

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**KADINLARDA EVLİLİK DOYUMU, DEPRESYON VE
KAYGI DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Mihraç Fatma POLATOĞLU

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Hanife YILMAZ ÇENGEL

İstanbul-2022

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı : Mihraç Fatma POLATOĞLU

Tezin Dili : Türkçe

Tezin Adı : Kadınlarda Evlilik Doyumu, Depresyon ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Enstitü : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Psikoloji

Tezin Türü : Yüksek Lisans

Tezin Tarihi : 19.01.2022

Sayfa Sayısı : 84

Tez : Dr. Öğr. Üyesi Hanife YILMAZ ÇENGEL

Danışmanları

Dizin Terimleri : Evlilik doyumu, depresyon, kaygı

Türkçe Özet : 18 yaş ve üzeri evli kadınların evlilik doyumlarından aldıkları doyum ile depresyon ve kaygı arasındaki ilişkilerin incelendiği bir tez çalışmasıdır. Evlilik doyumunun depresyon ile ilişkisi ve kaygı ile ilişkisi incelenmiştir.

Dağıtım Listesi : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. Y ÖK Ulusal Tez Merkezine

Mihraç Fatma POLATOĞLU

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**KADINLARDA EVLİLİK DOYUMU, DEPRESYON VE
KAYGI DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Mihraç Fatma POLATOĞLU

Danışman

Dr.Öğr. Üyesi Hanife Yılmaz ÇENGEL

İstanbul-2022

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.

Mihraç Fatma POLATOĞLU

./ ./2022



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Mihraç Fatma POLATOĞLU'nun Kadınlarda Evlilik Doyumu, Depresyon ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji anabilim dalı, Klinik Psikoloji bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Başkan *Dr. Öğr. Üyesi Hanife YILMAZ*
ÇENGEL
(Danışman)

İmza

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Esra SAVAŞ*

İmza

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Fatih BAL*

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 20..

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Bu araştırma 18 yaş üzeri evli kadınlarda evlilik doyumu, depresyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmaktadır. Literatüre bakıldığında evlilik doyumunun depresyonla ilişkisini inceleyen araştırmalar çoğunlukla görülmesine rağmen evlilik doyumu ve kaygı arasında ilişkiyi inceleyen araştırmalara çok fazla rastlanmamıştır. Araştırmalara bakıldığında evli kadınların evlilikten aldıkları doyumun depresyona girme riskini azalttığı görülmüştür. Biz bu araştırmada evlilik doyumunun kaygı ile ilişkisini de araştırmayı planladık, evlilik doyumunun kaygı yaşama riskini azalttığını bulmayı hedefledik. Bunu destekleyen araştırmalar literatürde bulunmaktadır. Benzer araştırmalarda ise evlilikten alınan doyum ve depresyon ölçeğinin sonucunda alınan puan arasında negatif yönde ilerleyen bir ilişki olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ile kaygı arasında da negatif yönlü ilişki olduğunu destekleyen araştırmalar da mevcuttur.

Araştırmaya Kayseri ve İstanbul illerinden katılımcılar alınacaktır. Bu bağlamda Anadolu’da ve Batıda yaşayan evli kadınların evlilik doyumu ve depresyon, kaygı düzeyleri de incelenmiş olacaktır. Bizim bu araştırmadaki temel hedefimiz evlilik doyumunun depresyon ile ilişkisini ve evlilik doyumunun kaygı ile ilişkisini araştırmaktır. Araştırmamızda ilişkisel tarama modeli kullanılacaktır.

Basit örneklem seçme yöntemi ile araştırmamıza 18 yaş üstü evli kadınlar katılabilecektir. Bunun için Kayseri ve İstanbul illerinden 18 yaş üzeri evli kadınlardan oluşan 324 örneklem ile çalışılması hedeflenmiştir. 18 yaş üstü evli kadınlarda bu araştırmayı yapabilmek için verilerin toplanmasında Beck Depresyon Ölçeği, Beck kaygı ölçeği, Evlilik Yaşam Ölçeği, Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Verilerin çözümlenmesinde aritmetik ortalama, standart sapma, frekans, yüzde, minimum, maksimum gibi tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır. Verilerin analizinde normallik dağılım testlerinden Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmış olup analiz sonucunda normallik varsayımları sağlandığından parametrik testlerden faydalanılmıştır.

Bu araştırmanın sonucunda, evlilik doyumu ile beck anksiyete arasında negatif yönde, normal düzeyde; beck depresyon arasında ise zıt yönde ilerleyen, güçlü düzeyde ve anlamlı bir ilişki vardır. Ayrıca beck anksiyete ile beck depresyon arasında ise pozitif yönde, güçlü düzeyde ve anlamlı bir ilişki vardır. Evlilik yaşamlarında kişilerin evlilik doyumları arttıkça, anksiyete ve depresyon düzeyleri azalma eğiliminde olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Evlilik Doyumu, Depresyon, Kaygı



SUMMARY

This study investigates the relationship between marital satisfaction, depression and anxiety levels in married women over the age of 18. In the literature, although studies examining the relationship between marital satisfaction and depression are mostly seen, there are not many studies examining the relationship between marital satisfaction and anxiety. When we look at the researches, it has been seen that the satisfaction that married women get from marriage reduces the risk of depression. In this study, we also planned to investigate the relationship between marital satisfaction and anxiety, and aimed to find out that marital satisfaction reduces the risk of experiencing anxiety. There are studies supporting this in the literature. In similar studies, it is seen that there is a negative relationship between marital satisfaction and depression score. There are also studies supporting that there is a negative relationship between marital satisfaction and anxiety.

Participants from the provinces of Kayseri and Istanbul will be recruited to the research. In this context, marital satisfaction and depression and anxiety levels of married women living in Anatolia and the West will also be examined. Our main goal in this study is to investigate the relationship between marital satisfaction and depression and the relationship between marital satisfaction and anxiety. Relational screening model will be used in our research.

Married women over the age of 18 will be able to participate in our research with the simple sampling method. For this purpose, it is aimed to work with 324 samples consisting of married women over 18 years of age from the provinces of Kayseri and Istanbul. Beck Depression Scale, Beck Anxiety Scale, Marriage Life Scale and Personal Information Form were used to collect data in order to conduct this research on married women over the age of 18.

Descriptive statistics such as frequency, percentage, arithmetic mean, standard deviation, minimum and maximum were used in the analysis of the data. Kolmogorov-Smirnov test, one of the normality distribution tests, was used in the analysis of the data, and parametric tests were used since the normality assumptions were provided as a result of the analysis.

As a result of the research, it was found that there was a negative, normal level between marital satisfaction and beck anxiety; There is a negative, strong and significant relationship between beck depression. In addition, there is a positive, strong and significant relationship between beck anxiety and beck depression. It has been found that as the marital satisfaction of individuals increases in their married life, their anxiety and depression levels tend to decrease.

Keywords: Marriage Satisfaction, Depression, Anxiety



İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY	iii
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	vii
TABLolar LİSTESİ.....	viii
EKLER LİSTESİ.....	ix
ÖNSÖZ.....	x
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN GENEL ESASLARI

1.1. Araştırmanın Problemi	3
1.2. Araştırmanın Amacı	3
1.3. Araştırmanın Önemi	3
1.4. Sınırlılıklar.....	4
1.5. Tanımlar	4

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

EVLİLİK DOYUMU, DEPRESYON, KAYGI

2.1. Evlilik Doyumu	5
2.1.1 Evlilik Doyumuna İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar	6
2.2. Depresyon.....	11
2.2.1 Depresyonun Tarihçesi	12
2.2.2 Kuramsal Yaklaşımlara Göre Depresyon	13
2.2.3. Depresyonun Belirtileri.....	18
2.2.4. Depresyonun Nedenleri	19
2.3 Kaygı	20
2.3.1 Kaygı Nedir ?.....	20
2.3.2 Korku ve Kaygının Ayrımı	21
2.3.3. Kaygı Türleri.....	21
2.3.3.1. Durumluk Kaygı	21
2.3.4. Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları.....	22
2.3.5. Kaygı Kuramları	24

2.4. Evlilik Doyumu ve Depresyon İlişkisi	26
2.5. Evlilik Doyumu ve Kaygı İlişkisi.....	28

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE TEKNİKLER

3.1. Araştırmanın Modeli	30
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	30
3.3. Veri Toplama Araçları.....	30
3.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	30
3.3.2. Beck Depresyon Ölçeği.....	30
3.3.3. Beck Kaygı Ölçeği	31
3.3.4. Evlilik Yaşamı Ölçeği	31
3.4. Verilerin Analizi.....	31

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

TARTIŞMA	51
ÖNERİLER	57
KAYNAKÇA.....	59

KISALTMALAR

\bar{X} : Ortalama

S.S. : Standart sapma



TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1: Sosyo-Demografik Özelliklerin Dağılımı.....	33
Tablo 2: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçeklerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler	35
Tablo 3: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Normallik Dağılım Analizi	36
Tablo 4: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Yaşanılan Yere Göre Karşılaştırılması	37
Tablo 5: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması	38
Tablo 6: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Eğitim Düzeylerine Göre Karşılaştırılması	38
Tablo 7: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Eğitim Düzeylerine Göre Karşılaştırılması	40
Tablo 8: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Aylık Gelir Düzeylerine Göre Karşılaştırılması	41
Tablo 9: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Evlilik Süresine Göre Karşılaştırılması.....	42
Tablo 10: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Çocuk Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	44
Tablo 11: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması	45
Tablo 12: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Evlilik Türüne Göre Karşılaştırılması.....	46
Tablo 13: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Eş ile Tanışıklık Süresine Göre Karşılaştırılması	47
Tablo 14: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Evlilik Sayısına Göre Karşılaştırılması	48
Tablo 15: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçekleri Arasındaki Korelasyon Analizi.....	49
Tablo 16: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçeklerine Ait Güvenilirlik Analizi Sonuçları	50

EKLER LİSTESİ

EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

EK-2 BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ

EK-3 EVLİLİK YAŞAMI ÖLÇEĞİ

EK-4 BECK KAYGI ÖLÇEĞİ



ÖNSÖZ

Değerli katkılarından dolayı sevgili hocam Dr. Öğr. Üyesi Hanife YILMAZ
ÇENGEL'e,

Hep ileri bakmamı sağlayan aileme,

Can Dostum Feyza Pehlivan'a,

Araştırmama samimiyetle katılan tüm katılımcılara teşekkürü borç bilirim.



GİRİŞ

Spanier ve Lewis'e göre, (1980) evlilik doyumu, mutluluğu, uyumu ve niteliğinin işlevsel göstergeleri evlilik araştırmaları içinde en yaygın olarak kullanılan yapılardır.

Literatürde depresyon ve evlilikten alınan doyum ile ilgili yapılan araştırmalarda negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Araştırmalarda evlilik doyumu ve depresyon düzeyi puanlarından evlilik doyumu arttığında depresyon puanında düşüş ve depresyon puanı arttığında ise evlilik doyumu puanında düşüş görölmektedir (Öztahtacı, 2017).

Bu araştırmada, evlilik ilişkisinde kişilerin evlilikten doyum almasına ve alamamasına etki ettiğı düşünölen depresyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenecektir.

Evlilik doyumu ile ilgili pek çok araştırma yapılmıştır ve evliliğın devamını sağılayan en önemli etkenin evlilik doyumu olduğı yapılan araştırmalarda görölmüştür. Evlilik doyumunun literatürde çeşitli tanımları mevcuttur. Tezer (1996) evlilik doyumunu, bireyin kendi evlilik ilişkisindeki ihtiyaçlarını karşılayabilme düzeyine yönelik algısı olarak tanımlamıştır.

Depresyon, kişiler kendilerini üzgün hissederler. Mutsuz bir duygu durumu içinde olurlar. Çökkün görölmeleriyle kendilerini belli ederler, ruhsal bir bozukluk olarak adlandırılır. İnsanların duygu durumları hayat içindeki ilişkilerini ve hatta evliliklerini de etkiler. Bu çerçevede kişilerin depresyon düzeylerinde evlilik doyumu ile birbirini etkileyen iki kavram olduğı düşünölerek depresyon düzeyi araştırmaya diğeri bir değışken olarak dahil edilmiştir.

Anksiyete (kaygı), insanda tehlikelere karşı oluşabilecek var olan bir endişedir ve kaynağının nesnel bir durum olmadığı söylenmektedir. (İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 2008) Özetle kaygı kişinin yapısında mevcut sosyal ve psikolojik olaylara karşı verilen duygusal bir davranış olarak tanımlanabilmektedir.

Çoğunlukla depresyonla komorbidite olarak görölen kaygı bozukluğu ise evlilik doyumu bağlamında bu araştırmaya dahil edilmiştir. Depresyon ve kaygı bozuklukları çoğunlukla bireylerde bir arada görülebilir (Karamustafalıoğılu ve Yumrukçal, 2011).

Literatüre bakıldığında evlilik doyumunun depresyonla ilişkisini inceleyen araştırmalar çoğunlukla görülmesine rağmen evlilik doyumu ve kaygı arasında ilişkiyi inceleyen araştırmalara çok fazla rastlanmamıştır. Bu araştırma evlilik doyumunun kaygı ve depresyon olmak üzere ayrı ayrı ilişkilerini incelemekte ve aynı zamanda depresyon ve kaygının evli kadınlarda birlikte görülebileceğini de incelemektedir.



BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN GENEL ESASLARI

1.1. Araştırmanın Problemi

Temel amacı evlilik doyumu, kaygı ve depresyon düzeyinin ilişkisinin incelenmesi olan ayrıca evlilik doyumu ile demografik değişkenlerin ilişkisine de bakılan bu çalışmada aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

Alt Amaçlar

1. Evli kadınların evlilik doyum düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Evli kadınların kaygı düzeyleri ile evlilik doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
3. Evli kadınların kaygı düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
4. Evli kadınların evlilik doyum düzeylerinde eğitim düzeyi açısından anlamlı bir farkı var mıdır?
5. Evli kadınların evlilik doyum düzeylerinde çalışma durumu açısından anlamlı bir farkı var mıdır?
6. Evli kadınların evlilik doyum düzeyleri ile evlilik yaşları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı 18 yaş üzeri evli kadınların evlilik doyumu ile kaygı ve depresyon arasındaki ilişki incelenmesidir. Bu sayede 18 yaş üzeri kadınların evliliklerinden aldıkları doyum düzeyinin kişide depresyona ve kaygıya etkisi görülecektir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Bu araştırma evlilik doyumunun 18 yaş üzeri evli kadınlarda depresyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmaktadır.

Literatüre bakıldığında evlilik doyumu ve depresyonun birlikte görüldüğü araştırmalar mevcuttur fakat çoğunlukla depresyonla birlikte görülen kaygı kavramına daha az değinilmiştir. Yapacak olduğum bu araştırmada evlilik doyumunun depresyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ayrı ayrı ele alınacaktır. Bunun için Kayseri ve İstanbul illerinden 18 yaş üzeri evli kadınlardan oluşan 300 örneklem ile çalışılması hedeflenmiştir. Bu bağlamda anadoluda ve batıda yaşayan evli kadınların evlilik doyumu ve depresyon, kaygı düzeyleri de incelenmiş olacaktır.18 yaş üstü evli kadınların evlilik doyumu, depresyon ve kaygı düzeyleri ile kişisel bilgi formu bilgisi de incelenmesi amaçlanmıştır.

1.4. Sınırlılıklar

Araştırmanın verileri İstanbul ve Kayseri ilinde rastgele seçilmiş olan 18 yaş üzeri evli kadınlarla sınırlıdır. Bu araştırmaya gönüllü olarak 324 katılımcı kullanılmıştır. Araştırmada incelenen sosyo-demografik bilgi formu, evlilik yaşam ölçeği, beck depresyon ölçeği ve beck kaygı ölçekleri anketinin ölçtüğü maddelerle sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Evlilik Doyumu : Bireyin evliliğinde ihtiyaç duyduğu isteklerini karşılayabilmesine yönelik algısıdır.

Depresyon : Kişilerin üzgün hissetmesi, genellikle mutsuz olması ve çökkün duygu durumuna sahip olmasıyla kendini belli eden psikolojik bir bozukluktur.

Kaygı : Bireylerin elle tutulabilir bir durumdan kaynaklanmayan, var olduğunu düşündüğu tehlikeye karşı kişinin duyduğu endişe duygusu olarak tanımlanmaktadır.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

EVLİLİK DOYUMU, DEPRESYON, KAYGI

2.1. Evlilik Doymu

Türk dil kurumuna göre ‘doym’ kelimesinin tanımı kanma, kanaat, yetinme, eldekenden hoşnut olma, tatmin ve bazı isteklerin yerine gelmesi anlamlarını taşımaktadır. Türk dil kurumunun bu tanımına dayanarak evlilik doymu için evliliği ile yetinme, evliliğinden hoşnut olma, evlilikten tatmin alma denilebilir.

Alan yazın incelendiğinde evliliğin çok fazla tanımı bulunmaktadır. Tdk ya göre evlilik ‘evli olma hali’ şeklinde tanımlanmaktadır. Larson ve Holman’ a göre evlilik bir ailenin oluşması için gerekli olan en temel ilişki biçimidir (Larson ve Holman, 1994, s. 228). Evliliğin oluşması ile birlikte nüfus artışı olur ve nesiller devam eder. Bacanlı evliliği toplumsal bir kurum olarak nitelendirerek, soyların devam etmesi için gerekli olduğunu bildirmiştir (Bacanlı, 1999, s.7). Özünde evlilik, iki kişinin bir araya gelerek hayatlarını devam ettirdiği ve yeni hayatlara olanak sağladığı, aile kavramının oluşması için gerekli olan ilişki biçimidir.

Evlilik iki cinsiyet arasında gerçekleşen bir eylemdir. Kanunlar tarafından onaylanan ve bireylere mesuliyet veren bir kurumdur. Evliliğin içinde cinsellik kavramı oldukça önemlidir. Böylece evlilik kişilerin kanun çerçevesinde bir araya gelerek içerisinde cinselliği de barındıran bir eylemdir. Evlilik iki cinsiyetin ortak karar vererek arzularını ve isteklerini tamamlamak için hayatlarını birleştirmeyi seçtikleri bireyler ile yaşayacağı ortak bir kurumdur (Battal,2008).

Evlilik kavramı ile ilgili alan yazında bir çok araştırma mevcuttur. Evli olan bireylerin evli olmayan bireylere göre daha mutlu olduğu görülmektedir. Böylece evlilik mutluluk kavramını da ortaya çıkarmaktadır

Evlilik kavramı içinde cinsellik kavramında bulundurmaktadır. İki bireyin yaşadığı kültüre uygun bir şekilde hukuki geçerliliğe bağlı kalarak bir araya gelmesi ile evlilik gerçekleşir. Bazı kültürlerde cinsellik sadece evlilikle birlikte olacağı gibi bazı kültürlerde cinselliğin gerçekleşmesi için evlilik şart değildir (Budak, 2017, s.274).

Her evlilik kendi içinde farklı dinamiklere sahiptir. Çoğunlukla evlilik bir kadın ve bir erkek birey arasında gerçekleşirken bazı toplumlarda bir erkek bireyle bir erkek birey evlenmekte ya da bir kadın birey ile bir kadın birey evlenmektedir.

Evlilik doyumun kavramı çiftlerin evliliklerinden aldıkları hoşnutluk ve mutluluk hissini göstermektedir. Çiftlerin evliliğinin her alanında ilişkilerinden aldıkları doyumunu göstermektedir. Evlilik doyumunu, çiftlerin her birinin kendi ihtiyaçlarının ilişkisiyle doyurabilme biçimleri olarak da tanımlanabilir (Tezer,1986).

