

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

MENOPOZA GİRMİŞ KADINLARDA BENLİK SAYGISI
VE BEDEN İMAJININ CİNSEL DOYUMA ETKİSİNİN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Elif ÜNAL

Danışman
Prof. Dr. Özden Şükran ÜNERİ

İSTANBUL – 2021

TEZ TANITIM FORMU

YAZAR ADI SOYADI : Elif ÜNAL

TEZİN DİLİ : Türkçe

TEZİN ADI : Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı ve Beden İmajının Cinsel Doyuma Etkisinin İncelenmesi

ENSTİTÜ : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

ANABİLİM DALI : Psikoloji

TEZİN TÜRÜ : Yüksek Lisans

TEZİN TARİHİ : 03.08.2021

SAYFA SAYISI : 132

TEZ DANIŞMANI : Prof. Dr. Özden Şükran ÜNERİ

DİZİN TERİMLERİ : Menopoz, Benlik Saygısı, Beden İmajı, Cinsel Doyum

TÜRKÇE ÖZET : Bu araştırmanın amacı menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisini incelemek ve menopoza girmemiş kontrol grubu ile karşılaştırmaktır. Bu amaçla araştırmada yer alan sosyo-demografik değişkenlerle benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum arasındaki ilişki ve sosyo-demografik değişkenler bağlamında oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Bunun yanı sıra menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyumu yordayıp yordamadığı incelenmiştir.

DAĞITIM LİSTESİ : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Elif ÜNAL

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Elif ÜNAL

...../...../2021



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

Elif ÜNAL'ın "Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı ve Beden İmajının Cinsel Doyuma Etkisinin İncelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Başkan

Prof.Dr. Özden Şükran

ÜNERİ

(Danışman)

İmza

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Hasan

SEZEROĞLU

İmza

Üye

Dr.Öğr.Üyesi Hatice

GÜNEŞ

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2021

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisini incelemek ve menopoza girmemiş kontrol grubu ile karşılaştırmaktır. Bu amaçla araştırmada yer alan sosyo-demografik değişkenlerle benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum arasındaki ilişki ve sosyo-demografik değişkenler bağlamında oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Bunun yanı sıra menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyumunu yordayıp yordamadığı incelenmiştir.

Yöntem: Araştırmanın yöntemi, anket olarak belirlenmiştir. Katılımcı grubun beden imajı düzeyleri ‘Beden Algısı Ölçeği’, benlik saygısı düzeyleri ‘Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği’, cinsel doyum düzeyleri ise “Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği” aracılığıyla belirlenmiştir. Araştırmanın örneklemini menopoza girmiş ve girmemiş 100’er kadın olmak üzere toplamda 200 kadından oluşturmaktadır. Elde edilen veriler SPSS 22 bilgisayar temelli istatistik programı ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Çalışmamızda menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda benlik saygısı ile beden algısı arasında doğrusal yönlü orta derecede ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca her iki grupta da benlik saygısı ile cinsel doyum arasında doğrusal yönlü düşük derecede ilişki olduğu ve beden algısı ile cinsel doyum arasında doğrusal yönlü orta derecede ilişki olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum arasında anlamlı ilişki olduğu ve bu üç değişkenin birbirine etki ettiği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Menopoz, Benlik Saygısı, Beden İmajı, Cinsel Doyum

SUMMARY

Aim: The aim of this study is to examine the effects of self-esteem and body image on sexual satisfaction in menopausal women and to compare them with the non-menopausal control group. For this purpose, the relationship between socio-demographic variables and self-esteem, body image and sexual satisfaction, and whether there is a difference between the groups formed in the context of socio-demographic variables in terms of dependent variable levels were examined. In addition, it was investigated whether self-esteem and body image predict sexual satisfaction in menopausal women.

Method: The method of the research was determined as a questionnaire. The body image levels of the participant group were determined by the 'Body Perception Scale', their self-esteem levels were determined by the 'Rosenberg Self-Esteem Scale', and their sexual satisfaction levels were determined by the 'Golombok-Rust Sexual Satisfaction Scale'. The sample of the study consists of a total of 200 women, 100 women who have entered menopause and 100 women who have not. The obtained data were analyzed with SPSS 22 computer based statistical program.

Results: In our study, it was found that there is a moderate linear relationship between self-esteem and body image in menopausal and non-menopausal women. In addition, it was determined that there was a low linear relationship between self-esteem and sexual satisfaction in both groups, and a moderate linear relationship between body image and sexual satisfaction.

It has been determined that there is a significant relationship between self-esteem, body image and sexual satisfaction in menopausal and non-menopausal women, and these three variables affect each other.

Keywords: Menopause, Self-Esteem, Body Image, Sexual Satisfaction

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY	ii
İÇİNDEKİLER	iii
KISALTMALAR	vi
TABLolar LİSTESİ.....	vii
ÖNSÖZ.....	xi
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

1.1. Problem Durumu	2
1.2. Araştırmanın Amacı	4
1.3. Araştırmanın Önemi.....	4
1.4. Problem Cümlesi.....	5
1.5. Varsayımlar	5
1.6. Sınırlılıklar	5
1.7. Tanımlar	6

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL BİLGİLER

2.1. Kadın Yaşamının Dönemleri.....	7
2.2. Menopoz Tanımı ve Özellikleri	7
2.2.1. Menopozun Türleri.....	8
2.2.2. Menopoz Döneminde Meydana Gelen Bedensel Değişiklikler	9
2.2.2.1. Vazomotor Değişiklikler.....	10
2.2.2.2. Duygusal Değişiklikler	10
2.2.2.3. Siklus Bozuklukları.....	11
2.2.2.4. Genitoüriner Değişiklikler ve Cinsel Sorunlar	11
2.2.2.5. Kardiyovasküler Sistem Değişiklikleri.....	12
2.2.2.6. Kas İskelet Sistemi Değişiklikleri	12
2.2.2.7. Merkezi Sinir Sistemi Değişiklikleri	12
2.2.2.8. Uyku Bozuklukları.....	13
2.2.2.9. Derideki Değişiklikler.....	13

2.3. Cinsel Doyum	13
2.3.1. Lubrikasyon ve Cinsel Doyum.....	15
2.3.2. Menopozal Dönemde Cinsel Doyum	17
2.3.3. Kadınlarda Cinsel Doyuma Etki Eden Faktörler.....	18
2.4. Benlik Saygısı	20
2.4.1. Benlik Kavramı	20
2.4.2. Benlik Saygısı.....	21
2.4.3. Benlik Saygısı Üzerinde Rol Oynayan Etmenler	23
2.5. Beden Algısı (İmajı).....	23
2.5.1. Beden İmajına Etki Eden Değişkenler	25

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli	28
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	28
3.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları.....	28
3.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	28
3.3.2. Beden Algısı Ölçeği	29
3.3.3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	30
3.3.4. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği	30
3.4. Verilerin Toplanması ve İşlem.....	31
3.5. Verilerin Analizi.....	31

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1. Örneklem Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular	33
4.2. Bağımlı Değişkenlerin Tanımlayıcı İstatistikleri ve Normallik Kontrolü	43
4.3. Ölçeklerin Güvenirlilik Analizleri	44
4.4. Korelasyon ve Regresyon Çözümleme Bulguları	45
4.5. Gruplar Arası Karşılaştırma Bulguları	56

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	91
KAYNAKÇA	94
EKLER.....	-



KISALTMALAR

DSÖ	:Dünya Sağlık Örgütü
WHO	:World Health Organisation
ABD	:Amerika Birleşik Devletleri
VKİ	:Vücut Kitle İndeksi
APA	:Amerikan Psikologlar Birliği
DSM V	:Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
Akt.	: Aktaran
vd.	: ve diğerleri

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Yaşlarına İlişkin Bilgiler .	32
Tablo 2: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Eğitim Düzeyleri Açısından Değerlendirilmesi	33
Tablo 3: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Çalışma Durumlarına Göre Dağılımları	34
Tablo 4: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Alkol Kullanım Durumlarına Göre Dağılımları	34
Tablo 5: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Mevcut Ağırlıklarından Memnuniyet Düzeylerine Göre Dağılımları	35
Tablo 6: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Sigara Kullanım Durumlarına Göre Dağılımları	36
Tablo 7: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Cinsel Yaşamlarından Memnuniyet Durumlarına Göre Dağılımları	36
Tablo 8: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Cinsel İlişki Sıklığından Memnuniyet Durumlarına Göre Dağılımları	37
Tablo 9: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Cinsel İlişki Sonrasında Tatmin Olma Durumlarına Göre Dağılımları	38
Tablo 10: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girme Zamanlarına Göre Dağılımları	39
Tablo 11: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girme Dönemlerinde Hissettikleri Duygulara Göre Dağılımları	39
Tablo 12: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girme Dönemlerinde Cinsel İlişki Kalitesinin Değişimine Göre Dağılımları	40
Tablo 13: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girdikten Sonraki Dönemde Cinsel İlişki Sıklığı Durumuna Göre Dağılımları	40

Tablo 14: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girdikten Sonraki Dönemde Cinsel İsteksizlik Durumuna Göre Dağılımları.....	41
Tablo 15: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girdikten Sonraki Dönemde Eşlerinin Cinsel İstek Durumuna Göre Dağılımları.....	41
Tablo 16: Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı ve Beden İmajının Cinsel Doyuma Etkisine Yönelik Tanımlayıcı İstatistik ve Normallik Kontrolü	42
Tablo 17: Araştırmanın Güvenirlilik Katsayıları ve Değişken Sayıları	43
Tablo 18: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Değerlendirilmesi	44
Tablo 19: Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Değerlendirilmesi	45
Tablo 20: Menopoza Girmiş Kadınlarda Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Benlik Saygısı Üzerindeki Çoklu Değerlendirilmesi	48
Tablo 21: Menopoza Girmiş Kadınlarda Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Beden İmajı Üzerindeki Çoklu Değerlendirilmesi.....	49
Tablo 22: Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısının Beden İmajı Üzerindeki Basit Değerlendirilmesi.....	50
Tablo 23: Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Değerlendirilmesi	50
Tablo 24: Menopoza Girmemiş Kadınlarda Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Benlik Saygısı Üzerindeki Çoklu Değerlendirilmesi.....	52
Tablo 25: Menopoza Girmemiş Kadınlarda Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Beden İmajı Üzerindeki Çoklu Değerlendirilmesi.....	53
Tablo 26: Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısının Beden İmajı Üzerindeki Değerlendirilmesi.....	54

Tablo 27: Çalışma Durumuna Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Analizi.....	55
Tablo 28: Çalışma Durumuna Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem t Testi Analizi.....	56
Tablo 29: Eğitim Düzeyine Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi	58
Tablo 30: Eğitim Düzeyine Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi.....	60
Tablo 31: Mevcut Ağırlık Düzeyinden Memnuniyet Derecesine Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi.....	62
Tablo 32: Mevcut Ağırlık Düzeyinden Memnuniyet Derecesine Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi.....	64
Tablo 33: Sigara Kullanma Durumuna Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Analizi	66
Tablo 34: Sigara Kullanma Durumuna Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Analizi	68
Tablo 35: Alkol Kullanma Durumuna Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Analizi	70
Tablo 36: Alkol Kullanma Durumuna Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Analizi	72

Tablo 37: Cinsel İlişki Sıklığına Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi..... 74

Tablo 38: Cinsel İlişki Sıklığına Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi 75

Tablo 39: Cinsel İlişki Sonrası Tatmin Olma Durumuna Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi 78

Tablo 40: Cinsel İlişki Sonrası Tatmin Olma Durumuna Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi 80

ÖNSÖZ

Bu çalışmanın her aşamasında bana akademik bilgi ve becerisi ile yol gösteren, başlangıçtan bitiş sürecine kadar desteğini, yardımlarını esirgemeyen tez danışmanım Prof. Dr. Özden Şükran ÜNERİ 'ye teşekkürlerimi sunuyorum.

Tez yazma sürecinde ve tüm eğitim hayatım boyunca beni yalnız bırakmayan hep yanımda olan tüm sevgi, emek ve destekleri için annem Gülşen ÜNAL'a, babam Ayhan ÜNAL'a sonsuz teşekkür ederim.

Veri toplama sürecinde katılımcı kitlesine ulaşmamdaki yardımlarından ötürü arkadaşlarım Güler KÜÇÜK'e, Esra YILMAZ'a, Cansu DOĞRU'ya ve bu süreçte yanımda olan tüm arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Elif ÜNAL

GİRİŞ

Cinsel yaşam bireylerin önemli bir günlük yaşam aktivitesi ve temel gereksinimidir. Menopoz ile birlikte beden imajının olumsuz etkileneceği ve kadınlık fonksiyonlarının biteceği konusunda duyulan kaygı nedeni ile kadının cinsel yaşamı olumsuz etkilenebilmektedir. Cinsel ilişki sıklığının menopoz sonrası dönemde anlamlı şekilde azaldığı, menopoz öncesi kadınların %73'ünün haftada bir veya iki kez cinsel ilişkiye girerken, menopoz sonrası bu sıklığın %42'lere düştüğü belirtilmektedir (Gökdemirel vd. 2008). Menopoz dönemindeki yaşam stresleri ve kişilerarası ilişkiler, cinsel işlevlerde önemli bir rol oynamakta, her geçen yıl kadının partneri ile cinsel ilişkiye girme sıklığı azalmaktadır (Akyüz, 2009).

Günümüz toplumlarında kadınlar daha çok çekicilikleri ve arzulanma duygularıyla, erkekler ise kazandıkları başarılarla ve güçleriyle ilgi değer görmektedir. Toplumda var olan bu tutum ve davranışlar sonucunda kadınlar için erkeklere göre beden imajı daha önemli bir hale gelmektedir (Çakı, 2012). Bu nedenle beden imajı kavramı için toplumsal değer ve normlar çok önemli bir yere sahiptir (Yaktıl, 2005).

Karlıdere ve Özşahin (2008), menopoz sürecinde yaşanan semptomların şiddeti arttıkça, genel iyilik halinin de olumsuz yönde etkileneceğini bildirmişlerdir. Kişi içinde bulunduğu karşısında etkin baş etme stratejileri kullanamaz ve çaresiz hissederse menopozal süreci daha problemlerle geçirebilmektedir. Bu durum kişinin benlik saygısında da düşüşe neden olabilmektedir. Kadın yaşamında önemli bir yeri olan menopoz döneminin getirdiği fiziksel ve ruhsal özelliklerin bilinmesi fiziksel ve ruhsal sağlığın korunması için gereklidir.

Bu araştırmada menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisini incelemek ve menopoza girmemiş kontrol grubu ile karşılaştırıp bilgilendirmek istenmiştir.

BİRİNCİ BÖLÜM

1.1. Problem Durumu

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün yaptığı tanımlamaya göre sağlıklı olmak sadece bir hastalık veya sakatlık hali olmaması değildir. Kişinin hem fiziksel hem zihinsel hem de sosyal açıdan tam bir iyilik hali içinde olması sağlık olarak tanımlanmaktadır. Halk sağlığının sağlanması için toplumu meydana getiren vatandaşların fiziksel ve ruhsal yönden sağlıklı olması gerekir. Gelecek nesilleri yetiştiren kadınların sağlıklı olması hem bireysel hem de toplumsal açıdan önem taşır (Aydemir, 2007).

Ortalama bir yaşam süreci ele alındığında bir kadının yaşamının üçte biri menopoza sürecine denk gelmektedir. Bu nedenle yaşam kalitesinin sağlanabilmesi için menopozal döneme ait problemlerle nasıl baş edileceğinin bilinmesi önemlidir. Menopoz dönemini anlamak için sadece hormonal değişimlere değil psikolojik ve sosyal faktörlere de değinilmesi gerekir (Erkin, Ardahan, Kert, 2014). Menopoza ilişkin geliştirilen tutumlarda kişinin evlilik ilişkisi, yaşama karşı bakış açısı, kişilik özellikleri, sahip olduğu sosyal kaynaklar gibi birçok değişken etkili olmaktadır. Ayrıca menopoz sürecinin doğal bir süreç veya bir hastalık olarak nitelendirilmesi de menopoza yönelik tutumu etkileyebilmektedir (Ersoy, 1998). Koç ve Sağlam'ın (2008) yaptığı bir araştırmada kadınların menopoza ilişkin tutumlarının olumsuz olduğu belirlenmiş; fiziksel değişimler, toplumsal ve kültürel etkiler ve bireysel algıların menopoza ilişkin tutumların oluşmasında etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Menopoz döneminde karşılaşılan bir diğer olumsuz durum ise cinsel yaşamdaki sorunlardır (Demirel Bozkurt ve Sevil, 2016).

200 yıl öncesine kadar kadınların %30'u menopoza görebilecek kadar yaşayabiliyorken, günümüzde kadınların %90'ı bu dönemi tecrübe etmektedirler. Yumurtalık fonksiyonlarının sona ermesi ile adet döneminin kalıcı olarak kesilmesi menopoz dönemine geçişi nitelemektedir. Menopoz yalnızca belirli bir yaştan sonra vücutta meydana gelen değişim döneminden ibaret değildir. Bu sürecin medikal boyutunun yanı sıra bireyin hayatında ve yakın çevresi ile ilişkilerinde sosyokültürel bir boyutta meydana getirdiği değişimler mevcuttur (Uzun, 2018).

Sağlık ve hastalık ile ilgili konularda modern tıp uzun süre tek yetkili mekanizma olarak kabul edilirken; günümüzde gerek modern tıp gerekse de toplumsal ve kültürel

alanda ortaya çıkan gelişmeler sağlık bilgisinin toplumsallaşmasına neden olmuş ve bu durum bilgiye ulaşılabilirliği artırarak, sağlığı bireyselleştirmiş, popüler bir meta haline getirmiştir. Günümüzde sağlık ve hastalık algıları değişmiş, sadece biyoloji ile sınırlı kalmamıştır. Bu olgulara sosyo-kültürel ve ekonomik etkilerle birlikte bakılan yeni perspektifler ortaya çıkmıştır (Kurtdaş ve Kurtdaş, 2016). Uluslararası literatürde, menopoza dair olarak öncelikle biyomedikal modeller ortaya çıkmıştır. Hem klinik bağlamda hem de popüler kültür alanlarında, menopoza dair ortaya konan biyomedikal modele göre, menopoz östrojen eksikliğine dayanan bir hastalık olarak sunulmuş, bir süre sonra bu söylemler kadın bedeni ve menopoza dair olumsuz yargıların oluşmasına neden olmuştur (Taşkın, 2009).

Batı toplumlarında medikalizasyon/tıbbileştirme etkisi ile menopoz dönemi fiziksel ve ruhsal sağlığın kötü etkilendiği bir zaman olarak sunulmaktadır. Bu görüşü etkileyen araştırmalar menopoz dönemindeki sağlık sorunları nedeniyle tıbbi yardıma başvuran örneklere dayanmaktadır; tıbbi yardıma başvuran kadınlarda, tıbbi yardım almayanlara (menopoza dair farklı görüşleri olan ve onu hastalıktan fazlası olarak gören kadınlar) oranla daha fazla sağlık problemleri, yaşam stresi ve kötü ruh hali mevcuttur (Tümer ve Kartal, 2018). Medikal yaklaşımlarca menopoz hastalıklı, tedavi edilen, kadınlığın darbe aldığı bir dönem olarak değerlendirilmiş ki bu da menopoza dair anlamların toplumdaki negatif yansımalarına neden olur. Menopoz deneyimleri ve bu dönemde yaşanan sağlık problemleri; farklı coğrafyalarda ve kültürlerde yaşayan kadınlar açısından aynı değildir çünkü herkesin menopoza dair bireysel deneyimleri kendi beklentileri ve tutumları bağlamında kişiye özeldir. Yaşam biçimi, sağlık algısı, sosyal çevre, ekonomik durum, kültür gibi etkenler menopoz dönemi hakkındaki bilgileri ve deneyimleri etkilemektedir. Kadın yaşamının büyük çoğunluğunu kapsayan menopoz dönemini yaşamadan önce kadınların konu hakkında doğru bilgiler edinmesi de önem arz etmektedir (Ertem, 2010).

Benlik saygısı, kişinin sahip olduğu özellikler hakkında yaptığı değerlendirme sonucunda vardığı yargıdır. Kendini olduğu gibi kabul eden, bedenini ve sahip olduğu özellikleri seven kişilerin benlik saygısı yüksektir. Benlik saygısının yüksek olması kişinin kendini sevmeye değer bulması ile yakından ilişkilidir (Taşgıt, 2012). Benlik saygısının gelişiminde erken dönemden itibaren kurulan ilişkilerin, aile yaşantılarının ve fiziksel özelliklerin rolü büyüktür (Avanoğlu, 2004).

Beden, bireyin hem kişiliğinin hem de kimliğinin oluşmasında en önemli kavramdır. Bireyler, çevresindeki diğer bireyler üzerinde fiziki görünümüleriyle etki bırakmaktadır ve bu nedenle 'beden' birey için kendilik değerini ifade etmektedir. (User, 2010). Beden imajı, kişinin kendi bedenini zihninde resmetmesi olarak tanımlanmaktadır ve toplumsal cinsiyet rolleri beden imajı algısı üzerinde büyük bir role sahiptir. Kadınlar ve erkekler bedenleri bakımından farklı hissetmekte, farklı düşünmekte ve farklı davranmaktadır (Ersöz, 2010).

Bireylerin beden imajı algıları hem sosyal faktörlerden hem kurumsal faktörlerden etkilenmektedir. Toplumun kadınlar için ideal olarak nitelendirdiği fiziki özelliklerin önem kazanması, kadınlarda olumsuz bir beden imajı algısının oluşmasına neden olmaktadır (Çalım vd. 2016).

Kadınların beden imajı algıları adölesan, gebelik, doğum sonu dönem ve menopoz dönemlerinde değişiklik göstermektedir. Son yıllarda, ünlü gebelikler ve doğum sonrası zayıf bedenler, çeşitli eğlence haberlerinde çok popüler bir konu haline gelmiştir ve birçok içerik ve medya çalışması bu konuya yoğunlaşmıştır. Sosyo kültürel baskılar kadınlar tarafından içselleştirilebilmekte ve beklentiler karşılanmadığında menopoz dönemlerinde beden memnuniyetsizliği ve depresyon meydana gelebilmektedir (Bacacı ve Apay, 2018).

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisini incelemek ve menopoza girmemiş kontrol grubu ile karşılaştırmaktır. Bu amaçla araştırmada yer alan sosyo-demografik değişkenlerle benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum arasındaki ilişki ve sosyo-demografik değişkenler bağlamında oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Bunun yanı sıra menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyumunu yordayıp yordamadığı incelenmiştir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum kavramlarının etkisi günden gün artmakta ve insan psikolojisindeki yeri gittikçe önem

kazanmaktadır. Cinsel doyum kavramının menopoz döneminde daha farklı etkileri vardır. Menopoza girmiş kadınların kendilerine ilişkin benlik saygısı ve beden imajı algılarının cinsel doyum üzerindeki etkilerinin bilinmesi kadın sağlığı açısından önem arz etmektedir. Bu doğrultuda menopozal dönemdeki kadınların beden imajı, cinsel doyumları ve benlik saygıları birlikte ele alınmış ve istatistiksel olarak incelenmiştir. Konuyla ilgili alanyazında benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyumunu menopoz dönemi bağlamında inceleyen araştırmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Bu bağlamda yapılan çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4. Problem Cümlesi

Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyum üzerinde anlamlı bir etkisi var mıdır?

Alt Problemler

- Menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum düzeyleri ile alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajı cinsel doyumunu yordamakta mıdır?
- Menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda sosyo demografik değişkenler ile (çalışma durumu, eğitim düzeyi vb.) bağımlı değişken (benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum) düzeyleri bakımından anlamlı fark var mıdır?
- Katılımcılarının bağımlı değişkenler alt boyutları arasında anlamlı fark var mıdır?

1.5. Varsayımlar

Araştırmanın varsayımları aşağıda sıralanmaktadır.

- Araştırmada örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- Araştırmaya katılan katılımcıların, sunulan ölçeklerdeki sorulara samimi ve gerçek durumlarını yansıtacak biçimde cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.6. Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıda sıralanmaktadır.

- Araştırmada kullanılacak ölçekler kolayda örnekleme yöntemi ile yapılmıştır.
- Çalışmada örneklemin toplam sayısının 200 olması bir sınırlılık oluşturabilir.
- Yüksek lisans tezi olması zaman sınırı teşkil etmektedir.
- Yalnızca evli olan kadınların çalışmaya dahil edilmesi çalışmanın bir diğer sınırlılığıdır.
- Çalışmamız örnekleminin yalnızca gönüllü olan bireylerden oluşuyor olması tüm örneklemini temsil gücünü düşüren bir unsur olabilir.

1.7. Tanımlar

- **Menopoz:** Menstrüasyon döngüsünün kalıcı olarak kesilmesidir. Menopoz, yumurtalıkların foliküler fonksiyon kaybı ile sonuçlanan bir durumdur (Akt: Çıtak, 2020).
- **Benlik:** Bireylerin davranışlarını belirleyen en önemli kavramdır. Kısacası bireyin kendisini algılama ve tanımlama biçimi olarak tanımlanmaktadır (Tiryaki, 2019).
- **Benlik Saygısı:** Kişinin kendisini değerlendirmesi sonunda ulaştığı benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni durumudur. Değerlilik, yeterlilik ve başarı duygusu benlik saygısının temelini oluşturmaktadır. Bireyin benliğini olduğundan daha değersiz ya da olduğundan üstün görmeden kendisini değerli bulma ve beğenme derecesi, o bireyin benlik saygısını ifade etmektedir (Doğru ve Peker, 2004).
- **Beden İmajı:** Beden imajı kavramının değerlendirme, duygulanım ve yatırım olmak üzere üç temel bileşeni olduğu belirtilmektedir. Değerlendirme bireyin genel fiziksel özelliklerden duyduğu memnuniyeti açıklamaktadır. Duygulanım, bireyin kendi kendini değerlendirmesiyle ortaya çıkan duygusal deneyimler ve duygulardır. Yatırım ise, görünüşün bilişsel-davranışsal önemi ve benlik duygusuna olan bağılılığı ifade etmektedir (Sandoval, 2008).
- **Cinsel Doyum:** Bireyin cinsel ilişkisinden duyduğu memnuniyet ve keyif olarak tanımlanmaktadır (Akt: Kavlak, 2011).

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL BİLGİLER

2.1. Kadın Yaşamının Dönemleri

Kadın yaşamı belirli dönemler çerçevesinde incelenebilmektedir. Bu dönemlere ait yaş aralıkları kişiden kişiye göre değişebilmekle beraber ortalama bir yaş aralığı söz konusudur. 8 yaşına kadar çocukluk dönemi, 8-15 yaşlar arası puberte, 15-18 yaş arası adölesan, 18-50 yaş arası cinsel olgunluk dönemi olarak ifade edilmektedir. Klimakteryum ise 50 yaş sonrası dönem olarak adlandırılmaktadır (Ceylan ve Özerdoğan, 2014).

Bu dönemler arasında hamile kalmak ve menopoz dönüm noktaları olarak görülmektedir. Bu dönemlerde kadın bedeninde meydana gelen hormonal ve fiziksel değişimler psikolojik bazı değişiklikleri de beraberinde getirmekte, kadının bedenini algılayışını farklılaştırabilmektedir (Chrisler ve Ghiz, 1993).

Adölesan dönem ile beraber kadın bedeninde meydana gelen hızlı değişim olgunlaşmayı da beraberinde getirir ve bedenin şekillenmesini sağlar. Bu dönemde genç kızlar için bedenin nasıl görüldüğü oldukça önemlidir. İlk menstrüasyon kanaması ile beraber üreme işlevi başlamakta, cinsel yaşam farklı bir yöne evrilmektedir. Hormonal değişimlerin oldukça hızlı olması ergenlerin ruhsal yaşamlarını etkilemektedir. Ergenliğin bitmesiyle beraber kadınlar için bedensel açıdan daha durağan bir dönem yaşanır. 45-50 yaş civarından sonra overlerdeki yetersizliğe bağlı olarak regl kanamaları son bulur ve menopoz dönemi başlar. Bu dönem kadınlar için yeni bir geçiş evresidir (Kaner, 2000).

