

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

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**YETİŞKİN BİREYLERİN NESNE İLİŞKİLERİ VE
SAVUNMA DÜZENEKLERİ İLE ROMANTİK İLİŞKİ
DOYUMLARI VE CİNSEL DOYUMLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Hazırlayan
Gizem DEVECİ**

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Erkal ERZİNCAN

İstanbul – 2021

TEZ TANITIM FORMU

YAZAR ADI : Gizem DEVECİ
SOYADI

TEZİN DİLİ : Türkçe

TEZİN ADI : Yetişkin Bireylerin Nesne İlişkileri ve Savunma Düzenekleri İle Romantik İlişki Doyumları ve Cinsel Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

ENSTİTÜ : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

ANA BİLİM DALI : Psikoloji

TEZİN TÜRÜ : Yüksek Lisans

TEZİN TARİHİ : 24/02 /2021

SAYFA SAYISI : 127

TEZ : Dr. Öğr. Üyesi Erkal ERZİNCAN

DANIŞMANLARI

DİZİN : Nesne İlişkileri, Savunma Mekanizmaları, Romantik İlişki
TERİMLERİ : Doyumu, Cinsel Doyum

TÜRKÇE ÖZET : Bu çalışmada yetişkin bireylerin nesne ilişkileri ve savunma mekanizmaları ile romantik ilişki ve cinsel doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

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

Gizem DEVECİ

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

**Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı**

**YETİŞKİN BİREYLERİN NESNE İLİŞKİLERİ VE
SAVUNMA DÜZENEKLERİ İLE ROMANTİK İLİŞKİ
DOYUMLARI VE CİNSEL DOYUMLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Hazırlayan
Gizem DEVECİ**

**Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Erkal ERZİNCAN**

İstanbul – 2021

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.

Gizem DEVECİ

.../... / 2021



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Gizem DEVECİ'nin "Yetişkin Bireylerin Nesne İlişkileri ve Savunma Düzenekleri ile Romanik İlişki Doyumları ve Cinsel Doyumları 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 Erkal ERZİNCAN

(Danışman)

İmza

Üye

Dr. Öğr. Üyesi İshak SAYĞILI

İmza

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Hasan SEZEROĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2021

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Bu çalışmanın amacı yetişkin bireylerin ilişkilerinde veya evliliklerinde deneyimledikleri ilişki doyumu ve cinsel doyum gibi ilişki bileşenlerinin nesne ilişkileri ve kullandıkları savunma düzenekleri çerçevesinde incelenmesidir. Bu amaç çerçevesinde bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları süreçleri savunma düzenekleri ve nesne ilişkileri perspektifine bağlı olarak psikodinamik anlamda incelemek hedeflenmektedir. Bununla beraber çalışma değişkenlerinin katılımcıların sosyo-demografik özellikleri ile olan ilişkisinin incelenmesi de amaçlanmıştır.

Araştırmanın örneklemini 2020 yılında yaşamını İstanbul ilinde sürdüren ve çalışmanın yapıldığı dönemde romantik ilişkisi olan ve ya evli olan 80 kadın ve 80 erkek olmak üzere toplamda 160 yetişkin birey oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama araçları olarak çalışmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu, Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Envanteri, Savunma Biçimleri Testi, İlişki Doyumu Ölçeği ve Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek setinin katılımcılara sunulması ve katılımcıların kendilerinin cevaplandırmaları yoluyla veriler toplanmıştır. Elde edilen verilerin analiz edilmesi için SPSS paket programı kullanılmış olup ortaya konulan sonuçlar bulgular bölümünde sunulmuştur.

Araştırma neticesinde elde edilen sonuçlara göre nesne ilişkileri alt ölçeklerinden yabancılaşma, güvensiz bağlanma ve egosantrizim düzeyi arttıkça yetişkin bireylerin ilişki doyumları ve cinsel doyum düzeyleri azalmaktadır. Diğer yandan yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları ile ilişki doyumu ve cinsel doyum düzeyleri arasındaki ilişkiye göre immatür ve nevrotik savunma düzenekleri kullanan bireylerin olgun savunma mekanizmalarını daha yoğun kullanan bireylere göre ilişki doyumları ve cinsel doyum düzeylerinin daha düşük olduğu saptanmıştır. Ayrıca çalışma hipotezleri çerçevesinde ilişki süresi ile ilişki doyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiye bakıldığında ilişki süresi ile ilişki doyumu ve cinsel doyum arasında anlamlı ilişkinin bulunduğu görülmektedir. Elde edilen tüm sonuçlar çalışmanın içerisinde ilgili literatürle birlikte sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Nesne İlişkileri, Savunma Mekanizmaları, İlişki Doyumu, Cinsel Doyum

SUMMARY

The aim of this study is to examine relationship components such as relationship satisfaction and sexual satisfaction experienced by adults in their relationships or marriages within the framework of object relations and defense mechanisms they use. For this purpose, it is aimed to examine the processes that individuals experience in their relationships psychodynamically, depending on the perspective of defense mechanisms and object relations. It was also aimed to examine the relationship between study variables and socio-demographic characteristics of the participants.

The sample of the study consists of a total of 160 adult individuals, 80 women and 80 men, who lived in Istanbul in 2020 and had a romantic relationship or were married at the time of the study. Personal Information Form, Bell Object Relations and Reality Assessment Inventory, Defense Forms Test, Relationship Satisfaction Scale and Golombok Rust Sexual Satisfaction Scale were used as data collection tools in the study. The data was collected by presenting the scale set to the participants and answering them themselves. SPSS package program was used to analyze the obtained data and the results obtained are presented in the findings section.

According to the results obtained as a result of the research, as the level of alienation, insecure attachment and egocentrism among the object relations subscales increases, the relationship satisfaction and sexual satisfaction levels of adult individuals decrease. On the other hand, according to the relationship between adult individuals' defense mechanisms, relationship satisfaction and sexual satisfaction levels, it was found that individuals who use immature and neurotic defense mechanisms have lower relationship satisfaction and sexual satisfaction levels than individuals who use mature defense mechanisms more intensively. In addition, when the relationship between relationship duration and relationship satisfaction and sexual satisfaction is examined within the framework of the study hypotheses, it is seen that there is a significant relationship between relationship duration and relationship satisfaction and sexual satisfaction. All results obtained are presented in the study together with the relevant literature.

Key Words: Object Relations, Defense Mechanisms, Relationship Satisfaction, Sexual Satisfaction

İÇİNDEKİLER

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

BİRİNCİ BÖLÜM

1.1. Araştırmanın Amacı	5
1.2. Araştırmanın Önemi ve Katkıları	5
1.3. Araştırmanın Hipotezleri.....	6
1.4. Sayıtlar	7
1.5. Sınırlılıklar	7

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ LİTERATÜR

2.1. Nesne İlişkileri	8
2.1.1. Freud'a Göre Nesne	9
2.1.2. Klein'a göre Nesne İlişkileri	10
2.1.3. Winnicota Göre Nesne İlişkileri.....	12
2.1.4. Kernberg'e Göre Nesne İlişkileri	13
2.1.5. Jacobsona Göre Nesne İlişkileri.....	13
2.1.6. Fairnbairn'a Göre Nesne İlişkileri	14
2.1.7. Mahlere Göre Nesne İlişkileri.....	15
2.3. Savunma Biçimleri.....	15
2.3.1.1. İmmatür (İlkel) Savunma Mekanizmaları.....	18
2.3.1.1.1. Yansıtma (Projection).....	18
2.3.1.1.2. Pasif Saldırgan (Passive Aggression).....	19
2.3.1.1.3. Eyleme Vurma (Acting Out)	19
2.3.1.1.4. Yalıtım (Isolation)	19
2.3.1.1.5. Değersizleştirme (Devaluation)	20
2.3.1.1.6. Otistik Fantezi (Autistic Fantasy)	20
2.3.1.1.7. Yer Değiştirme (Displacement).....	21
2.3.1.1.8. Bölme (Splitting).....	21
2.3.1.1.9. Rasyonalizasyon (Rationalization)	21
2.3.1.1.10. Yadsıma/İnkar (Denial)	22

2.3.1.1.11. Bedenselleştirme (Somatization).....	22
2.3.1.1.12. Disosiyasyon (Dissociation)	22
2.3.1.2. Nevrotik Savunma Mekanizmaları	23
2.3.1.2.1. Yapma-bozma (Undoing)	23
2.3.1.2.2. Özgecilik (Psödo Altruizm)	23
2.3.1.2.3. İdealleştirme (İdealization)	23
2.3.1.2.4. Karşıt tepki geliştirme (Reaction formation)	24
2.3.1.3. Olgun Savunma Mekanizmaları.....	24
2.3.1.3.1. Yüceltme (Sublimation)	24
2.3.1.3.2. Bastırma (Repression).....	25
2.3.1.3.3. Beklenti Oluşturma (Anticipation).....	25
2.3.1.3.4. Mizah (Humor).....	26
2.4. Romantik İlişki ve İlişki Doyumu.....	26
2.4.1. İlişki Doyumu	28
2.5. Cinsel Doyum	31
2.5.1. Cinsellik Kavramı	31
2.5.2. Cinsel Doyum	34
2.5.2.1. Cinsel Doyumun Boyutları	37
2.5.2.1.1. Sıklık	37
2.5.2.1.2. İletişim	37
2.5.2.1.3. Doyum.....	37
2.5.2.1.4. Kaçınma	37
2.5.2.1.5. Dokunma	38
2.5.2.1.6. Vajinismus- Sertleşme Sorunu	38
2.5.2.1.7. Orgazm Bozukluğu-Erken Boşalma	38

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli	40
3.2. Evren ve Örneklem	40
3.3. Veri Toplama Araçları	40
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu (KBF)	40
3.3.2. İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ)	40
3.3.3. Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) (GRISS-Golombok Rust Inventory of Sexual Satisfaction)	41
3.3.4. Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Testi-BNİGT (Bell Object Relations and Reality Testing Inventory [BORRTI]).....	42
3.3.5. Savunma Biçimleri Testi (40 Maddelik Form) (SBT-40)	43
3.4. Verilerin Analizi	43

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
BULGULAR

TARTIŞMA VE YORUM.....	63
KAYNAKÇA	72
EKLER.....	89



KISALTMALAR

SPSS : Statistical Package For Social Sciences

KBF : Kişisel Bilgi Formu

İDÖ : İlişki Doyumu Ölçeği

GRCDO : Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği

BNİGT : Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Testi

SBT : Savunma Biçimleri Testi

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 4.1. Örneklem Grubunun Sosyodemografik Değişkenlere Göre Dağılımı	44
Tablo 4.2 Örneklem Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek Ait Betimsel İstatistikleri	46
Tablo 4.3 Örneklem Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın Ait Betimsel İstatistikleri	46
Tablo 4.4 Örneklem Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutlarına Ait Betimsel İstatistikleri	47
Tablo 4.5 Örneklem Savunma Biçimleri Testi Alt Boyutlarına Ait Betimsel İstatistikleri	47
Tablo 4.6 Örneklem İlişki Doyumu Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikleri	47
Tablo 4.7 Örneklem İlişki Doyumu Ölçeği ile Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu	48
Tablo 4.8 Örneklem İlişki Doyumu Ölçeği ile Savunma Biçimleri Testi Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu	49
Tablo 4.9 Örneklem Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın ve Alt Boyutları ile Savunma Biçimleri Testi Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu	50
Tablo 4.10 Örneklem Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları ile Savunma Biçimleri Testi Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu	51
Tablo 4.11 Örneklem Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları ile Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu ..	53

Tablo 4.12 Örneklemin Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları ile Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu .. 55

Tablo 4.13 Örneklemin İlişki Süresi Değişkenine Göre Golombok-rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları..... 59

Tablo 4.14 Örneklemin İlişki Süresi Değişkenine Göre Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları..... 61



EKLER LİSTESİ

EK1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

EK2: BELL NESNE İLİŞKİLERİ VE GERÇEĞİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

EK3: SAVUNMA BİÇİMLERİ TESTİ

EK4: İLİŞKİ DOYUMU ÖLÇEĞİ

EK5: GOLOMBOK RUST CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ



ÖNSÖZ

Tez çalışmam sırasında bilgi, birikim ve tecrübeleri ile bana yol gösterici ve destek olan değerli danışman hocam Sayın Dr. Öğr. Üyesi Erkal ERZİNCAN'a teşekkür ederim.

Araştırmanın her aşamasında özellikle veri toplama sürecinde en zor şartlarda bile sabırla her zaman yanımda olan motivasyonum düştüğünde beni cesaretlendiren ve yardımlarını esirgemeyen çok değerli kardeşim Ecren Asya DEVECİ'ye sonsuz teşekkür ederim.

Tezimi, sadece eğitim öğretim hayatımda değil, tüm yaşamımda maddi ve manevi yanımda olup desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen Annem Fatma DEVECİ'ye ve Babam Celal DEVECİ'ye ithaf ediyorum.

Gizem DEVECİ

GİRİŞ

Yakın ilişkiler, insan hayatının çok önemli ve vazgeçilmez bir yönü olarak kabul edilir. Her tür yakın ilişki önemli olsa da, romantik ilişkiler diğer ilişkilerde oldukça farklı anlamlar içerir. Aşıklar ve evli çiftler arasında kurulan romantik ilişkiler, genellikle bireyin özgürce seçtiği, tutku, bağlılık ve yakınlıkla karakterize edilen bir ilişki olarak tanımlanır (Sternberg, 1986). Tracey, Shaver, Albino ve Cooper'a (2003) göre romantik ilişki, her bireyin er ya da geç deneyimlediği bir ilişkidir. Diğer tüm yakın ilişki türlerinde olduğu gibi, çift ilişkilerinin üç ana özelliği vardır: (a) bağlanma, sevgi ve sevgi duyguları, (b) psikolojik ihtiyaçları karşılama ve (c) karşılıklı bağımlılık. Bununla birlikte, bazı romantik ilişkiler bu temel özelliklerin tümüne sahip olmayabilir. Romantik ilişkiler genellikle uzun ve mutlu bir ilişki beklentileriyle kurulsa da her romantik ilişkinin uzun süre devam etmesi ve uzun süre devam eden her romantik ilişkinin doyurucu bir ilişki olması mümkün olmayabilir. İlişki tatmini, bireyin ilişkinin kalitesiyle ilgili kişisel yorumlarını ifade eder. Bu değerlendirmelerin olumlu yönü ilişkiden memnuniyet ve ilişkinin tatmin etmemesi nedeniyle olumsuz ilişki olarak yorumlanır. İlişkinin tatmin edici olması, bireyin mutluluğu ve duygusal iyiliği üzerinde önemli bir olumlu etki yaratır. Ancak ilişkinin devamı için yüksek ilişki doyumu önemlidir (Hendrick ve Hendrick, 1995).

Hazan ve Shaver (1987) araştırmasında bağlanma sürecinin ailenin romantik aşkı deneyimlemesi üzerindeki etkiye dikkat çekmektedir. Romantik ilişki örüntülerinde kişinin ilişkide kalma eğiliminde kendi ile ilgili güven düzeyi, bağımsızlık düzeyi, kişisel öncelikler, anne-baba desteği önemli etkiye sahip olabilmektedir. Romantik ilişkilerdeki kritik motivasyon unsurlarından bir diğeri de gereksinimlerdir. Karşılanmamış ya da eksik karşılanmış gereksinimler ilişkinin uyumu zayıflatmakta ve ayrılıkla sonuçlanmasına yol açabilmektedir. Dikkat çeken ihtiyaçlar arasında yakınlık, bağlanma, cinsellik, kimlik ve özerklik bulunmaktadır. Romantik ilişkinin kalıcı olmasında dikkat çeken ihtiyaçlardan bir diğeri de bağlılık olarak ifade edilebilir. İlişkide kurulan bağlılığın temelleri aile içinde geliştirilmiş olan bağlılık ile yakından ilişkili olmaktadır. Bağ kurma, kişinin kendi gereksinimleri ile diğerinin gereksinimleri arasında denge kurmasına yardım etmektedir (Shulman, Scharf, Livne ve Barr, 2013).

Yetişkin bireylerin ilişki süreçleriyle ilgili incelenen bir diğer faktör de ilişkilerden sağlanan cinsel doyumdur. Cinsel doyum; bireyin, kendi cinsel ilişkisinin olumlu ve olumsuz boyutlarını anlamlandırmasıyla oluşan tepki olarak nitelenmektedir (Lawrance ve Byers, 1995). Zhou (1993) cinsel doyum; cinsel doyumsuzluğun yok olması olarak değerlendirmektedir. Cinsel doyum; bir ilişkide yaşanan memnuniyet düzeyi, kişinin benlik saygısı gibi faktörlerle birlikte evlilikteki sürekliliğin de üzerinde belirleyici olmaktadır. Bilindiği üzere, tüm toplumlarda cinsel yaşamı denetim altına almak, sınırlamalar koymak, yön vermeye çalışmak ve yüceltmek gibi söz konusu olabilmektedir. İlişkilerde de cinsel isteği ve bununla ilintili olarak cinsel uyuma etki eden önemli dış faktörler bulunmaktadır ve bu faktörler öncelikli olarak çocukluk ve gençlik dönemlerinde cinsel bilgilerin, cinsiyet ile ilişkili tutum ve davranışların edinildiği çevreden etkilenmektedir (Köknel, 1985).

Çift ilişkileri insanın hayatının en önemli boyutlarından birini oluşturmaktadır. Bu durum ilişkilerin üzerinde etkili olan faktörleri daha önemli hale getirmektedir. Nesne ilişkileri ve savunma düzeneklerinin bu noktada ilişkilere ilişkin cinsel doyum ve ilişki doyumunu üzerinde belirleyici olabileceği düşünülmektedir. Klinik olarak yapılan bazı gözlemler, bazı ilişkilerde bir tür tekrar eden bir ilişki örneğinin söz konusu olabileceği, ilişki hayatı ile ilişkili uyum bozan bazı davranışların her ilişkide tekrarlandığı ve bu bireylerin kendi yapılarına uygun olmayan ve birbiri ile benzer özellikler gösteren kişileri partner olarak seçtiklerini düşündürmektedir. Psikodinamik perspektifle bakıldığında, bu kişilerin partner olarak tercih ettikleri kişiler sayesinde patolojik örneği sürdürme zorlantisına düştükleri söylenebilir. Bu bakış açısıyla bakıldığında nesne ilişkileri kuramının psikanalitik kuramlar içinde çift ilişkilerini en iyi şekilde ele alan model olduğu görülmektedir. Dolayısıyla nesne ilişkileri çift terapisine göre kişinin erken dönemde deneyimlediği yaşantıların ruhsal yapıyı şekillendirmekte, yetişkin dönemde kişinin romantik ilişkilerindeki davranışlarına yön vermektedir. Kişinin eş seçimi, seçtiği partnerine yönelik davranışları ve ilişkinin dinamikleri, köklerini erken dönem yaşantılardan almaktadır. Nesne İlişkileri Kuramı, Klein'dan (1940, 1946), Fairbairn'e (1952), Winnicott'dan (1965), Guntrip'e (1971) kadar uzanan birçok kuramcının düşüncelerini içermekte ve nesne ilişkilerini en iyi açıklayan model olarak ele alınmaktadır (Scharff ve Scharff, 1997).

Nesne İlişkileri yaklaşımı, çiftler arasındaki etkileşim örüntülerini ve birbirlerine nasıl etki ettiklerini göz önüne alarak ilişkiyi ve çiftler arasındaki etkileşimi merkeze alan ve kişisel dinamikleri sistemik bir bakış açısıyla ele alan bir yaklaşımdır. Nesne ilişkileri kuramının savunucularından biri olan Fairbairn'in (1952) düşüncelerinden ve Klein'in (1946) yansıtma özdeşim kavramından faydalanan Dick (1967), ilişkilerin bilinçdışı hakkında fikirler öne sürmüştür. Buna göre kişilerin partner seçimlerinde bilinçdışı faktörlerin önemli rol oynadığını ileri sürmüştür. Eş seçiminde ön plana çıkan bilinçdışı unsurlar, kişinin erken dönemde içselleştirdiği nesne ilişkilerinden kaynağını almaktadır. Başka bir ifadeyle Dick, yansıtma özdeşim kavramının çift ilişkilerinin dinamiğinde önemli bir role sahip olduğunu ve kişilerarası ilişkilerde bağlantı niteliği taşımaktadır.

Özetle, Nesne İlişkileri yaklaşımına göre, erken dönem yaşantılarında anne-bebek arasında gelişen iletişim türünün bir benzeri yetişkin hayatta çiftler arasında ortaya çıkmaktadır. Erken dönemde kişinin içselleştirdiği nesnelere, kişinin yetişkinlik yaşamında yeniden ortaya çıkmakta ve savunma düzeneklerini harekete geçirmektedir. Buradan hareketle kişinin romantik ilişkisinde partnerine karşı sergilediği davranışların, aslında içselleştirdiği ebeveyn parçalarına yönelik olduğu görülmektedir. Bu sebeple erken dönemde içselleştirilen nesne ilişkilerinin hangi seviyede olduğu ve hangi duygularla eşleştiği büyük önem taşımaktadır (Scharff ve Scharff, 1997).

Yapılan incelemeler ve deneyimlenen klinik gözlemler ilişki yaşantılarının birey hayatı üzerinde önemli bir yeri olduğunu düşündürmektedir. Çift ilişkileri ve bu ilişkilerin sürdürülebilirliği ile bunlardan sağlanan doyumun zaman zaman yetişkin bireylerin hem ruhsal hem de yaşamsal motivasyonları konusunda belirleyici olduğu düşünülmektedir ve bu durum sunulan alanyazından da okunabilmektedir. Ancak yapılan araştırmalar ve edinilen mesleki gözlemlerden yola çıkılarak yetişkin bireylerin zaman zaman ilişkilerinde istikrar, uyum ve doyum konusunda güçlükler yaşadıkları ve bu yaşanan güçlükler tanımlanarak bir farkındalık oluşturma konusunda zorluk çektikleri düşünülmektedir. Bu perspektiften hareketle açıklanan çalışma değişkenlerinin yetişkin bireylerin ilişki yaşantıları üzerinde ne tür bir etkiye bulunduğu ortaya konulmasının insan hayatında önemli bir yeri bulunan çift ilişkileri konusunda bir farkındalık yaratma açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Ayrıca ilgili alanyazın incelendiğinde çift ve evlilik ilişkileri konusunda yapılan pek çok çalışmaya rastlanılırken yetişkin bireylerin ilişki yaşantılarının nesne ilişkileri ve savunma düzenekleri perspektifinden incelendiği çalışmaların yetersiz olduğu görülmektedir. Bu anlamda bu çalışmanın literatür açısından da önemli bir kaynak olabileceği düşünülmektedir.



BİRİNCİ BÖLÜM

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı yetişkin bireylerin ilişkilerinde veya evliliklerinde deneyimledikleri ilişki doyumu ve cinsel doyum gibi ilişki bileşenlerinin nesne ilişkileri ve kullandıkları savunma düzenekleri çerçevesinde incelenmesidir. Bu amaç çerçevesinde bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları süreçleri savunma düzenekleri ve nesne ilişkileri perspektifine bağlı olarak psikodinamik anlamda incelemek hedeflenmektedir. Bununla beraber çalışma değişkenlerinin katılımcıların sosyo-demografik özellikleri ile olan ilişkisinin incelenmesi de amaçlanmaktadır. Tüm bu amaçlar paralelinde yetişkin bireylerin ilişki yaşantılarına dair kapsamlı bir bakış açısının oluşturulacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın bağımlı değişkenleri romantik ilişkilere ilişki doyumu ve cinsel doyumdur. Çalışmanın bağımsız değişkenleri ise nesne ilişkileri ve savunma düzenekleridir.

1.2. Araştırmanın Önemi ve Katkıları

Çift ilişkileri insanın hayatının en önemli boyutlarından birini oluşturmaktadır. Bu durum ilişkilerin üzerinde etkili olan faktörleri daha önemli hale getirmektedir. Nesne ilişkileri ve savunma düzeneklerinin bu noktada ilişkilere ilişkin tutumlar, cinsel doyum ve ilişki doyumu üzerinde belirleyici olabileceği düşünülmektedir. Klinik olarak yapılan bazı gözlemler, bazı ilişkilerde bir tür tekrar eden bir ilişkiel örüntünün söz konusu olabileceği, ilişki hayatı ile ilişkili uyum bozan bazı davranışların her ilişkide tekrarlandığı ve bu bireylerin tekrar tekrar kendilerine uygun olmayan benzer özelliklerdeki bireyleri partner olarak tercih ettiklerini düşündürmektedir.

Psikodinamik perspektifle bakıldığında, bu kişilerin partner olarak tercih ettikleri kişiler sayesinde patolojik örüntüyü sürdürme zorlantisına düştükleri söylenebilir. Bu bakış açısıyla bakıldığında nesne ilişkileri kuramının psikanalitik kuramlar içinde çift ilişkilerini en iyi şekilde ele alan model olduğu görülmektedir. Dolayısıyla nesne ilişkileri çift terapisine göre kişinin erken dönemde deneyimlediği yaşantıların ruhsal yapıyı şekillendirmekte, yetişkin dönemde kişinin romantik ilişkilerindeki davranışlarına yön vermektedir. Kişinin eş seçimi, seçtiği partnerine yönelik davranışları ve ilişkinin dinamikleri, köklerini erken dönem yaşantılardan almaktadır. Nesne İlişkileri Kuramı, Klein'dan (1940, 1946), Fairbairn'e (1952),

Winnicott'dan (1965), Guntrip'e (1971) kadar uzanan birçok kuramcının düşüncelerini içermekte ve nesne ilişkilerini en iyi açıklayan model olarak ele alınmaktadır (Scharff ve Scharff, 1997).

Bu açıklamalardan hareketle bu çalışma insan hayatının en önemli bileşenlerinden biri olan romantik çift ve eş ilişkilerinde deneyimlenen ilişki ve cinsel doyumun etkilenebileceği faktörleri belirlemek açısından önem taşımaktadır. Bu noktada yetişkin yaşamdaki ilişkileri organize ettiği düşünülen erken dönem çocukluk yaşantılarının ve dinamik anlamda kullanılan savunma düzeneklerinin romantik ilişki üzerindeki etkisi belirlemek önem kazanmaktadır. Ayrıca yapılan araştırmalar neticesinde romantik ilişkiler ile ilgili yapılmış çalışmaların olmasına karşı romantik ilişki süreçleri ile nesne ilişkileri, savunma düzenekleri ve yansıtımlı özdeşim dinamikleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların az olduğu görülmüştür. Bu anlamda bu çalışma literatüre bu konuyla ilişkili önemli bir katkı niteliğindedir.

1.3. Araştırmanın Hipotezleri

Hipotezler;

Araştırma Problemi: Farklı ilişki doyumu puanı alan bireyler nesne ilişkileri puanları açısından farklılaşmakta mıdır?

H1: Farklı ilişki doyumu puanı alan bireyler nesne ilişkileri puanları açısından farklılaşmaktadır.

Araştırma Problemi: Farklı cinsel doyum puanı alan bireyler nesne ilişkileri puanları açısından farklılaşmakta mıdır?

H2: Farklı cinsel doyum puanı alan bireyler nesne ilişkileri puanları açısından farklılaşmaktadır.

Araştırma Problemi: Farklı ilişki doyumu puanı alan bireyler kullanılan savunma biçimleri açısından farklılaşmakta mıdır?

H3: Farklı ilişki doyumu puanı alan bireyler kullanılan savunma biçimleri açısından farklılaşmaktadır.

Araştırma Problemi: Farklı cinsel doyum puanı alan bireyler kullanılan savunma biçimleri açısından farklılaşmakta mıdır?

H4: Farklı cinsel doyum puanı alan bireyler kullanılan savunma biçimleri açısından farklılaşmaktadır.

Araştırma Problemi: Yetişkin bireylerin ilişki süreleri ile cinsel doyum arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H5: Yetişkin bireylerin ilişkilerinde cinsel doyum düzeyi daha yüksek olan bireylerin ilişki süreleri daha uzundur.

Araştırma Problemi: Yetişkin bireylerin ilişki süreleri ile ilişki doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H6: Yetişkin bireylerin ilişkilerinde ilişki doyum düzeyleri daha yüksek olan bireylerin ilişki süresi daha uzundur.

1.4. Sayıtlar

1. Araştırmaya dahil olan örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.
2. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının ölçülmek istenen değişkenleri geçerli ve güvenilir şekilde ölçtüğü varsayılmaktadır.
3. Araştırmaya dahil edilen katılımcıların kendilerine sunulan veri toplama araçlarına kendi yaşamlarını ve ilişki süreçlerini yansıtacak şekilde eksiksiz ve doğru cevap verdikleri varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

1. Bu araştırma İstanbul İlinde 2020 yılında yaşamını sürdüren ve üç ilçeden çalışmaya dahil edilen 80 erkek ve 80 kadın olmak üzere 160 kişi ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma veri toplama aracı olarak belirlenen ölçek setindeki ölçekleri ölçtüğü ve elde ettiği veriler ile sınırlıdır.
3. Bu araştırma çalışma süreci zarfında yerli ve yabancı ulaşılabilen kaynaklar ile sınırlıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ LİTERATÜR

2.1. Nesne İlişkileri

Nesne ilişkileri kuramı, araştırma alanı olarak oldukça fazla ele alınan yaklaşımlardan biridir. Kuramın ileri sürdüğü açıklamalar, insan ruhsal dinamiğini ve ilişkilerin doğasını anlamada önemli katkılar sunmaktadır (Güvenir ve Taş, 2008).

Zihinsel yapının oluşumunu açıklayan ilişkisel modeller, doğuştan gelen ilişki ihtiyacını ana motivasyon kaynağı olarak kabul eder. Bu teorilere göre, insan sadece dürtüleriyle boğuşması gereken kapalı bir devre değildir, zihin diğer zihinlerle temas ve bağlantı arar. Psikik organizasyon ve yapılar, bu etkileşimleri şekillendiren kalıplardan oluşur (Mitchell, 2009). Nesne ilişkilerine odaklanan yaklaşımlar, birçok kuramcının katkılarıyla oluşmakta ve insanların çevreleriyle (anlamli öteki) kurdukları ilişki ve etkileşimler sonucunda içe atma, içselleştirme, özdeşleşme ve ego kimliğine kavuşma süreçlerini içermektedir. Bu teoriler, kişilik patolojilerinin, çocuğun farklı gelişim aşamalarında bakım verici ile ilişkilerinde sağlıklı etkileşimlerden oluştuğunu öne sürmektedir (Ardalı ve Erten, 1999).