Evlilik içinde birbirleri ile iyi anlaşılan doyumunu yakalayan bireylerin evlilik içinde mutlu oldukları gözlemlenmiştir. Evliliğinde mutlu olmayan bireyler evliliğinde mutlu olan bireylere göre birçok farklı psikolojik sorunla mücadele etmektedir. Mutlu evlilik bireylere psikolojik konfor sağlarken mutlu olmayan evlilikler bireyleri birçok farklı alanda zorlamaktadır. Evlilikte ki mutluluk evliliğin istenildiği gibi gitmesiyle de ilişkilidir. Evliliği istediği gibi ilerlemeyen bireyler evliliklerinde mutsuz hissetmektedir. Bu durumda bireylerin mutlu hissetmeleri evliliklerinin de mutlu gideceğini göstermektedir. Mutsuz bireylerin evliliklerinin ise mutsuz olacağı görülmektedir (Seligman, 2007).

Burges ve lockeye göre evlilik doyumunu bir bireyin hayalini kurduğu evliliğe yaklaşma oranı olarak ifade etmiştir. Kişi hayalindeki evliliğe ne kadar yakınsa evlilikten aldığı doyumun, hayalini kurduğu evlilikten uzak olan evliliğe göre daha fazla olduğunu söylemiştir (Rollins ve Feldman, 1970).

Evlilik içinde bireylerin ihtiyaçlarının karşılanması doyum seviyesini arttıracaktır. Evlilikte artan doyum bireylerin evlilik doyumuna karşı bakışlarını oldukça olumlu yöne çevirmiş olacaktır. Evliliğinde doyumunu sağlayabilen çiftler bu doyumunu sürekli kılmak için eşinin ve kendisinin evlilik içindeki ihtiyaçlarını karşılayacaktır böylece evlilik içinden alınan doyum artacaktır. Evlilik doyumunu hakkındaki düşünceleri daha da olumlu hale gelecektir (Tuzcu, 2017).

2.1.1. Evlilik doyumuna ilişkin kuramsal yaklaşımlar

2.1.1.1. Evlilik ilişkileri modeli

İmamoğlu (1994) eşlerin yaşadıkları kültüre göre şekillenip bireyleri kendi özünde hayata bakış açılarına göre evlilik ilişkilerini açıklayan bir model geliştirmiştir.

İmamoğlu'nun geliştirdiği bu model birçok farklı durumu barındırmaktadır. Eşlerin sosyal gelişmişlik düzeylerini incelemektedir. Evliliğin kişilere olan etkilerini ve evlilikten aldıkları memnuniyeti içermektedir (Akt. Gökmen, 2001).

2.1.1.2. Öğrenme kuramı

Bu kuram evlilik doyumunu öğrenme kuramına dayandırarak açıklamaktadır. Bu kurama göre eşler içinde buldukları evliliklerindeki tutumları ve davranışları geçmiş yaşantılarından öğrendikleriyle bağlantılı olduğudur. Bu öğrenmelerin edimsel koşullanma ile olması ise kişinin öğrendiği tutum ve davranışı bireysel olarak deneyimlediğini göstermektedir. Çocuklukta çocuğun bakım veren tarafından görülmesi, ihtiyaçlarının karşılanması ve sevgi aktarılması çocuğun bakım vereni ile olumlu bağ kurmasına neden olmaktadır. Geçmişte bakım veren ile kurulan bu bağ çocuğun ileriki yaşamında eşi ile kurduğu iletişime yansımaktadır.

Cairns ve Gewirtz e göre yakın ilişkilerde yarar sağlamayı amaçlayan bu tutum gelecek yıllarda da bireylerin yakın ilişkilerine yarar sağlamaya devam eder. Her bireyin içinde büyüdüğü çevre bireyi özünde etkiler ve bu birey bu çevrenin etkilerini ilişkisine yansıtır. Evlilikte bireylerin birbirine olan yaşantıları, tutumları ve davranışları geçmiş yaşantılarının birer yansımasıdır. Birey geçmişte öğrendiğini eşine yansıtmaktadır. Özellikle evlilik yaşamında bireylerin geçmiş yaşantılarını yansıttığı çok daha rahat gözlemlenmiştir (Akt. Gökmen, 2001).

2.1.1.3. Sosyal mübadele kuramı

Thibaut ve Kelley e göre kuramın temel varsayımı insan ilişkilerinde ödülün ve bunun karşılığında verilen bedelin temel mübadelesine dayanmaktadır. İnsanların birçoğu çoğunlukla kendi hayatlarında az bedel ödeyeceği ve bunun karşılığında fazla ödül alabileceği işleri tercih etmektedir. Burada bahsettiğimiz ödül kavramı bireyin içinde bulunduğu ilişkiden alacağı hazzı, doyumunu ifade etmektedir. Bedel kavramı ise bireyin ilişki içindeki değerini belirleyen niteliklerin engellenmesidir yani bireye haz alacağı şeyi yapmasına ket vurulmasıdır. Çiftler arasında evliliğe bakışların benzer olması, evlilik içi tutumlarının benzer olması, evlilik değer yargılarının benzer olması ödüllendirici niteliktedir. Bu durumda bireylerin karşılığında ki bireylerin tutum ve davranışlarını desteklemesi veya onlarla aynı fikirlere sahip olduğunu dile getirmesi karşısındaki bireye ödül niteliğinde olacaktır (Akt. Gökmen, 2001).

2.1.1.4. Sevginin evrimi kuramı

Bu kuram Wilson tarafından geliştirilmiş olup sevginin 3 temel ihtiyacından bahsetmektedir. Bu 3 temel ihtiyaç bireylerin evliliklerinden doyum almaları için gereklidir. Bu ihtiyaçları giderilmiş bireylerin evlilik doyumlarının yüksek olduğunu söylemiştir. Bu ihtiyaçlar bireyin yaşamının en temelinde ele aldığımız korunma ihtiyacı, koruma ihtiyacı ve cinselliktir (Akt. Gökmen, 2001).

Korunma ihtiyacı insanın dünyaya geldiği andan itibaren ihtiyaç duyduğu önemli bir gereksinimdir. Korunma temel olarak bebeğin annesi tarafından başlar. Birey büyüdükçe bu korunma ihtiyacı kendisini koruyacak bir eş bulmaya yöneliktir. Birey korunabileceği bir eş bulduktan sonra bu ihtiyacını tamamlamış olur. Aynı zamanda korunmak için eşine ihtiyaç duyan birey eşini koruyarak kendi koruma ihtiyacını da karşılamış olmaktadır (Hortaçsu, 1997).

Eşlerin koruma korunma ihtiyaçları birbirleri tarafından karşılandıktan sonra üçüncü ihtiyaç olan cinsellik ihtiyacı devreye girecektir. Cinsellik insanoğlunun var olduğu günden bu yana yaşadığı neslin devamını sağlamak ve üremek için gerekli olan en önemli eylemdir. Cinsellik çiftler için farklı anlamlar taşımaktadır. Erkek birey için cinsellik neslini devam ettirmek iken kadın birey için cinsellik doğuracağı bebeğe iyi babalık eden bir eş bulmaktır. Bu farklılıktan dolayıdır ki erkek birey eş seçme konusunda seçici olmazken kadın birey en doğru, en güçlü erkeği bulmak için seçici olmaktadır. Bebeğini ve neslini korumak için bebeğine iyi babalık yapacağı bireyi bulmak isteyecektir (Hortaçsu, 1997).

Wilson bu kuramında evlilik doyumu kavramını güdülerle açıklamaya çalışmıştır. Bu kurama göre evliliğin amacı nesilden nesile insan oluşumunu artırmaktır. Böylece neslin devamı sağlanmış olacaktır. Bunların yanında Wilson bu kuramında bireyin tek evlilik için uygun olduğunu söylemektedir. Eş seçimi bu noktada önem taşımaktadır. Bu kavramın en önemli denilebilecek bir diğer noktası ise kurulan ailenin çocukların büyümesi ile birlikte yavaş yavaş dağılmaya başlamasıdır. Çocuklar büyür ve evden ayrılır çocukların evden ayrılışı ile birlikte karı kocayı bir arada tutan bağın kalmayacağını öne sürmüştür (Hortaçsu, 1997).

2.1.1.5. Bağlanma kuramı

Bağlanma kavramı Bowlby'nin ortaya çıkardığı kuramdır. Evlilik doyumunda Bowlby'nin oluşturduğu psikososyal gelişim evreleri oldukça önemli rol

oynamaktadır. Bireyin geçmiş yaşantısında bu evreleri tamamlaması evlilikten alacağı doyumunu artırmaktadır. Bireyin önce anneye güvenle bağlanması evlilik yaşantısında eşine güvenle bağlanacağını göstermektedir. Güven ihtiyacını evliliğinde tamamlayabilen bireyler evliliklerinden güven ihtiyacını tamamlayamayan bireylerin evliliklerine oranla daha çok doyum sağlayacaklardır (Zeytinoğlu, 2013).

Bowlby'nin bağlanma kuramına göre göre birey gelişim evrelerinden herhangi birini tamamlayamadığında bu birey ileride evliliğinde de bu alanı tamamlayamayacak olup bu da evliliğinde olumsuz sonuçlar doğuracaktır. Evlilikten alınan doyumun kişiyi mutlu etmeyeceğidir (Helms ve Bierhoff, 2011; Akt. Öziş, 2016).

2.1.1.6. Evlilik doyumunu ile ilgili yapılan araştırmalar

Literatürde evlilik doyumunu ile ilgi pek çok araştırma bulunmaktadır. Yapılan araştırmalar evlilik doyumunun bir diğer durumla arasındaki ilişkiyi ölçmektedir çoğunlukla. Cinsiyete göre farklılık yaşa göre farklılık bağlanma stiline psikolojik durumuna göre gibi birçok çeşitli maddelerle değişmektedir.

Tuzcu (2017) yaptığı araştırmada evlilik doyumunu ilk olarak cinsiyet farkına göre ele almıştır. Bunun sonucunda cinsiyet farklılığının evlilik doyumuna farklı etki ettiğini gözlemlememiştir. Kadın ve erkeklerin evliliklerinden aldıkları doyum cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak herhangi bir farklılık göstermemektedir. Tüm bu sonuç doğrultusunda kadın bireylerin ve erkek bireylerin evliliklerinden alacakları doyum konusunda birbirine yakın özellikler gösterdiği görülmüştür. Tuzcu bu araştırmasında evlilik doyumuna yaş değişkeni kapsamında baktığında ise yaş değişkeninin evlilik doyumuna istatistiksel olarak farklı sonuçlar verdiğini gözlemlemiştir. Bireyler yaş aldıkça evliliklerinden aldıkları doyumun azaldığı gözlemlenmiştir. Yine aynı araştırmada eşlerin çalışma durumu incelendiğinde ise eşlerin çalışma durumunun evlilik doyumunda anlamlı bir fark oluşturmadığı görülmüştür.

Yapılan araştırmalarda evlilik doyum seviyesinin yüksek olması çiftlerin ilişkilerinden verim aldıklarını ve kaliteli bir ilişki içinde olduklarını göstermektedir. Bu araştırmanın sonucunda yüksek doyum alan çiftlerin hayatla mücadele etme konusunda daha başarılı oldukları gözlemlenmiştir. Ayrıca evlilik doyum puanları yüksek olan çiftler hem fiziksel hem ruhen sağlıklı oldukları bildirilmiştir böyle yüksek doyuma sahip çiftler hayatta ki problemlerde daha fazla başarı göstermektedirler (Bradbury, Fincham &

Beach, 2000, s.964). Ayrıca evlilik doyumu yüksek çıkan çiftlerde bireylerin birbirlerine daha arkadaşça davrandıkları gözlemlenmiştir, böylece yaşanan problemlerde birbirlerine destek olabilmektedirler. İçinde buldukları tartışmaları daha yumuşak ve zararlı bir şekilde atlatabilmektedirler. Birbirlerine olan bağlılık dostça olduğu için birbirlerine olan tutkularını da sürekli olarak ifade ettikleri gözlemlenmiştir. Tüm bu araştırmalar göstermektedir ki evlilik doyumunun iletişim becerisine doğrudan olumlu yönde etkisi vardır (Russell Chapin, Chapin, & Sattler, 2001, 216).

Evlilik süreci çiftlerin her ikisi inde farklılık gösterebilir ve evlilik süreci iki insanın bir araya gelerek oluştuğu için aslında karmaşık bir yapıya sahiptir. Her bireyin karakter yapısı, ruhsal durumu, psikolojik süreci ilişkiyi etkilemektedir. Alan yazında yapılan araştırmalarda evlilik doyumunun düşük gözlemlendiği çiftlerde kadınların depresyona yatkınlığının fazla olduğu gözlemlenmiştir. Micheal ve Alan (2000) 'ın yaptığı araştırmada depresyon belirtileri gösteren kadınlar ile depresyon belirtileri göstermeyen kadınları kıyasladığında kadının depresyonda olması evlilik doyumunu düşüren bir etken olduğu gözlemlenmiştir.

Araştırmalar incelendiğinde birçoğunda depresyon ve evlilik doyumu arasında ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Evlilik doyumu düşük olan bireylerin depresyona daha yatkın oldukları görülmektedir. Ya da depresyonda olan bireylerin evliliklerinden keyif alamadıkları gözlemlenmiştir. Bu bireylerin evliliklerinde yaşanan herhangi bir problem olsa dahi problem çıkarmaya daha yatkın oldukları belirtilmiştir. Ayrıca depresyonda olan bir birey problem çözme becerileri düşük olacağından bu ilişki içinde ki problemleri daha da karmaşık hale getirecek ve dolayısıyla evlilikten alınan doyumu etkileyecektir. Depresyonda olan birey çevresini negatif algılamaya meyilli olduğundan evliliğini de negatif algılayacak ve evlilik doyum oranını düşürecektir. Depresyonlu bireyler evliliklerinde sorun olmasa dahi sorun oluşturmaya daha meyilli olacaklardır.

Alan yazın incelendiğinde evlilik doyumunu etkileyen bir diğer önemli faktör ise çocuk sahibi olmak olarak gözlemlenmiştir. Çocuk sahibi olan çiftler ve olmayan çiftler arasında evlilik doyumu incelendiğinde farklı sonuçlar yazılmıştır. Çocuk sayısının, yaşın ve cinsiyetin evlilik doyumu üzerindeki etkisini ölçmek amacıyla yapılan bir çalışmada çocuğa sahip olmayan kadınların çocuk sahibi olan kadınlara

oranla evliliklerinden daha fazla doyum aldıkları gözlemlenmiştir (Abott, D.S. , Brody, G.H. , 1985).

Çocuk sayısının evlilik doyumuna etki ettiğini gözlemek adına araştırmalar yapılmıştır ve etkisi olduğu gözlemlenmiştir. Çocuğu olmayan çiftlerin birbirleri ile daha fazla iletişim kurduğu için evliliklerinden aldıkları doyum daha fazla iken çocuk sayısı gittikçe artan çiftlerde evliliklerinden alınan doyum giderek azalmaktadır. Bireylerin çocuklarına vakit ayırmaları çocuklarıyla ilgilenmeleri çiftleri birbirinden daha uzak tutmakta bu da evlilik doyumunu kavramını olumsuz yönde etkilemektedir (Burhanoğlu, S. , 2016).

Zeytinoğlu (2013)'nin yaptığı bir araştırmada evlilik doyumunun evlenme stili ile ilişkili olup olmadığına bakılmıştır. Aşk evliliğinin, görücü usulü evliliğin ve diğerlerinin etkisine bakılmıştır. Araştırma sonucunda evlenme türünün evlilik doyumuna etkisi olmadığı gözlemlenmiştir. Evlilik doyumuna etkisi olan durum bireylerin evliliklerinden beklentileridir. Beklentilerinin karşılanma oranıdır. Evliliklerinde beklentileri karşılanan çiftlerin evlenme türünden bağımsız olarak evlilik doyumları yüksek çıkmıştır (Zeytinoğlu,2013).

Çağ (2011) evli bireylerde yaptığı bir araştırmada eş desteği ve evlilik doyumunu kavramları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Eş desteğini hisseden bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumun eş desteği hissetmeyen bireylere göre daha fazla olduğu anlamlı bir farkla ortaya konulmuştur. Böylelikle eşlerine destek olan ve eşlerinden destek alabilen çiftler daha mutlu bir evliliğin içinde olan çiftlerdir. Aynı zamanda bu araştırmada bireylerin mesleklerine göre evlilik doyumunu düzeylerine bakılmıştır ve mesleki farklılığın evlilik doyumunu üzerine bir fark oluşturmadığı gözlemlenmiştir.

2.2. Depresyon

Depresyon günümüzde sıklıkla gözlemlendiğimiz psikiyatrik bir bozukluktur. Ciddi düzeyde insan sağlığını riske atan bir hastalıktır. Uygun tedavi edilemediği müddetçe ölümle sonuçlanabilir çünkü depresyonun ileri belirtilerinden biri de intihardır. Kişilerde ki intihara yatkınlık sebebi ile zamanında tedavi edilemeyen depresyon intihar ile sonuçlanabilir. Ölümle sonuçlanmadığı zamanlarda ise genel sağlık sorunlarına yol açar ve kişilerin yaşam kalitelerini, hayattan aldıkları doyumunu

oldukça düşürür. Doğru zamanda uygun bir şekilde tedavi edildiğinde ise kişinin hayattan aldığı kaliteyi ve genel sağlık durumunu iyileştirir (Çelik ve Hocaoglu, 2016).

Depresyon tedavisinin kapsamlı ve etkin bilinmesinin hastalığın ilerleyişinde olumlu etki olacağı gibi depresyon oluşumunu etkileyen faktörlerin bulunması hastalığın başlangıcının sıklığını azaltacağı söylenebilir. Depresyonda etkili olan risk faktörlerinin tespit edilmesi bu noktada yarar sağlayacaktır. Depresyon ile ilgili literatürde oldukça fazla araştırma mevcuttur. Depresyon araştırmaları çok eski zamanlara dayanmaktadır ama depresyon adını alması 20. Yüzyılı bulmuştur ve sürekli olarak günümüze kadar depresyon hakkında çeşitli araştırmalar yapılmıştır.

2.2.1. Depresyonun tarihçesi

Depresyonun tarihi oldukça eskiye dayanmaktadır. Milattan önceki döneme ait kayıtlar incelendiğinde ruhsal bozukluk olarak depresyona ait kayıtlar gözlemlenmiştir. Antik çağdan bugüne kadar depresyonun görüldüğü kayıtlara rastlanmıştır. 3000 yıl önce yazılan Homeros'un İlyada destanında kralın yaşadığı acıyı anlatmak için anlatılanlar depresyon belirtilerini göstermektedir. Kral bu destanda hayal kırıklıkları içinde, çökkün duygu durumu ve intihar belirtileri yazılmıştır. Böylece bu destanda da gördüğümüz gibi 3000 yıl öncesine kadar uzanan depresyonda bu örnek tarihsel açıdan ilk denilebilir niteliktedir.

1800lü yılların sonlarına doğru depresyon başka kavramlarla bilinmekteydi. O zamanlar depresyon kavramını en iyi açıklayan kavram melankoli olduğu bilinmektedir. Melankoli kavramında kızgınlığın bulunduğu, üzüntünün bulunduğu, kederin ve ruhsal duygu durumunun sürekli olarak değiştiği ifade edilmiştir. Aynı zamanda melankolilerde ölme isteği de sıklıkla görülmesi ve bunun yazılması günümüz depresyon belirtilerinin o zamanlarda da melankoli kavramıyla görüldüğü bilinmektedir (Burton,2018).

17. yüzyıl da yazılan bir kitapta kütüphanede bulunun tüm melankoli kitaplarının birleşmesiyle melankoli kavramı Robert Burton tarafından açıklanmıştır. Bu kitaba bağlı kalarak açıklamak gerekirse melankoli kavramında bulunun özellikler de depresyonda görülen birçok özellikle örtüşmektedir. Yazılan bu kitapta melankoli kavramının insanlar üzerinde kaygı belirtileri gösterdiği, olmayacak hayaller yaşattığı, hafızayı zorlayarak daha çok unutkan olmalarına sebep olduğu gibi durumlar belirtilmiştir (Burton, 2018).

