluk, olumlu olan ve kişinin memnuniyet, doyum, hoşnutluk ve genel

olarak iyi olma hali gibi somut göstergeleri olan bir iyi olma halidir. Bir kişinin kendini iyi hissetmesi ve hayatının iyi gittiğine inanması mutlu olduğu göstermektedir (Pavot ve Diener, 2013).

Aslında mutluluk, psikolojik, ekonomik ve sosyolojik kavramları içeren çeşitli fikirleri kapsayan bir iyilik halidir. Bireyin olumlu duyguları ifade etme biçimi olarak tanımlanan, memnuniyet durumu ile sonuçlanan ve diğerleriyle etkileşimlerini etkileyen biyolojik ve psikolojik bir olgu olarak tanımlanmaktadır (Aluş ve Selçukkaya, 2015; Stack ve Eshleman, 1998). Herkesin üzerinde uzlaşabileceği bir mutluluk tanımı yapmak çok zordur. İnsanların mutlu olmasının çeşitli seviyeleri, türleri ve nedenleri vardır. Mutluluk algısı üzerine yapılan bir araştırma, kişinin medeni durumu, yaşı, geliri, eğitim durumu gibi faktörlerin mutluluk kavramının göstergesi olduğunu ve kişinin ne kadar mutlu hissettiğini etkilediğini ortaya koymuştur (Bülbül ve Giray, 2011). Sonuç olarak, mutluluk, insanların çok veya az miktarda hoş duygulara sahip olduklarında, zevk aldıkları faaliyetlerle meşgul olduklarında ve hayatlarından memnun olduklarında hissettikleri duygudur (Diener, 2000).

## **Mutluluğu Etkileyen Faktörler**

### ***Yaş***

Yaş ve mutluluk ilişkisini inceleyen çalışmalarda yaşlıların gençlere göre daha az mutlu olduğu sonucuna ulaşılmış ancak daha yakın tarihli çalışmalarda mutluluk düzeyinin yaşa göre anlamlı bir şekilde değişmediği keşfedilmiştir (Yetim, 2001; Koyuncu, 2019). Yaşa bağlı olarak gerçekleşen bilişsel gerileme ve sosyal bağlantılardaki azalma, insanların mutluluk düzeyi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir ve bu durum da yaşlı insanların yaşamdan aldıkları zevk düzeyini azaltmaktadır (Wilson, 1967). Mutluluğun yaşla birlikte arttığı sonucuna ulaşan başka araştırmalar da bulunmaktadır (Ryff, 1989).

### ***Cinsiyet***

Mutluluk üzerine yapılan çalışmaların büyük çoğunluğundan elde edilen sonuçlar, cinsiyetin mutluluk üzerinde fark edilebilir bir etkisinin olmadığını ve öznenin kadın ya da erkek olmasının mutluluk düzeyi üzerinde etkisi olmadığını göstermektedir. Bununla birlikte literatürde kadın ve erkek cinsiyeti açısından mutluluk düzeyinde bir farklılaşma olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur



(Eryılmaz ve Ercan, 2011). Yetişkinlerin öznel iyi oluş düzeylerinin demografik özellikler açısından incelendiği bir çalışmada cinsiyetin öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu keşfedilmiştir (Gündoğdu ve Yavuzer, 2012). Bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre kadınlar erkeklerden daha yüksek öznel iyi oluş düzeyine sahiptir. Kız ve erkek öğrenciler üzerinde mutluluk hakkında yapılmış olan farklı bir çalışmada hem kız öğrencilerin erkeklerden daha düşük mutluluk düzeyine sahip olduğu ortaya çıkmıştır (Saföz-Güven, 2008).

### ***Medeni Durum***

Yapılan araştırmalara göre evliliğin mutluluk olgusu üzerinde olumlu bir etkisi vardır (Cihangir-Çankaya, 2009). Evlilik ile mutluluk düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya göre evli insanlar bekar insanlara kıyasla daha mutludur (Stack ve Eshleman 1998). Mutsuz ilişkiler içinde olan kişilerin bu durum sonucunda psikolojileri olumsuz etkilenebilmektedir. İlişki kalitesi ile mutluluk ve sağlık düzeyinin önemli ölçüde ilişkili olduğu iyi bilinmektedir.

### ***Ekonomik Gelir***

Günümüz yaşam standartlarında ekonomik gelirin giderek daha önemli hale geldiği bilinmektedir. Bireyin sahip olduğu ekonomik gelir düzeyi hedeflerini ve hayallerini gerçekleştirmesinde kilit bir faktördür. Bu nedenle ekonomik gelir mutlulukta anahtar bir faktör olarak kabul edilmektedir. İnsanların mutluluk düzeyleri, sahip oldukları imkanları arttırdığı için ekonomik gelirleriyle doğru orantılı olarak artış göstermektedir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

### ***Sosyal İlişkiler***

Öznel iyi oluşu veya mutluluğu etkileyen faktörlerden biri de sosyal ilişkilidir. İnsanların ait olma, sevmeye, sevilme, yakın ilişkiler içinde olma gibi ihtiyaçları bulunmaktadır. İnsan, iletişim ve ilişki içerisinde olması gereken sosyal bir varlıktır. Güvenilir ve yakın ilişkiler geliştirmek, mutluluğu etkileyen diğer faktörler arasındadır. Yapılan araştırmalara göre sosyal temas kaygısı yaşayan kişiler yalnızlık yaşamakta (Çaplan, 2007; Fernandez, Levinson ve Rodebaugh, 2012) ve yalnızlık yaşayan kişiler de mutsuz olmaktadır (Yılmaz ve Altınok, 2009).

## İlgili Araştırmalar

Kayr (2001) araştırmalarında, Kanada'daki heteroseksüel çiftler arasında cinsel doyum ve evlilik doyumu arasındaki bağlantıları keşfetmeyi amaçlamışlardır. Araştırmacılar, 234 çiftten oluşan bir örneklem kullanarak, çiftlerin cinsel doyum, evlilik doyumu, kişilik özellikleri ve evlilik özellikleri hakkında bilgi toplamışlardır. Araştırma sonuçları, cinsel doyum ve evlilik doyumu arasında güçlü bir bağlantı olduğunu ve cinsel doyumun evlilik doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir. Ayrıca, araştırmacılar, evlilik doyumunun cinsel doyum üzerindeki etkisinde kişilik özelliklerinin ve evlilik özelliklerinin de bir etkisi olduğunu belirtmişlerdir.

Rice ve Lapsley (2006) Amerika Birleşik Devletleri'nde gerçekleştirmiş oldukları çalışmalarında, mükemmeliyetçilik ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide cinsel doyumun aracılık etkisini belirlemeye çalışmışlardır. Çalışmada, 102 evli çift, çevrimiçi olarak bir araştırma şirketi aracılığıyla anketlere katılmıştır. Bulgular, yüksek düzeyde mükemmeliyetçiliğin evlilik doyumu ile negatif bir ilişkisi olduğunu göstermektedir. Ayrıca, cinsel doyumun, mükemmeliyetçilik ve evlilik mutluluğu arasındaki ilişkide aracılık ettiği bulunmuştur. Yani, daha yüksek bir mükemmeliyetçilik düzeyi, daha düşük bir cinsel doyum aracılığıyla evlilik doyumu ile ilişkilidir.

Orman ve Aydın (2008), evli bireylerin cinsel doyum, mükemmeliyetçilik ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında Türkiye'de yaşayan 334 evli bireyden veri toplamışlardır. Elde edilen veriler, cinsel doyum, evlilik uyumu ve mükemmeliyetçilik ölçekleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Çalışma sonuçları, evlilik uyumu ve cinsel doyum arasında pozitif bir ilişki olduğunu, ancak mükemmeliyetçilik ile her iki değişken arasında negatif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Ayrıca, mükemmeliyetçiliğin evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi zayıflattığı bulunmuştur. Sonuç olarak, çalışma, evlilikteki cinsel doyumun, evlilik uyumuyla yakından ilişkili olduğunu ve mükemmeliyetçilik gibi olumsuz faktörlerin bu ilişkiyi zayıflattığını ortaya koymaktadır.

Cenkseven vd. (2009) bu çalışmanın örnekleme Mersin şehrindeki bir ortaokulda okuyan 240 öğrenciden oluşmuştur. Çalışmada ergenlik öncesi dönemdeki anne çocuk ilişkisinde kabul-reddeden algı düzeylerine göre olumlu ve

olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında farklılık olup olmadığını belirlemeye çalışmışlardır. Bu çalışmada, anneleri ile ilişkilerinde daha fazla sıcaklık ve sevgi alan ve daha az saldırganlık, nefret, ihmal, kayıtsızlık ve ayrıştırılmamış reddetme algılayan öğrencilerin daha yüksek düzeyde olumlu mükemmeliyetçilik özellikleri sergilediği gözlemlenirken olumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinde ise fark edilebilir bir değişiklik yaşanmadığı tespit edilmiştir.

Satılmış (2010) yaptığı çalışmada Konya İli Selçuklu İlçesi Atatürk Anadolu Öğretmen Lisesinde okuyan 400 lise öğrencisi ile gerçekleştirdiği araştırmasında öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını ve bu ilişkide yaş, cinsiyet, sınıf, aile geliri ve anne baba eğitim düzeyi açısından farklılaşma olup olmadığını incelemiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, cinsiyet değişkeninin mükemmeliyetçiliğin kişisel standartlar, düzen ve hatalara aşırı dikkat alt boyutları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığını ancak aile beklentileri, ailesel eleştiri ve ebeveyn davranışından şüphe duyma alt boyutları üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu göstermiştir. Ayrıca çalışmada algılanan ebeveyn tutumlarında cinsiyete özgü farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda mükemmeliyetçilik alt boyutlarından düzen, yüksek standartlara sahip olma, hatalara fazla dikkat etme ve davranışlardan şüphe duyma düzeylerinin sınıf değişkenine göre farklılaştığı da saptanmıştır.

Bıyıkoglu (2012) İstanbul'da evli olan 290 kişiyle yaptığı çalışmasında evlilik uyumu kavramının cinsiyet, kendine yönelik, başkalarına yönelik ve sosyal odaklı mükemmeliyetçilik, stresle problem odaklı başa çıkma, duygu odaklı başa çıkma ve sosyal destekle başa çıkma stratejileri değişkenlerine göre değişimini incelemiştir. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre, kendine yönelik mükemmeliyetçiliğe sahip olan kişiler ile problem odaklı başa çıkma mekanizmalarını daha sık kullanan kişilerin evlilik uyumu daha yüksektir. Evlilik uyumu konusunda kadınlarda kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin, erkeklerde ise sosyal odaklı mükemmeliyetçiliğin önemli bir rol oynadığı bulunmuştur. Ayrıca çalışmada kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile sosyal destek arama başa çıkma mekanizmasının etkileşim içinde olduğuna dikkat çekilmiştir.

Pujols vd. (2010), çoklu vücut imajı değişkenlerini değerlendirerek bir kadın beden popülasyonu örneğinde memnuniyet, uyumluluk, cinsel iletişim, kişisel ve ilişkisel kaygı dahil olmak üzere vücut imajının farklı yönlerinin cinsel doyumun

hangi alanlarını nasıl etkilediğini inceledikleri çalışmanın örnekleme ABD Texas'da yaşları 18 ila 49 arasında değişen 154 kadından oluşturulmuştur. Bu çalışma sonucunda kadınlarda cinsel doyumun, cinsel çekicilik, beden kaygısı, fiziksel özellik ve cinsel aktivite sırasında beden hakkındaki düşünceler gibi vücut imajının çeşitli yönlerinden etkilendiği keşfedilmiştir. Elde edilen bu sonuçlar, vücut imajının bahsi geçen yönlerine odaklanan tedavilerin, düşük cinsel doyum bildiren kadınlarda faydalı sonuçlar ortaya çıkarabileceğini göstermektedir.

Öztürk ve Arkar (2014), cinsel doyumunu evlilik uyumu üzerindeki etkisini inceledikleri araştırmalarında yaşları 18-55 arasında değişen 100 evli çift üzerinde çalışmışlardır. Araştırma sonucunda çiftler arası bağlılık, çift doyum, çift uyumu, genel evlilik uyumu ve sevgi göstermenin çiftlerin cinsel aktiviteden deneyimledikleri doyum ile negatif olarak ilişkili olduğu keşfedilmiştir. Bununla birlikte çalışmada erkeklerde sevgi gösterme ile cinsel aktivite sıklığı arasında güçlü bir ilişki olduğu gözlemlenirken çiftler arası bağlılık ile çiftler arası iletişim düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Pascoal vd. (2014) yaptıkları çalışmada insanların cinsel doyum kavramı tanımlarının tematik bir analizini gerçekleştirmişlerdir. Bu çalışmaya Portekizli 311 erkek ve 449 kadın olmak üzere toplamda 760 kişi katılmıştır. Çalışmada iki ana tema üzerinden yürütülmüştür. İlk temada, uyarılma, zevk, cinsel açıklık, olumlu duygular ve orgazm gibi kişisel cinsel deneyimin haz verici unsurları üzerinde yoğunlaşılırken ikinci tema, duyguları ifade etme, karşılıklılık, yaratıcılık, romantizm, arzu uyandırma, yaratıcılık ve cinsel aktivite sıklığı gibi ilişki unsurları üzerinde yoğunlaşmıştır. Araştırmaya göre cinsel doyum, çatışma veya işlev bozukluğunun yokluğu değil tatmin edici cinsel deneyimlerin bir sonucudur ve karşılıklı mutluluk bu doyumun sağlanmasında çok önemli bir bileşendir. Çalışmanın bulguları hem erkekler hem de kadınlar için iki taraflı ve kişisel cinsel ödüller ile ilişkili unsurları kapsayan önlemlerin ve olumlu cinsel sonuçları vurgulayan cinsel doyum tanımları ve modellemelerinin kullanımına destek vermektedir.

