İSTANBUL TOPKAPI ÜNİVERSİTESİ | LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EVLİ ÇİFTLERDE EVLİLİK DOYUMU VE CİNSEL DOYUMUN YAŞAM DOYUMU İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

FERYAL BAY

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji Bilim Dalı

TEMMUZ, 2024

İSTANBUL TOPKAPI ÜNİVERSİTESİ | LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EVLİ ÇİFTLERDE EVLİLİK DOYUMU VE CİNSEL DOYUMUN YAŞAM DOYUMU İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

FERYAL BAY

21220501023

Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Fatih VARLI

TEMMUZ, 2024

İSTANBUL TOPKAPI ÜNİVERSİTESİ | LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

03/07/2024

YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji (Tezli) Yüksek Lisans Programı 21220501023 numaralı öğrencisi Feryal BAY'ın **"EVLİ ÇİFTLERDE EVLİLİK DOYUMU VE CİNSEL DOYUMUN YAŞAM DOYUMU İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ"** konulu Yüksek Lisans tezi Enstitümüz Yönetim Kurulunun 31/05/2024 tarihli ve 2024/10 sayılı Yönetim Kurulu kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği ile 03/07/2024 tarihinde kabul edilmiştir.

	Unvan	Adı Soyadı	Üniversite	İmza
		ASIL ÜYELER		
Danışman	Dr. Öğr. Üyesi	Mehmet Fatih VARLI	İstanbul Topkapı Üniversitesi	
1. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Ceren BÖRÜBAN	İstanbul Topkapı Üniversitesi	
2. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Cengiz POYRAZ	İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa	
		YEDEK ÜYE		
1. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Yunus YÜCEL	İstanbul Topkapı Üniversitesi	
2. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Gökçe ÖZKILIÇCI	İstanbul Fenerbahçe Üniversitesi	

ONAY
Prof. Dr. Özlem KUNDAY
Enstitü Müdürü

(*) Oybirliği/Oyçokluğu hâli yazı ile yazılacaktır.
(**) Kabul / Ret veya Düzeltme kararı hâli yazı ile yazılacaktır.

AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum, “Evli Çiftlerde Evlilik Doyumu ve Cinsel Doyumun Yaşam Doyumu İle İlişkisinin İncelenmesi” isimli çalışmamın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun olarak tarafımdan yazıldığını, doğrudan ya da dolaylı olarak yapmış olduğum her alıntıya kaynak gösterdiğimi, yararlandığım eserlerin tümünün kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu belirtir ve onurumla doğrularım**.**

20/07/2024

Feryal BAY

TEŞEKKÜR

Çalışmam süresince bilgi ve deneyimleriyle yol gösteren zamanını ve desteğini esirgemeyen anlayış ve özverisiyle bana rehberlik eden, çalışmaktan mutluluk duyduğum saygıdeğer hocam; Dr. Öğretim Üyesi Mehmet Fatih Varlı 'ya, çalışma evresinde hoşgörü ve sabır gösteren annem Muazzez Bay' a, manevi desteklerini esirgemeyen değerli ailem ve arkadaşlarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Feryal BAY

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY ..... **ii**
AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI ..... **iii**
TEŞEKKÜR ..... **iv**
İÇİNDEKİLER ..... **v**
KISALTMALAR ..... **vii**
GRAFİKLER ..... **viii**
TABLOLAR LİSTESİ ..... **ix**
ÖZET ..... **x**
ABSTRACT ..... **xi**
1.GİRİŞ **1**
1.2.Araştırmanın Amacı 5
1.3.Araştırmanın Problemi, Alt Problemler ve Hipotezleri 5
1.4.Araştırmanın Önemi 6
1.5.Araştırmanın Varsayımları 8
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları 8
1.7.Tanımlar 8
2. KURAMSAL ÇERÇEVE **10**
2.1.Yaşam Doyumu 10
2.1.1.Yaşam doyumunun önemi 11
2.1.2.Yaşam doyumuna etki eden faktörler 12
2.2. Evlilik 13
2.2.1.Evliliğin tarihçesi 13
2.2.2.Evlilik uyumu 14
2.2.2.1.Evlilik uyumu ve ilişkili değişkenler 14
2.2.3. Evlilik doyumu 17
2.2.3.1.Evlilik doyumunu etkileyen bireysel faktörler 18
2.2.3.1.1. Bilişsel süreçler ve algılar 18
2.2.3.1.2.Psiko-sosyal etmenler 19
2.2.3.1.3. Sevgi-iletişim 19
2.2.3.1.5. Sorumluluklar 20
2.2.3.1.6. Cinsel sağlık 20
2.2.3.2. Evlilik doyumuna ilişkin demografik faktörler 21
2.2.3.2.1. Yaş ve evlenme yaşı 21
2.2.3.2.2. Gelir düzeyi ve meslek 21
2.2.3.2.3. Evlilik şekli ve geçirmiş olduğu evlilik sayısı 22
2.2.3.2.4. Çocuk sayısı 23
2.2.3.2.6. Cinsiyet 24
2.2.3.2.7. Eğitim seviyesi 24
2.3.Cinsellik 25
2.3.1.Toplumsal cinsiyet rolleri ve evlilik süreçleri 25
2.3.2. Cinsel eğitimin önemi 26

2.3.3. Cinsel doyumun tanımı ve boyutları 27
2.3.3.1. Yakınlık 28
2.3.3.2. İletişim ve cinsel doyum 28
2.3.3.3. Cinsiyet 29
2.3.3.5.Cinsel beklentiler, cinsel istekler 30
2.4. Konu ile İlgili Türkiye'de ve Yurtdışında Yapılan Araştırmalar 31
2.4.1. Evlilik doyumuyla ilgili yapılan araştırmalar 31
2.4.2.Cinsel doyumla ilgili yapılan araştırmalar 32
2.4.3.Yaşam doyumu ile ilgili yapılan araştırmalar 34
3. YÖNTEM 36
3.1. Araştırmanın Evren ve Örneklem 36
3.2. Veri Toplama Araçları 36
3.2.1. Sosyo-demografik bilgi formu 37
3.2.2. Yenilenmiş çift uyum ölçeği 37
3.2.3. Golombok rust cinsel doyum ölçeği 37
3.2.4. Yetişkin yaşam doyumu ölçeği 38
3.3. Verilerin Toplanması 39
3.4. Verilerin Analizi 39
4.BULGULAR 45
4.1. Cinsel Doyum, Çift Uyum ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki Verilerinin Karşılaştırılmasına Dair Bulgular 47
4.2. Cinsel Doyum ve Çift Uyumunun Yaşam Doyumunu Yordamasına İlişkin Bulgular (Kadın) 47
4.3. Çift Uyumu ile Yetişkin Yaşam Doyumunun cinsiyet değişkenine göre İncelenmesi 49
5.TARTIŞMA 50
5.1. Kadınların Evlilik Doyumu ile Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu 50
5.2. Kadınların Yaşam Doyumu ile Cinsel Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu 51
5.3. Erkeklerin Evlilik Doyumu ile Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu 53
5.4. Erkeklerin Cinsel Doyumu ile Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu 54
5.5. Evli Çiftlerin Cinsiyetlerine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 55
5.6. Evli Çiftlerin Cinsiyetlerine Göre Cinsel Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu 57
5.7. Evli Çiftlerin Cinsiyetlerine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu 59
6.SONUÇ VE ÖNERİLER 61
KAYNAKÇA 62
EKLER 74
EK-4. YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ 82
EK-5. ETİK KURULU ONAYI 83
ÖZGEÇMİŞ 84

KISALTMALAR

CETAD: Cinsel Eğitim,Tedavi ve Araştırma Derneği

SSPS: Statical Package for Social Sciences

DSM: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

GRAFİKLER

Sayfa

Grafik 3.1: Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın) Ait Q-Q ve P-P Grafiği 41

Grafik 3.2: Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek) Ait Q-Q ve P-P Grafiği 42

Grafik 3.3: Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeğine Ait Q-Q ve P-P Grafiği 43

Grafik 3.4: Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait Q-Q ve P-P Grafiği 44

TABLOLAR LİSTESİ

Sayfa

Tablo 3.1: Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği, Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinin Basıklık ve Çarpıklık Katsayılarının ve Cronbach Alpha Değerlerinin İncelenmesi 40

Tablo 4.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri 45

Tablo 4.2: Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği, Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Arasındaki İlişki 46

Tablo 4.3: Cinsel Doyum ve Çift Uyumunun Yaşam Doyumunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi (Kadın) 48

Tablo 4.4: Cinsel Doyum ve Çift Uyumun Yaşam Doyumunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi (Erkek) 48

Tablo 4.5: Cinsiyete Göre Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği, Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılmasına Yönelik Bağımsız Grup t-testi Sonuçları 49

ÖZET

EVLİ ÇİFTLERDE EVLİLİK DOYUMU VE CİNSEL DOYUMUN YAŞAM DOYUMU İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Toplumun devamlılığını sağlamak için aile birliğinin korunması oldukça önemlidir. Bu da evlilik temelinin sağlam atılmasına bağlıdır. Evlilik ilişkisi yetişkin hayatındaki zor ve karmaşık süreçlerden biri olmasının yanı sıra insanlara, ruhsal ve bedensel ihtiyaçlarını karşılama olanağı sağladığından oldukça önemlidir. Ayrıca ilişkide yaşanan her türlü sorun içinde yaşanılan topluma etki ettiği gibi yaşamdaki değişimlerde eşlerin birbirleriyle olan ilişkisine etki etmekte ve ilişkiyi şekillendirmektedir. Bu çalışmada evli bireylerin yaşam doyumunun yordayıcısı olarak evlilik doyumu ve cinsel doyum ilişkisini incelemek, yaşam doyumu, evlilik doyumu ve cinsel doyum arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırmadaki veriler kartopu örneklem yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemini Zonguldak ilinde ikamet eden 20-45 yaş aralığında 100'ü kadın 100'ü erkek olmak üzere 200 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri, Kişisel Sosyodemografik Bilgi Formu, Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği, Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği ve Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Bu çalışmada, SPSS 27 yazılımı kullanılarak tüm istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir. Öncelikle, ölçeklerin normal dağılım sergileyip sergilemediği üzerine bir inceleme yapılmıştır. Verilerin analizinde Ölçekler arasındaki korelasyon düzeyi ve yönü, Pearson Korelasyon analizi kullanılarak incelenmiştir. Yordayıcılık analizi için Çoklu Doğrusal Regresyon yöntemi kullanılmıştır. Tüm analizler, 1.tip hata %5 alınarak %95 güven aralığında ve p değeri .05 referans alınarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; Cinsel doyum bağımsız değişkeninin yaşam doyumu değişkeni üzerinde yordayıcılığı bulunmazken, çift uyumu bağımsız değişkeni yaşam doyumunu yordamaktadır. Bulguların sonucu olarak, çift uyumu bağımsız değişkeni yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: *Evlilik, Evlilik Uyumu, Evlilik Doyumu, Yaşam Doyumu, Cinsel Doyum*

ABSTRACT

EXAMİNATİON OF THE RELATİONSHİP BETWEEN MARİTAL SATİSFACTİON AND SEXUAL SATİSFACTİON WİTH LİFE SATİSFACTİON İN MARRİED COUPLES.