Psikanalitik literatürde "nesne ilişkileri" terimi, kişilerarası ilişkileri düzenleyen kişilerarası davranış, bilişsel ve duygusal süreçleri ifade eder. Başka bir deyişle, insanları ve ilişkileri temsil etmenin bir yolu olarak nesne ilişkileri, tüm bilişsel ve duygusal işlevlere ve yapılara karşılık gelir (Westen vd., 1991). Buradaki kilit nokta, Nesne İlişkileri Teorisine göre, erken yaşta anne-baba ile kurulan ilişki sonucunda gelişen kişinin iç temsillerinin ilişkilerinde beklentilerini, davranışlarını, duygu ve düşüncelerini belirlemesidir. gelecekteki yaşamında önemli başkalarıyla ve hem bilinçli hem de bilinçsiz olarak. seviyesi hayatınızı etkilemektir. Nitekim hem deneysel çalışmalar hem de klinik araştırmalar, erken yaşamın bir sonucu olarak içselleştirilen benlik ve nesne temsillerinin gelecekte kişilerarası davranış ve ilişkileri etkileyeceği görüşünü desteklemektedir (Calabrese, Farber ve Westen, 2005).

Freud, geliştirmiş olduğu kişilik kuramını ifade etmek için çok sayıda yeni kavram ve terim üretmek zorunda kalmıştır. İlk kez onun tarafından kullanılan bazı terim ve kavramlar, klinik çalışmalarda klasik dürtü kuramını yetersiz bulan ve bu

nedenle kendi kişilik modellerini geliştiren birçok psikanalist için başlangıç noktası olmuştur. İnsan kişiliği hakkında birbirlerine yakın düşünce ve görüşler ileri süren bu kuramcılar, zamanla okul ya da model olarak isimlendirilen gruplar altında toplanmaya başlamışlardır. Ego psikolojisi, nesne ilişkisi modeli ve kendilik psikolojisi, psikanalitik yapı içerisinde gelişen bu okul ya da modellerin en tanınmışlarıdır (Clair, 1996).

Psikanalitik çevrede “Nesne İlişkileri Kuramı” en geniş ifadesi ile Freud’un dürtü kuramından, Kohut’un kendilik psikolojisine kadar birçok yaklaşımı içine alan oldukça geniş bir yelpazeyi tanımlanmaktadır. Çünkü aslında tüm psikanalitik kuramlar bireysel yaşamın ilk döneminde gerçekleşen nesne ilişkilerinin, bilinçdışı çatışmaların oluşumunda, ruhsal yapının gelişiminde ve bireyin şimdiki davranışları üzerindeki etkileriyle ilgilenmektedir. Yani her psikanalitik kuramın aynı zamanda bir noktaya kadar bir nesne ilişkileri kuramı olduğunu söylemek en geniş anlamda tanımlaması olacaktır. Bununla birlikte, kişiliğin gelişimi ve şekillenmesi açısından hangi dönemin ve kiminle gerçekleşen ilişkilerinin ön plana çıkarılması gerektiği konusunda ise her kuram farklı düşünmektedirler (Clarkin, Levy, Lenzenweger ve Kernberg, 2004).

2.1.1. Freud’a Göre Nesne

Freud’un teorisinde aktarım kavramı önem kazandıkça, nesne ilişkilerinin temelleri atılmıştır. Aktarım ilişkisi, psikanalitik teorinin temelini oluşturur ve tıpkı teoride olduğu gibi pratikte de merkezi bir unsur olarak yerini almıştır. Böylece benliğin nesnelereyle ilişkisi hem teorinin hem de pratiğin önemli bir parçası olarak ortaya çıkmaktadır (Erten, 2006).

Freud, doğrudan nesne ilişkileri ile ilgili herhangi bir tanım yapmasa da, tasarım nesnesi, dürtü nesnesi, fiksasyon nesnesi, aşk nesnesi, nesne kaybı gibi konulara atıfta bulunarak nesne kavramını teorisine sıklıkla dahil etmiştir.

Üç Cinsellik Denemesi’nde Freud, nesneyi psişik aygıtın oluşumunda önemli bir rol oynayan bir unsur olarak tanımlar. Nesne, cinsel çekime neden olan kişidir. Freud burada bedenin tamamından veya bir kısmından söz ediyor. İmpuls organizasyonu nesneyi belirler, nesne amacına göre belirlenir ve bir yer değiştirme özelliğine sahiptir. Freud’un, 1905 tarihli çalışmasında belirtildiği gibi, nesne seçimi

yalnızca olgunluğa ulaşıldığında yapılır. Vücuda alınan besinlerle cinsel doyum sağlandığı dönemde dürtü, annenin göğsünde nesnesini dışarıda bulur. Daha sonra çocuk kendisine doyum veren organın sahibini bir bütün olarak görme kapasitesine ulaştığında bu nesne ortadan kalkar. Bu aşamadan itibaren, cinsel dürtü oto-erotik bir nitelik kazanır ve bu, gecikme döneminin sonuna kadar sürer. Meme yoksunluğu, nesne ilişkilerinin düzenlenmesinde önemli bir yapısal dönemdir. Annesinin göğsünü emen çocuk her türlü aşk ilişkisine örnek olur. Bir nesne bulmak aslında annenin göğsünü yeniden bulmaktır (Freud, 2014).

2.1.2. Klein'a göre Nesne İlişkileri

Nesne İlişkileri Teorisinin öncüsü kabul edilen Melanie Klein'a (1940) göre, "nesne" yaşamın başlangıcında var olur ve dış dünyadaki "gerçek diğerleri", doğuştan gelen imgelerin değişiminde önemli bir rol oynar. Aksine, nesnelere başlangıçta "parçalı nesnelere" ve bebek, bölünmüş savunma mekanizmasıyla dış dünyayı "tamamen iyi" veya "tamamen kötü" olarak algılar. Başka bir deyişle, bebeğin ilkel egosu henüz ilk nesne olarak ve anne ilk nesne olarak, bölünmeyi savunan bir nesne parçası, "iyi meme" veya "kötü göğüs" olarak algılanmamıştır. Nesnelere "iyi" ve "kötü" olarak algılanmasının hem anatomik hem de gelişimsel \ psişik bir anlamı vardır. Bölünmüş savunma, hem iç hem de dış nesnelere saldırganlık ve libido açısından birbirinden ayrı tutar (Akt. Erten, 2006).

Klein (1952), yaşamın başlangıcının bu ilk aşamasını "paranoid-şizoid konum" olarak adlandırır. Bu aşamada bebek, ölüm dürtüsünün etkisindeki saldırgan dürtü nedeniyle yoğun bir kaygı hisseder ve bu kaygı ile başa çıkabilmek için dışarıya, yani birinci bakıcıya "kötü" zihinsel temsiller yansıtır. Annede kaygıya neden olan bu "kötü" parçaların yansıtılmasıyla anne "zalim - zulmedici" olarak algılanmaya başlar ve bu kötü yanlar kendiliğinden değil dışarıdan anneye yansır. İdeal olarak anne, bebeğin kötü yansımalarını yansıtmalı özdeşim mekanizmasına dahil eder, onu duygusal olarak dönüştürür, bebeğe iade eder ve bebek anneden gelen bu izdüşümlerle özdeşleşerek kendi kaygısıyla baş eder.

Klein'ın teorisi, gerçek nesneye göre çarpıtılmış fantezideki nesne algısına odaklanması ve yok olma kaygısına aşırı vurgu yapması nedeniyle eleştirildi. Teoriyi eleştirenler, bir bebeğin bilişsel kapasitesinin yaşamın ilk yıllarında o kadar

karmaşık olmayabileceğini savunuyor. Klein'ın fanteziler üzerindeki aşırı vurgusu, bebeğin erken dönem çevresine vurgu yaparak diğer bazı teorisyenler (Winnicott, Fairbairn, Guntrip) tarafından dengelenmiştir. Örneğin Winnicott, yeterince iyi anne kavramını ortaya attı. Fairbairn, belki de dürtü teorisinden en uzak olanıdır. Ona göre, kişi dürtülerinden zevk almaktan ziyade nesnelere peşindedir (Gabbard, 1994).

Klein, ruhsal yapılanmanın, çocuğun gelişimi ile değişen çeşitli iç nesnelere oluştuğunu belirtir. Bebeğin fantezileri, çevre ile gerçek etkileşim deneyimleriyle şekillenir ve değiştirilir. Birey, nesnelere dünyasını, onu ilk savunma alanı olan bir iç ilişkiler sistemine açarak kullanır (Klein, 1935). Envy and Thanksgiving adlı çalışmasında Klein'a göre, meme yalnızca bir nesne parçası değil, aynı zamanda zevk veya reddedilme barındıran nesne temelli bir ortaktır. Göğüs, anne ile birincil yakınlığı sembolize eder, ancak anne daha sonra bir kişi olarak tanınacak ve tasarlanacaktır. Klein'ın teorisinde, dürtüsel bölgenin tatmini ile nesne ilişkilerinden duyulan tatmin (şükran) arasında önemli bir ilişki vardır; Her ikisi de kişinin sevmeye kapasitesinden kaynaklanan zevk ve minnettarlık kapasitesine bağlıdır ve bu sevgi kapasitesi, ölüm ve yaşam dürtülerinin kapladığı yapısal alan tarafından belirlenir. Bebeğin fantezileri, çevre ile etkileşim deneyimleriyle şekillenir (Gabbard, 1994).

Klein, Haset ve Şükran adlı eserinde haset duygusunun saldırganlık dürtüsünü temsil ettiğini ifade eder. Haset iyi nesneye karşı duyulan bir nefret olarak, kötü nesnelere karşı yöneltilen kötü duygulardan ayrılır. Bu sebeple iyi nesneye karşı duyulan persekütif durum, depresif ve prematüre bir kaygıdır (Gabbard, 1994).

Anne ve bebeğin ilişkisi, diğer nesnelere kurulan ilişkilere öncü niteliğindedir. Annenin çocuktaki heyecanları karşılayabilme yetisi, çocuğa verilen bakımın kalitesini belirler. Bebeğin heyecanları karşılanamaz ya da aşırılık yaşanırsa yetersizlik ve boşluk hisleri ortaya çıkar (İkiz, 2002).

Özetle Klein'a göre yeni doğmuş bebeğin ilk 3-4 ayda "paranoid-şizoid pozisyon" ve ardından "depresif pozisyon" olarak adlandırılan kendi nesne ilişkileri, kaygıları ve savunma mekanizmaları vardır. Bunlar, bireyin tüm yaşamı boyunca aralıklarla sahnelenmekte olup erken dönem ilişkiler neticesinde şekillenmiş nesne ilişkileri kişinin erişkin yaşamındaki ilişkilerinde baskın olan yaklaşımını belirlemektedir. 1940' larda yıllarca süren tartışmalardan sonra İngiliz Psikanaliz

Topluluğu 3 gruba ayrılmıştır: Klein'ın kuramını tümüyle kabul edenler, Freudcu uygulamalara nispeten sadık kalanlar (Anna Freud önderliğinde) ve Kleinci olmayan versiyonları ile nesne ilişkileri kuramları olarak bilinen bağımsız grup. Bu grubun başlıca üyeleri Fairbairn, Winnicott, Balint, Bowlby ve Guntrip, Klein'ın insanî etkileşim ile donatılmış bebek fikri üzerine görüşlerini inşa etmişlerdir. Ancak Klein'ın ölüm içgüdüsüne dayanan saldırganlık önermesi yerine uyumlu ve travmatik olmayan gelişim için programlanmış fakat yetersizlik ebeveynlikle engellenmiş bebek kavramını ileri sürmüşlerdir (Segal, 1988).

2.1.3. Winnicott'a Göre Nesne İlişkileri

Anne-bebek ilişkisi ve nesne ilişkileri kavramı, Winnicott'un teorisinde çocuğun psikolojik işleyişinin anlaşılmasında merkezidir. Winnicott'a göre, mutlak bağımlılıktan göreceli bağımsızlığa uzanan gelişimsel çizgi, ayrılık deneyimlerinden geçer. Bu deneyimler, kişinin yalnız olma kapasitesini değerlendirmeyi, nesneyi kullanma, yaratıcı bir geçiş etkinliği geliştirmeyi, ilkel kaygılardan kaçınmayı mümkün kılar: bu deneyimler sağlıklı bir şekilde gerçekleştiğinde, ayrılık ayrılık değil bütünleşmedir (Green, 2004).

Winnicott birincil narsisizmi çocuğun anneye bağımlılığı olarak tanımlar. Böylece yeterince iyi ortam mükemmel bir ortama dönüşür. Kapsama işlevi sayesinde anne, çocuğunun güvende olduğu hissini ve ruhsal yaşamındaki tutarlılığı sağlar (Winnicott, 2011).

Winnicott'a göre bebeğin tek başına var olması mümkün değildir ve onu tutan diğeriyle sürekli ilişki içerisinde (Winnicott, 2011). Bebek, her açıdan annesine bağımlıdır ve anne onu tüm yönleriyle kapsayarak tutmalıdır. Bir tutma ve bakım sağlamalıdır. Bu bakım yalnızca bedensel ihtiyaçların karşılanması değil bebeğin sıcak tutulduğu, kucaklandığı, korunduğu, dokunulduğu faaliyetlerdir ve duygusal gelişime de katkı sağlarlar. Bu bakım, bebeğin kaygılarıyla başa çıkmasına, dürtülerini, heyecanlarını idare edebilmesine yardım edecek şekilde olmalıdır. Anne hamileliğin sonlarıyla birlikte 'birincil annelik meşguliyeti' adı verilen bir gerileme (regresyon) yaşar. *Birincil annelik meşguliyeti*, gebeliğin son haftalarıyla doğum sonrası ilk ayları içine alan dönemde annenin bebeğine olan aşırı duyarlı olmasıdır. Bu dönemde bu aşırı duyarlılık sayesinde çocuğun bedensel ve duygusal gereksinimleri giderilir. Andre

Green ise bu süreci ‘annelik deliliği’ ismini vermiştir (Green, 2004). Anne bu dönemle birlikte yatırımını tamamıyla bebeğine yapan anne, bebeğin tüm ihtiyaç ve işaretlerine aşırı duyarlıdır. Bu aşırı duyarlılık olmazsa bebek bakımdaki yetersizliğin farkına varır. Aşırı ihmal ya da çok yoğun bakım bebeğin ruhsal dengesini bozar (Winnicott, 2011). Tüm bu durumlarda bebek anne ikilisi tek bir birim halindedir.

Winnicott’a göre, bebeğin annenin yokluğunu da deneyimlemesi bu yolla savunma mekanizmaları geliştirmesi ve kendi başına kalma kapasitelerini geliştirmesi önemlidir. Bu tek başına kalma deneyimleriyle çocuk annenin gerçek varlığı olmadan da kendisi olma yönünde adımlar atar. Yine Winnicott’ın tanımladığı geçiş nesnesi sayesinde ise bebek dış gerçeklik ile iç gerçeklik arasında bir tür ara alan oluşturur (Habip, 2011).

2.1.4. Kernberg’e Göre Nesne İlişkileri

Kernberg'e (1967) göre bebek doğduğu ilk ayda anneden ayrı bir birey olduğunun farkında değildir. Kernberg bu evreyi normal otizm olarak adlandırmaktadır. İyi ve kötü duyguları bütünleştiremeyen bebek, zevk veren ve saldırgan olmak üzere ikili bir bölme mekanizması kullanmaktadır. Bölme mekanizması ilk aylarda bebek için işlevsel bir sistemdir. Ancak daha sonraki evrelerde benliğin olgunlaşmasıyla beraber iyi ve kötü nesnenin, iyi ve kötü benliğin temsillerinin oluşması beklenmektedir. Bu dönemde patolojik nesne imgelerinin içselleştirilmesi patolojik bir benlik yapılanmasının zeminini oluşturmaktadır

2.1.5. Jacobsona Göre Nesne İlişkileri

Jacobson'a (1964) göre, kişinin nesne olarak aldığı şey aslında kendi öznel deneyimlerinin bir temsilidir. Benzer şekilde, nesne ilişkilerinin iç yaşamı asla gerçek dünya ve insanlarla aynı değildir; Aksine, erken içselleştirilmiş nesne temsillerinin, asimilasyonun ve özdeşleşmenin sonucunda meydana gelen bir yaşantıdır. Jacobson’a göre nesne ilişkileri, yaşamın başlangıcında anne ve bebeğin içgüdüsel uyarılma eşiğinde karşılaştığı doyurucu deneyimler ve tatmin edici olmayan deneyimler ile bunlarla ilişkili iyi ve kötü anne imgeleri ve emosyonel tutumlarından oluşur. Anne ile tanışmada yaşanan tatminkar deneyimler onunla birleşme arzusu yaratırken, bebeğin ihtiyaçlarının yeterince karşılanamaması hem dürtüsel hem de nesne ilişkileri açısından hayal kırıklığına neden olur. Bu, bebeğin nesneden iğrenme, ondan ayrı

durma, nesneden uzaklaşma gibi tavırlar geliştirmesine neden olur. Sonuç olarak anne ile bebek arasındaki bu etkileşimlerin bir sonucu olarak benlik ve nesne dünyasının temsilleri ve nihayetinde ego sistemi oluşur (Akt., Erten, 2006).

Nitekim Jacobson (1964), ünlü eseri "Benlik ve Nesne Dünyası" nda psikopatolojinin benlik ve nesne temsillerinin meydana gelmesinde; hayal kırıklığı zamanlarında benlik ve nesne temsillerinin durumundan ortaya çıktığını belirtir. Buna göre, benlik ve nesne imgelerinin ayrılmasından önce hayal kırıklıkları meydana gelirse, sadece nesnenin değil, benliğin bir kısmının da değeri düşürülür ve bu durumda primitif, agresif ve farklılaşmamış öz-nesne imgelerinin oluşmasına neden olur. Diğer tarafta, son derece idealize edilmiş görüntüler vardır ve bu durumda, son derece sert ve cezalandırıcı bir süper egonun oluşmasına yol açar. Başka bir deyişle, Jacobson'ın bakış açısından, ana belirleyici hayal kırıklığıdır ve bu hayal kırıklığının kendilik nesnesi temsillerinin gelişimsel sürecine denk geldiği yer önemlidir (Jacobson, 2015).

2.1.6. Fairbairn'a Göre Nesne İlişkileri

Fairbairn, libidonun Freud iddia ettiğinin aksine haz değil nesne aradığını, asıl amacın ilişki kurmak olduğunu, nesnenin ilişki için merkezi bir rolü olduğunu savunmaktadır (Erten, 2006). Libido yapışkan bir doğası olup çocuk ebeveyninden öğrendiği şekilde temas biçimleri kurmakta ve bunlar başkalarına bağlanmanın ve ilişki kurmanın yaşam boyu kullanılan örüntüleri haline gelmektedir. Fairbairn'e göre sağlıklı sağlıklı ebeveynlik, bir çocukta dışa yönelim, gerçekçi temas ve alışveriş sağlayacak gerçek insanlara yönelim ile sonuçlanmaktadır. Fairbairn tarafından Klein'in tarif ettiği içsel nesnelere yetersiz ebeveynliğin bir sonucu olarak kabul edilmektedir. Burada, hem bastırılmış olan hem de bastırılan içsel ilişkilerdir. Bastırılmış olan sadece reddeden nesne değil, aynı zamanda kendiliğin, sıklıkla ebeveynlerin ulaşılamaz tehlikeli yönlerine bağlanmış olan kısmı, antilibidinal egodur (Mitchell, 2009).

Fairbairn'e göre nihayetinde, sağlıklı kendilik gelişimi için benlik ve nesne temsilleri farklılaştırılmalıdır. Aksi takdirde bir bütün olarak benlik ve nesne temsilleri gelişemez ve bir bölünme yaşar, bu da benliğin zayıflığına ve "gerçek ötekiler" ile kurulamayan ilişkiye neden olur (Erten, 2006).

2.1.7. Mahlere Göre Nesne İlişkileri

Nesne ilişkileri kuramının önde gelen isimlerinden biri olan Mahler'e (1968) göre, sağlıklı bir gelişimsel süreçte bebeğin ötekilerle etkileşim içinde olması simbiyotik matristen çıkması gerekir. Yaşamın ilk ayını "otistik dönem" olarak adlandıran Mahler (1968), yenidoğanın ağırlıklı olarak bu dönemdeki fiziksel ihtiyaç ve duygularına ve sonraki 2-6 ay arasındaki "simbiyotik dönem" e odaklandığını belirtmiştir. Bebek yavaş yavaş annesine dikkatini çeker ve anne onu tutar, besleyerek ve şefkatle onu rahatlatır. Bu dönemde annenin bebek için sağladığı bakım bebeğin ileriki yıllarda benlik saygısını geliştirmede büyük rol oynayacaktır. Annenin sağladığı bu temel bakım bebeğin sadece fizyolojik değil duygusal ihtiyaçlarını da karşılamaya yöneliktir. Bu sayede anne, bebeğin gerçekliği değerlendirme kapasitesini ve düşünce süreçlerini geliştirmektedir. Nitekim Taylor (1975) tarafından vurgulandığı gibi, anne normal simbiyotik dönem ve sonrasındaki ayrılma süreci için fiziksel ve duygusal olarak erişilebilir olmalıdır (Burger, 2006).

Mahler'in (1968) kuramında simbiyotik evreden sonra gelen ayrılma bireyleşme evresi oldukça önemli bir yere sahiptir. Bu dönemde bebek bir yandan bağımsızlaşmak bir yandan da annesine yapışmak ister. Bu dönemde sağlıklı bir ayrılmanın gerçekleşmesi çocuğun ileriki yaşlarda bağımsız ve tutarlı bir birey olması için gereklidir. Bu evrede yaşanacak başarısızlık bebeğin duygusal anlamda anneye yapışmasına ve bağımsız bir kendilik duygusu kazanamamasına sebep olabilmektedir (Burger, 2006).

2.3. Savunma Biçimleri

Her organizma kendisini en uygun şekilde dengede tutma eğilimi göstermektedir (homeo-stasis ilkesi). İstenilen dengenin sağlanması için ise organizmada kendiliğinden bulunan ve gelişebilen; dengeyi bozan uyarıları tanıyabilen, değerlendirebilen ve korumasını sağlayan yetileri mevcuttur. Ayrıca uyumun dengesinin bozulmasına neden olabilecek herhangi bir etmen organizmada tehlike veya stres kaynağı olarak algılanabilmektedir (Saddock ve Saddock, 2007).

Savunma kavramı psikanaliz kuramının sahip olduğu dinamik yapılı görüşün en eski temsilcisi olma özelliğini taşımaktadır. İlk olarak 1984 yılında Freud tarafından yapılan 'Savunma Psikonevrozları' adlı araştırma ile ortaya atılmış ve daha sonraları

yapılan çalışmalarla birlikte 'ben' anlayışının neden olduğu acı verici veya katlanılmaz fantezi ve duygulanımlar karşısında gösterilen direnç olarak kullanılmaya başlanmıştır (Odağ vd., 1999). Bastırma ise artık bu işlemlerden yalnızca biridir. Anna Freud ve Kernberg sonraları savunma mekanizmaları kavramını geliştirmiş ve genişletmiştir. Yine Freud'un 1966 yılında ortaya koyduğu bir başka görüşüne göre savunma mekanizmaları, egonun neden olduğu istenilmeyen ve kaygıya neden olan durumlardan uzak durulması işlevinin yanında dürtüsel nitelikli davranışlar, duygular ve içgüdüsel isteklerin üstünde kontrol sağlanmasına sebep olan psikolojik süreçlerdir (Yılmaz vd., 2007). Savunma mekanizmaları ayrıca kişilik yapısının ciddi bir boyutunu da temsil etmektedir. Örnek vermek gerekirse, davranış paternlerinin belirlenmesinde olduğu kadar, anksiyetenin ve diğer affektif durumların kontrol altına alınmasında da etkilidir.

Tarihsel süreçte savunmaların öncelikle yıkıcı işlevlere sahip olduğu görüşü yaygınlaşmıştır. Bunun Freud'un askeri metaforları sevdiği için "savunma" kelimesini tercih etmesindeki talihsizliğinden kaynaklandığı söylenebilir. Bununla birlikte, analistler, savunma biçimlerini akademik ve teorik bir çerçeve içinde tartıştıklarında, işleyen bir savunmanın zorunlu olarak patolojik bir durumu gösterdiğini varsaymazlar (McWilliams, 2010). Bu bağlamda, Freud (2015) tarafından her zaman bir belirti ile ilişkilendirilmediği anlaşılan savunma mekanizmaları insan psikolojik gelişimi bağlamında tartışılmış ve kronolojik bir sınıflandırma deneyi yapılmıştır. Ancak Freud (2015), savunma mekanizmalarının kronolojik gelişimini belirlemenin mümkün olmadığını belirtmiş ve savunma durumunun inceliklerini incelemenin önemli olduğunu belirtmiştir.

Savunma mekanizması kavramı, psikanalitik teorinin insan davranışını anlamak ve açıklama getirmek amacıyla psikoloji bilimine kazandırdığı, eski olmakla birlikte güncelliğini koruyabilen bir kavramdır. Savunma mekanizmalarının psikopatoloji ile ilişkisi dikkate alındığında; kişilerin kullandıkları bu düzenekleri saptamanın klinik uygulamalarında, bu mekanizmaların zihinsel işleyişi en belirgin biçimde ortaya koyan kavramlardan biri olması nedeniyle, hem teşhis etmekte hem de tedavide kolaylıklar sağlanması beklenmiştir (Anlı, 2010).

Psikanalitik kuramların en önemli kavramlarından biri olan savunma mekanizmaları kendiliğe, başkalarına, düşüncelere ve duygulara yönelik algıları

şekillendirerek bireyin iç dünyasındaki uyumsuzlukları azaltan, doğuştan gelen ve istemsiz şekilde işleyen düzenleyici süreçleri ifade etmektedir. DSM-Vte belirtilen şekliyle ise savunma mekanizmaları, otomatik bir biçimde işlev görerek bireyi içsel ve dışsal stres faktörlerinin farkındalığından ve kaygıdan koruyan psikolojik süreçlerdir (APA, 2013).

Savunma mekanizmaları genel anlamda duygulanımları bireyin başa çıkabileceği sınırlar içinde tutmaya, dürtülerdeki artış ile bozulan psikolojik dengeyi tekrar kurmaya, kendilik tasarımı ani ve şiddetli değişimler yaratan yaşam olaylarıyla ve diğer önemli insanlarla yaşanan çatışmalarla başa çıkmaya hizmet etmektedir (Vaillant, 1994). Psikolojik sağlığı korumadaki bu önemli işlevleri sebebiyle savunma mekanizmaları, zihnin bağımsızlık sistemi olarak görülmektedir. Bununla birlikte savunma mekanizmalarının katı, uygunsuz ve aşırı şekilde kullanımının çeşitli psikopatolojilerle ve kişiler arası sorunlarla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Bowins, 2010).

Freud'a göre insanın kaygıyla başa çıkması varoluşun gereğidir. Kaygıya bağlı ortaya çıkan çatışmalarda savunma mekanizmaları adı verilen bazı davranışlar ortaya çıkar. Kişi savunma mekanizmalarını bilinçdışı kullanarak kaygı oluşturan durumlardan kendini korur (Kök ve ark, 2007). Anna Freud'a göre savunma mekanizmaları dürtüsel eylemler, içgüdüsel istekler ve duyguların kontrol edilmesini sağlayan süreçlerdir Hartmann (2011)'a göre ise hem içgüdüsel dürtünün denetiminde hem de dış dünyaya uyumda savunma süreçleri eş zamanlı olarak etki eder. Ego, psikolojik dengenin sağlanması için çeşitli savunmaları kullanır; bu sayede savunma mekanizmaları bireyin çevreye uyum sağlamasında ve kişiliğinin gelişmesinde etkili olur. Bu açıdan ortaya çıkan savunma mekanizmalarının ego gelişimi ve psikopatoloji ile ilişkisi olduğu düşünülmektedir. Örneğin, savunma mekanizmaları aracılığıyla kaygı, utanç, suçluluk, aşağılanma, üzüntü ve vicdan azabı gibi huzursuzluk yaratan duygular daha kabul edilebilir hale gelebilir. Bu durum bilinçdışı gerçekleşmekte ve bireyin kendi farkındalığının dışında otomatikleşmiş bir tepki olarak yaşanmaktadır (Taşkent, 2010). Bireyin herhangi bir sorun durumunda, sorunun gerçek kaynağı ile baş etmeye çabalaması yerine, savunma mekanizmalarını katı ve sıklıkla kullanması uygun bulunmamaktadır. Dolayısıyla savunma mekanizmalarının içsel başa çıkma

açısından kullanılması psikolojik iyilik halinin sağlanması için gereklilik oluştururken, aşırı kullanımı patolojik sonuçlara işaret edebilir (Solgun ve ark, 2018).

Savunma mekanizmaları altı hiyerarşik düzeye ayrılabilir (Cramer, 2000): çok uyumlu (diğergamlık, mizah, yüceltme, baskılama); zihinsel ketleme (yer değiştirme, disosiasyon, entellektüalizasyon, yalıtma, yapma-bozma); minör görüntü bozulması (değersizleştirme, idealleştirme, tümgüçlülük); reddetme (inkar, yansıtma, mantıksallaştırma); majör görüntü bozulması (otistik fantezi, yansıtmacı özdeşleşme, bölünme); eylem (dışa-vurum, kayıtsız geri çekilme, pasif saldırganlık); ve savunmacı bozulma (delüzyonel yansıtma, psikotik inkar, psikotik distorsiyon). Bununla birlikte bu savunma mekanizmaları üç düzey olarak sınıflandırılabilir. Bunlar, ilkel, nevrotik ve olgun savunma mekanizmalarıdır (Walburg ve Chiaramello, 2015). Bu çalışmada da üç düzeyli sınıflandırmadan faydalanılmıştır.

2.3.1. Savunma Biçimlerinin Sınıflandırılması

Alanyazında çok sayıda savunma biçiminden söz edilmektedir. Bu çalışmada savunma formları testinde mevcut olan savunma biçimleri üzerinde durulacaktır. Bu savunmalar; ilkel, nevrotik ve olgun savunmalar olarak gruplandırılmıştır (Yılmaz ve ark., 2007).