Mendi (2015), Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler, Fen-Edebiyat ve Eğitim Fakültelerinde öğrenim gören 500 öğrenci ile gerçekleştirdiği araştırmasında ergenlerin benlik saygısı, öznel iyi oluş ve mükemmeliyetçilik düzeyleri ile koşullu ebeveynlik tutumu arasındaki ilişkiyi değerlendirmiştir. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre mükemmeliyetçilik ile koşullu ebeveyn tutumu arasında pozitif yönlü, öznel iyi oluş ile benlik saygısı arasında ise negatif

yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte, bireylerdeki mükemmeliyetçilik düzeylerinin koşullu ebeveyn tutumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide aracı bir faktör olarak hareket etmediği anlaşılmıştır. Bu bulgular, koşullu ebeveyn tutumunun bireyin kendini geliştirmesi üzerinde anlamlı şekilde olumsuz bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Birol ve Kaya (2018) gerçekleştirdikleri çalışmada 306 üniversite öğrencisi üzerinde duygusal zekanın mükemmeliyetçilik ile yalnızlık arasındaki ilişkide aracı bir rol oynayıp oynamadığını belirlemeye çalışmışlardır. Çalışmada elde edilen sonuçlara göre mükemmeliyetçilik ile yalnızlık arasında pozitif yönlü, duygusal zeka ile mükemmeliyetçilik ve yalnızlık arasında ise negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Bununla birlikte çalışmada duygusal zekanın mükemmeliyetçilik ve yalnızlık arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı sonucuna da ulaşılmıştır.

Erdirinç (2018), evli insanların cinsel doyum, yaşam doyumu ve evlilik uyumu düzeyleri arasındaki ilişkileri incelediği araştırmasına İstanbul ilinde ikamet eden 99 kadın ve 133 erkek olmak üzere toplam 232 evli kişi katılmıştır. Araştırma sonucunda, evli çiftlerin cinsel doyum düzeylerinin eğitim, cinsiyet, çocuk sayısı, gelir durumu, evlilik şekli, evlilik süresi, evlilik türü gibi sosyodemografik değişkenlere göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Buna göre, evli kadınların cinsellikte yaşadıkları sorunlar, erkeklerden; lise ve ön lisans mezunu bireylerin cinsellikte yaşadığı sorunlar, lisans ve üstü kurumlardan mezun bireylerden; hane aylık geliri düşük olan bireylerin cinsellikte yaşadıkları sorunlar, yüksek olan bireylerden; çocuk sahibi olan bireylerin cinsellikte yaşadığı sorunlar, çocuk sahibi olmayan bireylerden; 9 yıldan uzun süredir evli olan bireylerin cinsellikte yaşadıkları sorunlar, 1-8 yıl arası süre ile evli olan bireylerden; mantık evliliği yaptığını belirten bireylerin cinsellikte yaşadıkları sorunlar, aşk evliliği yaptığını belirten bireylerden; görücü usulü evlilik yaptığını belirten bireylerin cinsellikte yaşadığı sorunlar, eşi ile diğer yollar ile tanışan bireylerden daha fazladır. Benzer şekilde, katılımcıların evlilik uyumlarının da yaş, cinsiyet, gelir, çalışma durumu, evlilik süresine göre farklılaşmadığı fakat eğitim, evlilik türü, evlilik yapma şekli ve çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu çalışmaya göre, lisans ve üzeri eğitim kurumlarından mezun olan bireylerin evlilik uyumu düzeyi, lise ve ön lisans mezunu bireylerden; aşk evliliği yaptığını belirten bireylerin evlilik uyumu düzeyi, mantık evliliği yaptığını belirten bireylerden; görücü usulü dışında yollarla evlilik yapan bireylerin evlilik uyumu

düzeyleri, görücü usulü evlilik yapan bireylerden; çocuk sahibi olmayan bireylerin evlilik uyumu düzeyi, çocuk sahibi olan bireylerden daha yüksektir.

Asıcı vd. (2019) tarafından yapılan bu çalışmanın evreni belirtilmemiş ancak örneklemin 518 kişiden oluştuğu ve bu örneklemin Pamukkale Üniversitesi öğrencileri arasından seçildiği belirtilmiştir. Araştırma sonucunda romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik ve güvenin ilişki doyumunu nasıl etkilediğini daha iyi anlamak için gerçekleştirdikleri çalışmanın bulgularına göre, ilişki doyumunu ile başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik arasında negatif yönlü, kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve ikili ilişkilere duyulan güven arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Bununla birlikte, bireylerdeki ilişki doyumunu değişiminin %33,3'ü ikili ilişkilerde güven, kendine yönelik ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik tarafından açıklanmaktadır. Bireylerdeki ikili ilişkilerdeki güven ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerindeki artışların daha yüksek düzeyde ilişki doyumunu ile ilişkili olduğu görülürken, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerindeki artışın daha düşük düzeyde ilişki doyumuyla sonuçlandığı belirlenmiştir.

Kol (2020), karşı cinsten kişilerle romantik ilişki içinde olan Trabzon'da yaşayan 18-40 yaş aralığındaki 238 yetişkinden elde edilen verileri kullanarak olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri ile ilişki doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmak için bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bu çalışmanın bulguları, ilişki doyumunu ile hem olumlu hem de olumsuz mükemmeliyetçiliğin negatif yönlü bir ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir. Ayrıca eğitim düzeyinin hem olumlu hem de olumsuz mükemmeliyetçilikle ilgili tek sosyodemografik değişken olduğu, ilişkinin uzunluğu ve kişinin hayatındaki toplam ilişki sayısı gibi sosyodemografik değişkenlerin de ilişki doyumunuyla ilişkili faktörler olduğu saptanmıştır.

## BÖLÜM III

### Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeline, araştırmanın çalışma grubuna, verilerin toplanması ve çözümlenmesine ve ortaya çıkan bulguların nasıl raporlaştırıldığına ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

#### **Araştırmanın Modeli**

Bu çalışmada evli bireylerde cinsel doyum ve mükemmeliyetçiliğin ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri üzerindeki rolünü incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelinde iki ya da daha fazla değişkenin ortak değişim gösterip göstermediği belirlenmeye çalışılmaktadır (Karasar, 2011).

#### **Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evreni Türkiye’de ikamet eden evli bireylerden oluşturulmuştur. Araştırmanın örneklemi ise amaçsal örnekleme yöntemiyle seçilen 20 yaş ve üzeri 544 katılımcıdan oluşturulmuştur. Amaçsal örnekleme yönteminde araştırmacı tarafından derinlemesine araştırma yapmak için bilgi açısından zengin koşulları seçebilmek hedeflenmektedir (Büyüköztürk vd., 2008). Katılımcılara ait bilgiler Tablo 1’de yer almaktadır.

**Tablo 1.***Katılımcıların Tanıtıcı (Kişisel) Özelliklerine Göre Dağılımı*

		f	%
Cinsiyet	Kadın	297	54,6
	Erkek	247	45,4
Yaşınız	20-28	163	30
	29-37	166	30,5
	38-50	165	30,3
	50 ve üzeri	50	9,2
Eğitim Durumunuz	İlkokul	22	4
	Ortaokul	29	5,3
	Lise	98	18
	Lisans	218	40,1
	Lisans üstü ve üzeri	177	32,5
Çalışıyor musunuz	Evet	399	73,3
	Hayır	145	26,7
Gelir Durumunuz	Asgari ücret altı	57	10,5
	1 asgari ücret	150	27,6
	2 asgari ücret	224	41,2
	3 asgari ücret ve üzeri	113	20,8
Kaç yıllık evlisiniz	1 yıllık	113	20,8
	2-5 yıllık	127	23,3
	6-10 yıllık	102	18,8
	11-20 yıllık	101	18,6
	21 yıl ve üstü	101	18,6
Bu evliliğiniz ilk evliliğiniz mi	Evet	504	92,6
	Hayır	40	7,4
Nasıl evlendiniz	Tanışarak	424	77,9
	Görücü usulü	105	19,3
	Diğer	15	2,8
Aileniz evliliğinizi onayladı mı	Evet	500	91,9
	Hayır	44	8,1
Evde kimlerle yaşıyorsunuz	Sadece eşi	229	42,1
	Eşi ve çocukları	296	54,4
	Sadece çocukları	15	2,8
Çocuğunuz var mı	Evet	325	59,7
	Hayır	219	40,3
Kaç çocuğunuz var	Yok	219	40,3
	1	124	22,8



	2	129	23,7
	3 ve üzeri	72	13,4
Eşinizin psikiyatrik tanısı var mı	Evet	52	9,6
	Hayır	492	90,4
Eşiniz tarafından daha önce hiç aldatıldınız mı	Evet	37	6,8
	Hayır	507	93,2
Aileden birinin sağlık problemi var mı	Evet	149	27,4
	Hayır	395	72,6
Aileden birinin ruhsal problemi var mı	Evet	87	16
	Hayır	457	84

Tablo 1’de katılımcıların tanıtıcı (kişisel) özelliklerine göre dağılımına ait verilere yer verilmiştir.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, araştırmaya dahil edilen bireylerin %54,6’sının kadın, %45,4’ünün erkek olduğu görülmektedir. Bu katılımcıların %30’u 20-28, %30,5’i 29-37, %30,3’ü 38-50 ve %9,2’si 50 ve üzeri yaş aralığındadır. Katılımcıların %4’ü ilkökul, %5,3’ü ortaokul, %18’i lise, %40,1’i lisans, %32,5’i lisans üstü ve üzeri eğitim durumuna sahiptir. Çalışan katılımcı oranı %73,3 iken , çalışmayanların oranı %26,7’dir. Katılımcıların %10,5’i asgari ücretin altında, %27,6’si asgari ücret düzeyinde, %41,2’si 2 asgari ücret, %20,8’i 3 asgari ücret ve üzerinde aylık gelir durumuna sahiptir. Katılımcıların %20,8’i 1 yıllık, %23,3’ü 2-5 yıllık, %18,8’i 6-10 yıllık, %18,6’sı 11-20 yıllık, %18,6’sı 21 yıl ve üstü evlidir. Katılımcıların %92,6’sının ilk evliliği iken %7,4’ünün ilk evliliği değildir. Katılımcıların %77,9’u tanışarak, %19,3’ü görücü usulü ile ve %2,8’i diğer şekillerde evlenmiştir. Evliliği ailesi tarafından onaylanan katılımcıların oranı %91,9 iken %8,1’inin evliliği ailesi tarafından onaylanmamıştır. Katılımcıların %42,1’i sadece eşi ile birlikte yaşarken %54,4’ü eşi ve çocukları, %2,8’i sadece çocukları ile birlikte yaşamaktadır. Katılımcıların %59,7’sinin çocuğu varken %40,3’ünün çocuğu yoktur. Sahip olunan çocuk sayısı incelendiğinde katılımcıların %22,3’ünün 1, %23,7’sinin 2, %13,4’inin 3 ve üzeri çocuğu olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların %9,6’sı eşinin psikiyatrik tanısı olduğunu belirtirken %90,4’ü eşinin hiçbir psikiyatrik tanısı olmadığını belirtmiştir. Katılımcıların %27,4’ünün ailesinden birinde sağlık problemi bulunurken %72,6’sının ailesinde hiç kimsede sağlık

problemi bulunmamaktadır. Katılımcılardan %16'sının ailesinden biri ruhsal probleme sahipken %84'ünün ailesinden hiç kimsede ruhsal problem bulunmamaktadır.

### **Veri Toplama Araçları**

Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafında oluşturulan Sosyo-demografik Bilgi Formu (Ek-3), Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (Ek-4), Oxford Mutluluk Kısa Formu Ölçeği (Ek-5) ve Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Ek-6) kullanılmıştır.

### ***Kişisel Bilgi Formu***

Araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir durumu, çalışma durumu, kaç yıllık evli olduğu, nasıl evlendiği ve ailenin evliliği onaylayıp onaylamadığına dair sorular yer almaktadır (EK-3).

### ***Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ)***

Rust ve Golombok (1985) tarafından geliştirilmiş olan ölçek, toplam 28 maddeden ve ortak alt boyutları olan doyum, sıklık, kaçınma, temas ve iletişim olmak üzere iki formdan oluşmaktadır. Kadınlar için orijinal ölçeğin güvenilirliği .94, erkekler için ise .87 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin alt boyutlarına göre iç tutarlılık katsayıları .61 ile .83 arasında yer almaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlamasının güvenilirlik çalışması Tuğrul vd. (1993) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek maddelerinin cevaplanması için katılımcılara hiçbir zaman ve her zaman arasında değişen ve 0 ile 4 arasında puanlanan seçenekler sunulmaktadır. Ölçeğin 1., 2., 3., 4., 8., 9., 12., 13., 15., 16., 19., 20., 21. ve 25. maddeleri erkek formunda puanlanırken 2., 4., 5., 8., 9., 10., 11., 15., 16., 17., 19., 22., 25., 26., 27. ve 28. maddeleri kadın formunda puanlanmaktadır. Ölçek, alt boyutlar veya toplam puanlar kullanılarak iki farklı şekilde değerlendirilebilmektedir. Alınan puanın yüksek olması kişinin bu alandaki cinsel işlevinin o kadar düşük olduğu anlamına gelmektedir. Alt boyutlardan alınan 5 ve üzeri puan ise o alt boyutta bir sorun olduğunun göstergesidir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasının kadınlar için Cronbach alfa değeri 0.92 iken erkekler için 0.91'dir. Ayrıca alt boyutların iç tutarlılık katsayıları erkekler için 0,04 ile 0,76 arasında, kadınlar için 0,18 ile 0,74 arasında değişmektedir (EK-4).