19. yüzyılda ise melankoli kavramı yerine depresyon kavramı ortaya çıkmıştır. Ortaya çıkan depresyon kavramının tanımında ise ruhsal çökkünlük, cesur olamama durumu, kötü olumsuz düşüncelerde artma, hayattan zevk ve heyecan alamama, motorsal becerilerde yavaşlama anlamında mental depresyon kelimesi melankoli yerine geçmiştir (Yetkin ve Özgen, 2007).

20.yüzyıldan itibaren artık depresyon kavramı tamamen melankoli kavramı yerine kullanılmış ve melankoli kavramı böylece tarihe karışmıştır. Bu yüzyılda depresyonla ilgili çalışmalar yüzyılın ortalarını bulmuştur. İkinci dünya savaşı sebebi ile asker ve toplum üzerindeki olumsuz etkiler araştırılmıştır. ABD’de yapılan araştırmalar farklı diğer ülkelere de de ışık tutarak devamı niteliğinde olmuştur. Bu çalışmalarda ruhsal bir bozukluk olan depresyonun psikolojik ve sosyal nedenleri ele alınmakla beraber aynı zamanda genetik etkenlerinin de üzerinde durulmuştur. Bu çalışmalarda ruhsal bozukluklar bireysel yapılan görüşmelere bağlı ve yaşanan durumu saptamak adına standart tanı ölçütleri kullanılmıştır (Öztürk, 2001).

2.2.2. Kuramsal yaklaşımlara göre depresyon

Geçmişten günümüze kadar hakkında oldukça fazla araştırma yapılan depresyon kavramı tüm kuramlar içinde önemli bir konuma sahiptir.

2.2.2.1. Depresyon ve psikanalitik kuramlar

Psikanalitik kurama göre depresyonun nedeni çocukluk çağına kadar uzanmaktadır. Bireyin çocukluğunda yaşadığı kayıp hissinin bilinç dışında depolanması ile kişinin bu gününü etkilemesidir. Öyle ki bu bilinç dışında depolanan bilgi kişinin yaşadığı kayba karşı gösterdiği tepkiden bağımsız yaşadığı kaybın niteliği ile bağlantılıdır. Kişinin geçmişinde yaşadığı bu kayba benzer bir olayın kişinin bugün yaşaması kişiyi tekrar çocukluğuna götürecektir ve çocukluğunda ki ile aynı nitelikte etkileyebilecektir. Bu durumu yaşayan bir birey iki uçlu duygu yaşayabilir. Sevgiye karşı nefret duygusu bu bireyde ayı andan gözlemlenebilir. Zaman geçtikçe kişi yaşadığı bu nefret duygusunu kendisine yönlendirir ve öz saygı yitimi ortaya çıkar. Bununla birlikte bu birey kendini değersiz hisseder, ölümü düşünür hale gelir intiharı planlar, sürekli olarak çökkün ruh hali gözlemlenir, yaşamının anlamını yitirir (Öztürk ve Uluşahin, 2005; akt. Kesen, 2014).

Bu kurama ait depresyon adına bilgilere Freud (1957) ‘Yas ve Melankoli’ adlı eserinde değinmiştir. Bu kitapta bu iki kavram arasındaki farkı ele almıştır. Yasta bir

nesnenin yitiminin varlığından söz ederken melankolide böyle bir durumun olmayabileceğini de göz önüne almıştır. Depresyon birey için sevgi nesnesinin yok oluşu meselesidir. Sevgi nesnesinin yok oluşu ile birey kendine birçok olumsuz anlam yüklemektedir. Sevilmediğini düşünür, terk edilmiş hisseder, kendisini işe yaramaz görür, kendini her konuda yetersiz olarak görür, bu sevgi kaybı hissi içe yansıtılır böylece kişinin özsaygısı zedelenmiş olur. Bütün bu durumlardan sonra depresyon şekil alır bunun sebebi ise bu olanlarla beraber üst benlik katılaştır ve özel savunma mekanizmaları ortaya çıkar.

Bazı kuramcılara göre depresyon psikoseksüel sorunlardan kaynaklanmaktadır. Karl Abraham sevilen nesnenin kaybının yanında bireyde engellemelerden dolayı da gerileme meydana gelebilir demiştir. Birey alt benliğinin istekleri doğrultusunda saplantı gösterir ve bundan sonra ise bireyde depresyon davranışı gözlemlenir çünkü kişi alt benliğinin isteklerini gerektiği usulde dolduramamıştır.

2.2.2.2. Davranışsal kuramlar ve depresyon

Davranış kuramcıları depresyonu kişinin davranışlarına göre açıklamaktadır. Bireyin yaşamında kendini tekrarlayan mutsuzluk verici yaşantıların sonucu bu bireyde yetersizlik duygusu ve baş edememe duygularının gelişmesi ve buna bağlı olarak birey uyumsuz davranışlar sergilemesi ile davranışçı kuram depresyonu açıklar (Ainsworth ve ark., 1978). Kişinin sergilediği bu uyumsuz davranışların artmasına ve uyumlu davranışların sönmesine neden olmaktadır. Uyumlu davranışların sönmesi ile birey rahatsız hissi yaşadığı bir duygu durumuna geçer ve böylece bu durum ise depresyona neden olabilir. Aynı zamanda depresyon bu bireyin sosyal pekiştireçleri algılamasında azalmaya götürmektedir böylece bu kişi bireyler arasında ödüllendirici davranışa karşı duyarsız kalır. Böylece azalan pekiştirecin sebebi ile kişide olumsuz duygularda artış gözlemlenir (Beck, 1967).

Bu kurama göre depresyonun kaynağı bireyin çevresinde ki olumsuz koşullanmanın artması ve olumlu koşullanmanın azalmasıdır. Skinner (1957), depresyonu tanımlarken bireyin olumlu pekiştirdiği davranışlarının devamında davranışında oluşturduğu hasar olarak tanımlamıştır.

Lewinsohn'a göre kaliteli cinsel hayat, eğlendirici sosyal etkinlikler, güven verici sosyal etkileşimler olumlu pekiştirece örnek olabilecek olaylar iken, evlilikte

anlaşmazlıklar, işyerindeki memnuniyetsizlik, çevrenin olumsuz bakışları ise cezalandırıcı olaylara örnek olabilir. Lewinsohn (1982) depresyona pekiştireç süreçlerinin neden olduğunu öne sürmektedir. Öne sürdüğü pekiştireçler ise, az miktarda olumlu pekiştireç, yeterli olmayan pekiştireç, çok fazla cezalandırıcı yaşantılardır (Littauer, 2000).

Bireyler depresyondaiken çevresindeki yakın dostlarından sürekli olarak destek bekler. Bu destek onlar için olumlu pekiştireç niteliğindedir. Bireyin yakın çevresi kişiye bu desteği sağlamaya çalışır. Birey zamanla yakınmalarını bitirmediği gibi yakınmalarda artışa gider. Bu durum kişinin yakın çevresini olumsuz etkiler ve çevre bireye sağladığı olumlu pekiştireci çekmek durumunda kalır. Çünkü sürekli olarak neşeli olmaya karşı gelen bir bireyin ortamda oluşu yorucu olduğu için yakın çevresi de dahil bireye yabancılaşır. Olumlu pekiştireci kaybeden depresyondaki bireyin sosyal soyutlanmışlık ve mutsuzluğunun artmasına neden olur (Atkinson ve ark., 1996).

Depresyondaki kişiler kendi davranışlarını değerlendirme konusunda hatalar yapmaktadırlar. Depresyonda bir birey kendi başarısını dışsal süreçlere yüklerken kendi başarısızlığını ise içsel süreçlere yükler. Dışsal yükleme dediğimiz kavram ise kişinin başarısının çevre etkisi ile olduğunu düşünmesidir. Örneğin bu birey sınavda başarılı olduğunda kendi başarısını gözlemlemez, sınav sorularının kolay olduğunu düşünür. İçsel yükleme dediğimiz de ise kişi başarısızlıkları direkt kendi yüklenir. Örneğin bu kişi zor bir sınavda başarısız olduğunda başarısız olmasının nedeni kendisinin yetersiz olduğunu düşünmesidir.

2.2.2.3. Bilişsel kuramlar ve depresyon

Bilişsel kurama baktığımızda literatürde çoğunlukla bilişsel kuramın düşünce sistemi ile bağlantılı olduğunu gözlemleriz. Bilişsel kurama göre depresyondaki bir bireyde olumsuz düşünce ağının fazla olduğu görülmektedir. Bireyin yaşadığı olumsuz düşünce, beklenti ve yanlış öğrenmenin gerçekleştiğini bildirir ve kişi umutsuzluk ile ilişki kurar.

Albert Ellis'in kitabında bahsettiği kurama göre depresyona neden olan faktörler mantıksız düşünceler ve duygular, mantıksız davranışlar neden olmaktadır. Albert'e göre mantıksız düşünceler bireyin temelde inandığı temel inanç dediğimiz inançlarından kaynaklanmaktadır. Kişi ruhsal rahatsızlık çeker ve çoğunlukla çektiği

bu rahatsızlık bu mantıksız düşüncelerle yakından ilişkilidir yine de kişi bu mantıksız düşüncelerini değiştirmek istemez. Tedavi içinse asıl önemli olan bu temel inancın değişmesidir. Kişi bu olumsuz temel inancını değiştirebilirse yaşadığı bu ruhsal problemi de çözmüş olacaktır. (Bozkurt, 2003)

Seligmanın öğrenilmiş çaresizlik modeline göre birey çocukluk yaşantısından bu yana çaresizliği deneyimlemiş ve çabalarının işe yaramadığını deneyimlemişse yaşadığı olumsuz olayların ya da olumsuz durumların üstesinden gelemeyeceğine dair sıkı bir inanç geliştirecektir. Bu inançla beraber birey yaşadığı olumsuz durumla başa çıkamayacağını düşünecek kendisini bırakacak ve böylece umutsuzluğa kapılacak, depresyon belirtileri gösterecektir (Işık ve ark., 2013).

Günümüzde depresyon dediğimizde akla gelen kuramcılardan biri de Aaron Beck'tir. Beck'in kuramına göre depresyondaki bireyin düşünceleri dünya ve gelecek hakkında olumsuz ve kaygı içeriklidir (Yalom, 2006). Bu düşünce biçimine bilişsel üçlü adını vermiştir. Bilişsel üçlü dediği şema aşağıda ki gibidir.

- A. Bilişsel üçlü: kişinin kendisi ve geleceği ile bağlantılı inançları kapsar.
1. Hasta kendini yetersiz ve değersiz bulur. Yaşamı onun için hayal kırıklığıdır.
 2. Çevresi ona yardım etmemektedir, yaşantısından aldığı doyum yetersizdir.
 3. Geleceğinden umutsuzdur, uzun vadeli planlar yapıp amaç edinmemektedir. Buna bağla olarak olumlu davranış oluşturamayacaktır.

B. Sessiz kabullenişler (şemalar): depresyondaki birey kendisinin de anlayamadığı gerçek dışı inanç ve kurallara sahiptir. Kişi bunları çocukluk yaşantısından itibaren oluşturmaktadır. Yaşadığı olumsuz bir olaydan kişi kendine yönelik birçok olumsuz düşünce gösterir.

C. Bilişsel hatalar: bu kurama göre depresyonda ki bir birey yaşadığı olayı geçmiş yaşantılarından kaynaklanan olumsuz düşünce yöntemi ile algılayacaktır buna göre yorumlayarak mantık hataları yapacaktır. Birey depresyona neden olan bir olay yaşadığında ortaya çıkabilecek çeşitli bilişsel hatalar vardır. Bunlar kısaca,

- Aşırı genelleme

- Küçülme
- Felaketleştirme
- Kişiselleştirme
- Olumsuz odaklanma
- Etiketleme
- Zihin okuma
- Meli, malılar
- Seçici negatif odak şeklinde sıralayabilir.

Beck bu şemayı kendi hastalarından yola çıkarak geliştirmiştir. Umutsuzluk kavramı üzerinde durmuş ve umutsuzluğu ölçmek için çeşitli çalışmalar yapmıştır. Beck bu araştırmaların sonunda intiharın temelinde umutsuzluğun olduğunu gözlemlemiştir. Hastaların umutsuzluklarını kökünde yatan bilişsel çarpıtmalardan kaynaklandığını gözlemlemiştir. Genellikle depresyon hakkında ortaya sunulan görüş depresyondaki bireyin umutsuzluk hakkındaki düşüncesinin yoğunluğu depresyonun şiddeti ve intihar riskinin de belirleyicisi olduğu yönündedir (Kaplan ve Saddok, 1985).

2.2.2.4. Kişiler arası kuramlar ve depresyon

Bu kurama göre depresyonu belirleyen üç unsur vardır. İlki depresyon belirtilerinin ortaya çıktığı ilk zamanlarda oluşan rahatsızlık oluşumudur. İkincisi diğerleri ile sosyal ilişkiler kurmayı içeren sosyal ilişkileri yürütmedir. Üçüncüsü ise bireyin bireysel özelliklerini kapsayan kişiliktir. (Mufson ve ark., 2004)

Bu kurama göre depresyona neden olana bazı durumlar söz konusudur. Bunlardan bir tanesi kişilerin yaşadığı kayıplardır. Bir diğeri bireyin yaşadığı rol uyumsuzluğu iken toplumsal becerilerde eksik olma gibi faktörler de depresyona neden olmaktadır. Sullivan (1953) kişiler arası ihtiyaçları şu şekilde tanımlamıştır:

- Yakınlık
- Sevgi
- Güven
- Eşit ilişki gibi ihtiyaç örüntüleri olarak tanımlamıştır.

Sullivan tanımladığı bu ihtiyaçların tamamlanması gerektiğini savunmuş ve önem vermiştir. Bununla birlikte insanların en çok ihtiyaç duydukları şeyin güven olduğunu belirtmiştir. Güven ihtiyacı doyurulduğu takdirde kişinin kaygıdan kurtulması için yol bulunmuş olduğunu ileri sürmüştür.

Bowlby (1998) yürüttüğü bir çalışmada bağlanma ve depresyon arasındaki ilişkiyi söz etmiştir. Bu iki durum arasında olası bir durumdan bahsetmiştir. Bu durumlardan birincisi bebeğin annesini kaybetmesinden kaynaklanan sıkıntının çaresizlik ve depresyon ile ilişkilendirilmesidir. Bir diğer durum ise bebeğin depresyondaki değersizlik hissi ile özdeşleşmesi ve annesi ile güvenli bağlanma biçimi oluşturamaması nedeniyle yaşayacağı değersizlik ve sevmeye layık olmama hislerine değinmiştir. Bu ikinci olası durumda bebek yetersizlik, değersizlik ve öfke hislerini duyumsar ve olası depresyon beklenir hale gelir (Çalışır, 2009).

Kişiler arası kuram da diğer kuramlar gibi depresyonu kendi perspektifinden açıklamıştır. Bu kuramda depresyonla birlikte bireylerin diğer rahatsızlıklarının da görülmesi kişinin kişiler arası sıkıntılara yol açabileceğine değinilmiştir. Başka bir rahatsızlık ile depresyonun birlikte işleme hali kişide yalnızlık, izole olma, boşluk hisleri, terk edilme korkusu, öfke ve nefret gibi bir çok olumsuz duygu durumunun ortaya çıkmasına neden olacaktır (Beatson ve Rao, 2012).

2.2.3. Depresyonun belirtileri

Depresyonun belirtileri hemen hemen her çalışmada aynı olacak şekildedir.

A. Bu belirtiler kişinin önceki işlevselliğinden farklı bir değişimi temsil etmeli ve belirtilerden en az birinin depresif duygu durum ya da ilgi kaybı veya zevk alamama olması gerekir. Bu belirtiler en az iki hafta olmalı ve aşağıda açıklayacağımız belirtilerden en az beş tanesini taşımaktadır.

1. Hemen her gün gün boyu süren depresif duygu durum
2. Hemen her gün ve gün boyu süren etkinliklere ilgide azalma ve eskisi kadar zevk alamama.
3. Diyet yapmazken önemli derecede kilo kaybı ya da kilo alımı ya da hemen her gün devam eden iştahta belirgin azalma ya da artma.
4. Uykusuzluk ya da aşırı uyuma.

5. Başkalarının gözlenebilir olan bir psikomotor retardasyon ya da ajitasyonun olması

6. Yorgunluk, bitkinlik ve enerji kaybının olması

7. Değersizlik, aşırı ya da uygun olmayan suçluluk duyguları

8. Düşünme ya da konsantrasyon veya karar verme güçlüğü

9. Yineleyici ölüm ve intihar düşünceleri

B. Bu semptomlar karışık tekrarlamının tanı ölçütlerini karşılamamaktadır.

C. Bu semptomlar madde kullanımına ya da genel tıbbi duruma bağlı değildir.

D. Yakın birinin ölümünü takip eden 2 aydan fazla süren semptomlar yas ile açıklanamaz. (Sarigül, 2014)

Depresyon belirtileri APA'nın açıklamasına göre iki türdür. Bunlardan biri psikomotor belirtiler bir diğeri ise bedensel belirtilerdir.

2.2.4. Depresyonun nedenleri

Depresyonu etkileyen, depresyona neden olabilecek birçok faktör bulunmaktadır. Depresyon kişinin doğumundan itibaren aile genlerinden aktararak gelebilir bu *biyolojik nedendir*. Geçmişte aile öyküsünde depresyona sahip olan bireylerde depresyon görülme olasılığı artmaktadır. Aile öyküsünde depresyonun bulunması depresyon için bir risk faktörüdür.

Depresyona neden olan bir diğer etmen ise *fizyolojik nedenler*dir. Depresyon vücuttaki hormon dengesi ile doğrudan ilişkilidir. Depresyonun oluşmasında etkili olan vücut hormon düzeni ve sinir sisteminin işleyiş biçimidir. Bu iki faktör depresyonu doğrudan etkilemektedir.

Depresyonda etkili olan bir diğer neden ise *bilişsel nedenler*dir. Kişinin yaşadığı olaylar karşısında kurduğu neden sonuç ilişkisi kişinin bilişinde nasıl yer aldığı depresyon için oldukça önemlidir. Kişinin kendisine yönelik algı biçimi ve olumsuz düşünme şekli depresyona neden olabilecek durumlardandır. Olumsuz düşünme eğilimi yüksek olan bir kişi olumlu olayları olumsuz sonuçlara bağlama eğilimindedir. Aynı zamanda olumsuz olayların sonuçlarını da oldukça sağlam nedenlere bağlayabilme yetisindedir. Bu da kişide karamsarlığa umutsuzluğa yol açmaya devam etmektedir. Bu tarz işlevsel olmayan tutumlar ise kişide kendisine olan

değersizlik algısını arttıracaktır. Depresyondaki bilişsel süreç sürekli olarak bir döngü halinde kişiyi takip etmektedir.

İnsan doğumundan itibaren sosyalliğe ihtiyaç duyan bir sosyal varlıktır. Bundan dolayıdır ki *sosyal nedenler* de birçok durumu etkilediği gibi depresyonu da etkileyebilir. Toplumda yapılan olumsuz olaylar kişilerde depresyon için sosyal bir neden olabilir. Terör saldırıları bu durum için güzel bir örnek niteliğindedir. Toplumla ilgili zararlı etkenler kişiye çevreyle ya da kişisel alanla yansır. Depresyon vakalarına büyük şehirlerde sıkça karşılaşılmaktadır. Bunun nedeni araştırıldığında büyük kentlerde hayatını devam ettiren bireylerin sosyal ilişkilerinin zayıflamasından, ekonomik anlamda zorlanmasından ve hep daha fazlasını isteyerek kendi doyum eşiklerinin sürekli olarak yükselmesinden kaynaklanmaktadır (Tarhan, 2011).

2.3. Kaygı

2.3.1. Kaygı nedir?

Kaygı, bireyin herhangi bir uyarıcıyla karşılaştığında fiziksel, bilişsel ve duygusal olarak gösterdiği bir değişim durumudur (Taş, 2005).