2.2. Menopoz Tanımı ve Özellikleri

Menopoz kavramı ilk defa Fransız kadın doğum uzmanı Gardanne tarafından 1821 yılında kullanılmıştır. Kelimenin kökeni Yunanca menos (ay) ve pausos (duraklama) sözcüklerinin birleşmesine dayanmaktadır. Menopoz tanısı alabilmek için son regl kanamasının görülmesinden sonra on iki ay boyunca kanama olmaması gerekmektedir. Bu nedenle menopoz tanısı geriye dönük öykü alınarak konulmaktadır. Menopozu getiren değişimler yıllar içinde gerçekleşmekte aniden olmamaktadır (Brotto ve Luria, 2008). Dünya Sağlık Örgütü'nün tanımlamasına göre menopoz,

overlerin (yumurtalıkların) foliküler (yumurtlama) aktivitelerini yitirmeleri ile menstrüasyonun kalıcı şekilde sonlanmasıdır (WHO, 1996). Menopoza girme yaşı dünyanın farklı ülkelerinde değişiklik göstermekle beraber ortalama 50 yaş olarak kabul edilmektedir. Ülkemizde menopoza girme yaş aralığı 45-50 olarak belirlenmiştir (Şahin ve Coşkun, 2007).

Dünya Sağlık Örgütü'nün sınıflamasına göre menopozal dönem üç başlık altında incelenmektedir. Bu dönemler aşağıdaki gibidir (WHO, 1996):

- **Premenopoz:** Klimakteryumun ilk evresidir. Bu dönemde regl kanamalarının düzeni bozulur ve kadının gebe kalma ihtimali azalır. Bu evredeki düzensiz kanamalar birkaç ay veya birkaç yıl sürebilmektedir. Yorgunluk, baş ağrısı, cinsel istekte azalma, depresif belirtiler bu dönemde görülebilmektedir.
- **Perimenopoz:** Menopoz öncesindeki regl düzensizliklerinin başladığı andan menopoz sonrası ilk yılı kapsayan evredir.
- **Postmenopoz:** Menopozdan yaşlılığa kadar geçen bu süreç menopozdan sonraki ilk beş yılı kapsamaktadır. İlk beş sene erken postmenopozal, sonrası ise geç postmenopozal dönem olarak adlandırılmaktadır. Bu evrede östrojen eksikliğine bağlı olarak ciltte yaşlanma, osteoporoz, kalp ve damar hastalıkları gibi birçok bedensel değişim ve hastalık görülebilmektedir.

2.2.1. Menopozun Türleri

- **Doğal menopoz:** Kadınların %50'si 45-51 yaşlarında adetten kesilmekte olup, 60 yaşına kadar düzenli adet gören kadınlarda olabilmektedir. Doğal menopoz yaş ortalaması, gelişmiş ülkelerde 51.5 yıl olarak bildirilmiştir ve genellikle 45-55 yaşları arasında görülmektedir. Doğal menopoz, yumurtalıklarda yumurta bitmesi sonucu oluşmaktadır. Bir kız bebek doğduğunda yaklaşık 300.000 yumurtalık folikülü vardır. Ancak bu sayı 37 yaşına gelindiğinde yaklaşık 25.000'dir ve menopozda az ya da hiç kalmaz (Polit ve Larocco, 1980).
- **Erken menopoz:** Bilinmeyen nedenlerle 40 yaşından önce oluşan ovaryen yetmezlik ile adetten kesilme durumu olarak tanımlanmaktadır (Brown, Cash ve Mikulka, 1990).

- **Cerrahi menoz:** Farklı nedenlerden dolayı histeroktomi ile yumurtalıkların cerrahi müdahale ile alınması işlemidir (Polit ve Larqcco, 1980).

2.2.2. Menoz Döneminde Meydana Gelen Bedensel Değişiklikler

Menoz dönemi kadın yaşamında hem fiziksel hem de ruhsal değişimlere neden olan fizyolojik bir durum olmakla beraber çok çeşitli yakınmaların da meydana geldiği bir dönemdir. Menozla birlikte gelen şikayetlere nedeni tam olarak bilinmemektedir. Genel kanı şikayetlere neden olan durumun östrojen eksikliği olduğu yönündedir. Menozun yarattığı şikayetler her kadında aynı seyretmemektedir. Hormon takviyelerine rağmen şikayetlerin devam etmesi de sıkça gözlenen bir durumdur. Bu durum menoz şikayetlerinin sadece östrojen ile açıklanamayacağını göstermektedir. Kadının yetiştiği kültürel ortam, sahip olduğu maddi ve manevi kaynaklar, menozla dair inanışlar, yaşam tarzı gibi birçok değişkenin menoz belirtileri üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir (İnceboz vd., 2008).

Östrojen seviyesindeki dalgalanmalar ve azalma, metabolizmada değişiklikleri de beraberinde getirir ve çoğu kadın bu dönemde iştah artışından yakınır. Yaşlanmayla birlikte azalan bazal metabolizma hızı ve azalan fiziksel aktivite de şişmanlığı neredeyse kaçınılmaz bir son haline getirmektedir. Postmenozal kadınlarda azalmış fiziksel aktivite kilo artışının yanı sıra yağsız kitledeki kayıplara ve yağlanmada artışa neden olur (Karvonen-Gutierrez ve Kim, 2016).

Menoz döneminde hafif düzeyde egzersiz daha etkili olmak üzere düzenli egzersiz yapanların vazomotor semptomları daha hafif yaşadıkları, örneğin pilates gibi egzersizlerin kadınların bu dönemdeki yaşam kalitelerinde artışa ve duyu durumlarında iyileşmeye neden olduğu bildirilmektedir (Karvonen-Gutierrez ve Kim, 2016).

Östrojen reseptörleri ürogenitalerin yanı sıra deri ve eklerinde ve kemiklerde de bulunduğundan menozla birlikte deri, vücut kıl dağılımı ve kemik mineral yoğunluğunda kadının beden algısını olumsuz yönde etkileyecek değişiklikler meydana gelir. Cilt altı yağ dokusu azalırken, kollajen yapımındaki azalma, beraberinde ciltte incelme, cilt kuruluğu ve kırışıklıklar gibi yaşlanma belirtilerini oluştururken, özellikle yüz bölgesinde istenmeyen tüylenme artışına ve genital bölgede ise kıllarda seyrelmeye neden olur. Kemik mineral yoğunluğundaki azalma

ise özellikle ilk 3-4 yıl içinde çok hızlıyken, yıllar içinde hızı azalmakla birlikte devam eder ve boy kısalması başta olmak üzere karında bombeleşme gibi değişiklikler kadın beden algısında olumsuzluklar yaratır (Uçanok ve Bayraktar, 1996).

2.2.2.1. Vazomotor Değişiklikler

Menopoz döneminde kadının yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyen başlıca belirtiler vazomotor semptomlardır. Bu semptomlar içinde en sık görülenler ise sıcak basması ve gece terlemeleridir. Vazomotor belirtiler yaklaşık %70 – 80 oranında postmenopozal dönemde görülmektedir. Menopoz girildikten beş yıl sonraki dönemde semptomlarda büyük ölçüde azalma olur. Sıcak basmaları ve terlemelerin başlıca nedeninin östrojen eksikliği olduğu düşünülmektedir (Gold vd., 2001).

Kadınların en az %10'u menopozdan 10 yıl sonraya kadar vazomotor semptomları gösterirken, 85 yaş ve üzeri kadınların %16'sında bu semptomlar devam edebilir (Brown, Cash ve Mikulka, 1990). Yapılan sistematik bir derleme çalışmasına göre perimenopozal kadınlar için sırasıyla %12.5 - %66.7 ve %7.1-%64.9 arasında değişen sıcak basması ve gece terlemeleri sıklığı bildirmiştir (Rguibi ve Belahsen, 2004).

Yapılan bir çalışmada orta şiddetli vazomotor semptomlar, orta yaşta kadınlarda ruhsal genel iyilik hali ile negatif ilişkili bulunmuştur ve yaşam süresince ruhsal sağlığı değerlendirirken önemli bir husus olarak belirtilmiştir (Wardle, Haase ve Steptoe, 2006). Menopoz ve menopoz sonrası kadınlarda vazomotor semptomlar, ani ruh hali değişiklikleri, sinirlilik, artan stres, unutkanlık, uykusuzluk, depresyon, anksiyete ve dikkat dağınıklığı ile birlikte görülmektedir (Roberts vd., 2006).

2.2.2.2. Duygusal Değişiklikler

Menopozun epidemiyolojisine yönelik çalışmalar duygusal değişimlerin en yoğun olduğu evrenin östrojen seviyesinde hızlı dalgalanmaların olduğu premenopoz ve postmenopoz dönemi olduğunu göstermektedir. Bu dönemde en sık yaşanan duygu durumlar, gerginlik, ruhsal dalgalanma, sinirlilik, huzursuzluk, kaygı ve paniktir. Kişi bu duygulara bağlı olarak genel yaşam performansında düşme olduğu hissedebilmektedir (Gold vd., 2001).

Yapılan sistematik bir derleme çalışmasına göre depresyon, anksiyete, sinirlilik, baş dönmesi, yorgunluk, yaşamdan memnun olmama, bellekte azalma, panik atak,

konsantrasyonda zorluk çekme ve duygulanım dalgalanmaları kadınların menopoz döneminde yaşadığı psikolojik belirtiler olarak bildirilmiştir. Aynı çalışmada perimenopozal kadınlarda depresyon prevalansının %25.8-%82.8, sinirlilik %26.5-%85.2 ve menopoz sonrası kadınlarda depresyon prevalansının %24.4- %77.4; sinirlilik %21.8-%75.9 arasında değiştiği bildirilmiştir (Islam vd., 2015).

2.2.2.3. Siklus Bozuklukları

İlerleyen yaş ile beraber kadın overlerinin fonksiyonlarının azalması regl düzeninde değişimleri meydana getirir. Perimenopozal geçiş döneminde kanama kademeli olarak azalırken polimenore, hipermenore, amenore şeklinde menstural kanama bozuklukları ortaya çıkar. Over fonksiyonlarında meydana gelen bu azalma ile kadının gebe kalma şansı gittikçe düşer ve menopozla beraber sonlanır (Kulhan ve Kulhan, 2016).

2.2.2.4. Genitoüriner Değişiklikler ve Cinsel Sorunlar

Kadınlarda menopoz ile birlikte östrojen ve diğer hormonların azalması nedeniyle vajinal semptomlar da artmakta ve bunlar orta ve ileri yaş kadınlarının %50'sinden fazlasında ortaya çıkmaktadır. Menopozla birlikte vulva dokusu elastik yapısını kaybeder (Tangal ve Haliloğlu, 2016).

Östrojen eksikliğine bağlı genital kuruluk ve bakteri gelişimi genital organlardaki enfeksiyon oluşumuna neden olabilmektedir. Genital kuruluk enfeksiyonların yanı sıra cinsel ilişki sırasında ağrı, isteksizlik, yanma ve kaşıntı gibi durumlara da neden olabilmektedir (Tangal ve Haliloğlu, 2016).

Menopozal dönemin başlaması ile birlikte kadınların çoğunda cinsel işlevlerde azalma olduğu bildirilmektedir (Fritz ve Speroff, 2014). Nappi ve diğerlerinin 2018 yılında postmenopozal kadınlarla yaptıkları bir çalışmada, şiddetli vulvovajinal atrofi semptomları daha kötü yaşam kalitesi ile doğrudan ilişkili olarak belirtilmiştir (Nappi vd., 2018). Menopoz döneminde görülen anatomik, fizyolojik ve psikolojik faktörler cinsel sorunlara neden olmaktadır. Menopoz sonrası dönemde kadınların cinsel yaşama uyumunun incelendiği bir çalışmada yaş ilerledikçe ve menopoz süresi arttıkça cinsel fonksiyonlarının olumsuz yönde etkilendiği bildirilmiştir (Kömürcü ve İşibilen, 2011).

2.2.2.5. Kardiyovasküler Sistem Değişiklikleri

Kadınlar üreme dönemi boyunca östrojenin olumlu etkisi nedeniyle kardiyovasküler sorunlardan korunurlar ancak menopoz sonrasında damar sertliği ve kalp krizi riski artmaktadır. Koroner kalp hastalıkları sıklığı kadınlarda her ne kadar düşük olsa da yaşla birlikte belirgin bir artış gözlenmektedir. Elli beş-elli dokuz yaş grubu kadınlarda koroner kalp hastalıkları sıklığı 30-34 yaşa göre 50 kat daha fazla olduğu bildirilmiştir (Ertüngealp ve Seyisoğlu, 2000). Menopoz sonrası kadınlarda vücut yağ dağılımı, erkek tipine dönmeye başlar ve kalp damar hastalıklarının görülmesi açısından risk olarak kabul edilen bel ve karın çevresinde yağ birikimi menopoz sonrası kadınlarda olmaya başlar (Ertüngealp ve Seyisoğlu, 2000).

2.2.2.6. Kas İskelet Sistemi Değişiklikleri

Kas ağrısı, eklem ağrısı, vücut hacminde azalma, kemik kırıkları ve hareketlerde azalma kas iskelet sistem değişiklikleri olarak bildirilmiştir. Kemik kaybı menopozun ilk yıllarında daha fazla görülmekte olup, ilk 5-8 yılda yıl ortalaması %4-8 iken bu oran sonraki yıllarda yaklaşık %1 olarak seyretmektedir (Cengiz, 2007).

Kadının yaşamı boyunca görülen toplam kemik kaybının %75'i menopoz sonrası dönemde meydana gelmektedir. Özellikle de postmenopozal dönemde vücut kemik kütle indeksi yaklaşık %30 azalmaktadır. Postmenopozal dönemde görülen kemik kaybının büyük bir çoğunluğu yaşlanmanın etkisinden çok östrojen eksikliğine bağlıdır (Fritz ve Speroff, 2014). Yapılan bir araştırmada 42-60 yaş arası postmenopozal kadınlarda meydana gelen folikül sitümüle edici hormon artışının osteoporoz riskini arttırdığı ve postmenopozal dönemde osteoporozun yaygın bir hastalık olduğu belirtilmiştir (Gallagher, Moonga ve Kovach, 2010).

2.2.2.7. Merkezi Sinir Sistemi Değişiklikleri

Östrojen beyindeki nöronlar arasındaki iletişimi kolaylaştırmakta olup, östrojen seviyesindeki değişiklikler bilgileri hatırlamada zorlanmalara ve odaklanamama sorunlarına neden olabilmektedir. Bu dönemde hafıza problemleri kısa vadeli bir sorun olarak görülmekte ve bazı kadınlarda yaşanan hafıza bozuklukları menopoz sonrasında ortadan kalkabilmektedir. Alzheimer hastalığının kadınlarda fazla görülmesinin nedeni arasında postmenopozal kadınlarda dolaşımdaki östrojen eksikliği olduğu ve

östrojen tedavisi alan kadınlarda Alzheimer hastalığı riskinin azaldığı gözlenmiştir (Atasü, 2001).

2.2.2.8. Uyku Bozuklukları

Menopozal dönem, kadınlarda uyku bozukluklarının görülmesinde başlıca nedenlerden biridir. Uyku sorunları genel nüfusun %15'inde görülürken menopoz döneminde kadınların yaklaşık yarısında görülmekte olup, en sık görülen uyku sorunları gece uyanmaları ve uykuya dalmada zorluk olarak belirtilmiştir. Ayrıca insomnia, solunumla ilgili uyku bozuklukları ve fibromiyalji menopozla ilişkilendirilen bozukluklar olarak bildirilmiştir (Çiçek ve Özen, 2016).

Menopozda azalan östrojen düzeyiyle beraber ortaya çıkan vazomotor semptomların kadında oluşturduğu sıkıntı hali ve duygusal değişikliklerin yanında uyku döngüsünde önemli bir rolü olan progesteron düzeyindeki azalmanın da uyku bozukluklarına neden olabileceği bildirilmiştir (Jehan vd., 2015).

2.2.2.9. Derideki Değişiklikler

Östrojenin deri üzerinde de etkileri söz konusudur. Östrojen azalması derinin elastikiyet özelliğinin kaybolmasına, derinin kurumasına ve yaşlanmasına neden olur. Postmenopozal kadınlarda derinin incelendiği, kırışıklıkların arttığı, yaraların daha kolay oluşup, geç iyileştiği bildirilmiştir. Deri kollejeninin yaklaşık %30 kadarı menopozdan sonraki ilk beş yıl içinde azalır ve daha sonraki yirmi yıl boyunca her postmenopozal yıl için ortalama %2.1'lik azalma ortaya çıkar (Atasü, 2001).

2.3. Cinsel Doyum

Cinsel doyum genellikle “bireyin ilişkisinin cinsel yönünden ne ölçüde tatmin veya memnun olduğu” olarak tanımlanabilir. Byers, Demmons ve Lawrance (1998) tarafından ortaya konan bir başka tanım ise bu olguya ek görüşler eklemektedir: Buna göre cinsel doyum “kişinin cinsel ilişkiye dair olumlu ve olumsuz öznel değerlendirmesinden kaynaklanan duygusal bir tepkidir”.

Menopoz döneminde kadınların yaşadıkları bedensel ve ruhsal belirtiler kişiden kişiye göre farklılık göstermektedir. Bu belirtilerden önemli bir kısmı da cinsel yaşamla ilgili olmaktadır. Menopoz dönemindeki kadınların hormonal eksikliğe bağlı cinsel

fonksiyonlarında bazı değişimler görülebilmektedir (Balık, 2013). Menopozun cinsel yaşama etki etmediğine dair az sayıda çalışma mevcuttur. Literatürdeki ortak kanı menopoz döneminin cinsel fonksiyonlara olumsuz yönde etki ettiğidir. Ancak kişinin fonksiyonlarının ne ölçüde etkileneceği kişiden kişiye göre farklılık göstermektedir (Bayram, 2005).

Menopozal ve postmenopozal evredeki kadınlarda döneme özgü fizyolojik değişimler sıklıkla görülmektedir. Bu değişimler beraberinde depresyon, evlilik ilişkisinde bozulma, cinsel istek azlığı, orgazm bozukluğu, ağrılı cinsel yaşam gibi sorunları da getirmektedir. Menopoz döneminin doğası gereği yaşanan bu değişimler cinsel yaşamdan alınan keyfi azaltabilmekte, kişinin cinsellikten uzaklaşmasına neden olabilmektedir (Bayram, 2005).

Kadının cinsel eyleminin azalmasına neden olan sebepler çoğunlukla fizyolojiktir. Yapılan araştırmalar menopozun ilk birkaç yılında cinsel ilişki sıklığının yaklaşık %40 azaldığını, premenopozal dönemdeki kadınların ise yaklaşık %25'inin ve postmenopozal dönemdeki kadınların %50'sinin vajinal kayganlık (lubrikasyon) sorunları yaşadığını bildirmektedir. Vajinada meydana gelen kuruluk cinsel ilgi kaybının ve ağrılı cinsel yaşamın temelini oluşturmaktadır (Castelo-Branco vd., 2003; Gonzales vd., 2004).

Postmenopoz dönemdeki kadınların overlerinde meydana gelen yeti kaybı ile gebe kalabilme ihtimali yok olmaktadır. Gebe kalamıyor olmanın bir yetersizlik olarak algılanması kadının bedenine dair olumsuz duygular geliştirmesine sebep olabilir. Gebe kalamamak bir diğer anlamıyla yaşlanmanın da habercisidir. Bununla beraber menopoz kadının toplumsal yaşamda farklı bir statüye geldiği evre olarak da algılanabilmektedir. Menopozun nasıl algılandığı, bu döneme atfedilen değer ve yargılar dönemin nasıl geçirileceği ile yakından ilişkilidir (Kömürcü ve Yıldız, 2007).

Menopoz döneminde kadının cinsel yaşamında meydana gelen değişimler aşağıdaki şekilde sıralanmaktadır

- Kadının seksüel kimliği: vajina, meme gibi seksüel organlar ve koku-tat alma duyularında meydana gelen değişimler kadın hissetmeye dair duyguları etkileyebilmektedir.

- Kadının seksüel fonksiyonu: cinsel isteğin azalması orgazm olmayı güçleştirmektedir.
- Çiftler arası ilişki: çiftler arasındaki seksüel bağın azalması evlilik ilişkisinde problemler yaşanmasına sebep olabilmektedir (Kömürcü ve Yıldız, 2007).

Chartier (2009) yapmış olduğu çalışmasında, kadınların cinsel istekleri ve bildirdikleri cinsel doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi değerlendirmiştir. Çalışmada, cinsel doyumunu etkileyebilecek biyolojik, psikolojik ve sosyal istek faktörler irdelenmiştir. Araştırmanın örneklemini, ilk evliliklerinde ortalama 2 yıl evli olan 45 kadın ve 32 erkekten oluşan 77 birey oluşturmuştur. Elde edilen sonuçlara göre, cinsel arzunun, cinsel doyum ile pozitif ve anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu; psikolojik ve sosyal faktörlerin kadınların cinsel doyumunu en güçlü şekilde açıkladığı görülmüştür. Ayrıca, kadınların cinsel istekleri ile ilgili psikolojik ve sosyal algıları, eşlerinin biyolojik, psikolojik veya sosyal isteklerine ilişkin algılarından daha fazla cinsel doyum ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır (Chartier, 2009).

Cinsel doyum, bireyin yaşadığı cinsel ilişkisinden duyduğu memnuniyetin düzeyi olarak tanımlanır. Kaya (2013) tarafından yapılan çalışmada, genç yetişkin bireylerin vücut algısı ve sosyal görünüş kaygılarının cinsel doyumlarına etkisini incelemek amacıyla 54 erkek ve 50 kadın üzerinde araştırma gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda vücut algısı ile cinsiyet ve eğitim durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Cinsel doyum ile de evlenme şekli ve yaş arasında da bir ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca kişilerin beden algısı ve cinsel doyumları arasında da anlamlı bir fark olduğu ulaşılan sonuçlar arasındadır.

Menopoz ve cinsel yaşama dair yapılan araştırmalar menopoz döneminde cinsel ilişki sıklığının belirgin derecede azaldığını göstermektedir (Aygin ve Pektemek, 2018). Altuntuğ ve arkadaşları (2016), yaşlılık döneminde cinsel yaşam kalitesini inceledikleri çalışmalarında menopoz dönemi ile beraber cinsel yaşam kalitesinde düşüş olduğunu tespit etmişlerdir. Özellikle cinsel ilişki sırasında ağrı yaşama durumu menopoz döneminde cinsel doyumunu azaltan faktörler arasındadır.

2.3.1. Lubrikasyon ve Cinsel Doyum

Uzun süreli bir evre olarak ortaya çıkan uyarılma esnasında kadında görülen ilk uyarılma belirtileri yağlanma (lubrikasyon) ve cinsel organda kabarma, erkekte ise

penisin ereksiyonudur (Çavaş, 2008). Nograthlı (2019) tarafından yapılan araştırmada, kadınların cinsel işlev düzeyleri, evlilik memnuniyet ile cinsel doyumları düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma kapsamında, 40 yaş üzerinde olan kadınların cinsel doyum ölçeğinden aldığı puanların, 40 yaş altında olan kadınların cinsel doyum ölçeğindeki puanlarından daha düşük olduğu; lise mezunu olan kadınların evlilik doyumu puanlarının üniversite mezunu ve üzerinde eğitilmiş olan kadınların evlilik doyum puanlarına göre daha düşük olduğu; çocuğu olmayan kadınların uyarılma, lubrikasyon ve cinsel işlev puanlarının çocuğu olan kadınların uyarılma, lubrikasyon ve cinsel işlev puanlarına oranla daha yüksek olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Öte yandan kadınların uyarılma, lubrikasyon, orgazm ve cinsel doyum arttıkça, cinsel doyum puanlarının da artmakta olduğu; kadınların uyarılma, lubrikasyon ve cinsel işlev puanları arttıkça kadınların evlilik memnuniyet puanlarının da artmakta olduğu; neticede kadınların cinsel doyum puanları arttıkça kadınların evlilik memnuniyet puanlarının da arttığı sonuçlarına varılmıştır.

Yapılan bir çalışmada, Türkiye’de kadın popülasyonunda doğum yönteminin postpartum dönemde cinsel fonksiyonu etkileyip etkilemediği incelenmiştir. Katılımcı iki grup demografik özellikler, tıbbi özgeçmiş ve obstetrik detaylar ve vücut kitle indeksi değerleri açısından eşleştirilmiştir. Çalışma grupları arasında vücut kitle indeksi (VKİ) dışında yaş, eğitim düzeyi, cinsel aktivite sıklığı, evlilik yılı, iş durumu ve sosyoekonomik düzey açısından istatistiksel olarak farklılık göstermemişlerdir. Bununla birlikte, her iki grup arasında yapılan karşılaştırmada, istek, uyarılma ve özellikle lubrikasyon yönünden ise anlamlı bir fark saptanmamıştır (Kasap vd., 2016).

Kadın cinsel işlevi; arzu, uyarılma, orgazm ve ağrı dört ana alt tipi içerir. Çok az sayıda çalışma bu alanlardaki disfonksiyonu ve risk faktörlerini değerlendirmiştir. Yapılan bir araştırmada kadınların % 43.8’i bir veya daha fazla alanda cinsel güçlük yaşamıştır; % 31.3’ünde düşük arzu; düşük uyarılma, % 18.2’sinde ise düşük lubrikasyon olduğu ortaya çıkmıştır. Genç kadınlarla (20-49 yaş) karşılaştırıldığında, yaşlı grubun (50-67 yaş) düşük arzu, düşük uyarılma ve lubrikasyon deneyiminde anlamlı olarak daha yüksek bir prevalansa sahip olduğu görülmüştür. Çok değişkenli analizlere dayanarak, eş ile zayıf ilişki ve eşin cinsel işlev bozukluğu algısı, düşük arzu, düşük uyarılma, düşük orgazmik fonksiyon ve düşük memnuniyet unsurları bu süreçte önemli risk faktörleri olarak belirlenmiştir (Kasap vd., 2016).

2.3.2. Menopozal Dönemde Cinsel Doyum

Yaş ve idrar kaçırma düşük lubrikasyon ve cinsel ağrı ile ilişkili bulunmuştur. Öte yandan, kadınların lubrikasyon problemi ve cinsel ağrının ağırlıklı olarak biyolojik faktörlerle ilişkili olduğu görülmüştür (Jiann vd., 2009). Bartholin bezleri olarak da adlandırılan bezler kadın cinsel organının hemen solunda ve sağında bulunur ve cinsel ilişkiye yardımcı olmak için yağlama ve lubrikasyon sağlar. Çoğu kadın - özellikle postmenopozal kadınlar - yaşamlarının bir döneminde yetersiz lubrikasyon yaşadıklarını belirtmektedir, bu durum da cinsel ilişki sırasında rahatsızlığa veya ağrıya neden olur (Nappi ve Lachowsky, 2009). Ön sevişmenin uzatılması ve su, silikon veya yağ bazlı kişisel yağlayıcıların kullanılması bu yaygın soruna basit çözümlerdir. Yağlayıcı nitelikteki lubrikasyon ürünleri kullanımı, eşli cinsel aktivitelerde kadınlar için yaygın olarak önerilmesine rağmen, kadınların yağlayıcı kullanımı veya cinsel zevk ve memnuniyet ile ilişkileri hakkında çok az şey bilinmektedir.