### ***Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ)***

Hewitt ve Flett (1991) tarafından oluşturulan ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmaları Muradiye (1999) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçekte bulunan 45 madde kesinlikle katılmıyorum (1) ve kesinlikle katılıyorum (7) arasında değişen 7 puanlık bir Likert ölçeği kullanılarak derecelendirilmektedir. Ölçek kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik olmak üzere her biri 15 madde içeren toplam 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek alt boyutlarının iç tutarlık katsayıları kendine yönelik mükemmeliyetçilik için .86, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik için .82 ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik için .87'dir. Ölçeğin Türkiye'deki öğrenciler üzerindeki ilk geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını Oral(1999) gerçekleştirmiştir. Oral (1999) tarafından 333 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bu çalışmada toplam varyansın %37,5'ini üç faktörün açıkladığı bulunmuştur. Kendini yöne mükemmeliyetçilik alt ölçeğinin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .91, başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .80 ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .73'tür (EK-6).

### ***Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖKF)***

Ölçek Hills ve Argyle (2002) tarafından kişilerin mutluluk düzeylerini ölçmek için 8 maddeden oluşturulmuştur. Ölçeğin 8 maddelik kısa formunun yanında 29 maddelik orijinal formunun Cronbach Alpha katsayısı .93 şeklinde hesaplanmıştır. Doğan ve Akıncı-Çötök (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik analizleri gerçekleştirilmiştir. Yapılan madde-toplam korelasyonları değerlendirilmesinde değeri .30 ve üzerinde olan maddelerin ölçek temsil gücünün yeterli olduğu kabul edilmiştir. Bu nedenle ölçekte yer alan dördüncü maddenin (çekici göründüğümü düşünmüyorum) Türkçe formda gerçekleştirilen madde analizi sonucunda madde toplam korelasyon değerinin .30'dan (.17) düşük çıkması sonucunda ölçekten kaldırılmıştır (Doğan ve Akıncı-Çötök, 2011). Bunun yerine, çalışma kalan yedi madde üzerinde yürütülmüştür. Ölçek güvenilirliğini belirlemek için iç tutarlılık ve test-tekrar test yöntemleri kullanılmıştır. Elde edilen bulgular, Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa 50 Formunun mutluluğunu ölçmek için güvenilir ve geçerli olduğunu göstermiştir. Ölçeğin iç tutarlılığını ölçen Cronbach's Alpha katsayısı araştırmanın örnekleme için  $\alpha=.814$  olarak bulunmuştur (EK-5).

### **Çalışmanın Planı**

Araştırmaya başlamadan önce Yakın Doğu Üniversitesi Etik Kurul Daire Başkanlığı'na 22.11.2022 Tarihinde başvurulmuş YDÜ/SB/2022/1454 etik izin alınmıştır (Ek-10). Daha sonra araştırma verileri Google forms üzerinden düzenlenen anketlerin gönüllük esasına dayalı olarak katılımcılara sosyal medya uygulamaları (whatsapp, mail, telegram, facebook, instagram vb.) üzerinden çevrimiçi olarak dağıtılması ile toplanmıştır. Veriler toplanmaya başlanmadan önce katılımcılara çalışmanın amacı ve kişisel bilgilerin gizli tutulacağı bilgisi verilmiştir. Katılımcıların anketleri doldurması yaklaşık 20-25 dakika sürerken araştırma verilerinin toplanması ortalama 3 ay (Aralık-2022 ve Ocak-Şubat 2023) sürmüştür.

### **Veri Analizi**

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizi için SPSS (Sosyal Bilimler için İstatistik Programı) 25 paket programı kullanılmıştır. Katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanları değerlendirmek amacı ile gerçekleştirilen veri analizinde ortalama, frekans ve standart sapma değerleri kullanılmıştır. Veri analizi gerçekleştirilmeden önce verilerin normallik varsayımı test edilmiştir. Araştırmada kullanılan cinsel doyum, mükemmeliyetçilik ve mutluluk değişkenlerinin normallik varsayımları çarpıklık ve basıklık verileri ile hesaplanmıştır. Gerçekleştirilen hesaplama sonucunda değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1.5 ve +1.5 aralığında yer aldığı belirlenmesi ile verilerin normal dağılım gösterdiği varsayılmıştır. Elde edilen bu sonuç doğrultusunda araştırma verilerinin analizi için parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir. Araştırmanın çarpıklık ve basıklık katsayılarına ait değerler Tablo 2'de gösterilmiştir.

**Tablo 2.**

*Cinsel Doyum Ölçeği, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Mutluluk Ölçeği Puanlarına Ait Betimsel Değerler*

	Çarpıklık		Basıklık	
	z	Sh	z	Sh
Cinsel Doyum Ölçeği	-0,237	0,105	0,162	0,209
Mükemmeliyetçilik Ölçeği	-0,204	0,105	1,057	0,209
Mutluluk Ölçeği	-0,07	0,105	0,033	0,209

Tablo 2’de katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Mutluluk Ölçeğinden almış oldukları puanların normallik testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar sosyodemografik değişkenlere göre incelenirken ikili gruplar için bağımsız t testi, ikiden fazla olan gruplar için anova testi uygulanmıştır. Araştırmada yer alan katılımcıların Cinsel Doyum, Mükemmeliyetçilik ve Mutluluk Ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkileri incelemek için person korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Ayrıca katılımcıların bu ölçeklerden aldıkları puanların birbirleri üzerindeki yordama etkisini incelemek için regresyon analizi yapılmıştır.

## BÖLÜM IV

### Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde ilk olarak katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar sosyodemografik değişkenlere göre incelenirken ikili gruplar için bağımsız t testi, ikiden fazla olan gruplar için anova testi uygulanmıştır. Bir diğer adımda ise araştırmada yer alan katılımcıların Cinsel Doyum, Mükemmeliyetçilik ve Mutluluk Ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkileri incelemek için person korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Ayrıca bu ölçeklerden aldıkları puanların birbirleri üzerindeki yordama etkisini incelemek için regresyon analizi yapılmıştır.

**Tablo 3.**

*Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Cinsiyet Durumu	N	Ort.	Ss.	t	p
Mutluluk Ölçeği	Kadın	297	21,07	3,228	0,955	0,34
	Erkek	247	20,81	3,127		

Tablo 3’te bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar cinsiyetlerine göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, erkek ve kadın katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 4.***Katılımcıların Yaşlarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Yaş Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p
Mutluluk Ölçeği	20-28	163	20,99	3,544	13	32		
	29-37	166	20,91	3,106	13	28	0,048	0,986
	38-50	165	20,91	2,955	14	31		
	50 ve üzeri	50	21,06	2,993	13	26		

Tablo 4’te varyans analizi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar yaşlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, 20-28, 29-37, 38-50, 50 ve üzeri yaş aralığındaki katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 5.***Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Cinsel Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Kaç yıllık evlisiniz	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p
Cinsel Doyum Ölçeği	1 yıllık	113	53,17	6,849	31	70		
	2-5 yıllık	127	55,12	6,673	35	69		
	6-10 yıllık	102	54,78	6,616	38	67	1,727	0,143
	11-20 yıllık	101	54	7,321	32	70		
	21 yıl ve üstü	101	53,34	7,53	33	76		

Tablo 5’te varyans analizi kullanılarak katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeğinden aldıkları puanlar evlilik sürelerine göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği puan ortalamalarının evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, 1 yıl, 2-5 yıl, 6-10 yıl, 11-20 yıl, 21 yıl ve üstü evlilik süresine sahip olan katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 6.**

*Katılımcıların Eşinizin Psikiyatrik Tanısına Göre Cinsel Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Eşinizin psikiyatrik tanısı var mı ?	N	Ort.	Ss.	t	p
Cinsel Doyum Ölçeği	Evet	52	55,06	5,482	1,023	0,307
	Hayır	492	54,01	7,146		

Tablo 6’da bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeğinden aldıkları puanlar eşinizin psikiyatrik tanısına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği puan ortalamalarının eşinizin psikiyatrik tanısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, eşlerin tanısı olan ve olmayan katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 7.**

*Katılımcıların Eşiniz Tarafından Hiç Aldatıldınız mı Durumuna Göre Cinsel Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Eşiniz tarafından daha önce hiç aldatıldınız mı ?	N	Ort.	Ss.	t	p
Cinsel Doyum Ölçeği	Evet	37	53,46	7,46	-0,587	0,558
	Hayır	507	54,16	6,977		

Tablo 7’de bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeğinden aldıkları puanlar eşiniz tarafından hiç aldatıldınız mı durumuna göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği puan ortalamalarının eşiniz tarafından hiç aldatıldınız mı durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna



göre, eşleri aldatan ve aldatmayan katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 8.**

*Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Kaç yıllık evlisiniz	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p
Mükemmeliyetçilik Ölçeği	1 yıllık	113	195,28	22,699	131	254		
	2-5 yıllık	127	196,87	24,839	112	275		
	6-10 yıllık	102	193,98	26,848	105	266	0,58	0,677
	11-20 yıllık	101	195,56	25,579	119	276		
	21 yıl ve üstü	101	191,95	28,017	104	258		

Tablo 8’de varyans analizi yapılarak katılımcıların Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden aldıkları puanlar evlilik sürelerine göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mükemmeliyetçilik Ölçeği puan ortalamalarının evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, 1 yıl, 2-5 yıl, 6-10 yıl, 11-20 yıl ve 21 yıl ve üstü evlilik süresine sahip katılımcıların Mükemmeliyetçilik Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 9.**

*Katılımcıların Eşinizin Psikiyatrik Tanısına Göre Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Eşinizin psikiyatrik tanısı var mı ?	N	Ort.	Ss.	t	p
Mükemmeliyetçilik Ölçeği	Evet	52	192,48	28,72	-0,701	0,483
	Hayır	492	195,09	25,179		

Tablo 9’da bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden aldıkları puanlar eşinizin psikiyatrik tanısı durumuna göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mükemmeliyetçilik Ölçeği puan ortalamalarının eşinizin psikiyatrik tanısı durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, eşlerin tanısı olan ve olmayan katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 10.**

*Katılımcıların Aileden birinin Sağlık Problemi Var mı Durumuna Göre Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Aileden birinin sağlık problemi var mı ?	N	Ort.	Ss.	t	p
Mükemmeliyetçilik Ölçeği	Evet	149	193,19	24,45	-0,928	0,354
	Hayır	395	195,47	25,917		

Tablo 10'da bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden aldıkları puanlar aileden birinin sağlık problem durumuna göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mükemmeliyetçilik Ölçeği puan ortalamalarının aileden birinin sağlık problem durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, ailede sağlık problemi olan ailede sağlık problemi olmayan olmayan katılımcıların Mükemmeliyetçilik Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 11.**

*Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Eğitim Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p
Mutluluk Ölçeği	İlkokul	22	20,59	3,333	13	27		
	Ortaokul	29	20,1	3,098	14	28		
	Lise	98	20,83	3,458	13	32	0,747	0,561
	Lisans	218	21,09	3,109	13	29		
	Lisans üstü ve üzeri	177	21,03	3,116	13	29		

Tablo 6’da varyans analizi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar eğitim durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, ilkokul, ortaokul, lise, lisans, lisans üstü ve üzeri eğitim durumuna sahip katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 12.**

*Katılımcıların Çalışma Durumlarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Çalışma Durumu	N	Ort.	Ss.	t	p
Mutluluk Ölçeği	Evet	399	20,8	3,168	-1,808	0,072
	Hayır	145	21,36	3,197		

Tablo 12’de bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar çalışma durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde

farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, çalışan ve çalışmayan katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 13.**

*Katılımcıların Gelir Durumlarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Gelir Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Mutluluk Ölçeği	Asgari ücret altı	57	20,21	3,2	14	27			
	1 asgari ücret	150	20,51	3,27	13	32	3,42	0,017	4-1
	2 asgari ücret	224	21,15	3,119	13	31			
	3 asgari ücret ve üzeri	113	21,5	3,077	15	29			

\*  $p < 0,05$

Tablo 9’da varyans analizi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar gelir durumuna göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının gelir durumuna göre farklılaştığı görülmektedir ( $p<0,05$ ). Yapılan Post Hoc testi analizine göre, 3 asgari ücret ve üzerinde gelir durumuna sahip katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları asgari ücretin altı, asgari ücret ve 2 asgari ücret düzeyinde gelir durumuna sahip katılımcılardan daha yüksektir.