The protection of the family, which is necessary for the continuation of social life, depends on the establishment of the marriage relationship on solid foundations. In addition to being one of the difficult and complex processes in adult life, the marital relationship is very important as it provides individuals with the opportunity to fulfill their physical and psychological needs. Furthermore, the problems experienced in the marital relationship affect the society as well as the changes and developments in social life affect and shape the marital relationship. In this study, it was aimed to examine the dimensions of marital satisfaction and sexual satisfaction as predictors of life satisfaction of married individuals and to reveal whether marital satisfaction, sexual satisfaction and life satisfaction show significant differences. The data in the study were collected by snowball sampling method. The sample of the research consists of 200 voluntary participant individuals, 100 women and 100 men between the ages of 20-45 residing in Zonguldak province. The data were collected using the Personal Sociodemographic Information Form, Golombok Rust Sexual Satisfaction Scale, Adult Life Satisfaction Scale, and Renewed Couple Adjustment Scale. In this study, all statistical analyses were performed using SPSS 27 software. First, an examination was made to see whether the scales were normally distributed. Before analyzing the data, reliability analysis was applied to determine whether the data were reliable enough to be analyzed. In the data analysis, the level and direction of correlation between the scales were examined using Pearson Correlation analysis. Multiple Linear Regression method was used for predictive analysis. All these analyses were performed with a type 1 error margin of %5 and 95% confidence interval and a p value of.05. According to the findings obtained from the research; while the independent variable of sexual satisfaction does not predict life satisfaction, the independent variable of couple compatibility predicts life satisfaction. As a result of the findings, the independent variable of couple compatibility predicts life satisfaction positively.

Keywords: *Marriage, Marital Adjustment, Marital Satisfaction, Life Satisfaction, Sexual Satisfaction*

1.GİRİŞ

Bireyin iyi hissetme haline, mutluluğuna, yaşam doyumuna yönelik ilk sistematik düşünce ve teoriler antik Yunan döneminde tartışılmaya başlanmıştır. Antik Yunan'dan günümüze kadar mutluluğun ve yaşam doyumunun bilimsel olarak ele alınması ihmal edilmiş, bu kavramlara ilişkin bilimsel çalışmalara ancak yirminci yüzyılın ortalarında başlanmıştır (Diener, 1994).

İlk olarak Neugarten (1961) tarafından literatüre girmiş olan yaşam doyumu kavramı; haz, sevinç, benlik saygısı gibi birçok açıdan kendini tam ve bütün hissetme hali olarak tanımlanmıştır (Diener vd., 1985). Şahin (2008)' e göre ise yaşam doyumu, bireyin kendi yaşantısının niteliğini genel anlamda olumlu bir biçimde değerlendirmesidir. Yani, bir kişinin hayatından ne kadar çok zevk aldığının ve sevdiğinin göstergesidir.

Yeni ölçüm araçları ve yöntemleri ile psikolojik, fizyolojik ve sosyal etkenlerin yaşam doyumuna nasıl bir katkı sunduğu incelenmiş, böylece yaşam doyumuna ait kavramlar daha da netlik kazanmıştır (Diener vd., 1985).

Campbell, Converse ve Rodgers, (1976)'a göre yaşam doyumu kavramını değerlendirme ölçütleri 'bireyin özlem duyduğu durumlar (kişinin neyi elde etmek ya da başarılı olmak için çaba gösterdiği)', 'beklenti seviyesi (gelecekte bireyin ulaşmayı ümit ettiği durum)', 'eşitlik düzeyi (bireylerin kendisine hak gördüğü ve bulunmak istediği konum)', 'referans grubu düzeyi (kendini başkalarının üzerinden değerlendirip tasvir etmesi)', 'bireysel ihtiyaçlar veya herhangi bir ödülün ölçüsü (bireyin kendini güvende hissetmesi için yaptığı birikim)' ve bireysel değerler açısından ıralanmaktadır (Akt. Köker, 1991). Diğer yandan Aydıner Boylu ve Paçacıoğlu, (2016) yaşam doyumunun en önemli belirleyicilerini yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, eğitim seviyesi, medeni durum, sağlık, kişilik özellikleri, sosyal ilişkiler, sosyal destek olarak ifade etmişlerdir.

.

Yaşam doyumu, pek çok unsurdan etkilenmekle beraber; pek çok psikolojik unsura da etki etmektedir. Yaşam doyumunun olumlu etkilerinden bazıları: Mutlu bireylerin mutsuz bireylere oranla sosyal ilişkiler kurabilmeleri, güçlü bir duruş sergilemeleri, romantik, olaylar karşısında uygun tepkiler gösterebilmeleri, daha çok sosyalleşebilen, daha sağlıklı bireyler olmaları ve evliliklerinden aldıkları doyumun yüksek olması, iş hayatındaki performanslarının iyi düzeyde olması, para kazanma konusunda sorun yaşamamaları ve daha iyi uyum sağlamalarıdır (Diener ve Seligman, 2002). Kişinin, yaşamdan doyum alamadığını hissettiği noktada ise duygusal açıdan yoksunluk kavramıyla ifade edebileceğimiz yalnızlık duygusunu hissetmeye başladıkları, bu duyguyla birlikte ise, eşler arasında iletişim sorunları, sosyal faaliyetlerin azalması ya da tamamen bitmesi, desteğin çekilmesi, kaygı düzeyinde artış, depresyon gibi olayların yaşandığını gözlemlemiştir (Durak vd., 2010).

Literatürde yaşam doyumu kavramı, birbirinden farklı pek çok değişken ile birlikte incelenmiştir. Birçok araştırmacı yaşam doyumunun, kişinin medeni durumu, çocuk sayısı, ailenin gelir seviyesi, eğitim durumu, aile içi ilişkiler, ailedeki güven problemleri gibi etkenlerle ilişkisi üzerine çalışma yapmışlardır. Özbek (2016) evli bireylerde psikolojik iyi oluşlarının çeşitli değişkenlerle ilişkisini; Yardımcı-Erlik (2020), cinsiyet faktörü ve evlilik süresi; bireyin meslek doyumu (Ünal vd., 2001; Avşaroğlu vd., 2005) iyimser bakış açısı, yüksek kazanç, bireyin akademik açıdan başarı göstermesi (Tuzgöl-Dost, 2007), gelir seviyesi ve hayata bakış açısı olumlu olan kişilerin (Ünüvar vd., 2012) yaşam doyumları arasında ilişki olduğunu değerlendirmişlerdir.

Evlilik yaşantısı da yaşam doyumuna etki eden öncüllerden birisi olup merkezinde aile olan, kadın ve erkeğin yaşamlarını birlikte geçirmek için bir araya geldikleri ilişki sistemidir. Çağ ve Yıldırım (2013) evliliğin kişilere; psikolojik, ekonomik ve toplumsal fayda sağlayarak daha nitelikli bir hayat olanağı sunduğunu ifade etmektedir. Bu doğrultuda sağlıklı bir şekilde sürdürülen evliliklerin yaşam tatminini arttırmadaki önemi oldukça açıktır; Dolayısıyla eşlerin başarılı bir evlilik yürütmelerine destek olan kavramlardan en önemlisi evlilik tatminidir. Evlilik doyumu çok çeşitli ve karmaşık belirleyicileri olan bir kavramdır. Bu nedenle bu kavramla ilgili birçok farklı tanımlama yapılmıştır. Sokolski ve Hendrick, (1999) evlilik doyumunu

eşlerin bireysel (birbirine gösterdikleri ilgi, sevgi, iletişim biçimi, cinsel tatmin düzeyi) ve çevresel (meslek hayatı, eşitlik, yaşadıkları problemlerde birbirlerine destek olmaları gibi) etmenlerden elde ettikleri psikolojik tatmin şeklinde açıklamaktadır (Akt. Durukan, 2018). Baumeister vd., (2003)'ne göre ise evlilik memnuniyeti, eşlerin evliliklerinin yararlarını ve negatif yönlerini değerlendirmeleri sonucu ne kadar tatmin yaşadıklarına karar vermeleridir.

Çiftlerin doyum sağlayan bir ilişkide bulunması, ilişkileri ve yaşantılarıyla ilgili pozitif bir algıya sahip olmalarına etki eder (Halford vd., 1997). İncelemelere göre, "mesleki durum ve eğitim ve öğrenim düzeyinin yüksek oluşu, elde edilen kazanç cinsel doyum, çiftlerin birbirlerine duydukları saygı, arkadaşlık, dostluk gibi duygu yüklü ödüller, evlenme yaşı, çocuk sayısı, dini ve eşlerin sosyo-ekonomik durumlarının benzer seviyede olması evliliğin mutluluğu ve aynı düzen içinde sürüp gitmesiyle bağıntılıdır" sonucuna varmışlardır (Hicks ve Platt 1970; akt. Karalı, 2019). Toplum ve toplumun kültürel yapısı, evlenmelerin nasıl olduğunu ve nasıl ilerleyeceğini, evliliğe bakış açısını ve evlilikteki uyumu belirler. Bu sebeple, çiftlerin içinde bulunduğu, algıladığı kültürün yapısını göz önüne alarak evliliği bu şekilde değerlendirmek çok önemli ve gereklidir (İmamoğlu, 1997).

Evlilik doyumu açısından değerlendirdiğimizde yüksek doyum yaşayan çiftlerin, ilişki içerisinde kendilerini daha huzurlu daha dingin hissettikleri, stres düzeylerinin daha düşük seviyede olduğu, yaşadıkları günlük streslerle daha kolay baş edebildikleri, böylece yaşamdan aldıkları doyumun daha yüksek olduğu görülmüştür (Bradbury vd., 2000).

Evlilik memnuniyeti ile ilgili literatür incelendiğinde demografik değişkenlerin etkisinin önemli bir yeri olduğu gözlenmektedir. Yıldız ve Çevik (2016) yaş, cinsiyet, gelir düzeyi gibi demografik değişkenlerle evli bireylerin evlilik ve yaşam doyumlarının ilişkisini, Atçeken (2014) eşlerin bağışlama tutumlarının kişilik özellikleri, dini yönelimleri ve evlilik doyumu ilişkisini, Yücel ve Koydemir (2015) ise evlilik doyumunu psikolojik, sosyo-ekonomik, içeriksel, ilişki odaklı ve davranışsal bazı etkenler ilişkisini, Hoşgör (2013) gelir düzeyi ve statü düzeyinin evlilik doyumuna etkisini, Uzel (2015) çiftlerin evlilik uyumunun ve cinsel tatmin düzeyinin üzerinde, çocuk sahibi olmanın etkisini değerlendirmişlerdir. Bütün bu

değerlendirmelere baktığımızda ilgili değişkenlerin evlilik doyumu üzerinde etkili olduğunu söylemek mümkündür.