Yapılan bir çalışmada eşli ve yalnız cinsel aktiviteler sırasında yetişkin kadınların nasıl yağlayıcı ürün kullandığının yanı sıra, cinsel zevk ve memnuniyet raporları ile belirli bir cinsel olay sırasında yağlayıcı kullanımı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Toplam 2.453 kadının, beş hafta boyunca altı tane su veya silikon bazlı yağlayıcıdan birini kullanması istenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre su bazlı yağlayıcılar, silikon esaslı yağlayıcılara kıyasla daha az genital semptomlarla ilişkilendirilmiştir. Ek olarak, su bazlı veya silikon bazlı bir yağlayıcı kullanımı, daha yüksek cinsel zevk ve doyum dereceleri ile ilişkili çıkmıştır. Su bazlı yağlayıcı kullanımının, yağlayıcı kullanılmamasına kıyasla daha yüksek cinsel zevk ve doyum sağladığı da görülmüştür (Herbenick vd., 2011).

Sadece biyolojik müdahalelerle semptomları yönetmeye odaklanan tedaviler, psikolojik, iletişimsel ve sosyal bağlamlarda bulunan cinsel işlev bozukluklarının temelinde yer alan bir konuyu ihmal eder. Örneğin, cinsel ilişki sırasında yetersiz lubrikasyon sorunu için tedavi arayan bir kadına, semptomlarını hafifletmek için ek bir yağlayıcı reçete edilmesi muhtemeldir. Bir dahaki sefere cinsel olarak yakınlaşma olduğunda, yağlayıcı takviyesi kullanılması kadının vajinal kuruluşunu çözebilir, ancak aynı zamanda partnerle yaşanan cinsel işlevsizliklerin temelini inilmeyerek doğal uyarılma ve yağlama eksikliği de hep göz ardı edilmiş olur (Kleinplatz, 2012).

Yağlayıcı madde kullanımı ile cinsel işlevsellik arasındaki ilişkiyi inceleyen az sayıda çalışma vardır ve mevcut hiçbir çalışma disparoni rahatsızlığı olan kadınlarda bu ilişkiyi incelememiştir. Vajinal kuruluk, her yaşta kadınlar arasında yaygın bir şikâyettir. Vajinal kuruluk ve ağrılı ilişki arasında bir ilişki vardır; bu nedenle, disparonisi olan kadınlar, yağlayıcı kullanımı dikkat çekmektedir. Yapılan bir çalışmada, disparoni rahatsızlığı olan ve olmayan kadınlar arasında bildirilen doğal yağlamaya ve kişisel yağlayıcılara karşı tutum ve kullanımdaki farklılıklar incelenmiştir. Katılımcılar demografik bilgiler, jinekolojik / tıbbi geçmiş, cinsel işlevler ve yağlayıcı kullanımı ve tutumları hakkındaki soruları içeren çevrimiçi bir anketi doldürmüştür. Buna göre disparonisi olan kadınların penetrasyondan önce yağlayıcı kullanma sıklıkları daha fazladır. Bununla birlikte, yağlayıcı kullanımı, disparoni rahatsızlığı olan kadınlar için ağrıyı hafifletmede orta derecede etkili olmuştur. Disparonisi olan kadınlar doğal lubrikasyonda daha fazla zorluk çektiği için, disparonisi olmayan kadınlardan daha sık yağlayıcı kullandıklarını bildirmişlerdir. Disparonisi olan kadınlar, ağrıyı önlemek veya hafifletmek için yağlayıcıları diğer kadınlardan daha sık kullandıklarını ifade etmişlerdir; dolayısıyla disparoni rahatsızlığı olan bazı kadınlar için lubrikasyon ürünlerinin yararlı bir araç olabileceğini düşünülmektedir (Sutton vd., 2012).

Otuz bir kadınla yapılan bir çalışmada olumlu bir genital benlik imajı cinsel sıkıntı ve depresyon miktarı ile negatif ilişki göstermekle birlikte, algılanan stres veya genel cinsel işlev ile ilişkili olmadığı belirlenmiştir. Pozitif bir genital benlik imajı daha yüksek cinsel isteği tetiklerken, cinsel uyarılma ve özellikle de lubrikasyon sürecindeki memnuniyetle cinsel benliğin ilişkili olmadığı görülmüştür. Ayrıca, cinsel işlev ile doğrudan ilişkili olmasa da, genital benlik imajının, genel cinsel deneyimin parametreleri ile ilişkili olduğu görülmektedir (Berman vd., 2003).

2.3.3. Kadınlarda Cinsel Doyuma Etki Eden Faktörler

Cinsellik, cinsel doyum ve iki bireyin uyum içinde beraberliklerini kapsayan sosyal kurallar, değer yargıları ve tabularla belirlenmiş olan; biyolojik, psikolojik ve sosyal etkileşimlerle şekillenen özel bir yaşantı olarak izah edilebilir. Bu alanların birinde yaşanan sorun, cinselliğe de yansiyarak işlevselliği etkileyebilir (Aydın,1998). Başka bir ifadeyle, cinsel doyum, bireylerin cinsel ilişki içindeyken aldıkları haz ve memnuniyettir. Cinsel doyum ilişkinin cinsel olan ve olmayan yönlerini de

kapsamaktadır. Kişinin toplumsal ilişkileri, yaşam koşulları, ekonomik durumu, fiziksel sağlığı, önceki cinsel deneyimleri gibi birçok faktör cinsel doyum üzerinde etkili olan bireysel faktörlerdir (Yılmaz, 2014).

Cinsellik deneyiminin bireye neşe ve memnuniyet getirmenin yanı sıra üremeyi sağlamak suretiyle iki amacı vardır. Cinsel yaklaşım, bir dizi refleks ile zuhur eden periyodik bir başlangıç ve bitiş davranışından ibarettir. Bu davranışta ilk başta gelen psikolojik refleksler görme, koklama, dokunma gibi beş duyumuzla ortaya çıkar ve sonrasında da fizyolojik refleksler söz konusu olur. Cinsel tepki ve yanıtı oluşturan reflekslerin tamamen doğuştan gelen davranışlar olması da gerekmez. Yaşlanma ile zaman içinde cinsel olgunlaşma esnasında, bu refleksler zamanla artar ve cinsel olgunluk birliğini oluşturur. Birey tüm özelliklere sahip olmasına rağmen, zayıf kültür ve bozuk özdeşleşmelerin beraberinde getirdiği cinsel problemler yaşanabilir (Oktay ve Tombul, 2003).

Toplumun temelini oluşturan aile kurumunda, eşler arasındaki ilişkinin sağlıklı olması ilgili ailenin yanı sıra toplum için de büyük önem taşımaktadır. Yapılan bir araştırmada, evli bireylerde evlilik yaşam doyumu, cinsel doyum ve evlilik uyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya 99 evli birey katılmıştır. Veriler Sosyo-demografik Bilgi Formu, Evlilik Yaşam Doyum Ölçeği, Yeni Cinsel Doyum Ölçeği ve Evlilik Uyum Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda çiftlerin yaşam ve evlilik doyumu düzeyleri ile eşin mesleği, çalışma koşulları, sahip olunan çocuk sayısı ve aile bireylerinin birbiri ile olan ilişkisi arasında anlamlı fark gözlenirken; cinsiyet, evlenmeden önce cinsel birliktelik durumu, ailede psikiyatrik öykünün olması, yatak odasında yatan çocuğun olması, sürekli ilaç kullanımının olması, eşlerin yaşı, evlilik süresi, evlilik türü, eğitim ve meslek durumuna göre anlamlı farklılık belirlenmemiştir. Ayrıca evli bireylerin cinsel doyum düzeyleri ile cinsiyet, evlilik süresi, yaş, meslek durumu, eğitim durumu, evlilik türleri, aile ilişkileri, eşlerin çalışma durumu, ailede psikiyatrik öykü olması, sürekli ilaç kullanımının olması ve yatak odasında yatan çocuğun olması değişkenleri arasında anlamlı farklılık saptanırken, evlenmeden önce cinsel birliktelik durumu, aylık ortalama gelir durumu, eşlerden birinin fizyolojik rahatsızlığının olması durumu ile alakalı anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Elde edilen bulgulara göre cinsel doyum ve evlilik yaşam doyumu arasında doğrusal yönlü, güçlü ve anlamlı bir ilişki

tespit edilirken; evlilik uyumu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Neticede evlilikte yaşam doyumu, cinsel doyum ve evlilik uyumu ile ilgili ortaya çıkabilecek problemlere yönelik uzmanlar tarafından psiko-eğitim çalışmaları yapılması önerilmiştir (Karalı, 2019).

Yapılan bir çalışma, 1-51 yıl süreli bağlı ilişkilerde orta yaşlı ve yaşlı çiftlerin cinsel ve ilişki parametrelerini ilk inceleyen araştırmadır. Anket araştırması Brezilya, Almanya, Japonya, İspanya ve ABD'de 40-70 yaş arası 200 erkeği ve bu ülkelerdeki kadın partnerleri hedefleyerek son örnekle 1.009 çiftle gerçekleştirilmiştir. Yaş ortalaması erkekler için 55 ve kadınlar için 52 bulunmuştur; ilişki süresi ise ortalama 25 yıldır. Erkeklerde ilişki memnuniyeti sağlık, fiziksel yakınlık ve cinsel işleve bağlıyken, sadece kadınlarda cinsel işlevler ilişki memnuniyetini yordadığı belirlenmiştir. Daha uzun ilişki süresi, erkekler için daha fazla ilişki mutluluğu ve cinsel doyum oranı olarak ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte, 20 ila 40 yıl arasındaki ilişkilerdeki kadınların ilişki mutluluğunu bildirme erkeklerden önemli ölçüde daha az çıkmıştır. Cinsiyete göre yapılan karşılaştırmada ilişkinin başlarında kadınların daha düşük, ilerleyen yıllarda ise daha yüksek düzeyde cinsel doyum elde ettikleri bildirilmiştir (Heiman vd., 2011).

Danimarka'da yapılan bir çalışmada da cinsel doyum ile evlilikteki yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir (Ventegodt, 1998). Fransa'da yapılan başka bir araştırma da yaşla cinsel doyum oranının azalmakta olduğunu, bununla birlikte kadınların erkeklere oranla yaşlandıkça daha fazla oranda cinsel doyum yaşadıkları belirlenmiştir (Colson vd., 2006). Kadınlarda yaşla birlikte cinsel doyumun artışı ilerleyen menopozal dönemin sonucu olarak gebelik korkusunun olmamasının yanı sıra, kadınların ilerleyen yaşlarıyla orgazm olmayı öğrenmesiyle açıklanabilir.

2.4. Benlik Saygısı

2.4.1. Benlik Kavramı

Benlik imgesi ile tanımlanan durum bireyin kendi ilgileri, yeteneği ve hedefleri çerçevesinde gelişen bir yapıdır. Bir diğer ifade ile benlik kavramı, kişinin kendine dair tüm düşünceleri ve duygularıdır. Benlik kavramı içinde kişi, kendi yeteneklerini ve ilgilerini bildiği kadar sınırlılıklarının ve yetersizliklerinin de farkındadır. Bu farkındalık bazen somut gerçekleri bazen de inançları kapsar (Yıldız ve Çapar, 2010).

Benlik, hem kişinin kendine yönelik fikirlerini hem de kendine dair ideallerini içermektedir. Benlik aynı zamanda kişinin diğer bireylerle olan ilişkilerinde sahip olduğu ve olmadığı özellikler arasındaki çizgiyi de belirler. Benliğe ait tüm özellikler kişiyi diğer tüm insanlardan farklı kılan ve biricik olmasını sağlayan yapıdır (Hiçdurmaz, 2011).

Köknel'e göre (1999) benliğin bazı işlevleri söz konusudur. Bunlar:

- Dürtülerin neden olduğu arzuların kontrol edilmesi,
- Sosyal ilişkiler kurma,
- Gerçeklik algısı içinde değerlendirme,
- Gerçekliğe uyum sağlayabilme,
- Çevreden gelen uyaranları organize edebilme ve zaman yönetimi,
- Algılama, muhakeme etme ve karar verebilme,
- Geleceğe dair hedefler koyma ve plan yapma,
- Kavramsal algılama,
- Engeller ve stres karşısında baş etme mekanizmalarını kullanabilme,
- Kaygı ile baş edebilme.

2.4.2. Benlik Saygısı

Benlik saygısı en genel ifade ile kişinin kendine dair özellikleri beğenmesi ve onaylamasıdır. Kendini diğer insanlardan daha yukarıda veya aşağıda görmeden kendine dair bir kabul duygusu içinde olma durumudur (Özcan vd., 2013). Benlik saygısının düzeyi yaşamsal anlamda önemli olan birçok değişkene etki eder. Akademik başarı, sosyal ilişkiler, stresle baş edebilme, yaşamdan keyif alma gibi birçok durum benlik saygısından etkilenmektedir. Benlik saygısı yerinde olan kişiler yaşamsal faaliyetleri yerine getirme konusunda enerjiktirler. Sahip oldukları özelliklere güvenir ve bununla övünürler. Düşük benlik saygısına sahip kişiler ise kendilerini çoğunlukla değersiz ve suçlu hissederler. Bu duygular kişinin akademik ve sosyal anlamda başarılı olmalarında engeldirler. Benlik saygısının düzeyi kişinin diğer insanlarla pozitif ilişkiler kurmasına, olayları gerçekçi ve olumlu değerlendirmesine etki etmektedir (Erdem ve Taşçı, 2003).

Benlik saygısı kişinin kendine yönelik verdiği değerin toplamı olarak düşünölebilir. Karmaşık ve dinamik bir yapıdır. Kişi bazı dönemlerde benlik saygısını yüksek yaşarken bazı durumlarda benlik saygısında düşme görölebilmektedir. Kişinin hem ruhsal hem de bedensel özellikleri benlik saygısına etki edebilmektedir. Örneğın zayıf olma ideali olan bir kişi kilo verdikten sonra kendine daha fazla saygı duyabilir (Yılmaz ve İkinci, 2001).

Maslow'un geliştirmiş olduğu ihtiyaçlar hiyerarşisi piramidinde benlik saygısı dördüncü sırada yer almaktadır. Maslow geliştirdiğı bu sıralama benlik saygısının birey için çok önemli olduğunu vurgulamaktadır. Kişi kendine saygı duymadığında ve diğer insanlardan saygı görmediğinde ruhsal bir ihtiyaçı eksik kalmış olur. Kendini gerçekleştirmiş olgun bir birey olmada benlik saygısının önemi büyüktür (Akt. Yaygır, 2018).

Benlik saygısının gelişiminde dört önemli faktör rol oynamaktadır. Bunlar: kişinin kabul görmesi, kazanılan başarılar, hayata dair beklentiler ve haksızlık karşısında kendini savunabilme durumudur. Kişinin yaşam boyu elde ettiğı başarılar ve kazandığı tecrübeler benlik saygısının gelişiminde rol oynar. Bununla beraber bireyin yetiştiğı ortamda kendine nasıl davranıldığı, çevredeki insanlardan ne derece saygı gördüğü benlik saygısının gelişiminde oldukça önemlidir. Benlik saygısı düşük kişiler sorumluluk alma konusunda isteksiz ve cesaretsizdir. Diğer insanlarla göz teması içinde ilişki kurmaktan çekinebilirler. Yaşadıkları problemleri dile getirmede zorlanırlar. Bu kişilerarası problemlerin kaynağı kişinin kendini diğerlerinden daha değersiz görmesidir (Yıldız ve Çapar, 2010).

Benlik saygısı yüksek olan kişiler, kendilerini diğerlerinden ne aşağıda ne de yukarıda görürler. Sahip oldukları beceriler ve özelliklere dair gerçekçi bir algı içindedirler. Kendilerini sever ve güvenirlere. Yüksek benlik saygısı olumlu bir algı geliştirmede ve kişiyi strese karşı korumada bir kalkan görevi görmektedir. Kişi ideallerine kavuşma noktasında istekli ve enerjik davranarak sosyal destek alma konusunda başarılıdırlar. Bu nedenle yaşadıkları sorunlar karşısında yardım almaktan çekinmezler ve çözüm yolları geliştirirler (Hiçdurmaz ve Öz, 2011). Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin sahip oldukları bir diğer özellik bilişsel esnekliğe sahip olmalarıdır. Olaylar karşısındaki düşüncelerini ve duruşlarını değiştirebilmede katı değildirler. Bu esneklik

kişiyne manevra becerisi ve çözüm odaklılık kazandırmaktadır. Bu özelliklerin aynı zamanda yaşam kalitesi üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir (Turanlı, 2010).

2.4.3. Benlik Saygısı Üzerinde Rol Oynayan Etmenler

Rosenberg'e (1965) göre benlik saygısı kavramı için en kritik dönem ergenliktir. Ergenlikle beraber artan kimlik arayışı ve gelişimi benlik saygısını da etkilemektedir. Ergenlerin aileden uzaklaşma, arkadaşlarla yakınlaşma ve kendine ait bir tarz oluşturma çabaları benliği bulma mücadeleleridir.

Ergenlik dönemindeki kişi için çevredeki insanların görüşleri ve düşünceleri oldukça önemlidir. Ergen özellikle arkadaş ilişkilerinden aldığı geri dönüşlerle seilmeye değer biri olup olmadığına karar vermek istemektedir. Çevreden gelen geri bildirimler ergenin benliğine dair fikirlerini büyük ölçüde etkilemekte ve şekillendirmektedir (Kuzgun, 2002).

Benlik saygısı kişinin içinde bulunduğu kültürel ortam, aile ve arkadaş ilişkileri ile şekillenir. Geniş aileler yoğun bir etkileşim sağlasa da yüksek düzeyli çatışmalar ve yüzeysel ilişkilerle çocuğa verilen değer daha az olmasına neden olabilmektedir. Bununla beraber yaşanan kültürde bireyselliğe bakış, ideal bedene dair kabuller ve cinsiyet rolleri gibi birçok değişken benlik saygısının gelişiminde etkilidir (Babacan Gümüş vd., 2011).

Beden imajı ve benlik saygısı birbiri ile yakından ilişkili iki kavramdır. Kronik hastalıklar, uzuv kaybı, hamilelik, menopoz, geçirilmiş ameliyatlar, fazla kilo alımı veya zayıflık gibi bedensel değişiklikler kişinin benlik saygısına etki etmektedir (Kuzgun, 2002). Beden imajına dair detaylı bilgi aşağıda sunulmaktadır.

2.5. Beden Algısı (İmajı)

Beden algısı tanımı; bedeni şekil, ölçü, biçim gibi özellikleri üzerinden zihinde yaratılan bir resim olarak yapılmıştır. Literatüre baktığımızda farklı disiplinler tarafından bu kavramın beden imgesi, beden imajı, beden egosu ya da beden sınırı gibi kelimelerle ifade edildiğini görmekteyiz (Alagül, 2004).

Beden imajı kavramı, Schilder ve Head'in ampute olmuş hastalarla yaptıkları incelemede ortaya atılmıştır. Bu hastaların olmayan organlarda fantom bir ağrı

hissetmeleri beden imajına dair ilk fikirleri oluşturmuştur. Önceleri beden şeması olarak ifade edilen kavram, beynin duygusal korteksinde organize edilen, geçmiş ve şimdiki duyuların tümü olarak ifade edilmiştir. Bu alandaki bilgi birikimi kişinin bedenine dair algısını oluşturmaktadır (Head ve Holmes, 1911).

Schilder 1935 yılında beden imajını ‘’ kişinin kendi bedenine dair zihninde oluşan resim’’ olarak tarif etmiştir. Bu tanım doğrultusunda beden imajını üç fizyolojik, psikolojik ve sosyal olmak üzere üç boyutta ele almıştır. Fizyolojik boyut, dışarıdan gelen bilgilerin duyu organları aracılığıyla algılanması, bedenin hacimsel duruşu, kas tonusu ve ağrı gibi duyuları kapsamaktadır. Psikolojik boyutta ise kişinin kendi bedenine dair algısı, bedenine karşı olan duyguları ve davranışları yer almaktadır. Sosyal boyutta ise kişinin sosyal duruşunu etkileyen bir dış kılıf tarif edilmektedir. Kişinin yaşadığı toplumda yer alan güzellik algısı, ideal bedene dair düşünceler bunları oluşturmaktadır. Bireyler bedenlerini kullanarak çevreye bazı mesajlar verirler. Kendilerine karşı hissettikleri tutum ve davranışlar beden aracılığıyla çevreye aktarılabilir. Örneğin olumlu bir beden imajına sahip bir birey çevresinde daha fazla saygı duyulan ve pozitif ilişkiler kurabilen biri olabilmektedir. Bu durum kişinin benlik saygısını ve özgüvenini de olumlu yönde etkilemektedir (Schilder, 1950).

Psikanalitik kuramın öncüsü Freud, beden imajı kavramını kullanmadan bedene dair algı üzerine açıklamalar yapmıştır. Ona göre id ve ego kavramları geniş perspektifte bedensel egoyu oluşturmaktadır. Bu kavram benlik ve beden ile eş anlamlı olarak düşünülebilir. Freud’a göre vücut ve zihin bir bütün olarak düşünülmelidir. Zihinde meydana gelen durumlar ve beden üzerindeki algı birbiri ile etkileşim içindedir (Akt. Hanley, 2004).

Schwab (1968)’a göre beden imajı, kişinin sahip olduğu beden parçalarına ve bu parçaların işlevlerine yönelik olumlu veya olumsuz tüm duygulardır. Bu tanımda beden imajı için kişinin hissettiği duygulara vurgu yapılmaktadır. Kişi sahip olduğu bedenden memnun olarak yaşamına devam edebilir veya memnuniyetsizlik sonucunda idealindeki bedene ulaşmak için çaba sarf edebilir.

2.5.1. Beden İmajına Etki Eden Değişkenler

Kişinin geçmişte kendi bedenine gösterdiği ve bedeni ile ilgili çevresinden aldığı tepkiler bireyin beden algısını etkiler. Beden algısı bu nedenle geçmiş deneyimlere göre de şekillenir ve bir beden algısı hafızası oluşur (Tazegül ve Geçer, 2016).

İnsanların bedenlerine bakış açılarının kültürler arasında da farklılıklar gösterdiğinin tespit edildiği çalışmalarda beyaz kadınların başta zenci kadınlar olmak üzere diğer ırklardaki kadınlardan daha fazla beden hoşnutsuzluğu yaşadığı saptanmıştır (Choate, 2005). Çeşitli etnik guruplarda ise bunun tam tersinin geçerli olduğunu gösteren çalışmalar sunulmuştur. Faslı genç kadınlarda obezite prevalansının çok yüksek olduğu ancak şişmanlığın o kültürde tercih edilmesi nedeniyle aşırı şişman olanların bile kilo vermeyi düşünmediği saptanmıştır (Rguibi ve Belahsen, 2004).

Çoğu kültürde, kadınlarda daha fazla olmak üzere, gençlerin kilo vermeye uğraştıkları, 22 farklı ülkeden üniversite öğrencisinin vücut kitle indeksi, ağırlık algıları ve kilo verme girişimlerini inceleyen bir araştırmada gösterilmiştir. Bu çalışmada Asyalı etnik grupların beden standartlarının ve beden algılarının çeşitlilik gösterdiği ve vücut ağırlıkları düşük olsa bile, kilo verme girişimlerinin en yüksek seviyede olduğu belirtilmektedir (Forbes ve Jung, 2008).

Beden algısı ergenlik, gebelik, yaşlılık dönemleri gibi fizyolojik ve dönemsel değişikliklerin yanı sıra, akut hastalıklar, yaralanma ve yanıklar, amputasyon, mastektomi, invaziv girişimler gibi vücutta geçici veya kalıcı değişikliklere neden olabilecek durumlar ve ruhsal kaynaklı sorunlar nedeniyle değişebilir olduğu belirtilmektedir (Forbes ve Jung, 2008).

Ailesel etmenleri de bu listeye eklemek mümkündür. Winnicot, henüz daha bebeklik dönemindeyken bedensel değer ve yeterlilik duygusunun geliştiğini özellikle anne ile yakın temasın bedeni algılamada ve özdeğerlilik duygusunu geliştirmede çok önemli katkısı olduğunu belirtmiştir. Wilhelm de çocukluk döneminde ailenin çocuğun bedenine yönelik olumsuz eleştirilerinin, ileride beden algısını olumsuz yönde etkileyeceğini ve bedensel özgüvenini azaltacağını vurgulamıştır. Ailenin etkisi, yaşlılık döneminde bile ostomi ameliyatı geçirmiş hastalarda beden algısını şekillendirmiş, çocukluk çağında anne ve babasından ayrı kalmış olanların beden algısının daha bozuk olduğu görülmüştür (Akt. Vamos, 1993).

Kadınların erkeklere göre daha fazla bedenleri ile ilgili oldukları düşünülse de; literatüre bakıldığında bazı çalışmalara göre cinsiyetin beden algısına etki etmediği görülürken kadınların beden algısının daha olumlu olduğunu tespit eden çalışmalar veya aksine erkeklerin beden algısının daha olumlu olduğunu gösteren çalışmalar göze çarpmaktadır (Kılıç vd., 2007; Yılmaz, 2009).

Beden algısındaki cinsiyet farkının toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Tiggemann da beden algısının özellikle beden şekli ve ağırlığı ile ilgili olduğundan ve genç yaşlarda erkeklerin beden algıları kadınlara göre daha olumlu iken, yaşlandıkça erkeklerin de beden memnuniyetsizliği yaşamaya başladığından bahsetmektedir. Kadınlar için güzellik bir kalıp yargı olarak kadın benliğinde önemli bir rol oynamaktadır. Her yaştan kadın toplumun yarattığı belli ölçülere ulaşmayı önemsemekte ve ulaşamadıkları takdirde beden doyumsuzluklarının arttığı ve ruhsal olarak olumsuz etkilendikleri belirtilmektedir. Kadın vücudu medyada çoğu zaman geneli temsil etmeyen, gerçekçi olmayan kadın örnekleri ile gösterilmekte ve yanlış bir şekilde temsil edilmektedir (Dökmen, 2004).

Kronik hastalıklar, dış görüntü olarak her zaman bariz değişikliğe neden olmadıklarında dahi, yarattıkları ağrı, kısıtlılık, halsizlik, uyku bozuklukları, cinsel isteksizlik veya cinsel istek bozuklukları gibi gözle görülmeyen rahatsızlıkların yanı sıra, yarattıkları geleceğe dair sağlık belirsizlikleri, kişinin artık eski, bildiği bedenine yabancılaşması, artık kişinin kendisini konforlu ve yetkin hissedememesi gibi nedenlerle de kişinin beden algısını çoğu zaman bozmaktadır. Kurt ve arkadaşları tarafından yapılan ve romatoid artritli hastaların beden algısını ölçen bir çalışmada da yine kadınların beden algısı puanlarının erkeklere göre daha düşük olduğu ancak eğitim seviyesi yüksek kişilerin kendine daha güvenli olduğu gösterilmiştir (Kurt vd., 2013).

Kadınların bedenlerine odaklandığı ve beden algısının ön plana çıktığı dönemlerden biri de gebeliktir. Mehta ve diğerleri tarafından kadınların gebelikte kilo alımı ile vücut imajı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan bir çalışmada gebelik döneminde kazanılan kiloların kadınların beden algılarını doğrudan etkilediği sonucuna varılmıştır (Mehta vd., 2011).

Çeşitli çalışmalarda, gebelik trimesteri ilerledikçe gebelerin çok yönlü beden algılarının olumsuzlaştığı ancak gebenin çalışmasının ve eğitilmiş olmasının beden algısını olumlu etkilediği sonucuna varılmıştır (Çırak ve Özdemir, 2015).

Literatürde meme kanseri ameliyatı tipinin beden algısına etkisini araştıran çalışmalarda mastektominin beden algısını olumsuz yönde etkilediği gösterilmiş, ülkemizden Sertöz ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmada total mastektomi uygulanmış grupta beden algısının en kötü olduğu ancak meme rekonstrüksiyonu uygulanmış hastaların beden algılarının sağlıklı kontrollerle benzerlik gösterdiği saptanmıştır (Sertöz vd., 2004).