**Tablo 14.***Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Kaç yıllık evlisiniz	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p
Mutluluk Ölçeği	1 yıllık	113	20,84	3,532	13	32	0,654	0,624
	2-5 yıllık	127	20,61	3,256	13	29		
	6-10 yıllık	102	21,19	3,133	14	28		
	11-20 yıllık	101	21,04	2,86	14	29		
	21 yıl ve üstü	101	21,16	3,049	13	31		

Tablo 14’te varyans analizi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar evlilik sürelerine göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, 1 yıl, 2-5 yıl, 6-10 yıl, 11-20 yıl, 21 yıl ve üstü süredir evli olan katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 15.***Katılımcıların Evlenme Stiline Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Nasıl Evlendiniz	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p
Mutluluk Ölçeği	Tanışarak Görücü usulü	424	20,9	3,142	13	32	0,366	0,694
	DİĞER	15	20,73	3,494	13	26		

Tablo 15’te varyans analizi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar evlenme stillerine göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının evlenme stiline göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, tanışarak, görücü usulü ve diğer

şekillerde evlenen katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 16.**

*Katılımcıların İlk Evliliği Olma Durumuna Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Bu evliliğiniz ilk evlilik mi	N	Ort.	Ss.	t	p
Mutluluk Ölçeği	Evet	504	20,97	3,146	0,461	0,645
	Hayır	40	20,73	3,644		

Tablo 16’da bağımsız gruplar t testi kullanılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar ilk evliliği olma durumuna göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının ilk evliliği olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, ilk evliliği olan ve ilk evliliği olmayan katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 17.**

*Katılımcıların Evde Kimlerle Yaşadıklarına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Evde kimlerle yaşıyorsunuz	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p
Mutluluk Ölçeği	Sadece eşi	229	20,78	3,484	13	32	1,58	0,207
	Eşi ve çocukları	296	21,14	2,922	14	31		
	Sadece çocukları	19	20,05	3,171	13	25		

Tablo 17’de varyans analizi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar evde kimlerle yaşadıklarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puanlarının evde kimlerle yaşadıklarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde

değişmediği görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, evde sadece eşi, eşi ve çocukları ve sadece çocukları ile birlikte yaşayan katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 18.**

*Katılımcıların Çocuk Sayısına Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

Mutluluk Ölçeği	Kaç çocuğunuz var	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p
		Yok	219	20,76	3,526	13	32	
	1	124	20,98	2,974	13	29	0,623	0,600
	2	129	21,02	2,744	14	27		
	3 ve üzeri	72	21,33	3,18	14	31		

Tablo 18’de varyans analizi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar çocuk sayısına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının sahip oldukları çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre, hiç çocuğu olmayan ve 1, 2, 3 ve üzeri çocuğu olan katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 19.**

*Katılımcıların Eşi Tarafından Daha Önce Aldatılma Durumuna Göre Mutluluk Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

Mutluluk Ölçeği	Eşiniz tarafından daha önce hiç aldatıldınız mı ?	N	Ort.	Ss.	t	p
		Evet	37	20,59	3,21	-0,7
	Hayır	507	20,97	3,182		

Tablo 19’da bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar daha önce eşleri tarafından aldatılmış olma durumuna göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mutluluk Ölçeği puan ortalamalarının eşi tarafından daha önce aldatılmış olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ( $p>0,05$ ). Buna göre daha önce eşi tarafından aldatılan ve eşi tarafından hiç aldatılmayan katılımcıların Mutluluk Ölçeğine ait puan ortalamaları birbirine benzerdir.

**Tablo 20.**

*Katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Mutluluk Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Katsayıları*

		1	2	3
Cinsel Doyum Ölçeği	r	1		
	p			
Mükemmeliyetçilik Ölçeği	r	-0,022	1	
	p	0,611		
Mutluluk Ölçeği	r	0,034	0,032	1
	p	0,429	0,456	

Tablo 20’de katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Mutluluk Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkiyi incelemek için gerçekleştirilen pearson korelasyon analizi sonucu elde edilen verilere yer verilmiştir.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeğinden aldıkları puanlar ile Mükemmeliyetçilik Ölçeği ( $r=-0,022$ ;  $p>0,05$ ) ve Mutluluk Ölçeği ( $r=0,034$ ;  $p>0,05$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı olan ilişkiler bulunmadığı görülmektedir.

Bununla birlikte, katılımcıların Mükemmeliyetçilik Ölçeği puanları ile Mutluluk Ölçeği ( $r=0,032$ ;  $p>0,05$ ) puanları arasında da istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin bulunmadığı anlaşılmaktadır.



**Tablo 21.**

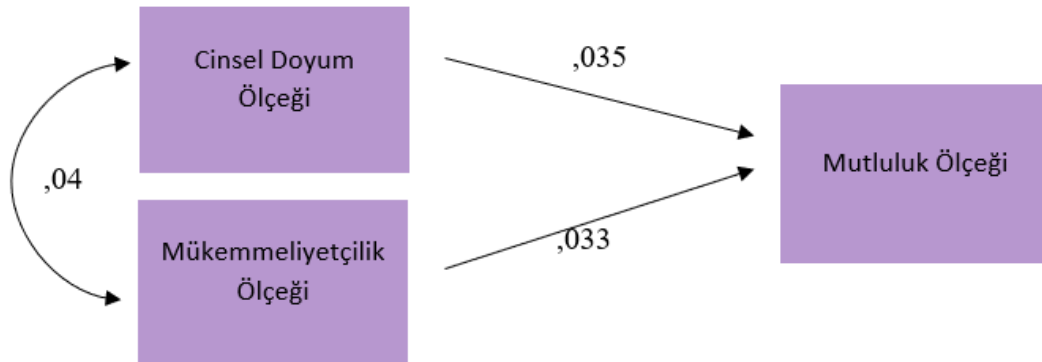
*Katılımcılarda Cinsel Doyum ve Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Mutluluk Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları*

Değişken	B	Sh	$\beta$	t	p
(Sabit)	19,3	1,507		12,809	0,00
Cinsel Doyum Ölçeği	0,016	0,02	0,035	0,807	0,42
Mükemmeliyetçilik Ölçeği	0,004	0,005	0,033	0,763	0,446
R=0,047	R2=0,002		F(2;543)=0,604		p<0,01
Bağımlı Değişken: Mutluluk Ölçeği					

Tablo 21’de katılımcılarda Cinsel Doyum Ölçeği ve Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden alınan puanların Mutluluk Ölçeği puanları üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek için gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına ait verilere yer verilmiştir.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcılarda Cinsel Doyum Ölçeği ( $\beta=0,035$ ;  $p>0,05$ ) ve Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden ( $\beta=0,033$ ;  $p>0,05$ ) alınan puanların Mutluluk Ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamadığı anlaşılmaktadır.

**Şekil 1.** Katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği ve Mükemmeliyetçilik Ölçeği puanlarının Mutluluk Ölçeği puanlarını yordama durumunun incelemesinde yapısal eşitlik modeli kullanılmış ve elde edilen bulgular aşağıda listelenmiştir.



**Şekil 1.** Katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği ve Mükemmeliyetçilik Ölçeği Puanlarının Mutluluk Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcılarda Cinsel Doyum Ölçeği ve Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden alınan puanların Mutluluk Ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamadığı anlaşılmaktadır ( $\beta=0,035$ ,  $0,033$ ;  $p>0,05$ ).

## BÖLÜM V

### Tartışma

Evlilik, insan hayatının en önemli kurumlarından biridir ve sağlıklı bir evlilik ilişkisi, birçok kişi için mutluluk ve tatmin kaynağıdır. Bununla birlikte, evlilik ilişkisinde cinsel doyum ve mükemmeliyetçilik gibi faktörlerin mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisi henüz tam olarak anlaşılamamıştır. Bu nedenle, bu çalışmada, evli bireylerde cinsel doyum ve mükemmeliyetçiliğin mutluluk düzeyleri üzerindeki rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. Bu çalışma, evlilik ilişkisindeki önemli faktörleri anlamaya ve sağlıklı bir evlilik ilişkisi için önemli ipuçları sağlamaya yardımcı olabilir.

Araştırmanın birinci bulgusunda mutluluk düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Buna göre, erkek ve kadın katılımcıların mutluluk düzeyleri birbirine benzer olduğu gözlenmiştir. Bu çalışmada, katılımcıların mutluluk düzeyleri cinsiyete göre incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, erkek ve kadın katılımcıların mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu sonuçlar, daha önce yapılmış benzer araştırmalarla da uyumludur. Örneğin, Diener vd. (2000) tarafından yapılan bir meta-analizde, cinsiyet farklılıkları incelenmiş ve kadınlar ile erkekler arasında mutluluk düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Benzer şekilde, Veenhoven (2001) ve Kesebir ve Diener (2008) gibi diğer araştırmacılar da benzer sonuçlar elde etmişlerdir. Bu bulgular, toplumsal cinsiyet stereotiplerinin mutluluk düzeylerini etkilediği düşüncesine karşı çıkararak, cinsiyetin mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisinin sınırlı olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın ikinci bulgusunda mutluluk düzeylerinin yaşa göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışmada, katılımcıların mutluluk düzeyleri yaşa göre incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, yaş ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu sonuçlar, daha önce yapılmış benzer araştırmalarla da uyumludur. Blanchflower ve Oswald (2008) tarafından yapılan bir çalışmada, yaşın mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmiştir ve orta yaşlarda ters U şeklinde bir ilişki olduğu görülmüştür. Ancak bu etki sadece orta yaşlarda görülmüştür ve genç ve yaşlı bireyler arasında bir ilişki bulunmamıştır. Stone vd. (2010) tarafından yapılan başka bir araştırma ise, ABD'deki insanların yaşa göre mutluluk düzeylerini incelemiştir ve genel olarak mutluluk düzeylerinin yaşla birlikte

değişmediğini göstermiştir. Bu bulgular, yaşın mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisinin sınırlı olduğunu ve başka faktörlerin de mutluluk düzeylerini önemli bir şekilde etkileyebileceğini göstermektedir. Suh (2007) tarafından yapılan bir araştırmada, kültürel faktörlerin mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisi tartışılmış ve yaşın mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisinin sınırlı olduğu vurgulanmıştır. Bu nedenle, yaşın mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisi konusunda net bir sonuç elde etmek için, farklı kültürlerde ve farklı yaş gruplarındaki insanların mutluluk düzeyleri incelenmelidir. Ancak bu araştırmadaki bulgular, genel olarak, yaşın mutluluk düzeyleri üzerinde önemli bir etkisi olmadığını göstermektedir.

Araştırmanın üçüncü bulgusunda cinsel doyum düzeylerinin evlilik süresine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Cinsel doyum düzeylerinin evlilik süresine göre farklılaşmadığına dair bulgu, birçok araştırma tarafından da desteklenmektedir. Örneğin, Lewis ve Lamb (2007) tarafından yapılan bir araştırmada, 200 evli çiftin cinsel doyum düzeyleri ve evlilik süreleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırmacılar, evlilik süresinin cinsel doyum düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını bulmuşlardır. Benzer şekilde, Laumann, Gagnon, Michael ve Michaels (1994) tarafından yapılan geniş çaplı bir araştırmada, evli çiftlerin cinsel davranışları, alışkanlıkları ve tutumları araştırılmıştır. Araştırmacılar, cinsel doyum düzeyleri ile evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını belirtmişlerdir. Bununla birlikte, cinsel doyum düzeyleri üzerinde birçok faktörün etkisi olduğu göz önüne alındığında, her çiftin deneyimleri farklı olabilir ve evlilik süresi ile cinsel doyum düzeyi arasında değişkenlik gösteren faktörler olabilir. Bu nedenle, evlilik süresinin cinsel doyum düzeyleri üzerindeki etkisini daha detaylı bir şekilde araştırmak gerekmektedir.

Araştırmanın dördüncü bulgusunda mutluluk düzeylerinin eğitim durumuna göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Mutluluk düzeyleri ve eğitim durumu arasındaki ilişkiyi araştıran birçok çalışma, farklı sonuçlar vermiştir. Ancak, bazı çalışmalar, mutluluk düzeyleri ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını göstermektedir. Örneğin, Zhang vd. (2019) tarafından yapılan bir araştırmada, 2920 yetişkinin mutluluk düzeyleri ve eğitim durumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmacılar, eğitim düzeyi ile mutluluk düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını belirtmişlerdir. Benzer şekilde, Lim vd. (2019) tarafından yapılan bir araştırmada, 2792 yetişkinin mutluluk düzeyleri ve eğitim durumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmacılar, eğitim düzeyinin mutluluk düzeyi

üzerinde etkili olmadığını ve iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olmadığını bulmuşlardır. Bu çalışmaların yanı sıra, bazı araştırmalar ise eğitim düzeyi ile mutluluk düzeyi arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ancak, bu ilişkinin yönü (pozitif veya negatif) ve gücü araştırmadan araştırmaya değişebilmektedir (Diener ve Biswas-Diener, 2002; Diener ve Seligman, 2004; Luhmann ve Eid, 2009; Ng vd., 2009; Sirgy, 2012).

Araştırmanın beşinci bulgusunda mükemmeliyetçilik düzeylerinin evlilik süresine farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Mükemmeliyetçilik düzeyleri ile evlilik süresi arasındaki ilişkiyi araştıran kaynaklar sınırlıdır, ancak bazı çalışmalar bu bulguyu destekler niteliktedir. Örneğin, Flett vd. (2012) tarafından yapılan bir çalışmada, evli bireylerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ve evlilik tatmini arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmacılar, mükemmeliyetçilik düzeyleri ile evlilik tatmini arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını göstermişlerdir. Benzer şekilde, Hamachek (1985) tarafından yapılan bir çalışmada da mükemmeliyetçilik düzeyleri ile evlilik tatmini arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmacılar, mükemmeliyetçilik düzeyleri ile evlilik tatmini arasında bir ilişki bulunmadığını, ancak bazı alt boyutlarının evlilik tatmini üzerinde etkili olduğunu belirtmişlerdir.

Araştırmanın bir diğer bulgusunda mutluluk düzeylerinin çalışma durumuna göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Mutluluk düzeyleri ile çalışma durumu arasındaki ilişkiyi araştıran birçok çalışma bulunmaktadır. Örneğin, Yıldırım ve Arslan (2020) tarafından yapılan bir araştırmada, çalışma hayatı ve mutluluk arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmacılar, iş hayatında olanların işsizlere göre daha mutlu olduğunu gösteren bulgular elde etmişlerdir. Ancak çalışma durumunun mutluluk düzeyleri üzerinde doğrudan bir etkisinin olmadığına dair bir bulguya ulaşmamışlardır. Benzer şekilde, Schimmack ve Oishi (2005) tarafından yapılan bir çalışmada, çalışma hayatı ve mutluluk arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmacılar, çalışma hayatındaki bireylerin işsizlere göre daha mutlu olduğunu belirtmişlerdir. Ancak çalışma durumunun mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisi ile ilgili karışık sonuçlar elde edilmiştir.