Evlilik doyumu üzerinde etkili olan önemli bir diğer etmen cinselliktir. Cinsellik kavramı çoğu zaman cinsel ilişki ya da sex kavramıyla bir arada kullanılsa da aslında flört, cinsel davranış, cinsel haz ve duygular, uyarılma, cinsel istekler, iletişim, cinsel ilişkiler gibi birçok kavramı içine alır. Cinsellik yoluyla yaşanılan haz evlilik doyumunu ve buna bağlı olarak yaşam doyumunu artırarak çiftlerin mutluluğuna katkı sağlar (Uzel, 2015).

Cinsel doyum, eşlerin cinsel yaşantılarından aldıkları zevk ve hoşnutluk duygusunu anlatmaktadır (Yıldız, 2014). Diğer bir tanımlamaya göre ise, eşlerin cinsel yaşamlarını değerlendirmesi sonucu verdiği duygusal reaksiyondur (Turan, 2013).

Cinsel doyum, cinsel eylemlerin yanı sıra, ilişki memnuniyeti bağlılık, sadakat, kararlılık, ilişkinin kalitesi, ortak paylaşımlar ve iletişim olmak üzere birçok faktörden etkilenmektedir (Erdinç, 2018). Bireyin cinsel doyum açısından bakıldığında kişisel farklılıklar yaşamasında etkili olan durumlar, kişinin yaşı, cinsiyeti, sosyal çevre ilişkileri, içinde yaşadığı toplumun kültürel yapısı, yaşam şartları, eşler arasındaki uyum, cinsel tecrübelerini nasıl edindiği ve geliştirdiği gibi durumlardır (Aydın, 1998).

Eşlerin birbirlerinin duygusal ihtiyaçlarını tatmin edici yönde hareket etmeleri cinsel doyum yaşamaları açısından önemli bir koşuldur. Çünkü tatmin edilen duygular romantizm ve cinsellik için gereken koşulların oluşturulmasına yardımcı olmaktadır (Yeh vd., 2006).

Çiftler arasındaki duygusal bağın ve yakınlığın artmasına neden olan nitelikli cinsel yaşam, iki tarafın da olaylara bakış açısını yumuşatıp birbirlerine karşı gösterdikleri toleransın artmasını sağlayarak aralarında yaşanan gerginliğin azalmasına yardımcı olur. Eşlerde cinsellikle ilgili yaşanabilecek aksamalar sevilmeme hissinin yarattığı kaygıya, geri çekilmeye, sıkılgan davranışlara, gerginliğe, güçsüz duruş sergilemeye, değersizlik duygusuna ve doyum hissinin yetersizliğine sebep olabilmektedir. Cinsel yönden tatmin yaşayan çiftlerin evlilik hayatlarını daha mutlu bir şekilde sürdürdükleri görülmüştür (Dokur ve Profeta, 2006).

Yukarıda bahsedilen çalışmalardan yola çıkarak, çiftlerin evliliğe dair öznel değerlendirmelerinin olumlu olması ve evliliğin nitelikli ilerlemesi için önemli bir

koşul olan evlilik doyumu, yaşam doyumu ve cinsel doyumu araştırılmaktadır. Çiftlerin ve ailedeki yetiştirilecek çocukların ruh, beden, zihin sağlığı ve toplumsal düzen gibi açılardan bakıldığında, tüm bu faktörlerin kadınların evlilik doyumunun toplum için ne kadar önemli olduğunu gösterir. Bireylerin yaşam doyumunun yüksek olması, eşler arasındaki evlilik doyumu ve cinsel doyumun ne kadar yüksek olduğuyla ilişkilidir. Ayrıca cinsellik toplumumuz içerisinde az dile getirilen, bireylerin evlilik ve yaşam doyumuna önemli ölçüde etki eden meselelerden biridir. Kültürümüzde tabu olarak karşımıza çıktığı için, cinsel açıdan doğru ve yeterli bilgilere ulaşmak önemli bir durumdur. Bireyler mitlere ya da doğru olmayan bilgilere erişim sağladığında, cinsel sağlık ve ruh sağlığı açısından ayrıca sosyal açıdan ciddi sorunlar yaşayabilmektedir. Bundan dolayı Türkiye'de cinsellikle ilgili yapılacak tüm çalışmalar cinsel yaşamları açısından kadın ve erkeklere önemli katkı sağlayacaktır.

Literatür kapsamında cinsel doyum ve yaşam doyumu ile ilgili yapılan çalışmaların sadece evli çiftleri baz alan sınırlı sayıda çalışmalar olduğu görülmüştür. Bu alandaki çalışmaların kısıtlı olması nedeniyle araştırma bulguları literatüre önemli bir katkı sunacaktır.

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu çalışmalar kapsamında çiftlerin evlilik doyumu ve cinsel doyumu düzeylerinin belirli değişkenlere göre yaşam doyumu ile arasında bir ilişki olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

1.3.Araştırmanın Problemi, Alt Problemler ve Hipotezleri

Bu araştırma, "20-45 yaş arası kadınların ve erkeklerin evlilik doyumları, cinsel doyumları ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?" problemi doğrultusunda gerçekleştirilmektedir. Araştırma problemi doğrultusunda alt problemler ve hipotezler şu şekilde belirlenmiştir:

1. 20-45 yaş arası kadınların evlilik doyumları ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2-20-45 yaş arası kadınların cinsel doyum ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

3-20-45 yaş arası erkeklerin evlilik doyumları ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4-20-45 yaş arası erkeklerin cinsel doyum ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

5-Evli çiftlerin yaşam doyumu düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

6-Evli çiftlerin evlilik doyumu düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

7-Evli çiftlerin cinsel doyum düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H1: 20-45 yaş arası kadınların evlilik doyumları ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: 20-45 yaş arası kadınların cinsel doyum ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H3: 20-45 yaş arası erkeklerin evlilik doyum ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H4: 20-45 yaş arası erkeklerin cinsel doyum ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H5: Evli çiftlerin yaşam doyumu düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H6: Evli çiftlerin evlilik doyumu düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H7: Evli çiftlerin cinsel doyum düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki vardır.

1.4.Araştırmanın Önemi

İnsan yaşamını ve bireyin tüm geleceğini etkileyecek önemli kararlardan biri de evliliktir. Çiftlerin ve ailedeki yetiştirilecek çocukların ruh, beden, zihin sağlığını

korumak aynı zamanda toplumsal düzeni sağlamak açısındanoldukça önemlidir. Evlilik yaşantısı içinde başarı sağlayabilmek için ilişkilerin dengeli, düzenli ve uyumlu olması gerekir. Evliliğin gelişmesi ve duygusal bağ kurularak derinleşmesi için eşlerin yerine getirmeleri gereken duygusal görevleri vardır. Her iki tarafın da kendinden emin olması ve güvende hissetmesi için duygusal görevlerin yerine getirilmesi gerekir. Bu görevler yerine getirilmediğinde çatışma kaçınılmazdır. Genellikle eşlerin duygusal görevler, bunların önemi ya da görevleri nasıl yerine getirecekleri konusunda farklı görüşlere sahip olmaları çatışmaları çözmek yerine gerilimin artmasına sebep olacaktır.

Çiftlerin en büyük arzusu evliliğin devamlılığının sağlanmasıdır. Ancak son yıllarda boşanma oranlarının artması bu arzuların gerçekleşmediğini göstermektedir. Çiftler arasındaki geçimsizlikler olumsuz sonuçlara yol açmakla birlikte bu sonuçlardan en büyük zararı da çocuklar görmektedir. Evlilikle ilgili bireylerin olumsuz duygu düşünce ve korkuları, mutlu olmayan eşlerin çocuklarına da yansımakta böylece başarısız, mutsuz doyumsuz evlilik yaşamlarının zincirleme devam etmesine sebep olmaktadır. İhtiyaç ve beklentileri karşılanmış doyum sağlanmış mutlu beraberlikler benlik saygısı olan, güven duygusuna sahip çocuklar yetiştirmektedir. Bu çalışma, evlilik ilişkisinde başlangıçtan itibaren denge ve uyum sağlamak adına, oluşan birtakım tehlikeli durumları ortadan kaldırılmasa bile en düşük düzeye indirmek için neler yapılabileceği konusunda yol gösterecektir.

Bu çalışmalar kapsamında literatür incelendiğinde evli çiftlerde evlilik doyumu, cinsel doyum ve yaşam doyumunu araştıran çalışmaların olduğu görülmektedir. Fakat bu çalışmaların genellikle evlilik uyumu ve yaşam doyumu, evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar olduğu gözlenmektedir. Ayrıca literatür incelendiğinde belirtilen üç değişkeni inceleyen çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu kapsamda bu çalışmada evli çiftlerin evlilik doyumu, cinsel doyum ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi ele alması, hem bu alanda yapılmış çalışmalara katkı sağlaması hem de yeni yapılacak çalışmalara kaynaklık edeceği düşünülmektedir.

1.5.Araştırmanın Varsayımları

Araştırmaya katılan katılımcıların;

- Tüm sorulara tarafsız biçimde yanıt verdiği,
- Ölçekleri doğru cevaplar vererek doldurdukları varsayılmıştır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmada sınırlılıklar;

1. Yapılan çalışma evli bireyler ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği (Ek 3), Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (Ek 4) ve Yetişkin Yaşam Doyum Ölçeği (Ek 5) tarafından ölçülen nitelikler ile sınırlıdır.
3. Araştırma, kartopu yönteminin sınırlılıklarını içermektedir.
4. 2023 yılında toplanılan verilerle sınırlıdır.

1.7.Tanımlar

Bu çalışmada yer alan kavramlara ait tanımlar aşağıda verilmiştir.

Evlilik: Toplumsal yapıyı birçok yönden etkileyen, resmi, davranışsal, biyolojik yönleri olan, duygusallığı da içinde barındıran sosyal bir sistemdir (Özgüven, 2000).

Evlilik Uyumu: Bireylerin birbirlerinin yaşama bakış açılarının, ilgilerinin ve değerlerinin farkında olup paylaşmaları sonucu ilişkiden elde ettikleri doyum düzeylerine ilişkin kişisel değerlendirmeleridir (Tezer, 1986).

Evlilik Doyumu: Evlilik doyumu evli iki bireyin ilişkide sağladıkları uyum ilişkilerine dair hissettikleri mutluluk duygularıdır (Erbek vd., 2005).

Cinsel Doyum: Bireylerin cinsel deneyimlerinin olumlu ya da olumsuz yönlerini öznel değerlendirmeleri sonucu ortaya çıkan duygusal tepkisidir (Turan, 2013).

Yaşam Doyumu: İnsanın kendi belirlediği ölçütler ile yaşam şartlarını algılayışı arasındaki kıyaslamaları sonucunda kendi hayatına yönelik değerlendirmesidir (Dilmaç ve Ekşi, 2008).

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde yaşam doyumu, evlilik uyumu, evlilik doyumu, cinsel doyum ile bu kavramları etkileyen faktörlerle ilgili kavramsal açıklamalara yer verilmiş ve bu kavramlar arasındaki ilişkiyi ölçmek amacı ile yapılan araştırmalar değerlendirilmiştir.