2.3.1.1. İmmatür (İlkel) Savunma Mekanizmaları

Olgunlaşmamış Savunma Mekanizmaları en ilkel savunma mekanizmaları arasındadır ve genellikle yaşamın ilk yıllarında görülür. Bu tür savunmada, genellikle tek başına iç dinamikler ve çevresel gerçeklik arasındaki uyumu sağlamak için yetersizdirler. Bu başlık altında incelenecek savunmalar şu şekildedir:

2.3.1.1.1. Yansıtma (Projection)

Freud tarafından tanımlanan ilk savunma mekanizmasıdır. 1985 yılında arkadaşı Fliess ile yaptığı bir yazışma sırasında ise yansıtmanın tanımını paranoid düşünceler çerçevesinden yapmıştır. Çünkü Freud' a göre egoya uyum göstermeyen bir duygu ya da düşünceyi uzaklaştırmak için, bu duygu ya da düşünce dış dünyaya ait farklı bir özneye yansıtılmaktadır. Hayatın ilk yıllarında itibaren kullanılmaya başlanan bu savunma mekanizması, insanların çok sık başvurduğu bir araçtır. Temelde bebeklik dönemine ait bir savunma biçimidir ancak gerçekleri değerlendiremeyen bir

benliğe sahip olan yetişkin de kullanabilir (Bakırcıoğlu, 2010). Örneğin, sınavlarda başarısız olan bir öğrenci öğretmeninin adil olmadığına inanabilir; işinde yetkin olmayan memur zayıflığını yöneticisinin anlayışsızlığına bağlayabilir. Bazı insanlar da kendilerine yönelik değersizlik duygularını, diğer insanlar tarafından küçük görüldüğü inancına dönüştürür; bu nedenle bu kişiler sürekli diğer insanlar tarafından değersiz görüldüklerine ve reddedildiklerine dair kanıtlar arama eğilimi gösterirler. Hatta bazılarında bu inanış çokça yoğundur ve psikoz sınırlarını zorlayan seviyede kendilerine olan yakınlığı kabullenemez (Geçtan, 2012).

2.3.1.1.2. Pasif Saldırgan (Passive Aggression)

Psikanalitik perspektifte pasif agresif olarak nitelendirilen kişilik örüntüsü anal dönem fiksasyonlarında oluşmaktadır (Doğan, 2015). Pasif saldırgan savunma mekanizması, stres durumlarında endişeden kaçınmak ve sorunla baş etmek için bireyin başkalarına yönelik saldırganlığı örtülü, dolaylı bir şekilde göstermesidir. Bu tutumda düşmanca tavır maskelenirken, açıktan bir boyun eğme imajının sunulduğu görülebilir (Yaşar, 2014). Örneğin, kızgınlık nedeniyle karşısındakini rahatsız etmek için somurtarak oturma; yöneticisine kızan çalışanın işleri yavaşlatması gibi.

2.3.1.1.3. Eyleme Vurma (Acting Out)

Freud'un ilk yazılarında, bazı hastaların bilinçdışında var olan çatışmalarıyla bilinçli düzlemde karşılaşmamak için eyleme geçtikleri bildirilmektedir. Hasta eyleme geçerek bu çatışmaların yarattığı gerilimi azaltmaya çalışmaktadır (Rowan, 2000). Bu maladaptif savunma mekanizmasının bir sonucu olarak birey, meydana gelebilecek olumsuz sonuçları düşünmeden eyleme başvurur ve böylece bilinçdışı dürtü ve uyarılardan kaynaklanan zihinsel gerginlik geçici olarak giderilir. Zihinsel gerilimini ifade edemeyen kişi bunu sözlü olarak ifade eder. Hızlı araç kullanmak, rastgele cinsel birliktelik yaşamak, uygunsuz miktarda alkol tüketmek gibi davranışlar buna örnek gösterilebilir.

2.3.1.1.4. Yalıtım (Isolation)

Yalıtım (izolasyon), S. Freud tarafından tanımlanan ilk savunma mekanizmaları içindedir. Bireyin kabul edemeyeceği, gerilime sebep olan veya çatışma uyandıran duygu ve fantezileri, duygusal boyutundan ayrı olarak veya kabul

edilebilir kılma çabasıdır. Kişinin dayanamayacağı ruhsal gerilimler duygusal boyuttan ayrılarak yaşanmaya çalışılır ve böylelikle hayal kırıklığı, acı gibi olumsuz deneyimler önlenir. Bu mekanizmaya sahip kişilerde körelmiş duygular gözlenir ve duyguları olmayan başka bir insanın olaylarını anlatıyormuş gibi deneyimlerini aktarırlar (Geçtan, 2012). Acı verici deneyimlerini akılcı açıklamalar yaparak ifade edebilirler veya kederini ifade ederken bile duygusuz bir tavır sergileyebilirler.

2.3.1.1.5. Değersizleştirme (Devaluation)

Değersizleştirme savunma mekanizması, idealizasyon ihtiyacının farklı bir versiyonudur. Bu sebeple içinde hayal kırıklığı barındırmaktadır (McWilliams, 2010). Bu mekanizma genellikle narsisizmle özdeşir ancak farklı örgütlenmelerde de kendini gösterebilir (Blackman, 2014).

Freud değersizleştirmeyi köken olarak çocuğun kendisinin ya da annesinin vücudunda penis eksikliğini fark ettiği anda bu bedenleri değersiz olarak görmesi şeklinde belirterek kastrasyonanksiyetesi ve penis hasetine gönderme yapmak suretiyle değerlendirmiştir. Freud'dan sonra bazı analistlere göre değersizleştirmenin âdet kanaması ile alakalı olduğunu öne sürmüşlerdir. Çünkü hasta olmak ve kirlenmek gibi kelimelerin bireyin bedenine yüklediği değersizlik duygusunun tezahürleri şeklinde düşünülmesine neden olacağını ileri sürmektedirler (Geçtan, 2012).

2.3.1.1.6. Otistik Fantezi (Autistic Fantasy)

Otistik fantezide kişi gerçekliğin hoşça gitmeyen yanlarını reddeder ve yerlerine arzuladığı fantezileri koyar. Bu durum egonun normal işleyişinin bir parçası olabileceği gibi patolojik bir süreç haline de gelebilmektedir (Hartmann, 2016).

Anna Freud (2004) tarafından 1936 yılından yayınlanan kitabı 'Ego ve Savunma Mekanizmaları' fantezinin, ruhsal gerginlik ve çatışmalara neden olan dürtüsel tasarım, arzu ve isteklerin yanında nesnel hoşnutsuzluk ve kaygıyı engelleme ve baş etme yöntemi şeklinde kullanılan yalın ve ilkel özellikli bir savunma olduğundan bahsetmektedir. Bilhassa çocukluk döneminde sık sık kullanılan bu savunma türü eğer başarılı olursa çocuk kurduğu fanteziler yüzünden gerçeklik açısından büyük öneme sahip başarısızlık, tehdit ve yıkıcı istekler gibi durumlar karşısında duyarsızlaşır ve ona ait duygusal organizasyonları koruma altına almış olur.

Çocukluk döneminde her ne kadar zihinsel gerçekliğin fanteziden ayrılması konusunda bir başarı elde edilebilse de bu fanteziye aşırı yatırım yapıldığı gerçeğini değiştirmez. Çünkü çocuğun yaşının ve egolarının ilerlemeyip giderek kuvvetlenmesi egonun gerçekliği yâdsıma yeteneği ile gerçekleri tanım ve eleştirel olarak sınama yeteneği arasında bir çelişkiye neden olmaktadır. Yaşın ilerlemesiyle ayrıca gerçeklik adına yapılan yatırımın artması ve egonun fanteziye duyduğu gereksinimin giderek azalmasıyla güçlü bir konuma gelmesi beklenmektedir. Böylelikle daha nitelikli ve olgun savunma mekanizmaları kullanılarak arzular ve gerçekler arasındaki denge daha sağlıklı kurulabilecektir. Yoksa yetişkin birey ruhsal açıdan doyum sağlamasına kaynak olarak fantezi ve varsayımları kabul edecek bu da onu psikoza doğru sürükleyecektir (Freud, 2015).

2.3.1.1.7. Yer Değiştirme (Displacement)

Freud'un ilk dönem çalışmalarında kişinin bastırmak zorunda kaldığı cinsel arzularından dolayı ortaya çıkan anksiyetelerle başa çıkabilmek adına duygu ve dürtülerini yönünü değiştirmesinin fobiye temel olabileceğini belirtmektedir. Sonraki dönemlerde yaptığı çalışmalarında ise yer değiştirme mekanizmasının rüyaların kurgulanma tekniğinde ve obsesif- kompulsif bozuklukta başlıca rol oynadığını söylemiştir (Vaillant, 1992).

2.3.1.1.8. Bölme (Splitting)

En ilkel ve arkaik savunma mekanizmalarından olan bölme mekanizmaları birbirine karşıt kendilik ve nesne imgelerini keskin çizgilerle ayıran bilinç dışı bir süreçtir. Klein'e göre ise, bebeklerin yaşamlarının ilk aylarında duygusal dünyasının sürdürülebilirliği açısından temel niteliğe sahip bir mekanizmadır. Bebeklerin iyi ile kötüyü, sevgi ile nefreti, haz ile acıyı birbirinden ayırmasını sağlamaktadır. Böylelikle olumlu yaşantılar ile olumsuz yaşantılar ile birbirine karışmadan korunur (Geçtan, 2012).

2.3.1.1.9. Rasyonalizasyon (Rationalization)

Rasyonalizasyon mekanizması, geçmişe, şimdiye ve geleceğe yönelik tasarladığımız davranışlara mantıksal ve toplum tarafından onaylanmış açıklamalar getirmektir (Geçtan, 2012). Bir kişi, kendi zevki için aşırı para harcamayı veya kişisel

çabaları için görevini ihmal etmeyi haklı çıkarmak için kolayca nedenler yaratabilir. Bir kişi ulaşmak istediği ve ulaşmaya çalıştığı bir hedefe ulaşamadığında, kendisine ve çevresindekilere, arzulanan amacının o kadar iyi, istenen, gerekli hedef olmadığına dair açıklamalarda bulunduğunu görmek çok yaygındır. ya da başka bir kişinin saldırgan ve nefret dolu davranışlarının altında yatan ve zihinsel gerilime neden olan kıskançlığın, amacına ulaşmamış cinsel dürtüler gibi motivasyonları kabul etmesi zor olmaktan çok daha kabul edilebilir nedenler ortaya koyması şeklinde de görülebilir (Yılmaz vd., 2007).

2.3.1.1.10. Yadsıma/İnkar (Denial)

Freud'a (1923) göre, çatışmaya neden olabilecek gerçekler bilinçsizce reddedilir. A. Freud'un 1936 tarihli çalışmasında "söz ve eylemde inkar" ve "fantezide inkar" olarak incelenir. Ego güçlendikçe ve gerçeklik tanıma işlevi güçlendikçe, inkar savunması zayıflar (Freud, 2015). Bir akrabasını kaybettikten sonra o kişinin geri dönecekmiş gibi yaşamak, inkarın bir örneğidir. Bireylerin gerçeklikle bağlarının zayıfladığı psikotik süreçlerde de ortaya çıkabilir.

2.3.1.1.11. Bedenselleştirme (Somatization)

Somatizasyon (bedenselleştirme) kavramı ilk olarak 1924'te Stekel tarafından tanımlanmıştır. Bu kavramın kökleri Freud'un histeri çalışmalarına dayanmaktadır. Histeri çalışmalarında ödipal dönem travmalarının konversiyon olarak kendini göstermesi bedenselleştirmenin temelini oluşturmaktadır. Kişi travmatik yaşantıların etkilerini bedenindeki semptomlar üzerinden yaşar ve bu semptomların anlamı bilinçdışının serbest çağrışımıyla bulunabilir (Karvonen, 2007).

2.3.1.1.12. Disosiyasyon (Dissociation)

Yüksek düzeyde adaptasyona sahip ego savunmaları, bireyin baş edemediği çok acı verici ve travmatik durumlarda (cinsel istismar, tecavüz vb.) Ego bölme ve bastırma mekanizmaları ile bölünür ve bastırılır. Ayrıca disosiyatif amnezi, disosiyatif füğ, disosiyatif ve duyarsızlaşma da kimlik bozukluklarına neden olabilir (Yılmaz vd., 2007).

2.3.1.2. Nevrotik Savunma Mekanizmaları

Nevrotik savunma mekanizmaları genel itibariyle obsesif kompulsif ve histerik yapılanmalar gibi nevrotik patolojilerde görülmektedir. Başlığın altında açıklanacak savunma tipleri şöyledir (Geçtan, 2012):

2.3.1.2.1. Yapma-bozma (Undoing)

Freud'un 1909'da üzerinde çalıştığı "fare adam" vakası, kompülsiyona dayalı yapma bozma mekanizmasını açıklayan ilk olaydır. Zorlantılı (kompulsif) durumlar, ikincisinin birinciyi etkisiz hale getirdiği toplam iki aşamadan oluşur. Cezalandırmaya yönelik tehditleri içeren obsesyon odaklı bozma mekanizmalarıyla önlemler alınır ve bu şekilde takıntıya dayalı nevrotik durumun temeli oluşturulur. Yapma-bozma mekanizması, köklerini erken çocukluk yaşantılarından alır. Mekanizma, çocuğun yanlış davranışı düzelttiği veya bu davranış için özür dilediği ve cezayı affetmeye dönüştürdüğü yerdir (Geçtan, 2012).

2.3.1.2.2. Özgecilik (Psödo Altruizm)

Freud (1936) yapıtında ablasının birlikte çıktığı erkekte gözü olmasına rağmen onu güzelleştirmek için uğraşan bir kızıdan bahsederek yansıtma ve özdeşlemenin birleşiminden oluşan bir tür özgeciliğe söz etmektedir. Bu mekanizmada kişi kendi içgüdülerinin doyurulması amacıyla başkalarının dürtülerini doyuma ulaştırmak ve faydalı olma yolu için sınırsız çaba harcamaktadır. Bu mekanizmayı kullanan kişiler toplumda çok değer görmektedirler. Özgecilik savunma mekanizması, kişinin kendi içgüdüsel ihtiyaçlarının yerine başkasının ihtiyaçlarına yükleyerek kişinin yaşantısına katılmanın kendisinde oluşturduğu haz ve başkaları için hiçbir çıkar söz konusu olmadan çaba harcamasıyla alınan içgüdüsel doyumunu gerçekleştirmektedir. Hatta, kendine yönelik isteklerini gerçekleştirmeye güç yetiremeyen birey öyle ki isteklerini kendisinden daha iyi konumda olan rakibine aktarır onu doyuma ulaştırması için çaba harcamaktadır. Bu yöntemle kendi isteklerini kendinden daha yetkin gördüğü rakibin elde etmesi için yardımcı olur (Ersevrim, 2013).

2.3.1.2.3. İdealleştirme (İdealization)

İdealizasyon mekanizması ile kişi nesnenin istenmeyen karakteristik özelliklerini yadsıyarak libidosunu yansıtılabileceği bir nesne haline getirmektedir. Aşık

olan bir kişinin sevdiği kişiye normalden çok fazla olumlu atıflarda bulunup sadece olumlu yönlerini görerek bunları abartarak anlatması örnek olarak gösterilmektedir. Yoğun olarak kullanıldığı takdirde nevroitik şekildeki kayıp ve suçluluk duygusunu yaşamaktadır (Ersevım, 2013).

2.3.1.2.4. Karşıt tepki geliştirme (Reaction formation)

İlk olarak Freud tarafından tanımlanmış ve kabul edilemez dürtü ve arzuların yüceltme mekanizması ile birlikte sosyal olarak daha kabul edilebilir hale dönüştürüldüğü olumlu bir mekanizma olarak görülmüştür. Daha sonra karşı reaksiyon geliştirme mekanizmasında süblimasyon farklılıkları ortaya çıkar. Süblimasyon mekanizmasında dürtü nesnesinden ayrılrsa da amacı değişmez. Olumsuz tepki geliştirme mekanizmasında, dürtü nesnesinden koptuğu için libido yatırımları zıt hedefte görülür. Duygular, dürtüler ve talepler çok yoğun olduğunda, bu durum kabul edilmesi tehlikeli ve cezayla tehdit edilen kaygı ve suçluluk duygularına yol açabiliyorsa, bastırılması zorlaşır. Kardeşine karşı kıskançlık duyan bir çocuğa aşırı ilgi, ters tepki geliştirmenin bir örneğidir (Geçtan, 2012).

2.3.1.3. Olgun Savunma Mekanizmaları

Olgun savunma mekanizmalarının rolü, kişilerin içsel dinamikleri ile çevresel gerçeklik arasında uyumlu ve yararlı bir dengenin kurulmasını sağlamaktır. Genel olarak dürtülerin belli anlamlarda boşalmasını sağlamakta faydalı olan, ruhsal gelirim ve anksiyete seviyelerinde azalma sağlayan ve kişini sosyal olarak olumlu geri dönüşler almasına yardım etmektedirler. Bu başlık altında incelenecek savunmalar ise şu şekildedir:

2.3.1.3.1. Yüceltme (Sublimation)

Yüceltme mekanizması ilk olarak Freud'un Fliess ile 1905 yılında yaptığı mektuplaşmalarında tanımlanmıştır. Ancak son halini 1905 yılında alabilmiştir. Freud'a göre yüceltme mekanizmasının tanımı, cinsel merakın sanatsal ve yararlı etkinliklere yöneltilmesidir. Bireyler böylece ilkel olan eğilim ve isteklerini doğal amaçlarında çevirmek suretiyle toplumun beğendiği etkinlikler haline getirir. Aslında bu terim özellikli bir mekanizmayı tanımlayamaz; edilgen nitelikten etkinliğe geçmek, olumsuz bir hedefi olumlu ve yapıcı bir hale dönüştürmek gibi başarı sonuçlu savunma

yöntemlerini bu başlık altında toplamak mümkündür. Ortak olan yön ise, egonun boşalmasına engel olmadan hedeflenen amacın yön değiştirilmesinin sağlanmasıdır. Yüceltilmiş dürtüler dolaylı da olsa kendilerini boşaltabilir, ancak başarısız savunma mekanizmalarında dürtüler gerekli çıkış yolunu bulamamaktadır. Ancak yüceltme mekanizmasında özgün dürtü yok olur ve enerjisini başka bir amaç doğrultusunda kullanır (Vaillant, 1992).

2.3.1.3.2. Bastırma (Repression)

Geçtan'a (2012) göre baskı; içgüdüsel dürtülerin insanın isteği dışında bilinç dışında tutulması ve bilince çıkmalarının önlenmesidir (Geçtan, 2012). Bastırma ise bir imge ya da duygulanımın bilinçli benin dışında tutulması ya da bilinçli benden atılmasıdır (Öztürk ve Uluşahin, 2011). Bastırma, tehlikeli bulunan ve anksiyete yaratabilecek nitelikteki dürtülere karşı egonun öncelikli başvurduğu temel savunma mekanizmasıdır. Uzlaşma ve nevroz oluşumları için temel oluşturmaktadır. İçsel dünyada yerine getirilmeleri tehlikeli görülen, bilinçte kalmaları iyi karşılanmayan, rahatsız edici istekler, eğilimler, arzular, deneyimler, toplumsal veya ahlaki tüm kurallara göre yanlış sayılanların bilinçsizce bilinçaltına itilmesini gerçekleştirdiği davranıştır. Bilinçaltında tutulan güdüler hiçbir zaman tam baskı altına alınamaz ve simgesel olarak gelecekte rüyalar, basit unutkanlıklar, dil sürçmeleri gibi bilince çıkarak etkin rol aldığı varsayılmaktadır. Karşı cinse yönelik aşırı çelişkili tutumlar, günlük yaşamda dil ve hareket sürçmeleri, öfke gibi sık görülen durumlar bastırmaya örnek olarak gösterilebilir (Freud, 2015).

2.3.1.3.3. Beklenti Oluşturma (Anticipation)

Beklenti savunma mekanizması, kişinin geleceği için tehlike oluşturabilecek olası olayları önceden tahmin etmek ve bu olaylar hakkında gerçekçi düşünerek alternatif reaksiyonlar ve çözümler üretebilmek olarak tanımlanmaktadır. Kişinin herhangi bir stresli durum karşısında bu sürece uyum sağlamak için beklenti savunma mekanizmasını kullanma hassasiyetinin büyük önem taşıdığı varsayılmaktadır. Bu durum, tıpkı bastırma mekanizması gibi ileride ortaya çıkabilecek istenmeyen ve hoş olmayan durumları kontrol altına alır (Vaillant, 2000).

2.3.1.3.4. Mizah (Humor)

Freud (1998) bu mekanizmayı, olumsuz bir durumla karşılaştıklarında zihinsel gerilimi azaltmak için insanların gerçekçi bakış açılarını kaybetmeden şakalara ve alaylara başvurdukları sağlıklı bir savunma olarak tanımlamaktadır. May (2000) ise insanların sorunlarından uzak durarak yeni bir bakış açısı geliştirdiklerini belirtmiştir. Şaka yapılarak hem agresif hem de cinsel gerginlikler giderilmiş, ergenlik dönemindeki cinsel heyecanın gülme ifadesi örnek olarak gösterilmiştir. Bu şekilde ego, kaygı yaratan durumların şiddetini azaltır. Mizah mekanizması sayesinde kişiler uygunsuz düşüncelerini kendilerini veya başkalarını rahatsız etmeden ifade edebilmekte ve sosyal ilişkilerindeki çatışmaları azaltarak uyum becerilerini artırmaktadır (Ersevim, 2013).

2.4. Romantik İlişki ve İlişki Doyumu

İnsanların yaşamlarını sürdürmek için duygusal ve fizyolojik ihtiyaçları vardır. İnsanlar genellikle bu duygusal ihtiyaçları romantik bir ilişki kurarak karşılarlar. Romantik ilişkilerde önemli olan başka bir kişiye ilişki ya da aşk ihtiyacıdır. Sternberg (1986), duygusal ilişkiyi tanımlarken, kişinin gönüllü olarak seçtiği tutku, bağlanma ve yakınlığın oluşturduğu bir birliktelikten bahsetmiştir. Yakın ilişkileri, akrabalıkları, arkadaşlıkları ve aile ilişkileri olarak tanımlamaktadır. Romantik ilişki genellikle aşk olarak düşünülürken, romantik ilişki kavramı bağlanma, aidiyet ve destek gibi unsurları içerir (Terzi ve Özbay, 2016). Yaşam doyumunu etkileyen durumlardan biri, bireyin başarılı bir romantik ilişki kurabilmesidir. Romantik yakın ilişkiler, sürelerine bağlı olarak partnere bağımlılık olarak da tanımlanabilir. Sağlıklı ve işlevsel romantik ilişkiler kişiyi fiziksel ve duygusal olarak motive eder (Kalkan ve Yalçın, 2012).

Romantik ilişkiler, sevgili veya evli çiftler arasında tutku, bağlanma ve yakınlıkla gelişen, bireylerin gönüllülüğüne dayalı olarak tanımlanmaktadır. Yakın ilişki içinde bulunan bireyler sürekli ilişkilerini değerlendirme eğilimindedirler. Bu da bireylerin iyilik halini, ilişkinin devamlılığını ve ilişki doyumunu etkilemektedir (Hinde, 2007).

Sternberg'e (1986) göre romantik ilişki, kadın ve erkek arasında gelişen tutku, bağlılık ve yakınlığın bileşiminden oluşan bir olgudur. Başka bir görüşe göre

romantik ilişkiler bağlanma, duygusal yakınlık, bilişsel yakınlık, fiziksel yakınlık ve karşılıklılık özelliklerine sahiptir. Romantik ilişkiler davranışsal, bilişsel ve duygusal özelliklere sahiptir ve yapısında psikolojik yakınlık hissi, hayranlık ve cinsel çekim olmak üzere üç bileşeni barındırır (Overbeek, Ha, Scholte, Kemp ve Engels, 2007).

Bebeklik ve yetişkinlik dönemlerinde sevmek, göz temasını, dokunmayı, gülümsemeyi, ağlamayı ve tutmayı hedefler. Yakın ilişki içinde olan yetişkinler, rahatsız oldukları durum karşısında üzüntü, ağlama ve ayrılık korkusu yaşarlar, ilişki sorunu çözüldüğünde mutluluk ve neşe hissederler. Güvenli bir romantik ilişki kurmak, çiftlerin karşılıklı ihtiyaç ve beklentilerinin karşılanmasını gerektirir. Beklentilerin ve ihtiyaçların karşılanmadığı romantik ilişkilerde kaygı hissedilir (Shaver ve Mikulincer, 2014).

Connolly ve Goldberg (1999) romantik ilişkiyi dört aşamadan oluşan bir süreç olarak açıklamıştır. İlk aşamada; karşı cinsin arzusu ve fiziksel çekiciliği önemli bir yere sahiptir. Yakın ilişki aşaması olarak adlandırılan ikinci aşamada; insanlar, arkadaş çevrelerinde karşı cinsle yaptıkları etkinlikler sayesinde romantik ilişkilerin başlamasına katkıda bulunur. Yakın romantik ilişkiler aşaması olarak adlandırılan üçüncü aşamada; karşı cinsle flört ve cinsel yakınlık meydana gelebilir. Sadakat ilişkisinin son aşamasında, samimiyet ve tutku ile birlikte derin bir bağlılık duygusu oluşur. Bu, daha istikrarlı ve uzun bir ilişkinin başlangıcıdır. Uzun bir süreç olan bu aşama evlilikle sonuçlanabilir.

Bireylerin hayatlarını sağlıklı şekilde devam ettirmeleri için çeşitli fizyolojik gereksinimleri olmakla birlikte duygusal gereksinimleri de bulunmaktadır. Duygusal gereksinimlerin birçoğu romantik ilişki yaşayarak giderilmektedir. Romantik ilişki, zaman zaman bireysel bir ilişki olabilirken; bazı zamanlarda ise bireyin partnerine karşı hislerini belirtmesiyle de oluşabilmektedir. Bireylerin romantik ilişkilerinde ihtiyaç duyulan en önemli unsur ilişki yaşamak ya da aşık olmak için bir başkasına ihtiyaç duyulmasıdır (Atak ve Taştan, 2012).

Duygusal ilişkiden bahsedilirken, bireyin tutku, bağlanma ve yakın birlikteliklerinin ön plana çıktığı belirtilmektedir. Arkadaşlar, yakın çevre, aile ve akrabalarla yakın ilişkiler geliştirilmektedir. Romantik ilişkiler sadece aşkla oluşan ilişkilerle tanımlanamamaktadır. Romantik ilişkiler bünyesinde aidiyet duygusu,

bağlanma ve destek öğelerini barındırmakta olup, geniş bir çerçevede değerlendirilmektedir (Terzi ve Özbay, 2016).

2.4.1. İlişki Doyumu

İnsanlar ilişkilerini değerlendirme eğiliminde oldukları için, ilişkiyi etkileyen en önemli etmenlerinden birisi de ilişki doyumudur. İlişki doyumunu, kişinin içinde bulunduğu ilişkiyi çekici ve partneri hakkında olumlu duygularla değerlendirmesi olarak tanımlanmıştır. Aynı zamanda bireyin ilişkinin kalitesi konusunda yaptığı öznel değerlendirmelere işaret etmektedir. Bu değerlendirmelerin olumlu olması ilişkiyi doyum sağlandığı, olumsuz olması ise doyum sağlanmadığı anlamına gelmektedir (Hendrick ve Hendrick, 1989).

Potthoff ve Babcock (2015)'e göre doyum, ilişkide ödüllere maliyetlerin çıkarıldığı bir mekanizmadır. Başka bir tanıma göre ilişki doyumunu ilişkinin çekiciliği ve partner hakkında olumlu kişisel değerlendirmedir. Sosyal değişim modeline göre ise ilişki doyumunu, kişinin partnerinden beklentileri ve partnerinin davranışları arasında ortaya çıkan etkileşimdir.

İlişki doyumunu karmaşık bir terimdir ve bu yüzden çeşitli tanımları vardır. Literatüre bakıldığında ilişki doyumunu, kalite, uyum ve istikrar gibi alternatif terimlerle de ele alınmaktadır. Romantik ilişki doyumunu denilince cinsel tutumlar, dile getirilen özel duygular, bağlanım konuları, kendini ifade etme ve ilişki yatırımı ile ilgili olan ilişkideki duygular, düşünceler ve davranışların tamamı akla gelmektedir (Hendrick, 1988).

Romantik ilişkiler üzerinde oldukça etkili olduğu düşünülen romantik ilişki doyumunu, Hendrick (1988)'e göre; cinsel tutumlar, aşkın ifade edilen duyguları, sadakat, kendini açma ve ilişki yatırımı ile ilgili olup, ilişkideki duygu, düşünce ve davranışlara işaret etmektedir. Yani ilişki doyumunu, ilişkideki duygu, düşünce ve davranışların değerlendirilmesinin önemli bir alanı olarak düşünülmektedir.

Rusbult ve Martz (1995) ise yatırım modelini, bireylerin ilişkilerini sürdürmeye niyetli olmalarının, ilişkilerine psikolojik olarak bağlı hissetmelerinin ve ilişkilerine uzun süreli bir yönelimin olması olarak tanımlamaktadır. Yatırım modeline göre ilişki doyumunu ilişkiden alınan ödüller, ilişki için ödenen bedeller ve ilişkiye dair

beklentilere göre belirlenmektedir. Aynı zamanda bu modele göre doyum kişinin ilişkiye yönelik olumlu duygularının derecesine göre belirlenmektedir.

İlişkiye yapılan yatırım ilişkiye hem doğrudan hem de dolaylı olarak dışsal kaynaklar aracılığı ile ortaya çıkabilmektedir. Bunlar ayrılan zaman, kendini açma, duygusal paylaşımlar, maddi paylaşımlar gibi olabilmektedir. Bu modele göre ilişkiye yapılan yatırım arttıkça ilişki istikrarında da artış olacaktır. Literatüre bakıldığında ilişki doyumu yüksek, ilişkisine yatırımı fazla olanların, iyi seçeneklerinin olmadığını düşünenlerin ilişkilerine göre bağlanımları daha yüksek olmaktadır (Rusbult ve Martz, 1995).

İlişki doyumu, birçok araştırmanın konusu olmuştur. Hem evli bireyler, hem evli olmayan ancak romantik birlikteliği olan heteroseksüel çiftler hem de eşcinsel çiftler üzerinde ilişki doyumu çalışılmıştır (Altınok, 2014). İlişki doyumu, birinin ilişkisini arzu etme, olumlu etkileşim ya da genel olarak birinin partnerliğini ya da biriyle ilişki içinde olmayı olumlu yorumlama şeklinde tanımlanmıştır. Nicolas'a göre (2005) ilişki doyumu, bireyin ilişkiden duyduğu tatmin ve mutluluk duygusunun düzeyidir. Halford ve arkadaşlarına göre (2002) ilişki doyumu, bireyin partnerine karşı iyi duygular, iyi bir iletişim, pozitif ilişki şemasına sahip olma, eylemsellik ve problem çözme yetilerine sahip olma olarak tanımlanır (Canel, 2007)

Romantik ilişkilerin sağlıklı şekilde sürdürülmesi, ilişkinin devamlılığını etkileyen en önemli faktör olan ilişki doyumu ile mümkündür. Hendrick (1988) 'e göre ilişki doyumu, bir kişinin romantik ilişkileri hakkındaki duygu, davranış ve düşünceleridir. Literatürde ilişki sürecini önemli ölçüde etkileyen ilişki doyumu ilişkin birçok başka tanım vardır. Bu tanımlardan birini yapan Sabatelli (1988), ilişki doyumunu kişinin romantik ilişkideki kendi beklentileri ile birlikte olduğu kişinin davranışları arasındaki ilişki olarak tanımlamış ve ilişki doyumunun ilişki uyumu ile eş anlamlı olarak kullanılabileceğini belirtmiştir. Lin ve Rusbult (1995), ilişki doyumunda ilişkiye dair olumlu duyguların önemli bir rol oynadığını, yakınlık ve beraberlik gibi önemli ihtiyaçların karşılanması durumuna bağlı olarak ilişki doyumu da yüksek olduğunu belirtmişlerdir (Lin ve Rusbult, 1995).