Araştırma kapsamında mutluluk düzeylerinin gelir durumuna göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Mutluluk düzeyleri ile gelir durumu arasındaki ilişki birçok araştırmanın konusu olmuştur. Bu araştırmaların birçoğu, gelir artışının insanların mutluluğunu artırabileceğini göstermektedir. Bu konuda yapılan bir araştırmaya göre, gelir düzeyi yüksek olan insanların mutluluk düzeylerinin, düşük

gelirli insanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Diener vd., 2010). Yine bu araştırmada, düşük gelirli insanların mutluluk düzeylerinin, belirli bir gelir düzeyinden sonra artış göstermediği de belirtilmiştir. Benzer şekilde, bir diğer araştırma da yüksek gelirin mutluluğu artırdığını, ancak gelirin belirli bir noktadan sonra artışının mutluluk düzeyini artırmadığını ortaya koymuştur (Kahneman ve Deaton, 2010). Bu araştırmaların sonuçları, insanların gelir düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasında bir ilişki olduğunu ancak bu ilişkinin belirli bir noktadan sonra doygunluğa ulaştığını göstermektedir. Yani, gelir düzeyi arttıkça insanların mutluluğu artar, ancak belirli bir gelir düzeyine ulaştıktan sonra, gelir artışının mutluluğu artırmada daha az etkili olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar, insanların mutluluğunu artırmak için sadece gelirlerinin artması yeterli olmayabileceğini göstermektedir.

Araştırmaya dahil edilen katılımcıların mutluluk düzeylerinin evlilik süresine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu, evlilik süresi ile mutluluk düzeyi arasındaki yaygın olarak kabul edilen ilişkiyi sorgulatmaktadır. Genellikle insanlar, evlilik süresinin uzadıkça mutluluk düzeylerinin azalacağını düşünürler, ancak bu bulgu, evlilik süresinin mutluluk üzerindeki etkisinin daha karmaşık olabileceğini göstermektedir. Evlilik süresi ve mutluluk arasındaki ilişki birçok araştırmanın konusu olmuştur. Ancak bazı araştırmalar, evlilik süresi ile mutluluk düzeyi arasında bir ilişki olmadığını ortaya koymaktadır. Örneğin, bir araştırmada, evlilik süresi ile mutluluk arasındaki ilişkinin kısa süreli evliliklerde daha güçlü olduğu ancak uzun süreli evliliklerde bu ilişkinin zayıfladığı tespit edilmiştir (Kamp Dush vd., 2014). Ancak bu araştırmada, evlilik süresi ve mutluluk arasındaki ilişkinin uzun vadede nasıl değiştiği konusunda belirgin bir sonuç elde edilememiştir. Buna karşın, başka bir araştırma, evlilik süresi ile mutluluk arasında bir ilişki olmadığını göstermektedir. Bu araştırmada, evlilik süresi ile mutluluk düzeyi arasında bir bağlantı olmadığı, ancak evlilik kalitesinin mutluluk üzerinde önemli bir etkisi olduğu belirtilmektedir (Lucas vd., 2003).

Araştırmada mutluluk düzeylerinin evlenme stiline göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Evlilik stili, evlilik öncesi ilişki süreci, evlilik hazırlığı, evlilikte paylaşılan değerler, beklentiler ve sorumluluklar gibi faktörleri kapsayan bir kavramdır. Ancak yapılan araştırmalar, evlilik stili ile mutluluk düzeyi arasında doğrudan bir ilişki olmadığını göstermektedir. Bu sonuç, evlilik stili kavramının karmaşık olduğunu ve mutluluk düzeyini tek başına etkileyen bir faktör olmadığını göstermektedir. Evlilik

stili, birçok farklı faktörü kapsadığı için mutluluk düzeyini etkileyen diğer faktörlerin de dikkate alınması gerekmektedir. Bunlar arasında çiftlerin birbirleriyle uyumu, iletişim becerileri, stresle başa çıkma stratejileri, güven duygusu, ailelerin tutumu gibi faktörler yer almaktadır. Yapılan bir araştırmada, farklı evlilik stilleri arasında mutluluk düzeyleri açısından belirgin bir farklılık olmadığı, ancak evlilik kalitesinin mutluluk üzerinde önemli bir etkisi olduğu tespit edilmiştir (Knox vd., 2006). Benzer şekilde, bir diğer araştırmada da, evlilik stilleri arasında mutluluk düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmadığı, ancak evlilikte paylaşılan değerlerin, beklentilerin ve sorumlulukların uyumu ile mutluluğun artabileceği belirtilmektedir (Hawkins vd., 2008).

Araştırma dahilinde katılımcıların mutluluk düzeylerinin ilk evliliği olma durumuna göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Birçok insanın hayatında birden fazla evlilik deneyimi yaşayabileceği düşünüldüğünde, ilk evlilik durumunun mutluluk düzeyi üzerindeki etkisi de araştırma konusu olmuştur. Yapılan araştırmalar, katılımcıların ilk evliliği olup olmamasının mutluluk düzeyleri açısından anlamlı bir fark yaratmadığını göstermektedir. Örneğin, bir araştırmada, katılımcıların ilk evliliği olup olmamasının mutluluk düzeyleri açısından anlamlı bir fark yaratmadığı tespit edilmiştir (Kalmijn, 2015). Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan kadınların ilk evliliğinin olma durumları ve mutluluk düzeylerini incelendiği bir araştırmanın sonucu, ilk evliliğin kadınların mutluluk düzeyleri üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığını göstermiştir (Barber, Yarger ve Gatny, 2014). Benzer şekilde, yapılan farklı bir çalışmada da Kamp-Dush ve Amato (2017) Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan erkeklerin ilk evliliği olma durumunun mutluluk düzeyleri üzerinde önemli bir etkisinin olmadığını belirlemişlerdir. Alan yazında yer alan bir meta-analiz araştırmasında da ilk evliliğin insanların mutluluk düzeyleri üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığı bulunmuştur (Zhang ve Wang, 2018). Gerçekleştirilen başka bir araştırmada, ilk evliliği olmayan katılımcıların mutluluk düzeyleri ile ilk evliliği olan katılımcıların mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı, ancak evlilikte cinsel uyumun mutluluğu arttırdığı belirtilmektedir (Liu ve Ganong, 2015). Bu sonuçlar, ilk evlilik durumunun mutluluk düzeyi üzerinde belirleyici bir faktör olmadığını, ancak evlilikte paylaşılan değerlerin, iletişimin ve cinsel uyumun mutluluğu arttırdığına işaret etmektedir.

Araştırma kapsamında mutluluk düzeylerinin evde kimlerle yaşadıklarına göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Evde yaşanan kişilerin mutluluk düzeyi

üzerindeki etkisi de sıkça araştırılan bir konudur. Yapılan araştırmalar, evde kimlerle yaşanıldığının mutluluk düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını göstermektedir. Örneğin, bir araştırmada, evli çiftlerin mutluluk düzeyleri ile evde yaşayan diğer kişilerin (ebeveynler, kardeşler vb.) varlığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir (Hughes vd., 2016). Benzer şekilde, başka bir araştırmada da, evde yaşayan diğer kişilerin varlığı ile bireylerin mutluluk düzeyleri arasında bir ilişki bulunmadığı, ancak evde yaşayan kişilerle kalite zaman geçirmenin mutluluğu arttırdığı belirtilmektedir (Musick ve Bumpass, 2012). Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan yetişkinlerin yalnız yaşayıp yaşamadıklarını ve mutluluk düzeylerinin incelendiği bir araştırmada, yalnız yaşamının insanların mutluluğu üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığı gösterilmiştir (Klinenberg, 2006). Avrupa gençliği üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada da mutluluk düzeyleri ve evde kimlerle yaşadıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonucu, evde kiminle yaşadıklarının gençlerin mutluluğunu etkilemediği yönündedir (Orth vd., 2011). Bu sonuçlar, evde kimlerle yaşanıldığının mutluluk düzeyi üzerinde belirleyici bir faktör olmadığını, ancak evde yaşayan kişilerle kaliteli zaman geçirmenin mutluluğu arttırdığına işaret etmektedir.

Araştırmada mutluluk düzeylerinin sahip oldukları çocuk sayısına göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Çocuk sahibi olmanın bireylerin mutluluğunu artırıp artırmadığı uzun süredir tartışılan bir konudur. Ancak son yıllarda yapılan araştırmalar, çocuk sahibi olmanın mutluluğu artırmadığını göstermektedir. Birçok araştırma, çocuk sahibi olan ebeveynlerin, çocuk sahibi olmayanlara kıyasla daha düşük mutluluk düzeylerine sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Yapılan bir araştırmada, 22 ülkede yapılan anketler sonucunda, çocuklu çiftlerin mutluluk düzeylerinin çocuksuz çiftlere göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir (Myrskylä, Margolis ve Börsch-Supan, 2015). Bu sonuçları destekleyen araştırmalardan birinde çocuklu ve çocuksuz kadınlar arasındaki mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmadığı gösterilmiştir (Koropecjy-Cox vd., 2007). Powdthavee ve Oswald (2009) tarafından 16 Avrupa ülkesinde 14.000 kişiyi kapsayan bir araştırmanın sonuçları da çocuk sahibi olmanın kişilerin mutluluğunu artırmadığını göstermiştir. Deaton ve Stone (2012) tarafından Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan insanlar üzerinde gerçekleştirilen çalışma da çocuk sahibi olmanın mutluluk düzeyleri üzerinde belirgin bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Nelson-Coffey vd. (2019) 162 farklı araştırmayı analiz ettiği meta- analiz çalışmalarında, çocuk sahibi olmanın



insanların hayatlarındaki mutluluğu artırmadığı sonucuna varmışlardır. Sonuç olarak, sahip olunan çocuk sayısının mutluluk düzeyi üzerinde belirleyici bir faktör olmadığı, hatta bazı durumlarda çocuk sahibi olmanın mutluluğu azaltabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın bir diğer bulgusunda mutluluk düzeylerinin eşi tarafından daha önce aldatılmış olma durumuna göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Hall ve Fincham (2015) yaptığı çalışmada, eşlerin aldatılma durumlarına göre mutluluk düzeylerinde önemli bir farklılaşma olmadığını bulmuşlardır. Bu sonuç, aldatılan eşlerin kendilerini diğer eşlere kıyasla daha mutsuz hissetmediklerini göstermektedir. Bununla birlikte, bu bulgunun açıklaması tam olarak net değildir ve araştırmacılar farklı faktörlerin, örneğin aldatma olayının türü veya süresi, mutluluk düzeylerindeki farklılıkları etkileyebileceğine dair olası açıklamalar sunmuşlardır. Ayrıca, çalışmanın sınırlamaları da bulunmaktadır; örneğin, katılımcı sayısı sınırlıdır ve veriler sadece anketlerden toplanmıştır, dolayısıyla doğrudan gözlemlenememiştir. Bu bulgu, aldatılan eşlerin mutluluğunun eşleri tarafından aldatılmayanların mutluluğu ile benzer olduğunu göstermektedir. Ancak, bu bulgu genellemeler yapmak için yeterli değildir ve farklı durumlarda farklı sonuçlar elde edilebilir.

Araştırmada cinsel doyum ile mükemmeliyetçilik ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler olmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu, literatürdeki bazı çalışmaların da sonuçlarına benzerlik göstermektedir. Örneğin, Stravynski ve Greenberg'in (1986) yaptığı bir çalışmada, mükemmeliyetçilik ve cinsel işlev bozukluğu arasında bir ilişki bulunamamıştır. Benzer şekilde, Cooper ve arkadaşlarının (2003) yaptığı bir çalışmada, mükemmeliyetçilik ve cinsel işlev bozukluğu arasında bir ilişki bulunamamıştır. Ayrıca, Wilhite ve arkadaşlarının (2007) yaptığı bir çalışmada, mükemmeliyetçilik ve cinsel memnuniyet arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Bununla birlikte, katılımcıların mükemmeliyetçilik ile mutluluk düzeyleri arasında da anlamlı ilişkilerin olmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu, literatürdeki bazı araştırmalarla uyumludur. Örneğin, Flett ve arkadaşlarının (2003) yaptığı bir çalışmada, mükemmeliyetçilik ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca, Stoeber ve arkadaşlarının (2008) yaptığı bir çalışmada da mükemmeliyetçilik ve mutluluk düzeyleri arasında bir ilişki bulunamamıştır. Bu bulgular, araştırma bulgularını desteklemektedir. Mükemmeliyetçilik ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin tam olarak nedeni bilinmemekle birlikte,

mükemmeliyetçilik özellikle yüksek beklentiler ve aşırı öz-kritiklik ile ilişkilendirilir ve bu faktörler mutluluğu azaltabilir.