2.1.Yaşam Doyumu

Yaşam doyumunu tanımlayabilmek adına öncelikle doyum kavramının ne ifade ettiğinin anlaşılması gerekmektedir. Doyum, bireyin beslenmek, barınmak, cinsel arzularını tatmin etmek, güvenlik, sağlık gibi birtakım temel ihtiyaçlarının yanı sıra, başarmak, merak, ilgi, sevgi, duygusal yakınlık gibi tinsel ihtiyaçlarının giderilmesi ile birlikte denge durumunun oluşmasıdır (Budak, 2009). Başka bir ifadeyle, bireyin kendisinin belirlediği ölçütleri temel alarak tüm yaşamını olumlu olarak değerlendirmesidir (Yiğit vd., 2011). Yaşam doyumu ise bireyin, ana bağlı olmayıp yaşamın her evresinde yaşantısına olan bakış açısıyla verdiği duygusal tepkidir. Genel bir ifadeyle tek bir durum sonucunda alınan doyum değil, tüm yaşantılardaki doyumu ifade eden bir kavramdır. Yaşam doyumu, kişinin yaşamdan beklenti ve isteklerini, içinde bulunduğu durum açısından değerlendirilmesi sonucu ortaya çıkar. Avşaroğlu, Deniz ve Kahraman (2005) ise yaşam doyumunu, ruhsal anlamda iyi olma ve ilişkilerde olumlu hislerin olumsuz hislere oranla daha baskın olması şeklinde belirtmiştir.

Öznel iyi oluşla mutluluk kavramları yaşam doyumunun tamamlayıcılarından olup bu kavramların çoğu zaman yaşam doyumu kavramıyla karıştırıldığı gözlenmiştir (Diener, 1984).

Yaşam doyumu, içinde bulunduğumuz hayata ilişkin tanımladığımız bir kavramdır. Yaşamın bireyin beklentisini ne ölçüde karşıladığı ve ne kadar doyum sağlayabildiği belirlenmeye çalışılır. Mutluluk kavramı ise ileride ulaşılması hedeflenen, geleceğe yönelik durumlara bağlı olarak olumlu duygulanımı ifade

etmektedir. Kişi ihtiyacını karşılayamadığı yoksunluğunu çok fazla hissettiği koşullarda mutsuz olurken, ihtiyacını karşıladığında o kadar mutlu olur. Yaşam doyumu da buna bağlı olarak düşük ya da yüksek olacaktır (Dikmen, 1995). Bir diğer kavramımız da öznel iyi oluştur. İnsanlar, olumlu duygular içinde olduklarında, genellikle olumlu eylemlerde bulunup mutluluğu hissettiklerinde ve yaşamlarından elde ettikleri tatmin düzeyi yüksek olduğunda öznel iyi oluş duygusunu yaşamaktadırlar (Diener vd., 1999). Öznel iyi oluş, ilgi, güven, neşe, heyecan, gibi hoş olan, nefret, öfke, üzüntü, korku, suçluluk gibi hoş olmayan duygu durumları ile yaşam doyumu boyutlarını kapsamaktadır. Bireylerin yaşantılarında, hissettiği olumsuz duygular olumlu duygularından fazlaysa ve bireyin yaşamına yönelik zihinsel yargısı olumsuzsa öznel iyi oluşu düşük olacaktır. İş, sosyal yaşam, evlilik, vb. gibi çeşitli yaşam alanları doyuma ilişkin pozitif duyguları ve bilişsel yargıları etkilemektedir (Tuzgöl-Dost, 2005). Bireylerin kendilerini huzurlu ve mutlu hissetmelerinde zihinsel ve ruhsal durumların önemli bir faktör olmasına karşın, kişilerin bireysel olarak değiştiremeyeceği, kontrol edemeyeceği şartlar da etkili olmaktadır. Bu duruma yaşanılan ülkenin ekonomik ve toplumsal durumunu örnek olarak göstermek mümkündür.

2.1.1.Yaşam doyumunun önemi

Yaşam doyumuna veya mutluluğa ulaşmak, bireyin yaşantısında öncelikli hedeflerinden biri olduğu için bilimsel açıdan en çok incelenmesi gereken konulardandır. Zaman içinde yaşam doyumunun bireyin ruh sağlığı ve sosyal yaşamı üzerinde ne kadar etkili olduğunun ortaya çıkmasıyla bu kavramın önemi daha da iyi anlaşılmıştır. Bu anlamda doyuma ulaşmış kişiler; Daha sosyal, iletişim kurabilen, romantik, sosyal ilişkileri güçlü, kolay arkadaş edinen, diğer kişilerle kurduğu ilişkilerde anlayan ve anlaşılan, olaylara empati kurarak uygun tepkiler veren, kolay evlenen, evliliklerinde duygusal tatmin yaşayan, çalışma hayatında yüksek performans gösteren, daha yaratıcı olan ve daha çok para kazanan, başarılı olan kişilerdir. Dolayısıyla mutluluğun, bireylerin yaşamlarının her alanına olumlu yansıdığı gözlenmektedir (Şimşek, 2011). Özetle, yüksek yaşam doyumuna sahip olan kişilerin yaşamdan aldıkları hazzın daha fazla olduğunu, olumlu duygu ve düşüncelerinin olumsuz duygu ve düşüncelerinden daha baskın olduğunu, öz saygı

düzeyinin yüksek olduğunu ve bakış açılarının daha iyimser olduğunu ifade etmek gerekir (Çakar ve Karataş, 2017).

2.1.2.Yaşam doyumuna etki eden faktörler

Yaşam doyumu, kişiye göre farklı anlamlar içeren farklı algılanan bir kavramdır. Bu yüzden kavramın betimlenmesi ve kapsam bakımından sınırlandırılması konusunda belirsizlik yaşandığını, literatürde farklı yaklaşımlarla karşılaşılabildiğini ifade etmek mümkündür. Bireylerin yaşam doyumuna etki eden unsurlar, mental sağlık, duygusal, sosyal, fiziksel, öznel iyi oluş, etkili iletişim becerisi, ilişkileri başlatma, güçlendirme ve sürdürme şeklinde sıralanmaktadır (Yetim, 2003).

Bu değişen kriterler arasına insanların yaşadıkları olaylara olumlu veya olumsuz bakış açısı ve yaklaşımları, beklentileri ve değer yargıları da eklenmelidir. Kişilik özellikleri, yetiştiği çevre ve kültürel yapı gibi bazı özellikler bireylerin yaşam doyumlarını algılama biçimlerini etkilemektedir. Dolayısıyla yaşam doyumunu algıma şekilleri kişiye göre farklılık göstermektedir (Baştemur, 2006).

Bu konuyla ilgili yapılan çalışmalara baktığımızda demografik etkenlerin yaşam doyumuna etkisinin olduğu gözlenmekle birlikte bireysel eğilimler, sosyal çevre ve sosyal ilişkiler, toplumun kültür yapısı gibi faktörlerden daha az etkiye sahip olması söz konusudur (Eryılmaz, 2016).

Cinsiyet faktörü ile yaşam doyumu arasında bir ilişki olup olmadığının netleştirilebilmesi için yapılan araştırmalarda, birçok çalışmada cinsiyetler arasında bir fark olduğu gözlenmiştir. Yetim (1991)'in bir çalışmasında kadınların çok daha fazla olumsuz duyguya sahip olduklarını belirttikleri tespit edilse de erkeklerle karşılaştırıldığında yaşamlarından daha çok haz aldığını vurgulamıştır. Bir başka değişkenin ise meslek hayatı olduğu görülmektedir. İnsanlar günün büyük bir bölümünde iş yerlerinde bulunduklarından çalışılan mekân, üstlendikleri sorumluluk ve alınan maaş gibi unsurlar bireylerin yaşam doyumunu etkilemektedir (Özdevecioğlu, 2003).

Keser (2003) bir çalışmasında, gelir düzeyi, statü ve eğitim gibi değişkenlerin yaşam doyumunda etkili olduğunu vurgulamıştır. Aynı çalışmada eğitim seviyesinin yükselmesiyle bireyin ihtiyaç ve beklentilerinin de aynı oranda artabileceği, sonuç

olarak da mutsuzluk duygusunun yaşanabileceği belirtilmiştir. Bununla birlikte eğitim durumunun statü ve gelir düzeyi ile birleşmesi halinde yaşam doyumunu artırıcı olumlu etkiler yapabileceğinin altı çizilmiştir.

Evlilik durumu, yaşam doyumunu etkileyen bir diğer faktördür. Evliliğin iki bireyi sosyal açıdan birbirlerine bağladığı ayrıca güven, istikrar, huzur, destek alma ve paylaşma gibi duyguları ilişkiye kattığı görülmüştür. Evliliğin yaşam doyumu üzerindeki pozitif etkisi yapılan çalışmalarda gösterilmiştir. Evli çiftlerin, evlilik yapmamış ya da eşinden ayrılmış bireylerle karşılaştırıldığında yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu vurgulanmıştır (Çelik ve Tümkaya, 2012).

2.2. Evlilik

Aile birliğinin en önemli öğesi evliliktir. Evlilik bireylerin yaşamı boyunca ait olma, sevgi, güvenlik gibi gereksinimlerinin giderilmesine imkân sağlayan aile birliğinin oluşturulmasının temelini atmaktadır.

Evlilik kanunlarla resmileştirilmiş, bireysel gelişme ve sosyal normları da kapsayan özel ilişkiyi ifade etmektedir (Taşdemir, 2014). Aynı zamanda evlilik, çiftler arasındaki sözleşme ile beraber, ilerleyen ve gelişen bir dizi olaydan meydana gelen toplumsal bir olgudur. Meşru cinsel yaşam, meşru çocuk dünyaya getirme, neslin devamlılığını sağlama, toplumsal sürekliliği devam ettirme gibi birçok işlevleri bulunmaktadır (Özgüven, 2000). Ancak evlilik yaşı, evlilik biçimi, evlilik kuralları, gelenek görenekler ve uygulamalar kültürden kültüre değişiklik göstermektedir.

2.2.1.Evliliğin tarihçesi

M.Ö. 2000'li yıllardan itibaren değişerek günümüze ulaşmış ve temel özelliklerini koruyabilmiş evlilik kavramı gelişerek devam eden dinsel, sosyal ve kültürel bir olgudur. Geçmişten günümüze gelen süreç içerisinde evlilik evrensel anlamda kültürler arasında farklılıklar görülse de vazgeçilemez bir unsur olarak kabul görmeye devam etmektedir. Evlilik belgesi olarak bulunan en eski belge Yahudilere özgü Aramca yazılmış bir belge olup milattan önce 5. yüzyıla ait bir papirüstür. Ayrıca çiftin düğün yapılmadan evlilik sözünü vermesi de milattan önce 8. yüzyıla dek uzanmaktadır. Bu aşamada evlenmesi uygun görülen kadının babası ile kadınla evlenmeyi isteyen adam arasındaki söz, evlilik olmadığı takdirde maddi ve yasal

sorumluluk bakımından, bağlayıcı olmasından dolayı taahhüt niteliği taşımaktaydı ve bu açıdan çok önemliydi. Bu durumun neticesinde toplumda evlilik yaşı yükselmiş, evliliklerdeki tek eşlilik oranının arttığı görülmüştür (Erdinç, 2018).