Kaygı, bireyin gündelik yaşamını sürdüremeyecek stres seviyesi içinde olmasını ve bunun sonucunda tıbbi yardım talebinde bulunacak dereceye ulaşmasıdır (Malmo,1975).

Kaygı, evrensel bir durumdur ve gelecekte yaşanabilecek olan herhangi bir olayı düşünsel bir korku düzeyiyle beklemeyi içerir (Nemiah,1975).

Kaygı, kişinin düşünsel olarak yarattığı tehlike algısına eşlik eden huzursuzluk ve korku duygularıyla birlikte vücutta fiziksel olarak kalp atış hızında artış, terleme, vücudun kaslarında gerginlik, titreme gibi durumlarla kendini göstermektedir (Linn, 1975).

Kaygının temel özelliklerinden biri mantık dışı oluşudur. Bu durum akılcı davranışlara önem veren toplumlarda kişileri özellikle zorlamaktadır. Kaygı yaşayan kişiler için durum dayanılması daha da güç hali almaktadır. Bununla birlikte kişiye eşlik eden olumsuz duygudurum kişinin korkularıyla kendini hapsedmesine sebep olmaktadır (Şahin, 2019).

Zorlandığı bu duyguları hapseden birey, bu duygularla savaşması gerektiği zaman savaşmak istemez, kaçma davranışında bulunur ve her şey yolunda gidiyormuş

gibi davranır bu his ise aslında bireyde daha savunmasız hislere yol açmaktadır (Geçtan, 1981).

Kaygı oluşumunda en önemli faktörlerden biri çocukluk ve ergenlik yaşantısı olmaktadır. Çocukluk döneminde ebeveynin çocuğa göstermiş olduğu reddedici ebeveyn tutumu, ergenlikte ailenin ergene vermiş olduğu kişiliğine yönelik ağır cezalar, ebeveynin çocuk altını kirlettiğinde ve cinsel davranışlar gösterdiğinde olumsuz tepkilerle karşılaşması, anne ve babanın ilişkilerinde olumsuzlukları çocuğa yansıtması, çocuğun toplumsallaşma çabalarında olumsuz deneyimler yaşaması kaygı oluşumunda önemli faktörler olarak karşımıza çıkmaktadır (Geçtan,1984).

2.3.2. Korku ve kaygının ayrımı

Kaygı ve korku gündelik dilde sürekli birbiri yerine kullanılmakta olsa da birbirlerinden çok farklı özellikler taşımaktadır. Korku, duyularla görülebilen, duyulabilen veya hissedilen belirgin bir tehditle bireyin karşılaşması durumudur. Kaygı ise çeşitli zamanlarda ve çeşitli bağlamlarda endişe durumunun ve eşlik eden endişe krizlerinin yarattığı bir durumdur. (Le Gall, 2012) Korku var olan bir nesne veya durumun korkusudur, korkunun var olan bir nesnesi vardır. Fakat kaygının var olan bir nesnesi olmamaktadır. (Mannoni,1992) Dolayısıyla korku ve kaygı arasındaki temel farkın ‘bir şeyin var olması’ olarak gösterilebilir.

Birtakım ruh sağlığı çalışanları kaygı ve korkunun arasında üç temel farklılık olduğunu öne sürmüşlerdir. Kaynağı, şiddet derecesi ve süresi kaygı ve korkuyu birbirinden ayıran üç temel faktör olmaktadır. Kaygının nereden doğduğu bilinmez ama korkunun nesnesi bilinmektedir, Kaygı uzun süreler boyu kişiyi etkilerken korku daha az sürmektedir. Kaygıya verilen tepkiler çok fazla şiddetini göstermezken korkuya verilen tepkiler çok şiddetli olabilmektedir (Cüceloğlu, 2006).

2.3.3. Kaygı türleri

2.3.3.1. Durumluk kaygı

Durumluk kaygı, çevrenin kişide yaratmış olduğu stresten meydana gelen, çevredeki kişilerce de sebebinin anlaşıldığı geçici bir kaygı yaşama hali olarak tanımlanabilmektedir (Öner, 1998).

Durumluk kaygı, birey için istenmedik bir durumla karşı karşıya kalındığında bireyde ortaya çıkan kaygı hali olarak da tanımlanmaktadır (Gökçe ve Dündar, 2008).

Canlı veya cansız her birey korku dolu bir nesne ile karşılaştığında kaygı duymaktadır. Tehlikeli ve korku dolu durumla karşılaşıldığında yaşanan tedirginlik ve korku hali normal kaygı olarak kabul edilmektedir. Bu duruma durumluk kaygı adı verilmektedir. Sıkıntı ve stresin yükseldiği ortam ve zamanlarda durumluk kaygı düzeyinde artış, sıkıntı ve stres ortadan kalktığına ise durumluk kaygı düzeyinde düşüş görülmektedir (Yılmaz ve Koruç, 2012).

2.3.3.2. Sürekli kaygı

Bazı insanlar içsel olarak huzursuz duygudurumun eşlik ettiği bir mutsuzluk hali yaşamaktadırlar. Bu kaygı durumu dış çevrenin yaratmış olduğu bir tehdit mekanizmasından değil kişinin içsel sisteminden kaynaklanmaktadır (Yılmaz ve Koruç, 2012).

Bu tür insanlar her türlü durumdan hoşnutsuz olan, her an başına kötü bir şey gelecek endişesi yaşayan, kolaylıkla kırılabilen insanların özelliklerindedir. Kişinin yaşadığı çevre ve kişilerle bağdaşmayan, herhangi bir tehdit unsuruyla ilişkilendirilemeyen ve kişilerce sebebinin anlaşılamadığı kaygılar sürekli kaygı olarak adlandırılmaktadır (Öner ve Le Compte 1985).

Sürekli kaygı, fizyolojik ve somatik eğilim ve stres mekanizmasının bedende yarattığı rahatsızlığın daha az şiddette ve daha az kısa süreli etkili olmasıdır (Öktem, 1981, s.7).

2.3.4. Kaygı (Anksiyete) bozuklukları

2.3.4.1. Ayrılma kaygısı bozukluğu

Kişinin bağlanma figüründen veya annesinden ayrılacak olma durumu veya ayrılacak olma durumuna dair ihtimali düşünmesi sonucundan bile yoğun endişe duymasına ayrılma kaygısı denmektedir (Diriöz, 2010).

Yetişkinlikte de durum kişinin eş veya çocuğunun başına kötü bir şey geleceğine dair yoğun endişe duyması ile seyir eder. Bununla birlikte kişi evinden ayrılmak istemez, tek başına kalmaktan yoğun endişe duyar hatta bu durum olumsuz rüyalar görmelerine bile sebep olabilmektedir. Kişi, bağlanma gerçekleştiği kişiden uzak bir gün geçirmek zorunda kalıyorsa da sürekli olarak telefonla görüşme sağlamak ihtiyacında olmaktadır (Şahin,2019).

2.3.4.2. Seçici konuşmazlık (Mutizm)

Çocuk, eğer bulunduğu ortam kendisinde kaygı ve endişe durumları yaratıyor ise sessiz kalmayı yani konuşmamayı seçmektedir. Seçici konuşmazlık gösteren çocuklar evde tanıdık ve bilindik olan anne, baba ve kardeş figürleriyle iletişim kurabiliyorken, tanımadığı yetişkin bireylerle iletişim kurmayı reddetmektedir (Black,1996).

Bu tür çocuklarda iletişim daha çok jest ve mimik benzeri fiziksel hareketlerle sağlanmaktadır. Konuşmaları gereken ortamlarda da çok sessiz bir mırıldanma şeklinde konuşmaktadırlar. Çok fazla çekingenlik, toplu ortamlara girmek istememe, bakım veren birincil figüründen ayrılamama, yaşadığı öfke krizleri ve karşıt gelme davranışları da eşlik etmektedir (Dow, Sonies, Scheib, Moss ve Leonard, 1995).

2.3.4.3. Özgül fobi

Özgül fobide diğer korkulardan farklı olarak korku duyulan durum sınırlı ve belirli olmaktadır. Özgül fobide korku duyulan nesne ile karşılaşılmasa bile kişi o konu hakkında konuşulduğunda bile endişe yaşayabilmektedir. Fobik durumla karşılaşıldığında her birey farklı reaksiyonlar göstermekle birlikte genelde kalp çarpıntısı, nefes daralması, ateş basması, uyuşma gibi belirtilerle kendini göstermektedir (Taşkın, Tuğçe, Bülent & Çiçek).

2.3.4.4. Toplumsal kaygı bozukluğu (Sosyal fobi)

Toplum tarafından sosyal değerlendirme yaşama olasılığı bulunan ortamlarda kişinin sürekli olarak korku yaşaması ile eşlik eden bir bozukluktur. Bu kişiler toplum tarafından kabul görülmeyen aşağılayıcı etiketlemelere maruz kalmaktan yoğun bir kaygı duymaktadırlar. Bu kaygıyı yaşayan kişiler insanların önünde performans sergilemesi gereken yemek yemek, konuşmak, genel tuvaletleri kullanabilmek gibi bir eylem yapmaları gerektiğinde bu durumda yoğun bir kaygı yaşamaktadırlar (Şahin,2019).

2.3.4.5. Panik bozukluk

Panik atak zihinsel olarak kötü bir şey olacak düşüncesine yüksek derecede endişe ve korkunun eşlik ettiği bir bozukluktur. Kişi bu durumu yaşarken fiziksel olarak nefes almakta güçlük, titreme, mide bulantısı, uyuşma gibi belirtiler de yaşamaktadır. Kişi bunları yaşarken aynı zamanda zihinsel olarak delirmek gibi

durumlardan çok fazla korkmaktadır ve bu panik duygularının daha da artmasına sebep olmaktadır. Kişi, panik atak durumundayken zihni bazen gerçekliğini yitirip kendini ve çevreyi farklı algılamasına da sebep olabilmektedir (Tükel, 1997).

2.3.4.6. Agorafobi

Agorafobi yaşayan kişiler ihtiyaç duydukları anda kendilerine yardımcı olabilecek kişilerin onlara yardımcı olamayacağına dair yoğun düzeyde bir korku yaşamaktadırlar. Korktukları duruma maruz kaldıklarında yoğun endişe yaşamaktadırlar ve bundan dolayı kendilerine destek olacak bir kişi varlığına ihtiyaç duymaktadırlar. Tünel, market gibi kapalı alanlarda uzun süre bulunmak bu kişilerde yoğun kaygı yaratmaktadır (Şahin,2019).

2.3.5. Kaygı kuramları

2.3.5.1. Psikanalitik kuram

Psikanalitik kurama göre kaygıyı ele aldığımızda kaygı, bilinçli farkındalık düzeyimizde olmayan fakat kişinin bedenlen yaşadığı fizyolojik değişimlerle (terleme, çarpıntı, titreme, ateş basması) kişinin kanıtlanabilir semptomlarla saptayabildiği bir durumdur. Kaygının normal veya anormal değerlendirilmesinde temel prensip kaygının hangi durumdan kaynaklanıyor olduğuna bağlıdır. Freud herkesçe duyularla algılanıp çıkarsama yapılan ve aynı zamanda çevresel durumlardan kaynaklanan kaygıyı normal kaygı olarak kabul etmektedir. Kaygının miktarının oranı da dış çevreden gelen uyarının miktarına bağlı doğrusal ilerlemektedir. Uyarın, dış çevre odaklı da olduğu için çoğu birey bu durumu deneyimlemektedir. Kuram, diğer bir yorumlamasında ise kaygının bastırılmış olan cinsel dürtüler ve saldırgan dürtülerin de etkili olduğu kaygı türüne ‘nevrotik kaygı’ adını vermektedir (Başarır, 1990;s.26).

Bilinç düzeyinde olmayan bu dürtüler bilinç düzeyine geldiğinde kişi kendini suçlu hissetmektedir. Kişide bununla birlikte yansıtma ve savunma mekanizmaları ortaya çıkar (Türkçapar, 1999).

2.3.5.2. Davranışçı kuram

Davranışçı yaklaşım, kaygının birey tarafından öğrenildiğini öne sürmektedir. Koşullu uyarın olan olay veya durumlar bireyde koşulsuz tepkilere sebep olmaktadır (Özpoyraz, 1998).

Bu yaklaşım öğrenilmiş kaygı yaratan tüm içsel, dışsal etmenleri sağlayan tepki durumlarının yok edilmesiyle kaygının da yok edilebileceğini öne sürmüştür. Kaygı, koşullu ve koşulsuz uyarıların etkileşime geçmesiyle ortaya koşullu bir tepkinin çıkması olarak tanımlanmaktadır. Kişi, kaygı anlarında kendine kaygı veren kişi ve olay örüntüsünden uzaklaşırsa kaygı hissinden de uzaklaşabilmektedir (Sazak ve Ece, 2004).

Daly ve Miller' (1975) kaygının insanı bir dürtü sistemi olduğunu öne sürmüş ve kişinin ilk kez olumsuz bir duyguyla hissettiği acıyı eşleme yaptığını bunun kaygı örüntüsünü etkilediğini ve durumu genel bazda ele alarak tüm uyarıcılar için koşulladığını öne sürmektedir (Duman, 2008).

2.3.5.3. Varoluşçu yaklaşım

Varoluşçu yaklaşıma göre kaygının temel sebebi 'hiçlik' olmaktadır. Bebek, annenin karnında iken bir hiçlik halindedir. Bu durum varoluşçu yaklaşıma göre ölüm ile eşdeğer olmaktadır. Çünkü bebek de bir ölü gibi algılama ve yargılama yetisinden uzak olmaktadır. Bu hiç oluşun farkına varmak varoluşçuluğun temelini oluşturmaktadır. Birey bu farkındalık düzeyiyle farkında olduğu her şeyi düzenleyebileceği bilincine ulaşır. Kişi kendine atfettiği sorumluluk ile birlikte yaşamın anlamının da kişinin düşünce sisteminin elinde olduğunu öğretir. Bu durum kişiye özgürlük sağlamaktadır. Bu özgürlük durumu ise Sartre' e göre kaygı oluşumunun tanımıdır (Çetinay, 2017).

2.3.5.4. Bilişsel yaklaşım

Bilişsel kuramlar, kaygı ile ilgili koşullanmanın önemli bir faktör olduğunu söylemesiyle birlikte kişinin olayı yorumlama ve algılama biçiminin de kaygıda önemli faktör olduğunu öne sürmektedir. Kişinin olay ile ilgili nasıl düşündüğü, kişinin hem duygularını hem de davranışlarını şekillendirmektedir. Bununla birlikte kişide kaygı uyandıran asıl şey bir olay örüntüsü değil kişinin düşünce tarzı olmaktadır. Bu da kişinin yaşadığı geçmiş deneyimlere ve duygularına bağlı olmaktadır. Gün içinde her birey birçok durum yaşamaktadır. Bu olaylardan herhangi birine farklı bir tepkiyle yaklaşması kişinin yaratmış olduğu kaygı düzeneğine bağlı olmaktadır. Bilişsel yaklaşım kaygının devam etmesinin sebebi olarak bireyin zihnindeki kaygı şemasının devam ediyor olması olarak görmektedir. Bu kaygı

şemasını değiştirmenin en etkili yollarından biri de kişide davranışsal değişiklikler yaratmak olabilmektedir (Çetinay, 2017).

2.3.5.5. *Biyolojik yaklaşım*

Kaygıyı biyolojik yaklaşımla açıklamaya çalışmamız nörotransmitterler ile mümkün olmaktadır. Noradrenalin, serotonin gibi hormonların artışı kaygıya sebep olabilmektedir. Yapılan araştırmalar sodyum benzeri etki yapan maddeler bireye verildiğinde de bireyde yapay olarak kaygı düzey artışlarının sağlanabildiği görülmektedir. Yapılan bir diğer araştırmada da kaygının genetik olarak aktarılabildiği yönündedir (Fidanoğlu, 2005).

Anksiyete tetikleyen nörodavranışsal bir sistem Grey ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş ceza, ödül ve korku gibi kavramlarla açıklanmaya çalışılmıştır. Bu kavramlar davranışsal bir baskı sistemi ile uyarılmış dikkati arttırmaktadır. Kaygı ile savaşılan ilaçlar da bu bölgeden gelen yanıt sistemini baskılamaya çalışırlar. Yapılan birçok çalışma insan vücudundaki çoğu anatomik bölgenin anksiyeteye bağlı olduğunu bulmuşlardır. Özellikle insan vücudundaki duyuşsal uyarılar hipokampus alanına etki ederek entorhinal korteksi aktif hale getirmektedir (H.Ebert, vd, 2003).

2.4. Evlilik Doymu ve Depresyon İlişkisi

Yapılan araştırmaların birçoğunda görüldüğü üzere depresyonun evlilik doymu ile ilişkili olduğu görülmektedir. Buna bağlı olarak evlilik içinde yaşanan sorunların evlilik doymunu olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir ve bu ikisi birbiri ile bağlantılıdır (Dessaulles, Johnson ve Denton, 2003). Bu zamana kadar bu konu ile ilgili araştırmalar evlilik yaşamındaki uyumsuzluğun zamanla depresyon düzeyi üzerinde etkili olabileceği kanısındadır. 1998 de Kastro'nun yaptığı bir araştırmaya göre diğer yukarıda bahsettiğim bulgularla paralel olarak evlilik doymu ve depresyon arasında ilişki olduğudur. Bu bilgileri destekleyecek nitelikte literatürde birçok araştırma mevcuttur. Stanberg ve Harper in yaptığı bir araştırmada ise evlilik içinde yaşanan çatışmaların evlilik doymunu etkilediği ve düşen evlilik doymunun zamanla depresyonu etkilediği söylenmiştir (Sandberg ve Harper, 2000)

Evliliğin nasıl gerçekleştiğine bakılmaksızın evliliğin her bireyde psikolojik iyilik hali üzerinde etkili olduğu söylenmektedir. Burada severek evelenme veya görücü usulü evlenmenin etkili olmadığı evlilik hayatının önemli rol aldığı öne sürülmüştür (Yıldız ve Büyüksahin-Çevik, 2016). Bireyler hayatları boyunca kendi yaşam tarzları

içinde yaşamlarına devam ederler fakat bu bireylerin yaşamlarında gerçekleşen ev değişikliği ya da sevdiği bir insanın ölümü ya da evliliği paylaştığı kişiyle sürekli olarak çatışma yaşaması gibi etkenler de depresif hissetmeye oldukça etkilidir. (Türkçapar, 2018).

Birçok evlilikte sıkıntılar yaşanmaktadır. Yapılan bir başka araştırmaya göre ise evlilikte yaşanan stresler evliliğin içinde bulunan kişilerin depresyon puanlarını artırdığı yönündedir. Hatta bu iki kavramın birbiri ile direkt bağlantılı olduğu yapılan araştırmalarla kesinleştirilmiştir (Ozan, 2017)

Evlilik doyumu hakkında yapılan bir başka araştırma da ise psikolojik belirtiler ve stresle başa çıkma becerilerine bakılmıştır. Evlilik doyumu ile bu kavramlar arasında bir ilişki olduğu bulunmuştur (Yüksel,2013). Evlilik doyumunun düşük olduğu gözlemlenen bireylerde is daha fazla olumsuz duygusal tepkilerin verildiği gözlemlenmiştir. Buna bağlı olarak depresif duygu durumunun daha fazla olduğu saptanmıştır (Tutarel-Kışlak, Göztepe, 2017).