Ostomili hastaların beden algısını ölçmeyi amaçlayan bir çalışmada ise, ostomi uygulanan hastaların kontrol grubu ile karşılaştırıldığında benlik saygısı ve beden algılarında kötüleşme saptanmıştır (Kılıç vd., 2007).

Şimdiye kadar bahsedilen araştırmalarda da görüldüğü üzere beden algısı çok boyutlu ve öznel bir yapıya sahip olmasının yanında, birçok değişken ile ilişkilendirilebilmektedir. Özetleyecek olursak yaş ve buna eşlik eden yaşamsal gelişim dönemleri, çeşitli hastalıklar ve neticesinde uygulanan cerrahi işlemler, sosyal fizik kaygı, içinde yaşanılan zaman ya da içinde yaşadığı topluma göre değişiklik gösterebileceği gösterilmiştir. Beden algısı değerlendirilirken bu faktörler de göz önüne alınmalı ve bedensel algının estetik kaygıların çok ötesinde bir kavram olduğu unutulmamalıdır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde menopoza girmiş ve girmemiş kadınların benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisinin araştırılmasına yönelik çalışmanın modeli, araştırma kapsamında yer verilen çalışma grubu, kullanılan veri toplama teknikleri ve verilen analize yönelik ilgili bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada niceliksel araştırma desenlerinden ilişkisel tarama modeli yapılmıştır. İlişkisel tarama yönteminde değişkenler arası etkiler ve ilişkiler tespit edilmekte olup korelasyonel analizlerle de ilgili değişkenlerin birbirlerine yönelik etki düzeylerinin belirlenmesi hedeflenmektedir (Karasar, 1999). Aynı zamanda tarama analizler sonradan yapılacak çalışmalar için veri elde edilmesini de sağlar (Büyüköztürk vd., 2010). Bu sebeple çalışmada yer alan menopoza girmiş ve girmemiş kadınların sosyo demografik özellikleri ile benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum düzeyleri arasındaki ilişki ortaya konulmaya çalışılmıştır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini menopoza girmiş ve girmemiş kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini sosyal medya gruplarında çevrimiçi (online) doldurulmak üzere rastgele olarak seçilmiş 100 menopoza girmiş ve 100 menopoza girmemiş, toplam 200 gönüllü katılımcı ile gerçekleştirilmiştir.

3.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında verilerin toplanmasında Benlik Saygısı Ölçeği, Beden Algısı Ölçeği, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği ve Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır.

3.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından menopoza girmiş ve girmemiş katılımcıların kişisel özelliklerinin tespiti amacıyla hazırlanmıştır. Form 2 bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde menopoza girmiş kadınların kişisel bilgilerinin tespit edilmesi amaçlanırken

ikinci bölümde ise menopoza girmemiş kadınların kişisel bilgilerine ulaşılması hedeflenmektedir. Formun birinci bölümünde yaşıınız, eğitim seviyeniz, çalışma durumunuz, mevcut ağırlığınızdan memnuniyet dereceniz, sigara kullanıyor musunuz, alkol kullanıyor musunuz, genel olarak cinsel yaşamınızı nasıl değerlendirirsiniz, ne kadar süre önce menopoza girdiniz, menopoza girdiğinizde nasıl hissettiniz, menopoz nedeniyle sizce cinsel ilişki kaliteniz değişti, menopoz cinsel ilişkinizin sıklığını/sayısını nasıl, cinsel ilişki sıklığınızdan memnuniyet dereceniz, cinsel ilişki sonrasında tatmin olduğunuzu düşünüyor musunuz, menopoz sonrasında cinsel istek azlığı sorunu yaşıyor musunuz, menopoz sonrasında eşinizin cinsellikle ilgili istekliliğinde değişiklik gösteriyor mu durumlarını belirlemeye yönelik sorular bulunmaktadır. Formun ikinci bölümünde ise yaşıınız, eğitim seviyeniz, çalışma durumunuz, mevcut ağırlığınızdan memnuniyet dereceniz, sigara kullanıyor musunuz, alkol kullanıyor musunuz, genel olarak cinsel yaşamınızı nasıl değerlendirirsiniz, cinsel ilişki sıklığınızdan memnuniyet dereceniz ve cinsel ilişki sonrasında tatmin olduğunuzu düşünüyor musunuz durumlarının tespitine yönelik sorular bulunmaktadır.

3.3.2. Beden Algısı Ölçeği

Secord ve Jourard tarafından orijinal adı Body Cathexis Scale (BCS) olan bu ölçek, 1953'de geliştirilmiştir. Orijinal ölçek iki kısımdan oluşmakta ve toplamda 101 madde yer almaktadır. Beden Algısı Ölçeği, Hovardaoğlu (1992) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılarak Türkçeye uyarlanmıştır. Ülkemizde kullanılan ölçek formunda, 40 madde yer almakta ve beş dereceli likert tipi ile cevaplanmaktadır. Tüm maddeler 1–5 arasında puanlanmaktadır (Hiç beğenmiyorum ve Çok beğeniyorum arasında değerler). Ölçeğin bazı maddeleri şunlardır: 7. madde “Fiziksel gücüm”, 13. madde “Kulaklarım”, 25. madde “Sindirim sistemim” ve 38. madde “Yüzümün şekli”. Ölçeğin herhangi bir alt boyutu bulunmamakla birlikte tek boyut olarak ölçülmektedir. Ölçekten katılımcıların alabilecekleri en düşük toplam puan 40, en yüksek toplam puan ise 200'dür ve yüksek puan olumlu beden algısı olduğunu göstermektedir. Yapılan araştırmalar sonucunda ölçeğin iki yarım güvenilirliği katsayısı $\alpha=.75$ olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısının ise $\alpha=.91$ olduğu saptanmıştır. Madde test korelasyonları ise $r=.45$ ile $r=.89$ arasında olduğu belirtilmiştir (Haspolat, 2016).

3.3.3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg'in (1965) geliştirmiş olduğu Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği bireyin kendi kendini değerlendirebileceği 63 soruyu içermektedir. Ölçeğin ülkemize uyarlanan hali Çuhadaroğlu (1986) tarafından geliştirilmiştir. 63 sorudan oluşan ölçek toplam 12 alt ölçek barındırmaktadır. Bu çalışmada on maddeden oluşan benlik saygısı alt ölçeği kullanılmıştır. 10 sorudan oluşan ölçek 4'lü likert tipinde oluşturulmuştur ve cevap seçenekleri sırasıyla; (çok doğru), (doğru), (yanlış) ve (çok yanlış) şeklindedir. Bireyin ölçekten alabileceği en düşük puan 0, en yüksek puan ise 30'dur. Ölçek puanlamasına göre yüksek puan alan bireylerin benlik saygısı düzeyinin yüksek olduğu, düşük puan alan bireylerin ise benlik saygısı düzeylerinin düşük olduğu anlamına gelmektedir (Çuhadaroğlu, 1986). RBSÖ'nin güvenilirlik çalışması Çuhadaroğlu, (1986) tarafından test tekrar test yöntemiyle araştırılmış ve bir ay ara ile yapılan test tekrar test sonucunda güvenilirlik katsayısı .75 olarak tespit edilmiştir. Geçerlik çalışması amacıyla psikiyatrik görüşmeler yöntemi kullanılmış olup, geçerlik katsayısı .71 olarak bulunmuştur. Halihazırda gerçekleştirilen bu çalışmada ise Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .90 olarak kestirilmiştir.

3.3.4. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği

Kadınlarda cinsel doyum değişkenini ölçmek amacıyla, Golombok ve Rust (1986) tarafından geliştirilen ve Tuğrul ve arkadaşları (1993) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Golombok- Rust Cinsel Doyum Ölçeği'nin sadece yirmi sekiz sorudan oluşan kadın formu uygulanmıştır. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği'nin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı kadınlarda .94 olarak hesaplanmıştır. Ölçek, genellikle cinsel ilişkilerin niteliğini ve cinsel fonksiyon bozuklukları değerlendirmek amacıyla kullanılır. Ayrıca 32 ölçek, 5'li Likert ölçeği şeklinde sorulup "0"= "Hiçbir Zaman", "4" = "Her Zaman" olarak hazırlanmıştır. Ölçeğin alt boyutları kaçınma, doyum, iletişim, dokunma ilişki sıklığı, vajinismus ve orgazm bozukluğu olarak yediye ayrılmaktadır. Olumsuz yapıdaki bazı sorular tersine puanlanmaktadır, bu sorular kadın formunda 2, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 15, 16, 17, 19, 21, 22, 25, 26, 27 ve 28'dir. Alt boyutlara göre sorular; sıklık (3,5), iletişim (2,16), doyum (5,10,18,22), kaçınma (7,13,20,23), dokunma (9,12,19,25), vajinismus (6,11,17,24), orgazm bozukluğu (anorgazmi) (8,14,21,28) şeklindedir.

3.4. Verilerin Toplanması ve İşlem

Kullanılacak ölçme araçlarının T.C Gelişim Üniversitesi Etik Kurulunca onaylanmasının ardından internet ortamına aktarılan araştırmanın değişkenlerine ait ölçekler ve demografik bilgi formu katılımcıların erişimine sunulmuştur. Veri toplama faaliyetleri 2021 yılının Ocak ile Nisan ayları arasında gerçekleştirilmiştir. Çevrimiçi oluşturulan ve iletilen formlarda katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilmiş, çalışmaya katılım konusunda gönüllü olup olmadıkları çevrimiçi formda sorulmuştur. Ölçeklere ve demografik bilgi formuna erişim aşamasından önce bilgilendirilmiş onam formunun onay seçeneğinin işaretlenmesi ve kabul edilmesi zorunlu tutulmuştur.

Çalışmada kullanılan araçlardan önce bilgilendirilmiş onam formu katılımcılara iletilmiştir. Bilgilendirilmiş onam formunu onaylayan katılımcılara sırası ile Bilgilendirilmiş Onam Formu (Ek-A), Demografik Bilgi Formu (Ek-B), BAÖ (Ek-C), RBSÖ (Ek-D) ve son olarak GR-CDÖ (Ek-E) sunulmuştur. Gönüllü katılımcılara sunulan üç ölçek ve demografik bilgi formunun çevrimiçi biçimde tamamlanabilmesi için ortalama olarak gereken sürenin 10-20 dakika olabileceği düşünülmektedir.

3.5. Verilerin Analizi

Yapılan bu çalışmada analizlerin gerçekleştirilmesine yönelik olarak değişkenler öncelikle SPSS istatistiksel paket programına tanımlanmıştır ve sonrasında katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımlarının belirlenebilmesi için yüzde ve frekans değerleri hesaplanmıştır. BAÖ ve RBSÖ toplam puanları ile GR-CDÖ alt boyut puanlarına ait betimleyici istatistikler hesaplanmıştır. GR-CDÖ alt boyut puanları ile BAÖ ve RBSÖ toplam puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki olup olmadığının incelenmesine yönelik yapılan analizlerde analize ait varsayımların karşılanması sebebi ile korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Bir sonraki aşamada basit ve çoklu regresyon analizi ile birlikte yapılmıştır. Regresyon analiz gerçekleştirilmeden önce regresyon analizinin temel varsayımları incelenmiştir. Regresyon analizinin temel varsayımları normallik, doğrusallık, teklik ve çoklu bağlantının olmamasıdır. Normalliğin incelenmesi için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Regresyon analizinin varsayımları incelendikten sonra analizler gerçekleştirilmiştir. Son olarak araştırmanın alt amaçlarına yönelik yapılan analizlerde BAÖ, RBSÖ toplam puanları ile GR-CDÖ alt boyutlarından elde edilen

puan dağılımlarının demografik bilgi formu değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi için analiz varsayımlarının karşılandığı durumlarda ANOVA ve t testi sonuçlarına bakılmıştır. Elde edilen bulguların anlamlılığının belirlenmesi için $p < .05^*$ düzeyi dikkate alınarak yorumlanmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Çalışmanın bulgular kısmında menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisinin incelenmesi araştırmasının internet ortamında uygulanan anket uygulamasından elde edilen verilerin değerlendirilmesi ve analizi yer almaktadır.

4.1. Örneklem Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Tablo 1: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Yaşlarına İlişkin Bilgiler

Yaş	Min	Max	Ortalama	Std. Sapma
Menopoza Girmiş	46,0	60,0	51,820	6,8525
Menopoza Girmemiş	23,0	40,0	28,350	7,0171

Tablo 1 sonuçlarına bakıldığında menopoza girmiş katılımcıların minimum yaşının 46 maksimum yaşının ise 60 olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşları ortalaması 51,82 standart sapması ise 6,85'tir. Menopoza girmemiş katılımcı grubun yaşlarına ilişkin sonuçlarda ise; maksimum 40 minimum 23 yaşlarında oldukları görülmektedir. Yaşları ortalaması ortalaması 28,35 standart sapması ise 7,01'dir.

Tablo 2: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları

		Menopoza Giren ve Girmeyen		Toplam	
		Menopoza Giren	Menopoza Girmeyen		
Eğitim Düzeyi	İlkokul	Kişi %	13 13%	6 6%	19 9,5%
	Ortaokul	Kişi %	26 26%	24 24%	50 25%
	Lise	Kişi %	36 36%	34 34%	70 35%
	Üniversite	Kişi %	20 20%	27 27%	47 23,5%
	Yüksek Lisans	Kişi %	4 2%	7 7%	11 5,5%
	Doktora	Kişi %	1 1%	2 1%	3 1,5%
Toplam	Kişi %	100 100,0%	100 100,0%	200 100,0%	

Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş ve girmemiş katılımcıların eğitim düzeylerine ilişkin dağılımları görülmektedir. Menopoza girmiş kadınların %36'sının lise eğitim kademesine sahip olduğu görülürken, %26'sı ortaokul, %20'si üniversite, %13'ü ilkökul ve %3'ü de yüksek lisans ve doktora eğitim düzeyine sahip olduklarını ifade etmiştir. Menopoza girmemiş kadınların ise %34'ünün lise eğitim kademesine sahip olduğu görülürken, %27'si üniversite, %24'ü ortaokul, %6'sı ilkökul ve %9'u da yüksek lisans ve doktora eğitim düzeyine sahip olduklarını ifade etmiştir.

Tablo 3: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Çalışma Durumlarına Göre Dağılımları

			Menopoza Giren ve Girmeyen		Toplam
			Menopoza Giren	Menopoza Girmeyen	
Çalışma Durumu	Evet	Kişi	44	83	127
		%	44%	83%	63,5%
Durumu	Hayır	Kişi	56	17	73
		%	56%	17%	36,5%
Toplam		Kişi	100	100	200
		%	100,0%	100,0%	100,0%

Tablo 3 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş ve girmemiş katılımcıların çalışma durumlarına ilişkin dağılımları görülmektedir. Menopoza girmiş kadınların %56'sının herhangi bir işte çalışmadığı görülürken %44'ünün ise çalıştığı görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınların ise %83'ünün çalıştığı %17'sinin ise çalışmadığı görülmektedir.

Tablo 4: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Alkol Kullanım Durumlarına Göre Dağılımları

			Menopoza Giren ve Girmeyen		Toplam
			Menopoza Giren	Menopoza Girmeyen	
Alkol Kullanımı	Evet	Kişi	49	57	106
		%	49%	57%	53%
Durumu	Hayır	Kişi	51	43	94
		%	51%	43%	47%
Toplam		Kişi	100	100	200
		%	100,0%	100,0%	100,0%

Tablo 4 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş ve girmemiş katılımcıların alkol kullanım durumlarına ilişkin dağılımları görülmektedir. Menopoza girmiş kadınların %51'inin alkol kullanmadığı görülürken %49'unun ise alkol kullandığı görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınların ise %57'sinin alkol kullandığı ve %43'ünün ise alkol kullanmadığı görülmektedir.

Tablo 5: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Mevcut Ağırlıklarından Memnuniyet Düzeylerine Göre Dağılımları

			Menopoza Giren ve Girmeyen		Toplam
			Menopoza Giren	Menopoza Girmeyen	
Mevcut Ağırlık	Kesinlikle Memnunum	Kişi %	3 3%	9 9%	12 6%
	Çoğunlukla Memnunum	Kişi %	13 13%	26 26%	39 19,5%
	Kararsızım	Kişi %	13 13%	31 31%	44 22%
	Çoğunlukla Memnun Değilim	Kişi %	47 47%	21 21%	68 34%
	Kesinlikle Memnun Değilim	Kişi %	24 24%	13 13%	37 18,5%
	Toplam	Kişi %	100 100,0%	100 100,0%	200 100,0%

Tablo 5 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş ve girmemiş katılımcıların mevcut ağırlıklarından memnuniyet derecelerine ilişkin dağılımları görülmektedir. Menopoza girmiş kadınların büyük bir çoğunluğunun mevcut ağırlıklarından memnun olmadığı görülmektedir. Katılımcıların %71'inin çoğunlukla ve kesinlikle memnun olmadıkları görülürken, sadece %16'sının kesinlikle ve çoğunlukla memnun olduğu görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınların ise %31'lik bir kısmının kararsız, %35'lik bir kısmının kesinlikle ve çoğunlukla memnun olduğu ve %34'lük bir kısmının ise kesinlikle ve çoğunlukla memnun olmadığı görülmektedir.

Tablo 6: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Sigara Kullanım Durumlarına Göre Dağılımları

			Menopoza Giren ve Girmeyen		Toplam
			Menopoza Giren	Menopoza Girmeyen	
Sigara Kullanımı	Evet	Kişi	77	81	158
		%	77%	81%	79%
Hayır	Kişi		23	19	42
	%		23%	19%	21%
Toplam	Kişi		100	100	200
	%		100,0%	100,0%	100,0%

Tablo 6 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş ve girmemiş katılımcıların sigara kullanım durumlarına ilişkin dağılımları görülmektedir. Menopoza girmiş kadınların %77'sinin sigara kullandığı görülürken %23'ünün ise sigara kullanmadığı görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınların ise %81'inin sigara kullandığı ve %19'unun ise sigara kullanmadığı görülmektedir.

Tablo 7: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Cinsel Yaşamlarından Memnuniyet Durumlarına Göre Dağılımları

			Menopoza Giren ve Girmeyen		Toplam
			Menopoza Giren	Menopoza Girmeyen	
Cinsel Yaşam	Kesinlikle Memnunum	Kişi	0	6	6
		%	0%	6%	6%
	Çoğunlukla Memnunum	Kişi	2	48	50
		%	2%	48%	25%
	Kararsızım	Kişi	7	32	39
		%	7%	32%	19,5%
	Çoğunlukla Memnun Değilim	Kişi	81	11	92
	%	81%	11%	46%	
Kesinlikle Memnun Değilim	Kişi		10	3	13
	%		10%	3%	6,5%
Toplam	Kişi		100	100	200
	%		100,0%	100,0%	100,0%

Tablo 7 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş ve girmemiş katılımcıların cinsel yaşamlarından memnuniyet derecelerine ilişkin dağılımları görülmektedir. Menopoza girmiş kadınların büyük bir çoğunluğunun cinsel yaşamlarından memnun olmadığı görülmektedir. Katılımcıların %91'inin çoğunlukla ve kesinlikle memnun olmadıkları görülürken, sadece %2'sinin çoğunlukla memnun olduğu ve %7'sinin ise kararsızlık gösterdiği görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınların ise %54'lük bir kısmının kesinlikle ve çoğunlukla memnun oldukları, %32'lik bir kısmının kararsız olduğu ve %14'lük bir kısmının ise kesinlikle ve çoğunlukla memnun olmadığı görülmektedir.

Tablo 8: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Cinsel İlişki Sıklığından Memnuniyet Durumlarına Göre Dağılımları

			Menopoza Giren ve Girmeyen		Toplam
			Menopoza Giren	Menopoza Girmeyen	
Cinsel İlişki Sıklığı	Kesinlikle Memnunum	Kişi %	0 0%	14 14%	14 7%
	Çoğunlukla Memnunum	Kişi %	0 0%	41 41%	41 20,5%
	Kararsızım	Kişi %	13 13%	17 17%	30 15%
	Çoğunlukla Memnun Değilim	Kişi %	66 66%	21 21%	87 43,5%
	Kesinlikle Memnun Değilim	Kişi %	21 21%	7 7%	28 14%
	Toplam	Kişi %	100 100,0%	100 100,0%	200 100,0%

Tablo 8 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş ve girmemiş katılımcıların cinsel ilişki sıklığından memnuniyet derecelerine ilişkin dağılımları görülmektedir. Menopoza girmiş kadınların büyük bir çoğunluğunun cinsel ilişki sıklıklarından memnun olmadığı görülmektedir. Katılımcıların %87'sinin çoğunlukla ve kesinlikle memnun olmadıkları görülürken ve %13'ünün ise kararsızlık gösterdiği görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınların ise %55'lik bir kısmının kesinlikle ve

çoğunlukla memnun oldukları, %17'lik bir kısmının kararsız olduğu ve %28'lik bir kısmının ise kesinlikle ve çoğunlukla memnun olmadığı görülmektedir.

Tablo 9: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Katılımcıların Cinsel İlişki Sonrasında Tatmin Olma Durumlarına Göre Dağılımları

			Menopoza Giren ve Girmeyen		Toplam
			Menopoza Giren	Menopoza Girmeyen	
Cinsel İlişki Sonrası Tatmin Olma	Hiçbir zaman	Kişi %	74 74%	38 38%	112 56%
	Nadiren	Kişi %	17 17%	24 24%	41 20,5%
	Bazen	Kişi %	6 6%	17 17%	23 11,5%
	Sık sık	Kişi %	3 3%	10 10%	13 6,5%
	Her zaman	Kişi %	0 0%	11 10%	11 5,5%
Toplam	Kişi %	100 100,0%	100 100,0%	200 100,0%	

Tablo 9 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş ve girmemiş katılımcıların cinsel ilişki sonrası tatmin olma derecelerine ilişkin dağılımları görülmektedir. Menopoza girmiş kadınların büyük bir çoğunluğunun cinsel ilişki sıklıklarından memnun olmadığı görülmektedir. Katılımcıların %74'ü hiçbir zaman tatmin olamadıklarını ifade ederken, %17'si nadiren tatmin olabildiklerini ifade etmiştir. Katılımcıların sadece %3'ünün cinsel ilişki sonrası tatmin yaşadığı görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınlarda ise %38'lik bir kısmının hiçbir zaman tatmin oldukları, %24'ü nadiren, %17 kararsız, %11'i her zaman ve %10'un da sık sık cinsel ilişki sonrasında tatmin olabildiklerini belirtmiştir.

Tablo 10: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girme Zamanlarına Göre Dağılımları

Menopoza Girme Zamanı	N	%
1 Yıldan Az	19	19
1-5 Yıl Arası	48	48
6-10 Yıl Arası	29	29
11 Yıl ve Üzeri	4	4
Toplam	100	100,0

Tablo 10 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş katılımcıların menopoza girme zamanlarına ilişkin dağılımları görülmektedir. Katılımcıların %48'i 1-5 yıl arası menopoz dönemine girdiği görülürken, %29'u 6-10 yıl arası, %19'u 1 yıldan az süre önce ve %4'ü de 11 yıl ve üzeri menopoza girme zamanlarının olduğunu ifade etmişlerdir.

Tablo 11: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girme Dönemlerinde Hissettikleri Duygulara Göre Dağılımları

Hissedilen Duygular	N	%
Olumlu Duygular	3	3
Olumsuz Duygular	67	67
Bir Şey Hissetmedim	30	30
Toplam	100	100,0

Tablo 11 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş katılımcıların menopoza girdiklerinde hissettikleri duygulara ilişkin dağılımları görülmektedir. Katılımcıların %67'si olumsuz duygular hissederken, %30'u bir şeyler hissetmemiş ve %3'ü ise menopoz dönemin kendilerine olumlu hissettirdiğini ifade etmişlerdir.

Tablo 12: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girme Dönemlerinde Cinsel İlişki Kalitesinin Değişimine Göre Dağılımları

İlişki Kalitesi	N	%
Çok Değişti	83	83
Biraz Değişti	13	13
Değişmedi	4	4
Toplam	100	100,0

Tablo 12 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş katılımcıların menopoza girme dönemlerinde cinsel ilişki kalitelerine ilişkin dağılımları görülmektedir. Katılımcıların %83'ünün menopoz ile birlikte cinsel ilişki kalitesinin çok değiştiği görülürken, %13'ünün biraz değiştiği ve %4'ünün ise cinsel ilişki kalitesinin değişmediği görülmektedir.

Tablo 13: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girdikten Sonraki Dönemde Cinsel İlişki Sıklığı Durumuna Göre Dağılımları

İlişki Sıklığı	N	%
Öncesine Göre Azaldı	71	71
Öncesine Göre Arttı	2	2
Etkilemedi	27	27
Toplam	100	100,0

Tablo 13 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş katılımcıların menopoza girme dönemlerinde cinsel ilişki sıklığına ilişkin dağılımları görülmektedir. Katılımcıların %71'inin menopoz ile birlikte cinsel ilişki sıklığının öncesine göre azaldığı görülürken, %2'sinin öncesine göre arttığı ve %27'sinin ise cinsel ilişki sıklığının etkilenmediği görülmektedir.

Tablo 14: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girdikten Sonraki Dönemde Cinsel İsteksizlik Durumuna Göre Dağılımları

Cinsel İsteksizlik	N	%
Hiçbir Zaman	4	4
Nadiren	6	6
Bazen	24	24
Sık Sık	57	57
Her Zaman	9	9
Toplam	100	100,0

Tablo 14 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş katılımcıların menopoza girdikten sonraki dönemde cinsel isteksizlik durumuna ilişkin dağılımları görülmektedir. Katılımcıların %57'sinin menopoz ile birlikte cinsel isteksizlik derecelerinin sık sık arttığı görülürken, %9'unun her zaman, %24'ünün bazen, %6'sının nadiren ve %4'ünün ise hiçbir zaman cinsel isteksizlik yaşadıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 15: Menopoza Girmiş Katılımcıların Menopoza Girdikten Sonraki Dönemde Eşlerinin Cinsel İstek Durumuna Göre Dağılımları

Eşin Cinsel İstek Durumu	N	%
Cinsel İsteği Arttı	2	2
Cinsel İsteği Azaldı	94	94
Cinsel İsteği Değişmedi	4	4
Toplam	100	100,0

Tablo 15 incelendiğinde araştırmaya katılan menopoza girmiş katılımcıların menopoza girdikten sonraki dönemde eşlerinin cinsel istek durumuna ilişkin dağılımları görülmektedir. Katılımcıların %94'ünün menopoz ile birlikte eşlerinde

cinsel isteğin azaldığı görülürken, %4'ünün cinsel isteğinin değişmediği ve %2'sin de ise eşlerinde cinsel istekte artma olduğu görülmektedir.

4.2. Bağımlı Değişkenlerin Tanımlayıcı İstatistikleri ve Normallik Kontrolü

Tablo 16: Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı ve Beden İmajının Cinsel Doyuma Etkisine Yönelik Tanımlayıcı İstatistik ve Normallik Kontrolü

Değişkenler	Ort.	ss	Çarpıklık	Basıklık
Beden Algısı	2,992	1,341	-,558	,346
Benlik Saygısı	1,829	0,634	,083	-,923
Cinsel Doyum Genel	3,407	0,901	,573	,070
Sıklık	1,866	0,821	,727	-,194
İletişim	1,400	1,374	2,228	1,526
Doyum	1,612	4,349	1,560	2,651
Kaçınma	2,125	1,074	,352	-,300
Dokunma	2,531	1,190	-,010	-,844
Vajinismus	2,230	1,361	,488	-,514
Orgazm Bozukluğu	1,583	1,341	1,475	1,632

Tablo 16 incelendiğinde menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisine yönelik yapılan normallik değerlerinin genel standartlar içerisinde kabul edilen çarpıklık ve basıklık değerleri içinde olduğu görülmektedir (+2 ile -2). Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etki derecesini ortaya koymada regresyon çözümleme bulgularından yararlanmıştı.