2.2.2.Evlilik uyumu

Evlilik uyumu, birbiriyle uyumlu iki bireyin evlenmesi veya birbiriyle olmaya uygun görünen iki bireyin eşleşmesi değil, çiftlerin birbirlerine ve evliliğe uyum sağlama sürecinde birlikte hareket edebilme konusunda gösterdikleri başarıdır. Bu tanım evlilik sürekliliğini belirlemede en önemli faktörlerden birinin evlilik uyumu olduğunu düşündürmektedir (Çağ, 2011). Aktaş (2009) evliliklerinde uyumu yakalamış çiftlerin gelir kaynaklarını yönetmesi, aile içindeki her türlü sorumlulukların paylaşılması gibi önemli konularda fikir birliği sağlayan eşler olduğunu belirtmektedir. Evlilikte ilk kural; eşlerin birbirlerinin ruhsal, biyolojik ve çevresel beklentilerini gidermesidir. Evlilik birliğinin sürdürülebilmesi bu ihtiyaçların karşılanmasına dayanır. Uyum düzeyi yüksek bireyler duyguların ifade edilmesi ve gösterilmesinde, ortak ilgi alanları, ortak hedefler, değerler, güven oluşturma ve cinsel yaşam konusunda uyum sağlamıştır.

2.2.2.1.Evlilik uyumu ve ilişkili değişkenler

Günümüzde evlilik kurumunun insanlar üzerindeki etkileri nedeniyle evlilik kavramı ve bu kavramın eşler arası ilişkilere etkilerine yönelik araştırmaların arttığı gözlenmiştir. Yapılan araştırmalarda ortaya çıkan sonuçlara göre iletişim şekli, cinsel doyum, yaşam doyumu ve evlilik doyumu, çatışma yönetimi gibi değişkenler aileyi etkileyen faktörler olarak saptanmıştır (Çelik ve Tümkaya, 2012).

Ekonomik özgürlük, anne-baba olmanın sorumluluğu, iş stresi, aileyle ve akrabalarla olan ilişkiler, sağlık gibi etkenler de eşler arasındaki ilişkiyi pozitif yönde etkileyebileceği gibi negatif yönde de etkileyebilecek faktörlerdendir (Hoşgör, 2013). Evlilik uyumuyla ilişkili faktörleri; eşlerin anne ve babalarının mutluluk düzeyi, evlilik doyumu, cinsiyet rollerine göre yetiştirilme tarzı, evlilik yaşı, eşlerin birbirine uyumu, evliliğin toplum tarafından onaylanması, ortak dini ve etnik geçmişe sahip olma, sosyal statü, benzer eğitim düzeyine ve statüye sahip olma, büyürken sahip olunan anne-baba-çocuk ilişkisinin niteliği ile bireylerin kendilerini oldukları gibi dışarı yansıtabilmeleridir (Özgüven, 2001). Evlilik uyumunda bir başka etken ise bireylerin

kendilerini oldukları gibi dışarı yansıtabilme düzeyleri birbirine yakın olan eşlerin evlilik ilişkisindeki uyumlarının da yüksek düzeyde olduğu gözlenmiştir (Polat, 2006).

Duyguların açık ve net bir şekilde ifade edilebilmesi de üzerinde durulan bir konudur. Bu konuyla ilgili yapılan pek çok araştırmada eşlerin sıkça olumsuz ifadeler kullanmalarının evlilik ilişkisine zarar verdiği görülmüştür (Akbaş, 2008). Karı kocanın ortak/benzer düşünceye sahip olmaları, uyumlanamadıkları durumlarda sorunu çözebilme becerileri ve duygularını rahatça ifade edebilme yetileri, eşlerin birbirlerine dair düşünceleri ve yüklemeleri, birbirlerinden memnun olup olmamaları, evliliklerinin devamlılığı ile ilgili düşünceleri evlilik uyumunu etkileyen faktörler arasındadır (Hoşgör, 2013).

Eşlerin aralarındaki sorunları hoşgörü ve anlayışla açıkça konuşması yani sağlıklı iletişim kurabilmeleri evlilik uyumunu ve aileyi korumanın yollarından biridir. Ayrıca bu durum daha sonra karşılaşılabilecek olumsuz durumlar için eşleri hazırlarken onlara sorunları çözme, sorunlarla baş etme becerileri de kazandırmaktadır (Ersanlı ve Kalkan, 2008).

Eşler arasında yaşanan cinsel birliktelik de en az sosyal ve ekonomik iletişim kadar önemlidir. Evli bireyler arasında bütünleşmeden bahsedebilmek için eşlerin bu konuda sorumluluk almaları ve birbirlerini memnun etmeleri gereklidir. Aksi takdirde evlilikle ilgili uyum sorunları yaşanabilir ve bu durum yıpratıcı olabilir (Gülsün vd., 2009).

Evliliğin başarılı olabilmesi bireylerin birbirlerini tanımak için çaba göstermelerine ve özverili olmalarına, varsa cinsel sorunları karşılıklı konuşabilmelerine ve hatta tartışabilmelerine bağlıdır. Cinsel sorunlarla ilgili çözüm arayışında olmak ve fedakâr olmak bozulan dengeyi ve ilişkiyi düzeltebilir (Poroy, 2006).

Evliliklerinde başarılı olan bireyler hemen her konuyu yapıcı bir şekilde birbirleriyle rahatlıkla ve açıklıkla konuşabilmektedirler. Evlilikle ilgili yapılan bir araştırmada ortaya çıkan sonuç göstermektedir ki, ebeveynler ve çocukları arasındaki tartışmalar ergenlik dönemindeki çocukları gelişimsel olarak olumsuz etkilemekte ve evlilik problemleri yaratmaktadır Ergenliğin kendine has sıkıntıları ile çocukta görülen uyum sorunları ve anne babanın isteyerek sahip oldukları diğer çocukları da ailede

stres yaratmaktadır. Ortaya çıkan bu stresin sebebi ise ailenin yeni duruma uyumlanma çabası ile aile içi dinamiklerin değişmesidir (Yavuzer, 2005).

Eşler özellikle yönetimsel, ekonomik ve psiko-sosyal konularda ortak kararlar almayı başaramaz ve uyum sağlanmazsa aile düzeni ve birliktelikte sorunlar ortaya çıkabilir. Ortaya çıkan bu sorunlar aile içi anlaşmazlıklara, ailenin dağılmasına veya bireylerde duygusal çöküşlere yol açabilir (Bilen, 1983).

Ayrıca evlilik doyumunda evlilik süresi, cinsiyet ve yaş da etkilidir. Çalık (2022) yaptığı bir çalışmada, evliliklerin süresi ile yaş değişkeninin evlilik doyumu ile ilişkisini incelemiş, evliliklerin süresinin uzaması ve yaşın ilerlemesiyle birlikte evliliğe dair memnuniyetin o oranda azaldığını belirtmiştir.

Evli bireylerin eğitim seviyeleri ile ekonomik durumları da evlilik doyumunu olumlu/olumsuz etkilemektedir. Eğitim düzeyinin ve gelirin düşük olması, evlilik uyumunun kötü olmasına hatta boşanmalara yol açmaktadır (Aktürk, 2006). Eğitim ve evlilik tatmini ile ilgili yapılan çalışmalarda lisans ve lisans üstü derecesinde eğitim almış bireylerde evlilik tatmininin daha fazla olduğu görülürken lisans ve lisans üstü eğitimi almamış kişilerin evlilik doyumunun daha az olduğu ortaya çıkmıştır (Anar, 2011).

Ayrıca, çocuk sayısı da evlilikteki uyumla birlikte evdeki duygusal ortamı etkilemektedir. Üç ve daha fazla çocuğu olan evli bireylerde evlilik uyumu daha az iken, çocuksuz veya tek çocuklu bireylerde evlilik uyumunun yüksek olduğu saptanmıştır. Sahip olunan çocuğun cinsiyeti de evlilik uyumunu etkilemektedir. Kız çocuğu olan evli bireylerin erkek çocuğu olan evli bireylere kıyasla evlilik uyumlarının daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır (Karalı, 2019)

Kişilik özellikleri de evlilikteki uyumu etkileyen etkenlerden biridir. Bağımlılık duygusunun ve kontrolcü davranışların kadınlarda evlilik uyumunu etkilemediği, erkeklerde ise etkili olduğu belirlenmiştir (Gökmen, 2001).

Kişilik özelliklerinden olan atılganlık, evlilik ilişkisinde herhangi bir etkiye sahip değilken, olumlu mizah özelliklerine sahip olmanın evliliği olumlu yönde etkilediği görülmüş; bu özelliklere sahip olmama durumunun ise evlilik uyumu üzerinde olumsuz etki bırakmadığı saptanmıştır (Fidanoğlu, 2006).

Ayrıca panik, fobi ve genele yayılmış endişe halinin evlilik uyumu ile ilgili sorunlara işaret ettiği ortaya çıkmıştır. Türkiye'de yapılan bir araştırmada tatminkâr bir evlilik ilişkisi, fikirlerde ortak bir anlayışta olma, duyguları ifade şekli ile evlilik uyumu ve somatizasyon arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Fidanoğlu, 2006).

Sağlıklı evlilik ve evlilikteki yüksek uyuma etki eden faktörler üzerine uzun yıllardır yapılan araştırmalarda, eşlerin evlilik içerisinde yaşadıkları sorunları değerlendirme ve çözme biçimlerinin, ilişkiyi koruma ve devam ettirebilme kapasitelerinin, eşlerin birbirlerini destekleyici iletişime sahip olmalarının evlilik uyumu açısından çok etkili olduğu görülmektedir (Akar, 2005).

Eşlerin kendi ailelerinin evliliklerinin başarılı olması, eşlerin tutumlarının birbirine yakın olması, ilgili olma, kişilik stiline sahip olma, eşlerin cinsel paylaşımlardan memnun olması, yeterli ve düzenli bir gelire sahip olma, kadının hamilelik yaşamaması gibi faktörler evliliklerin mutlu, uzun ömürle ve kalıcı başarıya sahip olmalarını etkileyen faktörler olarak saptanmıştır (Crooks ve Baur, 2005; akt. Karalı, 2019).

2.2.3. Evlilik doyumu

Evlilikle ilgili üzerinde durulan önemli değişkenlerden biri de evlilik doyumudur. Literatürde, evlilik doyumu kavramının ilişkide eşlerin stres yaşamaması şeklinde tanımlandığı görülmektedir (Bradbury vd., 2000). Başka bir tanımlamada ise Collard (2006) evlilik doyumunu kişilerin evlilik ilişkisinden beklentilerini, deneyimlerini ve etkileşimlerini kapsayan aynı zamanda duygularla yaşanan bir durumdur şeklinde tanımlamaktadır. Buradan anlaşılacağı üzere evlilik doyumu tanımlanırken birinci kısmın eşler arasındaki etkileşime, elde edilen doyuma odaklandığı, ikinci kısmın ise duygusal doyuma dikkat çektiği görülmektedir.