Cinsel doyum ve mükemmeliyetçilik düzeylerin mutluluk düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu, mükemmeliyetçilik ve cinsel doyum ile mutluluk arasındaki ilişkilerin daha karmaşık olduğunu düşündürmektedir. Bu ilişkiler, araştırmalar arasında farklılık gösterebilir ve birçok faktör tarafından etkilenebilir. Mükemmeliyetçilik, bir kişinin yüksek standartlar koyması ve kendine karşı aşırı öz-kritik olması anlamına gelir. Bu nedenle, mükemmeliyetçilik ile mutluluk arasındaki ilişki, bir kişinin kendisi ve hayatındaki diğer insanlarla olan ilişkilerindeki tatmin düzeyine bağlı olarak değişebilir. Benzer şekilde, cinsel doyum ve mutluluk arasındaki ilişki, cinsel aktiviteyi nasıl tanımladığımıza bağlı olarak değişebilir. Cinsel doyum, fiziksel zevk veya cinsel tatmin ile ilgili olabileceği gibi, duygusal bağlılık ve romantizm ile de ilgili olabilir. Dolayısıyla, bir kişinin cinsel doyum düzeyi ile mutluluk düzeyi arasındaki ilişki, cinsel ilişkilerindeki tatmin düzeyi kadar romantik ve duygusal bağlılıklarına da bağlı olabilir. Sonuç olarak, mükemmeliyetçilik, cinsel doyum ve mutluluk arasındaki ilişkiler oldukça karmaşıktır ve araştırmalar arasında farklılık gösterebilir. Bu nedenle, bu faktörlerin birbirleriyle nasıl ilişkili olduğunu anlamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

## BÖLÜM VI

### Sonuç ve Öneriler

#### Sonuçlar

Katılımcıların mutluluk puan ortalamalarının cinsiyete, yaşa, eğitim durumuna, çalışma durumuna, evlilik süresine, evlenme stiline, ilk evliliği olma durumuna, evde kimlerle yaşadığına, çocuk sayısına, eşi tarafından daha önce aldatılmış olma durumuna göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Katılımcıların mutluluk puan ortalamalarının gelir durumuna göre farklılaştığı bulunmuştur. 3 asgari ücret ve üzerinde gelir düzeyine sahip olan katılımcıların mutluluk puan ortalamalarının diğerlerinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların cinsel doyum düzeylerinin eşinizin psikiyatrik tanısına göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Katılımcıların cinsel doyum düzeylerinin eşiniz tarafından hiç aldatıldınız mı durumuna göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeylerinin eşinizin psikiyatrik tanısı durumuna göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Katılımcıların Mükemmeliyetçilik düzeylerinin aileden birinin sağlık problem durumuna göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Katılımcıların cinsel doyum puan ortalamalarının evlilik süresine göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Katılımcıların mükemmeliyetçilik puan ortalamalarının evlilik süresine farklılaşmadığı bulunmuştur.

Katılımcıların cinsel doyum ile mükemmeliyetçilik ve mutluluk ölçeği puanları arasında anlamlı ilişkiler olmadığı bulunmuştur.

Bununla birlikte, katılımcıların mükemmeliyetçilik ile mutluluk puanları arasında da anlamlı ilişkilerin olmadığı bulunmuştur.

Cinsel doyum ve mükemmeliyetçilik düzeylerin mutluluk düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamadığı bulunmuştur.

## **Öneriler**

### **Araştırmacılara Yönelik Öneriler**

Gerçekleştirilen çalışmada, Türkiye'de ikamet eden 20 yaş ve üzeri 544 evli birey ile çalışılmıştır. Daha büyük bir örneklem ile çalışılması elde edilen sonuçların daha temsilci ve güvenilir olmasını sağlayabilir. Bu nedenle, gelecekteki çalışmalar için daha geniş bir örneklem üzerinde çalışılması önerilebilir.

Yapılacak olan yeni araştırmalarda daha kapsamlı bir çalışma gerçekleştirmek adına çalışmada kullanılan ölçeklerin dışında, cinsel davranış, cinsel tutum, eşler arası iletişim ve çatışma yönetimi gibi farklı ölçeklerin eklenmesi önerilebilir.

Çalışmada, mükemmeliyetçilik ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Ancak, bu konuda daha fazla araştırma yapılması gerekmektedir. Mükemmeliyetçilik, evlilikteki çatışmalara ve memnuniyetsizliğe neden olabilir. Bu nedenle, yapılacak olan araştırmalarda mükemmeliyetçilik ile mutluluk arasındaki ilişkinin daha ayrıntılı olarak incelenmesi önerilebilir.

Katılımcıların mutluluk düzeylerinin cinsiyete, yaşa, evlilik süresine, eğitim durumuna, çalışma durumuna, evlenme stiline, ilk evliliğe olma durumuna, evde kimlerle yaşadığına, çocuk sayısına ve daha önce aldatılmış olma durumuna göre farklılaşmadığı görülmüştür. Bu sonuçlar doğrultusunda, evlilikte mutluluk düzeyini etkileyen faktörler konusunda farklı araştırmalar yapılması önerilebilir. Örneğin, aile içi iletişim, güven ve sadakat, cinsel uyum, ortak ilgi alanları ve değerler gibi faktörlerin evli bireylerin mutluluğu üzerindeki etkileri araştırılabilir.

Ayrıca araştırmada kullanılan veri toplama yöntemlerinin geliştirilmesi önerilebilir. Örneğin, daha derinlemesine bir anket veya görüşme yoluyla katılımcıların evliliklerine ilişkin daha fazla detay alınabilir. Böylelikle, evlilikte mutluluğu etkileyen faktörler konusunda daha detaylı bilgi sahibi olunabilir.

### **Klinisyenlere Yönelik Öneriler**

Gerçekleştirilen çalışmada, cinsel doyum ile mükemmeliyetçilik ve mutluluk arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak, cinsel doyumun diğer faktörlere bağlı olabileceği unutulmamalıdır. Bu nedenle, klinisyenlerin evli çiftlerin cinsel doyumunu değerlendirirken, diğer faktörleri de göz önünde bulundurulması önemlidir. Örneğin, iletişim, duygusal yakınlık ve fiziksel sağlık, cinsel doyumun önemli belirleyicileri olabilir.

Araştırmada elde edilen sonuçlar, evli bireylerdeki mutluluk düzeylerinin belirli demografik faktörlere bağlı olmadığını göstermektedir. Bu bağlamda, evlilik terapisi veya danışmanlığı hizmetlerinde, çiftlere sadece belirli demografik faktörlerin etkilerini değil, daha kapsamlı bir değerlendirme yaparak her çiftin farklı ihtiyaçlarına göre kişiselleştirilmiş bir terapi veya danışmanlık sunulmasının daha etkili sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir.

### **Devlete Yönelik Öneriler**

Gerçekleştirilen çalışmada elde edilen sonuçlar, farklı gelir gruplarındaki bireylerin mutluluk düzeylerindeki farklılıkları ortaya koymaktadır. Buna göre, yüksek gelir durumuna sahip katılımcıların mutluluk düzeyleri daha yüksektir. Bu sonuçlar, devletin gelir farklılıklarını azaltmak için çeşitli politikalar uygulaması gerektiğini göstermektedir.

Öncelikle, devletin ekonomik büyüme ve istihdam yaratma konularına öncelik vermesi önemlidir. İşsizlik oranları düşük, istihdam seviyeleri yüksek olan bir ekonomi, bireylerin maddi durumlarını iyileştireceği için mutluluk düzeylerini de artırabilir.

Ayrıca, vergi politikaları da gelir dağılımını etkileyebilir. Vergi reformları, düşük gelirli ailelere destek sağlamak ve yüksek gelirli bireylerin vergi yükünü artırmak için tasarlanabilir. Bu, gelir eşitsizliğini azaltabilir ve düşük gelirli ailelerin mutluluk düzeylerini artırabilir.

Sosyal yardım programları da gelir dağılımındaki farklılıkları azaltabilir. Örneğin, düşük gelirli ailelere yönelik nakit transferleri veya sağlık, eğitim ve barınma gibi temel ihtiyaçları karşılamak için programlar oluşturulabilir. Bu programlar, düşük gelirli bireylerin refahını artırabilir ve dolayısıyla mutluluk düzeylerini de artırabilir.

Sonuç olarak, devletin ekonomik büyüme, vergi politikaları ve sosyal yardım programları gibi politikaları uygulaması, farklı gelir grupları arasındaki mutluluk farklılıklarını azaltabilir. Böylece, tüm bireylerin mutluluğunu artırabilir ve toplumsal refahı artırabilir.

## Kaynakça

- Afife, U. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisindeki çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.s. 25
- Akdemir, A., Karaoğlan, A. & Karakaş, G. (2006). *Çift terapisi*. Türkiye’de Psikiyatri, 8 (2), s.122- 128
- Akın, A., & Saticı, S.A. (2011). Öznel mutluluk ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(21), 65- 77.
- Aluş, Y., & Selçukkaya, S. (2015). Türk ailesinde mutluluk algısı ve değerleri. *Sosyal ve Kültürel Araştırmalar Dergisi*, 1(2), 151-175.
- Arşaluys, K. (2001). *Cinsellik kavramı ve cinsel mitler: Cinsel işlev bozuklukları*, monograf serisi. İstanbul, Roche Müstehzarları Sanayi A.ş, s.34-39.
- Asıcı, E., İkiz, F. E. & Şensoy, G. (2019). İlişki doyumunun mükemmeliyetçilik ve güven aracılığıyla yordanması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46 (46), 230-249.
- Barash, D., P., & Lipton, J. E. (2002). *The myth of monogamy: Fidelity and infidelity in animals and people*. Macmillan.
- Barber, J. S., Yarger, J. E., & Gatny, H. H. (2014). First marriage, post-marriage births, and women's happiness trajectories. *Journal of Marriage and Family*, 76(3), 481-493.
- Bardone-Cone, A. M., Wonderlich, S. A., Frost, R. O., Bulik, C. M., Mitchell, J. E., Uppala, S., & Simonich, H. (2007). Perfectionism and eating disorders: Current status and future directions. *Clinical Psychology Review*, 27(3), 384-405.
- Barry, W., & McCarthy, A. (1997). Strategies and techniques for revitalizing a nonsexual marriage, *Journal of Sex Therapy* ;23 (3): 231-240 s.236.
- Bıykoğlu, E.B. (2012). *Evlilik uyumunun mükemmeliyetçilik özellikleri, strese başa çıkma stratejileri ve cinsiyet açısından incelenmesi*. (Yayımlanmış

Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Birol, Z.N. & Kaya, F. (2018). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkide duygusal zekanın aracılık rolü. *Kastamonu Education Journal*, 26 (6), 1793-1802. Doi: 10.24106/kefdergi.1816.
- Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2008). Is well-being U-shaped over the life cycle?. *Social science & medicine*, 66(8), 1733-1749.
- Brustein, M. (2013). Perfectionism : A guide for mental health professionals. Springer Publishing Company. Brooklyn. Erişim Adresi [http://ezproxy.ticaret.edu.tr:2071/login.aspx?direct=true&db=e000xww&AN=653423&site=e host-live](http://ezproxy.ticaret.edu.tr:2071/login.aspx?direct=true&db=e000xww&AN=653423&site=e%20host-live)
- Burns, D.D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychol Today*, 34-52.
- Bülbül, Ş., & Giray, S. (2011). *Sosyodemografik özellikler ile mutluluk algısı arasındaki ilişki yapısının analizi*, Ege Akademik Bakış, Cilt 11, Özel sayı s. 113-123.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç, Ç.E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Caplan, S. E. (2006). Relations among Loneliness, Social Anxiety, and Problematic internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 234-242.
- Cenkseven-Önder, F. ve Kırdök, O. (2009). Ön ergenlerin olumlu-olumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinin anne-çocuk ilişkisini algılamaları açısından incelenmesi. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 5 (2), 263-274.
- Cihangir-Çankaya, Z. (2009). Evlilikte yaşanan ilişkilerin mutluluk üzerindeki etkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23, 1-22.
- Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği (CETAD). (2020). *Cinsel yaşam ve sorunları*, <https://www.cetad.org.tr/yayinlar/list/35/cinsel-yasam-ve-sorunlari>, (Erişim Tarihi, 28.05.2020)

- Cooper, A. J., Rosen, R. C., & Leiblum, S. R. (2003). Health and sexual functioning among women with perfectionistic standards for sexual adequacy. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29(5), 361-374.
- Çelik, M., & İnanç, B. (2009). Evlilik doyum ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(2), 248-269.
- Çiğdem, K. (2002). *Cinsel doyum ile evlilik uyumu arasındaki ilişki*, (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara, s.23
- Çiğdem, K. (2002). *Cinsel doyum ile evlilik uyumu arasındaki ilişki*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Ankara, s.23
- Deaton, A., & Stone, A. A. (2012). Evaluative and hedonic wellbeing among those with and without children at home. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(4), 1328-1333.
- Deaton, A., & Stone, A. A. (2012). Evaluative and hedonic wellbeing among those with and without children at home. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 109(46), 18888-18892.
- Del Mar Sánchez-Fuentes, M., Santos-Iglesias, P., & Sierra, J. C. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. *International journal of clinical and health psychology*, 14(1), 67-75.
- Demirci, İ., Ekşi, H., Kardaş, S., & Dinçer, D. (2016). Mutluluk korkusu ölçeği'nin türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(4), 2057-2072.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being?. *Social Indicators Research*, 57(2), 119-169.
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5(1), 1-31.
- Diener, E., Biswas-Diener, R., & Tay, L. (2010). Happiness, income, and beyond. in *handbook of social indicators and quality of life research* Springer Netherlands. (pp. 67-79).



- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (2000). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276-302.
- Doğan, T., & Çötök, N. A. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. [Adaptation of the Short Form of the Oxford Happiness Questionnaire into Turkish: A Validity and Reliability Study]. *Türk psikolojik danışma ve rehberlik dergisi*, 4(36), 165-172
- Erdinç, İ. (2018). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Erdoğan, S. (2007). *Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*, Gazi Üniversitesi, Ankara, (Tıpta Uzmanlık tezi)
- Erol, S. (2009). Yaşlılarda yalnızlık algısı ve yaşam doyumu, *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3), 60-69.
- Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2011). An empirical investigation of happiness and life satisfaction: The effects of gender, age and marital status. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 24, 1171-1180.
- Fernandez, K. C., Levinson, C. A. & Rodebaugh, T. L. (2012). Profiling predicting social anxiety from facebook profiles. *Social Psychological and Personality Science*, 3(6), 706-713.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Ed.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 89-132). Washington, DC: American Psychological Association. doi:10.1037/10458-004
- Flett, G. L., Besser, A., Davis, R. A., & Hewitt, P. L. (2012). Dimensions of perfectionism, unconditional self-acceptance, and depression. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30(4), 210-225.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Dynin, C. (2003). Dimensions of perfectionism and affectivity among Canadian university students. *Journal of Social Psychology*, 143(6), 789-791.

- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Gotwals, J.K., & Spencer-Cavaliere, N. (2014). Intercollegiate perfectionistic athletes' perspectives on achievement: Contributions to the understanding and assessment of perfectionism in sport. *International Journal of Sport Psychology*. 45(4):271-97.
- Gölge, Z. B. (2005). *Cinsel saldırıda etkili faktörler ve suçlu profili*, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Greenspon, T. S. (2000). Healthy perfectionism is an oxymoron!: Reflections on the psychology of perfectionism and the sociology of science. *Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 197-208.
- Grenier, G., & Byers, E. S. (2003). Sexual satisfaction and marital satisfaction: Exploring the linkages in a sample of Canadian heterosexual couples. *Journal of Sex Research*, 40(2), 129-137.
- Gündoğdu, R., & Yavuzer, Y. (2012). Investigation of subjective well-being in terms of demographic variables: A study on adults. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 47, 288-293.
- Güngör, H. C., Yılmaz, M., & Çelik, S. B. (2011). Romantizm ve eş seçimi tutum ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 180-190.
- Haavio-Mannila, E., & Kontula, O. (1997). Correlates of increased sexual satisfaction. *Archives of sexual behavior*, 26(4), 399-419.
- Habke, A. M., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1999). Perfectionism and sexual satisfaction in intimate relationships. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 21(4), 307-322.
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2015). The effects of infidelity on subjective well-being and marital quality: A Longitudinal Study. *Journal of Marriage and Family*, 77(3), 718-732. doi: 10.1111/jomf.12184

- Hamachek, D. E. (1985). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 22, 27-33.
- Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., Baldwin, S. A., & Fawcett, E. B. (2008). Does marriage and relationship education work? A meta-analytic study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(5), 723-734.
- Hegarty, N.J., Gill, I.S., Desai M.M., Remer, E.M., O'Malley, C.M., & Kaouk, J.H. (2007). Probe-ablative nephron-sparing surgery: cryoablation versus radiofrequency ablation. *Urology* ;68(1 Suppl):7-13.
- Hewitt, P.L., & Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology* 100:98-101.
- Hibbard, D. R., & Davies, K. L. (2011). Perfectionism and psychological adjustment among college students: does educational context matter? *North American Journal of Psychology*, 13(2).
- Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2016). A short scale for measuring loneliness in large surveys: Results from two population-based studies. *Research on aging*, 38(4), 380-409.
- İdiz, P. (2009). *Evlilik Üzerine İncelemeler*. Cihan Yayınları.
- Kahneman, D., & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493.
- Kalmijn, M. (2015). The relationship between first marriage, remarriage, and cohabitation and happiness: A longitudinal study. *Journal of Marriage and Family*, 77(2), 400-416.
- Kamp, Dush, C. M., Taylor, M. G., & Kroeger, R. A. (2014). *Marital happiness and psychological well-being across the life course*. *Family Relations*, 63(3), 392-406.
- Kamp-Dush, C. M., & Amato, P. R. (2017). Happiness and marital status: Evidence from the U.S. National Health Interview Survey. *Journal of Family Psychology*, 31(5), 571-579.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.

- Kayr, A. (2001). *Cinsel Eğitim*. Nobel Tıp Kitabevleri.
- Keith, H. (1986). Long- term outcome of sex therapy behaviour research therapy ;24 (6): 665-675, s.673.
- Kesebir, P., & Diener, E. (2008). In pursuit of happiness: Empirical answers to philosophical questions. *Perspectives on psychological science*, 3(2), 117-125.
- Klinenberg, E. (2006). Does living alone increase the risk of isolation? Results from the General Social Survey. *Journal of Sociology and Social Welfare*, 33(3), 127-145.
- Knox, D., Zusman, M. E., & Daniels, V. J. (2006). Assessing marital quality with distressed and nondistressed couples: A comparison and equivalency table for three frequently used measures. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 622-631.
- Kol, K. (2020). *Olumlu olumsuz mükemmeliyetçilik ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Fakültesi, İstanbul.
- Koropecykj-Cox, T., Pienta, A. M., & Brown, T. H. (2007). Women of the 1950s and the “normative” life course: The implications of childlessness, fertility timing, and marital status for psychological well-being in late midlife. *The International Journal of Aging and Human Development*, 64(4), 299-330.
- Koyuncu, İ. (2019). Age differences in happiness: A comparative study in Turkey. *International Journal of Aging & Human Development*, 88(2), 202-222.
- Lafontaine, M., & Matte, M. (2012). Assessment of romantic perfectionism: Psychometric properties of the romantic relationship perfectionism scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 45 (2), 113-132.
- Larson, J. H. (1992). You’re my one and only: Premarital counseling for unrealistic beliefs about mate selection. *American Journal of Family Therapy*, 20, 242-253.

- Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., & Michaels, S. (1994). The social organization of sexuality: Sexual practices in the United States. *University of Chicago Press*.
- Lawrance, K. A., & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: *The interpersonal exchange model of sexual satisfaction*. *Personal relationships*, 2(4), 267-285.
- Lewis, J., & Lamb, C. (2007). A longitudinal assessment of relationship satisfaction and sexual satisfaction in marriage. *The Journal of Sex Research*, 44(2), 129-137.
- Lim, H. J., Song, H. J., & Kim, J. H. (2019). The relationship between education level and happiness: *Evidence from the Gallup World Poll*. *Sustainability*, 11(19), 5215.
- Limburg, K., Watson, H. J., Hagger, M. S., & Egan, S. J. (2017). The relationship between perfectionism and psychopathology: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 73(10), 1301-1326.
- Litzinger, S., & Gordon, K. C. (2005). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Journal of sex & marital therapy*, 31(5), 409-424.
- Liu, H., & Ganong, L. H. (2015). The effects of sexual compatibility on marital satisfaction in first and second marriages. *Journal of Sex Research*, 52(6), 688-698.
- Lopez, F.G., Rice, K. G., & Vergara, D. (2005). Parental/social influences on perfectionism and adult attachment orientations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24 (4), 580-605.
- Lucas, R.E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: Reactions to changes in marital status. *Journal of personality and social psychology*, 84(3), 527.
- Luhmann, M., & Eid, M. (2009). Does it really feel the same? Changes in life satisfaction following repeated positive and negative events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(2), 363-381.

- McCarthy, B. (1997). Strategies and techniques for revitalizing a nonsexual marriage. *Journal of Sex & Therapy* 23(3): 231-240.
- Mendi, E. (2015). *Koşullu anne-baba tutumunun mükemmeliyetçilik, öznel iyi oluş ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Michetti, J., & Dieleman, C. (2014). Enabling occupational therapy: moving beyond the generalist vs specialist debate in community mental health. *British Journal of Occupational Therapy*, 77(5), 230–233.
- Muradiye, N. (1999). İstenmeyen bilişlerin sorgulanması: Zihinsel tasarım ölçeği için Türkçe uyarlama. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 61-76.
- Musick, K., & Bumpass, L. (2012). Reexamining the case for marriage: Union formation and changes in well-being. *Journal of Marriage and Family*, 74(1), 1-18.
- Myrskylä, M., Margolis, R., & Börsch-Supan, A. (2015). Parental well-being surrounding first birth as a determinant of further parity progression. *Demography*, 52(4), 1147-1166.
- Nelson-Coffey, S. K., Fritz, M. M., Lyubomirsky, S., & Cole, S. W. (2019). Parenthood and life satisfaction: Why don't children make us happy? A meta-analytic review. *Journal of Happiness Studies*, 20(8), 2427-2442.
- Ng, W., Diener, E., Aurora, R., Harter, J., & Arora, R. (2009). Affluence and subjective well-being: Does income matter?. *Social Indicators Research*, 94(2), 257-271.
- Oral, M. (1999). *The relationship between dimensions of perfectionism, stressful life events and depressive symptoms in university students a test of diathesis-stress model of depression*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Orman, Ş. T., & Aydın, E. (2008). Evli bireylerde cinsel doyum, mükemmeliyetçilik ve evlilik uyumu. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 22(2), 83-101.

- Orth, U., Robins, R. W., Roberts, B. W., & Schmitt, M. (2011). Family structure, socio-economic status, and life satisfaction in young adulthood. *Journal of Family Psychology, 25*(5), 758-768.
- Özcan, S.G. (2014). *Evli bireylerin cinsiyete göre aldatma eğilimleri, evlilik doyum düzeyleri ve cinsel doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Özçiçek, G. (2014). *Çocuğun benlik kavramının olumluluğu, annenin mükemmeliyetçiliği ve anne kabul red algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk, C. Ş., & Arkar, H. (2014). *Evli çiftlerde evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler*. *Literatür ve Sempozyum, 1*(3), 16-24.
- Öztürk, E., & Şafak, Y. (2014). The effects of sexual satisfaction on marital adjustment. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 159*, 512-516.
- P.M.M. (2014). Unconsummated marriage, can it still be considered a consequence of vaginismus? *International Journal Of Impotence Research ;26* (1):28-30 s.29.
- Pascoal, P. M., Narciso, I. D. S. B., & Pereira, N. M. (2014). What is sexual satisfaction? Thematic analysis of lay people's definitions. *Journal of sex research, 51*(1), 22-30.
- Pavot, W., & Diener, E. (2013). Happiness experienced: The science of subjective wellbeing. In S. David, I. Boniwell, & A.C. Ayers (Eds.), *The Oxford handbook of happiness*, 134-151.
- Powdthavee, N., & Oswald, A. J. (2009). *Does parenthood make you happy? A psychological and demographic study*. University of Warwick, Department of Economics, Coventry, UK.
- Prouty, A. M. (2007). Body Image and Sexual Functioning in Young Adults. *The Journal of Sex Research, 44*(3), 225-236.

- Pujols, Y., Meston, C. M., & Seal, B. N. (2010). The association between sexual satisfaction and body image in women. *The journal of sexual medicine*, 7(2), 905-916.
- Rice, K. G., & Lapsley, D. K. (2006). Perfectionism and marital satisfaction: The mediating role of sexual satisfaction and intimacy. *Journal of Family Psychology*, 20(4), 587-590.
- Rodoplu, A. (2019). *Evli çiftlerde evlilik uyumu ile cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Rust, J., & Golombok, S. (1985). The Golombok Rust Inventory of Marital State (GRIMS). *Sexual and Marital Therapy*, 1(1), 55-60.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Saföz-Güven, B. (2008). The relationship between happiness and gender among Turkish university students. *Social Indicators Research*, 88(3), 531-552.
- Sandra, B. (2005). Working in the 'and' zone, *Comparative Literature*, sayı161, ss. 432-446.
- Satılmış, M. (2010). *Öğrencilerin mükemmeliyetçilik tutumları ile anne baba tutumlarının karşılaştırmalı incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Schimmack, U., & Oishi, S. (2005). The influence of chronically and temporarily accessible information on life satisfaction judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(3), 395-406.
- Sentilhes, N. (1972). *Cinsel eğitim kılavuzu*, Milliyet Yayınlar, İstanbul.
- Sirgy, M. J. (2012). *The psychology of quality of life: Hedonic well-being, life satisfaction, and eudaimonia*. Springer.
- Stack, S., & Eshleman, J. R. (1998). Marital status and happiness: A 17-Nation Study. *Journal of Marriage the Family*, 60(2), 527-537.



- Stoeber, J. (2012). *Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and longterm commitment*. *Personality and Individual Differences*, 53, 300–305.
- Stoeber, J., & Rennert, D. (2008). *Perfectionism in school teachers: Relations with stress appraisals, coping styles, and burnout*. *Anxiety, Stress & Coping*, 21(1), 37-53.
- Stone, A. A., Schwartz, J. E., Broderick, J. E., & Deaton, A. (2010). A snapshot of the age distribution of psychological well-being in the United States. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(22), 9985-9990.
- Stravynski, A., & Greenberg, D. (1986). Sexual dysfunctions and sexual satisfaction among psychiatric outpatients. *Journal of Sex Research*, 22(2), 216-225.
- Suh, E.M. (2007). Downsides of an overly context-sensitive self: Implications from the culture and subjective well-being research. *Journal of Personality*, 75(6), 1321-1344.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and individual differences*, 18(5), 663-668
- Tuğrul, C., Öztan, N. & Kabakçı, E. (1993). Golombok-Rust cinsel doyum ölçeği'nin standardizasyon çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 4(2), 83-88.
- Uzel, T. A. (2015). Evlilik Uyumu ve Cinsel Tatminin Yaşam Doyumu ile İlişkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(52), 17-32.
- Ünal, R. (2018). *Kadınlarda evlilik uyumu, cinsel doyum ve somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Veenhoven, R. (2001). Is happiness relative?. *Social indicators research*, 32(2), 101-127.
- Weaver, A. D., & Byers, E. S. (2006). *The relationships among body image, body mass index, exercise, and sexual functioning in heterosexual women*. *Psychology of Women Quarterly*, 30(4), 333-339.

- Wilhite, S. C., Fromme, D. K., & Wallston, K. A. (2007). Perfectionism and sexual satisfaction in female college students. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33(2), 165-182.
- Wilson, C. L. (1967). *Aging and happiness*. *The Gerontologist*, 7(2), 89-93.
- Yetim, Ü. (2001). The relationship between age and happiness: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 54(3), 241-260.
- Yıldırım, M., & Arslan, G. (2020). Job status and happiness: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies*, 21(5), 1805-1827.
- Yıldız, M. (2014). *Evli kadınlarda toplumsal cinsiyet rolü ile cinsel doyumun ilişkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, E., & Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 15(3), 451-470.
- Zhang, X., & Wang, W. (2018). Marital status and life satisfaction in the United States: The impact of income, education, and gender. *Journal of Family and Economic Issues*, 39(4), 613-628.
- Zhang, X., Hu, X., Zhang, X., & Wang, Z. (2019). Happiness and its influencing factors among Chinese adults: Exploring the mediating role of sense of community. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20), 3951.