Romantik ilişkilerin insan yaşamındaki önemi düşünüldüğünde, bu ilişkiden elde edilen doyumun ilişki istikrarını, ilişki kalitesini, bireylerin genel iyilik halini ve

mutluluğunu etkilediği söylenebilmektedir. Campbell (1991)'ın aktardığına göre araştırmalara bakıldığında zaman ilişki doyumu partnerlerin ilişki doyumu hakkındaki kişisel değerlendirmelerine dayandığı için insanların genel iyi oluşlarını ve mutluluklarını da etkileyen kritik bir etmen olarak görülmektedir (Campbell, 1976). Kobak ve Hazan (1991)'a göre bireylerin kendilerine veya başkalarına dair olumlu değerlendirmelerinin olması onların yapıcı çatışma çözme becerileri kullanmalarını sağlamaktadır. Bunun sonucunda da ilişkiden alınan doyum artmaktadır (Kabak ve Hazan, 1991).

Romantik ilişki doyumuna uygulanan kişilerarası ilişki kuramlardan biri Thibaut ve Kelley'nin (1959) Sosyal Mübadele Kuramıdır. Daha sonra Kelly ve Thibaut (1978) tarafından Karşılıklı Bağımlılık Kuramı olarak da adlandırılan bu kurama göre, insanlar ilişkilerini en düşük bedelle en yüksek ödülü sağlayacak biçimde düzenlemek isterler. İlişkiden sağlanan ödül bedelden daha fazla olduğunda ilişkinin sonucunun pozitif olduğu düşünülür. Ancak, bir ilişkinin sonucunun pozitif olması bireyin ilişkisini tatmin edici bulması için yeterli değildir. İlişkinin tatmin edici bulunması ve ilişkinin sürdürülmesi için sonucun bir standardın üzerinde olması gerekir. Kuramda Karşılaştırma Düzeyi olarak adlandırılan bu standart değerlendirmeyi yapan bireyin geçmişte yaşadığı benzer ilişkilerin sonuçları ve benzer ilişki içinde olan diğer insanların sonuçlarıyla yapılan karşılaştırılmalara dayanarak oluşturulur. Karşılaştırma düzeyi bir kez oluştuktan sonra artık sabit kalan değişmez bir standart değildir. Bireylerin ihtiyaçlarında, isteklerinde, tutumlarında, sosyal konumlarında ve yaşantılarında meydana gelen değişmelere bağlı olarak değişebilir (Erözkan, 2004).

Yatırım modeline göre ilişki doyumu “bağlanım” olarak adlandırılan ilişkiyi sürdürmeye istekli olmanın derecesini belirler. Ancak, bağlanımın derecesini belirleyen sadece ilişki doyumu değildir. Bağlanımın derecesinin belirlenmesine “yatırım” ve “seçenekleri karşılaştırma düzeyi” de katkıda bulunur. Seçenekleri karşılaştırma düzeyinin bu modelde ifade ettiği anlam sosyal mübadele kuramında ifade edilen anlamıyla aynıdır. Yatırım kavramı ise bireyin ilişkiye yaptığı, ancak ilişki bittiği takdirde geri alınması mümkün olan her türlü katkıya işaret eder. Yatırım modelini test etmek amacıyla yürütülen araştırmalardan genellikle modeli destekler yönde bulgular elde edilmiştir. Le ve Agnew (2003) 52 araştırmayı kapsayan bir meta

analiz çalışmasında, ilişkiye bağlanım derecesi ile ilişki doyumu ve yatırım arasında pozitif yönde ilişkili bulunduğunu, ilişkiye bağlanımın ise boşanma ya da ilişkiyi sonlandırmayı anlamlı düzeyde yordadığını gösteren bulgular elde etmiştir (Le ve Agnew, 2003).

Bağlanma kuramına göre, birincil bakıcılarının sağladığı bakımın kalitesine ve ihtiyaçlarına duyarlı olma derecesine bağlı olarak, çocuklar kendilerine ve içinde yaşadığı dünyaya ilişkin zihinsel temsiller oluşturur. İçsel çalışan modeller olarak adlandırılan bu temsiller, çocuğun kendisine, diğer insanlara ve kişilerarası ilişkilere ilişkin düşünce ve beklentilerini içerir (Aspelmeier ve Kerns, 2003). Bakıcı güvenilir ve duyarlı olduğu takdirde çocuğun kendisine ve diğer insanlara ilişkin içsel çalışan modelleri olumlu, güvenilir ve duyarlı olmadığı takdirde ise olumsuz olacaktır. Çocuğun kendisine ve diğer insanlara ilişkin olarak geliştirdiği zihinsel modeller gelişim süreci boyunca karşılıklı olarak birbirlerini etkileyerek kurulan sosyal ilişkilerin niteliğini yaşam boyu etkileyecek olan bağlanma stilini ortaya çıkarır.

Hazan ve Shaver (1987), yetişkin romantik ilişkilerinin bir bağlanma süreci olarak ele aldıkları çalışmalarında, Ainsworth, Bleher, Waters ve Wall (1978), tarafından saptanan çocukluk bağlanma stillerinin (güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan) yetişkinler için de geçerli olabileceğini ve güvenli bağlanan bireylerde romantik ilişki doyumunun daha yüksek olacağını ortaya koymuşlardır. Yapılan araştırmalardan, genellikle, kuramın güvenli bağlanma ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde bir ilişki bulunduğuna ilişkin öngörüsünü destekleyen bulgular elde edilmiştir (Hirschberger, Srivastava, Marsh, Cowan ve Cowan, 2009).

2.5. Cinsel Doyum

2.5.1. Cinsellik Kavramı

Cinsellik, cinsiyet, cinsiyet kimlikleri ve rolleri, cinsel yönelim, erotizm, zevk, yakınlık ve üreme gibi konuları kapsayan, insan olmanın esas yönlerinden biri olmakla birlikte biyolojik, psikolojik, sosyal, ekonomik, politik, kültürel, yasal, tarihi, dini ve manevi unsurların birbirleriyle olan ilişkisinden etkilenir (WHO, 2002). Cinsellik, üremeyi motive ederek canlılarda türün devamlılığı için gerekli olan, çeşitli sistemlerin birlikte rol oynadığı bir süreçtir. Diğer çoğu türden farklı olarak insanda cinsellik süreci, biyolojik faktörlerin yanı sıra psikolojik ve toplumsal

faktörlerden etkilenir dolayısıyla çok daha karmaşık bir süreç halini alır. Cinsellikle ilgili sorunların ortaya çıkmasında genetik faktörler, gelenek ve görenekler, toplumun cinselliğe bakış açısı ve bireyin gelişim dönemlerinde ortaya çıkan aksaklıklar, ailenin çocuğa karşı tutumu, cinsel eğitimde eksik veya yanlış bilgilendirmeler ve çeşitli psikiyatrik rahatsızlıklar rol oynar. Ek olarak utanma ve bireyin dini inançlarıyla bağlantılı olarak ortaya çıkan günahkarlık duyguları da cinsel yaşamı olumsuz yönde etkileyebilir (İncesu, 2004). Bununla birlikte cinsellik, psikolojik, biyolojik ve sosyal unsurların etkileşimiyle şekillenmektedir ve bu bileşenlerin birinde meydana gelen engellenme ile işlevselliğini yitirebilmektedir (Gülsün ve ark., 2009). İşlev bozukluğu bireylerin sosyal ilişkilerinde bozukluğa, özgüven kaybına ve çoğu zaman duygusal strese sebep olmaktadır (Ege ve ark., 2010). Kendine olan güven, partnerle olan ilişkideki duygusal stres seviyesi, depresyon, anksiyete ve partnerlerin beden imajı algısı gibi unsurlar da cinsel yaşamı etkilemektedirler (Riss ve ark., 2013). Cinsel işlev bozuklukları kültürel etmenlerin sebep olduğu tutum, inanç ve alışkanlıklardan oldukça etkilenen konulardan biridir. Cinsel hayatın tabu olarak görülmesi, kişilerin kendi cinsiyeti dışında bir hekime cinsel sorunlarını anlatmakta zorlanması gibi sıkıntılar tedavi sürecinde hasta hekim ilişkisini olumsuz olarak etkileyebilmektedir. Cinselliğin evlilik içerisinde önemli ve bağlayıcı bir yeri bulunmaktadır. Sağlıklı yaşanan cinsel hayat içerisinde çiftlerin aralarında kendine özgü ve özel bir bağ oluşmaktadır. Bununla birlikte cinsellik, çiftlerin gerilimini azaltmakta, sıcaklık, sevgi, koruma ve korunma hislerini ve birbirleriyle olan yakınlığını arttırmaktadır. Çiftlerin karşılıklı olarak cinsellik ile ilgili kendilerini ve beklentilerini ifade etmeleri, duygu, düşünce ve beklentilerine saygı duyması sağlıklı bir cinsel hayat için gerekli unsurlardır (Canel, 2012).

Cinsellik ile alakalı net bir tanım yapmak zor olmakla beraber, klinik anlamda da pek kullanışlı olmamaktadır. Anormal cinsellik, daha kolay tanımlanmaktadır. Bireyin başka insanlara veya kendisine zarar veren, kaygı ve suçluluğun uygunsuz bir şekilde eşlik ettiği, birincil cinsel organ uyarılmasını dışlayan, bir eşe yönlendirmesi olmayan ve oldukça kısıtlı olan cinsel davranışlardır. Cinsel işlev bozukluğu; biyolojik sorunların, psikolojik karmaşaların, kişiler arası zorlukların ya da bunların birleşiminin ortaya çıkardığı bir durum olabilir. Her çeşit stres, ruhsal rahatsızlık ve cinsellikle ilgili bilgi eksikliği kişinin cinsel yaşantısını etkileyebilir. Cinsel davranışla alakalı kültürel değerler, Batı uygarlığı tarihinde pek çok kez değişikliğe

uğramıştır. İnsanların cinsellikle ilgili tutumları katı ahlakçı olma ile serbest düşünceli olma ve cinselliğin bastırılması ile kabul edilmesi arasında gidip gelmiştir (Sadock ve Sadock, 2007).

Cinsellik, psikolojik ve sosyal işlevin ihmal edilen ve geride kalan alanından biridir. Bazı durumlarda yaşamı etkisi altına alabilen en önemli belirleyici olarak kabul edilirken, bozulduğundaysa patolojik yapının en büyük suçlusu şeklinde kabul edilmektedir. Cinselliğin toplum dinamiklerini olumsuz etkileyebileceği korkusuyla birçok toplumda konuşulması dahi yasaklanmıştır. Nitekim cinsellik inanç sistemlerinin ve mitlerin içine girerek gizemli ve yüceltilmiş bir kimliğe sahip olan, cinsel organın sınırlarına hapsedilemeyecek kadar çok yöne sahip bir fenomen şeklindedir (Gülsün ve ark., 2009).

Cinsellik, insanların yaşam kalitesi için önemli bir bileşendir. Çünkü insan biyopsikososyal bir varlık olduğu için cinsel yaşam da fizyolojik, psikolojik ve sosyokültürel faktörler tarafından etkilenmektedir. Cinsellik bireylerin neslinin devamını sağlayana en önemli unsurdur. Cinsellik çiftleri psikolojik ve biyolojik olarak birbirine bağlayan bir durumdur. Çünkü cinsellik iki kişi arasında özel bir bağ oluşturur. Çiftler arasında oluşan bu bağ çiftlerin birbirlerinin olan yakınlıklarını ve samimiyetlerinin artırıcı bir unsur olarak görülmektedir. Cinsellik bireylerin temel ihtiyacı olan sevmeye-sevilmenin gerçekleşmesinin yollarından biridir. Uzun süreli beraberlikleri olan çiftlerin cinsel doyumu ilişkilerinde önemli bir rol oynamaktadır (Canel, 2012).

Cinsellikle ilgili durumlar çoğu kişi konuşulması zor ve mahrem olarak değerlendirilmektedir. Birçok konuda rahatlıkla konuşabilen kişiler bile cinsellikle ilgili duygularını açmakta zorluk yaşayabilmektedir. Cinsel yaşam insan yavrusunun doğal yaşamının bir parçası ve ruhsal dünyanın önemli bir alanıdır. Cinselliğin doğal bir yaşantı olmasına rağmen olumsuz duygularla beraber anılması, utanç ve suçluluğu beraberinde getirmesi bazı patolojik durumları oluşturabilmektedir (Erbil, 2013).

Cinselliğin sağlıklı bir şekilde yaşanması gelişimin bir parçasıdır. Kişinin olumlu bir kimlik geliştirebilmesi cinsellikle ilgili krizleri aşmasını gerektirmektedir. Freud psikoseksüel gelişim teorisiyle bireyin gelişiminde cinselliğin önemi üzerine durmaktadır. Kişinin erken dönemde anne babadan

öğrendiği cinsel mitler, kendi cinsel deneyimleri ve model aldığı kişilerin davranışları cinsellikle ilgili düşümlerin oluşmasına katkı sağlar. Cinsellikle ilgili engellenmelerle baş etmek gelişimsel bir krizdir (Wallace, 1994).

Türkiye’de ise cinsellik hala son derece zor bir konudur. Toplumumuzda cinsel yaşamla ilgili birçok tabu halen önemini koruyarak devam etmektedir. Bir yandan en çok merak edilen bir yandan da en çok yasaklanan hem en çok konuşulan hem de hiç konuşulmayan, çok bilindiği ileri sürülen ancak gerçekte çok az bilinen, bir taraftan övünülen diğer taraftan ise çok utanılan bir konudur. Cinselliğin çiftlerin güç ve enerji harcayarak beraber oluşturdukları bir eylem olduğu ve cinsel yaşamın getirdiği doyumunu yaşamının da her iki tarafın eşit ölçüde hakka sahip olduğu unutulmamalıdır (Mutlu, 2009).

2.5.2. Cinsel Doyum

Kişinin cinsel ilişkiden duyduğu tatmine ve zevke cinsel doyum denir. Cinsel doyum alanındaki kişisel farklılıkların nedenleri, bireylerin cinsiyeti ve yaşı, sosyal ilişkileri, cinsel deneyimleri geliştirme yolları, yaşam koşulları ve kültürel faktörlerdir. Yumurtalık, ilerleyen yaşa bağlı olarak görevini daha yavaş yerine getirir ve dolaşımdaki östrojen, progesteron ve testosteron seviyeleri menopoza birlikte azalır. Sonuç olarak, cinsel istek ve fantezilerde azalma, cinsel uyarılma ve orgazm ile ilgili sorunlar yaşla beraber görülebilmektedir. Postmenopozal dönemde, pubokoksigeal kasın vajinal atrofi ile istemsiz kasılması sonucu vajinismus ve ağrılı cinsel ilişki meydana gelebilir ve cinsel ilişki sıklığında istemli bir azalma gözlenebilir (Varma ve ark. 2006).

Vangelist ve Huston, cinsel ilgi alanları, olumsuzluklar, çekicilik ve evlilik ilişkisinde mutluluğunu etkileyen dinamikler üzerine yaptıkları çalışmada, evlilik ortaklığının ilk iki yılı hakkında 106 çiftle görüşme yapmıştır. Araştırmaya göre erkeklerin cinsel doyumları ile kadınların cinsel ilgilileri ilişkilidir. Araştırmada cinsel doyumun evlilikteki mutluluk için önemli bir değişken olduğu kaydedilmiştir (Gülsün ve ark, 2009).

Aydın (1998)' a göre cinsellik cinsel doyum ve iki kişinin ahenkli beraberliğini içeren; sosyal, biyolojik ve psikolojik boyutları olan özel yaşantıdır. Bu yaşantı sosyal kurallar, tabular ve değer yargılarıyla belirlenmiştir. Cinsellik,

evlilik ilişkisinin çok önemli bir parçası olarak belirtilmiştir. Öztürk ve Arkar (2014) evlilikte cinselliğin işlevini "hazzın paylaşılması, yakınlığın pekişmesi ve derinleşmesi, yaşamın ve evliliğin güçlüklerine karşı baş etmede gerilimi azaltması" olarak açıklamışlardır. Cinsel doyum ile ilişki doyumu ve ilişki istikrarı arasında yakın bir ilişki olduğu görülmektedir (Byers, 2005). Haavio-Mannila ve Kontula (1997)'ya göre cinsel doyum, yakın ilişkilerde merkezi bir rol oynamaktadır. Bunun yanında cinsel doyum, kişilerin hayatında olumlu ve olumsuz etkilere sahip olabilmektedir. Araştırmalara göre, cinsel ilişkinin kalitesi ve cinsel doyum ile bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlıkları, hayat doyumları ve mutlulukları arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur (Dogan, Tugut, Golbasi, 2013). Lawrence ve Byers (1998) cinsel doyumu, kişinin cinsel ilişkisinin olumlu ve olumsuz boyutlarını öznel olarak değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan afektif tepki olarak tanımlamaktadır. Cinsel doyumun kavramsallaştırılmasında ortak bir görüşe varılamamış olup cinsel doyum tek maddeli, iki maddeli ve çok maddeli ölçeklerle değerlendirilebilmektedir (Young, Denny, Young, Luquis, 2000).

Çalışmalar ilişki süresi uzadıkça cinsel ilişkiden alınan doyumun dramatik bir şekilde olmasa bile azaldığını göstermektedir. Bazı araştırmalara göre ise evlilik süresi arttıkça cinsel doyum artmaktadır (Lazar, 2017). Schmiedeberg ve Schröder (2016) evlilik süresi ile cinsel doyum arasında pozitif ya da negatif yönde lineer bir ilişki olmadığını ve kişilerin evliliklerindeki ilk yılının ikinci yarısında, ilk yarısına göre daha yüksek cinsel doyuma sahip olduklarını fakat ilişki süresi arttıkça cinsel doyumun giderek azaldığını belirtmiştir. Bu eğrisel ilişkiyi destekleyen başka araştırmalar da mevcuttur (Barrientos, Paez, 2006).

Konu ile ilgilenen araştırmacılar cinsel doyumu çeşitli yöntemlerle kavramsallaştırmaya ve ölçmeye çalışmışlardır. Renaud, Beyers ve Pan (1997) cinsel doyumu tatminsizliğin olmaması olarak kavramsallaştırdı. Ayrıca cinsel doyum çok rahat gözlemlenebilmekte ve özellikle evlilik için en önemli faktörlerden biri olarak ifade edildiği görülmektedir. Bir kişinin cinsel ilişkilerinden duyduğu doyumun ancak kendi ifadeleriyle anlaşılabilceğini öne sürmüşlerdir. Bazı araştırmacılar, çeşitli anket maddeleri kullanarak cinsel doyumu ölçmeye çalışmışlardır. Örneğin Zhou (1993), katılımcıların cinsel ilişkiden memnuniyetini ölçmek için tek bir soru sormuştur. Bu tür tek öğeli yanıtlara ek olarak, fizyolojik ve psikolojik bileşenlerden

memnuniyeti ölçmek için kullanılan iki veya daha fazla yanıtla çalışanlar da vardır. Çok maddeli ölçekler, cinsel ilişkinin farklı bileşenlerinin veya yönlerinin ayrıntılarını sağladıkları için daha kapsamlı bir açıklama yapma fırsatı sunar. Bu yaklaşıma göre, bir bireyin cinsel doyumunu ölçmek için yalnızca bir veya iki madde kullanan yaklaşımlara göre cinsel ilişkiden genel tatmini ölçmenin daha kolay olacağı düşünülmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014).

İnsan cinselliğini laboratuvar ortamına taşıyan ilk araştırmacılar Masters ve Johnson (1994) gönüllü katılımcıları ile yürüttükleri çalışmada cinsel tepki sürecinin aşamalarını, cinsel uyaranlara verilen tepkileri doğrudan gözlemlemiş ve nesnel ölçüm yöntemlerini kullanarak kaydetmişlerdir. Masters ve Johnson tepkileri 4 kategoride değerlendirmişlerdir (İncesu, 2004).

Uyarılma: Döngünün ilk evresi olan uyarılmada erotik duygu ve düşüncelerin ortaya çıkışı kadınlarda vazokenjensyon ve myotoni ile erkeklerde ise ereksiyon ile ayırt edilmektedir. Bu sürecin ortaya çıkmasında çeşitli bedensel ya da psikolojik uyarılar rol oynamaktadır. Verilen tepkinin şiddetinin hızlı ya da yavaş artması, uyarının süresine ve yoğunluğuna bağlı olarak değişir. Uyarılma evresi, gerekli zaman ve yoğunlukta bir cinsel uyarı olmasına rağmen kısa sürebilir. Bununla birlikte cinsel uyarının aralıklı olarak devam etmesi, psikolojik ya da bedensel olarak uygun olmaması gibi durumlarda uyarılma evresi uzayabilir veya kaybolabilir.

Plato: Cinsel heyecanın artmasıyla birlikte kadın ve erkeğin plato evresine geçtiği ikinci evredir. Uyarılma evresinin sürdürülmesi halidir. Haz ve cinsel gerilimin artması kişinin orgazm evresine kadar devam etmektedir.

Orgazm: Cinsel hazzın en fazla yaşandığı bu evrede süre diğer evrelere göre çok daha kısadır. Orgazmın yoğunluk kazandığı bölgeler kadınlarda klitoral bölgede vajinada, erkeklerde ise penis ve prostattadır.

Çözülme: Döngünün son evresi olan bu aşamanın süresi orgazmın gerçekleşmesine, ne yoğunlukta olduğuna, uyarının devam etmesine ve cinsiyet gibi bazı değişkenlere göre değişim göstermektedir. kadın ya da erkekte eğer orgazm gerçekleşmişse sonrasında gerçekleşmediyse plato evresinden sonra bedende ve genital bölgelerde daha önceki evrelerde meydana gelen fizyolojik değişimlerin sırasıyla tekrar kaybolmasıyla gerçekleşir (İncesu, 2004).

2.5.2.1. Cinsel Doyumun Boyutları

2.5.2.1.1. Sıklık

Cinsel ilişki sıklığı ve kadınların evlilik uyumu arasında zayıf bir korelasyon olduğu ileri sürülmektedir. Erkek bireyler için ilişki sıklığı ve sevgi gösterme arasında ilişki olduğu düşünülmektedir. Erkekler partnerlerine karşı daha az ilgi duyduklarında cinsel ilişki sıklıkları da azalmaktadır. McCabe'ye göre erkekler, kadınlara oranla daha sık cinsel ilişki istemektedir (Öztürk ve Arkar, 2014).

2.5.2.1.2. İletişim

Çiftler arasında bulunan bağlılık azaldıkça, cinsel ilişkinin iletişimi de kötüleşmektedir. Çiftlerin bağlılık düzeyiyle beraber geçirilen zaman arasında yakından ilişki bulunmaktadır. Beraber zaman geçirmek için çiftlerin konuşmaları önemli bir şarttır. Litzinger ve Gordon (2005) tarafından yapılan bir çalışmada, iletişim ve cinsel doyumun, evlilik doyumu üzerinde etkiye sahip olduğu belirtilmiştir (Öztürk ve Arkar, 2014).

2.5.2.1.3. Doyum

Cinsel doyum, insanların cinsel ilişkiden duyduğu memnuniyettir. Kültürel etmenler, hayat şartları, cinsel deneyimleri geliştirme şekli, toplumsal ilişkiler, yaş ve cinsiyet, cinsel doyumu etkilemektedir. İlerleyen yaşlarda cinsel fonksiyonlar yavaşlamakta, menopoz ile beraber dolaşımdaki testosteron, progesteron ve östrojen düzeyleri düşmekte, cinsel fantezi ve istekler azalmakta, orgazm ve cinsel uyarılma problemleri görülebilmektedir. Özellikle klitoris ve meme ucu gibi duyarlı bölgelerin uyarılma eşiklerinde artış olur. Bunun yanında lubrikasyon kaybı, vajinal kuruluk görülmekte, postmenopozal dönemde yaşanan vajinal atrofinin sonucunda pubokoksigeal kas istemsiz kasılabilmekte, bu da ağrılı cinsel birleşmelere ya da vajinismusu yol açabilmektedir (Varma ve ark, 2006).

2.5.2.1.4. Kaçınma

DSM-V e göre cinsel tiksinti bozukluğu, devamlı olarak veya tekrarlayıcı bir şekildedir. Bu durum cinsel partnerle genital münasebete girmekten aşırı tikslenme ve bu durumdan kaçınma olarak görülmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014).

Cinsel tiksinti bozukluğu, üzerinde pek çalışılmayan bir konudur ve tedavisi zor olan bir sorundur. Cinsel terapi ile ilgili kitaplarda disparoni, vajinismus ve cinsel isteksizlik ile beraber ya da cinsel bir tacizin sonucu olarak ifade edilmektedir (Doğan, 2006).

2.5.2.1.5. Dokunma

Cinsel davranış, insanların cinselliği ile ilgili faaliyetlerdir (öpüşme, dokunma, vücudun uyarılması). Cinselliğin ifade edilmesi için devamlı yapılan alışkanlık ya da eylemlere cinsel davranış ya da cinsel deneyim denir. Cinsel deneyim ve davranış, insanların cinsel anlamda başkaları ve kendisiyle ne yaptığıdır. Cinsel yakınlıkta sadece cinsel ilişkide bulunmak değildir. Bakışma, beraber zaman geçirmekten mutlu olma, bunun hayalini kurma, beğenme, aşk, şakalaşma, masaj yapmak, okşamak, sarılmak, konuşma ve öpüşmek ise, cinsel bir yaşantı ya da cinsel yakınlıktır (Şentürk ve ark., 2015).

2.5.2.1.6. Vajinismus- Sertleşme Sorunu

Sims'e göre vajinismus, genital birleşmeyi engelleyen vajinal kasılmadır. Bu tanım, çok küçük değişikliklerle günümüzde de kullanılmaktadır. Toplumun genelinde %1- 6 oranında görülen vajinismusun bir cinsel işlev bozukluğu olarak klinik anlamda yapılan başvuru sayısıysa %5-17 oranlarındadır. Ülkemizde vajinismus oranı %43-75.9 oranlarındadır. Vajinismus, kadınların yaşadığı cinsel sorunların başında gelmektedir (Kayır, 2001). Sertleşme sorunu; erkeklerde cinsel aktiviteyi tamamlayabilmek için peniste gerekli olan sertleşmenin sürdürülememesi ya da sürekli olarak sağlanamaması durumudur.

2.5.2.1.7. Orgazm Bozukluğu-Erken Boşalma

Orgazm, cinsel hazzın en yoğun olduğu ancak cinsel süreçteki en kısa olan evredir. Kadınlarda vajina ve perine etrafında bulunan kaslardaki vazokonjesyon sonucu büyüyen dokuların düzenli bir şekilde kasılması, erkeklerdeyse ejakülasyon şeklinde görülmekte; bedensel anlamdaysa pelviste duyumsanmaktadır. Erkeklerde prostat bölgelerinde ve peniste yoğun bir biçimde hissedilmektedir. Kadınlardaysa vajinada ve klitoral bölgede oluşur (İncesu, 2004). Erken boşalma, cinsel birleşmede

tekrarlayıcı ya da devamlı olarak vajinaya girildikten sonra, kişinin isteğinden önce boşalma olmasıdır (Doğan, 2006).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, “ilişkisel tarama deseni”ne uygun olan korelatif (ilintisel) betimsel bir araştırma olarak planlanmaktadır. İki veya daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma desenlerinin tümü ilişkisel tarama desenine uygun korelatif (ilintisel) çalışmalar olarak ifade edilmektedir.

3.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın örneklemini İstanbul ilinde yaşamını sürdüren, 18 yaşın üzerinde olan ve verilerin toplandığı süreçte evli olan veya flört ilişkisi bulunan 80 erkek ve 80 kadın olmak üzere toplam 160 yetişkin birey oluşturacaktır. Katılımcılar çalışmaya gönüllülük esasına dayalı olarak dahil edilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu bölümde çalışmada kullanılacak olan ve katılımcılardan veri toplanmasını sağlayacak olan veri toplama araçlarına ait bilgiler yer almaktadır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu (KBF)

Bu çalışmada veri toplama araçlarından biri olarak katılımcıların yaş, medeni durum, cinsiyet, ilişki durumu ve katılımcıların ilişkilerindeki cinsel deneyimleri gibi sosyo-demografik özellikleri belirlemeyi amaçlayan ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

3.3.2. İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ)

İlişki Doyumu Ölçeği, insanların ilişkiden ne kadar tatmin olduğunu ölçmek için tasarlanmış olan bir ölçektir. Hendrick tarafından 1988’de geliştirilen ölçeğin, 2000 senesinde 140 öğrencisi ile Curun tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılmıştır. İç tutarlılık katsayısı =.86 olarak saptanmıştır (Curun, 2000). Ölçek yedi sorudan oluşmakta olan ve likert tipi ölçek kullanılarak geliştirilmiştir. Toplanan

puan ne kadar yüksek ise, birey romantik ilişkisinden o kadar doyum alıyordu. İlişkiyi değerlendirirken, temel olarak ilişki doyumunu ele alınmaktadır. İlişkileri değerlendirmek için kullanılabilecek birçok ölçek bulunmaktadır. Ancak çoğu ölçek evli çiftler için ya da katılımcıların fazla vaktini alan ölçeklerdir. İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ), ilişki doyumunu ölçebileceğimiz kısa bir ölçektir. Ölçekteki 4. ve 7. sorular ters puanlanmaktadır. Ölçek kabul edilebilir psikometrik özelliklere sahip bulunmuştur. Bu çalışma için ölçeğin Cronbach alfa kat sayısı $\alpha=.88$ 'dir.