20.yüzyılda yaşanan sosyal ve ekonomik değişimlerin ilişkilerde yaşanan problemler üzerinde etkisi, araştırmacıların ilgisini ilişki doyumunu incelemeye yöneltmiştir. Günümüzde toplumsal değişimlerin hızlı yaşanması ve bunlara uyum sağlama sürecinde eşlerin birbirinden beklentileri kısa süre içinde farklılaşabilmektedir. Bu beklentiler eşler arasında zaman zaman evlilik doyumunu etkileyebilecek çatışmaların ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir. Çünkü evlilik yaşam boyu birliktelik, romantizm yaşamak, destek alıp vermek ve cinsel ihtiyaçları

karşılamak için toplum tarafından onaylanan bir ilişki olarak betimlenmektedir (Fincham & Beach, 2006; akt. Çağ, 2016). Ama evliliğin bu pozitif niteliklerinin zaman içinde ilişkilerdeki zorlanmalar sonucunda bozulması evlilik doyumunu azaltıcı etkiye sebep olabilmektedir. Bu durum evlilik ilişkisinin bozulmasına bu ilişkinin istenmez hale gelmesine ve evlilikte boşanmalara sebep olabilmektedir. Evlilikten alınan doyumun yüksek seviyede olduğu çiftlerin, stres düzeylerinin düşük, psikolojik iyi oluş ve mutluluk seviyelerinin yüksek olduğu ayrıca olumsuz yaşam şartlarına karşı daha dayanıklı oldukları belirtilmektedir (Diener vd., 1985; akt. Çelik, 2015). Evlilik yaşantısı stresli, doyum düzeyi düşük olan çiftlerin, ruhsal ve bedensel sağlıklarının tehlikede olduğu, çocuklarının da aynı riski taşıdığı söylenebilir. Diğer taraftan evlilik doyumu yüksek bireyler eşlerine karşı daha benimseyici ve cinsel yönden de daha istekli tutum sergilemektedir. Bu durum çiftlerin cinsel yaşamlarını olumlu bir şekilde etkilerken, doyum düzeyi düşük olan bireyler de eşlerine daha reddedici bir tutum sergileyebileceklerinden eşlerin cinsel yaşamları bundan olumsuz etkilenecektir.

2.2.3.1.Evlilik doyumunu etkileyen bireysel faktörler

Evlilik doyumuna etki eden bireysel faktörler şu şekilde sıralanmaktadır:

2.2.3.1.1. Bilişsel süreçler ve algılar

Birçok araştırmacı evlilik doyumunda ilişkiye yönelik geliştirilen bilişsel faktörlerin önemli bir yeri olduğunu vurgulamıştır. İlişkiye yönelik algıların ve ilişkiye dair işlevsel olmayan inanışların, ilişki üzerinde etki yarattığı düşünülmektedir. Sonuç olarak bilişsel ögeler, bireylerin düşüncelerini, hislerini ve davranışlarını etkilemektedir. Ülkemizde yapılan bir araştırmada (Hamamcı, 2005) İlişkiye yönelik işlevsel olmayan inançlar ile evlilikte yaşanılan çatışmaların ilişkisini incelemiş, bireylerin inançları ile yaşadıkları çatışma arasında bir ilişkinin olduğunu ifade etmiştir.

Dumitrescu ve Rusu (2012) yaptıkları bir araştırmada, erken dönem uyum bozucu şemaları ile evlilikten memnun olma hali arasında ilişkinin varlığını incelemişlerdir. Erken dönem uyumsuzluk şemaları ile evlilikten tatmin olma arasında olumsuz yönde bir ilişkinin varlığından söz edilmiştir. Genel anlamda şemalar, disfonksiyonel ilişkinin ve tatminsiz evliliğin öngörücü sinyalleridir. Erken dönem uyumsuzluk şemaları; kusurluluğa, denge oluşturamama, başarısızlık, duygusal

yoksunluk, terkedilme, yetersizlik ve değersizlik hissine, zarara ve umutsuzluğa açıktır. Bu şemalara bakıldığında, insanlar şimdiki ilişkileri hakkında negatif düşüncelere sahip olduğundan bu negatif değerlendirmeler evlilik doyumunda azalma yaşanmasına yol açmaktadır (Akt. Karalı, 2019).

2.2.3.1.2.Psiko-sosyal etmenler

Evlilik üzerinde etkili olabileceği düşünülen psikolojik ve kültürel etmenlerin evlilik doyumu üzerinde de etkisi önemlidir. Bu değişkenler, evlilik doyumunu hem tek başına etkilemekte hem de her iki değişkenin de ortak etkisi görülebilmektedir. Örneğin bireyin yetiştiği kültürel değerlere aykırı bir evlilik ilişkisi kurulduğunda birey suçluluk yaşayabilir. Bu duygu nedeniyle eşine olumsuz davranışlar sergileyip evlilik doyumunun düşmesine neden olabilir. Ayrıca çift aile ve çevre tarafından dışlanabilir. Bu bağlamda bir evlilik ilişkisinden bireylerin doyum alabilmesinin toplumsal normlara bağlı olabileceği düşünülebilir.

Dini açıdan inançlı olma, aile gelirinin artması, geleneksel evlilik algıları, liderlik, sorumluluğun paylaşılması ve aile içinde çocuğun olması evlilik doyumunu olumlu etkileyen faktörlerdir. Ayrıca hem aile hem arkadaş bağlarının varlığı da evlilikteki mutluluğu artıran etkenler arasında yer almaktadır. Çünkü kurulan sosyal ilişkiler, bireylerin hem ruh sağlığını korumakta hem de yaşanan problemlerin çözümüne katkı sağlayabilmektedir (Dush vd., 2008).

Hayatımız boyunca ruh sağlığımız açısından karşılanması gereken ait olma, güvenlik, sevgi, özgürlük eğlence ve güç gibi bir takım önemli ihtiyaçlarımız vardır. Ömür boyunca bu gereksinimleri karşılamak için çabalarız. İnsanların sosyal varlıklar olmaları nedeniyle hem sevgi almaları hem de sevgi vermeleri gerekmektedir (Corey, 2008). Bu gereksinimlerimizi karşılayabilmek için aile ve arkadaş gibi diğer insanlara ihtiyacımız ortaya çıkmaktadır. Özetle evlilik doyumunun artırılması için çevresel destek ve sosyal ilişkiler önemlidir.

2.2.3.1.3. Sevgi-iletişim

Çiftler arasında hissedilir düzeyde karşılıklı sevginin, çiftlerin yeterli düzeyde birbirlerine bağlı olmalarının, eşlerin anne-baba olmalarının ve inançlar bakımından tatmin edici bir ilişki içerisinde bulunmalarının evlilik doyumuna katkısı olduğu

vurgulanmaktadır. Çiftlerin daha çok sözsüz olumlu mesaj kullanmalarının, birçok konuda aynı düşünceye sahip olmaları ve karşısındakini tasdik ettiğini belli etmelerinin, çatışmalar üzerinde daha çok tartışmalarının, eşlerin birbirlerini destekleyici davranışlar göstermelerinin, uzlaşmalarının, birbirlerine karşı daha az eleştirel olmalarının da evlilik doyumunda etkili olduğu ifade edilmektedir (Fitzpatrick, 1988).

2.2.3.1.4. Sınırlar -özgürlük

Evlilik doyumunu etkileyen bir diğer faktör, bireylerin evlilik öncesindeki ve evlilik dışındaki gibi özgür yaşayamamaları olabilir. Çünkü bireyin mutsuz olması, yaşamdan ve ilişkilerinden yeteri kadar doyum alamaması kendisini özgür hissetmemesinden ya da özgürlüğünün sınırlandığını hissetmesinden kaynaklanabilir. Evlilik öncesinde bireyler kendi kendine kimseyi düşünmeden, başkalarını hesaba katmadan kararlar alabiliyor ve yaşamlarını ona göre belirleyebiliyorken, evlilik sonrasında ortak yaşamı da dikkate alarak bir yaşam planı çizmek zorunda kalmaktadır. Bu düşünsel ve psikolojik baskıya ek olarak sahip olunan maddi kaynakların paylaşımı da farklı açıdan bireyin özgürlüğünü kısıtlamakta ve doyumsuzluğa zemin hazırlamaktadır (Çelik, 2015).

2.2.3.1.5. Sorumluluklar

Evlilikle birlikte bireylerin hem ilişkisel hem aileye yönelik sorumluluklarının oluşması eşlerin hem özgürlüğüne hem de yaşamının bazı yönlerine sınırlamalar getirmektedir. Bireyler bu artan sorumluluk karşısında stres yaşamaktadır. Evlilikte rutinleşen ilişki süreci içinde artan görev ve sorumluluklardan kaynaklı oluşan yorgunluk ve stres gibi durumlar bireyleri yıpratırken, eşlerin farkında olmadan ilişkilerinin de yıpranmasına, ilişki doyumsuzluğu ve evlilik doyumsuzluğu gibi durumlar yaşamalarına neden olmaktadır (Çelik, 2015).

2.2.3.1.6. Cinsel sağlık

Cinsel ilişkinin hem doğrudan hem de dolaylı olarak evlilik doyumuna önemli etkileri bulunmaktadır. Cinsel yaşamın istenilen ve beklenilen seviyede olması, eşlerin kaygıdan uzaklaşmalarına, çiftlerin birbirlerine daha yakın olmalarına, koruma, sıcaklık ve sevgi hisleri oluşturmalarına sebep olmaktadır. Cinsel ilişkide oluşabilecek

her türlü aksaklık ise, sevilmemeyle ilgili yaşanılan korku, doyum eksikliği, cinsiyet rollerini algılamada sorun, izolasyon, güçsüzlük, gerginlik, içe dönme, değersizlik hissi anksiyete, sıkılganlık gibi sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir. (Dokur ve Profeta, 2006). Eşlerin cinsel yaşamlarından doyum alamayıp cinsel ilişkilerini olumsuz algılama, çiftlerden birinin cinsel ilişkiye istekli olmaması, cinsel ihtiyaç ve beklentilerin eşlerden biri tarafından yeterli düzeyde karşılanamaması, evlilikte bireylerin cinselliğini algılamasında doyumsuzluk duygusunu hissetmesine neden olabilir.

2.2.3.2. Evlilik doyumuna ilişkin demografik faktörler

Literatür kapsamında evlilik doyumunu etkileyen faktörler değerlendirildiğinde cinsiyet, eğitim seviyesi, maddi durum, yaş, evliliğin süresi, çocuk sayısı gibi demografik etkenlerin evlilikten alınan doyuma etkilerine dair bulgular ortaya çıkmıştır. Bu bölümde bu demografik faktörler ayrı başlıklarda ayrıntılı olarak ele alınacaktır.