Kadınların ve erkeklerin ayrı ayrı incelendiği bir başka çalışmada evlilik doyumu düzeylerine bakılmıştır. Yapılan bu araştırmanın sonucunda ise kadınların evlilik doyumu testlerinden erkeklere oranla daha düşük puan aldığı gözlemlenmiştir. Bu kadınların evliliklerinden aldıkları doyumların erkeklerden daha az olduğunu bize göstermektedir (Terzioğlu, 2008). Depresyonla ilgili yapılan araştırmalarda ise yukarıda vermiş olduğum bilgileri destekleyecek bir durum daha gözlemlenmiştir. Kadınların depresyona girme olasılığının erkeklere oranla daha yüksek olmasıdır (Eroğlu, 2006)

Bu konuyla ilgili yapılan araştırmaların tümüne bakıldığında evlilik içinde yaşanan olumsuz durumların depresyonun seyri üzerinde ve depresyonun devamı üzerinde etkili olduğudur. Tüm bunlara dayanarak yapılan bir çalışmada evlilik doyumunu artırmanın depresyon puanında düşüşe neden olacağı hakkındadır (Düzgün, 2009). Tüm bu bilgiler doğrultusunda literatürde bakılabilecek kaynakların bu doğrultuda destekler nitelikte olduğudur.

Depresyon belirtilerini yaşayan bireylerde de evlilik doyumu olumsuz yönde etkilenmektedir (Nolen ve Hoeksama,1987). Evlilik doyumu ve psikiyatrik rahatsızlıkları araştıran bir başka araştırmada ise depreyonun evlilik doyumunu olumsuz etkilediği gözlemlenmiştir (Erdoğan, 2007)

2.5. Evlilik Doyumu ve Kaygı İlişkisi

Kaygı problemi kişilerin evliliklerini etkileyen bir etmendir. Evlilik yaşantılarını etkilediğini ortaya destekleyen araştırmalar mevcuttur.

Evlilikte çeşitli sebeplerden dolayı psikolojik rahatsızlıklar meydana çıkabilir. Bu sebeplerden bir kaç evlilik yaşantısından alınan doyum ya da eşlerin tek tek veya her ikisinin birden de sahip olduğu bir hastalık olabilir. Bu etkenler evli bireylerde psikolojik problemlerin oluşmasına neden olabilir. Tüm bunlara bakıldığında araştırmalarda geçen kaygı gibi bir etmenin evlilik alınan doyuma etkili olacağı bulunmuştur (Yıldız, 2018).

İnsanlar arasında sevgiyi, iletişimi, saygıyı bozacak en önemli nedenlerin başında kaygı gelir. Bu sebeple evlilik doyumunun kaygıdan etkilendiği düşünülmektedir. Kaygı bilişsel becerileri ketleyen önemli bir etkendir (Madi, 2009). Yapılan başka bir araştırmaya göre stres altında uzun yıllar boyunca bulunan çiftlerin evliliklerinden aldıkları doyum ve ya yaşam kalitelerinden eşit oranda verim almadıkları görülmektedir (Canel, 2007)

İnsan yaşamı boyunca kaygıyı hayatında misafir etme sıklığı ve kaygının çeşidi bireyin yaşadığı durumlara göre değişmektedir. (Yelkenci, 2013; Öztürk, 2001). Sullivan'ın kaygı tanımlamasında, kaygının oluşumunda insanlar ile ilişkilerin önemini vurgulayarak temelinde başkaları karşısındaki başarısızlığın olduğuna değinmiştir (Dalkılıç, 2016). Dehle ve Weiss (2002) tarafından durumluluk kaygı ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemek için gerçekleştirdiği ve araştırma yaptığı kişi sayısını 45 evli bireyin oluşturduğu çalışma sonucunda bu araştırmaya katılan erkek bireylerin kaygı düzeylerindeki artışın evlilik doyumunu yordadığı saptanmıştır. Aynı çalışma kadınlar açısından ele alındığında ise erkeklerden farklı olarak kaygı halinin evlilik doyumuna ile ilişkili olup olmadığı bulunamamıştır. Baucom ve Epstein (1990) kaygının evlilik hayatını etkileyebilecek dört tane en önemli unsurdan biri olduğunu söylemiştir. Kaygı evlilik sürecinde çiftler arasında problem olabilecek nitelikte bir etkendir. (Atintaş, 2015).

Yapılan bir araştırmada evlilik doyumuna ve psikopatoloji arasında ilişkiye bakılmıştır. Evlilik doyumuna göre kişinin kaygı ve depresyon seviyesinde değişiklikler gözlemlenirken eşinde depresyonu yordadığı gözlemlenmiştir (Whisman,2004). Bu araştırmanın sonucuna göre evlilik doyumunda depresyonun

etkisinin daha fazla olduğu gözlemlenmiştir. Depresyonda olan bir birey kendisini etkilerken aynı zamanda partnerini de etkilemektedir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE TEKNİKLER

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma 18 yaş üzeri evli kadınlarda evlilik doyumu ile depresyon ve kaygı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 'ilişkisel tarama modeli' ne uygun olarak hazırlanmıştır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırma nicel ölçümlerle gerçekleştirilen betimleyici bir çalışmadır. İstanbul ve Kayseri'de yaşayan 18 yaş üzerinde evli kadınlara gönüllülük ilkesine göre ulaşılmıştır. Toplamda 324 örneklem ile çalışılmıştır. Seçimler gelişigüzel oluşturulmuştur. Katılım gösteren her kadına 3 farklı ölçek ve sosyo-demografik bilgi formu uygulanmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında, seçkisiz örneklem oluşturularak ve katılımcıların araştırmaya katılımlarının onaylanması ile anket çalışması yürütülmüştür. Araştırmacı tarafından belirlenen ve katılımcılara uygulanan veri ölçüm araçları aşağıdaki gibidir:

3.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Çalışması yapılan sosyo-demografik değişkenler; 18 yaş üzeri evli kadınların yaşı, eğitim düzeyi, mesleği, çalıştığı yer, aylık geliri, evlilik süresi, çocuk sayısı, evlilik biçimi, evlenmeden önceki tanışıklık süresi ve kaçınıcı evlilikleri olduğu sorulmuştur. Sosyo-demografik bilgi formu araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

3.3.2. Beck depresyon ölçeği

Beck Depresyon Envanteri (Cronbach alfa değeri = 0.90), Beck tarafından 1961 yılında depresyonun şiddetini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Envanterin, Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Hisli tarafından 1989 yılında yapılmıştır. Beck ve arkadaşlarının 1978 yılında geliştirmiş olduğu Beck Depresyon Envanteri, kişilerin depresyon sırasında görülen bilişsel, duygusal ve vejetatif belirtilerini ölçer.

Toplam yirmi bir maddeden oluşmuştur ve dörtlü likert tipindedir. Maddeler 0=Depresyonla ilgili olumlu ifadeler, 3=Depresyonla ilgili olumsuz ifadeler şeklinde

belirlenmiştir. Ölçekten alınan puanlar 0 ile 63 puan arasında değişmiş ve 17 ile üzerinde olan puanlar depresyon varlığını belirtmiştir (Hisli, 1988; 1989).

BDE'nin güvenilirlik çalışma sonuçlarında iç tutarlılık katsayısı 0.80, iki yarı güvenilirliği ise 0.74 olarak bulunmuştur. Ölçek, toplam 21 sorudan oluşmaktadır. Her bir madde 0-3 arasında puanların toplanması ile değerlendirilmiştir. Ölçülen depresyon belirtisinin yokluğu 0 puan, belirtinin şiddetinin en fazla olduğu seviye ise 3 puandır. Toplam puan aralığı 0-63 arasında değişmektedir. Ölçekten 17 ve üzerinde alınan puanlar depresyon varlığını belirtmektedir (Hisli, 1988; 1989).

3.3.3. Beck kaygı ölçeği

Yetişkinlerin kaygı düzeyini ve şiddet değişimini ölçmek üzere Beck ve arkadaşları tarafından (1988) geliştirilen, yirmi bir maddeden oluşan ve 0-3 arası puanlanan likert tipi kendini değerlendirme ölçeği, Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından Türkçe standardizasyonu yapılmış Beck kaygı ölçeği kullanılmıştır.

3.3.4. Evlilik yaşamı ölçeği

Evli bireylerin evlilikten aldıkları doyumunu değerlendirmek amacıyla Tezer (1986) tarafından geliştirilmiş ve Tezer (1996) tarafından geçerliliği ve güvenilirliği yapılan On sorudan oluşan ölçek beşli likert tipi 5'li bir ölçektir. Ölçek, evli bireylerin evlilik ilişkisinde sağladıkları genel doyumunu ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte her bir maddeye verilecek yanıt "Kesinlikle Katılmıyorum" ile "Kesinlikle Katılıyorum" arasındaki seçeneklerden oluşmuştur. Araştırmaya katılan katılımcıların evlilik doyumunu seviyesini ölçmek amacıyla kullanılmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Çalışmada istatistiksel programlardan olan SPSS v26.0 kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan testler: Normallik testi (Kolomogorov Smirnov), Tanımlayıcı istatistikler (frekans analizi, betimsel istatistikler), Bağımsız grup karşılaştırması (Bağımsız örneklem t testi, One-Way ANOVA), Pearson Korelasyon analizi, Güvenilirlik analizi (Cronbach's alpha)

Verilerin analizinde,

Normallik testi (Kolomogorov Smirnov), tanımlayıcı istatistikler (frekans analizi, betimsel istatistikler), Bağımsız grup karşılaştırması (Bağımsız örneklem t testi, One-Way ANOVA), Pearson Korelasyon analizi, Güvenilirlik analizi

(Cronbach's alpha) nden faydalanılmıştır. Çalışmada istatistiksel programlardan olan SPSS v26.0 kullanılmıştır.

Verilerin çözümlenmesinde frekans, yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma, minimum, maksimum gibi tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır. Verilerin analizinde normallik dağılım testlerinden Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmış olup analiz sonucunda normallik varsayımları sağlandığından parametrik testlerden faydalanılmıştır. Bağımsız 2 grubun ortalamaları karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi, 2'den fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında One-way ANOVA testi sonucu kullanılmıştır. ANOVA testi için varyans homojenliği için Levene testi ve grup farklılıkları için ise varyans homojenliği sağlanıyorsa ($p \geq 0.05$) Tukey HSD, varyans homojenliği sağlanmıyorsa ($p < 0.05$) Tamhane çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır. Ölçeklerin ilişki analizinde Pearson korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeklerin güvenilirlik analizinde Cronbach's alpha katsayısı kullanılmıştır. Tüm test sonuçları 0.05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde katılımcılardan Evlilik Yaşam Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği, Beck Kaygı Ölçeği kullanılarak toplanan verilerin analiz edilmesi neticesinde elde edilen bulgular ve bu bulguların yer aldığı tablolar, elde edilen bulgulara temel alarak yapılan açıklamalar ve değişkenlerin birbirleriyle karşılaştırılmaları sonucu ortaya çıkan anlamlı ya da anlamsız benzerlik ya da farklılık kaynaklı yorumlar bulunmaktadır.

Tablo 1: Sosyo-Demografik Özelliklerin Dağılımı

		n	%
Yaşanılan yer	İstanbul	157	48,5
	Kayseri	167	51,5
Yaş	19-29 arası	85	26,2
	30 - 39 arası	163	50,3
	40 ve üzeri	76	23,5
Eğitim Düzeyi	Okur-yazar	5	1,5
	İlköğretim	85	26,2
	Lise	95	29,3
	Üniversite	129	39,8
	Yüksek lisans ve üzeri	10	3,1
Çalışılan yer	Devlet memuru	46	14,2
	Özel sektör	53	16,4
	Serbest çalışma	20	6,2

	Çalışmıyor	205	63,3
Aylık gelir	1.000 TL altı	52	16,1
	1.001-4.000 TL arasında	153	47,2
	4.000 TL ve üzeri	119	36,7
Evlilik süresi	0-3 yıl	51	16
	4 - 9 yıl	95	29,9
	10 - 15 yıl	74	23,3
	16 yıl ve üzeri	98	30,8
Çocuk durumu	Yok	43	13,3
	Var	281	86,7
Çocuk sayısı	1	83	29,5
	2	115	40,9
	3	59	21,0
	4 ve üzeri	24	8,5
Evlilik türü	Görücü usulü	115	35,5
	Anlaşarak	201	62,0
	Diğer	8	2,5
Eşile tanışıklık süresi	0-1 yıl	92	32,3
	1-3 yıl	113	39,6
	4 ve üzeri	80	28,1
Evlilik sayısı	İlk evlilik	313	96,6

	2. evlilik	11	3,4
Toplam		324	100,0

Araştırmaya katılan kişilerin %48,5'inin İstanbul'da, %51,5'inin Kayseri'de yaşadığı; kişilerin %26,2'sinin 19-29 yaş arasında, %50,3'ünün 30-39 yaş arasında ve %23,5'inin ise 40 yaş üzerinde olduğu; %26,2'sinin ilköğretim, %29,3'ünün lise, %39,8'inin üniversite ve %3,1'inin ise yüksek lisans ve üzerinde eğitilmiş olduğu görülmektedir.

Kişilerin %14,2'sinin devlet memuru olarak çalıştığı, %16,4'ünün özel sektörde çalıştığı, %6,2'sinin serbest çalıştığı bununla birlikte %63,3'ünün ise bir yerde çalışmadığı; aylık gelir düzeyleri değerlendirildiğinde %16,1'inin 1.000 TL altında geliri olduğu, %47,2'sinin 1.001-4.000 TL arasında aylık geliri olduğu ve %36,7'sinin ise 4.000 TL üzerinde aylık geliri olduğu görülmektedir.

Kişilerin %16'sının evlilik süresinin 0-3 yıl arasında, %29,9'unun 4-9 yıl arasında, %23,3'ünün 10-15 yıl arasında ve %30,8'inin ise evlilik süresinin 16 yıl ve üzerinde olduğu; %86,7'sinin çocuğu olduğu ve çocuğu olan kişilerin %29,5'inin 1 çocuğu, %40,9'unun 2 çocuğu, %21'inin 3 çocuğu ve %8,5'inin ise 4 ve üzerinde çocukları olduğu görülmektedir.

Kişilerin %35,5'inin görücü usulüyle, %62'sinin anlaşarak ve %2,5'inin ise diğer şekillerde evlendikleri; %32,3'ünün evlenmeden önce 0-1 yıl arasında tanıştıkları, %39,6'sının 1-3 yıl arasında ve %28,1'inin ise 4 yıl ve üzerinde tanıştıkları; %96,6'sının ilk evliliği olduğu görülmektedir.

Tablo 2: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçeklerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler

	N	\bar{X}	SS	Minimum	Maximum
Evlilik Yaşamı	324	33,70	8,22	14	50
Anksiyete	324	37,35	13,84	21	84
Depresyon	324	14,54	11,29	0	50

Araştırmada kişilerin evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ölçek puanlarına ait tanımlayıcı istatistikleri değerlendirildiğinde, evlilik yaşamı ortalama puanı 33.70 (SS: 8.22), Beck anksiyete ortalama puanı 37.35 (SS: 13.84) ve Beck depresyon ortalama puanı 14.54 (SS: 11.29) olarak görülmektedir.

Tablo 3: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon lek Puanlarının Normallik Dağılım Analizi

	Kolmogorov-Smirnov			Skewness (arpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
	Test istatistiği	Sd.	p		
Evlilik Yaşamı	0,103	324	0,000	-0,400	-0,629
Anksiyete	0,119	324	0,000	0,936	0,146
Depresyon	0,099	324	0,000	0,854	0,176

Araştırmada kişilerin evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ölçek puanlarına ait normallik dağılımı Kolmogorov Smirnov testi ile değerlendirildiğinde; veriler normal dağılım göstermemiştir ($p < 0.05$). Ancak puanların normal dağılım göstermemesine rağmen normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve arpıklık değerlerinin ± 2 arasında olmasından dolayı evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon puanlarına ait verilerin normal dağıldığı kabul edilmiştir.

Tablo 4: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Yaşanılan Yere Göre Karşılaştırılması

	Yaşanılan yer				t	p
	İstanbul (n=157)		Kayseri (n=167)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik Yaşamı	35,05	7,68	32,44	8,52	2,895	0,004**
Anksiyete	34,81	12,88	39,73	14,33	-3,245	0,001***
Depresyon	11,27	9,35	17,60	12,09	-5,291	0,000***

Bağımsız örneklem t testi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin yaşadıkları yere göre bağımsız örneklem t testi ile değerlendirildiğinde, İstanbul'da yaşayan kişilerin evlilik yaşamı ortalama puanı (\bar{X} : 35.05, SS : 7.68) anlamlı olarak Kayseri'de yaşayan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t (322): 2.895, $p \leq 0.01$).

Kayseri'de yaşayan kişilerin Beck anksiyete ortalama puanı (\bar{X} : 39.73, SS : 14.33) anlamlı olarak İstanbul'da yaşayan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t (322): -3,245, $p \leq 0.001$).

Kayseri'de yaşayan kişilerin Beck depresyon ortalama puanı (\bar{X} : 17.60, SS : 12.09) anlamlı olarak İstanbul'da yaşayan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t (322): -5,291, $p \leq 0.001$).

Tablo 5: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

	Yaş						F	P
	19-29arası (n=85)		30-39arası (n=163)		40 ve üzeri (n=76)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik Yaşamı	34,78	8,71	33,89	8,08	32,11	7,80	2,220	0,110
Anksiyete	35,85	13,56	36,80	13,52	40,18	14,60	2,238	0,108
Depresyon	14,42	12,67	13,98	10,58	15,87	11,15	0,734	0,481

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin yaş gruplarına göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin yaş grupları arasında anlamlı farklılık göstermemektedir ($p > 0.05$).

Tablo 6: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Eğitim Düzeylerine Göre Karşılaştırılması

	Eğitim Düzeyi						F	P
	İlköğretim ve altı (n=90)		Lise (n=95)		Üniversite ve üzeri (n=139)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik Yaşamı	30,93	7,31	33,38	8,60	35,72	8,00	9,982	0,000***
Anksiyete	42,23	15,96	38,46	14,17	33,42	10,75	12,323	0,000***

Depresyon 18,90 12,28 15,95 10,83 10,75 9,63 16,799 0,000***

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin eğitim düzeylerine göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, evlilik yaşamı ortalama puanı kişilerin eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(2, 321): 9.982, $p \leq 0.001$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi eğitim düzeyi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, eğitim düzeyi üniversite ve üzerinde olan kişilerin evlilik yaşamı ortalama puanı (\bar{X} : 35.72, SS : 8.00) anlamlı olarak eğitim düzeyi ilköğretim ve altında olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck anksiyete ortalama puanı kişilerin eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(2, 321): 12.323, $p \leq 0.001$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağılmadığı tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi eğitim düzeyi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane testi sonuçlarına göre, eğitim düzeyi ilköğretim ve altı (\bar{X} : 42.23, SS : 15.96) ve lise düzeyinde olan kişilerin Beck anksiyete ortalama puanı (\bar{X} : 38.46, SS : 14.17) anlamlı olarak eğitim düzeyi üniversite ve üzerinde olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck depresyon ortalama puanı kişilerin eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(2, 321): 16.799, $p \leq 0.001$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağılmadığı tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi eğitim düzeyi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane testi sonuçlarına göre, eğitim düzeyi ilköğretim ve altı (\bar{X} : 18.90, SS : 12.28) ve lise düzeyinde olan kişilerin Beck depresyon ortalama puanı (\bar{X} : 15.95, SS : 10.83) anlamlı olarak eğitim düzeyi üniversite ve üzerinde olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 7: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Eğitim Düzeylerine Göre Karşılaştırılması

	Çalışılan yer								F	p
	Devlet memuru (n=46)		Özel sektör (n=53)		Serbest çalışma (n=20)		Çalışmıyor (n=205)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik Yaşamı	33,96	10,25	35,70	7,54	32,45	9,44	33,25	7,71	1,422	0,236
Anksiyete	33,13	11,71	33,74	12,54	37,75	10,87	39,19	14,54	3,940	0,009**
Depresyon	10,17	10,37	9,62	8,07	15,50	11,06	16,69	11,60	8,775	0,000***

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin çalışılan yere göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, Beck anksiyete ortalama puanı kişilerin çalıştıkları yerlere göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(3, 320): 3.940, $p \leq 0.01$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağılmadığı tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi çalışma düzeyi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane testi sonuçlarına göre, çalışmayan kişilerin beck anksiyete ortalama puanı (\bar{X} : 39.19, SS: 14.54) anlamlı olarak devlet memurluğunda ve özel sektörde çalışan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck depresyon ortalama puanı kişilerin çalıştıkları yerlere göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(3, 320): 8.775, $p \leq 0.001$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağılmadığı tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi çalışma düzeyi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane testi sonuçlarına göre, çalışmayan kişilerin Beck

anksiyete ortalama puanı (\bar{X} : 16.69, SS : 11.60) anlamlı olarak devlet memurluğunda ve özel sektörde çalışan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Bununla birlikte evlilik yaşamı ortalama puanı kişilerin çalıştıkları yere göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0.05$).