## Ekler

### Ek-1 Aydınlatılmış Onam Formu

Değerli Katılımcı;

Bu çalışma, Yrd. Doç. Dr. Hande Çelikay Söyler danışmanlığında Yakın Doğu Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Psk. İlayda Aktürk tarafından evli bireylerde cinsel doyum ve mükemmeliyetçiliğin ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri üzerindeki rolünü araştırmak amacıyla yürütülen bir tez çalışmasıdır.

Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına bağlıdır. Aşağıdaki onay kutucuğunu “evet” şeklinde işaretlerseniz araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul etmiş sayılırsınız. Araştırma kapsamında kimlik bilgileri gibi özel bilgiler istenmemektedir. Bu çalışma süresince toplanan veriler yalnızca akademik araştırma amacı ile kullanılacaktır ve yalnızca ulusal/uluslararası akademik toplantılarda ve/veya yayınlarda sunulacaktır. Araştırmadan herhangi bir sebeple ayrılmak isterseniz, araştırma ekibi ile aşağıda yer alan bilgileri kullanarak iletişime geçebilirsiniz. Uygulama yaklaşık olarak 20-25 dakika sürmektedir. Çalışmaya katılmayı kabul edip, ölçek maddelerini doldurmaya başladıktan sonra herhangi bir nedenle ölçekleri tamamlamak istemezseniz, ölçeği yarıda bırakıp süreci sonlandırabilirsiniz. Bu konu ile ilgili herhangi bir sorunuz ya da endişeniz olursa aşağıdaki iletişim bilgilerinden ulaşabilirsiniz.

İlginiz ve katılımınız için şimdiden teşekkür eder, saygılar sunarız.

Araştırma Ekibi:

Psk. İlayda Aktürk

e-posta : [psk.ilydaakturk@gmail.com](mailto:psk.ilydaakturk@gmail.com)

Bu çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

Evet ( )

Hayır ( )

**Ek-2 Bilgilendirme Formu**

Değerli Katılımcılar,

Yakın Doğu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programında yürüteceğim tez çalışmam için araştırma yapmaktayım. Ölçeklerde ve bilgi formunda isminiz yazılmayacaktır ve verdiğiniz cevaplar gizli kalacaktır. Tamamen gönüllük esasına bağlı olacaktır. Araştırma sonuçları bireysel bilgi olarak değil, grup ortalaması olarak bilimsel raporda kullanılacaktır. Eğer çalışmayla ilgili bir şikayetiniz, görüşünüz veya sorunuz varsa bunu çalışmanın araştırmacısı Psk. İlayda Aktürk'e iletebilirsiniz.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Psikolog İlayda Aktürk

Yakın Doğu Üniversitesi, Klinik Psikoloji Bölümü

Lefkoşa

Mail: [psk.ilydaakturk@gmail.com](mailto:psk.ilydaakturk@gmail.com)

**Ek-3 Sosyodemografik Bilgi Formu****Cinsiyet**

Kadın Erkek

**Yaşınız**

20-28 29-37 38-50 50 ve üzeri

**Eğitim Durumunuz**

İlkokul Ortaokul Lise Lisans Lisansüstü

**Ek-4 Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek Formu**

	<b>Hiçbir Zaman</b>	<b>Nadiren</b>	<b>Bazen</b>	<b>Çoğu Zaman</b>	<b>Her Zaman</b>
1.Haftada iki defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?					
2.Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?					
3.Cinsel yönden kolay uyarılır mısınız?					

**Ek-5 Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın Formu**

1. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?					
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı sorar mısınız?					
3. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (adet günleri, hastalık gibi nedenler dışında)					

### Ek-6 Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Aşağıda kişilik özellik ve davranışlarına ilişkin bir dizi ifade bulunmaktadır. Her ifadeyi okuduktan sonra o maddede belirtilen fikre katılma derecenizi 7 (kesinlikle katılıyorum) ve 1 (kesinlikle katılmıyorum) arasında değişen rakamlardan size uygun olanı işaretleyerek belirtiniz. Bu ölçek kişisel görüşlerinize ilgilidir, bunun için doğru ya da yanlış cevap vermek söz konusu değildir. Önemli olan işaretlediğiniz rakamın sizin gerçek düşüncenizi yansıtmasıdır. 1= Kesinlikle Katılmıyorum 2= Bir Miktar Katılmıyorum 3= Biraz Katılıyorum 4= Katılmıyorum 5= Kararsızım 6= Katılıyorum 7= Kesinlikle Katılıyorum

1) Bir iş üzerinde çalıştığımda iş kusursuz olana kadar rahatlayamam.	(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)
2) Genelde kişileri, kolay pes ettikleri için eleştirmem.	(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)
3) Yakınlarımın başarılı olmaları gerekmez.	(1) (2)(3) (4) (5) (6) (7)



### Ek-7 Oxford Mutluluk Formu Kısa Ölçeği

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Kendimden hoşnut değilim.	1	2	3	4	5
2. Hayatın çok ödüllendirici olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5
3. Hayatımdaki her şeyden oldukça memnunum.	1	2	3	4	5

## Ek-7 Ölçek İzinleri



**İlayda Aktürk** 24 Eki

Alicılar: tayfun ▾



Merhaba ben İlayda Aktürk. Yakın Doğu Üniversitesinde Klinik Psikoloji yüksek lisansı yapmaktayım. "Evli bireylerde cinsel doyum ve mukemmelliyetçiliğin ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri üzerindeki rolünün incelenmesi" konusu üzerine tez çalışması yürütmeyi planlamaktayım. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formunu kullanmak için sizden ölçek izni talep ediyorum. Şimdiden teşekkürler..



**Tayfun Dogan** 25 Eki

Alicılar: ben ▾



Merhaba,  
Ölçeği web sitemden indirerek kullanabilirsiniz.  
İyi çalışmalar dilerim.

Tayfun Doğan  
[www.tayfundogan.net](http://www.tayfundogan.net)

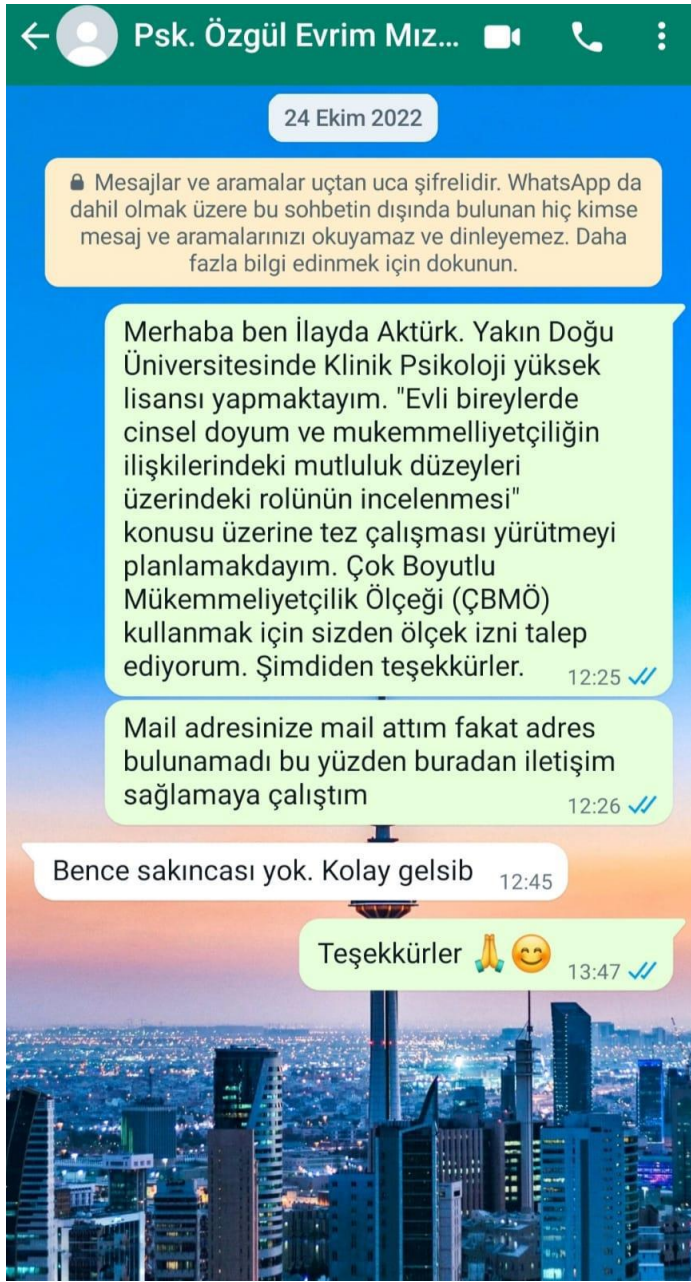
24.10.2022, 15:38, "İlayda Aktürk"  
<akturkilayda1811@gmail.com>:

[Alıntılanan metni göster](#)



**İlayda Aktürk** 25 Eki

Teşekkürler 25 Eki 2022 Sal 11:53 tarihinde  
Tayfun Dogan <tayfun@tayfundogan.net>





**İlayda Aktürk** 6 gün önce

Alıcılar: hceylandas@gmail.c... ▾



Merhaba ben İlayda Aktürk. Yakın Doğu Üniversitesinde Klinik Psikoloji yüksek lisansı yapmaktayım. "Evli bireylerde cinsel doyum ve mukemmelliyetçiliğin ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri üzerindeki rolünün incelenmesi" konusu üzerine tez çalışması yürütmeyi planlamakdayım. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeğini (GRCDÖ) kullanmak için sizden ölçek izni talep ediyorum. Şimdiden teşekkürler.



**ceylan daş** 5 gün önce

Alıcılar: ben ▾



Merhaba,  
İlginize teşekkür ederim. Danışmanızın adını ve akademik ünvanını yazabilerseniz sevinirim.  
İyi çalışmalar.

[Alıntılanan metni göster](#)



**İlayda Aktürk** 27 Eki

Merhaba danışmanımın ismi ve unvanı;  
Yardımcı Doçent Doktor Hande Çelikay Söyler



**İlayda Aktürk** 31 Eki

Ceylan hanım ölçek için izin talebim hakkında  
değerlendirmeniz sonuçlandı mı ? 27 Eki



**ceylan daş** Dün

Alıcılar: ben ▾



Merhaba,

Ölçeği kullanabilirsiniz.

Prof. Dr. Ceylan Daş

[Alıntılanan metni göster](#)



**İlayda Aktürk** Dün

Alıcılar: ceylan ▾



Teşekkürler, iyi günler

31 Eki 2022 Pzt 14:20 tarihinde ceylan daş  
<[hceylandas@gmail.com](mailto:hceylandas@gmail.com)> şunu yazdı:

**Ek-8 Öz Geçmiş**

İlayda AKTÜRK, 22 Temmuz 1997 tarihinde Konya/Ereğli'de doğmuştur. İlköğretim, ortaöğretim ve lise eğitimini Konya/Ereğli'de tamamlamıştır. Psikoloji Lisans eğitimini 2020 yılında Girne Amerikan Üniversitesinde tamamladıktan 1 sene sonra Yakın Doğu Klinik Psikoloji Yüksek Lisans eğitimine başlamıştır. Lisans stajını Konya/Ereğli Devlet Hastanesinde ve Yüksek Lisans stajını Özel Karaman Tıp Merkezinde yapmıştır.

## Ek-9 İntihal Rapor Oramı

ilayda aktürk

ORJİNALLİK RAPORU

% <b>12</b> BENZERLİK ENDEKSİ	% <b>12</b> İNTERNET KAYNAKLARI	% <b>2</b> YAYINLAR	% <b>3</b> ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ
----------------------------------	------------------------------------	------------------------	--------------------------------

BİRİNCİL KAYNAKLAR

<b>1</b>	<a href="http://acikerisim.gelisim.edu.tr">acikerisim.gelisim.edu.tr</a> İnternet Kaynağı	% <b>3</b>
<b>2</b>	<a href="http://docs.neu.edu.tr">docs.neu.edu.tr</a> İnternet Kaynağı	% <b>3</b>
<b>3</b>	<a href="http://acikbilim.yok.gov.tr">acikbilim.yok.gov.tr</a> İnternet Kaynağı	% <b>1</b>
<b>4</b>	<a href="http://sobibder.org">sobibder.org</a> İnternet Kaynağı	<% <b>1</b>
<b>5</b>	<a href="http://dergipark.org.tr">dergipark.org.tr</a> İnternet Kaynağı	<% <b>1</b>
<b>6</b>	<a href="http://dspace.ankara.edu.tr">dspace.ankara.edu.tr</a> İnternet Kaynağı	<% <b>1</b>
<b>7</b>	<a href="http://planlama.mevka.org.tr">planlama.mevka.org.tr</a> İnternet Kaynağı	<% <b>1</b>
<b>8</b>	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK) Öğrenci Ödevi	<% <b>1</b>
<b>9</b>	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> İnternet Kaynağı	<% <b>1</b>

**Ek- 10 Etik Kurul Onayı****BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU**

22.11.2022

Sayın İlayda AKTÜRK

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2022/1454 proje numaralı ve **“EVLİ BİREYLERDE CİNSEL DOYUM VE MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN İLİŞKİLERİNDEKİ MUTLULUK DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ROLÜNÜN İNCELENMESİ”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Aşkın KIRAZ'.

Prof. Dr. Aşkın KIRAZ

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Koordinatörü