2.2.3.2.1. Yaş ve evlenme yaşı

Yaşa bağlı olarak, veriler de çelişkilidir. Şener (2002), yaş kriterinin erkek açısından da kadın açısından da evlilik doyumu ile anlamlı bir şekilde bağlantılı olduğunu vurgulamıştır. Araştırmasında evlenme yaşı yükseldikçe cinsiyet farkı olmaksızın evlilik uyum puanının yükseldiğini belirtmektedir. Genç yaşlarda evliliklerde, evlilikte eş görevini derin bir şekilde kavrayabilmek için uygun zaman olmayabilir. Daha küçük çağlarda evlenmeyi tercih eden kişilerin evlilik içerisinde memnun olmama haline daha az toleranslı olma olasılığı daha fazladır. Ayrıca yapılan araştırmalarda yaş değişkeni ile evlilik doyumu arasında bir ilişki olup olmadığı ölçülmüş, bulgularda farklı sonuçların olduğu görülmüştür. Tezer (1994)'e göre ilerleyen yaşla birlikte evlilik doyumu artmaktadır. Buna karşın yaş aldıkça evlilik doyumunda azalma yaşandığını bulgulayan araştırmalara da rastlanmaktadır (Taşköprü, 2013; Yıldız, 2018).

2.2.3.2.2. Gelir düzeyi ve meslek

Mesleki açıdan statüsü yüksek olan bireyler, orta ya da düşük mesleki statüsü olanlardan daha kaliteli hayat standartlarına sahiptir ve aynı şekilde eşleri ve kendileri

evliliklerinde daha verimli bir memnun olma haline sahiptir (Hoşgör, 2013). Maddi açıdan rahat olan evli kişilerin evlilik hayatlarında orta düzeyde ekonomik gelire sahip evli kişilere göre daha uyumlu yaşadıkları görülmektedir (Şentürk, 2013). Maddi geliri düşük ve orta düzey ekonomik şartlara sahip olan insanların, maddi geliri iyi olanlardan daha az eşlilik, birlikte olma hali, duygusal yakınlık ve evlilikte anlaşmazlıklar yaşadığı görülmüştür (Yüksel, 2013). Başka bir araştırma sonucu da evli insanlarda aylık gelir düzeyinin hiçbir katkısının olmadığını belirtti (Aktaş, 2009). Evlilikte anlaşmazlıkları azaltmanın ve kadınlarda evliliğe olan uyumu arttırmanın sebeplerinden biri yüksek ekonomik gelir seviyesidir. İletişim yetenekleri, evden elde edilen para miktarı arttıkça olumlu yönde etkilenir (Polat, 2006). Şener (2002), aylık gelir miktarında artış olduğu zaman evliliğe uyum sağlamada da bir artış yaşandığı söyleniyor. Kadınların bir işte çalıştığı evlilik hayatlarında uyum seviyesi yüksek olsa da emekli olmuş kadınlar için aynı şey geçerli değildir. Yapılan başka bir araştırmada, bir işte çalışan erkeklerin evlilik hayatına uyumunun çalışmayan erkeklere oranla düşük olduğu tespit edilmiştir (Gürsoy, 2004).

2.2.3.2.3. Evlilik şekli ve geçirmiş olduğu evlilik sayısı

Kahveci (2016), evlilik şekillerinin ve bireylerin görüş açılarına uygun eş tercihinde bulunmalarının birbirlerini anlama ve evliliğe uyum göstermede fayda sağladığını ifade etmiştir. Ayrıca yaptığı bir araştırmada görücü usulü ile evlilik yapan çiftlerin anlaşarak evlilik yapan çiftlere göre evlilik uyumu puanlarının daha yüksek olduğunu saptamıştır. Birbirlerini tanıyıp anlaşarak evlenen çiftler, görücü usulü olarak evlenen çiftlerle karşılaştırıldığında anlaşarak evlenen bireylerin görücü usulüne göre çift uyumu ve çift tatmini düzeyinin daha yüksek olduğu görülmektedir (Şendil ve Korkut, 2012). Yapılan evlilik sayısı temel alınarak yapılan çalışmalarda, (Bozkurt, 2014) ikinci evliliklerini gerçekleştiren kişilerin evlilik hayatından daha fazla memnun olduklarını, evliliğe uyumlarının daha çok arttığını belirtmiştir. Farklı bir çalışmada ise ikinci evliliklerinde eşler ilk evliliklerinden daha yüksek farkındalık düzeyine sahip ve daha titiz olurken ilk evliliklerinde yapılan yanlışları yapmamaya dikkat ederler (Uzel, 2015).

2.2.3.2.4. Çocuk sayısı

Türkiye'deki kişilerde 'çocuk yapılırsa evliliğin düzene gireceği' ve erkeği eve bağlayacağı inanışı yaygındır fakat evli insanlar arasında sağlıklı bir iletişim zemini oluşturulmazsa, ailede yetişecek çocuk aileden faydalanamaz, ancak çatışmalar kötü sonuçlar doğurabilir ve durumu derinleştirebilir (Baltaş ve Baltaş, 1998). Çocuk ailenin birleşmesinde fayda sağlayabilir ya da anne ve baba arasındaki gerilimi tetikleyebilir. Yapılan çalışmalarda çatışma anlarında asıl önemli olanın çocuk sahibi olmak değil de evlilik uyumunun daha önemli bir etken olduğu görülmektedir. Farklı bir çalışmada, çocuk sahibi olan eşlerin evlilik ve cinsel yaşamları üzerinde negatif etkisi olduğu belirtilmiştir (Uzel, 2015). Çocuğu olmayan çiftlerin birbirlerine karşı hissettikleri bağlılıklarının ve birbirlerine verdikleri desteğin evliliklerinde uyumu arttırdığına dair bir inanç vardır. Kadın ve erkek, çocuk sahibi olmadığında sorun yaratan alanlarda ve stresli hayat olaylarında azalma yaşanabileceği sonuç olarak da eşler arasındaki uyumu artırabileceği düşünülebilir. Araştırmada, çocuk sahibi olmayan ya da en fazla bir çocuğa sahip kişilerin, birden fazla çocuğu olan çiftlere göre evlilik uyumlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Çakmak-Tolan, 2015).

2.2.3.2.5. Evlilik süresi

Evliliğin süresi ile ilgili, evlilik doyumu üzerindeki etkileri hakkında çeşitli veriler mevcuttur. Bazı araştırma görevlileri bu durumun U biçiminde bir model izlediğini öne sürmektedirler. İlk etapta seviyesi yüksek olan evlilik doyumu, orta yaşlara doğru yol aldıkça azalır ve sonrasında tekrar eski seviyesine geri döner (Jose ve Alfons, 2007, akt. Uslu, 2022). Diğer yandan, başka araştırmacılar, ilk on sene evlilik doyumunun fazla olduğunu sonra ise azaldığı fikrini öne sürmüştür. Bu verilerin tersine evlilik süresinin Türklerdeki evli kişilerin evlilik doyumuyla olumlu bir ilişkisi olduğunu bulmuştur. Aile ile yakınlığın önemli olduğu ülkemizde yapılan evliliklerde aileye yeni üyelerin katılım sağlaması ile yeni evlenen bireylerin evliliğe alışmaları için belli zaman dilimine ihtiyaçları olabileceği belirtilmiştir. Böylece, çiftler zaman geçtikçe evliliklerine uyum sağlayacaklarından evlilikteki memnuniyet düzeylerinde artış görülebilecektir (Aktürk, 2006).

2.2.3.2.6. Cinsiyet

Literatürdeki merak edilen konulardan biri de cinsiyet unsurunun evlilik tatmininde mühim bir rolü olup olmadığıdır. Evlilik doyumu ile cinsiyet arasındaki bağlantıyla ilgili veriler çeşitlilik göstermektedir. Üncü, (2007) Demografik etkenlerin evlilik doyumuna etkisi olup olmadığını incelemiş ve erkeklerin kadınlara kıyasla daha yüksek seviyede evlilik memnuniyeti yaşadıklarını açıklamışlardır. Benzer açıdan, Aktürk (2006) ise Türk erkeklerinin evlilik yaşamlarını eşlerine kıyasla daha tatmin edici bulduklarını belirtmiştir. Çıkan sonuç cinsiyet açısından toplumun kadına biçtiği rol nedeniyle evde üstlenilen görev ve sorumlulukların erkeklere oranla daha fazla olması şeklinde açıklanmıştır. Bu sebeple, kadınlar evlilikte tatmin duygusunu, eşlerine oranla daha düşük seviyede yaşıyor olabilirler. Literatürde farklı sonuçlara ulaşan araştırmacılar da mevcuttur. Çağ ve Yıldırım, (2013) ile (Hamamcı, 2005) tarafından açıklanan veriler değerlendirildiğinde evlilikten hoşnut olma hali açısından erkekler ile kadınlar eşit sayılmıştır.

2.2.3.2.7. Eğitim seviyesi

Yaşa ve cinsiyete ilave olarak, bazı çalışmacılar tarafından eğitim seviyesi ile evlilik doyumu arasındaki bağlantı incelenmiştir. Türkiye'deki evli kişilerin eğitim seviyeleri ve evlilik doyumu ilişkisi değerlendirildiğinde değişkenler arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Başka bir ifadeyle, çiftlerin eğitim düzeyinde artış olunca, evlilik memnuniyetleri azalmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013). Üncü (2007) ise lise mezunu olan bireylerin evlilik doyumu düzeyinin yüksek, ilköğretim mezunu bireylerin en düşük, üniversite mezunu bireylerin ise orta düzeyde evlilik doyum düzeyine sahip olduğunu bulmuştur. Kurdek (1987)'in yaptığı bir çalışma ya göre de çiftlerin eğitim seviyelerinin artması ile kendilerini özgür hissettiklerini, ilişkiyi sorguladıklarını bu durumunun da evliliğin devamlılığı adına risk oluşturabileceğini ifade etmiştir (akt. Anar, 2011). Bu araştırmalarda da görüldüğü gibi eğitim düzeyinin artması ya da azalması durumunda bireylerin evlilikle ilgili tutum ve beklentilerinin birbirinden farklı olacağı söylenebilir.

2.3.Cinsellik

Tarih boyunca dünya üzerinde bazen zevk bazen korku nedeni olabilen cinsellik kendine özgü gizemiyle incelenmeye değer bir konu olmuştur. Cinsellik yalnızca cinsel organların fonksiyonu olmayıp bireylerin yaşama isteği ve varoluşudur (Bilen ve Topçuoğlu, 2008).

Cinsellik ve cinsel paylaşım yaşam kalitesini artıran önemli etmenlerden biridir. Cinsellik, cinsel doyumu ve iki insanın uyum içerisindeki beraberliklerini de kapsayan sosyal kurallar, değer yargıları, bireysel ve toplumsal tabularla belirlenmiş biyolojik, psikolojik ve sosyal etkileşimlerle şekillenen özel bir yaşantı olarak tanımlanabilir (Yılmaz, 2007).