4.3. Ölçeklerin Güvenirlilik Analizleri

Tablo 17: Araştırmanın Güvenirlilik Katsayıları ve Değişken Sayıları

Değişkenler	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Beden İmajı	,709	40
Benlik Saygısı	,926	10
Cinsel Doyum Genel	,753	28
Sıklık	,853	4
İletişim	,776	4
Doyum	,860	4
Kaçınma	,722	4
Dokunma	,875	4
Vajinismus	,802	4
Orgazm Bozukluğu	,870	4

Araştırmada kullanılan ölçek değişkenlerine ait ilgili iç tutarlılık oranları Tablo 17’de gösterilmiştir. Araştırma da yer verilen ölçeklere ait iç tutarlılık oranlarının kabul edilen uluslararası düzeyde olduğu görülmektedir (.70).

4.4. Korelasyon ve Regresyon Çözümleme Bulguları

Tablo 18: Menopoza Girmiş ve Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Değerlendirilmesi

Değişkenler ve Alt Boyutları (N=200)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.Beden İmajı	1									
2.Benlik Saygısı	,412**	1								
3.Cinsel Doyum Genel	,321**	,212**	1							
4. Sıklık	-,142	,220*	-,247**	1						
5. İletişim	,345	,123**	,304*	,248*	1					
6. Doyum	,423*	,345	,318**	,174**	,341**	1				
7. Kaçınma	-,124*	,324	,194**	,230*	,741*	,741*	1			
8. Dokunma	-,342	,536	-,135*	-,423*	-,721*	-,721*	-,345*	1		
9. Vajinismus	,472	,301	,186*	,321*	,769*	,769*	,410*	,125*	1	
10. Orgazm Bozukluğu	,324	-,121	,407**	,109**	,704**	,704**	,374**	,362**	,167**	1

**p < 0.01 ve *p < 0.05

Tablo 18’de verilen korelasyon analizi sonuçlarına göre, menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler incelendiğinde;

- Beden imajı ile benlik saygısı arasında ($r=,412$; $p<0,01$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir.
- Beden imajı ile cinsel doyum genel boyutu arasında ($r=,321$; $p<0,01$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça katılımcılarda cinsel doyumun da arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile doyum alt boyutu arasında ($r=,423$; $p<0,05$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça katılımcılarda doyumun da arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile cinsel doyum kaçınma alt boyutu arasında ($r=-,124$; $p<0,05$) negatif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça katılımcılarda kaçınma düzeylerinin azaldığı anlamına gelmektedir.

- Benlik saygısı ile cinsel doyum genel boyutu arasında ($r=,212$; $p<0,01$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça katılımcılarda cinsel doyumun da arttığı anlamına gelmektedir.
- Benlik saygısı ile cinsel doyum sıklık alt boyutu arasında ($r=,220$; $p<0,05$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça katılımcılarda cinsel doyum sıklık düzeylerinin de arttığı anlamına gelmektedir.
- Benlik saygısı ile cinsel doyum iletişim alt boyutu arasında ($r=,123$; $p<0,01$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça katılımcılarda cinsel doyum iletişim düzeylerinin de arttığı anlamına gelmektedir.

Tablo 19: Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Değerlendirilmesi

Değişkenler ve Alt Boyutları (N=100)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.Beden İmajı	1									
2.Benlik Saygısı	,324**	1								
3.Cinsel Doyum Genel	,234**	,361**	1							
4. Sıklık	,274	,421*	,262**	1						
5. İletişim	,124*	,485**	,232*	,007	1					
6. Doyum	,234**	,364**	,116	,262**	,304**	1				
7. Kaçınma	-,139*	-,430**	-,296**	-,004	-,353**	,380**	1			
8. Dokunma	,301*	,437*	-,112	,247*	,220*	,480**	-,353**	1		
9. Vajinismus	,174	,328	,125**	,380**	,116	-,102	,220*	,380**	1	
10. Orgazm Bozukluğu	,169	-,297	,364*	-,296**	-,246**	,122	,116	,480**	,241**	1

** $p < 0.01$ ve * $p < 0.05$

Tablo 19’da verilen korelasyon analizi sonuçlarına göre, menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler incelendiğinde;

- Beden imajı ile benlik saygısı arasında ($r=,324$; $p<0,01$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda benlik saygısının da arttığı anlamına gelmektedir.

- Beden imajı ile cinsel doyum genel boyutu arasında ($r=,234$; $p<0,01$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda cinsel doyumun da arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile cinsel doyum iletişim alt boyutu arasında ($r=,124$; $p<0,05$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda cinsel doyum iletişiminin de arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile doyum alt boyutu arasında ($r=,234$; $p<0,01$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda doyum düzeylerinin de arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile cinsel doyum kaçınma alt boyutu arasında ($r=-,139$; $p<0,05$) negatif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda kaçınmanın azaldığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile cinsel doyum dokunma alt boyutu arasında ($r=,301$; $p<0,05$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda dokunmanın da arttığı anlamına gelmektedir.
- Benlik saygısı ile cinsel doyum genel boyutu arasında ($r=,361$; $p<0,01$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda cinsel doyumun da arttığı anlamına gelmektedir.
- Benlik saygısı ile cinsel doyum sıklık alt boyutu arasında ($r=,421$; $p<0,05$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda cinsel doyum sıklığının da arttığı anlamına gelmektedir.
- Benlik saygısı ile cinsel doyum iletişim alt boyutu arasında ($r=,485$; $p<0,01$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda cinsel doyum iletişim düzeylerinin de arttığı anlamına gelmektedir.

- Benlik saygısı ile cinsel doyum alt boyutu arasında ($r=,364$; $p<0,01$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda cinsel doyumun da arttığı anlamına gelmektedir.
- Benlik saygısı ile cinsel doyum kaçınma alt boyutu arasında ($r=-,430$; $p<0,01$) negatif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda cinsel doyum kaçınma düzeylerinin azaldığı anlamına gelmektedir.
- Benlik saygısı ile cinsel doyum dokunma alt boyutu arasında ($r=,437$; $p<0,05$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça menopoza girmiş katılımcılarda cinsel doyum dokunma düzeylerinin de arttığı anlamına gelmektedir.

Tablo 20: Menopoza Girmiş Kadınlarda Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Benlik Saygısı Üzerindeki Çoklu Değerlendirilmesi

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar	t değeri	p
	B	Std Hata	Beta		
Bağımsız Değişken					
Sabit	1,706	,084		17,096	,000
Sıklık	,097	,037	,147	1,397	,008
İletişim	,023	,033	,090	1,205	,021
Doyum	,009	,049	,020	1,087	,044
Kaçınma	,541	,241	,301	,652	,068
Dokunma	,474	,207	,395	,046	,210
Vajinismus	,441	,198	,407	,941	,437
Orgazm Bozukluğu	,807	,097	,117	,374	,258
R=,751	R ² =0,359	Düzeltilmiş R ² =0,347;			
F=23,895	p<0,05;	Bağımlı değişken = Benlik Saygısı			

Tablo 20 incelendiğinde ‘Adımsal (Stepwise)’ yöntemine göre yapılan regresyon analizinde menopoza girmiş kadınlarda cinsel doyum ve alt boyutlarının benlik saygısının %34,7’sinin bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı değerlendirilmektedir. Cinsel doyum genel boyutunun ($p=0,000<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından sıklık ($p=0,008<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından iletişim ($p=0,021<0,05$) ve cinsel doyum alt boyutlarından doyum ($p=0,044<0,05$) benlik saygısı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip oldukları görülmektedir. Fakat cinsel doyum diğer alt boyutları ile benlik saygısı arasında anlamlı herhangi bir etki saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 21: Menopoza Girmiş Kadınlarda Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Beden İmajı Üzerindeki Çoklu Değerlendirilmesi

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar	t değeri	p
	B	Std Hata	Beta		
Bağımsız Değişken					
Sabit	,768	,207		4,601	,000
Sıklık	,193	,094	,148	1,364	,027
İletişim	,069	,123	,071	2,561	,009
Doyum	,002	,183	,001	2,011	,011
Kaçınma	,189	,050	,242	,750	,124
Dokunma	,230	,061	,241	,208	,637
Vajinismus	,189	,072	,230	,978	,274
Orgazm Bozukluğu	,098	,042	,201	,241	,639
R=,440	R ² =0,218	Düzeltilmiş R ² =0,209;			
F=14,314	p<0,05;	Bağımlı değişken = Beden İmajı			

Tablo 21 incelendiğinde ‘Adımsal (Stepwise)’ yöntemine göre yapılan regresyon analizinde menopoza girmiş kadınlarda cinsel doyum ve alt boyutlarının beden imajının %20,9’unun bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı değerlendirilmektedir. Cinsel doyum genel boyutunun ($p=0,000<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından sıklık ($p=0,027<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından iletişim ($p=0,009<0,05$) ve cinsel doyum alt boyutlarından doyum ($p=0,011<0,05$) beden imajı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip oldukları görülmektedir. Cinsel doyumun diğer alt boyutları ile beden imajı arasında anlamlı herhangi bir etki saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 22: Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısının Beden İmajı Üzerindeki Değerlendirilmesi

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar	Standardize Katsayılar	t değeri	p
Bağımsız Değişken	B	Std Hata	Beta	
Benlik Saygısı	1,394	,347	,431	7,349 ,007
R=,736	R ² =0,625	Düzeltilmiş R ² =0,612		
F=19,341	p<0,05	Bağımlı değişken = Beden İmajı		

Tablo 22 incelendiğinde ‘Adımsal (Stepwise)’ yöntemine göre yapılan regresyon analizinde menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı beden imajının %61,2’sini açıkladığı görülmektedir. Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısının (p=0,007<0,05) beden imajı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 23: Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Değerlendirilmesi

Değişkenler ve Alt Boyutları (N=100)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.Beden İmajı	1									
2.Benlik Saygısı	,485**	1								
3.Cinsel Doyum Genel	,125*	,337*	1							
4. Sıklık	,142*	,098	,125*	1						
5. İletişim	,091*	,214*	-,177	-,424*	1					
6. Doyum	,458*	,345	-,147	,172*	-,145*	1				
7. Kaçınma	-,064*	,283	,184**	-,153**	,345*	,374*	1			
8. Dokunma	,342	,169	,364	,364	,193	,423*	,869*	1		
9. Vajinismus	,345	-,365	,475	,097	,246	,361*	,634*	,693*	1	
10. Orgazm Bozukluğu	-,314	,844	,764	,378*	-,077*	,962**	-,152*	,364*	,364**	1

** p < 0.01 ve * p < 0.05

Tablo 23'te verilen korelasyon analizi sonuçlarına göre, menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler incelendiğinde;

- Beden imajı ile benlik saygısı arasında ($r=,485$; $p<0,01$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmemiş katılımcılarda benlik saygısının da arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile cinsel doyum genel boyutu arasında ($r=,125$; $p<0,05$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmemiş katılımcılarda cinsel doyumun da arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile cinsel doyum sıklık alt boyutu arasında ($r=,142$; $p<0,05$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmemiş katılımcılarda cinsel doyum sıklığının da arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile cinsel doyum iletişim alt boyutu arasında ($r=,091$; $p<0,05$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmemiş katılımcılarda iletişim düzeylerinin de arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile doyum alt boyutu arasında ($r=,458$; $p<0,05$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmemiş katılımcılarda doyumun da arttığı anlamına gelmektedir.
- Beden imajı ile cinsel doyum kaçınma alt boyutu arasında ($r=-,064$; $p<0,05$) negatif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmemiş katılımcılarda kaçınmanın azaldığı anlamına gelmektedir.
- Benlik saygısı ile cinsel doyum genel boyutu arasında ($r=,337$; $p<0,05$) pozitif yönlü orta derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı düzeyi arttıkça menopoza girmemiş katılımcılarda cinsel doyumun da arttığı anlamına gelmektedir.
- Benlik saygısı ile cinsel doyum iletişim alt boyutu arasında ($r=,214$; $p<0,05$) pozitif yönlü düşük derecede ilişki olduğu görülmektedir. Bulgu benlik saygısı

düzeyi arttıkça menopoza girmemiş katılımcılarda cinsel doyum iletişim düzeylerinin de arttığı anlamına gelmektedir.

Tablo 24: Menopoza Girmemiş Kadınlarda Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Benlik Saygısı Üzerindeki Çoklu Değerlendirilmesi

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar	t değeri	p
	B	Std Hata	Beta		
Bağımsız Değişken					
Sabit	1,354	,084		16,204	,000
Sıklık	,236	,036	,344	3,643	,014
İletişim	,189	,050	,242	1,750	,034
Doyum	,230	,061	,241	1,208	,047
Kaçınma	,189	,072	,230	,978	,574
Dokunma	,098	,042	,201	,241	,139
Vajinismus	,102	,047	,248	,614	,318
Orgazm Bozukluğu	,187	,057	,198	,901	,551
R=,484	R ² =0,211	Düzeltilmiş R ² =0,199			
F=10,304	p<0,05	Bağımlı değişken: Benlik Saygısı			

Tablo 24 incelendiğinde ‘Adımsal (Stepwise)’ yöntemine göre yapılan regresyon analizinde menopoza girmemiş kadınlarda cinsel doyum ve alt boyutlarının benlik saygısının %19,9’unun bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı değerlendirilmektedir. Cinsel doyum genel boyutunun ($p=0,000<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından sıklık ($p=0,014<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından iletişim ($p=0,034<0,05$) ve cinsel doyum alt boyutlarından doyum ($p=0,047<0,05$) benlik saygısı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip oldukları görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınlarda cinsel doyum diğer alt boyutları ile benlik saygısı arasında anlamlı herhangi bir etki saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 25: Menopoza Girmemiş Kadınlarda Cinsel Doyum ile Alt Boyutlarının Beden İmajı Üzerindeki Çoklu Değerlendirilmesi

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar	t değeri	p
	B	Std Hata	Beta		
Bağımsız Değişken					
Sabit	2,102	,079		9,103	,000
Sıklık	,341	,048	,461	5,034	,010
İletişim	,189	,049	,396	4,425	,017
Doyum	,339	,039	,331	1,685	,048
Kaçınma	,237	,081	,278	1,141	,059
Dokunma	,184	,053	,234	1,037	,077
Vajinismus	,215	,034	,201	,769	,347
Orgazm Bozukluğu	,099	,066	,164	,490	,621
R=,247	R ² =0,134	Düzeltilmiş R ² =0,126			
F=4,674	p<0,05	Bağımlı değişken: Beden İmajı			

Tablo 25 incelendiğinde ‘Adımsal (Stepwise)’ yöntemine göre yapılan regresyon analizinde menopoza girmemiş kadınlarda cinsel doyum ve alt boyutlarının beden imajının %12,6’sının bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı değerlendirilmektedir. Cinsel doyum genel boyutunun ($p=0,000<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından sıklık ($p=0,010<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından iletişim ($p=0,017<0,05$) ve cinsel doyum alt boyutlarından doyum ($p=0,048<0,05$) beden imajı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip oldukları görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınlarda cinsel doyum diğer alt boyutları ile beden imajı arasında anlamlı herhangi bir etki saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 26: Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısının Beden İmajı Üzerindeki Değerlendirilmesi

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar	t değeri	p
	B	Std Hata	Beta		
Bağımsız Değişken					
Benlik Saygısı	,938	,217	,678	2,142	,041
R=,578	R ² =0,497	Düzeltilmiş R ² =0,429			
F=13,182	p<0,05	Bağımlı değişken: Beden İmajı			

Tablo 26 incelendiğinde ‘Adımsal (Stepwise)’ yöntemine göre yapılan regresyon analizinde menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı beden imajının %42,9’unu açıkladığı görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısının ($p=0,041<0,05$) beden imajı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir.

4.5. Gruplar Arası Karşılaştırma Bulguları

Tablo 27: Çalışma Durumuna Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem t Testi Analizi

	Çalışma Durumu	N	Ort.	Std. Sapma	t	p
Beden İmajı	Evet	44	123,18	5,39	2,314	0,026
	Hayır	56	125,24	6,67		
Benlik Saygısı	Evet	44	26,11	4,07	1,746	0,044
	Hayır	56	27,37	4,53		
Cinsel Doyum Genel	Evet	44	97,45	4,63	0,329	0,297
	Hayır	56	97,07	3,99		
Sıklık	Evet	44	11,19	,47	0,317	0,409
	Hayır	56	10,62	,16		
İletişim	Evet	44	12,39	2,81	1,204	0,069
	Hayır	56	11,81	2,99		
Doyum	Evet	44	13,18	1,39	1,617	0,053
	Hayır	56	11,24	1,67		
Kaçınma	Evet	44	13,11	2,07	1,481	0,059
	Hayır	56	12,37	2,53		
Dokunma	Evet	44	11,45	2,63	0,439	0,297
	Hayır	56	11,07	1,99		
Vajinismus	Evet	44	10,19	2,47	0,691	0,409
	Hayır	56	10,62	2,16		
Orgazm Bozukluğu	Evet	44	12,39	1,81	1,108	0,079
	Hayır	56	11,81	1,99		

Tablo 27 incelendiğinde çalışma durumu değişkenine göre menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “t Testi” sonuçlarına göre beden imajı ($t=2,314$; $p<0,05$) ve benlik saygısı ($t=1,746$; $p<0,05$) çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Tablo 27 incelendiğinde, çalışma durumuna hayır yanıtı veren menopoza girmiş kadınların beden imajı puan ortalamalarının (125,24) çalışma durumuna evet diyen menopoza girmiş kadınların puan ortalamasından (123,18) anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Aynı şekilde benlik saygısı boyutunda da çalışmayan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının (27,37) menopoza

girmiş çalışan kadınların puan ortalamalarından (26,11) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer cinsel doyum genel boyutu ve alt boyutları ile çalışma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.

Tablo 28: Çalışma Durumuna Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem t Testi Analizi

	Çalışma Durumu	N	Ort.	Std. Sapma	t	p
Beden İmajı	Evet	83	123,26	1,99	1,997	0,047
	Hayır	17	124,48	1,18		
Benlik Saygısı	Evet	83	25,32	1,61	1,811	0,050
	Hayır	17	26,40	1,74		
Cinsel Doyum Genel	Evet	83	96,91	,66	1,109	0,089
	Hayır	17	97,10	,36		
Sıklık	Evet	83	10,28	,35	,482	0,561
	Hayır	17	11,34	,70		
İletişim	Evet	83	11,55	,61	,976	0,113
	Hayır	17	12,42	,18		
Doyum	Evet	83	11,41	,63	,536	0,476
	Hayır	17	12,37	,42		
Kaçınma	Evet	83	11,97	,44	,841	0,198
	Hayır	17	12,29	,59		
Dokunma	Evet	83	11,63	,71	,641	0,381
	Hayır	17	11,99	,79		
Vajinismus	Evet	83	10,30	,63	,668	0,367
	Hayır	17	11,49	,49		
Orgazm Bozukluğu	Evet	83	11,78	,99	,091	0,917
	Hayır	17	12,09	,91		

Tablo 28 incelendiğinde çalışma durumu değişkenine göre menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “t Testi” sonuçlarına göre beden imajı ($t=1,997$; $p<0,05$) ve benlik saygısı ($t=1,811$; $p<0,05$) çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Tablo 28 incelendiğinde, çalışma durumuna hayır yanıtını veren menopoza girmemiş kadınların beden imajı puan ortalamalarının (124,48) çalışma durumuna evet diyen menopoza girmemiş kadınların puan ortalamasından (123,26) anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Aynı şekilde benlik saygısı boyutunda da çalışmayan menopoza girmemiş kadınların puan ortalamalarının (26,40) menopoza girmemiş çalışan kadınların puan ortalamalarından (25,32) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer cinsel doyum genel boyutu ile alt boyutları menopoza girmemiş kadınlarda çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.



Tablo 29: Eğitim Düzeyine Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi

	Eğitim Düzeyi	N	Ort.	ss	F Değeri	P Değeri
Beden İmajı	İlkokul Mezunu	13	119,00	,08	3,213	,007
	Ortaokul Mezunu	26	119,36	1,63		
	Lise Mezunu	36	121,96	1,74		
	Üniversite Mezunu	20	119,32	1,32		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	118,41	1,30		
Benlik Saygısı	İlkokul Mezunu	13	24,00	,14	1,006	,469
	Ortaokul Mezunu	26	25,41	1,36		
	Lise Mezunu	36	24,12	1,74		
	Üniversite Mezunu	20	28,74	1,39		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	21,41	1,42		
Cinsel Doyum Genel	İlkokul Mezunu	13	89,00	,05	1,464	,059
	Ortaokul Mezunu	26	88,07	1,72		
	Lise Mezunu	36	89,10	1,34		
	Üniversite Mezunu	20	89,11	1,48		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	88,74	1,96		
Sıklık	İlkokul Mezunu	13	11,00	,07	,791	,730
	Ortaokul Mezunu	26	10,37	,64		
	Lise Mezunu	36	9,21	,63		
	Üniversite Mezunu	20	9,74	,82		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	9,85	,71		
İletişim	İlkokul Mezunu	13	12,00	,04	,692	,839
	Ortaokul Mezunu	26	9,10	,21		
	Lise Mezunu	36	12,30	,37		
	Üniversite Mezunu	20	11,54	,89		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	10,12	,72		
Doyum	İlkokul Mezunu	13	12,00	,01	1,573	,053

	Ortaokul Mezunu	26	11,78	,24		
	Lise Mezunu	36	10,34	,12		
	Üniversite Mezunu	20	12,71	,76		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	11,36	,70		
Kaçınma	İlkokul Mezunu	13	10,68	,03	1,507	,056
	Ortaokul Mezunu	26	11,10	1,85		
	Lise Mezunu	36	11,13	1,74		
	Üniversite Mezunu	20	12,82	1,96		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	13,27	1,31		
Dokunma	İlkokul Mezunu	13	10,00	,10	1,279	,097
	Ortaokul Mezunu	26	12,31	,34		
	Lise Mezunu	36	9,36	,48		
	Üniversite Mezunu	20	9,34	,91		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	10,74	,67		
Vajinismus	İlkokul Mezunu	13	10,00	,02	,524	,738
	Ortaokul Mezunu	26	11,26	,41		
	Lise Mezunu	36	10,72	,63		
	Üniversite Mezunu	20	11,25	,85		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	9,63	,41		
Orgazm Bozukluğu	İlkokul Mezunu	13	11,00	,02	,873	,635
	Ortaokul Mezunu	26	12,70	,15		
	Lise Mezunu	36	10,43	,35		
	Üniversite Mezunu	20	9,28	,95		
	Yüksek Lisans ve Doktora	5	11,91	,75		

Tablo 29’da Eğitim Düzeyine Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi yer almaktadır. Tablo incelendiğinde eğitim düzeyi değişkenine göre menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “Anova Testi” sonuçlarına göre beden imajı ($f=3,213$; $p<0,05$) eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Eğitim düzeyi diğer genel boyutlar ile alt boyutlara göre anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.

Tablo 29 incelendiğinde menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarına göre yapılan post-hoc Tukey testi sonucunda ‘Beden İmajı’ boyutu için; ‘Lise Mezunu’ ile ‘Yüksek Lisans ve Doktora’ eğitim düzeyi seviyeleri arasında ($p=0,034^{**}$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre lise eğitim düzeyine sahip menopoza girmiş kadınlarda yüksek lisans ve doktora eğitim düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.



Tablo 30: Eğitim Düzeyine Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi

	Eğitim Düzeyi	N	Ort.	ss	F Değeri	P Değeri
Beden İmajı	İlkokul Mezunu	6	121,21	,17	5,361	,001
	Ortaokul Mezunu	24	118,67	,36		
	Lise Mezunu	34	119,48	,24		
	Üniversite Mezunu	27	119,37	,89		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	120,19	,25		
Benlik Saygısı	İlkokul Mezunu	6	27,43	,48	4,485	,009
	Ortaokul Mezunu	24	24,78	,24		
	Lise Mezunu	34	24,39	,96		
	Üniversite Mezunu	27	25,42	,24		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	27,91	,25		
Cinsel Doyum Genel	İlkokul Mezunu	6	90,48	,47	1,301	,091
	Ortaokul Mezunu	24	88,47	,98		
	Lise Mezunu	34	88,30	,41		
	Üniversite Mezunu	27	88,28	,66		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	90,71	,89		
Sıklık	İlkokul Mezunu	6	12,46	,81	1,421	,083
	Ortaokul Mezunu	24	9,18	,45		
	Lise Mezunu	34	9,50	,62		
	Üniversite Mezunu	27	9,78	,28		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	11,49	,34		
İletişim	İlkokul Mezunu	6	11,11	,46	1,186	,109
	Ortaokul Mezunu	24	9,18	,26		
	Lise Mezunu	34	10,09	,78		
	Üniversite Mezunu	27	10,29	,76		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	11,21	,59		
Doyum	İlkokul Mezunu	6	12,90	,38	,634	,581
	Ortaokul Mezunu	24	10,12	,29		
	Lise Mezunu	34	10,87	,93		
	Üniversite Mezunu	27	10,43	,48		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	11,17	,69		
Kaçınma	İlkokul Mezunu	6	11,01	,85	,872	,379
	Ortaokul Mezunu	24	11,31	,47		
	Lise Mezunu	34	11,28	,35		
	Üniversite Mezunu	27	11,66	,45		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	11,13	,64		
Dokunma	İlkokul Mezunu	6	11,10	,24	1,008	,193
	Ortaokul Mezunu	24	11,63	,18		
	Lise Mezunu	34	10,42	,64		
	Üniversite Mezunu	27	10,47	,23		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	11,62	,22		
Vajinismus	İlkokul Mezunu	6	11,55	,47	1,432	,090
	Ortaokul Mezunu	24	10,27	,91		
	Lise Mezunu	34	11,52	,45		

	Üniversite Mezunu	27	10,36	,71		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	11,07	,73		
Orgazm Bozukluğu	İlkokul Mezunu	6	11,41	,44	,973	,242
	Ortaokul Mezunu	24	10,08	,82		
	Lise Mezunu	34	10,93	,57		
	Üniversite Mezunu	27	10,37	,62		
	Yüksek Lisans ve Doktora	9	11,48	,36		

Tablo 30 incelendiğinde eğitim düzeyi değişkenine göre menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “Anova Testi” sonuçlarına göre beden imajı ($f=5,361$; $p<0,05$) ve benlik saygısı ($f=4,485$; $p<0,05$) eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Eğitim düzeyi cinsel doyum ile alt boyutlara göre anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.