Tablo 8: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Aylık Gelir Düzeylerine Göre Karşılaştırılması

	Aylık gelir						F	P
	1.000 TL altı (n=52)		1.001-4.000 TL arasında (n=153)		4000 TL ve üzeri (n=119)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik.Yaşamı	30,06	8,56	33,01	7,72	36,19	7,97	11,887	0,000***
Anksiyete	42,38	13,55	37,75	14,32	34,62	12,73	5,994	0,003**
Depresyon	20,94	14,03	14,78	10,09	11,42	10,22	13,994	0,000***

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, * $p\leq 0.05$, ** $p\leq 0.01$, *** $p\leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin aylık gelir düzeylerine göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, evlilik yaşamı ortalama puanı kişilerin aylık gelir düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F(2, 321): 11.887, p\leq 0.001$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi aylık gelir düzeyi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, aylık geliri 4000 TL üzerinde olan kişilerin evlilik yaşamı ortalama puanı (\bar{X} : 36.19, SS : 7.97) anlamlı olarak aylık geliri 1.000 TL altı ve 1.001-4.000 TL olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck anksiyete ortalama puanı kişilerin aylık gelir düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(2, 321): 5.994, $p \leq 0.01$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi aylık gelir düzeyi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, aylık geliri 1.000 TL altında olan kişilerin Beck anksiyete ortalama puanı (\bar{X} : 42.38, SS: 13.55) anlamlı olarak aylık geliri 4.000 TL üzerinde olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck depresyon ortalama puanı kişilerin aylık gelir düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(2, 321): 13.994, $p \leq 0.01$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağılmadığı tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi aylık gelir düzeyi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane testi sonuçlarına göre, aylık geliri 1.000 TL altında olan kişilerin Beck depresyon ortalama puanı (\bar{X} : 20.94, SS: 14.03) anlamlı olarak aylık geliri 1.001-4.000 TL arasında ve aylık geliri 4.000 TL üzerinde olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 9: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Evlilik Süresine Göre Karşılaştırılması

	Evlilik süresi								F	p
	0-3yıl (n=51)		4 - 9 yıl (n=95)		10 - 15 yıl (n=74)		16 yıl ve üzeri (n=98)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik Yaşamı	37,29	7,99	34,32	8,09	32,91	8,57	32,04	7,32	5,310	0,001** *
Anksiyete	32,75	10,78	36,69	13,25	36,23	12,03	41,67	16,17	5,463	0,001** *
Depresyon	10,00	10,17	14,80	11,96	14,68	10,99	16,84	10,94	4,218	0,006**

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin evlilik süresine göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, evlilik yaşamı ortalama puanı kişilerin evlilik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F(3, 314): 5.310, p \leq 0.001$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi evlilik süresi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, evlilik süresi 0-3 yıl arasında olan kişilerin evlilik yaşamı ortalama puanı ($\bar{X}: 37.29, SS: 7.99$) anlamlı olarak evlilik süresi 10-15 yıl ve 16 yıl ve üzerinde olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck anksiyete ortalama puanı kişilerin evlilik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F(3, 314): 5.463, p \leq 0.001$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi evlilik süresi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane testi sonuçlarına göre, evlilik süresi 16 yıl ve üzerinde olan kişilerin Beck anksiyete ortalama puanı ($\bar{X}: 41.67, SS: 16.17$) anlamlı olarak evlilik süresi 0-3 yıl arasında olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck depresyon ortalama puanı kişilerin evlilik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F(3, 314): 4.218, p \leq 0.01$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi evlilik süresi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, evlilik süresi 16 yıl ve üzerinde olan kişilerin Beck depresyon ortalama puanı ($\bar{X}: 16.84, SS: 10.94$) anlamlı olarak evlilik süresi 0-3 yıl arasında olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 10: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Çocuk Durumuna Göre Karşılaştırılması

	Çocuk durumu				t	p
	Yok (n=43)		Var (n=281)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik.Yaşamı	39,05	6,79	32,89	8,12	5,390	0,000***
Anksiyete	32,23	10,82	38,13	14,10	-2,624	0,009**
Depresyon	9,00	11,19	15,38	11,08	-3,515	0,001***

Bağımsız örneklem t testi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin çocuk durumlarına göre bağımsız örneklem t testi ile değerlendirildiğinde, çocuğu olmayan kişilerin evlilik yaşamı ortalama puanı (\bar{X} : 39.05, SS : 6.79) anlamlı olarak çocuğu olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t (322): 5.390, $p \leq 0.001$).

Çocuğu olan kişilerin Beck anksiyete ortalama puanı (\bar{X} : 38.13, SS : 14.10) anlamlı olarak çocuğu olmayan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t (322): -2.624, $p \leq 0.01$).

Çocuğu olan kişilerin Beck depresyon ortalama puanı (\bar{X} : 15.38, SS : 11.08) anlamlı olarak çocuğu olmayan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir (t (322): -3.515, $p \leq 0.01$).

Tablo 11: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması

	Çocuk sayısı								F	p
	1		2		3		4 ve			
	çocuk (n=83)		çocuk (n=115)		çocuk (n=59)		üzeri (n=24)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik Yaşamı	33,82	8,67	32,57	7,87	33,10	7,95	30,67	7,68	1,038	0,376
Anksiyete	35,59	12,35	36,97	13,21	42,05	15,12	42,79	18,55	3,650	0,013*
Depresyon	13,36	10,18	15,93	11,56	16,83	11,07	16,21	11,42	1,401	0,243

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin çocuk sayısına göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, Beck anksiyete ortalama puanı kişilerin çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(3, 277): 3.650, $p \leq 0.05$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağılmadığı tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi çocuk sayısı arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane testi sonuçlarına göre, 3 çocuğu olan kişilerin Beck anksiyete ortalama puanı (\bar{X} : 42.05, SS: 15.12) anlamlı olarak 1 çocuğu olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Bununla birlikte evlilik yaşamı ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin çocuk sayıları arasında anlamlı farklılık göstermemektedir ($p > 0.05$).

Tablo 12: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Evlilik Türüne Göre Karşılaştırılması

	Evlilik türü						F	p
	Görücü usulü (n=115)		Anlaşara k (n=201)		Diğer (n=8)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik Yaşamı	31,99	7,55	34,74	8,45	32,25	7,85	4,313	0,014*
Anksiyete	41,03	15,53	35,39	12,47	33,38	11,07	6,636	0,002**
Depresyon	17,54	11,26	12,90	11,12	12,50	6,95	6,529	0,002**

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin evlilik türüne göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, evlilik yaşamı ortalama puanı kişilerin evlilik türüne göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F(2, 321): 4.313, p \leq 0.05$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi evlilik türü arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, anlaşarak evlenen kişilerin evlilik yaşamı ortalama puanı ($\bar{X}: 34.74, SS: 8.45$) anlamlı olarak görücü usulü evlenen kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck anksiyete ortalama puanı kişilerin evlilik türüne göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F(2, 321): 6.636, p \leq 0.01$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağılmadığı tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi evlilik türü arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane testi sonuçlarına göre, görücü usulü evlenen kişilerin Beck anksiyete

ortalama puanı (\bar{X} :41.03,SS: 15.53) anlamlı olarak anlaşarak evlenen kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck depresyon ortalama puanı kişilerin evlilik türüne göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(2, 321): 6.539, $p \leq 0.01$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi evlilik türü arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, görücü usulü evlenen kişilerin Beck depresyon ortalama puanı (\bar{X} :17.54,SS: 11.26) anlamlı olarak anlaşarak evlenen kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 13: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Eş ile Tanışıklık Süresine Göre Karşılaştırılması

	Eşile tanışıklık süresi						F	p
	0-1 yıl (n=92)		1-3 yıl (n=113)		4 ve üzeri (n=80)			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik Yaşamı	31,92	8,09	33,67	8,33	36,71	7,26	7,851	0,000***
Anksiyete	38,82	14,52	38,27	14,03	33,55	11,75	3,872	0,022*
Depresyon	16,36	11,18	14,58	11,64	10,74	10,31	5,651	0,004**

Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) Analizi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin evlenmeden önce eş ile tanışıklık süresine göre tek yönlü varyans analizi testi ile değerlendirildiğinde, evlilik yaşamı ortalama puanı kişilerin evlenmeden önceki tanışma süresine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F(2, 282): 7.851, $p \leq 0.001$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş

ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi tanışma süresi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, evlenmeden önce 4 yıl ve üzerinde tanışıklığı olan kişilerin evlilik yaşamı ortalama puanı (\bar{X} : 36.71, SS : 7.26) anlamlı olarak evlenmeden önce 0-1 yıl ve 1-3 yıl arasında tanışıklığı olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck anksiyete ortalama puanı kişilerin evlenmeden önceki tanışma süresine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F(2, 282)$: 3.872, $p\leq 0.05$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağılmadığı tespit edilmiştir ($p<0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi tanışma süresi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tamhane testi sonuçlarına göre, evlenmeden önce 0-1 yıl (\bar{X} : 38.82, SS : 14.52) ve 1-3 yıl arasında tanışıklığı olan kişilerin Beck anksiyete ortalama puanı (\bar{X} : 38.27, SS : 14.03) anlamlı olarak evlenmeden önce 4 yıl ve üzerinde tanışıklığı olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Beck depresyon ortalama puanı kişilerin evlenmeden önceki tanışma süresine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F(2, 282)$: 5.651, $p\leq 0.01$). Grup varyanslarının homojenliği Levene testi ile test edilmiş ve varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Gruplar arası farklılığın hangi tanışma süresi arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, evlenmeden önce 0-1 yıl (\bar{X} : 16.36, SS : 11.18) ve 1-3 yıl arasında tanışıklığı olan kişilerin Beck depresyon ortalama puanı (\bar{X} : 14.58, SS : 11.64) anlamlı olarak evlenmeden önce 4 yıl ve üzerinde tanışıklığı olan kişilerin ortalama puanından yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 14: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçek Puanlarının Evlilik Sayısına Göre Karşılaştırılması

Evlilik sayısı			
1. evlilik (n=313)	2. evlilik (n=11)	t	p

	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Evlilik Yaşamı	33,65	8,23	35,18	8,12	-0,607	0,545
Anksiyete	37,26	13,95	39,91	10,47	-0,624	0,533
Depresyon	14,56	11,40	13,82	7,77	0,215	0,830

Bağımsız örneklem t testi, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin evlilik sayılarına göre bağımsız örneklem t testi ile değerlendirildiğinde evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ortalama puanları kişilerin evlilik sayılarına göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p > 0.05$).

Tablo 15: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçekleri Arasındaki Korelasyon Analizi

		Evlilik Yaşamı	Anksiyete	Depresyon
Evlilik Yaşamı	r	1		
	p			
Anksiyete	r	-.452**	1	
	p	.000		
Depresyon	r	-.636**	.669**	1
	p	.000	.000	

Pearson korelasyon, * $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$

Araştırmada evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon arasındaki ilişkiyi pearson korelasyon testi ile değerlendirildiğinde, evlilik yaşamı ile Beck anksiyete ($r: -0.452, p \leq 0.01$) arasında negatif yönde, normal düzeyde; beck depresyon ($r: -0.636, p \leq 0.01$) arasında ise negatif yönde, güçlü düzeyde ve anlamlı bir ilişki (korelasyon) vardır. Ayrıca Beck anksiyete ile Beck depresyon ($r: 0.669, p \leq 0.01$) arasında ise pozitif yönde, güçlü düzeyde ve anlamlı bir ilişki (korelasyon) vardır. Evlilik yaşamlarında kişilerin mutlulukları arttıkça, anksiyete ve depresyon düzeyleri azalma eğiliminde olacaktır.

Tablo 16: Evlilik Yaşamı, Beck Anksiyete ve Beck Depresyon Ölçeklerine Ait Güvenilirlik Analizi Sonuçları

	Cronbach's alpha	Madde sayısı
Evlilik Yaşamı	0,855	10
Anksiyete	0,936	21
Depresyon	0,922	21

Ölçekte kullanılan maddelerin tamamına ve faktörler bazında güvenilirlik analizi yöntemlerinden olan Cronbach's alfa yöntemi uygulanmıştır. Bu yöntem ölçekte yer alan soruların homojen bir yapı gösteren bir bütünü ifade edip etmediği araştırılır. Ölçekte yer alan soruların varyanslarının genel varyansa oranı ile bulunur. 0 ile 1 arasında değer alır. 0,60- 0,80 arası oldukça güvenilir, 0,80 - 1,00 arası yüksek güvenilirliktedir. Ayrıca ölçekte yer alan maddelerin korelasyonları 0,20'nin altında olmamasına dikkat edilir. Bu değerın altında yer alan maddeler güvenilirlik analizinde yer almaz.

Bu şekilde evlilik yaşamı, Beck anksiyete ve Beck depresyon ölçekleri için güvenilirlik analizi uyguladığımızda; minimum cronbach's alfa katsayısı 0.80'den yüksek olarak bulunmuştur. Sonuç olarak uyguladığımız bu ölçek ölçmek istediğimiz olguyu iyi bir şekilde ölçmektedir.

TARTIŞMA

Evlilik, bireylerin hayatlarındaki en önemli tecrübelerden biri olmaktadır (Hünler ve Gençöz, 2003). Kişilerin kurduğu yakın ilişkiler kişinin iyi olma halinde olmasının en büyük etkenlerinden biri olmaktadır. Bazı çiftleri bir yaşam kurmaya iten duygu ve düşünceler başka çiftlerde kişileri ayrılmaya itebilir. Bundan dolayı çalışmamızın da konusu olan evli kadınların psikolojik iyi olma veya kötü olma halleri araştırılırken değişkenlerin çeşitlendirilmesi evlilik kurumundaki kadın figürünü anlamamıza yardımcı olacaktır.

Araştırma sonucunda İstanbul'da yaşayan kadınların, evlilik yaşamı ölçeğinden çıkan puan Kayseri ilinde yaşayan kadınlardan daha yüksek çıkmıştır. Bunun sonucunda İstanbul'da yaşayan evli kadınların evliliklerinden Kayseri'de yaşayan evli kadınlara göre daha fazla doyum aldığı görülmektedir. Sonuca baktığımızda, Kayseri'de yapılan ölçeklerin daha çok Kayseri'nin ilçelerinde yaşayan bireylerin cevaplandırması sonucu kapalı toplumda yaşayan kadınların çoğunlukta olması olabilir. Küçük yerde yaşayan kadınların sosyalleşmeleri İstanbul gibi metropolde yaşayan kadınlara oranla daha zor olacağından ve sosyal aktivite olanakları daha kısıtlı olduğundan olduğu tahmin edilmektedir. Ankara'da yaşayan kadınlarla yapılan bir çalışmada da 15 yaş ve üzerindeki kadınların %20 oranındakaygı olabileceği düşünülmüş; çalışma imkanı olmayan ve sigara kullanımı olan kadınların daha fazla kaygı riskine sahip olabileceklere gözlemlenmişti (Budakıoğlu, Maral, Cosar, Biri, ve Bumin, 2005). Tüm bu sonuçlar dikkate alındığında kapalı toplumda yaşayan kadınlarda depresyon görülme olasılığının daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır.

Kayseri'de yaşayan evli kadınların Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçeklerinde aldıkları puan İstanbul'da yaşayan evli kadınlardan daha yüksek çıkmıştır. Kayseri'de sosyal alanda yaşayan kadınların daha monoton bir hayat sürüyor olmaları ve sosyal imkanlara erişimlerinin daha kısıtlı oluyor olması bu sonuca sebep olabilmektedir. Kayseri'de yaşayan evli kadınların evlilik doyumları daha düşük çıktığından dolayı depresyon ve kaygı puanları etkilenmiş olabilir. Evliliklerinden beklediği doyumunu alamayan kadınlar da depresyon ve kaygı daha sık görülmesi beklenmektedir. Kayahan ve arkadaşları 2003 yılında İzmir'de yaşayan 19 yaş üzerinde 49 yaşına kadar olan kadınlarda yapılan bir çalışmada Beck depresyon ölçeği ile kadınların depresyon düzeyleri ölçülmüştür ve kadınların yarısından fazlası depresif belirtiler yaşamaktadır. Trabzonda yapılan bir başka çalışmaya göre sağlık

ocağına başvuran kadınlarda %42 oranında depresif belirti sıklığı bulunmuştur. Erten (2008) de yapılan bir araştırmada ise kırsal bölgede yaşayan kadınlar şehirde yaşayan kadınlara oranla depresyon sıklığının daha az olduğu bulunmuştur.

Yapılan araştırmada Beck anksiyete, Beck depresyon ve evlilik yaşamı anket sonuçlarında yaşa göre anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

Çalışmamızda eğitim düzeyi ve evlilik doyumu arasında anlamlı bir fark çıkmıştır. Eğitim düzeyi üniversite ve üzeri oldukça kadınların evlilikten aldığı doyum ilkökul mezunlarına göre fazla çıkmıştır. Bunun sebebi olarak üniversite mezunu kadınların ilkökul mezunu kadınlara göre evlilik kurumu ile ilgili daha fazla duygu düzenleme becerisi ve farkındalık düzeyine sahip olmaları olabilmektedir. Bunun yansıması olarak eşleri ile daha kaliteli vakit geçiriyor olabilmektedirler. Bu bulgulardan farklı olarak Çelik (2006) ve Taşköprü (2013) evli insanların eğitim düzeylerinin ve araştırmamızın konusu olan evlilik doyumu ile anlamlı bir fark oluşturmadığını söylemiştir. Bu bulgu bizim çalışmamızla paralellik göstermemektedir.

Çalışmamızda, eğitim düzeyi üniversite ve üzeri olanlar eğitim düzeyi lise ve altı olanlara göre Beck depresyon ve Beck kaygı ölçeklerinde daha az puan almışlardır. Lise ve altı eğitim seviyesine sahip olan kadınlarda puanların yüksek çıkma sebebi çalışma durumlarındaki sınırlılık olabilir. Sosyal çevrede yeterli düzeyde arkadaşına sahip olmamış ve maddi gelirlerinin kişileri tatmin etmiyor oluşu olabilmektedir. Beck anksiyete ve Beck depresyon ölçeklerinden alınan puanlara bakıldığında çalışmayan kadınların devlet memurluğu ve özel sektörde çalışan kadınlara oranla daha yüksektir. Bunun sebebi ise kadının maddi olarak özgür hissetmesi ve çalışmakla beraber gelen sosyal çevre ve iletişim çokluğu olabilmektedir. Yapılan çalışmalarda da eğitim düzeyi daha aşağıda olan, sosyoekonomik açıda geride olan, para kazanabildiği bir işte çalışmayan ve evlilik içinde sorunlar yaşayıp eşiyile anlaşamayan kadınlarda da depresyon belirtilerinin daha fazla görüldüğü bulunmuştur (Çetin ve ark, 1999)

Yapılan çalışmada çalışma durumunun evlilik doyumu ile ilişkisi bulunmamaktadır. Literatürde yapılan çalışmalardan birinde çalışma durumunun evlilik doyumu ile bağlantılı bulunmadığı söylenmektedir (Demiray,2006). Yapılan bir başka araştırmada ise çalışan kadınların evliliklerinden aldıkları doyumun çalışmayan kadınlara oranla daha fazla olduğu bulunmuştur (Hasta,1996).