3.3.3. Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) (GRISS-Golombok Rust Inventory of Sexual Satisfaction)

Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği Kadın Soru Formu

Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği Erkek Soru Formu

Rust ve Golombok (1986) tarafından geliştirilmiş olan, ülkemizde geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları Tuğrul ve arkadaşları (1993) tarafından yapılmış olan Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) (Golombok Rust Inventory of Sexual Satisfaction (GRISS)) cinsel ilişkinin kalitesini ve cinsel işlev bozukluklarını değerlendirmek için kullanılmaktadır. Sürekli bir eşi olan heteroseksüel kişilere ve ya çiftlere uygulanmaktadır. Ölçek, bununla beraber yapılan cinsel tedavi yöntemlerinin etkinlik düzeyinin ölçülebilmesi amacıyla da kullanılmaktadır (Turan 2013). Ölçek kadın ve erkekler için ayrı hazırlanmış iki formdan ve yirmisekiz sorudan oluşmaktadır. Kadın ve erkek formlarında 5'i ortak soru olmak üzere yedi alt boyut bulunmaktadır. Her iki formda ortak olan alt boyutlar kaçınma, doyum, iletişim, dokunma ve ilişki sıklığı alt boyutlarıdır. Bu alt boyutlara ek olarak kadın formunda vajinismus ve orgazm bozukluğu, erkek formunda ise erken boşalma ve empotans (Erektile Disfonksiyon) alt boyutları yer almaktadır (Çakmak, 2010; Rust ve Golombok 1986). Ölçek beşli likert tipi (hiçbir zaman, nadiren, bazen, çoğunlukla, her zaman) sorulardan oluşmaktadır. Likert ölçek 0-1-2-3-4 olarak puanlanır. Ölçek yorumlanırken tutarlılık için olumsuz yapıdaki sorular ters olarak kodlanmaktadır (Turan 2013). Ters yönde puanlanan maddeler kadın formunda 2, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 15, 16, 17, 19, 21, 22, 25, 26, 27 ve 28'dir. Erkek formunda ise 1, 2, 3, 4, 8, 9, 12, 13, 15, 16, 19, 20, 21 ve 25. maddeler tersine puanlanmaktadır (Çakmak 2010). Ölçeğin değerlendirilmesinde hem ölçek toplam puanı, hem de alt

boyutlardan elde edilen puanlar kullanılmaktadır. Ölçekten elde edilen toplam puan cinsel işlevlerin kalitesi ile ilişkili genel bir fikir sunarken, alt boyut puanları ise cinsel ilişkinin çeşitli boyutları ile ilişkili daha detaylı bilgi sunmaktadır. Ölçekten elde edilen ham puanlar sonrasında bir ile dokuz arasında değişen standart puanlara dönüştürülmektedir. Ölçeğin kesme noktası beştir, puanın beş ya da üzerinde olması o alt boyutta cinsel ilişkinin ya da işlevlerin bozulduğunu ifade etmektedir. GRCDÖ'nin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı erkekler için .83, kadınlar için .94 olarak saptanmıştır (Turan 2013).

3.3.4. Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Testi-BNİGT (Bell Object Relations and Reality Testing Inventory [BORRTI])

Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Testi, doğru-yanlış şeklinde cevaplanan, 90 maddelik, kağıt kalem tarzı bir öz ifade ölçeğidir. Ölçek, bireyin bugünkü ego fonksiyonlarının ve kişilerarası ilişkilerinin kalitesi temelinde erken dönemdeki nesne ilişkilerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin ilk formu, nesne ilişkilerini değerlendirmek için Bell, Etcalf ve Ryan (1979 - 1980) tarafından geliştirilen kırkbeş (45) maddelik doğru-yanlış türü ifadeden oluşmaktadır. Ölçeğin bu ilk formunun Yabancılaşma, Güvensiz Bağlanma, Benmerkezcilik ve Sosyal Yetersizlik olarak dört alt boyutu mevcuttur. Daha sonra ölçek tekrardan gözden geçirilmiş ve bireyin gerçeği değerlendirme işlevini değerlendirmeyi amaçlayan doğru yanlış türünde 45 maddelik ifade ölçeğe eklenmiştir (Bell, 1995; Akt. Erbaş, 2015). Sonuçta BNİGT, Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme olmak üzere iki alt boyuttan oluşmakta; yapılan çalışmalarda ölçeğin bu temel iki alt boyutu ayrı ayrı kullanılıp ve yorumlanabilmektedir.

Geçerlik ve güvenirlik çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa katsayısı Yabancılaşma için .90, Güvensiz Bağlanma için .82, Benmerkezcilik için .78, Sosyal Yetersizlik için .79, olarak hesaplanmakta; Spearman-Brown yarıya-bölme katsayısı ise Yabancılaşma için .90, Güvensiz Bağlanma için .81, Benmerkezcilik için .78, Sosyal Yetersizlik için .82 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmaya göre, Nesne İlişkileri boyutunun Cronbach Alfa yöntemi ile hesaplanmış olan iç tutarlılık katsayıları, Nesne İlişkileri boyutu alt ölçekleri için .80 ile .70 arasında iken, Gerçeği Değerlendirme boyutu alt ölçekleri için ise .77 ile .54 arasındadır.

3.3.5. Savunma Biçimleri Testi (40 Maddelik Form) (SBT-40)

Savunma Biçimleri Testi (Defense Style Questionnaire, DSQ) ilk olarak Bond, Gardner, Christian ve Sigal (1983) tarafından geliştirilmiş ve bu form, 26 savunmayı ölçen 88 madde içermektedir. Daha sonra, Andrews, Singh ve Bond (1993) tarafından kısa formu geliştirilmiş olup, ölçek, 20 savunma mekanizmasını ölçen 40 maddeye indirilmiştir. Her bir madde, 1 (bana hiç uygun değil) ile 9 (bana çok uygun) arasında bir ölçek üzerinde değerlendirilmekte ve ölçekte yirmi savunma mekanizması, ilkel-olgunlaşmamış, nevrotik ve olgun olmak üzere 3 boyutta ele alınmıştır. Aşağıda bu üç boyut ve kapsadığı savunmalar bulunmaktadır:

a. İlkel-olgunlaşmamış Savunmalar: Rasyonalizasyon, otistik fantezi, yer değiştirme, gerileme, eyleme dökme/dışavurum, pasif agresyon, yansıtma, yalıtma, değersizleştirme, inkar, dissosiasyon, bölme ve bedenselleştirme

b. Nevrotik Savunmalar: Yapma-bozma, yapay özgecilik, idealleştirme, karşıt tepki geliştirme.

c. Olgun Savunmalar: Üstten bastırma (baskılama), yüceltme, mizah, bastırma ve geleceği tahmin.

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Yılmaz, Gençöz ve Ak (2007) tarafından yapılmıştır ve iç tutarlılık katsayıları sırayla Olgun, Nevrotik ve İlkel Savunma Biçimleri için .70, .61 ve .83 olarak saptanmıştır (Yılmaz, Gençöz ve Ak, 2017).

3.4. Verilerin Analizi

Veri analizine başlamadan önce, toplanan veriler bilgisayar ortamına gönderilmiş ve istatistiksel analizi SPSS 25 programıyla yapılmıştır. Analizin ilk aşaması olan normallik testi uygulanmış ve basıklık-çarpıklık değerleri kontrol edilmiştir. Basıklık-Çarpıklık değerleri -2, +2 arasında olduğundan dolayı normal dağılım olduğuna karar verilmiştir.(George ve Mallery, 2010). Güvenilirlik düzeyi %95 olarak belirlenmiştir. Çoklu grup arasındaki farkın analizi için ANOVA analizi uygulanmıştır. İki veya daha fazla değişken arasındaki ilişki için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu kısım, Sosyodemografik Bilgi Formu ile toplanan verilerin analizi bulgularını içermektedir.

Tablo 4.1. Örneklem Grubunun Sosyodemografik Değişkenlere Göre Dağılımı

		f	%
Cinsiyet	Kadın	80	50,0
	Erkek	80	50,0
	Toplam	160	100,0
Yaş	18-30	79	49,4
	31-45	57	35,6
	45 ve üstü	24	15,0
	Toplam	160	100,0
Şuanda Romantik İlişki Evlilik Var Mı	Evet	160	100,0
Cinsel Deneyim Sıklığı	Yok	15	9,4
	Ayda 1	19	11,9
	Ayda 2-5	44	27,5
	Ayda 5-10	51	31,9
	Ayda 10'dan fazla	31	19,4
	Toplam	160	100,0
Partnerinizin ya da Eşinizin Yaşı	18-30	45	28,1
	31-45	97	60,6
	45 ve üstü	18	11,3
	Toplam	160	100,0
Çalıştığınız Yer	Çalışmıyorum	19	11,9
	Özel Sektör	90	56,3
	Devlette	28	17,5
	Çalışıyorum		
	Serbest Çalışıyorum	23	14,4
Toplam	160	100,0	
Eğitim Durumu	İlkokul	8	5,0
	Ortaokul	12	7,5
	Lise	25	15,6
	Üniversite	94	58,8
	Yüksek Lisans ve Üzeri	21	13,1
	Toplam	160	100,0
Partnerin ya da Eşin Eğitim Durumu	İlkokul	13	8,1
	Ortaokul	18	11,3
	Lise	21	13,1
	Üniversite	84	52,5
	Yüksek Lisans ve Üzeri	24	15,0
	Toplam	160	100,0
Gelir Durumu	1000 TL dan az	13	8,1

	1000-2000 TL	19	11,9
	2001-3000 TL	28	17,5
	3001-5000 TL	67	41,9
	5000 ve üzeri	33	20,6
	Toplam	160	100,0
İlişki Süresi	0-6 ay	59	36,9
	6 ay-1 yıl	32	20,0
	1 yıl-3 yıl	20	12,5
	3 yıl-10 yıl	30	18,8
	10 yıldan fazla	19	11,9
	Toplam	160	100,0

Tabloda görüldüğü üzere örneklem grubuna katılanların %50'si kadın, %50'si erkek, %49,4'ü 18-30 yaşları arasında, %35,6'sı 31-45 yaşları arasında, %15'i 45 yaş ve üzeri yaşlarda, %100'ü şuan da romantik ilişki veya evlilik ilişkisi var , ilişki ve cinsel deneyim sıklığı %9,4'ünde yok, %11,9'u ayda 1 kez, %27,5'i ayda 2-5 kez, %31,9'u ayda 5-10 kez, %19,4'ü ayda 10'dan fazla, %28,1'inin partner yada eşi 18-30 yaşları arasında, %60,6'sının partner yada eşi 31-45 yaşları arasında, %11,3'ünün partner yada eşi 45 yaş ve üzeri, %11,9'u çalışmıyor, %56,3'ü özel sektörde çalışıyor, %17,5'i devlette çalışıyor, %14,4'ü serbest çalışıyor, %5'i ilkokul mezunu, %7,5'i ortaokul mezunu, %15,6'sı lise mezunu, %58,8'i üniversite mezunu, %13,1'i yüksek lisans ve üzeri, %8,1'inin partneri yada eşi ilkokul mezunu, %11,3'ünün partneri yada eşi ortaokul mezunu, %13,1'inin partneri yada eşi lise mezunu, %52,5'inin partneri yada eşi üniversite mezunu, %15'inin partneri yada eşi yüksek lisans ve üzeri mezun, %8,1'i 1000tl den az gelir durumuna sahip, %11,9'u 1000tl-2000tl arası gelir durumuna sahip, %17,5'i 2001tl-3000tl arası gelir durumuna sahip, %41,9'u 3001tl-5000tl arası gelir durumuna sahip, %20,6'sı 5000tl ve üzeri gelir durumuna sahip, %36,9'unun devam eden ilişkisi 0-6 aydır devam ediyor, %20'sinin devam eden ilişkisi 6ay-1 yıldır devam ediyor, %12,5'inin devam eden ilişkisi 1yıl-3 yıldır devam ediyor, %18,8'inin devam eden ilişkisi 3 yıl- 10 yıldır devam ediyor, %11,9'unun devam eden ilişkisi 10 yıldan fazla süredir devam ediyor.

Tablo 4.2 Örneklemın Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek Ait Betimsel İstatistikleri

	N	\bar{X}	Ss.
Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği	80	27,65	17,63
Sıklık	80	2,06	1,46
İletişim	80	1,93	1,38
Doyum	80	6,46	3,76
Kaçınma	80	3,74	2,92
Dokunma	80	2,71	2,81
Erken Boşalma	80	3,13	2,91

Tabloda görüldüğü üzere Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ortalaması 27,65(ss=17,63), Sıklık ortalaması 2,06(ss=1,46), İletişim ortalaması 1,93(ss=1,38), Doyum ortalaması 6,46(ss=3,76), Kaçınma ortalaması 3,74(ss=2,92), Dokunma ortalaması 2,71(ss=2,81), Erken Boşalma ortalaması 3,13(ss=2,91)dir.

Tablo 4.3 Örneklemın Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın Ait Betimsel İstatistikleri

	N	\bar{X}	Ss.
Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği	80	22,88	15,82
Sıklık	80	2,88	1,99
İletişim	80	2,09	1,98
Doyum	80	3,26	2,94
Kaçınma	80	2,44	2,97
Dokunma	80	1,89	2,58
Vajinismus	80	4,09	3,29
Anorgazmi	80	3,49	2,74

Tabloda görüldüğü üzere Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ortalaması 22,88(ss=15,82), Sıklık ortalaması 2,88(ss=1,99), İletişim ortalaması 2,09(ss=1,98), Doyum ortalaması 3,26(ss=2,94), Kaçınma ortalaması 2,44(ss=2,97), Dokunma ortalaması 1,89(ss=2,58), Vajinismus ortalaması 4,09(ss=3,29), Anorgazmi ortalaması 3,49(ss=2,74)dür.

Tablo 4.4 Örneklemde Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutlarına Ait Betimsel İstatistikleri

	N	\bar{X}	Ss.
Yabancılaşma	160	7,19	3,91
Güvensiz Bağlanma	160	5,74	3,43
Egosentrizm	160	3,78	2,21
Sosyal Yetersizlik	160	2,00	1,39
Gerçeğin Bozulması	160	1,93	1,43
Algı Belirsizliği	160	2,09	1,06
Halüsinasyon ve Delüzyon	160	2,17	1,16

Tabloda görüldüğü üzere Yabancılaşma Alt Boyut ortalaması 7,19(ss=3,91), Güvensiz Bağlanma Alt Boyut ortalaması 5,74(ss=3,43), Egosentrizm Alt Boyut ortalaması 3,78(ss=2,21), Sosyal Yetersizlik Alt Boyut ortalaması 2,00(ss=1,39), Gerçeğin Bozulması Alt Boyut ortalaması 1,93(ss=1,43), Algı Belirsizliği Alt Boyut ortalaması 2,09(ss=1,06), Halüsinasyon ve Delüzyon Alt Boyut ortalaması 2,17(ss=1,16)dir.

Tablo 4.5 Örneklemde Savunma Biçimleri Testi Alt Boyutlarına Ait Betimsel İstatistikleri

	N	\bar{X}	Ss.
İmmatür Savunmalar	160	81,19	29,21
Nevrotik Savunmalar	160	24,57	9,59
Matür Savunmalar	160	28,03	11,71

Tabloda görüldüğü üzere İmmatür Savunmalar Alt Boyut ortalaması 81,19(ss=29,21), Nevrotik Savunmalar Alt Boyut ortalaması 24,57(ss=9,59), Matür Savunmalar Alt Boyut ortalaması 28,03(ss=11,71)dir.

Tablo 4.6 Örneklemde İlişki Doyumu Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikleri

	N	\bar{X}	Ss.
İlişki Doyumu Ölçeği	160	19,28	7,08

Tabloda görüldüğü üzere İlişki Doyumu Ölçeği ortalaması 19,28(ss=7,08)dir.

Tablo 4.7 Örneklemin İlişki Doyumu Ölçeği ile Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu

		İlişki Doyumu Ölçeği
Yabancılaşma	r	-,350**
	p	0,000
	N	160
Güvensiz Bağlanma	r	-,394**
	p	0,000
	N	160
Egosentrizm	r	-,316**
	p	0,000
	N	160
Sosyal Yetersizlik	r	-,232**
	p	0,003
	N	160
Gerçeğin Bozulması	r	-,171*
	p	0,030
	N	160
Algı Belirsizliği	r	-,197*
	p	0,013
	N	160
Halüsinasyon ve Delüzyon	r	-,166*
	p	0,035
	N	160

Tabloya göre, İlişki Doyumu Ölçeği ile Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

Yabancılaşma ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,350$, $p<,05$).

Güvensiz Bağlanma ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,394$, $p<,05$).

Egosentrizm ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,316$, $p<,05$).

Sosyal Yetersizlik ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,232$, $p<,05$).

Gerçeğin Bozulması ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,171$, $p<,05$).

Algı Belirsizliği ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,197$, $p<,05$).

Halüsinasyon ve Delüzyon ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,166$, $p<,05$).

Tablo 4.8 Örneklem İlişki Doyumu Ölçeği ile Savunma Biçimleri Testi Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu

		İlişki Doyumu Ölçeği
İmmatür Savunmalar	r	-,332**
	p	0,000
	N	160
Nevrotik Savunmalar	r	-,322**
	p	0,000
	N	160
Matür Savunmalar	r	,423**
	p	0,000
	N	160

Tabloya göre, İlişki Doyumu Ölçeği ile Savunma Biçimleri Ölçeği Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

İmmatür Savunmalar ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,332$, $p<,05$).

Nevrotik Savunmalar ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,322$, $p<,05$).

Matür Savunmalar ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,423$, $p<,05$).

Tablo 4.9 Örneklemin Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın ve Alt Boyutları ile Savunma Biçimleri Testi Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu

		İmmatür Savunmalar	Nevrotik Savunmalar	Matür Savunmalar
Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği	r	,303**	,268*	-,300**
	p	0,006	0,016	0,007
	N	80	80	80
Sıklık	r	0,159	0,110	-,289**
	p	0,159	0,329	0,009
	N	80	80	80
İletişim	r	,282*	,294**	-0,190
	p	0,011	0,008	0,092
	N	80	80	80
Doyum	r	0,208	0,220	-,231*
	p	0,064	0,050	0,039
	N	80	80	80
Kaçınma	r	,270*	,272*	-0,135
	p	0,015	0,015	0,231
	N	80	80	80
Dokunma	r	0,214	0,161	-0,209
	p	0,056	0,154	0,063
	N	80	80	80
Vajinismus	r	0,219	0,219	-,251*
	p	0,051	0,051	0,025
	N	80	80	80
Anorgazmi	r	,361**	,283*	-0,210
	p	0,001	0,011	0,062
	N	80	80	80

Tabloya göre, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları ile Savunma Biçimleri Testi Ölçeği Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ile İmmatür Savunmalar puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,303$, $p<,05$).Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ile Nevrotik Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,268$, $p<,05$).Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ile Matür Savunmalar puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,300$, $p<,05$).

Sıklık ile Matür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=,289$, $p<,05$).

İletişim ile İmmatür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,282$, $p<,05$).İletişim ile Nevrotik Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,294$, $p<,05$).

Doyum ile Matür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,231$, $p<,05$).

Kaçınma ile İmmatür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,270$, $p<,05$).Kaçınma ile Nevrotik Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,272$, $p<,05$).

Vajinismus ile Matür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=-,251$, $p<,05$).

Anorgazmi ile İmmatür Savunmalar puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,361$, $p<,05$).Anorgazmi ile Nevrotik Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,283$, $p<,05$).

Tablo 4.10 Örneklem Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları ile Savunma Biçimleri Testi Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu

		İmmatür Savunmalar	Nevrotik Savunmalar	Matür Savunmalar
Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği	r	,335**	,300**	-,355**
	p	0,002	0,007	0,001
	N	80	80	80
Sıklık	r	,244*	,253*	-,284*
	p	0,029	0,024	0,011
	N	80	80	80
İletişim	r	0,136	,228*	-,248*
	p	0,230	0,042	0,027
	N	80	80	80
Doyum	r	,236*	0,178	-,290**
	p	0,035	0,114	0,009
	N	80	80	80
Kaçınma	r	,242*	0,183	-,294**
	p	0,030	0,103	0,008
	N	80	80	80
Dokunma	r	0,211	0,172	-,329**
	p	0,060	0,127	0,003
	N	80	80	80
Erken Boşalma	r	,251*	,286*	-,343**
	p	0,024	0,010	0,002
	N	80	80	80

Tabloya göre, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları ile Savunma Biçimleri Testi Ölçeği Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ile İmmatür Savunmalar puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,335, p<,05$).Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ile Nevrotik Savunmalar puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,300, p<,05$).Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ile Matür Savunmalar puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,355, p<,05$).

Sıklık ile İmmatür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,244, p<,05$).Sıklık ile Nevrotik Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,253, p<,05$).Sıklık ile Matür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,284, p<,05$).

İletişim ile Nevrotik Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,228, p<,05$).İletişim ile Matür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=,248, p<,05$).

Doyum ile İmmatür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,236, p<,05$).Doyum ile Matür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=,290, p<,05$).

Kaçınma ile İmmatür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,242, p<,05$).Kaçınma ile Matür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=,294, p<,05$).Dokunma ile Matür Savunmalar puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=,329, p<,05$).

Erken Boşalma ile İmmatür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,251, p<,05$).Erken Boşalma ile Nevrotik Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,286, p<,05$).Erken Boşalma ile Matür Savunmalar puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=,343, p<,05$).

Tablo 4.11 Örneklemın Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları ile Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu

		Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği	Sıklık	İletişim	Doyum	Kaçınma	Dokunma	Vajinismus	Anorgazmi
Yabancılaşma	r	,392**	,278*	,261*	,265*	,360**	,247*	,229*	,397**
	p	0,000	0,012	0,019	0,018	0,001	0,027	0,041	0,000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
Güvensiz Bağlanma	r	,342**	,280*	,297**	0,208	,300**	0,168	0,218	,370**
	p	0,002	0,012	0,008	0,064	0,007	0,137	0,052	0,001
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
Egosentrizm	r	,318**	0,151	0,194	0,202	,363**	,281*	0,177	,279*
	p	0,004	0,181	0,084	0,072	0,001	0,012	0,116	0,012
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
Sosyal Yetersizlik	r	,290**	0,167	,238*	0,204	,263*	,259*	0,096	,328**
	p	0,009	0,138	0,033	0,070	0,018	0,020	0,395	0,003
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
Gerçeğin Bozulması	r	,246*	0,081	0,124	,302**	0,155	,277*	0,172	0,208
	p	0,028	0,474	0,274	0,006	0,168	0,013	0,128	0,064
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
Algı Belirsizliği	r	,259*	0,110	,232*	0,148	,264*	0,175	,260*	0,200
	p	0,020	0,333	0,038	0,190	0,018	0,121	0,020	0,076
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
Halüsinasyon ve Delüzyon	r	0,212	0,078	,338**	,238*	0,210	0,076	0,068	0,167
	p	0,059	0,493	0,002	0,034	0,062	0,505	0,548	0,138
	N	80	80	80	80	80	80	80	80

Tabloya göre, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları ile Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

Yabancılaşma ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,392$, $p<,05$). Yabancılaşma ile Sıklık puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,278$, $p<,05$). Yabancılaşma ile İletişim puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,261$, $p<,05$). Yabancılaşma ile Doyum puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,265$, $p<,05$). Yabancılaşma ile Kaçınma puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,360$, $p<,05$). Yabancılaşma ile Dokunma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,247$, $p<,05$). Yabancılaşma ile Vajinismus puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,229$, $p<,05$). Yabancılaşma ile Anorgazmi puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,397$, $p<,05$).

Güvensiz Bağlanma ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,342$, $p<,05$).Güvensiz Bağlanma ile Sıklık puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,280$, $p<,05$).Güvensiz Bağlanma ile İletişim puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,297$, $p<,05$).Güvensiz Bağlanma ile Kaçınma puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,300$, $p<,05$).Güvensiz Bağlanma ile Anorgazmi puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,370$, $p<,05$).

Egosentrism ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,318$, $p<,05$).Egosentrism ile Kaçınma puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,363$, $p<,05$).Egosentrism ile Dokunma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,281$, $p<,05$).Egosentrism ile Anorgazmi puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,279$, $p<,05$).

Sosyal Yetersizlik ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,290$, $p<,05$).Sosyal Yetersizlik ile İletişim puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,238$, $p<,05$).Sosyal Yetersizlik ile Kaçınma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,263$, $p<,05$).Sosyal Yetersizlik ile Dokunma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,259$, $p<,05$).Sosyal Yetersizlik ile Anorgazmi puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,328$, $p<,05$).

Gerçeğin Bozulması ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,246$, $p<,05$).Gerçeğin Bozulması ile Doyum puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,302$, $p<,05$).Gerçeğin Bozulması ile Dokunma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,277$, $p<,05$).

Algı Belirsizliği ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,259$, $p<,05$).Algı Belirsizliği ile İletişim puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,232$, $p<,05$). Algı Belirsizliği ile Kaçınma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,264$, $p<,05$).Algı Belirsizliği ile Vajinismus puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,260$, $p<,05$).

Halüsinasyon ve Delüzyon ile İletişim puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,338$, $p<,05$).Halüsinasyon ve Delüzyon ile Doyum puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,238$, $p<,05$).

Tablo 4.12 Örneklemın Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları ile Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişki İçin Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu

		Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği						Erken Boşalma
		Sıklık	İletişim	Doyum	Kaçınma	Dokunma		
Yabancılaşma	r	,377**	,372**	0,156	,343**	,322**	,243*	,315**
	p	0,001	0,001	0,168	0,002	0,004	0,030	0,004
	N	80	80	80	80	80	80	80
Güvensiz Bağlanma	r	,335**	,299**	0,168	,336**	,277*	0,194	,228*
	p	0,002	0,007	0,137	0,002	0,013	0,085	0,042
	N	80	80	80	80	80	80	80
Egosentrizm	r	,331**	,310**	0,073	,240*	,257*	,289**	,307**
	p	0,003	0,005	0,517	0,032	0,021	0,009	0,006
	N	80	80	80	80	80	80	80
Sosyal Yetersizlik	r	,298**	,280*	0,100	,241*	,265*	0,156	0,206
	p	0,007	0,012	0,379	0,031	0,017	0,166	0,067
	N	80	80	80	80	80	80	80
Gerçeğin Bozulması	r	0,035	0,044	-0,115	-,222*	0,117	0,076	0,144
	p	0,757	0,696	0,309	0,048	0,302	0,501	0,201
	N	80	80	80	80	80	80	80
Algı Belirsizliği	r	,230*	0,136	0,076	,225*	0,205	0,219	0,179
	p	0,040	0,227	0,500	0,044	0,068	0,051	0,113
	N	80	80	80	80	80	80	80
Halüsinasyon ve Delüzyon	r	0,111	0,178	0,128	-0,102	0,132	-0,001	0,049
	p	0,328	0,115	0,257	0,368	0,242	0,991	0,666
	N	80	80	80	80	80	80	80

Tabloya göre, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları ile Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

Yabancılaşma ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,377$, $p<,05$).Yabancılaşma ile Sıklık puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,372$, $p<,05$).Yabancılaşma ile Doyum puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,343$, $p<,05$).Yabancılaşma ile Kaçınma puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,322$, $p<,05$).Yabancılaşma ile Dokunma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,243$, $p<,05$).Yabancılaşma ile Erken Boşalma puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,315$, $p<,05$).

Güvensiz Bağlanma ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,335$, $p<,05$).Güvensiz Bağlanma ile Sıklık puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,299$, $p<,05$).Güvensiz Bağlanma ile İletişim puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,265$, $p<,05$).Güvensiz Bağlanma ile Doyum puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,336$, $p<,05$).Güvensiz Bağlanma ile Kaçınma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,277$, $p<,05$).Güvensiz Bağlanma ile Erken Boşalma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,228$, $p<,05$).

Egosentrism ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,331$, $p<,05$).Egosentrism ile Sıklık puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,310$, $p<,05$).Egosentrism ile Doyum puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,240$, $p<,05$).Egosentrism ile Kaçınma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,257$, $p<,05$).Egosentrism ile Dokunma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,289$, $p<,05$).Egosentrism ile Erken Boşalma puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,307$, $p<,05$).

Sosyal Yetersizlik ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,298$, $p<,05$).Sosyal Yetersizlik ile Sıklık puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,280$, $p<,05$).Sosyal Yetersizlik ile Doyum puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,241$, $p<,05$).Sosyal Yetersizlik ile Kaçınma puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,265$, $p<,05$).

Gerçeğin Bozulması ile Doyum puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,222$, $p<,05$).

Algı Belirsizliği ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,230$, $p<,05$).Algı Belirsizliği ile Doyum puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,225$, $p<,05$).

Tablo 4.13 Örneklemin Sosyodemografik Değişkenler ile Ölçek Puanları Arasındaki İlişki İçin Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuç Tablosu

	Yaş	Partnerinizin		Partnerin	
		Ya da Eşinizin Yaşı	Eğitim Durumu	Ya da Eşin Eğitim Durumu	Gelir Durumu
İlişki Doyumu Ölçeği	0,010	0,068	,196*	,342**	,179*
Yabancılaşma	0,074	-0,100	-0,120	-,187*	0,001
Güvensiz Bağlanma	0,058	-0,036	-,194*	-,221**	-0,083
Egosentrizm	0,051	-0,079	-0,089	-,199*	0,054
Sosyal Yetersizlik	,217**	-0,060	-0,117	-0,148	0,015
Gerçeğin Bozulması	-0,037	0,072	-0,054	-0,048	0,054
Algı Belirsizliği	0,075	0,005	-0,141	-,233**	-0,016
Halüsinasyon ve Delüzyon	0,114	-0,102	-0,119	-0,086	-0,031
İmmatür Savunmalar	-0,022	-0,071	-0,080	-,173*	-0,037
Nevrotik Savunmalar	-0,132	-0,117	-0,115	-,228**	-0,043
Matür Savunmalar	-0,050	-0,064	,180*	,178*	0,074
Golombok Rust	-0,055	0,007	-,366**	-,528**	0,061
Cinsel Doyum Ölçeği- Erkek					
Golombok Rust	0,064	-0,052	-0,211	-,404**	-0,070
Cinsel Doyum Ölçeği- Kadın					

Tabloya göre, Sosyodemografik Değişkenler ile Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

Yaş ile Sosyal Yetersizlik puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,217$, $p<,05$).

Eğitim durumu ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,196$, $p<,05$). Eğitim durumu ile Güvensiz Bağlanma puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,194$, $p<,05$). Eğitim durumu ile Matür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,180$, $p<,05$). Eğitim durumu ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği- Erkek puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,366$, $p<,05$).

Partnerin ya da eşin eğitim durumu ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,342$, $p<,05$). Partnerin ya da eşin eğitim durumu ile Yabancılaşma puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,187$, $p<,05$). Partnerin ya da eşin eğitim durumu ile Güvensiz Bağlanma puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,221$, $p<,05$). Partnerin ya da eşin eğitim durumu ile Egosentrizm puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,199$, $p<,05$). Partnerin ya da eşin eğitim durumu ile Algı Belirsizliği puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,233$, $p<,05$). Partnerin ya da eşin

eğitim durumu ile İmmatür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,173$, $p<,05$). Partnerin ya da eşin eğitim durumu ile Nevrotik Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,228$, $p<,05$). Partnerin ya da eşin eğitim durumu ile Matür Savunmalar puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,178$, $p<,05$). Partnerin ya da eşin eğitim durumu ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği- Erkek puanı arasında yüksek düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,528$, $p<,05$). Partnerin ya da eşin eğitim durumu ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği- Kadın puanı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki vardır ($r=-,404$, $p<,05$).