Tablo 30 incelendiğinde menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarına göre yapılan post-hoc Tukey testi sonucunda ‘Beden İmajı’ boyutu için; ‘İlkokul Mezunu’ ile ‘Yüksek Lisans ve Doktora’ eğitim düzeyi seviyeleri arasında ($p=0,011^*$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre ilkokul eğitim düzeyine sahip menopoza girmemiş kadınlarda beden imajı düzeyi yüksek lisans ve doktora eğitim düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

‘Benlik Saygısı’ boyutu için; ‘Yüksek Lisans ve Doktora Mezunu’ ile ‘İlkokul Mezunu’ eğitim düzeyi seviyeleri arasında ($p=0,007^*$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre yüksek lisans ve doktora eğitim düzeyine sahip menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı ilkokul eğitim düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 31: Mevcut Ağırlık Düzeyinden Memnuniyet Derecesine Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi

	Mevcut Ağırlık Memnuniyeti	N	Ort.	ss	F Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Kesinlikle Memnunum	3	117,74	1,12	5,109	,004
	Çoğunlukla Memnunum	3	119,21	1,22		
	Kararsızım	13	119,82	1,82		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	118,83	1,43		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	118,04	1,90		
Benlik Saygısı	Kesinlikle Memnunum	3	25,47	1,10	6,631	,000
	Çoğunlukla Memnunum	3	23,24	1,51		
	Kararsızım	13	23,47	1,27		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	20,54	1,08		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	21,17	1,49		
Cinsel Doyum Genel	Kesinlikle Memnunum	3	81,14	1,65	1,361	,136
	Çoğunlukla Memnunum	3	90,19	1,74		
	Kararsızım	13	82,24	,96		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	81,19	1,11		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	80,63	,77		
Sıklık	Kesinlikle Memnunum	3	9,17	1,40	1,193	,157
	Çoğunlukla Memnunum	3	10,35	1,37		
	Kararsızım	13	9,38	1,15		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	9,15	1,16		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	9,18	1,03		
İletişim	Kesinlikle Memnunum	3	9,74	,99	,963	,239
	Çoğunlukla Memnunum	3	10,82	1,27		
	Kararsızım	13	10,83	1,27		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	11,56	1,32		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	12,69	1,55		
Doyum	Kesinlikle Memnunum	3	11,12	1,35	1,093	,194
	Çoğunlukla Memnunum	3	11,21	1,27		
	Kararsızım	13	12,17	1,30		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	12,47	1,90		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	10,69	1,05		
Kaçınma	Kesinlikle Memnunum	3	10,54	1,31	3,112	,049
	Çoğunlukla Memnunum	3	10,75	1,57		
	Kararsızım	13	11,36	1,26		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	10,16	1,05		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	9,88	1,05		
Dokunma	Kesinlikle Memnunum	3	11,78	1,90	1,307	,164
	Çoğunlukla Memnunum	3	11,47	1,21		
	Kararsızım	13	10,79	,12		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	11,44	,34		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	11,29	,96		
Vajinismus	Kesinlikle Memnunum	3	11,99	,41	,763	,464

	Çoğunlukla Memnunum	3	11,85	,36		
	Kararsızım	13	11,94	,75		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	9,88	,30		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	10,87	,36		
Orgazm Bozukluğu	Kesinlikle Memnunum	3	9,43	,09	,934	,207
	Çoğunlukla Memnunum	3	12,14	1,48		
	Kararsızım	13	11,78	1,16		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	47	10,18	1,12		
	Kesinlikle Memnun Değilim	24	10,34	,10		

Tablo 31 incelendiğinde mevcut ağırlık düzeyinden memnuniyet değişkenine göre menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “Anova Testi” sonuçlarına göre beden imajı ($f=5,109$; $p<0,05$), benlik saygısı ($f=6,631$; $p<0,05$) ve cinsel doyum kaçınma alt boyutu ($f=3,112$; $p<0,05$) mevcut ağırlık düzeyinden memnuniyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Mevcut ağırlık düzeyinden memnuniyet değişkeni diğer genel boyutlar ile alt boyutlara göre anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.

Tablo 31 incelendiğinde menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarına göre yapılan post-hoc Tukey testi sonucunda ‘Beden İmajı’ boyutu için; ‘Kararsızım’ ile ‘Çoğunlukla Memnunum’ mevcut ağırlık seviyeleri arasında ($p=0,022^*$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kararsızım mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip menopoza girmiş kadınlarda çoğunlukla memnunum mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

‘Benlik Saygısı’ boyutu için; ‘Kesinlikle Memnunum’ ile ‘Kararsızım’ mevcut ağırlık seviyeleri arasında ($p=0,017^{**}$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kesinlikle memnunum mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip menopoza girmiş kadınlarda kararsızım mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

‘Cinsel Doyum Kaçınma’ alt boyutu için; ‘Kararsızım’ ile ‘Çoğunlukla Memnunum’ mevcut ağırlık seviyeleri arasında ($p=0,048^*$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kararsızım mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip menopoza girmiş kadınlarda çoğunlukla memnunum mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 32: Mevcut Ağırlık Düzeyinden Memnuniyet Derecesine Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi

	Mevcut Ağırlık Memnuniyeti	N	Ort.	ss	F Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Kesinlikle Memnunum	9	119,68	,62	3,412	,038
	Çoğunlukla Memnunum	26	118,71	,59		
	Kararsızım	31	118,66	,58		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	118,68	,59		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	119,51	,86		
Benlik Saygısı	Kesinlikle Memnunum	9	24,56	,76	3,936	,033
	Çoğunlukla Memnunum	26	23,78	,76		
	Kararsızım	31	23,64	,80		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	23,41	1,15		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	24,38	1,08		
Cinsel Doyum Genel	Kesinlikle Memnunum	9	82,17	1,09	1,281	,088
	Çoğunlukla Memnunum	26	81,30	1,11		
	Kararsızım	31	80,12	,81		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	81,20	,74		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	83,03	,76		
Sıklık	Kesinlikle Memnunum	9	10,10	,77	1,003	,101
	Çoğunlukla Memnunum	26	9,73	,61		
	Kararsızım	31	9,53	,53		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	10,87	,64		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	10,68	,59		
İletişim	Kesinlikle Memnunum	9	12,58	,84	,994	,108
	Çoğunlukla Memnunum	26	11,71	,72		
	Kararsızım	31	11,01	,68		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	11,64	,80		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	12,42	1,14		
Doyum	Kesinlikle Memnunum	9	11,99	,94	2,018	,050
	Çoğunlukla Memnunum	26	10,58	1,29		
	Kararsızım	31	10,30	1,11		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	10,20	,79		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	12,90	,70		
Kaçınma	Kesinlikle Memnunum	9	13,02	,80	,892	,194
	Çoğunlukla Memnunum	26	10,10	,77		
	Kararsızım	31	11,74	,61		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	11,49	,52		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	12,59	,55		
Dokunma	Kesinlikle Memnunum	9	12,84	,25	1,100	,098
	Çoğunlukla Memnunum	26	11,68	,59		
	Kararsızım	31	11,59	,83		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	10,65	,76		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	11,88	,67		
Vajinismus	Kesinlikle Memnunum	9	12,25	,92	,601	,310

	Çoğunlukla Memnunum	26	12,64	,80		
	Kararsızım	31	12,42	1,14		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	11,90	,87		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	12,08	1,07		
Orgazm Bozukluğu	Kesinlikle Memnunum	9	12,96	1,25	,998	,107
	Çoğunlukla Memnunum	26	10,30	1,11		
	Kararsızım	31	10,20	,78		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	9,92	,73		
	Kesinlikle Memnun Değilim	13	12,81	,70		

Tablo 32 incelendiğinde mevcut ağırlık düzeyinden memnuniyet değişkenine göre menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “Anova Testi” sonuçlarına göre beden imajı ($f=3,412$; $p<0,05$), benlik saygısı ($f=3,936$; $p<0,05$) ve cinsel doyum alt boyutu ($f=2,018$; $p<0,05$) mevcut ağırlık düzeyinden memnuniyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Mevcut ağırlık düzeyinden memnuniyet değişkeni diğer genel boyutlar ile alt boyutlara göre menopoza girmemiş kadınlarda anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.

Tablo 32 incelendiğinde menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarına göre yapılan post-hoc Tukey testi sonucunda ‘Beden İmajı’ boyutu için; ‘Kesinlikle Memnunum’ ile ‘Kesinlikle Memnun Değilim’ mevcut ağırlık seviyeleri arasında ($p=0,006^*$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kesinlikle memnunum mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip menopoza girmemiş kadınlarda kesinlikle memnun değilim mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

‘Benlik Saygısı’ boyutu için; ‘Kesinlikle Memnunum’ ile ‘Kesinlikle Memnun Değilim’ mevcut ağırlık seviyeleri arasında ($p=0,025^*$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kesinlikle memnunum mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip menopoza girmemiş kadınlarda kesinlikle memnun değilim mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

‘Cinsel Doyum’ alt boyutu için; ‘Kesinlikle Memnun Değilim’ ile ‘Kesinlikle Memnunum’ mevcut ağırlık seviyeleri arasında ($p=0,031^*$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kesinlikle memnun değilim mevcut ağırlık

memnuniyet düzeyine sahip menopoza girmemiş kadınlarda kesinlikle memnunun mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 33: Sigara Kullanma Durumuna Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Analizi

	Sigara Kullanma	N	Ort.	ss	t Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Evet	77	122,12	1,85	1,499	,364
	Hayır	23	117,08	1,32		
Benlik Saygısı	Evet	77	25,34	1,36	2,135	,014
	Hayır	23	24,74	,96		
Cinsel Doyum Genel	Evet	77	88,59	1,96	2,427	,011
	Hayır	23	87,36	1,00		
Sıklık	Evet	77	11,77	,47	,596	,840
	Hayır	23	11,24	,24		
İletişim	Evet	77	12,41	,74	-1,677	,501
	Hayır	23	12,63	,36		
Doyum	Evet	77	11,30	,62	4,443	,002
	Hayır	23	10,47	,54		
Kaçınma	Evet	77	10,96	1,68	-1,402	,056
	Hayır	23	11,74	1,35		
Dokunma	Evet	77	10,36	,47	1,096	,087
	Hayır	23	11,52	,35		
Vajinismus	Evet	77	10,32	,96	1,896	,334
	Hayır	23	9,38	,45		
Orgazm Bozukluğu	Evet	77	11,20	,62	3,642	,007
	Hayır	23	10,62	,42		

Tablo 33 incelendiğinde sigara kullanma durumu değişkenine göre menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “t Testi” sonuçlarına göre benlik saygısı

($t=2,135$; $p<0,05$), cinsel doyum genel boyutu ($t=2,427$; $p<0,05$), cinsel doyum alt boyutu ($t=4,443$; $p<0,05$) ve cinsel doyum orgazm bozukluğu ($t=3,642$; $p<0,05$) sigara kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Tablo 33 incelendiğinde, sigara kullanma durumuna evet yanıtını veren menopoza girmiş kadınların benlik saygısı puan ortalamalarının (25,34) sigara kullanma durumuna hayır diyen menopoza girmiş kadınların puan ortalamasından (24,74) anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir.

Cinsel doyum boyutunda da sigara kullanan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının (88,59) menopoza girmiş sigara kullanmayan kadınların puan ortalamalarından (87,36) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cinsel doyum alt boyutunda da sigara kullanan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının (11,30) menopoza girmiş sigara kullanmayan kadınların puan ortalamalarından (10,47) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak cinsel doyum orgazm bozukluğu alt boyutunda da sigara kullanan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının (11,20) menopoza girmiş sigara kullanmayan kadınların puan ortalamalarından (10,62) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Beden imajı ile cinsel doyum diğer alt boyutları sigara kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.

Tablo 34: Sigara Kullanma Durumuna Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Analizi

	Sigara Kullanma	N	Ort.	ss	t Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Evet	81	120,78	1,52	1,114	,071
	Hayır	19	119,55	1,10		
Benlik Saygısı	Evet	81	24,09	,72	1,109	,090
	Hayır	19	26,00	1,29		
Cinsel Doyum Genel	Evet	81	87,21	,61	1,917	,048
	Hayır	19	88,05	,92		
Sıklık	Evet	81	11,50	,89	,469	,367
	Hayır	19	11,56	,29		
İletişim	Evet	81	10,68	,80	,534	,214
	Hayır	19	12,68	,59		
Doyum	Evet	81	10,64	,80	,314	,539
	Hayır	19	11,30	1,11		
Kaçınma	Evet	81	10,10	,77	1,212	,083
	Hayır	19	11,24	,61		
Dokunma	Evet	81	10,08	1,43	,994	,087
	Hayır	19	11,32	,67		
Vajinismus	Evet	81	10,19	,18	1,513	,055
	Hayır	19	12,89	,06		
Orgazm Bozukluğu	Evet	81	9,62	,26	2,135	,030
	Hayır	19	10,97	,03		

Tablo 34 incelendiğinde sigara kullanma durumu değişkenine göre menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “t Testi” sonuçlarına göre cinsel doyum genel boyutu ($t=1,917$; $p<0,05$) ve cinsel doyum orgazm bozukluğu ($t=2,135$; $p<0,05$) sigara kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Fakat beden imajı,

benlik saygısı ile cinsel doyum diğer alt boyutları sigara kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Tablo 34 incelendiğinde, cinsel doyum boyutunda da sigara kullanmayan menopoza girmemiş kadınların puan ortalamalarının (88,05) menopoza girmemiş sigara kullanan kadınların puan ortalamalarından (87,21) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak cinsel doyum orgazm bozukluğu alt boyutunda da sigara kullanmayan menopoza girmemiş kadınların puan ortalamalarının (10,97) menopoza girmemiş sigara kullanan kadınların puan ortalamalarından (9,62) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur.



Tablo 35: Alkol Kullanma Durumuna Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Analizi

	Alkol Kullanma	N	Ort.	ss	t Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Evet	49	127,45	1,29	,685	,127
	Hayır	51	124,35	1,41		
Benlik Saygısı	Evet	49	29,75	1,10	4,362	,006
	Hayır	51	28,74	1,03		
Cinsel Doyum Genel	Evet	49	88,67	1,21	3,197	,011
	Hayır	51	87,24	1,16		
Sıklık	Evet	49	13,02	1,40	1,362	,211
	Hayır	51	12,96	1,30		
İletişim	Evet	49	12,14	1,13	1,142	,181
	Hayır	51	10,35	1,03		
Doyum	Evet	49	11,63	1,24	1,086	,091
	Hayır	51	11,96	1,69		
Kaçınma	Evet	49	11,81	1,24	2,631	,044
	Hayır	51	12,01	1,69		
Dokunma	Evet	49	10,14	1,24	1,321	,107
	Hayır	51	9,61	1,69		
Vajinismus	Evet	49	9,87	1,51	,945	,421
	Hayır	51	9,35	1,41		
Orgazm Bozukluğu	Evet	49	10,47	1,33	1,362	,336
	Hayır	51	10,48	1,26		

Tablo 35 incelendiğinde alkol kullanma durumu değişkenine göre menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “t Testi” sonuçlarına göre benlik saygısı ($t=4,362$; $p<0,05$), cinsel doyum genel boyutu ($t=3,197$; $p<0,05$) ve cinsel doyum kaçınma alt boyutu ($t=2,631$; $p<0,05$) alkol kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde

farklılaşmaktadır. Beden imajı ile cinsel doyum diğerk alt boyutları alkol kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.

Tablo 35 incelendiğinde, alkol kullanma durumuna evet yanıtını veren menopoza girmiş kadınların benlik saygısı puan ortalamalarının (29,75) alkol kullanma durumuna hayır diyen menopoza girmiş kadınların puan ortalamasından (28,74) anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir.

Cinsel doyum boyutunda da alkol kullanan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının (88,67) menopoza girmiş alkol kullanmayan kadınların puan ortalamalarından (87,24) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cinsel doyum kaçınma alt boyutunda ise alkol kullanmayan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının (12,01) menopoza girmiş alkol kullanan kadınların puan ortalamalarından (11,81) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 36: Alkol Kullanma Durumuna Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Analizi

	Alkol Kullanma	N	Ort.	ss	t Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Evet	57	127,24	4,18	,775	,310
	Hayır	43	128,08	3,80		
Benlik Saygısı	Evet	57	26,32	3,57	1,355	,042
	Hayır	43	28,19	9,65		
Cinsel Doyum Genel	Evet	57	87,89	44,57	1,262	,046
	Hayır	43	88,62	16,08		
Sıklık	Evet	57	10,97	8,38	,713	369
	Hayır	43	9,77	2,59		
İletişim	Evet	57	9,09	6,41	,846	227
	Hayır	43	10,02	6,54		
Doyum	Evet	57	9,30	5,50	,359	889
	Hayır	43	10,74	3,92		
Kaçınma	Evet	57	10,49	3,89	,379	837
	Hayır	43	10,48	3,94		
Dokunma	Evet	57	9,76	10,70	,921	114
	Hayır	43	10,27	18,38		
Vajinismus	Evet	57	11,74	13,91	,254	948
	Hayır	43	10,41	4,67		
Orgazm Bozukluğu	Evet	57	9,29	4,46	,392	816
	Hayır	43	9,05	5,09		

Tablo 36 incelendiğinde alkol kullanma durumu değişkenine göre menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “t Testi” sonuçlarına göre benlik saygısı ($t=1,355$; $p<0,05$) ve cinsel doyum genel boyutu ($t=1,262$; $p<0,05$) alkol kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Fakat beden imajı ile cinsel doyum

diğer alt boyutları alkol kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Tablo 36 incelendiğinde, alkol kullanma durumuna hayır yanıtını veren menopoza girmemiş kadınların benlik saygısı puan ortalamalarının (28,19) alkol kullanma durumuna evet diyen menopoza girmemiş kadınların puan ortalamasından (26,32) anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir.

Cinsel doyum boyutunda da alkol kullanmayan menopoza girmemiş kadınların puan ortalamalarının (88,62) menopoza girmemiş alkol kullanan kadınların puan ortalamalarından (87,89) anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur.



Tablo 37: Cinsel İlişki Sıklığına Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi

	Cinsel İlişki Sıklığı	N	Ort.	ss	F Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Kararsızım	13	2,74	,61	,451	0,772
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	2,61	,65		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	2,68	,55		
Benlik Saygısı	Kararsızım	13	2,71	,67	,698	0,701
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	2,52	,42		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	2,68	,59		
Cinsel Doyum Genel	Kararsızım	13	2,30	,63	2,429	0,048
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	2,35	,85		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	2,62	,81		
Sıklık	Kararsızım	13	2,70	,80	,576	0,680
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	2,06	,62		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	2,64	,80		
İletişim	Kararsızım	13	2,87	,45	,240	0,787
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	2,37	,14		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	2,34	,09		
Doyum	Kararsızım	13	2,27	,13	1,743	0,177
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	1,64	,40		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	2,30	,11		
Kaçınma	Kararsızım	13	3,03	,98	1,378	0,253
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	3,12	,96		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	3,09	,73		
Dokunma	Kararsızım	13	3,16	,78	,841	0,419
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	2,86	,72		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	3,10	,77		
Vajinismus	Kararsızım	13	2,68	,62	1,911	0,128
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	2,71	,59		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	2,66	,58		
Orgazm Bozukluğu	Kararsızım	13	2,68	,59	1,455	0,227
	Çoğunlukla Memnun Değilim	66	2,51	,86		
	Kesinlikle Memnun Değilim	21	2,56	,76		

Tablo 37 incelendiğinde cinsel ilişki sıklığı değişkenine göre menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “Anova Testi” sonuçlarına göre cinsel doyum genel ($f=2,429$; $p<0,05$) cinsel ilişki sıklığı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Fakat cinsel ilişki sıklığı değişkeni diğer genel boyutlar ile alt boyutlara göre anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.

Tablo 37 incelendiğinde menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarına göre yapılan post-hoc Tukey testi sonucunda ‘Cinsel

Doyum Genel' boyutu için; 'Kesinlikle Memnun Değilim' ile 'Çoğunlukla Memnun Değilim' cinsel ilişki sıklığı arasında ($p=0,044^*$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kesinlikle memnun değilim cinsel ilişki sıklığına sahip menopoza girmiş kadınlarda çoğunlukla memnun değilim cinsel ilişki sıklığına sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.

Tablo 38: Cinsel İlişki Sıklığına Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi

	Cinsel İlişki Sıklığı	N	Ort.	ss	F Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Kesinlikle Memnunum	14	118,55	7,04	1,193	0,136
	Çoğunlukla Memnunum	41	117,75	7,13		
	Kararsızım	17	119,62	6,34		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	118,02	6,45		
	Kesinlikle Memnun Değilim	7	120,46	7,33		
Benlik Saygısı	Kesinlikle Memnunum	14	24,31	2,14	1,047	0,099
	Çoğunlukla Memnunum	41	24,74	2,90		
	Kararsızım	17	25,33	3,18		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	23,76	1,65		
	Kesinlikle Memnun Değilim	7	26,10	2,71		
Cinsel Doyum Genel	Kesinlikle Memnunum	14	93,64	1,09	2,597	0,038
	Çoğunlukla Memnunum	41	93,27	1,41		
	Kararsızım	17	94,19	1,66		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	92,46	,94		
	Kesinlikle Memnun Değilim	7	93,72	1,34		
Sıklık	Kesinlikle Memnunum	14	13,30	1,42	3,453	0,021
	Çoğunlukla Memnunum	41	13,62	1,23		
	Kararsızım	17	11,59	2,85		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	12,47	1,46		
	Kesinlikle Memnun Değilim	7	12,51	2,07		
İletişim	Kesinlikle Memnunum	14	10,62	5,77	,491	0,624
	Çoğunlukla Memnunum	41	11,66	5,84		
	Kararsızım	17	12,68	6,64		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	10,97	6,28		
	Kesinlikle Memnun Değilim	7	12,24	5,66		
Doyum	Kesinlikle Memnunum	14	10,55	2,04	4,475	0,014
	Çoğunlukla Memnunum	41	10,75	1,13		
	Kararsızım	17	11,62	1,34		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	9,02	1,45		
	Kesinlikle Memnun Değilim	7	10,46	2,33		
Kaçınma	Kesinlikle Memnunum	14	10,31	2,14	1,301	0,068
	Çoğunlukla Memnunum	41	10,74	2,90		
	Kararsızım	17	10,33	1,18		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	11,76	1,65		

	Kesinlikle Memnun Değilim	7	9,10	2,71		
Dokunma	Kesinlikle Memnunum	14	11,64	1,09	3,010	0,027
	Çoğunlukla Memnunum	41	10,27	1,41		
	Kararsızım	17	11,19	1,66		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	11,46	,94		
	Kesinlikle Memnun Değilim	7	10,72	1,34		
Vajinismus	Kesinlikle Memnunum	14	9,11	,32	1,099	0,092
	Çoğunlukla Memnunum	41	10,26	1,23		
	Kararsızım	17	9,95	2,85		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	12,74	1,46		
	Kesinlikle Memnun Değilim	7	12,15	2,07		
Orgazm Bozukluğu	Kesinlikle Memnunum	14	12,26	1,77	,931	0,497
	Çoğunlukla Memnunum	41	12,21	1,84		
	Kararsızım	17	11,86	1,64		
	Çoğunlukla Memnun Değilim	21	10,79	,28		
	Kesinlikle Memnun Değilim	7	9,42	2,66		

Tablo 38 incelendiğinde cinsel ilişki sıklığı değişkenine göre menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “Anova Testi” sonuçlarına göre cinsel doyum genel ($f=2,597$; $p<0,05$), cinsel doyum sıklık alt boyutu ($f=3,453$; $p<0,05$), cinsel doyum alt boyutu ($f=4,475$; $p<0,05$) ve cinsel doyum dokunma alt boyutu ($f=3,010$; $p<0,05$) cinsel ilişki sıklığı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Fakat cinsel ilişki sıklığı değişkeni diğer genel boyutlar ile alt boyutlara göre anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır.

Tablo 38 incelendiğinde menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarına göre yapılan post-hoc Tukey testi sonucunda ‘Cinsel Doyum Genel’ boyutu için; ‘Kararsızım’ ile ‘Kesinlikle Memnun Değilim’ cinsel ilişki sıklığı arasında ($p=0,011^{**}$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kararsızım cinsel ilişki sıklığına sahip menopoza girmemiş kadınlarda kesinlikle memnun değilim cinsel ilişki sıklığına sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

‘Cinsel Doyum Sıklık’ alt boyutu için; ‘Çoğunlukla Memnunum’ ile ‘Kesinlikle Memnunum’ cinsel ilişki sıklığı arasında ($p=0,029^{**}$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre çoğunlukla memnunum cinsel ilişki sıklığına sahip menopoza girmemiş kadınlarda kesinlikle memnunum cinsel ilişki sıklığına sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

'Cinsel Doyum' alt boyutu için; 'Kararsızım' ile 'Çoğunlukla Memnunum' cinsel ilişki sıklığı arasında ($p=0,018^{**}$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kararsızım cinsel ilişki sıklığına sahip menopoza girmemiş kadınlarda çoğunlukla memnunum cinsel ilişki sıklığına sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

'Cinsel Doyum Dokunma' alt boyutu için; 'Kesinlikle Memnunum' ile 'Çoğunlukla Memnun Değilim' cinsel ilişki sıklığı arasında ($p=0,033^{**}$; $p<.05$) anlamlı ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulguya göre kesinlikle memnunum cinsel ilişki sıklığına sahip menopoza girmemiş kadınlarda çoğunlukla memnun değilim cinsel ilişki sıklığına sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 39: Cinsel İlişki Sonrası Tatmin Olma Durumuna Göre Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi

	Cinsel İlişki Sonrası Tatmin Olma	N	Ort.	ss	F Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Hiçbir Zaman	74	123,45	,59	1,718	,057
	Nadiren	17	121,35	,59		
	Bazen	6	122,75	,57		
	Sık Sık	3	122,14	,63		
Benlik Saygısı	Hiçbir Zaman	74	34,02	,59	,418	,215
	Nadiren	17	34,96	,82		
	Bazen	6	32,85	,79		
	Sık Sık	3	33,96	,81		
Cinsel Doyum Genel	Hiçbir Zaman	74	93,57	,78	1,294	,184
	Nadiren	17	92,65	,80		
	Bazen	6	92,47	,23		
	Sık Sık	3	92,25	,08		
Sıklık	Hiçbir Zaman	74	10,84	,07	1,132	,210
	Nadiren	17	9,91	,18		
	Bazen	6	10,12	,11		
	Sık Sık	3	10,91	,88		
İletişim	Hiçbir Zaman	74	12,63	,72	1,008	,264
	Nadiren	17	10,01	,79		
	Bazen	6	11,82	,81		
	Sık Sık	3	12,83	,77		
Doyum	Hiçbir Zaman	74	10,56	,66	,847	,327
	Nadiren	17	11,21	,86		
	Bazen	6	10,30	,24		
	Sık Sık	3	10,21	,83		
Kaçınma	Hiçbir Zaman	74	11,11	,62	,842	,329
	Nadiren	17	10,24	,46		

	Bazen	6	10,20	,15		
	Sık Sık	3	12,36	,14		
Dokunma	Hiçbir Zaman	74	10,69	,63	,449	,617
	Nadiren	17	12,54	,31		
	Bazen	6	12,41	,25		
	Sık Sık	3	12,74	,62		
Vajinismus	Hiçbir Zaman	74	11,61	,39	,709	,461
	Nadiren	17	10,12	,75		
	Bazen	6	11,08	,80		
	Sık Sık	3	11,34	,40		
Orgazm Bozukluğu	Hiçbir Zaman	74	11,74	,49	,893	,307
	Nadiren	17	10,77	,14		
	Bazen	6	12,24	,87		
	Sık Sık	3	12,36	,67		

Tablo 39 incelendiğinde cinsel ilişki sonrası tatmin olma değişkenine göre menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “Anova Testi” sonuçlarına göre menopoza girmiş kadınların benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutları cinsel ilişki sonrası tatmin olma değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır ($p < .05$).