Yapılan araştırmada, evlilik doyumunun maddi gelirle ilişkili olduğu görülmektedir. Maddi gelir düzeyi arttıka evlilik doyumunun arttı görülmektedir. Bunun nedeni evliliklerde maddi kaygı yaşanmadığında bireylerin iletişimleri daha sağlıklı oluyor olabilmektedir. Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçekleri de maddi gelir düzeyi arttıka azalmaktadır. Maddi imkansızlıklar kadınlarda psikolojik sorunlara neden oluyor olabilmektedir. Hatipoğlu'nun (1993) yaptığı başka bir araştırmada ise bizim araştırmamızla benzer bir sonuç elde edilmiş ve gelir düzeyinin evlilikten alınan doyuma etkisi olduğu bulunmuştur. Buna benzer olarak yapılan başka bir alışma Aktürk (2006) tarafından araştırılmıştır ve evlilik doyumunu etkileyen faktörler içinde gelir düzeyinin olduğu bulunmuştur. Yine yapılan bir başka araştırmaya göre erkeklerin de kadınlara da artan maddi gelirle birlikte evlilikten aldığı doyumun arttığı gözlemlenmiştir (Şener,2002). Maddi gelirin yükselmesi, çiftlerin yaşamlarında daha rahat olmalarını sağlayacağı için evlilikten alınan doyumun arttığını gösteriyor olabilir.

Çalışmamızda, evlilikten alınan doyumun 3 yıl ve daha az evli olan kadınlarda daha fazla olduğu görülmektedir. Bunun nedeni ise evli çiftlerin birbirlerini yeni tanıyor olmaları ve alışma evresinde olmaları olduğu tahmin edilmektedir. Yeni tanımayla beraber birbirlerini daha çok dinliyor ve daha çok zaman ayırıyor olabilmektedirler. Daha uzun yıllar evli olan bireyler ise birbirlerinden daha fazla uzaklaşmış olabilirler aralarındaki sohbet ve iletişim giderek azalıyor olabilmektedir.

Bu araştırma doğrultusunda literatüre bakıldığında evlilik doyumunun evlilik süresi ile ilişkili olup olmadığını inceleyen araştırmalara saptanmıştır. Taşköprü'nn (2013) yaptığı araştırmaya göre evlilikte geçirilen süre uzadıka evlilikten alınan doyumun azaldığı yönündedir. Daha uzun süre evli kalan bireylerin evliliklerinden aldıkları doyum azalmaktadır. akır'ın (2008) yaptığı bir araştırmanın sonucu bireylerin evlilik sürelerine göre evlilik doyumlarında fark olduğu sonucuna ulaşmıştır. literatürde bakılan bir çok araştırma da evlilik süresi ve evlilik doyumunun ilişkili olabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmaların sonucu bizim araştırmamızla paralellik göstermekte evlilik süresi değişkeni ile evlilik doyumunu arasında ilişkinin olduğunu göstermektedir.

Çalışmamızda, Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçekleri puanları 16 yıl ve daha fazla evli kadınlarda anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Bunun sebebi evlilikten alınan doyumun azalması olabilmektedir. Uzun yıllar boyunca birlikte yaşanan eş ile

aynı tarz bir hayat sürmek kadınların ilişkilerinde monotonlaşma durumu yaratıyor olup duygu durumlarını etkiliyor olabilmektedir.

Çalışmamızda, çocuk sahibi olup olmama durumu ölçeklerde farklı sonuçları çıkarmıştır. Çocuğu olan kadınların evlilik doyumlari puanının çocuğu olmayan kadınlara göre daha az olduğu gözlemlenmektedir. Bunun sebebi çocuğun aile içine anneye babaya getirdiği sorumluluk duygusu olabilmektedir. Doğan çocukla beraber annenin ilgisi çocuğa yönelmiş olabilir bundan dolayı birbirlerinden iletişim anlamında kopmuş olabilirler. Bütün ilgi ve sevgilerini evli çiftler çocuklarına veriyor olduğu düşünülebilir. Bunun yanında toplumumuzda çocuk bakımı kadına bırakıldığı için kadın eşine yeterince vakit ayıramıyor olabilir, eşler anneye yardımcı olmadığında anne zorlanıyor olabilir, annenin çok fazla sorumluluk almasından dolayı evlilik doyumu düşmüş olabilir. Evliliğin başları evlilikten alınan doyumun en yüksek olduğu dönemdir bu aşamada bir çocuğa sahip olmak yanında fazlaca sorumluluk getirdiği için evlilikten alınabilecek doyum düşürmektedir. Sezer (2005), kadınların uyum düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelemiş ve kadınların sahip oldukları çocuk sayısı ile sosyal uyum ve kendini gerçekleştirme arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ifade etmiştir. Elde edilen bulgulara göre çocuk sayısı arttıkça kadınların uyum sağlamada daha çok zorlandıkları söylenebilir. Evlilik uyumunun çocuk sayısına bağlı olarak değişmediğine işaret eden çalışmalar (Hoffman ve Levant, 1985; Fışıloğlu,1992) da bulunmaktadır (Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002).

Çalışmamızda, Beck depresyon ve Beck kaygı ölçeklerine bakıldığında çocuğu olan kadınların olmayan kadınlara kıyasla daha fazla puan aldığı görülmektedir. Bunun nedeni çocuğun varlığı kadında sorumluluğa neden olması sonucu kadının bedensel olarak çok fazla yorulması bunun sonucu olarak kendine yeteri kadar zaman ayıramaması olabilmektedir. Çocuğun bakımında kendini yalnız hissetmesi ve eşinden gerekli desteği de alamıyor oluşu bu sonucu güçlendiriyor olabilmektedir. Eşinden destek alamayan kadın çocuklarıyla tek başına ilgilenmekte zorlanıyor ve bunun sonucunda yoruluyor olabilmektedir. Tüm bu çıkan sonuçların aksine literatürde çocuk sahibi olmanın depresyon puanını düşürdüğünü öne süren araştırmalar vardır. Çocuğu olan kadınların, olmayan kadınlara göre daha az yaşam stresine, daha az sağlık problemlerine (McDonough ve ark. 2002), daha yüksek yaşam doyumuna (McQuillan ve ark. 2007), daha yüksek yalnızlığa ve daha düşük depresyona (Koropecykj-Cox 2002) sahip oldukları bulunmuştur (Helbig ve ark. 2006).

Yapılan araştırmada Beck anksiyete puanının çocuk sayısı ile ilişkili olduğu çıkmıştır. Bunun nedeni ise artan çocuk miktarının annede yarattığı zorluk olabilmektedir. 3 ve daha fazla çocuğa sahip kadınlarda Beck anksiyete puanı çocuk sayısı 1 olan kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Bunun bir diğer nedeni ise çocuk sayısı arttıkça maddi gücün gerekliliği de artmaktadır. Aile bu noktada çocuğuna yeterli desteği veremeyeceğini düşünüyorsa anksiyete puanları artıyor olabilir. Kadının sorumlu olduğu çocuk sayısının artması kadının kendisine daha az zaman ayırmasına neden oluyor olabilir. Kendisi ile yeterli miktarda ilgilenemeyen kadında da anksiyete puanı artışı daha yüksek ihtimal olarak karşımıza çıkmış olabilmektedir.

Çalışmada, evlilik yaşamı puanına görücü usulü ve anlaşarak evlenmenin arasında ilişki var mıdır diye bakıldığında anlaşarak evlenen kadınların görücü usulü ile evlenen kadınlara oranla evlilik yaşamı ölçeğinde daha fazla puan aldığı görülmektedir. Bunun nedeni anlaşarak evlenen bireylerin birbirlerine sevgi bağlarının daha kuvvetli olmasından ve bireysel saygı kavramını sevgilerinden ötürü daha çok yaşatıyor olmaları olabilmektedir. Evlenmeden önce birbirleri ile görüşerek birbirlerini daha fazla tanımaları bu iyi oluş halini destekliyor olabilmektedir. Bu doğrultuda literatüre bakıldığında ise birbiri ile anlaşarak evlenen insanların evliliklerinden aldıkları doyumun, görücü usulü evlenen bireylere oranla daha fazla olduğu gözlemlenmiştir (İmamoğlu,1994). Bütün bu sonuçların aksinin çıktığı araştırmalar da mevcuttur. Yelsma ve Athappilliy'in 1988 yılında yaptığı bir araştırmanın sonucu görücü usulü evlenen bireylerin evlilik doyum puanlarının anlaşarak evlenen bireylere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Çalışmada, evlenmeden önce tanışıklık süresi evlilik doyum puanını yükselttiği görülmüştür. Evlenmeden önce tanışıklık süresi 4 yıl ve üzeri olan kadınlarda evlilik uyum ölçeği puanı tanışıklık süresi 4 yıldan az olana kadınlara oranla daha yüksektir. Bunun sebebi evlenen bireylerin evlenmeden önce birbirlerini daha fazla tanıma fırsatı olmaları ve evlendikten sonra kolayca birbirlerine uyum sağlayabiliyor olmaları olabilmektedir. Aynı zamanda yaptığımız araştırmada Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçekleri tanışıklık süresi 4 yıldan az olan kadınlarda daha yüksek puanlı çıkmıştır. Bunun sebebi birbirini daha az tanıyan insanların evlendikten sonra uyum sağlama süresinde zorlandıklarını gösteriyor olabilmektedir.

Çalışmada evlilik yaşamı anketi, Beck depresyon ve Beck kaygı ölçekleri ile evlilik sayısı arasında anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

Çalışmada, evlilik yaşamı ve Beck anksiyete arasında negatif yönde normal düzeyde ilişki olduğu gözlenmiştir. Yaşanan evlilikten alınan doyum arttıkça, anksiyete puanının azaldığı görülmektedir. Yapılan evlilikten alınan doyum azaldıkça anksiyete düzeyinin de arttığı görülmektedir. Bunun öngörülür sebebi olarak evliliğinde beklediği doyum alamayan kadın, psikolojik iyi olma halinden uzaklaşmakta ve yaşamındaki her tür kaygı yaratan durum ile baş etmekte zorlanmakta ve bunun sonucunda da kaygı problemini yaşıyor olabilmektedir. 3820 kişinin katılımcı olduğu geniş bir çalışma yapılmıştır. Avustralya’da yapılan bu çalışmada ilişkileri kötü olan kadınların depresyon ve kaygı seviyelerine bakılmıştır. İlişki verimliliği kötü olan kadınların ilişki kalitesi iyi olan kadınlara oranla daha fazla depresyon ve kaygı olduğu gözlemlenmiştir (Leach, Butterworth, Olesen ve Mackinnon, 2013). Bu yönüyle bu çalışma bizim çalışmamızı destekler niteliktedir.

Araştırmada, evlilik yaşamı ölçeği ile Beck depresyon ölçeği arasında negatif yönde güçlü bir ilişki bulunmuştur. Yaşanan evlilikten alınan doyum arttıkça depresyon puanı azalmaktadır. Yaşanan evlilikten alınan doyum azaldıkça kadında gözlemlenen depresyon puanı artmaktadır. Bununla beraber Beck depresyon ve Beck anksiyete arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Depresyona sahip olan kadın bireylerde kaygı görülme olasılığı daha sık olabilmektedir. Bu görüşlere paralel olarak literatüre baktığımızda depresif bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumun depresif olmayan bireylere oranla oldukça az olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur (Hisli, 1988). Bununla birlikte bu depresif duygu durumunun ilerlemesi evlilikten alınan doyum giderek azaltacağı da yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkmıştır (Düzgün, 2009).

Ayrıca Beck anksiyete ile Beck depresyon arasında ise pozitif yönde, güçlü düzeyde ve anlamlı bir ilişki vardır. Evlilik yaşamlarında kişilerin mutlulukları arttıkça, anksiyete ve depresyon düzeyleri azalma eğiliminde olacaktır. Kaygı ve depresyon genele bakıldığında çoğunlukla bir arada görülme sıklığı fazla olan ruhsal hastalıklardandır. Aydın’da yapılan bir araştırma sonucu evli kadınlarda depresyon ve kaygı belirtilerinin görülme oranının %35 civarı olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada evlilik kararı kendi dışında kişiler tarafından alınan kadınlar, gelir düzeylerinin oldukça düşük olduğu kadınlar ve aile içinde şiddet gören kadınlar olduğu bilinmektedir ve bu kadınlarda depresif belirtilerin ve kaygı belirtilerinin görüldüğü gözlemlenmiştir (Okyay, Atasoylu, Önde, Dereboy ve Beşer, 2012)

ÖNERİLER

Araştırma sonucunda elde edilen veriler değerlendirildiğinde ilk olarak İstanbul'da yaşayan kadınların, Kayseri'de yaşayan kadınlara göre daha fazla evlilik doyumu gösterdikleri görülmüştür. Bunun ilk sebebi olarak Kayseri'de yaşayan kadınların sosyal imkanlarının az oluşu, ikinci sebebi olarak da İstanbul gibi metropol şehirlerde evlilik ve aile kavramlarıyla ilgili düzenleme ve iletişim becerilerine daha kolay ulaşım olduğu düşünülmektedir. Kayseri ili Yahyalı ilçesini ele aldığımızda ilk olarak belediyelerce kadınların sosyalleşmesi için kadınlara yönelik sosyal etkinlikler düzenlenebilir. Topluma katılan kadın kendini daha çok ifade etmeye başlar ve bu da dolayısıyla iletişim becerisine yansımaktadır. Sosyalleşen kadının da depresyon ve kaygı yaşama düzeyi doğru orantılı olarak azalacaktır. Düşünülen ikinci sebepte iyileştirme çalışması için öneri olarak belediyelerce evlilik öncesi iletişim becerisi, evlilik uyumu, aile olmak ile ilgili eğitimler düzenlenip kişiler aile hakkında bilinçlendirilebilir.

Araştırmanın diğer bir bulgusunda eğitim düzeyi yüksek kadınların, eğitim düzeyi düşük kadınlara göre evlilik doyumu daha yüksek çıkmıştır. Kişisel gelişim, farkındalık ve duygu düzenleme becerileri eğitim seviyesi ile daha da artış göstermektedir. Bu gibi durumlar da kişiler arası iletişime dolayısıyla evliliğe de yansımaktadır. Evliliğe yansıyan bu olgu da kadının duygu durumunu doğrusal olarak etkilemektedir. Bundan ötürü eğitim sistemindeki bireyler devlet politikalarınca bilinçlendirilmeli yaş fark etmeksizin eğitim konusunda farkındalık yaratılmalıdır. Eğer bu sağlanamıyorsa kadınlar için belediyelerce çeşitli iş kolları yaratılıp kadının maddi gücü artırılabilir. Yapılan araştırmalar çalışan kadının iyi olma haline daha yakın olduğunu göstermektedir ve kişinin iyi olma hali dolayısıyla evlilik kurumuna da pozitif yönde etki gösterecektir. Diğer bir bulgumuzda çıkan maddi gelir artışının evlilik doyumunu arttırması olgusunu da kadının maddi olarak ev ekonomisine katkıda bulunacak olması güçlendirebilmektedir.

Çalışmamızda, evlilikten alınan doyumun 3 yıl ve daha az evli olan kadınlarda daha fazla olduğu görülmektedir. Bunun sebebi olarak belli bir süre sonra evlilik hayatında süregelen monotonlaşma durumu öngörülebilmektedir. Bununla ilgili çiftler, bakanlıklarca sağlanan psikolojik danışmanlık hizmetinin çift terapileri kısmından destek alınmaya teşvik edilebilirler.

Çalışmada, çocuğu olan kadınların evlilik doyumlari puanının çocuğu olmayan kadınlara göre daha az olduğu gözlemlenmektedir. Buna sebep olarak kadının kendinden daha fazla çocuklarına zaman ayırıp kendini göz ardı etmesi ile eşlik eden olumsuz duyguların evlilik hayatına da negatif yönde yansması düşünölmektedir. Çocuk bakımında eşin desteğini teşvik etmek adına ilçe belediyelerce baba-çocuk etkinlikleri oluşturulabilir.

Çalışmada anlaşarak evlenen kadınların görücü usulü ile evlenen kadınlara oranla evlilik yaşamı ölçeğinde daha fazla puan aldığı görölmektedir. Bunu pozitif yönde desteklemek adına halk görücü usulü evliliklerin zararları hakkında bilgilendirilebilir.

Evlilik yaşamlarında kişilerin mutlulukları arttıkça, anksiyete ve depresyon düzeyleri azalma eğiliminde olacaktır. Evlilik yaşamını çalışmamızda bahsettiğimiz birçok değişken faktör etkilemektedir. Bunlarda yapılan iyileştirme çalışmaları evlilik doyumuna pozitif yönde etki edecektir.

KAYNAKÇA

- Abbott, D.D., Brody, G. H., (1985) The Relation of Child Age, Gender and Number of Children to the Marital Adjustment of Wives, *Journal of Marriage and the Family*, 47, 77-84.
- Atıntaş, C. M. (2015). Eşi Alkol Bağımlısı olan ve Olmayan Kadınların Evlilik Uyumu: Aş Bağımlılık, Algılanan Güç, Depresyon, Anksiyete ve Stres Açısından Bir İnceleme. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Başarır, D.(1990). Ortaokul son sınıf öğrencilerinde sınav kaygısı, durumlu kaygısı, akademik başarı ve sınav başarısı arasındaki ilişkiler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Battal, A. (2008). Boşanma sebepleri bilimsel araştırma projesi uygulama sonuçları. Ankara: ADAG Yayınları. (Stack ve Eshleman 1998 ‘den Akt., Çakır, 2015: 22).
- Black, B. B. (1996). Social anxiety and selective mutism. American Psychiatric Press Review of Psychiatry. Washington, DC. American Psychiatric Association Press.
- Bradbury, T.N., Fincham, F.D. ve Beach, S.R. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and The Family*, 62, 964-980..
- Budak, S. (2017). Psikoloji sözlüğü (5. Basım). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burhanoğlu, S. (2016). Evlilik Uyumu ve Doyumu.
- Burton, R. (2018). Melankolinin kısa anatomisi. (ilk baskı. 1621) (A.K. Bilir, Çev.) İstanbul: maya kitap.
- Canel, A.N. (2007). Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü, İstanbul.
- Cüceloğlu, Doğan (2006). İnsan ve Davranışı. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Çağ, P. (2011). Evli bireylerde eş desteği ve evlilik doyumu (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çelik, F.H ve Hacıoğlu. Ç. (2016). Major depresif bozukluk tanımı, etyolojisi ve epidemiyolojisi: bir gözden geçirme. *Journal of Contemporary Medicine* 6(1) 51-66.
- Çelik, M. (2006). Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması. Yayınlanmamış. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.

- Çetinay Aydın, P. (2017). *Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği, Sağlık Bilimleri Üniversitesi İstanbul Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul, Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics. ;10(4):228-36*
- Dalkılıç, M. (2016). Otizmlı Çocuğu Olan Çiftlerin Evlilik Doyumu, Kaygı, İlişkisel Yılmazlık ve Psikolojik Yardım Alma Tutumlarının İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.
- Dessaulles, A., Johnson, S. M., & Denton, W. H. (2003). Emotion-focused therapy for couples in the treatment of depression: A pilot study. *The American Journal of Family Therapy*, 31(5), 345-353.
- Diriöz, M. (2010). Ayrılma kaygısı için yapılandırılmış klinik görüşme, çocukluk ve yetişkin ayrılma kaygısı ölçeklerinin geçerlilik ve güvenilirliği. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Dow, S. P., Sonies, B. B., Scheib, D., Moss, S. E., Leonard, H. L. (1995). Practical guidelines for the assessment and treatment of selective mutism. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 34, 836-845.
- Düzgün, G. (2009). Evli kişilerde depresyon, ilişkiye ilişkin inanç, kendini ayarlama düzeyinin evlilik uyumu ile ilişkisi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Düzgün, G. (2009). Evli kişilerde depresyon, ilişkiye ilişkin inanç, kendini ayarlama düzeyinin evlilik uyumu ile ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Erdoğan, S. (2007). Evlilik Uyumu İle Psikiyatrik Rahatsızlıklar, Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Uzmanlık Tezi. Ankara, Türkiye.
- Erdoğan, S. (2007). Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Gazi Üniversitesi/Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
- Erdoğan, S. (2007). Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Eroğlu, Ş. (2017). Evliliklerini 20 Yaş ve Altı Yapmış Kadınlar İle Evliliklerini 20 Yaş Üzerinde Yapmış Olan Kadınların Yaşam Doyumları, Evlilik Uyumları İle Cinsel Doyumları Açısından Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Freud, S. (1957). Mourning and melancholia. In J. Starchry (Eds.) *The standart edition of the complete psychological Works of Sigmound Freud*. 12, London Hogarth Press.
- Geçtan, E. (1981) *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Hür -Yayın.