Gelir durumu ile İlişki Doyumu Ölçeği puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki vardır ($r=,179$, $p<,05$).

Tablo 4.14 Örneklemin Cinsiyet Değişkenine Göre Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Örneklemler T-Testi

		N	\bar{X}	Ss.	t	Sd.	p																																																																				
Yabancılaşma	Kadın	80	7,11	3,96	-0,262	158	0,793																																																																				
	Erkek	80	7,28	3,88				GüvensizBağlanma	Kadın	80	5,70	3,44	-0,161	158	0,872	Erkek	80	5,79	3,44	Egosentrism	Kadın	80	3,79	2,23	0,036	158	0,972	Erkek	80	3,78	2,21	SosyalYetersizlik	Kadın	80	1,99	1,40	-0,113	158	0,910	Erkek	80	2,01	1,39	GerçeğinBozulması	Kadın	80	1,76	1,38	-1,438	158	0,152	Erkek	80	2,09	1,48	AlgıBelirsizliği	Kadın	80	2,08	1,09	-0,222	158	0,824	Erkek	80	2,11	1,04	HalüsinasyonveDelüzyon	Kadın	80	2,05	0,94	-1,296	158	0,197
GüvensizBağlanma	Kadın	80	5,70	3,44	-0,161	158	0,872																																																																				
	Erkek	80	5,79	3,44				Egosentrism	Kadın	80	3,79	2,23	0,036	158	0,972	Erkek	80	3,78	2,21	SosyalYetersizlik	Kadın	80	1,99	1,40	-0,113	158	0,910	Erkek	80	2,01	1,39	GerçeğinBozulması	Kadın	80	1,76	1,38	-1,438	158	0,152	Erkek	80	2,09	1,48	AlgıBelirsizliği	Kadın	80	2,08	1,09	-0,222	158	0,824	Erkek	80	2,11	1,04	HalüsinasyonveDelüzyon	Kadın	80	2,05	0,94	-1,296	158	0,197	Erkek	80	2,29	1,34								
Egosentrism	Kadın	80	3,79	2,23	0,036	158	0,972																																																																				
	Erkek	80	3,78	2,21				SosyalYetersizlik	Kadın	80	1,99	1,40	-0,113	158	0,910	Erkek	80	2,01	1,39	GerçeğinBozulması	Kadın	80	1,76	1,38	-1,438	158	0,152	Erkek	80	2,09	1,48	AlgıBelirsizliği	Kadın	80	2,08	1,09	-0,222	158	0,824	Erkek	80	2,11	1,04	HalüsinasyonveDelüzyon	Kadın	80	2,05	0,94	-1,296	158	0,197	Erkek	80	2,29	1,34																				
SosyalYetersizlik	Kadın	80	1,99	1,40	-0,113	158	0,910																																																																				
	Erkek	80	2,01	1,39				GerçeğinBozulması	Kadın	80	1,76	1,38	-1,438	158	0,152	Erkek	80	2,09	1,48	AlgıBelirsizliği	Kadın	80	2,08	1,09	-0,222	158	0,824	Erkek	80	2,11	1,04	HalüsinasyonveDelüzyon	Kadın	80	2,05	0,94	-1,296	158	0,197	Erkek	80	2,29	1,34																																
GerçeğinBozulması	Kadın	80	1,76	1,38	-1,438	158	0,152																																																																				
	Erkek	80	2,09	1,48				AlgıBelirsizliği	Kadın	80	2,08	1,09	-0,222	158	0,824	Erkek	80	2,11	1,04	HalüsinasyonveDelüzyon	Kadın	80	2,05	0,94	-1,296	158	0,197	Erkek	80	2,29	1,34																																												
AlgıBelirsizliği	Kadın	80	2,08	1,09	-0,222	158	0,824																																																																				
	Erkek	80	2,11	1,04				HalüsinasyonveDelüzyon	Kadın	80	2,05	0,94	-1,296	158	0,197	Erkek	80	2,29	1,34																																																								
HalüsinasyonveDelüzyon	Kadın	80	2,05	0,94	-1,296	158	0,197																																																																				
	Erkek	80	2,29	1,34																																																																							

Yabancılaşma, Güvensiz Bağlanma, Egosentrism, Sosyal Yetersizlik, Gerçeğin Bozulması, Algı Belirsizliği, Halüsinasyon ve Delüzyon alt boyutları puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 4.15 Örneklem Cinsiyet Değişkenine Göre Savunma Biçimleri Testi Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi

		N	\bar{X}	Ss.	t	Sd.	p
İmmatür Savunmalar	Kadın	80	79,29	30,07	-0,822	158	0,412
	Erkek	80	83,09	28,38			
Nevrotik Savunmalar	Kadın	80	24,64	9,93	0,090	158	0,928
	Erkek	80	24,50	9,31			
Matür Savunmalar	Kadın	80	27,60	12,00	-0,465	158	0,643
	Erkek	80	28,46	11,47			

İmmatür Savunmalar, Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar alt boyutları puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 4.16 Örneklem Cinsiyet Değişkenine Göre İlişki Doymu Ölçeği Puanları Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi

Cinsiyet		N	\bar{X}	Ss.	t	Sd.	p
İlişki Doymu Ölçeği	Kadın	80	19,63	7,15	0,613	158	0,541
	Erkek	80	18,94	7,04			

İlişki Doymu Ölçeği puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 4.17 Örneklem İlişki Süresi Değişkenine Göre Golombok-rust Cinsel Doym Ölçeği-Erkek ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	Ss.	F	p
Golombok-Rust Cinsel Doym Ölçeği	0-6 ay	29	33,69	19,85	2,888	0,028
	6 ay-1 yıl	16	30,44	18,09		
	1 yıl-3 yıl	10	26,40	17,78		
	3 yıl-10 yıl	15	22,47	10,71		
	10 yıldan fazla	10	14,70	9,93		
	Toplam	80	27,65	17,63		
Sıklık	0-6 ay	29	2,45	1,76	1,158	0,336
	6 ay-1 yıl	16	2,00	1,46		
	1 yıl-3 yıl	10	2,10	1,37		
	3 yıl-10 yıl	15	1,80	1,01		
	10 yıldan fazla	10	1,40	0,97		
	Toplam	80	2,06	1,46		
İletişim	0-6 ay	29	2,10	1,54	3,299	0,015
	6 ay-1 yıl	16	2,63	1,31		
	1 yıl-3 yıl	10	2,10	1,20		
	3 yıl-10 yıl	15	1,13	0,99		
	10 yıldan fazla	10	1,30	0,95		
	Toplam	80	1,93	1,38		
Doym	0-6 ay	29	7,93	3,39	5,041	0,001
	6 ay-1 yıl	16	7,19	3,66		
	1 yıl-3 yıl	10	5,90	4,31		
	3 yıl-10 yıl	15	5,87	3,27		
	10 yıldan fazla	10	2,50	2,12		
	Toplam	80	6,11	3,27		

	Toplam	80	6,46	3,76		
Kaçınma	0-6 ay	29	4,66	3,49	1,528	0,203
	6 ay-1 yıl	16	3,69	2,91		
	1 yıl-3 yıl	10	3,10	2,02		
	3 yıl-10 yıl	15	3,40	2,61		
	10 yıldan fazla	10	2,30	1,64		
	Toplam	80	3,74	2,92		
Dokunma	0-6 ay	29	3,17	3,55	0,897	0,470
	6 ay-1 yıl	16	2,94	2,69		
	1 yıl-3 yıl	10	3,20	3,16		
	3 yıl-10 yıl	15	1,80	0,94		
	10 yıldan fazla	10	1,90	1,85		
	Toplam	80	2,71	2,81		
Erken Boşalma	0-6 ay	29	3,90	3,48	2,273	0,069
	6 ay-1 yıl	16	3,69	3,07		
	1 yıl-3 yıl	10	3,30	2,75		
	3 yıl-10 yıl	15	2,20	1,70		
	10 yıldan fazla	10	1,20	1,03		
	Toplam	80	3,13	2,91		

Örneklem grubunun ilişki süresi değişkenine göre Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeğinde fark görülmektedir [F=2,888, p<,05].Levene's testi sonucuna göre grupların homojen dağıldığı bulunmuştur (p>0,05). Tukey karşılaştırma testi sonucuna göre 10 yıldan fazla ilişkisi olan grup, 0-6 ay ilişkisi olan gruptan daha az puan aldığı için gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur.

Örneklem grubunun, Sıklık, Kaçınma, Dokunma, Erken Boşalma Alt Boyutu sıralamalar ortalamalarının ilişki süresi değişkenine göre farklılaşmasını bulmak için yapılan ANOVA analizini sonucunu göre gruplar arasında fark bulunmamıştır (p>0,05).

Örneklem grubunun ilişki süresi değişkenine göre İletişim Alt Boyutunda fark görülmektedir [F=3,299, p<,05].Levene's testi sonucuna göre grupların homojen dağıldığı bulunmuştur (p>0,05). Tukey karşılaştırma testi sonucuna göre 3-10 yıl arası ilişkisi olan grup, 6 ay-1 yıl arası ilişkisi olan gruptan daha az puan aldığı için gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur.

Örneklem grubunun ilişki süresi değişkenine göre Doyum Alt Boyutunda fark görülmektedir [F=5,041, p<,05].Levene's testi sonucuna göre grupların homojen dağıldığı bulunmuştur (p>0,05). Tukey karşılaştırma testi sonucuna göre 10 yıldan fazla ilişkisi olan grup, 0-6 ay ilişkisi olan gruptan daha az puan aldığı için gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. 10 yıldan fazla ilişkisi olan grup, 6 ay- 1 yıl arası ilişkisi olan gruptan daha az puan aldığı için gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur.

Tablo 4.18 Örneklemen İlişki Süresi Değişkenine Göre Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	Ss.	F	p
Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği	0-6 ay	30	28,00	20,31	3,137	0,019
	6 ay-1 yıl	16	25,69	9,41		
	1 yıl-3 yıl	10	24,10	7,81		
	3 yıl-10 yıl	15	15,20	12,75		
	10 yıldan fazla	9	12,22	10,18		
	Toplam	80	22,88	15,82		
Sıklık	0-6 ay	30	2,97	1,63	1,063	0,381
	6 ay-1 yıl	16	3,63	1,71		
	1 yıl-3 yıl	10	2,70	2,11		
	3 yıl-10 yıl	15	2,40	2,59		
	10 yıldan fazla	9	2,22	2,28		
	Toplam	80	2,88	1,99		
İletişim	0-6 ay	30	2,57	2,49	1,830	0,132
	6 ay-1 yıl	16	2,50	1,67		
	1 yıl-3 yıl	10	2,00	1,05		
	3 yıl-10 yıl	15	1,40	1,68		
	10 yıldan fazla	9	1,00	1,12		
	Toplam	80	2,09	1,98		
Doyum	0-6 ay	30	3,97	3,62	1,702	0,159
	6 ay-1 yıl	16	3,50	2,13		
	1 yıl-3 yıl	10	3,70	2,26		
	3 yıl-10 yıl	15	2,33	2,85		
	10 yıldan fazla	9	1,56	1,51		
	Toplam	80	3,26	2,94		
Kaçınma	0-6 ay	30	3,03	3,82	1,048	0,388
	6 ay-1 yıl	16	2,44	2,39		
	1 yıl-3 yıl	10	3,00	2,31		
	3 yıl-10 yıl	15	1,47	2,45		
	10 yıldan fazla	9	1,44	1,51		
	Toplam	80	2,44	2,97		
Dokunma	0-6 ay	30	2,57	3,37	1,501	0,211
	6 ay-1 yıl	16	1,94	2,21		
	1 yıl-3 yıl	10	2,10	1,97		
	3 yıl-10 yıl	15	1,13	1,64		
	10 yıldan fazla	9	0,56	1,13		
	Toplam	80	1,89	2,58		
Vajinismus	0-6 ay	30	5,77	3,61	5,992	0,000
	6 ay-1 yıl	16	4,31	2,27		
	1 yıl-3 yıl	10	4,10	1,73		
	3 yıl-10 yıl	15	1,87	2,72		
	10 yıldan fazla	9	1,78	2,82		
	Toplam	80	4,09	3,29		
Anorgazmi	0-6 ay	30	3,93	3,13	1,492	0,213
	6 ay-1 yıl	16	4,25	2,52		
	1 yıl-3 yıl	10	3,40	2,50		
	3 yıl-10 yıl	15	2,73	2,37		
	10 yıldan fazla	9	2,00	2,12		
	Toplam	80	3,49	2,74		

Örnekleme grubunun ilişki süresi değişkenine göre Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeğinde fark görülmektedir [$F=3,137$, $p<,05$]. Levene's testi sonucuna göre grupların homojen dağıldığı bulunmuştur ($p>,05$). Tukey karşılaştırma testi sonucuna göre 10 yıldan fazla ilişkisi olan grup, 0-6 ay ilişkisi olan gruptan daha az puan aldığı için gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur.

Örnekleme grubunun, Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Anorgazmi Alt Boyutu sıralamalar ortalamalarının ilişki süresi değişkenine göre farklılaşmasını bulmak için yapılan ANOVA analizini sonucunu göre gruplar arasında fark bulunmamıştır ($p>,05$).

Örnekleme grubunun ilişki süresi değişkenine göre Vajinismus Alt Boyutunda fark görülmektedir [$F=5,992$, $p<,05$]. Levene's testi sonucuna göre grupların homojen dağıldığı bulunmuştur ($p>,05$). Tukey karşılaştırma testi sonucuna göre 10 yıldan fazla ilişkisi olan grup, 0-6 ay ilişkisi olan gruptan daha az puan aldığı için gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. 3 -10 yıl arası ilişkisi olan grup, 0-6 ay ilişkisi olan gruptan daha az puan aldığı için gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur.

Tablo 4.19 Örneklemin İlişki Süresi Değişkenine Göre İlişki Doyumu Ölçeği Puanları Arasındaki Farkı Test Etmek İçin Yapılan ANOVA Testi Sonuçları

	N	\bar{X}	Ss.	F	p
0-6 ay	59	16,32	5,08	6,487	0,000
6 ay-1 yıl	32	18,31	5,13		
1 yıl-3 yıl	20	18,90	4,45		
3 yıl-10 yıl	30	22,73	8,51		
10 yıldan fazla	19	25,05	9,56		
Toplam	160	19,28	7,08		

Örnekleme grubunun ilişki süresi değişkenine göre İlişki Doyumu Ölçeğinde fark görülmektedir [$F=6,487$, $p<,05$]. Levene's testi sonucuna göre grupların homojen dağılmadığı bulunmuştur ($p<,05$). Tamhane karşılaştırma testi sonucuna göre 10 yıldan fazla ilişkisi olan grup, 0-6 ay ilişkisi olan gruptan daha az puan aldığı için gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. 3 -10 yıl arası ilişkisi olan grup, 0-6 ay ilişkisi olan gruptan daha az puan aldığı için gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur.

TARTIŞMA VE YORUM

Bu çalışmanın amacı yetişkin bireylerin ilişkilerinde veya evliliklerinde deneyimledikleri ilişki doyumu ve cinsel doyum gibi ilişki bileşenlerinin nesne ilişkileri ve kullandıkları savunma düzenekleri çerçevesinde incelenmesidir. Bu amaç çerçevesinde bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları süreçleri savunma düzenekleri ve nesne ilişkileri perspektifine bağlı olarak psikodinamik anlamda incelenmiştir. Çalışmanın bu bölümünde yetişkin bireylerin nesne ilişkileri, savunma mekanizmaları ile ilişki doyumları ve cinsel doyum düzeylerine ilişkin toplanan verilerin analiz edilmesi sonucu ortaya çıkan sonuçlar ilgili literatür ışığında tartışılmaktadır.

Çalışmanın temel hipotezleri çerçevesinde yetişkin bireylerin nesne ilişkileri ile romantik ilişki doyumları arasındaki ilişki incelenmiş olup nesne ilişkileri alt ölçeklerinde yabancılaşma, güvensiz bağlanma ve egosantrizm ile ilişki doyumu arasında orta düzey negatif ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç bireylerin erken dönemde ebeveynleriyle kurdukları ilişkilerde deneyimledikleri yaşantıların yetişkin döneminde kurdukları romantik ilişkilerde yaşadıkları doyumu etkilediğini göstermektedir. Buna göre ebeveynlerle kurulan ilk ilişkilerin olumsuz nitelikte olması romantik ilişkilerinden sağladıkların doyumun düşmesine yol açmaktadır. Nesne ilişkileri yaklaşımına göre erken dönemde bebek ve bakım veren arasında kurulan ilişki, yetişkinlik yaşamında romantik ilişkilerde yeniden aktive olmaktadır. Yansıtımlı özdeşim mekanizması erken dönemde içselleştirilen nesne ilişkileri paralelinde, bilinçdışında bastırılmış istenmeyen parçalardan sıyrılmaktadır. Başka bir ifadeyle erken dönemde içselleştirilen nesne ilişkileri yetişkinlik romantik ilişkilerinde yeniden sahnelenmekte ve ilgili savunmaların çağrışımı olmaktadır. Bu sebeple kişinin eşine verdiği tepkilerin aslında içselleştirilmiş ebeveyn parçalarına yönelik olduğu ileri sürülmektedir (Epözdemir, 2014).

Literatürde nesne ilişkileri kuramına benzer şekilde erken dönem ebeveyn ilişkilerine odaklanan bağlanma yaklaşımının ilişkiler üzerine etkisini inceleyen Amidon (2007), güvensiz bağlanma örüntülerine sahip bireylerin romantik ilişki tatminlerini olumsuz etkilediğini ifade etmiş, ilişkilerinin daha kısa süreli olduklarını ve aldatma risklerinin daha yüksek olduğunu vurgulamıştır. Gene Kirkpatrick ve Hazen (1994)ün aktardığına göre romantik ilişki kalitesi erken dönem ebeveyn ilişkilerinden edinilen deneyimlerden ve olumsuz yaşantılardan etkilenmektedir. Buna

göre güvenli bağlanma örüntüleri arttıkça ve kuvvetlendikçe bireylerin ilişki kalitesi ve ilişkilerinden aldıkları doyum daha yüksek olmaktadır. Bu sonuçlar nesne ilişkileri olumlu ve güvenli olan çiftlerin ilişkilerinin daha uzun süreli ve daha kaliteli olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla literatür bulguları bu çalışmayı destekler niteliktedir (Okçi, 2017).

Soğancı (2017)'nin yaptığı çalışmada; araştırmaya katılan kişilerin yaşadıkları romantik ilişki ve kaygı boyutu arasındaki ilişki incelendiğinde, istatistiksel olarak pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bağlanma stillerinden olan kaçınma, bireyin yaşadığı ilişkilerinde kişilere oldukça mesafeli davranmayı hem duygusal hem de fiziksel olarak bağımsız olmayı istemeyi büyük oranda ifade etmektedir. Yaşadığı romantik ilişkide yakınlıktan kaçınan kişi, romantik ilişki yaşadığı partnerine duygusal ve fiziksel mesafe koyan kişilerin aynı zamanda partnerine karşı duygusal bağlılık hissetme, düşüncelerini sırlarını paylaşma, birlikte bir aktivite yapmaktan keyif alma gibi romantik ilişki doyumunu arttıran gereksinimlerinin büyük oranda karşılanmadığı düşünüldüğünde, romantik ilişki doyumlarının düşük olması manidardır. Benzer şekilde bağlanma stillerini boyut olarak ele alan Sarı (2008)'de ilişki doyumunun düşüldükçe bağlanmanın kaçınma boyutu yükseldiği bulgusuna ulaşmıştır (Güldür, 2020).

Nesne İlişkileri Kuramı'na göre, erken dönemde kurulan ilişkiler, kişinin kendine ve diğerlerine dair içsel temsillerinin oluşmasını sağlar. Bu içsel temsiller kişinin ilişkilerindeki davranışlarını, beklentilerini ve duygularını şekillendirmektedir. Bu şekillendirme bilinçdışı düzlemde (Calabrese, Farber ve Westen, 2005). Konuyla ilgili yapılan araştırmalar erken dönem deneyimlerinin kendiliği oluşturduğunu ve kendiliğin ileriki yıllarda kurulacak ilişkileri etkilediğini desteklemektedir.

Çalışmanın amaçları çerçevesinde savunma düzenekleri ile ilişki doyumunu arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, immatür ve nevrotik savunma düzenekleri ile ilişki doyumunu arasında negatif; olgun savunma düzeyleri ile ilişki doyumunu arasında orta düzey pozitif ilişki bulunduğu saptanmıştır. Bu sonuçlar ilkel savunma mekanizmalarının yoğun kullanımı ilişki doyumunun düşmesine, olgun savunmalarının ise ilişki doyumunu arttırdığını göstermektedir. İlgili literatür incelendiğinde savunma mekanizmaları ile romantik ilişki doyumunu inceleyen direkt

çalışmaların yetersiz olduğu görülmektedir. Dolaylı olarak yapılan çalışmalar ise bu çalışma bulgularına benzer olarak savunma biçimlerinin duygusal ilişkileri etkilediği sonuçlarını ortaya koymaktadır.

İşlevsel olmayan düşünceler, savunma mekanizmaları ve romantik ilişkileri inceleyen bir araştırmada fertil ve infertil kadınlarla çalışılmıştır. 30 fertil ve 30 infertil kadınla yürütülen çalışmada, her iki grupta da farklı düzeylerde işlevsiz düşünceler ve savunmalar olduğu görülmüştür (Katiraei, Haghghat ve Bazmi, 2010). Grimm, Brannon ve Juni' nin savunma biçimleri ve nesne ilişkilerini inceleyen çalışmasında 107 erkek ve 202 kadının savunma biçimleri ve ilişki doyum değişkenleri irdelenmiştir. Yapılan incelemelerde, savunma biçimlerinin nesne ilişkileri bağlamında gelişen türlerinin ilişki doyumunu ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Elmas (2017) savunma biçimleri ile evlilik doyumunu incelemiş ve ilkel savunma mekanizmalarının evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilediğini bildirmiştir.

Nesne ilişkileri kuramı perspektifinde savunma mekanizmaları hem patolojilerin sınıflandırılmasında hem de gelişimin değerlendirilmesinde önem taşımaktadır. Savunma mekanizmaları aynı zamanda ötekiyle kurulan ilişkide bilinçdışının ne şekilde aktive olduğunu anlamada bir araçtır. Nesne ilişkileri çift terapisi yaklaşımına göre içsel nesnelere ve ilişki örüntüleri yetişkin yaşamda kurulan evlilik ilişkisinde yeniden canlanmaktadır. Evli çiftler yansıtımlı özdeşimle birbirleriyle etkileşim halindedir. Yansıtımlı özdeşim savunması sayesinde kişiler erken dönemde içselleştirdikleri nesnelere çift ilişkilerine aktarmaktadır (Epözdemir, 2014).

Cinsel doyum ölçeği ile immatür ve nevrotik savunma düzenekleri arasında pozitif; olgun savunma düzenekleri ile arasında ise orta düzey negatif ilişki vardır. Cinsel doyumda yüksek puanlar düşük doyum düzeyini ifade ettiği için immatür ve nevrotik savunmalar cinsel doyumunu düşürürken, savunma biçimlerinin olgunlaşması bireylerin cinsel deneyimlerinden daha yüksek düzeyde doyum sağlamasına olanak sunmaktadır. Bu çalışma bulgularına paralel doğrultuda Yurtsever (2018) yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları ve cinsel işlevleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında immatür ve nevrotik savunma biçimlerini daha yoğun kullanan bireylerin cinsel işlevlerinin daha problemlili olduğunu ve cinsel doyumlarının daha düşük olduğunu belirlemiştir.

Bir kişinin korkusu, korkulan bir nesneye ya da duruma yaklaşırken artma eğilimindedir. Kişi durumu düzeltmeye devam ederken, o daha alışkın hale gelir ve korku azalmaya doğru eğilim gösterir. Anksiyete ile ilgili bozuklukları olan birçok kişi, bu durumdan kaçınırlar ya da korku şiddetini artırdıkça kaçarlar. Maruz kalmaya dayalı uygulamaları yapılan bir kişi, bu uygulamalarda, yüksek düzeyde korku yaşandıktan sonra, korkunun zamanla azalacağı ve/veya kişinin korkuyu kontrol edebileceğini öğrenir. (Kearney ve Trull, 2016). Kaygı cinsel işlev bozukluklarının etiyojisinde en sık görülen sebeplerden biridir. Kaygının varlığı cinsel ilişkide haz alınmasını engelleyen bir değişkendir. Ruhsal değişkenlerden kaynaklanan cinsel işlev bozuklukları çoğunlukla fobik özellikler taşımaktadır. Bu durumda cinsel davranışlar çoğunlukla hayal kırıklığı ile sonuçlanmaktadır (Çavaş, 2008). Kişilerin duyduğu kaygının düzeyi cinselliği ne ölçüde etkileyeceğini belirlemektedir. Orta seviyede kaygı bazen itici bir güç olarak cinsel arzuyu getirebilirken yüksek düzeyde kaygı cinselliği ketleyici bir görev görebilmektedir (Althof, 2005). Bu bakış ağısıyla savunma mekanizmalarının temelinde kaygının yer aldığı düşünülürse savunmacı yaklaşımın duygusal ilişkileri yakından etkilediği öne sürülebilir. Bu sebeple savunma mekanizmalarının cinsel doyuma olumsuz etki eden bir faktör olduğu düşünülebilir.

Çalışmaya dahil edilen yetişkin bireylerin nesne ilişkileri alt ölçek puanları ile cinsel doyum puanları arasındaki ilişki incelendiğinde şu sonuçların ortaya çıktığı görölmektedir: Yabancılaşma, güvensiz bağlanma ve egosantrizm düzeyi yükseldikçe bireylerin cinsel deneyimlerinden sağladıkları doyum düzeyi anlamlı seviyede azalmaktadır. Söz konusu sonuçlar cinsel doyum ölçeğinin hem kadın hem de erkek formu ağısından benzer doğrultudur. Bu sonuç nesne ilişkilerinin cinsiyetten bağımsız olarak cinsel doyumunu etkilediğini göstermektedir. İlgili literatür incelendiğinde bireylerin erken dönemlerde ebeveynleri ya da bakımverenleri ile olan ilişki deneyimledikleri olumsuz yaşantıların bu çalışmaya paralel olarak romantik ilişkilerinde cinsel işlevlerini ve doyumlarını etkilediği sonuçları görölmektedir.

Küt (2018) çalışmasında nesne ilişkileri ile benzer temada erken dönem ebeveyn ilişkilerinden etkilenen bağlanma örüntülerini cinsel işlevler çerçevesinde incelediği çalışmasında, bağlanma örüntüsü boyutsal olarak ele alındığında güvensiz bağlanmanın ve kaçınan bağlanmanın cinsel yaşamı olumsuz etkilediğini belirlemiştir. Çakmak (2011) kaygılı bağlanma örüntüsünün, kaçınıcı bağlanma örüntüsüne kıyasla

cinsel yaşamı olumsuz yönde daha çok yordadığı belirtilmiştir (Çakmak 2011, Küt 2018). Özellikle kaygılı bağlanma örüntüsünde bireylerin partnerleri ile hem fiziksel hem de duygusal olarak yakın olmak istemelerinin, karşı taraftan gelen sinyalleri yanlış algılamalarının veya uzaklaşma sinyallerine karşı aşırı tetikte olmalarının partnerleri ile karşılıklı rahat hissettikleri cinselliği yaşayamamalarına ve bu durumun cinsel birliktelik arzularının azalmasına yol açtığı düşünülmektedir (Brassard ve ark. 2007).

Bağlanma tarzlarına ve erken nesne ilişkilerine bağlı olarak, özellikle anksiyetenin cinsel ilişkiyi etkilediği öne sürülmektedir. Öte yandan bağlanma korkusunun, bireyin cinsiyeti ne olursa olsun cinsel deneyimlerin kararsız yorumlanmasıyla ilişkili olduğunu gösteren araştırmalar da mevcuttur. Kayıtsız bağlanma stiline sahip olan bireylerin cinsellikten daha çok korktukları görülmektedir (Hazan ve Zeifman, 1994). Ancak tam tersine yüksek kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler bağlanma ihtiyaçlarını karşılamak için cinsel yolları tercih etmektedir (Schachner ve Shaver, 2004).

Küt (2018) kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin olumsuz bilişsel düşünceleri nedeniyle artan ilişkisel kaygılarının cinsel uyarılmalarını olumsuz yönde etkilediğini belirtmiştir. Bireylerin kaygı seviyesi arttıkça cinsel yaşamlarında doyum, cinsel yakınlık, uyarılma ve orgazm alanlarında yaşadıkları sorunlar artmaktadır. Ayrıca, kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip kadınların ilişkide reddedilme kaygıları nedeniyle istemedikleri cinsel aktivitelerde bulunma oranlarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin ilişki süreleri ile ilişki doyumları ve cinsel doyum düzeyleri incelendiğinde ilişki süreleri daha uzun olan bireylerin ilişki doyumları daha düşük olarak saptanırken; ilişki süreleri daha uzun olan bireylerin cinsel doyum düzeyleri ise daha yüksek olarak saptanmıştır. Bu sonuç bu çalışmaya katılan bireyler için ilişki süresinin artmasının ilişki doyumunu düşürmesine karşın cinsel doyumunu arttırdığı sonucunu ortaya koymaktadır. Daha önceki çalışma bulguları incelendiğinde bu sonuçlara hem paralel hem de aksi yönde sonuçların elde edilmiş olduğu görülmektedir. Turan (2013) çalışmasında yeni evli çiftlerde cinsel yaşam sıklığı daha fazla görülmekte olduğunu belirlemiştir.

Güleç ve arkadaşları (2011), yürüttükleri bir araştırmada heteroseksüel çiftleri incelemişlerdir. Araştırmalarında çiftlerin birliktelik süreleri arttıkça cinsel doyumun azaldığını belirtmişlerdir. Bodur ve arkadaşları (2013) ise farklı şekilde birliktelik süresi arttıkça cinsel doyumun arttığını bildirmişlerdir. Bu nedenle konuyla ilgili farklı bulguların mevcut olduğu söylenebilir. İlgili alanyazında ilişki doyumu ile psikopatoloji arasında korelasyon olduğu belirtilmektedir. Bu doğrultuda iyi giden bir ilişkinin ruh sağlığına olumlu etkiler yaptığı düşünülebilir. Benzer şekilde iyi gitmeyen bir ilişkinin tükenmişliği beraberinde getireceği düşünülmektedir. İlişkinin kalitesine bağlı olarak sürenin etki ettiğini söylemek yanlış olmayacaktır. Burada ilişki kalitesini ve alınan doyumunu ölçen çalışmaların önemi üzerinde durulması önem taşımaktadır. İlişki kalitesine bağlı olarak sürenin önemi ve bunun psikolojik durum ile ruh sağlığına olan etkisi muhtemeldir (McLeod,1995).