Tablo 40: Cinsel İlişki Sonrası Tatmin Olma Durumuna Göre Menopoza Girmemiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Beden İmajı ve Cinsel Doyum ile Alt Boyutları Arasındaki Anova Analizi

	Cinsel İlişki Sonrası Tatmin Olma	N	Ort.	ss	F Değeri	P Değeri
Beden İmajı	Hiçbir Zaman	38	122,79	1,26	1,519	,111
	Nadiren	24	123,12	1,41		
	Bazen	17	123,28	1,43		
	Sık Sık	10	124,38	1,39		
	Her Zaman	11	124,40	1,32		
Benlik Saygısı	Hiçbir Zaman	38	33,63	1,24	0,695	,234
	Nadiren	24	33,66	1,26		
	Bazen	17	33,74	1,19		
	Sık Sık	10	34,15	,98		
	Her Zaman	11	34,10	1,20		
Cinsel Doyum Genel	Hiçbir Zaman	38	95,84	1,13	1,011	,142
	Nadiren	24	93,91	1,03		
	Bazen	17	96,12	,85		
	Sık Sık	10	96,91	,82		
	Her Zaman	11	97,63	,77		
Sıklık	Hiçbir Zaman	38	12,52	1,40	2,279	,101
	Nadiren	24	10,35	1,37		
	Bazen	17	12,18	1,15		
	Sık Sık	10	11,15	1,16		
	Her Zaman	11	11,18	1,03		
İletişim	Hiçbir Zaman	38	12,00	,99	1,941	,264
	Nadiren	24	13,82	1,27		
	Bazen	17	13,83	,27		
	Sık Sık	10	11,56	,32		
	Her Zaman	11	10,21	,55		
Doyum	Hiçbir Zaman	38	9,30	1,35	0,695	,314

	Nadiren	24	9,21	,27		
	Bazen	17	10,11	,30		
	Sık Sık	10	10,24	,75		
	Her Zaman	11	9,20	,91		
Kaçınma	Hiçbir Zaman	38	11,37	1,43	1,011	,337
	Nadiren	24	13,97	,64		
	Bazen	17	13,73	,66		
	Sık Sık	10	10,85	1,19		
	Her Zaman	11	10,96	,34		
Dokunma	Hiçbir Zaman	38	12,57	1,96	0,279	,751
	Nadiren	24	13,65	1,97		
	Bazen	17	12,47	,01		
	Sık Sık	10	12,25	,97		
	Her Zaman	11	13,47	,74		
Vajinismus	Hiçbir Zaman	38	12,96	,96	1,178	,196
	Nadiren	24	11,42	1,74		
	Bazen	17	10,37	,34		
	Sık Sık	10	11,74	,45		
	Her Zaman	11	9,01	1,34		
Orgazm Bozukluğu	Hiçbir Zaman	38	10,45	1,29	1,519	,114
	Nadiren	24	12,35	,41		
	Bazen	17	12,75	,10		
	Sık Sık	10	12,74	,03		
	Her Zaman	11	11,67	,21		

Tablo 40 incelendiğinde cinsel ilişki sonrası tatmin olma değişkenine göre menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının puan değerlerinin karşılaştırılması için yapılan “Anova Testi” sonuçlarına göre menopoza girmemiş kadınların benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutları cinsel ilişki sonrası tatmin olma değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır ($p < .05$).

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmada menopoza girmiş ve girmemiş kadınların benlik saygısı, beden imajı düzeyleri ve cinsel doyuma etkisi incelenmiştir. Bu doğrultuda ele alınan sosyo-demografik değişkenler ve bağımlı değişkenler arasındaki ilişki analiz edilmiştir.

Çalışmamızda menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda beden imajının benlik saygısını etkilediği ve beden imajı ile benlik saygısı arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki olduğu saptanmıştır. Korelasyon analizi bulgularına göre beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda benlik saygısı düzeyi de artmaktadır. İlgili alanyazın incelendiğinde menopoz dönemine ait benlik saygısı ve beden imajı kavramlarının birlikte ele alındığı bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Bu bağlamda menopoz dönemi dışında beden imajı ve benlik saygısı değişkenlerinin birlikte ele alındığı araştırmalar dikkate alındığında çalışmamıza benzer sonuçlar olduğu görülmektedir. Canpolat ve arkadaşlarının (2003) lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada da ergenlerde beden algısı ve benlik saygısı arasında anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Ergenlerde negatif beden algısı benlik saygını olumsuz biçimde etkilemektedir. Kocakaya (2016) yaptığı araştırmasında beden algısı ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptamıştır. Gökçe (2017) tarafından yapılan araştırmada da beden algısı ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulgulanmıştır. Oktan ve Şahin (2010) tarafından; kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi adlı araştırmalarında da benlik saygısı ile beden imajı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit etmiştir. Beden imajının benlik saygısı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu yönündeki regresyon analizi bulguları da bu ilişkiyi destekler niteliktedir. Bu kapsamda araştırmamızdan elde edilen bulgunun, diğer gruplarla yapılan literatürle tutarlı olduğu görülmektedir.

Çalışmada menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda beden imajının cinsel doyumu etkilediği ve beden imajı ile cinsel doyum arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki olduğu görülmektedir. Korelasyon analizi bulgularına göre beden imajı düzeyi arttıkça menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda cinsel doyum düzeyi de artmaktadır. Araştırmamızla benzer sonuçlara Hoyt ve Kogan (2001) yaptıkları çalışmada, beden imajı yüksek olan kişilerin beden imajı düşük olan kişilere göre cinsel doyumlarının

daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Aynı zamanda cinsel doyumunu yüksek olan kişilerin vücut görünüşlerine göre daha olumlu tutumlar sergilediği bulgulanmıştır. Weaver ve Byers (2006) çalışmalarında beden memnuniyetsizliği yaşayan bireylerde cinsel doyumun da düştüğünü bulgulanmıştır. Aynı zamanda bedenleriyle ilgili sorun yaşama durumu cinsel işlev bakımından da sorunlar doğurabilmektedir. Yine aynı şekilde Ackard ve arkadaşları (2000) cinsel ilişki sıklığını tetikleyen önemli kavramlardan birinin beden imajı olduğunu ve orgazma ulaşmada beden imajının önemli bir aracı rolü üstlendiğini ifade etmişlerdir. Başka bir araştırmada da bedenleriyle ilgili memnuniyet düzeyleri yüksek olan bireylerin daha aktif cinsel birliktelik yaşadığını ve doyuma ulaşmada daha işlevsel olduğunu bulmuşlardır (Gillen vd., 2006). Beden imajının cinsel doyum üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu yönündeki regresyon analizi bulguları da bu ilişkiyi destekler niteliktedir. Bu kapsamda araştırma sonucumuz literatürü destekler niteliktedir.

Çalışmada menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda benlik saygısının cinsel doyumunu etkilediği ve benlik saygısı ile cinsel doyum arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki olduğu görülmektedir. Korelasyon analizi bulgularına göre benlik saygısı düzeyi arttıkça menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda cinsel doyum düzeyi de artmaktadır. Araştırmamıza benzer sonuçlara ilgili alanyazın araştırıldığında ulaşılmaktadır. Yapılan bir araştırmada cinsel doyumunu ve orgazm durumu yüksek olan bireylerin benlik saygısı düzeyleri de yüksektir. Yine aynı araştırmada cinsel işlevler üzerinde geliştirici etkenlerin biri de benlik saygısı olarak gösterilmiştir (Rehbein-Narvaez vd., 2006). Özmen ve arkadaşları (2007) tarafından yapılan bir araştırmada da düşük benlik saygısı beraberinde depresyonu getirmektedir. Düşük beden saygısı ve depresyon da beden memnuniyetsizliğini ortaya çıkarmakta olup bu durum bireylerin cinsel işlevlerine de etki edebilen önemli bir değişken olma görevi üstlenmektedir. Bireyler için gerçekte olan beden ağırlığından öte algılanan beden ağırlığı bireyin memnuniyet derecesine etki etmektedir. Mintz ve Betz (1986) bireylerdeki beden memnuniyetinin benlik saygısı üzerinde olumlu etkisi olduğunu bulgulanmışlardır. Benlik saygısı yüksek bireylerde cinsel işlevlerden doyum sağlama düzeyi de artmaktadır. Webster ve Tiggemann, (2002) yaptıkları araştırmada da benlik saygısı ile cinsel doyum arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulmuştur. Bireylerin bedenlerine yönelik memnuniyet algıları arttıkça cinsel doyum sağlama ve orgazm olma düzeyleri de artmaktadır. Benlik saygısının cinsel doyum üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu

yönündeki regresyon analizi bulguları da bu ilişkiyi destekler niteliktedir. Bu kapsamda araştırmada elde edilen bulgunun literatürle tutarlı olduğu görülmektedir.

Çalışma bulgularımıza göre hem menopoza girmiş hem de girmemiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisine bakıldığında çalışma durumu değişkenine göre anlamlı fark bulunmuştur. Yapılan t testi sonucuna göre çalışma durumuna hayır yanıtını veren kadınların beden imajı puan ortalamalarının çalışma durumuna evet diyen kadınların puan ortalamasından anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Aynı şekilde benlik saygısı boyutunda da çalışmayan kadınların puan ortalamalarının çalışan kadınların puan ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer sonuçlara Avcuoğlu ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan araştırmada da benlik saygısı ve beden imajı çalışan bireylerde daha düşük çıkmıştır. Yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde çalışmamız sonucuna benzer sonuçlar elde edildiği görülmüş olup çalışan bireylerde beden memnuniyetsizlik düzeyi çalışmayanlara göre daha yüksek bulgulanmıştır (Dinç vd., 2015; Erkaya vd., 2015; Yaman ve Balcı, 2019). Gündüz (2019) tarafından yapılan menopoza giren kadınlar ile menopoza girmeyen kadınların benlik saygısı ve depresyon düzeylerinin incelenmesi araştırmasında da benlik saygısı çalışmayan kadınlarda daha yüksek bulunmuştur. Araştırma bulgumuz literatür ile uyumludur.

Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisine bakıldığında eğitim durumu değişkenine göre anlamlı fark bulunmuştur. Yapılan Anova testi sonucuna göre lise eğitim düzeyine sahip menopoza girmiş kadınlarda yüksek lisans ve doktora eğitim düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır. Benzer sonuçlara Avcuoğlu ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan araştırmada da eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Koç ve Sağlam'ın (2008) ve Karaçam ve Şeker'in (2007) çalışmasına göre ilkokul mezunu olan kadınlarda menopoz semptomlarının anlamlı olarak daha fazla görüldüğü bulgusuna ulaşılmıştır. Yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde çalışmamız sonucuna benzer sonuçlar elde edildiği görülmüş olup eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler bulgulanmıştır (Dinç vd., 2015; Erkaya vd., 2015; Yaman ve Balcı, 2019). Yine benzer şekilde Kılıçlar (2018) tarafından cinsel doyum ile beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişki çalışmasında

da eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Araştırma bulgumuz literatür ile uyumludur.

Menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisine bakıldığında eğitim durumu değişkenine göre anlamlı fark bulunmuştur. Yapılan Anova testi sonucuna göre ilköğretim düzeyine sahip menopoza girmemiş kadınlarda beden imajı düzeyi yüksek lisans ve doktora eğitim düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Aynı şekilde yüksek lisans ve doktora eğitim düzeyine sahip menopoza girmemiş kadınlarda benlik saygısı ilköğretim düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Benzer sonuçlara Avcuoğlu ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan çalışmada da eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Araştırmada eğitim düzeyi arttıkça benlik saygısının da arttığı bulunmuştur. Koç ve Sağlam'ın (2008) ve Karaçam ve Şeker'in (2007) çalışmasına göre ilköğretim mezunu olan kadınlarda menopoz semptomlarının anlamlı olarak daha fazla görüldüğü bulunmuştur. Yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde çalışmamız sonucuna benzer sonuçlar elde edildiği görülmüş olup eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Dinç vd., 2015; Erkaya vd., 2015; Yaman ve Balcı, 2019). Yine benzer şekilde Kılıçlar (2018) tarafından cinsel doyum ile beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişki çalışmada da eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Araştırmada benlik saygısı düzeyi arttıkça eğitim seviyesinin düştüğü bulunmuştur. Ardahan ve Acar (2011) tarafından yapılan 35-45 yaş arası menopoza girmemiş ev kadınlarının menopoza yönelik bilgi düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Araştırmada eğitim düzeyi daha yüksek olan kadınların yüksek benlik saygısına sahip olduğu bulunmuştur. Aynı şekilde Gündüz (2019) tarafından yapılan menopoza giren kadınlar ile menopoza girmeyen kadınların benlik saygısı ve depresyon düzeylerinin incelenmesi çalışmasında da benlik saygısının eğitim düzeyi arttıkça daha da arttığı bulunmuştur. Araştırma bulgumuz literatür ile uyumludur.

Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisine bakıldığında mevcut ağırlık seviyeleri durumu değişkenine göre anlamlı fark bulunmuştur. Yapılan Anova testi sonucuna göre beden imajı boyutu için kararsızım mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip menopoza girmiş kadınlarda çoğunlukla

memnunum mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır. Benlik saygısı için de kesinlikle memnunum mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip menopoza girmiş kadınlarda kararsızım mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır. Son olarak cinsel doyum kaçınma alt boyutu için ise kararsızım mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip menopoza girmiş kadınlarda çoğunlukla memnunum mevcut ağırlık memnuniyet düzeyine sahip kadınlara göre daha yüksek anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır. Avcuoğlu ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan araştırmada da mevcut ağırlık düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yaman ve Balcı, (2019) tarafından yapılan çalışmada da benlik saygısı ile beden memnuniyet ağırlığı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yine benzer şekilde Kılıçlar (2018) tarafından cinsel doyum ile beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişki çalışmasında da mevcut ağırlık düzeyi ile benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Kıroğlu'nun (2005) çalışmasında kilo memnuniyeti ile benlik saygısı ve beden imajı arasında doğrusal ilişki bulunmuştur. Araştırma bulgumuz literatür ile uyumludur.

Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisine bakıldığında sigara kullanma durumu değişkenine göre anlamlı fark bulunmuştur. Yapılan t testi sonucuna göre sigara kullanma durumuna evet yanıtını veren menopoza girmiş kadınların benlik saygısı puan ortalamalarının sigara kullanma durumuna hayır diyen menopoza girmiş kadınların puan ortalamasından anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Cinsel doyum boyutunda da sigara kullanan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının menopoza girmiş sigara kullanmayan kadınların puan ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cinsel doyum alt boyutunda da sigara kullanan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının menopoza girmiş sigara kullanmayan kadınların puan ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak cinsel doyum orgazm bozukluğu alt boyutunda da sigara kullanan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının menopoza girmiş sigara kullanmayan kadınların puan ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırma bulgumuzla benzer sonuçlara Kılıçlar (2018) tarafından cinsel doyum ile beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişki çalışmasında da sigara kullanım düzeyi ile benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bireylerde sigara kullanımı ile cinsel doyum

azalmakta ve benlik saygısı düşmektedir. Yaman ve Balcı, (2019) tarafından yapılan araştırmada da sigara kullanımı benlik saygısını olumsuz yönde etkilediği bulunmuştur. Varma ve arkadaşları (2006) tarafından yapılan araştırmada da benlik saygısı ve sigara kullanımı arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Kıroğlu'nun (2005) çalışmasında sigara kullanma durumu menopoza dönemlerinde daha da arttığı ve bu durum düzenli cinsel doyumunu yordayıcı etki oluşturduğunu bulgulamıştır. Araştırma bulgumuz literatür ile uyumludur.

Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisine bakıldığında alkol kullanma durumu değişkenine göre anlamlı fark bulunmuştur. Yapılan t testi sonucuna göre alkol kullanma durumuna evet yanıtını veren menopoza girmiş kadınların benlik saygısı puan ortalamalarının alkol kullanma durumuna hayır diyen menopoza girmiş kadınların puan ortalamasından anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Cinsel doyum boyutunda da alkol kullanan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının menopoza girmiş alkol kullanmayan kadınların puan ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cinsel doyum kaçınma alt boyutunda ise alkol kullanmayan menopoza girmiş kadınların puan ortalamalarının menopoza girmiş alkol kullanan kadınların puan ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırma bulgumuzla benzer sonuçlara Kılıçlar (2018) tarafından cinsel doyum ile beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişki çalışmasında da alkol kullanım düzeyi ile benlik saygısı ve cinsel doyum arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bireylerde alkol kullanımı ile cinsel doyum azalmakta ve benlik saygısı düşmektedir. Yaman ve Balcı, (2019) tarafından yapılan araştırmada da alkol kullanımı benlik saygısını olumsuz yönde etkilediği bulunmuştur. Varma ve arkadaşları (2006) tarafından yapılan araştırmada da benlik saygısı ve alkol kullanımı arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Kıroğlu'nun (2005) çalışmasında alkol kullanma durumu menopoza dönemlerinde daha da arttığı ve bu durum düzenli cinsel doyumunu yordayıcı etki oluşturduğunu bulgulamıştır. Araştırma bulgumuz literatür ile uyumludur.

Çalışmamızın örnekleminde menopoza girmiş ve menopoza girmemiş katılımcılarda beden imajı düzeyi arttıkça benlik saygısının da arttığına ulaşılmıştır. Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısının ($p=0,007<0,05$) beden imajı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. Menopoza girmemiş kadınlarda ise benlik

saygısının ($p=0,041<0,05$) beden imajı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görölmektedir. Cinsel doyum genel boyutunun menopoza girmemiş kadınlarda ($p=0,000<0,05$) cinsel doyum alt boyutlarından sıklık ($p=0,10<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından iletişim ($p=0,017<0,05$) ve cinsel doyum alt boyutlarından doyum ($p=0,048<0,05$) beden imajı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görölmüştür. Menopoza girmiş kadınlarda ise cinsel doyum genel boyutunun ($p=0,000<0,05$), cinsel doyum alt boyutlarından sıklık ($p=0,027<0,05$) cinsel doyum alt boyutlarından iletişim ($p=0,009<0,05$) ve cinsel doyum alt boyutlarından doyum ($p=0,011<0,05$) beden imajı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip oldukları görölmektedir. İki grupta da aynı sonuçlara ulaşılmıştır. Çalışmamızda menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının beden imajı ($t=2,314;p<0,05$) ve benlik saygısı ($t=1,746;p<0,05$) çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Menopoza girmemiş örneklem grubunda ise beden imajı ($t=1,997;p<0,05$) ve benlik saygısı ($t=1,811;p<0,05$) çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Menopoza girmiş gruptaki kadınların benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının ($p<0,05$) eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Eğitim düzeyi genel boyutlar ile alt boyutlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığını göstermektedir. Menopoza girmemiş kadınlardaki eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutlarının beden imajı ($p<0,05$) ve benlik saygısı eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. İki grupta eğitim düzeyine göre farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Menopoza girmiş ve menopoza girmemiş kadınlardaki ağırlık düzeyinden memnuniyet değişkenine göre benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum alt boyutları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Cinsel ilişki sonrası tatmin olma değişkenine göre menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum ile alt boyutları anlamlı olarak farklılaşmaktadır ($p<0,05$). Menopoza girmemiş kadınlarda ise cinsel ilişki sonrası tatmin olma değişkenine göre benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum alt boyutları arasında anlamlı olarak farklılaşmamaktadır ($p<0,05$). Her iki grupta da benzer sonuçlara ulaşılmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

- Araştırmaya 100 menopoz döneminde 100 de menopoz döneminde olmayan toplamda 200 kadın katılmıştır.
- Çalışmamızın örnekleminde menopoz döneminde olan kadınların %36'ıyla en çok lise eğitim kademesine sahip olduğu görülmüştür. Menopoza girmemiş kadınların ise %34'ünün lise eğitim kademesine sahip olduğu görülmüştür.
- Çalışmamızın örnekleminde menopoza girmiş kadınların %56 çoğunlukla herhangi bir işte çalışmadığı görülmüştür. Menopoza girmemiş kadınlar grubunda ise %83'ünün çalıştığı görülmektedir.
- Menopoza girmiş kadınların büyük bir çoğunluğunun mevcut ağırlıklarından memnun olmadığı görülmektedir. Menopoza girmiş katılımcıların %71 çoğunlukla mevcut ağırlıklarından memnun olmadıkları görülmüştür. Menopoza girmemiş kadınların ise çoğunlukla %35'nin mevcut ağırlıklarından kesinlikle ve çoğunlukla memnun olduğu görülmektedir.
- Çalışmamızın örnekleminde menopoza girmiş kadınların %77'sinin sigara kullandığı, menopoza girmemiş kadınların ise %81 çoğunlukla sigara kullandığı görülmüştür.
- Menopoza girmiş kadınların çoğunlukla %51'inin alkol kullanmadığı görülürken menopoza girmemiş kadınların ise %57'sinin alkol kullandığı görülmektedir.
- Menopoza girmiş kadınların büyük bir çoğunluğunun cinsel yaşamlarından memnun olmadığı görülmektedir. Katılımcıların %91'inin çoğunlukla ve kesinlikle memnun olmadıkları görülürken, menopoza girmemiş kadınların ise %54'lük bir kısmının cinsel yaşamlarından kesinlikle ve çoğunlukla memnun oldukları görülmüştür.
- Menopoza girmiş kadınların büyük bir çoğunluğunun cinsel ilişki sıklıklarından memnun olmadığı görülmektedir. Katılımcıların %87'sinin çoğunlukla ve kesinlikle memnun olmadıkları görülmüştür. Menopoza girmemiş kadınların ise %55'lik bir kısmının kesinlikle ve çoğunlukla memnun oldukları görülmektedir.
- Menopoza girmiş kadınların cinsel ilişki sıklığından tatmin olma durumunda katılımcıların %74'ü hiçbir zaman tatmin olamadıklarını ifade etmiştir.

Menopoza girmemiş kadınlarda ise %38'lik bir kısmının hiçbir zaman tatmin oldukları cinsel ilişki sonrasında tatmin olabildiklerini belirtmişlerdir.

- Katılımcıların %48'i 1-5 yıl arası menopoz dönemine girdiği görülürken, %29'u 6-10 yıl arası, %19'u 1 yıldan az süre önce ve %4'ü de 11 yıl ve üzeri menopoza girme zamanlarının olduğunu ifade etmişlerdir.
- Katılımcıların %67'si olumsuz duygular hissederken, %30'u bir şeyler hissetmemiş ve %3'ü ise menopoz dönemin kendilerine olumlu hissettirdiğini ifade etmişlerdir.
- Katılımcıların %83'ünün menopoz ile birlikte cinsel ilişki kalitelerinin çok değiştiği görülürken, %13'ünün biraz değiştiği ve %4'ünün ise cinsel ilişki kalitesinin değişmediği görülmektedir.
- Katılımcıların %71'inin menopoz ile birlikte cinsel ilişki sıklığının öncesine göre azaldığı görülürken, %2'sinin öncesine göre arttığı ve %27'sinin ise cinsel ilişki sıklığının etkilenmediği görülmektedir.
- Katılımcıların %57'sinin menopoz ile birlikte cinsel isteksizlik derecelerinin sık sık arttığı görülürken, %9'unun her zaman, %24'ünün bazen, %6'sının nadiren ve %4'ünün ise hiçbir zaman cinsel isteksizlik yaşadıklarını ifade etmişlerdir.
- Katılımcıların %94'ünün menopoz ile birlikte eşlerinde cinsel isteğin azaldığı görülürken, %4'ünün cinsel isteğinin değişmediği ve %2'sin de ise eşlerinde cinsel istekte artma olduğu görülmektedir.
- Menopoza girmiş katılımcıların minimum yaşının 46 maksimum yaşının ise 60 olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşları ortalaması 51,82 standart sapması ise 6,85'tir. Menopoza girmemiş katılımcı grubun yaşlarına ilişkin sonuçlarda ise; maksimum 40 minimum 23 yaşlarında oldukları görülmektedir. Yaşları ortalaması 28,35 standart sapması ise 7,01'dir.

Bu araştırma sonuçlarına bakılarak şu öneriler sıralanabilir:

- Bu araştırmanın sonuçları sadece sosyal medya gruplarında çevrimiçi(online) olarak katılan menopoza girmiş ve girmemiş kadınların benlik saygısı, beden imajı ve cinsel doyum düzeyleriyle ilgili bilgiler vermektedir. Daha sonra yapılacak çalışmalar için, sosyo-kültürel faktörlerin etken olduğu bu konuda Türkiye'nin herhangi bir bölgesinde tekrarlanması ve sonuçların karşılaştırılması önerilir.
- İleride yapılacak çalışmalarda sosyo-demografik bilgi formunun özellikle covid 19 pandemi dönemine yönelik daha betimleyici değişkenlere yer vermesi döneme özgü özelliklerin anlaşılması açısından yararlı olacaktır.
- İleride yapılacak çalışmalarda yapılmış olan bu araştırmanın genel sınırlılıklarına dikkat edilmesi ve daha geniş örneklem ile çalışılması yararlı olacaktır.
- Alanda çalışacak uzmanların Covid 19 pandemi dönemi içerisinde bireylerde etkisi olabilecek psikolojik sağlamlık, erken menopoz vb. gibi değişkenleri ilişkilendirmesi konunun daha iyi anlaşılması açısından yarar sağlayabilir.

KAYNAKÇA

- Ackard, D.M., Kearney-Cooke, A., Peterson, C. B. (2000). Effect of body image and self image on women's sexual behaviours. *International Journal of Eating Disorders*, 28, 422.
- Akyüz, E. Ö. (2009). Doğum sonrası cinsel sorunlar ve etkileyen etmenlerin incelenmesi. Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Aydın.
- Alagül, Ö. (2004). Farklı Spor Branşlarındaki Sporcuların Atılganlık İle Beden Algısı İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Ege Üniversitesi Sağlık Bilim Enstitüsü İzmir.
- Altuntuğ, K., Ege, E., Akin, R., Koçak, V., Benli, S. (2016). Sexual Quality of Life in Women During the Climacteric Period. *International Journal of Caring Sciences*, 9(1): 296-307.
- Ardahan, M. ve Yaşar, E. (2009). 35-45 Yaş Arası Menopoza Girmemiş Ev Kadınlarının Menopoza Yönelik Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 16(16), 74-85.
- Atasü, T. (2001). Menopoz-Tedavisi ve Kansere. Ankara: Nobel Tıp Kitabevi.
- Avanoğlu, Z. (2004). Eğitim Psikolojisine Çağdaş Bir Yaklaşım. Ofset Yayınevi. İstanbul.
- Avcuoğlu, A., Eray, İ.K., Yurdakul, A.V., Üstü, Y., Uğurlu, M. (2014). Doğum sonrası dönemdeki annelerin sağlıklı kilo vermek konusundaki bilgi düzeylerinin ve tutumlarının sorgulanması. *Ankara Medical Journal*; 14 (4): 144-150.
- Aydemir, H. İ. (2007). Edirne İl Merkezindeki 40-59 Yaş Arası Kadınların Sağlıkla İlgili Yaşam Kalitelerinin Değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Trakya Üniversitesi, Edirne.
- Aygin, D., Pektemek, M. (2018). Cerrahi Menopoza Giren Genç Kadınlarda Cinsellik Nasıl Etkileniyor? *Androloji Bülteni*, 20: 21-24.

- Babacan-Gümüş, A., Çevik, N., Hataf-Hyusni, S., Biçen, Keskin, G., Tuna-Malak A. (2011). Gebelikte Benlik Saygısı ve Beden İmajı ile İliőekli Özellikler. *Anatol J Clin Investig*, 5(1): 7-15.
- Bacacı, H., ve Apay, S. E. (2018). Gebelerde beden İmajı algısı ve distres arasındaki İlişki. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 8 (2): 76-82.
- Balık, D. (2013). Menopoz Evlilik İliőikleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Bayram, G.O. (2005). Histerektominin Cinsel Yaşam Üzerine Etkilerinin Belirlenmesi. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Berman, L., Berman, J., Miles, M. Pollets, D. & Powell, J. (2003). Genital Self-Image As A Component Of Sexual Health: Relationship Between Genital Self-Image, Female Sexual Function, And Quality Of Life Measures, *Journal Of Sex Marita Therapy*, 29(1): 11-21.
- Brotto, L. Luria, M. (2008). Menopause, Aging, and Sexual Response in Women. İçinde: Rowland DL, Incrocci L, editörler. Handbook of Sexual and Gender Identity Disorders. Hoboken, NJ, USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Brown, T. A., Cash, T. F., Mikulka, P. J. (1990). Attitudinal Body-Image Assessment: Factor Analysis of the Body-Self Relations Questionnaire. *J Pers Assess*, 55(1-2):135-44.
- Byers E. S. ve Demmons, A. (1999). Sexual Satisfaction And Sexual Self-Disclosure Within Dating Relationships, *The Journal Of Sex Research*, 36(2): 180- 189.
- Canpolat, B. I., Örsel, S., Akdemir, A. Özbay, M. H. (2003). Ergenlerin Kendilik Algısında Beden İmajının ve Beden Kitle İndeksinin Rolü. *3P Dergisi*, 11(2): 143154.
- Castelo-Branco, C., Blumel, J. E., Araya, H., Riquelme, R., Castro, G., Haya, J., Gramegna, G. (2003). Prevalence Of Sexual Dysfunction In A Cohort Of

Middleaged Women: Influences Of Menopause And Hormone Replacement Therapy. *J Obstet Gynaecol*, 23(4): 426-430.