- Geçtan, E. (1984) İnsan Olmak, İstanbul: Adam Yayıncılık.
- Gordon, K. C., Friedman, M. A., Miller, I. W., & Gaertner, L. (2005). Marital attributions as moderators of the marital discord–depression link. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(6), 876-893.
- Gökçe, T. ve DüNDAR, C., (2008). “Samsun Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi’nde Çalışan Hekim ve Hemşirelerde Şiddete Maruziyet Sıklığı ve Kaygı Düzeylerine Etkisi”, İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, S.15, C.1, ss.25-28.
- Gökmen, A. (2001). Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolcülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumumüzerindeki. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hatipoğlu, Z. (1993). Kadın ve erkeklerin evlilik doyumlarında evlilik çatışmasının ve bazı demografik değişkenlerin rolü. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Helbig S, Lampert T, Klose M, Jacobi F. (2006). Is parenthood associated with mental health? findings from an epidemiological community survey. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 41:889-896.
- Hortaçsu, N. (1997). İnsan ilişkileri. Ankara: İmge Kitabevi.
- Hünler. S.O.& Gençöz.T. (2003). Boyun Eğici Davranışlar ve Evlilik Doyumu ilişkisi:Algılanan Evlilik Problemleri Çözümünün Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*,18(1), 99-108.
- Kahveci, G. A. (2016). Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu, Evlilik Çatışma Biçimi ve Depresyon Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Kastro, R. M. (1998). Evlilik içi uyum ve depresyon: evlilik ilişkisinin niteliği ve eşlerde semptom oluşumu hakkında bir çalışma. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Kaya, B. ve Kaya, M. (2007), 1960’lardan günümüze depresyonun epidemiyolojisi, Tarihsel bir bakış. *Klinik psikiyatri dergisi*. 10(Supp:6). 3-10.
- Kışlak, Ş. T. ve Göztepe, I. (2012). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler, *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 3(2), 27- 46.
- Koropecyj-Cox T (2002) Beyond parental status: psychological well-being in middle and old age. *J Marriage Fam*, 64:957-971. Koropecyj-Cox T, Pienta AM, Brown TH (2007) Women of the 1950s and the “normative” life course: the implications of childlessness, fertility timing, and marital status for psychological well-being in late midlife. *Int J Aging Hum Dev*, 64:299-330.
- Köroğlu, E. (2004). Psikozoloji Tanımlayıcı Klinik Psikiyatri, Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

- Kronmüller, K. T., Backenstrass, M., Victor, D., Postelnicu, I., Schenkenbach, C., Joest, K. & Mundt, C. (2011). Quality of marital relationship and depression: Results of a 10-year prospective follow-up study. 128, 64-71.
- Le Gall, Andre (2012). Anksiyete ve Kaygı. İsmail Yergüz (Çev.). Ankara: Dost Yayınevi.
- Linn, L., "Diagnosis and Psychiatry: Symptoms of Psychiatric Disorders" Comprehensive Textbook of Psychiatry, ed. A.M.Freedman, H.I.Kaplan, B.J. Sadock, The Williams and Wilkins Co., Baltimore, 1975, vol.1
- Madi, B. (2009). Aşk ve beyin. İstanbul: GOA Yayınları.
- Malmo, R.B., "Motivation and Affective Arousal", Comprehensive Textbook of Psychiatry, Ed. A.M.Freedman, H.I.Kaplan, B.J. Sadock, The Williams and Wilkins Co., Baltimore, 1975, vol.1.
- Mannoni, Pierre (1992). Korku. Işın Gürbüz (Çev.). İstanbul: İletişim Yayınları.
- McDonough P., Walters V., Strohschein, L. (2002) Chronic stress and the social patterning of women's health in Canada. Soc Sci Med, 54:767-782.
- McQuillan, J., Torres Stone, RA., Greil, AL. (2007) Infertility and life satisfaction among women. J Fam Issues, 28:955-981.
- Michael P. Nichols (2013). 'Aile Terapisi, Kavramlar ve Yöntemler'' Okhan Gündüz, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Nemiah, J.C., "Anxiety Neurosis". Comprehensive Textbook of Psychiatry, Ed. A.M. Freedman, H.I. Kaplan, B.J. Sadock, The Williams and Wilkins Company, Baltimore, 1975, Vol.1
- Nolen-Hoeksema, S. (1987). Sex differences in unipolar depression: Evidence and theory. Psychological Bulletin, 101(2), 259-282.
- Ozan, A. G. (2017). Evli Çiftlerin Evlilik Uyumlarının ve Depresyon Düzeylerinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi. Arel Üniversitesi, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Öktem, Ö., Anksiyetenin öğrenme ve Hafızaya Etkisi, Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Psikiatri Kürsüsü, İstanbul, 1981.
- Öner, N. & Le Compte, A. (1998). Süreksiz durumluk sürekli kaygı envanteri el kitabı. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Öner, N. ve Le Compte, A. (1985). Süreksiz Durumluk / Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı (2. Baskı). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Öziş, G. (2016). Evlilik yaşam doyumunun algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü açısından incelenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 14-15.

- Öztürk, O. ve Uluşahin, A. (2008). Ruh sağlığı ve bozuklukları. Ankara: Tuna Matbaacılık.
- Rollins, B.C., & Feldman, H. (1970). Marital Satisfaction over the family life cycle. *Journal of Marriage and Family*, 32, 20-28. DOI: 10.2307/349967.
- Russell Chapin, L. A., Chapin, T. J. Ve Sattler, L.G. (2001). The relationship of conflict resolution styles and certain marital satisfaction factors to marital distress. *The Family Journal*, 9, 259-264.
- Sandberg, J. G., & Harper, J. M. (2000). In search of a marital distress model of depression in older marriages. *Aging & Mental Health*, 4(3), 210-222.
- Seligman, M. (2007). Gerçek mutluluk. (S. Kunt - Akbaş, Çev.) Ankara: HYB Yayıncılık.
- Şahin, M. (2019). Korku, Kaygı ve Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları . *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi* , 6 (10) , 117-135 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/asead/issue/50855/663245>
- Şahin, M. (2019). Korku, kaygı ve kaygı (anksiyete) bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117-135.
- Şener, A. (2002). Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Tasman, D. (2018). "Varoluşsal Kaygılar" . Başkent Üniversitesi, Psikoloji Bölümü. PiVOLKA, Temmuz 2018, Cilt: 8, Sayı: 28
- Taş, Y. Sınav Kaygısıyla Başa Çıkma. http://www.bilkent.edu.tr/~dos/ogdm/b_sinavkaygi.html (10.02.2005 tarihinde ziyaret edilmiştir).
- Taşkın Uyan, Tuğçe, Bülent Bahçeci, and Çiçek Hoccoğlu. "Gök Gürültüsü Korkusu 'Brontophobia': Bir Olgu Sunumu," *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi* , 2018
- Trudel, G., & Goldfarb, M. R. (2010). Marital and sexual functioning and dysfunctioning, depression and anxiety. *Sexologies*, 19(3), 137-142.
- Tutarel-Kışlak, Ş., & Göztepe, I. (2017). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2).
- Tuzcu, A. (2017). Evli bireylerde kişilik özelliklerinin evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerine etkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Tuzcu, A. (2017). Evli bireylerde kişilik özelliklerinin evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerine etkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

- Tuzcuoğlu, N. (1995). "Piskanaliz Kuramı ve Özellikleri". M. Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi. (7): 275-285.
- Tükel, R.(1997). "Panik Bozukluğu", Psikiyatri Dünyası, Sayı 1, s.12–17.
- Türkçapar, H. (1999). Sosyal Fobinin Psikolojik Kuramı. Klinik Psikiyatri, 28, 452-456.
- Türkçapar, M.H. (2018), Klinik Uygulamada Bilişsel Davranışçı Terapi- Depresyon, İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Whisman, M. A. (2001). Marital adjustment and outcome following treatments for depression. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 69(1), 125.
- Yelkenci, İ. (2013). Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Depresyon ile Anksiyete Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Yetkin, S. ve Özgen, F. (2007). Tarihsel bakış içinde depresyon. Türkiye klinikleri Journal of Internal Medical Science, 3(47), 1-5.
- Yıldız, M. A., & Büyükşahin-Çevik, G. (2016). Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 13(1), 227-242.
- Yıldız, Ö.Z. (2018). Evlilik doyumunun öncülleri ve sonuçları: depresyon, kaygı, erken dönem uyumsuz şemalar. Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Programı, İstanbul.
- Yılmaz, V. ve Koruç, Z., (2012). "Yarışma Performansından Önce ve Sonra Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki", <http://www.bilalcoban.com>, (08.02.2012).
- Yüksel, Ö. (2013). Kadınlarda Evlilik Uyumu ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Stresle Baş Etme Biçimleri ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Tutumlarının Aracı Rollerini.
- Zeytinoğlu, E. (2013). Evli bireylerin benlik saygısı, kıskançlık düzeyi, evlilikteki çatışmalar ve evlilik doyumunu arasındaki ilişkilerin incelenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Zeytinoğlu, E. (2013). Evli Bireylerin Benlik Saygısı, Kıskançlık Düzeyi, Evlilikteki Çatışmalar ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

EKLER

Kişisel Bilgi Formu

Bu çalışma dahilinde sizlere bir dizi anket uyguluyor olacağım. Bu anketleri cevaplandırırken lütfen, maddeleri ve cevap seçeneklerini dikkatlice okuyup, size en uygun olana karar veriniz. Lütfen tüm anketleri başlarındaki yönergelerde belirtildiği şekilde değerlendiriniz ve doldurunuz. Hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Bu anketlere vereceğiniz cevaplar yalnızca araştırmacı tarafından bilinecek ve gizli kalacaktır bu nedenle isminizi yazmanıza gerek yoktur. Lütfen, değerlendirmeleri eşinizden bağımsız olarak yapınız.

Katkılarınız için teşekkürler.

1) Cinsiyetiniz:

2) Yaşınız:

3) Eğitim Düzeyiniz:

a) Okur-yazar b) İlköğretim c) Lise d) Üniversite e) Yüksek lisans-doktora

4) Mesleğiniz:

5) Çalıştığınız yer:

a)Çalışmıyorum b)Özel sektörde çalışıyorum c)Devlet memuruyum d)Serbest çalışıyorum

6)Aylık geliriniz:

a) 1000 TL 'nin altında b) 1000 TL –4000 TL arasında c) 4000 TL ve üstü.

7) Kaç yıldır evlisiniz? :

8) Çocuğunuz var mı, varsa kaç tane:

a) Var, _____ tane b) Yok

9) Evlilik biçiminiz: a) Anlaşarak b) Görücü usulü c)Diğer, yazınız: _____

10) Eşinizle evlenmeden önceki tanışıklık süreniz:

11) Kaçınıcı evliliğiniz? :

12) yaşadığınız şehir? Kayseri/İstanbul

Evlilik Yaşamı Ölçeği

Prof. Dr. Esin Tezer

Aşağıda evlilik yaşamına ilişkin 10 cümle bulunmaktadır. Bu cümlelerden her birinin altında da "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum", "kararsızım", "katılıyorum" ve "kesinlikle katılıyorum" seçenekleri yer almaktadır. Her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin evlilik yaşamınıza uyan seçeneği çarpı (X) koyarak işaretleyiniz.

1. Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.

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

2. Evliliğimizdeki engellerin aşılamaz olduğunu düşünüyorum.

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

3. Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.

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

4. Evliliğimizde giderek eksilen heyecan beni rahatsız ediyor.

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

5. Evliliğimiz zaman zaman bana bir yük gibi geliyor.

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

6. Huzurlu bir ev yaşamım var.

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

7. Evliliğimiz her geçen gün daha iyiye doğru gitti.

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

8. Bizim ilişkimiz ideal bir karı-koca ilişkisidir.

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

9. Eşim benim için aynı zamanda iyi bir arkadaşır.

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

10. Baş başa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.

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

Beck Anksiyete Ölçeği

Hastanın Soyadı, Adı:.....

Tarih:.....

Aşağıda insanların kaygılı ya da endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir. Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin BUGÜN DAHİL SON BİR (1) HAFTADIR sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandakine uygun yere (x) işareti koyarak belirleyiniz.

	Hiç	Hafif düzeyde Beni pek et- kilemedi	Orta düzeyde Hoş değildi ama kat- lanabildim	Ciddi düzeyde Dayanmakta çok zor- landım
1. Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karın- calanma				
2. Sıcak/ ateş basmaları				
3. Bacaklarda halsizlik, titreme				
4. Gevşeyememe				
5. Çok kötü şeyler olacak korkusu				
6. Baş dönmesi veya sersemlik				
7. Kalp çarpıntısı				
8. Dengeyi kaybetme duygusu				
9. Dehşete kapılma				
10. Sinirlilik				
11. Boğuluyormuş gibi olma duygusu				
12. Ellerde titreme				
13. Titreklilik				
14. Kontrolü kaybetme korkusu				
15. Nefes almada güçlük				
16. Ölüm korkusu				
17. Korkuya kapılma				
18. Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi				
19. Baygınlık				
20. Yüzün kızarması				
21. Terleme (sıcaklığa bağlı olmayan)				

Toplam BECK-A skoru:.....

Beck Depresyon Ölçeği

Hastanın Soyadı, Adı:.....

Tarih:.....

Bu form son bir (1) hafta içerisinde kendinizi nasıl hissettiğinizi araştırmaya yönelik 21 maddeden oluşmaktadır. Her maddenin karşısındaki dört cevabı dikkatlice okuduktan sonra, size en çok uyan, yani sizin durumunuzu en iyi anlatanı işaretlemeniz gerekmektedir.

- 1** (0) Üzgün ve sıkıntılı değilim.
(1) Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
(2) Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
(3) O kadar üzgün ve sıkıntılıyım ki, artık dayanamıyorum.
- 2** (0) Gelecek hakkında umutsuz ve karamsar değilim.
(1) Gelecek için karamsarım.
(2) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.
(3) Gelecek hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyeceğim gibi geliyor.
- 3** (0) Kendimi başarısız biri olarak görmüyorum.
(1) Başkalarından daha başarısız olduğumu hissediyorum.
(2) Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğumu görüyorum.
(3) Kendimi tümüyle başarısız bir insan olarak görüyorum.
- 4** (0) Herşeyden eskisi kadar zevk alıyorum.
(1) Birçok şeyden eskiden olduğu gibi zevk alamıyorum.
(2) Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.
(3) Herşeyden sıkılıyorum.
- 5** (0) Kendimi herhangi bir biçimde suçlu hissetmiyorum.
(1) Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.
(2) Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.
(3) Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.
- 6** (0) Kendimden memnunum.
(1) Kendimden pek memnun değilim.
(2) Kendime kızgınım.
(3) Kendimden nefrete ediyorum.
- 7** (0) Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.
(1) Hatalarım ve zayıf taraflarım olduğumu düşünmüyorum.
(2) Hatalarımdan dolayı kendimden utanıyorum.
(3) Herşeyi yanlış yapıyor muyum gibi geliyor ve hep kendimi kabahat buluyorum.
- 8** (0) Kendimi öldürmek gibi düşüncülerim yok.
(1) Kimi zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm oluyor ama yapmıyorum.
(2) Kendimi öldürmek isterdim.
(3) Fırsatını bulsam kendimi öldürürüm.
- 9** (0) İçimden ağlamak geldiği pek olmuyor.
(1) Zaman zaman içimden ağlamak geliyor.
(2) Çoğu zaman ağlıyorum.
(3) Eskiden ağlayabilirdim ama şimdi istesem de ağlayamıyorum.
- 10** (0) Her zaman olduğumdan daha canı sıkın ve sinirli değilim.
(1) Eskisine oranla daha kolay canım sıkılıyor ve kızıyorum.
(2) Herşey canımı sıkıyor ve kendimi hep sinirli hissediyorum.
(3) Canımı sıkın şeylere bile artık kızamıyorum.
- 11** (0) Başkalarıyla görüşme, konuşma isteğimi kaybetmedim.
(1) Eskisi kadar insanlarla birlikte olmak istemiyorum.
(2) Birileriyle görüşüp konuşmak hiç içimden gelmiyor.
(3) Artık çevremde hiçkimseyi istemiyorum.
- 12** (0) Karar verirken eskisinden fazla güçlük çekmiyorum.
(1) Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.
(2) Eskiyeye kıyasla karar vermekte çok güçlük çekiyorum.
(3) Artık hiçbir konuda karar veremiyorum.
- 13** (0) Her zamankinden farklı görüldüğümü sanmıyorum.
(1) Aynada kendime her zamankinden kötü görünüyorum.
(2) Aynaya baktığımda kendimi yaşlanmış ve çirkinleşmiş buluyorum.
(3) Kendimi çok çirkin buluyorum.
- 14** (0) Eskisi kadar iyi iş gücü yapabiliyorum.
(1) Her zaman yaptığım işler şimdi gözümde büyüyor.
(2) Ufacık bir işi bile kendimi çok zorlayarak yapabiliyorum.
(3) Artık hiçbir iş yapamıyorum.
- 15** (0) Uykum her zamanki gibi.
(1) Eskisi gibi uyuyamıyorum.
(2) Her zamankinden 1-2 saat önce uyanıyorum ve kolay kolay tekrar uykuya dalamıyorum.
(3) Sabahları çok erken uyanıyorum ve bir daha uyuyamıyorum.
- 16** (0) Kendimi her zamankinden yorgun hissetmiyorum.
(1) Eskiyeye oranla daha çabuk yoruluyorum.
(2) Her şey beni yoruyor.
(3) Kendimi hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun ve bitkin hissediyorum.
- 17** (0) İştahım her zamanki gibi.
(1) Eskisinden daha iştahsızım.
(2) İştahım çok azaldı.
(3) Hiçbir şey yiyemiyorum.
- 18** (0) Son zamanlarda zayıflamadım.
(1) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 2 Kg verdim.
(2) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 4 Kg verdim.
(3) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 6 Kg verdim.
- 19** (0) Sağlığım ile ilgili kaygılarım yok.
(1) Ağrılar, mide sancıları, kabızlık gibi şikayetlerim oluyor ve bunlar beni tasalandırıyor.
(2) Sağlığımın bozulmasından çok kaygılanıyorum ve kafama başka şeylere vermekte zorlanıyorum.
(3) Sağlık durumum kafama o kadar takılıyor ki, başka hiçbir şey düşünemiyorum.
- 20** (0) Sekse karşı ilgimde herhangi bir değişiklik yok.
(1) Eskisine oranla sekse ilgim az.
(2) Cinsel isteğim çok azaldı.
(3) Hiç cinsel istek duymuyorum.
- 21** (0) Cezalandırılması gereken şeyler yapıp yaptığımı sanmıyorum.
(1) Yaptıklarımımdan dolayı cezalandırılabilirliğimi düşünüyorum.
(2) Cezamı çekmeyi bekliyorum.
(3) Sanki cezamı bulmuşum gibi geliyor.

Toplam BECK-D skoru:.....