Çalışmanın bu noktası ile ilişkili olarak literatürde farklı sonuçların bulunmasının bireylerin ilişkilerinde kişisel farklılıklardan kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Zira süreden bağımsız olarak kaliteli süren bir ilişkinin içerisinde zaman ilerledikçe bireyler birbirlerine daha çok yaklaşabilecek ve bu doğrultuda ilişkiden sağlanan doyum düzeyi artabilecektir. Diğer bir yandan ilişki kalitesi ve ilişki içi etkileşimi zayıf olan çiftlerin ise süreç içerisinde birbirlerine karşı olan olumsuz duygularının artabileceği, birbirlerine daha az tahammül edebilecekleri ve bu paralel de ilişkilerinden aldıkları doyum düzeyinin daha çok düşeceği düşünülebilir.

Araştırma grubunun cinsiyet değişkeni ile nesne ilişkileri, savunma mekanizmaları ve romantik ilişki süreçleri arasındaki ilişki incelendiğinde cinsiyet açısından anlamlı farklılığın oluşmadığı belirlenmiştir. Yavuz (2018) çalışmasında ilişki doyumu ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olmadığını belirlemiştir. Cinsiyet değişkenine göre ilişki doyumunun incelendiği araştırmalarda erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde ilişki doyumu yaşadığı tespit edilmiştir (Sarı, 2008; Öcal Yüceol, 2016). Beştav (2007) cinsiyet değişkenine göre ilişki doyumunun farklılık göstermediğini saptamıştır (Beştav, 2007). Sarı (2008)'in çalışmasında kadınların, erkeklere göre ilişki doyumlarının düşük olduğu saptanmıştır. Savunma mekanizmaları ile cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara bakıldığında bu çalışmayı hem destekleyen hem aksi yönde sonuçlar ortaya koyan çalışmaların bulunduğu görülmektedir. Çağatay (2014) çalışmasında cinsiyet ile savunma mekanizmalarının ilişkili olmadığını belirlemiştir. Diğer yandan Giddens (2013) savunma mekanizmalarının cinsiyet açısından farklılaştığını

belirlemiştir. Nesne ilişkileri bağlamında Koçak (2019) çalışmasında, bu çalışmadan farklı olarak cinsiyeti nesne ilişkileri açısından karşılaştırdığında anlamlı farklılık saptamaktadır. Nesne ilişkileri ve gerçeği değerlendirme testindeki yabancılaşma, güvensiz bağlanma ve egosentrizm alt boyut puanlarının kadın ve erkek açısından anlamlı farklılık gösterdiği; kadınların bu alt faktörlerdeki puan ortalamalarının erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğuna dikkat çekmektedir. Işık (2008) benzer olarak, çalışmasında sonucunun cinsiyete göre farklılık gösterdiğini, kadın katılımcıların erkek katılımcılara kıyasla daha fazla güvensiz bağlanmaya sahip olduklarını belirtmektedir. Görüldüğü üzere daha önce yapılan çalışmalar toplumsal cinsiyet rollerinin de etkisiyle cinsiyete göre araştırma değişkenlerinin puanlarının farklılaştığını daha yoğun göstermektedir. Bu farklılık genel olarak toplumsal cinsiyet roller ile ilişkilendirilebilmektedir. Bu çalışmada sonuçların anlamsız olmasının ise çalışma grubunun kişisel farklılıklarında kaynaklandığı düşünülebilir.

Diğer sosyo-demografik özellikler incelendiğinde yaş ile nesne ilişkileri ölçeği alt ölçeklerinden sosyal yetersizlik arasında zayıf düzey pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Diğer alt ölçekler açısından ise yaşa göre farklılaşma bulunmamaktadır. Eğitim durumu açısından ise ilişki doyumu ve matür savunmalar ile zayıf düzeyde pozitif; güvensiz bağlanma ile cinsel doyum ile negatif yönde ilişki vardır. Benzer şekilde eşin ya da partnerin eğitim durumunun da nesne ilişkilerini, savunma mekanizmalarını ve ilişki yaşantısına dair değişkenleri zayıf düzeyde de olsa etkilediği görülmektedir. Eğitim düzeyinin yükselmesi, ve çalışma yaşamına sahip olan bireylerin kendilerini ifade etmeleri, olumlu duygulara sahip olma ile fertlerin yaşam doyumu arasında pozitif korelasyon vardır (Diener ve ark., 2003). Yapılan bir araştırma, eğitim düzeyi yükseldikçe bir işte çalışmanın yaşam doyumunun güçlü yordayıcıları olduğunu ortaya koymuş (Toyan, Duy, 2015); yaşam doyumunun iyi oluşla ilişkisi olduğu varsayılırsa depresif belirtilerin azalmasında da rol oynayacağı düşünülmektedir. Eğitim durumuna ilişkin bu sonuçlar eğitimin getirdiği bakış açısı zenginliği ile bireylerin ilişkilerinde patolojik örüntülerden daha uzak ve ilişkilerinde daha yüksek düzeyde keyif alabildiğini göstermektedir. Ayrıca partnerin eğitim durumunun da etkili olmasının kişilerin karşındaki bireylerin eğitimlerinden dolayı kurmuş oldukları iletişimin kalitesi ve bu kalitenin de ilişkiyi daha doyumlu ya da daha olumsuz etkileyebileceği ile ilişkili olabilir.

Araştırma grubunun gelir durumu açısından yapılan analizlere göre gelir durumu iyileştikçe ilişki doyumunun da arttığı saptanmıştır. Diğer değişkenler ile gelir durumu arasında ise anlamlı bir ilişki yoktur. İlgili literatür incelendiğinde Yavuz (2018), Özbiçer (2017) ve Yüceol (2016) ilişki doyumunu çeşitli değişkenler açısından incelemiş oldukları çalışmalarında gelir durumu ile ilişkiden sağlanan doyum arasında ilişki olduğunu ve gelir durumu arttıkça ilişkiden sağlanan doyumun da yükseldiğini vurgulamışlardır. Ekonomik durumun ve paralelinde gelebilecek olan yaşam kalitesi ve konforunun bireylerin ilişki yaşantılarına etki edebileceği beklenen bir sonuç olarak değerlendirilmektedir. Zira gelir durumunun kötüleşmesi ile beraber yaşamsal ihtiyaçların karşılanması ve konforun artırılması ile ilgili ortaya çıkabilecek olası problemler bireylerin partnerleriyle yaşadıkları deneyimlerden daha az keyif almalarına ve birbirlerine yönelik tahammüllerinin daha az olabilmesine sebep olabilecektir.

Sınırlılıklar ve Öneriler;

Bu araştırma 2020 yılında İstanbul ilinde yaşamını sürdüren 160 yetişkin birey ile sınırlıdır. Pandemi koşullarından dolayı online yöntemlerle veri toplanan bu çalışmaya destek olabilecek nitelikte daha yüksek sayıda bireyle çalışmaların tekrarlanması elde edilen sonuçlara daha yüksek düzeyde bilimsel nitelik kazandırılması açısından faydalı olacağı düşünülmektedir.

Romantik ilişkiler insan yaşamının en önemli yapı taşlarından biri olarak değerlendirilebilir. Bu çalışmada bu ilişkilere dair nesne ilişkileri ve savunma mekanizmalarının etkileri incelenmiştir. Dolayısıyla yapılan araştırma romantik ilişki yaşantısı üzerinde etkili olabilecek faktörlerden iki tanesi ile sınırlıdır. Daha farklı psikolojik değişkenler ile romantik ilişki doyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların yapılmasının gerek ilişki yaşantısına dair farkındalık kazandırmak gerekse bilimsel literatürü zenginleştirmek açısından faydalı olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışma romantik ilişki yaşantısına dair verileri kullanılan yalnızca kullanılan veri toplama aracılığıyla belirlemiştir. Romantik ilişkilerdeki karmaşıklığın çok dinamikli olması ve bireysel olarak yoğun farklılıklar gösterebilmesi göz önünde bulundurulduğunda bire bir etkileşime dayanan ve ilişki kalitesine iyileştiren ya da

kötüleştiren faktörleri belirleyebilecek çalışmaların geliştirilmesinin önemli bir katkı niteliğinde olacağı söylenebilir.

Bu çalışma romantik ilişki doyumu ve cinsel doyumu yalnızca psikodinamik değişkenler olan nesne ilişkileri ve savunma mekanizmaları çerçevesinde incelemesi açısından sınırlıdır. Farklı psikolojik ekollere dair değişkenlerin de ele alınarak farklı araştırma gruplarıyla yapılacak çalışmaların romantik ilişkileri daha bütünlükçü bir bakış açısıyla görebilmeyi sağlayacağı düşünülebilir. Bunlarla beraber romantik ilişkilerde bireylerin kendi psikolojik dinamiklerine ilişkin farkındalıklarının önemli olduğu hem bu çalışmada hem de daha önce yapılan çalışmalarda ortaya konulduğu görülmektedir. Bu doğrultuda bireylerin ilişkilerini devam ettirirken kendi iç dünyalarına ve diğerleri ile olan ilişkilerine dair farkındalık kazandırabilecekleri psikoterapi vb. süreçlere başvurmalarının ilişki doyumu ve devamlılığı açısından faydalı olabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Alkan Göral, F. S. (2010). Coupling through projective identification: Bridging role of projective identification in the associations among early parenting experience, personality constructs and couple relationships. Doktora tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Althof, SE. (2005). *Cinsel işlev ve işlev bozukluğunun psikolojik ve kişiler arası boyutları (İçinde) Seksüel tıp erkek ve kadında seksüel fonksiyon bozuklukları*. Kadioğlu A. (Çev.). İstanbul, İstanbul Tıp Kitapevi 75-109.

Yavuz, T. (2018). Üniversite Öğrencilerinin İlişki Doyumu Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki Bağlantı. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Özbiçer, S. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ Düzeyleri İle Romantik İlişki Doyumları Ve Eşlerinin İlişki Doyumlarına Yönelik Algıları. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Toyan, Ö., Duy, B., (2015), Kadın Merkezlerine Başvuran Kadınlarda Kişilerarası Tarzlar, Depresyon ve Öznel İyi Olma (Diyarbakır İli Örneği), *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24: 390-414.

Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture and Subjective Wellbeing: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54: 403–425.

Işık, E. (2008). Güncel Klinik Psikiyatri, Organon Yayınevi.

Çağatay, S. E. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantı Düzeyi İle Bağlanma Stilleri ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı. İstanbul.

Koçak, Ş., (2019). Yetişkinlerin Yalnızlık Düzeyleri Benlik Algıları ile Nesne İlişkileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Sarı, T. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar, Bağlanma Boyutları ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Beştav, G. (2007). Romantik İlişki Doyumu ile Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel Olmayan İnançlar ve Aşka İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Öcal Yüceol, S. E. (2016). Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumlar ile İlişki Doyumu ve Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Arasındaki İlişkiler, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Althof, S. E., Perelman, M. A., Rosen, R. C. (2011). The Subjective Sexual Arousal Scale for Men (SSASM): Preliminary development and psychometric validation of a multidimensional measure of subjective male sexual arousal. *Journal of Sexual Medicine*, 8, 2255–2268.

Altınok, A., (2014), Genç Yetişkinlerin Romantik İlişki Doyumları ile Anne-Baba Çatışmasını Algılamaları Arasındaki İlişkide Problem Çözme Tarzları ve İlişkilere Yönelik Akılcı Olmayan İnançların Rolü, Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep.

Anlı, İ. (2010). *Psikanalizde narsisizm*. İstanbul: Nobel Tıp.

Anlı, İ. (2014). *Nesne İlişkileri Kuramı*. Nobel Tıp Kitabevi. İstanbul.

Ardalı C, Erten Y. (1999). *Psikanalizden dinamik psikoterapilere*. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım; 1999.

Aspelmeier, J. E., ve Kerns, K. A. (2003). Love and school: Attachment/exploration dynamics in college. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20, 5-30.

Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik İlişkiler ve Aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 4(4): 520-546.

Bakırcıoğlu, R. (2010). *Çocuk ve ergende ruh sağlığı*. 3. Baskı. Ankara: Anı Yayıncılık.

Barrientos, J. E., Paez, D., (2006), Psychosocial Variables of Sexual Satisfaction in Chile. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 32 (5), 351-368.

Beştav, G. (2007).Romantik ilişki doyumunu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi. Ankara.

Blackman, J. S. (2014). *Zihnini kendini koruma yolları: 101 savunma*. T. Özakkaş (Ed.). (Ö. Karakaş, Çev.). (2. Baskı). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Bodur, N. E., Çoşar, B., & Erdem, M. (2013). İnfertil çiftlerde evlilik uyumunun demografik ve klinik değişkenlerle ilişkisi. *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 38(1): 51-62.

Bowins, B. (2010). Personality disorders: A dimensional defense mechanism approach. *American Journal of Psychotherapy*, 64(2), 153-169.

Brassard A, Shaver PR, Lussier Y (2007) Attachment, sexual experience, and sexual pressure in romantic relationships: A dyadic approach. *Pers Relatsh*, 14:475–493.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (1. Baskı). (İ. D. Erguvan Sarioğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Byers, E.S, (2005), Relationship Satisfaction and Sexual Satisfaction: A Longitudinal Study of Individual in Longterm Relationships. *The Journal of Sex Research*; 42(2): 113-118.

Calabrese, L. M., Farber, A. B. ve Westen, D. (2005). The Relationship Of Adult Attachment Constructs To Object Relational Patterns Of Representing Self And Others. *Journal of The American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry*, 33 (3), 513-530.

Calabrese, L. M., Farber, A. B. ve Westen, D. (2005). The relationship of adult attachment constructs to object relational patterns of representing self and others.

Journal of The American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry, 33 (3), 513-530.

Canel, A. N. (2012). *Evlilik ve Aile Hayatı*. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Aile Eğitim Programı.

Canel, A.N., (2007), Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Yayınlanmış Doktora Tezi, İstanbul.

Cashdan, S. (1988). *Object relations therapy*. New York: WW Norton & Company.

Catherall, D. R. (1992). Working with projective identification in couples. *Family Process*, 31 (4), 355-367.

Clair M. (1996). *Object Relations and Self Psychology*. New York: Brooks/Cole Publishing Company.

Clark, A. J. (1992). Psikolojik Danışmada Savunma Mekanizmalarının Tanınması ve Şekillendirilmesi. H. Ersever (çev.), *A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 25.2, 579-596.

Clarkin JF, Levy KN, Lenzenweger MF, Kernberg OF. (2004). The personality disorders institute/borderline personality disorder research foundation randomized control trial for borderline personality disorder: rationale, methods, and patient characteristics. *Journal of the personality disorders*, 18(1):52-72.

Connolly, J. ve Goldberg, A. (1999). Romantic relationships in adolescence: The role of friends and peers in the emergence and development. In W. Furman, B. B. Brown & C. Feiring (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 266-290). Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Cramer, P. (1987). The Development of Defense Mechanisms. *Journal of Personality*. 55.4, 597-614.

Cramer, P. (1998). Coping and defense mechanisms: What's the difference?. *Journal of Personality*, 66(6), 919-946.

Cramer, P. (2000). Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation. *American Psychologist*, 55(6), 637.

Çakı, N., Asfuroğlu, L., ve Erbaş, O. (2015). The Relationship between the Level of Attachment in Romantic Relations, Affective Commitment and Continuance Commitment towards Organization: A Field Research. *Procedia Economics and Finance*, 26, 1007-1013.

Çavaş Ş. (2008). Cinsel işlev bozuklukları polikliniğine başvuran vajinismus ve prematüre ejakülasyon olgularında psikiyatrik komorbiditenin araştırılması. T.C. Sağlık Bakanlığı Bakırköy Ord. Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Uzmanlık Tezi. İstanbul.

Çelik, B. (2018). Yatırım Modeline Dayalı Evlilik Öncesi İlişki Sürdürme Becerileri Psiko-Eğitim Grubunun İlişki İstikrarına Etkisinin İncelenmesi. Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., ve Smith, H.L., (1999), Subjective Well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125: 276–302.

Dogan, T., Tugut, N., Golbasi, Z., (2013). *The Relationship between Sexual Quality of Life, Happiness, and Satisfaction with Life in Married Turkish Women. Sexuality and Disability*. 31(3), 239- 247.

Doğan, E. (2015). Alkol Bağımlıları İle Bağımlılığı Olmayan Bireylerin Savunma Mekanizmaları Açısından Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.

Doğan, S. (2006). Cinsellikten Tiksinti Duyma Bozukluğu: Davranışçı Tedaviye Olumlu ve Hızlı Yanıt Veren Bir Olgu. *Klinik Psikiyatri*, 9:191-197.

Ege, E., Akın, B., Yaralı, S., Bilgili, N. (2010). Sağlıklı kadınlarda cinsel fonksiyon bozukluğu sıklığı ve risk faktörleri. *TÜBAV Bilim Dergisi*, 3(1), 137-144.

Egeci, I. S., ve Gencoz, T. (2011). The effects of attachment styles, problem-solving skills, and communication skills on relationship satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 2324-2329.

Elmas, C. (2017). Evli Bireylerin Algıladıkları Sosyal Destek Ve Kullandıkları Savunma Mekanizmalarının Evlilik Uyumu İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Epözdemir, H. (2014). Seri Evlilik Yapan Bireylerin İlk Ve İkinci Evliliğini Yapmış Bireyler İle Nesne İlişkileri, Yansıtmacı Özdeşleşim, Savunma Mekanizmalarının Düzeyi, Psikolojik Belirtiler Ve İlişki Doyumu Açısından Karşılaştırılması: Nesne İlişkileri Çift Terapisi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Erbaş, S. (2014). Yeme Tutumlarının Nesne İlişkileri Kuramı Çerçevesinde İncelenmesi. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Erbil, N. (2013). The relationships between sexual function, body image, and body mass index among women. *Sexuality and Disability*, 31, 63–70.

Erözkan, A. (2004). Romantik İlişkilerde Reddedilmeye Dayalı İncinebilirlik, Bilişsel Değerlendirme Ve Başa Çıkma. Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Ersevim İ. (2013). *Freud ve psikanalizin temel ilkeleri*. (7. bs.). İstanbul: Özgür.

Erten Y, Öztep S (2005) "Araöznellik" (Intersubjectivity) –"Aranesnellik" (Interobjectivity) <http://www.icgoru.com/makale/aranesnellik.shtml>. 23.09.2005

Erten, Y. (2006). *Psikanalizden Dinamik Terapilere Seminer Notları*. İçgörü Psikoterpi Merkezi, İstanbul.

Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma ve Algılanan Kontrol. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 32 (2), 359-380.

Fairbairn, W. R. D. (1999). *Psychoanalytic studies of the personality*. London: Routledge.

Fonagy, P, ve Target, M. (2003). *Psychoanalytic theories: Perspectives from developmental psychopathology*. New York: Brunner-Routledge.

Freud, A. (2015). *Ben ve savunma mekanizmaları*. (Y. Erim, Çev.). (4. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.

Freud, S. (2014). *Cinsellik Üzerine*. Çev. Hasan Can. Tutku Yayınevi. İstanbul.

Fromm, E. (2007). *Sevme Sanatı*. (Ö. S. Karadana, Çev.). İzmir: İlya Yayınevi.

Gabbard, G. O. (1994). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice* (2nd ed.). Washington: American Psychiatric Press.

Geçtan, E. (1989). *Çağdaş yaşam ve normal dışı davranışlar*. Remzi Kitabevi. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Geçtan, E. (2012). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. (20. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.

Ghezelseflo, M., Jalal, S., Amani,R. (2013). Comparison of body image and self esteem among married individuals with sexual dissatisfaction and normal married individuals in Tehran. *Procedia- Social Behavioral Sciences*, 84(2004),538-541.

Göka, E., Yüksel, F. V. ve Göral, S. (2006). İnsan ilişkilerinde yansıtımlı özdeşim. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 46-54.

Green, A. (2004). "Thirdness and Psychoanalytic Concepts" *Psychoanalytic Quarterly*, LXXIII, 99-135.

Grimm, D. W., Brannon, R., & Juni, S. (1997). Defense Mechanisms and Object Relations as Factors in Marital Satisfaction. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 19(2), 305.

Güleç C, Köroğlu E. (1998). *Cinsel İşlev Bozuklukları Psikiyatri Temel Kitabı*. Ankara 605-637. 2005.

Güleç, G., Hassa, H., Yalçın, E. G., ve Yenilmez, Ç. (2011). Tedaviye başvuran infertil çiftlerde, infertilitenin cinsel işlev ve çift uyumuna etkisinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 3, 166-176.

Gülsün, M., Ak, M., Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, (1), 68-79.

Güneri Yöyen, E. (2018). Çocukluk çağı ruhsal travmaları ile ego savunma mekanizmaları arasındaki ilişki. *Üçüncü Sektöre Sosyal Ekonomi Dergisi*, 53 (1), 34-45.

Güvenir, T., ve Taş, F. V. (2008). *Nesne ilişkileri kuramı. Çocuk ve ergen psikiyatrisi temel kitabı* (1. Baskı) içinde (116-122). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Habip, B. (2011) “Özgürlük Arayışına Adanmış Psikanalitik Bir Yaşam Donald Woods Winnicott (1896- 1971): Düşüncesi Ve Pratiği”, *Doğu-Batı Dergisi*, 197-213.

Hartmann, H. (2011). *Ben psikolojisi ve uyum sorunu* (Banu Büyükkal, Çev). 2. Baskı. İstanbul: Metis Yayınları.

Hartmann, H. (2016). *Ben psikolojisi ve uyum sorunu*. (B. Büyükkal, Çev.). (3. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.

Hazan, C. and Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.

Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50(1), 93-98.

Hendrick, S. ve Hendrick, C. (1989). Research on love: Does it measure up?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 784-794.

Hendrick, S., ve Hendrick, C. (1995). Gender differences and similarities in sex and love. *Personal Relationships*, 2, 55-65.

Hinde, R.A., (2007), *Relationship: A Dialectical Perspective*, Psychology Press: Taylor and Francis Ltd.

Hirschberger, G., Srivastava, S. Marsh, P., Cowan C.P. ve Cowan, P. A. (2009). Attachment, marital satisfaction, and divorce during the first fifteen years of parenthood. *Personal Relationships*, 16, 401-420.

Hock, Roger R. (2013). Reading 30: You're Getting Defensive Again!. Forty Studies That Changed Psychology. 7th ed. Upper Saddle River: Pearson Education, 233–238.

İkiz, T. (2002) “Sigmund Freud ve Klasik Psikanalitik Görüşte Dürtülerin Akıbeti”, *Psikanaliz Yazıları*, İstanbul, Bağlam Yayınları, 4, 11-17.

İncesu, C. (2004). Cinsel İşlevler ve Cinsel İşlev Bozuklukları. *Klinik Psikiyatri*, 3, 3-13.

İncesu, C. (2007). Cinsel Yaşam ve Sorunları. Ed: Simsek, F., Seyisoglu, H., Şahin, D. Cinsel Sağlık ve Üreme Alanında Ulusal ve Yerel Medya Yoluyla Savunuculuk Projesi Bilgilendirme Dosyası 1.s.1. *Cinsel Eğitim Tedavi ve Arastırma Dernegi Yayını*, 11-12.

Jacobson, E. (2015). *Kendilik ve Nesne Dünyası*. Çev. Selim Yazgan, Metis Yayıncılık. İstanbul.

Kalkan, M. ve Yalçın, İ. (2012). Evlilik Öncesi Dönem ve Romantik İlişkiler. M. Kalkan ve Z. Hamamcı. (Ed.) *Evlilik Öncesi Psikolojik Danışma*. (1-7). Ankara: Anı Yayıncılık.

Karahasanoğlu, G. (2016). Üniversite öğrencilerinde aşka ilişkin tutumlar, kişilik özellikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin cinsiyet ve mevcut ilişki durumu bağlamında incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Karvonen, J. T. (2007). Somatization in Young Adults. Uzmanlık Tezi, University of Oulu, Oulu.

Katiraei, S., Haghghat, M., Bazmi, N., Ramezanzadeh, F., & Bahrami, H. (2010). The Study of Irrational Beliefs, Defense Mechanisms and Marital Satisfaction in Fertile and Infertile women. *Journal Of Family & Reproductive Health*, 4(3), 129.

Kaya, A. ve Bozkur, B. (2017). Kadercilik eğilimi ile özyeterlik inancı ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1), 124-145.

Kayır, A. Cinsellik kavramı ve cinsel mitler: Yetkin N, İncesu C (Ed). Cinsel İşlev Bozuklukları Monograf Serisi. İstanbul: Roche Müstehzarları Sanayi A.Ş.; 2001, s: 34-39.

Kearney, C. & Trull, T.J. (2016). *Abnormal Psychology and Life: A Dimensional Approach*. Cengage Learning.

Kernberg OF. *Internal World and External Reality: Object Relations Theory Applied*. New York: Jason Aronson Inc; 1980.

Kernberg, O. (2012). *Sınır durumlar ve patolojik narsisizm* (M. Atakay, Çev.). (3. bs.). İstanbul: Metis. (Orijinal çalışma 1975 yılında yayınlanmıştır.)

Kernberg, O. F. (2009). Psychoanalysis: Freud's theories and their contemporary development. In M. G. Gelder, N. C. Andreasen, J. J. Lopez-Ibor Jr, & J. R. Geddes (Eds.). *New Oxford textboof of psychiatry* (2nd ed.) (293-320). New York: Oxford University Press.

Kernberg, P. F. (1994). Mechanism of The Defense: Development and Research Perspectives. *Bulletin of The Menninger Clinic*. 58.1, 55-87.

Klein, M. (1940). Mourning and its relation to manic-depressive states. *International Journal of Psycho-Analysis*, 21, 125-153.

Klein, M. (1952). Notes on some schizoid mechanisms. *Development in Psycho-Analysis*, 27, 99-110.

Kobak, R. R. ve Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 861-869.

Kök, M., Gençdoğan, B., Tuğluk, M.N. ve Koçyiğit, S. (2007). Okul öncesi öğretmenliği öğrencilerinin çoklu zeka alanlarıyla kullandıkları psikolojik savunma mekanizmaları arasındaki ilişkiler. *Atatürk Üniversitesi Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(3), 124-136.

Köknel, Ö. (1985). *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar.

Küt D (2018) Genç yetişkin kadın bireylerin bağlanma stilleri ile cinsel yaşam kalitesi düzeyleri, cinsel özgüven ve psikolojik belirtilerinin incelenmesi (Doktora tezi). İstanbul, Maltepe Üniversitesi.

Lawrance, K., and Byers, E.S. (1995). Sexual satisfaciton in heterosexual long-term relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal Relationships*, 2(2),s. 267-285.

Lazar, A., (2017), Moderating Effects of Religiousness and Marriage Duration on the Relation Between Sexual and Marital Satisfaction Among Jewish Women. *Archives of Sexual Behavior*, 46, 513- 523.

Le, B. ve Agnew, C.R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A metaanalysis of the investment model. *Personal Relationship*, 10, 37-57.

Leahy, R. (2010). *Bilişsel terapide direncin aşılması*. İstanbul: Litera Yayıncılık.

Lin, Y. H. W. ve Rusbult, C. E. (1995). Commitment to dating relationships and cross-sex friendships in America and China. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(1), 7-26.

Masalıcı Burçak, A. D. (2012). İç denetim programının ergenlerin denetim odağı, öğrenilmiş güçlülük ve savunma mekanizmalarını kullanma biçimi üzerindeki etkisi. Doktora Tezi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

McClelland, S. I. (2011). Who is the “Self” in self reports of sexual satisfaction? Research and policy implications. *Sexuality Research and Social Policy*, 8, 304-320.

McLeod, J. D. (1995). Social and psychological bases of homogamy for common psychiatric disorders. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 201–214.

McWilliams, N. (2010). *Psikanalitik tanı: klinik süreç içinde kişilik yapısını anlamak*. (E. Kalem, Çev.). (2. Baskı). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Mitchell SA. (1988). Psikanalizde ilişki kavramları: Bir bütünleşme. (Algaç G, Anlı İ, Çeviri Editörü). İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları 261;2009. (Orijinal çalışma basım tarihi).

Mutlu EA. (2009). Vajinismus Tanısı Alan Hastaların Sosyodemografik Özelliklerinin Cinsel Mit İnançları, Cinsel Öyküleri, Cinsel Doyum Düzeyleri Ve Eş Değerlendirme Biçimleriyle Karşılaştırılması. İnönü Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Uzmanlık Tezi, Malatya.

Odağ, C. (1999). Nevrozlar I. Halime Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi Vakfı Yayınları, İzmir, 69-92.

Okci, B., Saatçioğlu, Ö. Ve Çelikel, F. (2016). Yeni Cinsel Doyum Ölçeği Kısa Formu (YCDÖ-KF) Türkçe Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. 52. *Ulusal Psikiyatri Kongresi Poster Bildirisi*, Antalya.

Overbeek, G., Ha, T., Scholte, R., Kemp, R., & Engels, R. (2007). Brief report: Intimacy, passion and commitment in romantic relationships. Validation of a triangular love scale for adolescents. *Journal of Adolescence*, 30, 523–528.

Öztük, O. Ve Uluşahin, A. (2011). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Öztürk, C. Ş. ve Arkar, H. (2014). Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkiler. *Literatür Sempozyum*, Cilt 1, Sayı 3, ss. 16-24.

Öztürk, C.Ş., Arkar, H., (2014), Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkiler. *Literatür Sempozyum*, 1(3), 16-24.

Potthoff, A. L. ve Babcock, J. C. (2015). Factors mediating and moderating the relationship between abuse and commitment. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 24(1), 68-83.

Riss S, Schwameis K, Mittlböck M, Pones M et al. (2013). Sexual function and quality of life after surgical treatment for anal fistulas in Crohn's disease. *Techniques Coloproctol* 17, 89-94.

Rowan, A. (2000). The Place of Acting Out in Psychoanalysis: From Freud to Lacan. *Psychoanalytische Perspectieven*. 41.42, 83-100.

Rusbult, C. E. ve Martz, J. M. (1995). Remaining In An Abusive Relationship: An Investment Model Analysis of Nonvoluntary Dependence. *Personality and Social Bulletin*, 21, 558–571.

Saddock, B.J., ve Saddock, V.A. (2007). *Klinik Psikiyatri*. Aydın H, Bozkurt A (Çeviri Ed.) 8. Baskı, Ankara: Güneş Kitabevi Ltd. Şti., 701-778.