Cengiz, G. (2007). Menopoz Kadınlık İşlevinin Sonu mu? (Mehmet D. Ed.) İstanbul: Elit Kültür Yayınları.

Ceylan, B., Özerdoğan, N. (2014). Menopausal Symptoms and Quality of Life in Turkish Women in The Climacteric Period. *Climacteric*, 17(6):705-12.

Chartier, Katherine J., (2009). Evaluating The Relationship Between Women's Sexual Desire And Satisfaction From A Biopsychosocial Perspective. All Graduate Theses And Dissertations. 438.Utah State University.

Choate, L. H. (2005). Toward a Theoretical Model of Women's Body Image Resilience. *J Couns Dev*, 83(3): 320-30.

Chrisler, J. C., Ghiz, L. (1993). Body Image Issues of Older Women. *Women Ther*, 14(1-2): 67-75.

Colson, M. H., Lemaire, A., Pinton, P., Hamidi, K., Klein, P. (2006) Sexual Behaviors and Mental Perception, Satisfaction and Expectations of Sex Life in Men and Women in France. *J Sex Med*, 3(1): 121.

Çakı, F. (2012). Batı-dışı toplumlarda gençlik ve beden İmajı. Açılım Yayınları: İstanbul.

Çalım, S. İ., Demirci, H., Ulaş, C., Şen, S. (2016). Observing of loosing weight of mothers in first year after parturition Annelerin, doğum sonu ilk yılda kilo verme durumlarının incelenmesi. *İnsan Bilimleri Dergisi*, 13 (3): 4325-4337.

Çavaş, Ş. (2008). Cinsel İşlev Bozuklukları Polikliniğine Başvuran Vajinismus ve Prematür Ejakülasyon Olgularında Psikiyatrik Komorbiditenin Araştırılması, Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, İstanbul.

Çırak, R. ve Özdemir, F. (2015). Adölesan Gebelerde Beden İmajı Algısının Belirlenmesi. *J Anatolia Nurs Health Sci*, 18(3): 50-62.

- Çıtak, A. M. (2020). Bir Kadınlık Deneyimi Olarak Menopoz, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Çiçek, B. G. ve Özen, N. E. (2016). Menopoz Multidisipliner Yaklaşım (S. D. Cengiz ve G. S. Çağlar, Eds.). Menopozda Uyku ve Bilişsel İşlevler. Ankara: Modern Tıp Kitapevi.
- Dinç, A., Dombaz, İ., Dinç, D. (2015). 6-18 ay arası bebeği olan annelerin emzirme ve anne sütüne İlişkin geleneksel uygulamaları Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi; 4 (3): 125-130.
- Doğru, N. ve Peker, R. (2004). Özsaygı Geliştirme Programının Lise Dokuzuncu Sınıf Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerine Etkisi. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2): 315-328.
doi:10.1007/s10964-005-9005-6.
- Dökmen, Z. Y. (2004). Toplumsal cinsiyet, sosyal psikolojik açıklamalar. Sistem Yayıncılık.
- Erdem, M. ve Taşçı, N. (2003). "Tüberküloz Hastalarında Benlik Saygısı Düzeylerinin Belirlenmesi", *Tüberküloz ve Toraks Dergisi*, 51(2): 171- 176.
- Erkaya, R., Gürsoy, A.A., Güler, H. (2015). Annelerin anne sütünü artırmaya yönelik aldıkları besinler. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi; 4 (3): 373-387.
- Erkin, Ö., Ardahan, M., Kert, A. (2014). "Menopoz Döneminin Kadınların Yaşam Kalitesine Etkisi". *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(4):1095-1113.
- Ersoy, T. (1998). Menopoz ve Kültür. Öteki Yayınevi, Ankara.
- Ersöz, A. G. (2010). Tüketim toplumunda" sıfır beden" söylemi: neden ve sonuçları üzerine sosyolojik bir değerlendirme. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 27 (2): 37-53.

- Ertem, G. (2010). “Kadınların Menopoz Sonrası Yaşam Kalitelerinin İncelenmesi”. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7: 469-483.
- Ertüngealp, E. ve Seyisoğlu, H. (2000). Menopoz ve Osteoporoz. *Ulusal Menopoz ve Osteoporoz Derneği*, 25-78.
- Forbes, G. B., Jung, J. (2008). Measures Based On Sociocultural Theory And Feminist Theory As Predictors Of Multidimensional Measures Of Body Dissatisfaction Among Korean And U.S. College Women. *J Soc Clin Psychol*, 27(1):70-103.
- Fritz, M. A. ve Speroff, L. (2014). Klinik Jinekolojik Endokrinoloji ve İnfertilite. (İ. Üreyen Çev./Serdar Günalp Çev. Ed). Menopoz ve Perimenopozal Geçiş. Ankara: Güneş Kitapevleri.
- Gallagher, C. M., Moonga S. B. ve Kovach, S. J. (2010). Cadmium Follicle-stimulating Hormone and Effects on Bone in Women Age 42–60 Years. *National Health and Nutrition Examination Survey*, 110(1): 105-111.
- Gillen, M. M., Lefkowitz, E.S., Shearer, C.L. (2006). Does body image play a role in risky sexual behavior and attitudes? *Journal of Youth and Adolescence*. 35, 230- 242.
- Gold, E. B., Bromberger, J., Crawford, S., Samuel, S., Greendale, G. A., Harlow, S. D. et al (2001). Factors Associated with Age at Natural Menopause in a Multiethnic Sample of Midlife Women. *Am J Epidemiol*, 153(9): 865-74.
- Gonzales, M., Viafara, G., Caba, F., Molina, E. (2004). Sexual Function, Menopause And Hormone Replacement Therapy. *Maturitas*, 48(4): 411–420.
- Gökçe, G. (2017). Lise Öğrencilerinde Benlik Saygısı ve Beden Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Gökdemirel, S. Bozkurt, G. Gökçay, G. Bulut, A. (2008). Çalışan annelerin emzirme sürecinde yaşadıkları: Niteliksel bir çalışma. *Çocuk Dergisi*; 8 (4): 221-234.

- Gündüz, S. (2019). Menopoza Giren Kadınlar İle Menopoza Girmeyen Kadınların Benlik Saygısı Ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hanley, F. (2004). The Dynamic Body Image And The Moving Body: A Theoretical And Empirical Investigation [PhD Thesis]. Victoria University.
- Head, H. ve Holmes, G. (1911). Sensory Disturbances From Cerebral Lesions. İçinde: Brain.
- Heiman, J.R., Long, J.S., Smith, S.N., Fisher, W.A., Sand, M.S., & Rosen, R.C. (2011). Sexual Satisfaction And Relationship Happiness İn Midlife And Older Couples İn Five Countries. *Archives of Sexual Behavior*, 40(2): 741, 753.
- Herbenick, D., Eastman-Mueller, H., Fu, T. et al. (2019). Women's Sexual Satisfaction, Communication, and Reasons for (No Longer) Faking Orgasm: Findings from a U.S. Probability Sample. *Arch Sex Behav*, 48(4): 2461–2472.
- Hiçdurmaz, D., Öz, F. (2011). Benliğin Bilişsel Yaklaşımla Güçlendirilmesi. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 4(5): 68-78.
- Hoyt, W. D., Kogan, L. R. (2001). Satisfaction with body image and peer relationships for males and females in a college environment. *Sex Roles*, 45, 199–215.
- Islam, M. R., Gartoulla, P., Bell, R. J., Fradkin, P. ve Davis, S. R. (2015). Prevalence of Menopausal Symptoms in Asian Midlife Women: A Systematic Review. *Resarch Gate*, 18(2): 157-76.
- İnceboz, U., Demirci, H., Özbaşaran, F., Çoban, A., Nehir, S. (2008). Factors Affecting The Quality Of Life In Climacteric Women. *Med J Trak Univ*, 27(2): 111-6.
- Jehan, S., Masters-Isarilov, A., Salifu I., Zizi, F., Jean Louis, G., Pandi Perumal S.R, Ravi Gupta et al. (2015). Sleep Disorders in Postmenopausal Women. *Journal of Sleep Disorders & Therapy*, 4(5): 1-18.

- Jiann B. P, Su C.C, Yu C. C, Wu T. T., Huang J.K, (2009) Risk Factors for Individual Domains of Female Sexual Function, *The Journal of Sexual Medicine*, 6(12): 50-66.
- Kaner, S. (2000). Ortopedik Engelli ve Engelli Olmayan Erkek Ergenlerde Benlik Saygısı ve Beden İmajı. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 2(4):13-22.
- Karaçam, Z., ve Şeker, S. (2007) “Factors Associated With Menopausal Symptoms And Their Relationship With The Quality Of Life Among Turkish Women”, *Maturitas*, 58(1); 75-82.
- Karalı, A. (2019). Evli Bireylerde Yaşam Doyumu, Cinsel Doyum ve Evlilik Uyumunun Sosyodemografik Değişkenlerle Olan İlişkisinin İncelenmesi, *Üsküdar Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.
- Karlıdere, T. ve Özşahin, A. (2008). Menopozda Semptom Örüntüsünün Anksiyete, Depresyon Düzeyleri ve Sosyal Destek ile İlişkisinin İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 11: 159-166.
- Karvonen-Gutierrez C, Kim C. (2016). Association Of Mid-Life Changes In Body Size, Body Composition And Obesity Status With The Menopausal Transition. *Healthcare*, 4(3): 42.
- Kasap, E., Aksu, E., Şahin, N., Güçlü, S., Gür, E. B. (2016). Doğum Şeklinin Seksüel Fonksiyon Üzerine Etkisi Var Mıdır? *Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi*, 26(3): 201-206.
- Kavlak, T. (2011). Menopoz Dönemindeki Kadınlarda Kaygı Düzeyleri ve Cinsel Doyumun Saptanması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kaya, Y. Aslan, E. (2013). Kadın Cinselliğinde Gelenekler Ve Kültür. *Androloji Bülteni*. 214-217.

- Kılıç, E., Taycan, O., Belli, A. K., Özmen, M. (2007). Kalıcı Ostomi Ameliyatının Beden Algısı, Benlik Saygısı, Eş Uyumu ve Cinsel İşlevler Üzerine Etkisi. *Türk Psikiyatri Derg*, 18(4): 40-53.
- Kılıçlar, M. (2018). Cinsel Doyum İle Beden İmajı ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kıroğlu, F.G. (2005). Menopoz Döneminin Kadının Sosyal İlişkilerine Olan Etkileri, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyoloji Anabilim Dalı, Ankara.
- Kleinplatz, P. J. (2012). *New Directions In Sex Therapy: Innovations And Alternatives*. New York: Routledge
- Kocakaya, G. (2016). Yeme Bozukluğu ile İlişkili Olabilecek Değişkenlerin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Koç, Z., ve Sağlam, Z. (2008). “Klimakterium Döneminde Bulunan Kadınların Menopoza İlişkin Yaşadıkları Belirti Ve Tutumların Belirlenmesi”, *Aile Ve Toplum*, 4(15); 100—107.
- Kömürcü, N. ve İşibilen, A. (2011). Postmenopozal Dönemde Kadınların Cinsel Yaşama Uyumu. *Turkish Journal of Urology*, 37(4): 326-330.
- Kömürcü, N., Yıldız, N. K. (2007). Menopozda Cinsel Yaşam. *Kadın Cinsel Sağlığı*, 173-176.
- Kulhan, N. G. ve Kulhan, M. (2016). Menapoz. *Klinik Tıp Bilimleri*, 4(3): 31- 41.
- Kurt, E., Özdilli, K., Yorulmaz, H. (2013). Romatoid Artrit’li Hastalarda Beden İmajı ve Benlik Saygısı. *Arch Neuropsychiatry Nöropsikiatri Arşivi*. 50(3): 45-52.
- Kurtdaş, M. Ç., Kurtdaş, E. M. (2016). “Sağlıklı Yaşam! Sloganı Etrafında Şekillenen Yeni Tüketim Biçimleri”. 2. Uluslararası Çin’den Adriyatik’e Sosyal Bilimler Kongresi. 5-6-7 Mayıs 2016, Payas – Hatay, 277-284.

- Kuzgun, Y. (2002). İlköğretimde Rehberlik. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Mehta, U. J., Siega-Riz, A. M., Herring, A. H. (2011). Effect of Body Image on Pregnancy Weight Gain. *Matern Child Health J*, 15(3): 324-32.
- Mintz, L. B., Betz, N. B. (1986). Sex differences in the nature, realism, and correlates of body image. *Sex Roles*, 15, 185-195.
- Nappi, R. E., & Lachowsky, M. (2009). Menopause And Sexuality: Prevalence Of Symptoms And Impact On Quality Of Life. *Maturitas*, 63: 138-141.
- Nappi, R. E., Palacios, S., Bruyniks, N., Particco, M. ve Panay N. (2018). The Burden of Vulvovaginal Atrophy on Women's Daily Living: Implications on Quality of Life From a Face-to-Face Survey. *Menopause*, 26(5): 1-7.
- Nogratlı, M. T. (2019) Kadınların Cinsel İşlev Düzeyleri, Evlilik Doyumları İle Cinsel Memnuniyet Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Oktan, V., ve Şahin, M. (2010). Kız Ergenlerde Beden İmajı ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 19-27.
- Oktay, M., Tombul, K. (2003) İkiyüz Vajinismus Vakası ve Eşlerinin Psikolojik Yönden İncelenmesi. *Yeni Sempozyum Dergisi*, 41(3): 115–119.
- Organization World Health (1996). Research On The Menopause in The 1990s: Report Of a WHO Scientific Group.
- Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, ŞC., Yıldız M. (2013). Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi. *Journal Of Mood Disorders*, 3(3):107-13.
- Özmen D, Özmen E, Ergin D, Çakmakçı Çetinkaya A, Sen N, Erbay Dünder P, Oryal Taşkın E. (2007). The association of self-esteem, depression and body satisfaction with obesity among Turkish adolescents. *BMC Public Health*. 7, 80.

- Polit, D., Larqcco, S. A. (1980). Social and Psychological Correlates of Menopausal Symptoms: *Psychosom Med*, 42(3):335-45.
- Rehbein-Narvaez, R., Garcia-Vazquez, E., Madson, L. (2006). The relation between self-esteem and sexual functioning in collegiate women. *Journal of Social Psychology*, 146, 250-252.
- Rguibi, M., Belahsen, R. (2004). Overweight And Obesity Among Urban Sahraoui Women Of South Morocco. *Ethn Dis*, 14(4): 542–547.
- Roberts, A., Cash, T. F., Feingold, A., Johnson, B. T. (2006). Are Black-White Differences In Females’ Body Dissatisfaction Decreasing? A Meta-Analytic Review. *J Consult Clin Psychol*, 74(6): 1121-31.
- Rosenberg, M. (1965). *Society And The Adolescent Self-İmage*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Sandoval, E. L. (2008). Secure attachment, self-esteem, and optimism as predictors of positive body image in women. A&M University. PhD Thesis, Texas, ABD.
- Schilder, P. (1950). *The Image And Appearance Of The Human Body: Studies In The Constructive Energies Of The Psyche* [Internet]. International Universities Press.
- Schwab, J. J., Harmeling, J. D. (1968). Body Image and Medical Illness: *Psychosom Med*, 30(1):51-61.
- Sertöz, Ö., Mete, H., Noyan, A., Alper, M., Kapkaç, M. (2004). Meme Kanserinde Ameliyat Tipinin Beden Algısı, Cinsel İşlevler, Benlik Saygısı ve Eş Uyumuna Etkileri: Kontrollü Bir Çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(4): 264-75.
- Sutton, K. S., Boyer, S. C., Goldfinger, C., Ezer, P., Pukall, C. F. (2012). To Lube Or Not To Lube: Experiences And Perceptions Of Lubricant Use İn Women With And Without Dyspareunia, *J. Sex. Med.* 9: 240–250.
- Şahin, N. H. ve Çoskun, A. (2007). The Menopausal Age, Related Factors And Climacteric Complaints İn Turkish Women. *Referência-Rev Enferm*, 2(4): 91-9.

- Tangal, S. ve Haliloğlu, A. H. (2016). Menopoz Multidisipliner Yaklaşım (S.D. Cengiz ve G. S. Çağlar, Eds). Menopozda Genitoüriner Semptomlar ve Tedavisi. Ankara: Modern Tıp Kitapevi.
- Taşgit, M. S. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Karar Verme Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman.
- Tazegül, Ü., Geçer, A. (2016). Spora Özgü Sakatlık Dönemi Beden Algısı Ölçeğinin Geliştirilmesi. *J Acad Soc Sci Stud*, 6(47): 511-511.
- Tiryaki, K. (2019). 14-15 Yaş Grubu Futbolcularda Farklı Sosyal Aktivitelerin Karar Verme ve Benlik Saygısı Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Turanlı, P. (2010). Orta Yetişkinlikte Evlilik Uyumu ile Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Saptanması. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi.
- Tümer A, Kartal A. (2018). “Kadınların Menopoza İlişkin Tutumları ile Menopozal Yakınmaları Arasındaki İlişki”. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 11(3): 337-346.
- Uçanok, Z., Bayraktar, R. (1996). Farklı Yaş Gruplarındaki Kadınlarda Menopoza İlişkin Belirtilerin, Tutumların ve Yaşama Bakış Açısının İncelenmesi. *3P Dergisi: Psikoloji, Psikiyatri, Psikofarmakoloji*, 4(1): 11-20.
- User, İ. (2010). Biyoteknolojiler ve kadın bedeni. Dişilik, Güzellik ve Şiddet Sarmalında Kadın ve Bedeni.(Der. Yasemin İnceoğlu, Altan Kar), İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Uzun, R. (2018). Cerrahi Menopozun Kadınlara Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Vamos, M. (1993). Body Image in Chronic Illness—A Reconceptualization. *Int J Psychiatry Med*, 23(2):163-78.

- Varma, G. S., Karadağ, F., Oğuzhanoglu, N. K., Özdel, O., Kökten, S. (2006). "Menopoz: Klimakterik Belirtiler Ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişki". *New/Yeni Symposium Journal*, 44(4); 182-188.
- Wardle, J., Haase, A. M., Steptoe, A. (2006). Body Image And Weight Control In Young Adults: International Comparisons In University Students From 22 Countries. *Int J Obes*, 30(4): 644-51.
- Weaver, A., Byers, S. (2006). The relationships among body image, body massindex, exercise & sexual functioning in heterosexual women. *Psychology of Women Quartely*, 30, 333-339.
- Webster, J., Tiggemann, M. (2003). The relationship between women's body satisfaction and self-image across the life span: The role of cognitive control. *Journal of Genetic Psychology*, 164, 241-252.
- Yaktılı, O. G. (2005). Bir güzellik miti olarak incelik ve kadınlarla ilgili beden İmgesinin televizyonda sunumu. Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi; 4 (1): 31-37.
- Yaman, S., ve Balcı, E. (2019). Anne sütünü artıran geleneksel uygulamalar. Sağlık Akademisyenleri Dergisi; 6 (4): 230-236.
- Yaygır, C. (2018). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Depresyon ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Yıldız, M., Çapar, B. (2010). Orta Öğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(1): 103-131.
- Yılmaz, F. M. (2014). Erişkin Evli Kadınlarda Toplumsal Cinsiyet Rolü İle Cinsel Doyumun İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz, S., Ekinci, M. (2001). Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyi Arasındaki İlişki. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, (4)2: 1-10.

Yılmaz, Ş. (2009). Plastik ve Rekonstrüktif Cerrahi Hastalarında Preop ve Postop Dönemde Beden İmajı ve Benlik Saygısının Değerlendirilmesi [Master's Thesis]. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyon.



EKLER

EK-A

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Sayın gönüllü adayı;

Sizi “Menopoza Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı ve Beden İmajının Cinsel Doyuma Etkisinin İncelenmesi” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın ne amaçla ve nasıl yapılacağını, bu araştırmanın gönüllü katılımcılara getireceği olası faydaları, riskleri ve rahatsızlıklarını bilmeniz ve kararınızı bu bilgilendirme çerçevesinde özgürce vermeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır.

Araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkına da sahipsiniz. Her iki durumda da hiçbir yaptırıma ve hak kaybına maruz kalmayacağınızı bildirmek isteriz.

Araştırma Sorumlusu

Elif ÜNAL

**MENEPOZA GİREN KATILIMCI BİLGİ VE DEMOGRAFİK VERİLER
FORMU**

1. Yaşınız:

2.Eğitim Seviyeniz:

Okuma-Yazma Biliyor () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Yüksek Lisans
() Doktora ()

3. Çalışma durumunuz;

Çalışıyor () Çalışmıyor ()

4. Mevcut ağırlığınızdan memnuniyet derecenizi belirtiniz.

1- Kesinlikle memnunum ()

2- Çoğunlukla memnunum ()

3- Kararsızım ()

4- Çoğunlukla memnun değilim ()

5- Kesinlikle memnun değilim ()

5. Sigara kullanıyor musunuz?

a. Evet

b. Hayır

6. Alkol kullanıyor musunuz?

a. Evet

b. Hayır

7. Genel olarak cinsel yaşamınızı nasıl değerlendirirsiniz?

1- Kesinlikle memnunum ()

2- Çoğunlukla memnunum ()

3- Kararsızım ()

4- Çoğunlukla memnun değilim ()

5- Kesinlikle memnun değilim ()

8. Ne kadar süre önce menopoza girdiniz?

1 yıldan az () 1-5 yıl () 6-10 yıl () 11 yıl ve üzeri ()

9. Menopoza girdiğinizde nasıl hissettiniz?

Olumlu duygular () Olumsuz duygular () Herhangi bir şey hissetmedim ()

10. Menopoz nedeniyle sizce cinsel ilişki kaliteniz değişti mi?

Çok değişti () Biraz değişti () Değişmedi ()

11. Menopoz cinsel ilişkinizin sıklığını / sayısını nasıl etkiledi?

Öncesine göre azaldı () Öncesine göre arttı () Etkilemedi ()

12. Cinsel ilişki sıklığınızdan memnuniyet dereceniz nedir?

1- Kesinlikle memnunum ()

2- Çoğunlukla memnunum ()

3- Kararsızım ()

4- Çoğunlukla memnun değilim ()

5- Kesinlikle memnun değilim ()

13. Cinsel ilişki sonrasında tatmin olduğunuzu düşünüyor musunuz?

Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman ()

14. Menopoz sonrasında cinsel istek azlığı sorunu yaşıyor musunuz?

Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman ()

15. Menopoz sonrasında eşinizin cinsellikle ilgili istekliliğinde değişiklik oldu mu?

Cinsel isteği arttı () Cinsel isteği azaldı () Cinsel isteği değişmedi ()

**MENOPOZA GİRMEYEN KATILIMCI BİLGİ VE DEMOGRAFİK
VERİLER FORMU 2**

1. Yaşınız:

2.Eğitim Seviyeniz:

Okuma-Yazma Biliyor () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Yüksek Lisans
() Doktora ()

3. Çalışma durumunuz;

Çalışıyor () Çalışmıyor ()

4. Mevcut ağırlığınızdan memnuniyet derecenizi belirtiniz.

1- Kesinlikle memnunum ()

2- Çoğunlukla memnunum ()

3- Kararsızım ()

4- Çoğunlukla memnun değilim ()

5- Kesinlikle memnun değilim ()

5. Sigara kullanıyor musunuz?

a. Evet

b. Hayır

6. Alkol kullanıyor musunuz?

a. Evet

b. Hayır

7. Genel olarak cinsel yaşamınızı nasıl değerlendirirsiniz?

1- Kesinlikle memnunum ()

2- Çoğunlukla memnunum ()

3- Kararsızım ()

4- Çoğunlukla memnun değilim ()

5- Kesinlikle memnun değilim ()

8. Cinsel ilişki sıklığınızdan memnuniyet dereceniz nedir?

1- Kesinlikle memnunum ()

2- Çoğunlukla memnunum ()

3- Kararsızım ()

4- Çoğunlukla memnun değilim ()

5- Kesinlikle memnun değilim ()

9. Cinsel ilişki sonrasında tatmin olduğunuzu düşünüyor musunuz?

Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman ()



ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve maddelerin size uygunluğunu 1'den

4'e kadar işaretleyiniz.

Puanların karşılık geldiği ifadeler aşağıdaki gibidir:

1 = ÇOK DOĞRU

2 = DOĞRU

3 = YANLIŞ

4 = ÇOK YANLIŞ

		1	2	3	4
1	Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.				
2	Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.				
3	Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.				
4	Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.				
5	Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.				
6	Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.				
7	Genel olarak kendimden memnunum.				
8	Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.				
9	Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.				
10	Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.				

GOLOMBOK-RUST CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ

Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve maddelerin size uygunluğunu 1'den 5'e kadar işaretleyiniz.

1 = Hiçbir zaman

2 = Nadiren

3 = Bazen

4 = Çoğu zaman

5 = Her Zaman

		1	2	3	4	5
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)					
4	Cinsel yönden kolaylıkla uyarılır mısınız?					
5	Sizce, sizin ve eşinizin önsevişmeye (öpme, okşama gibi) ayırdığınız zaman yeterli mi?					
6	Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının giremeyeceği kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?					
7	Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?					
8	Cinsel ilişki sırasında doyumunu (orgazma) ulaşabilir misiniz?					
9	Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?					
10	Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkâr bulur musunuz?					
11	Gerekirse rahatsızlık ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilir misiniz?					
12	Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?					

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

BEDEN ALGISI ÖLÇEĞİ

Aşağıda çeşitli vücut özellikleri ve beğenip beğenmeme ifadeleri bulunmaktadır. Yapmanız gereken, bir vücut özelliğiniz hakkındaki duygularınızı bu ifadelere göre değerlendirmektir. Örneğin bir vücut özelliğinizi çok beğeniyorsanız, bu özellik için “çok beğeniyorum” ifadesinin bulunduğu kutuya “X” işareti koyunuz. Herhangi bir vücut özelliğinizi genel olarak beğenip beğenmediğinize göre duygularınızı değerlendiriniz.

	Çok Beğeniyorum	Oldukça Beğeniyorum	Kararsızım	Pek Beğenmiyorum	Hiç Beğenmiyorum
1. Saçlarım					
2. Yüzümün rengi					
3. İştahım					
4. Ellerim					
5. Vücudumdaki kıl dağılımı					
6. Burnum					
7. Fiziksel gücüm					
8. İdrar- dışkı düzenim					
9. Kas kuvvetim					
10. Belim					
11. Enerji düzeyim					
12. Sırtım					
13. Kulaklarım					
14. Yaşım					
15. Çenem					
16. Vücut yapım					
17. Profilim					
18. Boyum					

19. Duyularımın keskinliği					
20. Ağrıya dayanıklılığım					
21. Omuzlarımın genişliği					
22. Kollarım					
23. Göğüslerim					
24. Gözlerimin şekli					
25. Sindirim sistemim					
26. Kalçalarım					
27. Hastalığa direncim					
28. Bacaklarım					
29. Dişlerimin şekli					
30. Cinsel gücüm					
31. Ayaklarım					
32. Uyku düzenim					
33. Sesim					
34. Sağlığım					
35. Cinsel faaliyetlerim					
36. Dizlerim					
37. Vücudumdaki duruş şekli					
38. Yüzümün şekli					
39. Kilom					
40. Cinsel Organlarım					