Sánchez-Fuentes, M.M., Santos-Iglesias, P., Sierra, J.C., (2014), A Systematic Review of Sexual Satisfaction. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14(1), 67–75.

Saraç, A., Hamamcı, Z. ve Güçray, S. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Doyumunu Yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 5(43), 69-81.

Sarı, T. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar, Bağlanma Boyutları Ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Schachner D. A. and Shaver P. R., (2004). *Attachment dimensions and sexual motives*. *Personal Relationships*, 11, 179–195.

Scharff, J. S. ve Scharff, D. E. (1997). Object relations couple therapy. *American Journal of Psychotherapy*, 51(2), 141-173.

Schmiedeberg, C., Schröder, J., (2016), Does Sexual Satisfaction Change With Relationship Duration? *Archives of Sexual Behavior*, 45 (1), 99-107.

Segal H. (1988). *Introduction to the work of Melanie Klein*. London: The Hogarth Press.

Shaver, P.R., ve Mikulincer, M. (2014). Attachment bonds in romantic relationships. In *annual meeting of the American Psychological Association*, 1-20 Washington, DC.

Shulman, S., Scharf, M., Livne, Y. and Barr, T. (2013). Patterns of romantic involvement among emerging adults: Psychosocial correlates and precursors. *International Journal of Behavioral Development*, 1-8.

Siegel, J. P. (2008). Splitting as a focus of couples treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 38, 161-168.

Soğancı, D. (2017). Bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Solgun, C., Tarsuslu, B., Çulhacık, G. D. ve Durat, G. (2018). Yoğun bakım ünitelerinde çalışan hemşirelerin örgütsel stres düzeyleri ile benlik savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Human Rhythm*, 4(2), 126-133.

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.

Summers, F. (1994). *Object relations theories and psychopathology: A comprehensive text*. London: The Analytic Press.

Şentürk Erenel, A., Gölbaşı, Z., Kavlak, T., Dilbaz, S. (2015). Relationship between menopausal symptoms and sexual dysfunction among married Turkish women in 40-65 age group. *International Journal of Nursing Practice*, 21 (5), 575-583.

Tarhan, N. (2017). *Adımda pozitif psikoloji*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Taşkent, A. (2010). Alkol Ve/Veya Madde Bağımlıları İle Bağımlılığı Olmayan Bireylerin Savunma Mekanizmaları Açısından Karşılaştırılması, Çocukluk Çağı Travmaları, Disosiyatif Yaşantılar Ve Bağımlılık Şiddetinin Savunma Mekanizmaları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Terzi, S. ve Özbay, Y. (2016). Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeğinin Geliştirilmesi. *21.Yüzyıl Eğitim ve Toplum*. Sayı:13, Cilt:5. Erişim Tarihi: 31 Mayıs 2019.

Toplu Demirtaş, E., Hatipoğlu Sümer, Z. ve White, J.W. (2013). The relation between dating violence victimization and commitment among turkish college women: Does the investment model matter? *International Journal of Conflict and Violence*, 7 (2), 203-215.

Tracy, J.L., Shaver, P.R., Albino, A.W., ve Cooper, M.L. (2003). Attachment styles and adolescent sexuality. In P. Florsheim (Ed.), *Adolescent romance and sexual behavior: Theory, research, and practical implications (137-159)*. Mahway, NJ: Lawrence Erlbaum.

Traen, B., Carvalheira, A., Kvalem, I. L., Štulhofer, A., Janssen, E., Graham, C. A., Hald, G. M., & Enzlin, P. (2016). Sexuality in older adults(65+)- an overview of the recent literature, part 2: Body image and sexual satisfaction. *International Journal of Sexual Health*, 29(1), 1-11.

Tura, SM. (2003) *İngiliz Nesne İlişkileri Okulu ve Şizoidi*, In: Şizoid Görüngü, Nesne ilişkileri ve kendilik, H Guntrip. Metis Yayınları İstanbul s. 7-9

Turan, Ayşe. (2013). Evli Bireylerin Cinsel Mit İnançları, Cinsel Bilgi Düzeyleri, İlişkilerindeki Mutluluk Düzeyleri Ve Cinsel Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Ana Bilim Dalı Uygulamalı Psikoloji Programı, İstanbul.

Tüfekçi, S., 2008, Romantik İlişkilerde Genç Yetişkinlerin Aşka İlişkin Tutumları ve Kişilik Özellikleri: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir Değerlendirme, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.

Uluç, S. ve Tüzün, Z. (2013). *Bell Nesne İlişkileri ve Gerçeği Değerlendirme Ölçeği (BORRTI) Geçerlik ve Güvenirlik Analizleri*. Yayınlanmamış Rapor, Ankara, Hacettepe Üniversitesi.

Vaillant, G. E. (1992). The Historical Origins and Future Potential of Sigmund Freud's Concept of the Mechanisms of Defence. *International Review of Psycho-105 Analysis*, 19, 35-50.

Vaillant, G. E. (1994). Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of abnormal psychology*, 103(1), 44-50.

Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms. *American Psychological Association, Of General Psychiatry*, 55(1), 89-98.

Varma, G. S., Karadağ, F., Oğuzhanoğlu, N. K., Özdel, O. ve Kökten, S. (2006). Menopoz: Klimakterik Belirtiler ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişki. *New/Yeni Symposium Journal*, Cilt: 44, Sayı: 4, ss. 182-188.

Walburg, V.ve Chiaramello, S. (2015). Link between early maladaptive schemas and defense mechanisms. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*, 65(5), 221-226.

Westen, D., Klepser, J., Ruffins, S. A., Silverman, M., Lifton, N. Ve Boekamp, J. (1991). Object relations in childhood and adolescence: The development of working representations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59 (3), 400-409.

Winnicott, D. W. (2011) "İlkel Duygusal Gelişim", *Psikanaliz Yazıları*, İstanbul, Bağlam Yayıncılık.

World Health Organization (2002). Defining sexual health: report of a technical consultation on sexual health. Geneva.

Yabancı, S. (2016). *Düşündüğün gibi değil*. İstanbul: Avrupa Yakası Yayıncılık.

Yaşar, S. Ö. (2014). Yetişkin Yakın İlişkilerde Bağlanma Stilleri İle Kullanılan Savunma Mekanizmalarının Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

Yılmaz, N., Gençöz, T. ve Ak, M. (2007). Savunma biçimleri testinin psikometrik özellikleri: Güvenirlilik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18 (3), 244-253.

Yılmaz, N., Gençöz, T., & Ak, M. (2007). Savunma Biçimleri Testi'nin Psikometrik Özellikleri: Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 18, 244-253.

Young, M., Denny, G., D., Young, T., Luquis, R, (2000), Sexual Satisfaction Among Married Women. *American Journal of Health Studies*, 16 (2), 73-84.

Yurtsever, Ö. (2018). Anksiyete Bozukluğu Olan Bireylerde Savunma Mekanizmaları Ve Cinsel İşlev Bozuklukları. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Zosky, D. L. (2006). Distruptions in the seperation-individuation process of domestically violent men. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 12(4), 43-60.



EKLER

EK1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli katılımcı,

Araştırmanın evrenini 2020 yılında yaşamını İstanbul İlinde sürdürmekte olan ve mevcut süreçte en az üç aylık romantik ilişkisi olan veya evli olan 18-65 yaş arası yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise bu bireyler arasında rastgele örnekleme yöntemiyle seçilen 80 kadın ve 80 erkek olmak üzere 160 birey oluşturmaktadır. Mevcut salgın koşulları dolayısıyla yüz yüze görüşme yapılamayacaktır. Araştırma için toplanacak olan veriler belirlenen veri toplama araçlarının katılımcılara bilgisayar yoluyla Google Docs Üzerinden oluşturulan anket ile online olarak yapılacaktır. Bireylere sanal ortamdan bilgisayar yoluyla ulaşılabacaktır.

Aşağıda bulunan soruları cevaplayarak, bir araştırmaya ışık tutacak verilerin toplanmasına katkı sağlamış olacaksınız. Elde edilecek verilerin bilimsel bir nitelik taşınması ve güvenilir olması için, size verilen soruların doğru ve samimi bir şekilde cevaplamamız gerekmektedir. Soruların doğru ya da yanlış cevapları bulunmamaktadır. Cevaplanmamış soruları olan formlar değerlendirmeye alınmayacaktır. Bu nedenle tüm soruları eksiksiz doldurduğunuzdan emin olunuz. Cevaplarınız kesinlikle gizli tutulacak ve toplu şekilde değerlendirilip yalnızca bu araştırma için kullanılacaktır. Bireysel değerlendirme yapılmayacağı için isim bilgisi alınmamaktadır.

Gizem Deveci

1. Cinsiyetiniz: K () E ()

2. Yaşınız: () 18-30 () 31-45 () 45 ve üstü

3. Şu an devam eden bir romantik ilişkiniz ve ya evliliğiniz var mı?

() Evet () Hayır

4. İlişkinize ait cinsel deneyimleriniz var mıdır? Varsa ne sıklıkta deneyimlemektesiniz ?

() Yok () Ayda 1 () Ayda 2-5 () Ayda 5 – 10 () Ayda 10'dan fazla

4. Partnerinizin ya da eşinizin Yaşı:

18-30 31-45 45 ve üstü

5. Çalıştığınız Yer:

A- Çalışmıyorum b-Özel Sektör C-Devlette çalışıyorum D-Serbest
E-Çalışıyorum

6. Eğitim Durumunuz:

Okur-Yazar ilkokul Ortaokul
 Lise ve Dengi Üniversite Yüksek Lisans-Doktora

7.Partnerinizin ya da eşinizin Eğitim Durumu:

Okur-Yazar ilkokul Ortaokul Lise ve Dengi
 Üniversite Yüksek Lisans-Doktora

8. Gelir durumunuz ?

1 000 TL.dan az 1000 -2000TL 2000 -3000TL
 3000-5.000 5000 ve üzeri

9. Devam eden ilişkiniz ne kadar süredir devam ediyor?

0-6 ay 6 ay – 1 yıl 1 yıl – 3 yıl 3 yıl – 10 yıl 10 yıldan fazla

EK2: BELL NESNE İLİŞKİLERİ VE GERÇEĞİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Her bir maddeyi dikkatlice okuyun. Daha sonra sizin yanıtınız olan harfi daire içine alın. Eğer madde içinde söz edilen durum sizin için doğruysa **Doğru** sütununda yer alan **D** harfini daire içine alın. Eğer madde içinde söz edilen durum sizin için doğru değilse **Yanlış** sütununda yer alan **Y** harfini içine alın. Her bir madde için sadece bir tane harfi daire içine alın. Hiç atlamadan tüm maddeleri yanıtlayın.

Madde	Doğru	Yanlış
1. En az bir tane tutarlı ve doyurucu ilişkim var.	D	Y
2. Bazen içime şeytan girmiş olduğunu düşünürüm.	D	Y
3. Eğer biri benden hoşlanmazsa o kişiye iyi davranmak için her zaman daha fazla uğraşırım.	D	Y
4. Sonsuza kadar inzivaya çekilmek isterdim.	D	Y
5. Genellikle bazı şeylerin gerçekten mi olduğuna yoksa rüyada mı gerçekleştiğine karar vermekte zorlanırım.	D	Y
6. Birdenbire içime kapanabilir ve haftalarca kimseyle konuşmayabilirim.	D	Y
7. Algılarım doğru olmasa da, bunun hemen farkına varırım ve kendimi kolayca düzeltebilirim	D	Y
8. Genellikle bana en yakın olanları eninde sonunda incitirim.	D	Y
9. Alkol ya da esrar kullanmak zihnimi öylesine şiddetli etkileyebilir ki, neyin gerçek olduğundan emin olamayabilirim.	D	Y
10. İnsanların üzüntülerini kontrol etme becerilerinin ya çok az olduğuna ya da hiç olmadığına inanırım.	D	Y
11. Çevremdekiler bana bir yetişkinden çok, çocukmuşum gibi davranır.	D	Y
12. Halüsinasyonlar (aslında var olmayan şeyler görme ya da duyma) yaşarım.	D	Y
13. İyi tanıdığım biri uzaklara giderse, onu özleyebilirim	D	Y

14. Aile ilişkilerimi bozmadan evdeki anlaşmazlıklarla uğraşabilirim.	D	Y
15. Günlerce gerçeklikle bağlantımın koptuğunu hissederim.	D	Y
16. Eleştirilmeye karşı son derece hassasım.	D	Y
17. İnsanlar üzerinde güç kullanmaktan gizli bir zevk duyarım.	D	Y
18. Bazen istediğimi elde etmek için hemen hemen her şeyi yaparım.	D	Y
19. Gizemli güçlere sahibim.	D	Y
20. Bana yakın olan biri tüm dikkatini bana vermediğinde, çoğu kez kendimi incinmiş ve reddedilmiş hissederim.	D	Y
21. Genellikle, yeni bir durumu hızlıca değerlendirebilirim.	D	Y
22. Eğer biriyle yakınlaşmaya başlarsam ve bu kişi güvenilmez biri çıkarsa, olaylar bu hale geldiği için kendimden nefret edebilirim.	D	Y
23. Hemen hemen hiçbir zaman gerçeklik algımın doğruluğundan şüphe etmek için bir nedenim yoktur.	D	Y
24. Kendi duygularımı bilirim.	D	Y
25. Birine yakınlaşmak benim için zordur.	D	Y
26. Cinsel yaşamım tatmin edicidir.	D	Y
27. Bana karşı düzenlenen bir komplo var.	D	Y
28. Başkalarının benden beklediği gibi biri olmaya çalışırım.	D	Y
29. Bir ilişki ne kadar kötüye giderse gitsin, ona asılırım.	D	Y
30. Bir dış güç tarafından düşüncelerimin benden alınıp götürüldüğünü hissederim	D	Y
31. Olaylar/durumlar hakkında genellikle güçlü fikirlerim yoktur.	D	Y
32. Çevremdekiler üzerinde hiçbir etkim yoktur.	D	Y
33. Kendi isteğim dışında konuşmaya veya hareket etmeye zorlanan bir robot olduğumu hissediyorum.	D	Y
34. İnsanlar, onları görmediğimde yoktur.	D	Y
35. Sıklıkla insanların davranışlarından gerçekte olmayan şeyler çıkarırım.	D	Y

36. Hayatta çok incitildim.	D	Y
37. En derin duygularımı paylaşabildiğim ve benimle böyle duygularımı paylaşan biri var.	D	Y
38. Bana karşı bir komplo kurulduğuna inanıyorum.	D	Y
39. Ne kadar kaçınmaya çalışırsam çalışayım, en önemli ilişkilerimde aynı zorluklar ortaya çıkar.	D	Y
40. Takip ediliyorum.	D	Y
41. Biriyle tamamen “bir” olmak için güçlü bir istek duyarım.	D	Y
42. Hangi ay ya da yılda olduğumuzdan emin değilim.	D	Y
43. Genellikle doğru şeyleri söyleyebilirim.	D	Y
44. İlişkilerde, karşımdaki kişiyle sürekli bir arada olmadığım sürece tatmin olmam.	D	Y
45. Bedenim çeşitli yerlerinde açıklayamadığım garip hisler duyarım.	D	Y
46. Başkaları tarafından incitilmemenin tek yolu, bağımsız olmaktır.	D	Y
47. İnsanları çok iyi tartarım.	D	Y
48. Karşı cinsten olanlarla ilişkileri hep aynı şekilde sonuçlanır.	D	Y
49. Başkaları sık sık beni aşağılamaya çalışır.	D	Y
50. Diğer insanların duymıyormuş gibi görüldüğü sesleri duyabilirim.	D	Y
51. Kendi duygularımla teması nadiren kaybederim.	D	Y
52. Benim yerime kararlarımı vermeleri için genellikle başkalarına bel bağlarım.	D	Y
53. Gerçekten tanıyor olmasam da, insanların, mekanların ya da nesnelerin bana tanıdık geldiğine inandığım sık olur.	D	Y
54. Birine güvendiğimde genellikle pişman olurum.	D	Y
55. Bana yakın birine kızdığım zaman, bunu ayrıntılarıyla konuşabilirim.	D	Y
56. Düşüncelerim yayınlandığı için diğer insanlar benim ne düşündüğümü bilir.	D	Y

57. İnsanlar, kabul etse de etmese de genellikle bana kızgındırlar.	D	Y
58. İstedigimi almanın en iyi yolu başkalarını ustaca idare etmektir.	D	Y
59. Etrafımda karşı cinsten birileri varken genellikle kendimi gergin hissedirim.	D	Y
60. Bazen bedenimin karşı cinse dönüştürüldüğünü hissedirim.	D	Y
61. Bir şeylerin dışında bırakılacağımdan sık sık kaygı duyarım.	D	Y
62. Herkesi memnun etmem gerektiğini hissedirim aksi takdirde beni reddedebilirler.	D	Y
63. Beni çok az tanıyan insanlar ne zaman isteseler düşüncelerimi okuyorlar.	D	Y
64. Bazen rüyalarım o kadar canlı olur ki uyandığım zaman gerçekten yaşanmış gibi gelir.	D	Y
65. Kendimi kapatıp birkaç ay kimseyle görüşmem.	D	Y
66. Hayatımdaki önemli insanlar tarafından olası reddedilmelere karşı duyarlıyım.	D	Y
67. Sıklıkla diğer insanların zalimliğinin kurbanı olurum.	D	Y
68. Arkadaş edinmek benim için sorun değildir.	D	Y
69. Lanetlenmiş bir insan olduğuma inanırım.	D	Y
70. Karşı cinsten olanlarla nasıl tanışılacağı ya da konuşulacağını bilmem.	D	Y
71. Bana yakın olan birine istediğim bir şeyi yaptıramadığımda, kızgın ya da incinmiş hissedirim.	D	Y
72. Düşünce ve davranışlarım hakkında sürekli yorum yapan, başkalarının duymadığı sesler duyarım.	D	Y
73. Yalnız bir yaşam sürmek benim kaderimdir.	D	Y
74. Bana ait olmayan şeyleri düşünmeme ya da dürtülere sahip olmama zorlayan, kendi dışımda bazı güç ve etkilerin kontrolü altındayım.	D	Y

75. Duygu durumum, olayları/durumları nasıl gördüğümü etkiler.	D	Y
76. İnsanlar birbirine karşı asla dürüst değildir.	D	Y
77. Uykuya dalma ya da uyanma aşamasında olsam bile gerçek ve hayal olanı daima ayırt edebilirim.	D	Y
78. İlişkilere çok şey katar ve çok şey alırım.	D	Y
79. Yakında dünyanın sonunun geleceği hissine kapılıyorum.	D	Y
80. Karşı cinsten olanlarla tanışmak ya da konuşmaktan utanırım.	D	Y
81. Bir ilişkide benim için en önemli şey, diğer kişi üzerinde güç kullanmaktır.	D	Y
82. İyi bir yön duygum vardır ve yolumu hemen hemen hiç kaybetmem.	D	Y
83. Hoş olmayan tüm olayları görmezden gelmeye çalışırım.	D	Y
84. Açıklayamadığım kaygı duyguları yaşarım.	D	Y
85. Alkol ya da madde kullandığımda çevremdeki herkes bana zarar vermek istiyormuş gibi gelir.	D	Y
86. Kendi duygularıma o kadar çok dikkat ederim ki, başkalarının duygularını görmezden gelebilirim.	D	Y
87. Kendi mahalleimde olsam bile, sıklıkla nerede olduğumu bilmem.	D	Y
88. Hayatımdaki trajik olayların gerçekliğini kabul etmede zorlanırım, ailedeki birinin ölümü gibi.	D	Y
89. İyi bir annenin, çocuklarını daima memnun etmesi gerektiğine inanırım.	D	Y
90. Bazen sadece görmek istediğimi görürüm.	D	Y

EK3: SAVUNMA BİÇİMLERİ TESTİ (SBT-40)

Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup, bunların size uygunluğunu yan tarafında 1 den 9 a kadar derecelendirilmiş ölçek üzerinde seçtiğiniz dereceyi çarpı şeklinde (×) işaretlemek suretiyle gösteriniz.

Örnek: Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

1. Başkalarına yardım etmek hoşuma gider, yardım etmem engellenirse üzülürüm.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

2. Bir sorunum olduğunda, onunla uğraşacak vaktim olana kadar o sorunu düşünmemeyi becerebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

3. Endişemin üstesinden gelmek için yapıcı ve yaratıcı şeylerle uğraşırım (resim, el işi, ağaç oyma).

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

4. Arada bir bu gün yapmam gereken işleri yarına bırakırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

5. Kendime çok kolay gülerim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

6. İnsanlar bana kötü davranmaya eğilimlidir.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

7. Birisi beni soyup paramı çalsa, onun cezalandırılmasını değil ona yardım edilmesini isterim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

8. Hoş olmayan gerçekleri, hiç yokmuşlar gibi görmezlikten gelirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

9. Superman'mışım gibi tehlikelere aldırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

10. İnsanlara, sandıkları kadar önemli olmadıklarını gösterebilme yeteneğimle gurur duyarım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

11. Bir şey canımı sıktığında, çoğu kez düşüncesizce ve tepkisel davranırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

12. Hayatım yolunda gitmediğinde bedensel rahatsızlıklara yakalanırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

13. Çok tutuk bir insanım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

14. Her zaman doğruyu söylemem.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

15. Sorunsuz bir yaşam sürdürmemi sağlayacak özel yeteneklerim var.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

16. Seçimlerde bazen haklarında çok az şey bildiğim kişilere oy veririm.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

17. Bir çok şeyi gerçek yaşamımdan çok hayalimde çözerim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

18. Hiçbir şeyden korkmam.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

19. Bazen bir melek olduğumu, bazen de bir şeytan olduğumu düşünürüm.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

20. Kırıldığımda açıkça saldırgan olurum.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

21. Her zaman, tanıdığım birinin koruyucu melek gibi olduğunu hissederim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

22. Bana göre, insanlar ya iyi ya da kötüdürler.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

23. Patronum beni kızdırırsa, ondan hıncımı çıkarmak için ya işimde hata yaparım ya da işi yavaşlatırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

24. Her şeyi yapabilecek güçte, aynı zamanda son derece adil ve dürüst olan bir tanıdığım var.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

25. Serbest bıraktığımda, yaptığım işi etkileyebilecek olan duygularımı kontrol edebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

26. Genellikle, aslında acı verici olan bir durumun gülünç yanını görebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

27. Hoşlanmadığım bir işi yaptığımda başım ağrır.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

28. Sık sık kendimi kesinlikle kızmam gereken insanlara iyi davranırken bulurum.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
29. Hayatta, haksızlığa uğruyor olduğuma eminim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
30. Sınav veya iş görüşmesi gibi zor bir durumla karşılaşacağımı bildiğimde, bunun nasıl olabileceğini hayal eder ve başa çıkmak için planlar yaparım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
31. Doktorlar benim derdimin ne olduğunu hiçbir zaman gerçekten anlamıyorlar.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
32. Haklarım için mücadele ettikten sonra, girişken davrandığımdan dolayı özür dilemeye eğilimliyimdir.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
33. Üzüntülü veya endişeli olduğumda yemek yemek beni rahatlatır.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
34. Sık sık duygularımı göstermediğim söylenir.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
35. Eğer üzüleceğimi önceden tahmin edebilirim, onunla daha iyi baş edebilirim.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
36. Ne kadar yakınırsam yakınyım, hiçbir zaman tatmin edici bir yanıt alamıyorum.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
37. Yoğun duyguların yaşanması gereken durumlarda, genellikle hiçbir şey hissetmediğimi fark ediyorum.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
38. Kendimi elimdeki işe vermek, beni üzüntülü veya endişeli olmaktan korur.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
39. Bir bunalım içinde olsaydım, aynı türden sorunu olan birini arardım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun
40. Eğer saldırganca bir düşüncem olursa, bunu telafi etmek için bir şey yapma ihtiyacı duyarım.
Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

EK4: İLİŞKİ DOYUMU ÖLÇEĞİ

Lütfen ilişkinizle ilgili son zamanlardaki duygu ve düşüncelerinizi düşünerek her bir ifadenin size uygunluğunu 7 dereceli ölçek üzerinde değerlendirip ifadenin yanındaki boşluğa uygun sayıyı yazınız.

1) Partneriniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor? _____

1 2 3 4 5 6 7
Hiç karşılamıyor Çok iyi karşılıyor

2) Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz? _____

1 2 3 4 5 6 7
Hiç memnun değilim Çok memnunum

3) Diğerleri ile karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi? _____

1 2 3 4 5 6 7
Çok daha kötü Çok daha iyi

4) Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamış olmayı diliyorsunuz? _____

1 2 3 4 5 6 7
Hiçbir zaman Her zaman

5) İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentileriniz karşılıyor? _____

1 2 3 4 5 6 7
Hiç karşılamıyor Tamamen karşılıyor

6) Partnerinizi ne kadar seviyorsunuz? _____

1 2 3 4 5 6 7
Hiç sevmiyorum Çok seviyorum

7) İlişkinizde ne kadar problem var? _____

1 2 3 4 5 6 7
Hiç yok Çok fazla problem var

EK5: GOLOMBOK RUST CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ

GOLOMBOK-RUST ERKEK CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her soru için “hiçbir zaman”, “nadiren”, “bazen”, “çoğu zaman”, “her zaman” şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır. Cevaplandırırken: Her soruyu dikkatle okuyunuz. Sorulan durumun son zamanlarda ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin cevabınızı belirtiniz. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız. Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan sadece kendi görüşünüzü belirtiniz

1- Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?

- () Hiçbir Zaman
- () Nadiren
- () Bazen
- () Çoğu Zaman
- () Her Zaman

2-Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sorar mısınız?

- () Hiçbir Zaman
- () Nadiren
- () Bazen
- () Çoğu Zaman
- () Her Zaman

3-Cinsel yönden kolay uyarılır mısınız?

- () Hiçbir Zaman
- () Nadiren
- () Bazen
- () Çoğu Zaman
- () Her Zaman

4- Cinsel ilişki sırasında boşalmak için henüz erken olduğunu düşünürseniz, boşalmayı geciktirebilir misiniz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

5-Eşinizle olan cinsel yaşamınızı tekdüze (monoton) buluyor musunuz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

6- Eşinizle olan cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

7- Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, tedirgin ve endişeli olur musunuz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

8-Cinsel organınızın, eşinizin cinsel organına girmesinden zevk alır mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

9-Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanmadığını sorar mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

10-İlişki sırasında cinsel organınızın sertleşmediği olur mu?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

11-Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

12-Eşinizin, cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

13- Cinsel birleşme sırasında erken boşalmayı engelleyebilir misiniz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

14- Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

15- Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkâr buluyor musunuz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

16- Ön sevişme (öpme okşama vs.) sırasında cinsel organınızın sertleştiği olur mu?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

17- Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (hastalık gibi nedenler dışında)

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

18- Eşinizle karşılıklı mastürbasyon yapmaktan (kendinizi tatmin etmekten) zevk alırmısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

19- Eşinizle sevişmek istediğinizde, ilişkiyi siz başlatır mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

20- Eşinizin sizi sevip okşamasından rahatsız olur musunuz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

21-İstedığınız kadar sık cinsel ilişkide bulunur musunuz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

22-Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

23- Cinsel birleşme sırasında, cinsel organınızın sertliğini kaybettiği olur mu?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

24-Cinsel organınız, eşinizin cinsel organına girer girmez istemeden boşaldığınız olur mu?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

25- Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

26- Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?

Hiçbir Zaman

- Nadiren
- Bazen
- Çoğu Zaman
- Her Zaman

27-Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girmek üzereyken, istemeden boşaldığınız olur mu?

- Hiçbir Zaman
- Nadiren
- Bazen
- Çoğu Zaman
- Her Zaman

28-Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?

- Hiçbir Zaman
- Nadiren
- Bazen
- Çoğu Zaman
- Her Zaman

GOLOMBOK-RUST KADIN CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her soru için “hiçbir zaman”, “nadiren”, “bazen”, “çoğu zaman”, “her zaman” şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır. Cevaplandırırken: Her soruyu dikkatle okuyunuz. Sorulan durumun son zamanlarda ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin cevabınızı belirtiniz. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız. Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

1.Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?

- Hiçbir Zaman
 Nadiren
 Bazen
 Çoğu Zaman
 Her Zaman

2.Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı sorar mısınız?

- Hiçbir Zaman
 Nadiren
 Bazen
 Çoğu Zaman
 Her Zaman

3.Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (adet günleri veya hastalık gibi nedenlerle)

- Hiçbir Zaman
 Nadiren
 Bazen
 Çoğu Zaman
 Her Zaman

4.Cinsel yönden kolaylıkla uyarılır mısınız?

- Hiçbir Zaman
- Nadiren
- Bazen
- Çoğu Zaman
- Her Zaman

5.Sizce, sizin ve eşinizin ön sevişmeye (öpme, okşama vb.) ayırdığınız zaman yeterli mi?

- Hiçbir Zaman
- Nadiren
- Bazen
- Çoğu Zaman
- Her Zaman

6. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının giremeyeceği kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?

- Hiçbir Zaman
- Nadiren
- Bazen
- Çoğu Zaman
- Her Zaman

7. Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?

- Hiçbir Zaman
- Nadiren
- Bazen
- Çoğu Zaman
- Her Zaman

8. Cinsel ilişki sırasında doyuma(orgazma) ulaşabilir misiniz?

- Hiçbir Zaman
- Nadiren
- Bazen
- Çoğu Zaman
- Her Zaman

9. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?

- Hiçbir Zaman
- Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

10. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkâr bulur musunuz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

11. Gerekirse rahatsızlık ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilir misiniz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

12. Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

13. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, rahatsız olur musunuz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

14. Sizin için doyuma(orgazma) ulaşmanın mümkün olmadığını düşünür müsünüz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

15. Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?

- Hiçbir Zaman
 Nadiren
 Bazen
 Çoğu Zaman
 Her Zaman

16. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?

- Hiçbir Zaman
 Nadiren
 Bazen
 Çoğu Zaman
 Her Zaman

17. Eşinizin cinsel organı, sizin cinsel organınıza rahatsızlık vermeden girebilir mi?

- Hiçbir Zaman
 Nadiren
 Bazen
 Çoğu Zaman
 Her Zaman

18. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?

- Hiçbir Zaman
 Nadiren
 Bazen
 Çoğu Zaman
 Her Zaman

19. Eşinizin cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?

- Hiçbir Zaman
 Nadiren
 Bazen
 Çoğu Zaman
 Her Zaman

20. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?

- Hiçbir Zaman
 Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

21. Ön sevişme sırasında eşiniz bızırınızı (klitoris) uyardığında doyuma (orgazm) ulaşabilir misiniz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

22. Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

23. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

24. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının derine girmesini engelleyecek kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

25. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

26. Sevişme sırasında cinsel organınızda ıslaklık olur mu?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

27. Cinsel birleşme anından hoşlanır mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman

28. Cinsel birleşme anında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

Çoğu Zaman

Her Zaman