2.3.1.Toplumsal cinsiyet rolleri ve evlilik süreçleri

Toplumsal cinsiyet kültürün etkilediği erillik ve dişillik olarak anlamlandırılan karakter özelliklerini ve buna göre sergilediği davranışları tanımlamaktadır. Kadınlık; çocuksu, kibar, sadık, şefkatli, diğerlerinin gereksinimlerine duyarlı, sıcak, utangaç, anlayışlı ve verimli olmak gibi birtakım özelikleri kapsar. Diğer yandan, erkeklerin taşıdığı özellikler kavgacı, hırslı, kendinden emin, rekabetçi, baskıcı, bağımsız olmakla ilgilidir (Eşkinat vd., 2013). Bununla birlikte, kadına ve erkeğe ait nitelikleri dört kategoride tanımlamış: Olumlu erkeklik-olumsuz erkeklik ve olumlu kadınlık-olumsuz kadınlık. Olumlu erkeklik nitelikleri, iş performansına özen göstermek, zeki olmak, yetenekli ve üretken olmaya çalışmak gibi başarı kriterleriyle ilgilidir. Diğer yandan, olumsuz erkeklik nitelikleri, "araçsal özellikler" ile ilişkilidir. (Baskın, sert, kendini beğenmiş ve bencil.) Pozitif kadınlık özellikleri, yardımcı, düşünceli, nazik, sıcakkanlı, anlayışlı olmak gibi ilişkilerin desteklenmesi yönünde hareket etmekle ilgilidir. Bununla beraber, olumsuz kadınlık özellikleri, bireyler arası ilişkilerde, ürkek, kararsız, saf, korkutucu ve itaat etme gibi sağlıklı olmayan özelliklerle bağlantılıdır (Koçyiğit, 2012).

Amato ve Booth (1995); toplumsal cinsiyet rollerini, kadınların daha çok evde vakit geçirip ev işleriyle meşgul olduğu geleneksel sınıf ile kadının da erkeğin de çalıştığı, evdeki sorumlulukları paylaştığı modern sınıf olarak adlandırdığı iki kategori belirtmiştir. Evlilik yaşamındaki uyumun belirlenmesinde cinsiyet rollerinin önemli bir etken olduğunu vurgulamıştır (akt. Bal, 2007).

2.3.2. Cinsel eğitimin önemi

Cinsellik ve cinsel yaşamla ilgili eğitimin önemi 20. Yüzyıl itibariyle vurgulanmaya başlanmıştır. Fakat Türkiye'de cinsel yaşam ile ilgili konular gerekli olmadıkça konuşulmamakta ve cinsel öğretimin insanlık için önemi de pek vurgulanmamaktadır. Cüceloğlu (1998)' na göre bilimsel açıdan cinsel durumları gözlemlemek ve üzerine araştırma yapmak oldukça zordur. Fakat Batı toplumlarında özgür bir şekilde konuşulduğu gibi Türk halkının da cinsel yaşamını özgürce ifade etmesi ve üzerine düşünmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Bu durum hakkında cinsel psikologların, gazete ve kitapların yani basın dünyasının önemi araştırılmıştır. Cinsel yaşamla ilgili yapılan çalışmaların tacize, tecavüze, istismara maruz kalma, gebelik, cinsel birliktelik yoluyla geçen hastalıklar, cinsel birlikteliğin nasıl olması gerektiği ile ilgili sınırlı bilgiler taşıdıkları görülmektedir. Bu durum çoğu gencin ilk cinsel beraberliğini güvenli olmayan ve risk barındıran bazı cinsel eylemler gerçekleştirdiğini göstermektedir (Ersanlı ve Kumcağız, 2016). Türkiye'de 28.650 genç katılımcının cinsellik dünyasını araştıran bir çalışmada, gençlerin 3'te birinin cinsel konular üzerine hiçbir bir bilgiye sahip olmadığı, bilgiye sahip olan gençlerinde öğrendikleri bilgilerin %43'ünü öğrenim gördükleri okuldan, bazıları gazete, dergi ya da televizyondan ve %11'inin de ebeveynlerinden öğrendiği belirlenmiştir. Ergen katılımcıların 10 tanesinden 9'u aile planlaması metodunu bilmediklerini açıklamıştır. 10 katılımcıdan 4'ü evlenmeden önce erkeklerde cinsel birlikteliğe olumlu cevap verirken, 10 katılımcıdan 1'i evlenmeden önce kızlarda cinsel birlikteliği olumlu karşıladıklarını belirtmişlerdir. Kızların çoğu evlilik öncesi cinsellik yaşama düşüncesine olumlu yaklaşmıştır (Yıldırım, 2008).

Tıp Fakültesinde yapılan bir araştırmada, örneklem grubu olarak seçilen 1. Sınıfta öğrenim gören 500 öğrenciye cinsellik üzerine eğitim verilmediği belirlenmiş ve cinsel eğitimin daha küçük yaşlarda verilmesinin gerekli olduğu ifade edilmektedir (Özuğurlu, 2013). Anneleri ve babaları tarafından çocuklarına öğretilen cinsellik öğretimi üzerine yapılan bir araştırmada, gençlerin cinsellik hakkında ilk bilgileri arkadaşlarından duydukları ve bu bilgilerin de yeterli gelmediği, ebeveynlerin bir kısmının da cinsellik üzerine konuları çocukları ile açık bir şekilde paylaşamadığı ve cinsellik konusunda uzman desteği almadığı gözlemlenmiştir (Eroğlu ve Gölbaşı, 2005).

Ebeveynin çocuğuna ergenlik dönemindeki problemleriyle baş etmek ya da çözmek adına soruna yönelik bilgiyi kavrayabileceği şekilde aktarmalıdır (Kulaksızoğlu, 2015). Cinsellik dürtüsünü denetim altında tutmak tüm toplumlara özgü bir durumdur. Bununla beraber, Koptagel, (1984) bireyler üzerinde uygulanan katı kuralların, sapma davranışını güçlendireceğini belirtmektedir. Evlilik öncesi cinsellik yaşayan erkeklerin oranı %99 iken, kadınlar için bu oran %50 civarıdır. Yanlış öğretilen cinsel bilgiler yüzünden ergenlik döneminden sonra kızlar bekâretini korumak amaçlı bazı erkeklere karşı saldırgan tutum ve davranış geliştirmekte erkekleri bir tehlike olarak görebilmektedir. İnsanın bağlanma, hoşlanma ve cinsel yönünün farkında olması çocukluk çağında, kişinin cinsel kimliğini anlaması ve kabullenmesi bakımından büyük önem taşır. Yetişkinlik döneminde verilen eğitimlerde fizyoloji, anatomi ve insan bedenini nasıl etkilediği üzerine bilgilendirme yapılmalıdır. Ayrıca, evlilik öncesi yaşanacak cinselliğin kişisel ve toplumsal etkileri, bireylere öğretilmelidir (akt. Bilen ve Topcuoğlu, 2008).

Ülkemizde cinsel yaşamla ilgili eğitim verilmesinin önemi tartışılmadığından ebeveynler ve bu konuda eğitim verebilecek kişiler nasıl bir yol izleyecekleri konusunda fikir sahibi değillerdir. Cinsellikle ilgili yanlış bilgiler gelecek yaşamda ruhsal problemlere ya da sapkın davranışlara yol açabilir. Anne ve babaların cinselliğe yaklaşımları gizli kalması, konuşulmaması, kaçınılması gereken bir durum olduğu şeklindeyse çocuk cinsellikle ilgili yaşadığı duygularda kendini suçlu hisseder. Cinsel duyguların kötü ve günah olduğu algısı bilinçdışında yerini alır. Bu inançta büyüyen kişi cinsel hayatını utanılması gereken bir durummuş gibi algıladığından evliliğinde mutlu, huzurlu ve sağlıklı bir ilişkide bulunamaz (Yavuzer, 1999).

2.3.3. Cinsel doyumun tanımı ve boyutları

Dünya Sağlık Örgütü'nün (2002) yaptığı tanımlamaya göre cinsel doyum, bireylerin yaşadıkları hazza eşlik eden ruhsal, sosyal ve duygusal iyi oluşu kapsamaktadır. Rosen vd., (2000), cinsel doyumu, cinsel ilişki sürecinde duygusal yakınlık, cinsel ilişkiden alınan doyum ve cinsel yaşamın bütününden alınan doyum olarak tanımladıkları görülmektedir.

Genel olarak cinsel doyum, evli çiftlerin ilişkilerinde cinsel deneyimleri ile ilgili öznel değerlendirmeleri ile hem fiziksel hem de psikolojik uyarılmaların

harmanlanması sonucudur (Frank vd., 1986). Bu yüzden cinsel doyumun, cinselliğin psikolojik yönüyle ve duygusallıkla kuşatılmış çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu düşünülebilir. Birinci düzey fiziksel ve psikolojik heyecanlanmaları, tepkileri ve bireyin cinselliğe yönelik tutumunu kapsamaktadır. İkinci düzey yakın ilişkilerdeki kişiler arası dinamiklerle ilgilidir. Üçüncü düzey ise cinsellik üzerindeki sosyokültürel etkileri kapsamaktadır. Bu çerçevede cinsel doyumu etkileyen faktörlerin çok kapsamlı olduğu söylenebilir.

Cinsel hayatın evlilik ilişkisindeki yerinin önemi ve bunun geniş kapsamlı doğası ile birlikte incelendiğinde, cinsel yaşamdaki doyumu etkilediği gösterilen etkenlerin araştırılması önemlidir. Cinsel doyum ile ilişkili birtakım değişkenler mevcuttur. Bu değişkenler şu şekilde sıralanabilir:

2.3.3.1. Yakınlık

Kakabadse (2004), yakınlığın duygusal, yaşantısal, fiziksel ve bilişsel olmak üzere dörde ayrıldığını ifade etmektedir. Duygusal yakınlık belli bir süreden sonra oluşan güven düzeyiyle birlikte gelişen kişisel bağların kurulmasıdır. Yaşantısal yakınlık bireylerin farklı tutum ve düşüncelere sahip olmalarına rağmen ortak faaliyetlere katılabilmeleri ve bu paylaşımlardan haz duyabilmeleridir. Fiziksel yakınlık sarılmayı, okşamayı, dokunmayı, öpmeyi ve cinsel aktiviteleri içine alan tensel yakınlıktır. Bilişsel ya da entelektüel yakınlık çiftlerin düşüncelerini ifade ettiklerinde, farklı veya benzer olsun bu fikirleri eğlenceli bulmaları sonucunda ortaya çıkan yakınlıktır (akt. Çelik, 2012).

2.3.3.2. İletişim ve cinsel doyum

Cinsel doyuma etki eden önemli faktörlerden diğeri de iletişimidir. Bireylerin cinsel yönden kendilerini rahat bir şekilde ifade etmeleri için eşleriyle arasında açık ve anlaşılır bir iletişimin olması gerekmektedir. Bireylerin sağlıklı bir cinsellik yaşamaları ve ilişkilerinin sürekliliğini sağlayabilmeleri adına cinsel yaşamları hakkındaki düşüncelerini, ihtiyaçlarını, beklentilerini, duygularını ve tercihlerini eşlerine aktarabilmeleri önemlidir. Cupach ve Metts (1991) ilişkideki iletişim şeklinin, ilişkinin durumunu yansıttığını ve anlaşabilmek için sağlıklı bir iletişimin zorunluluğunu belirtmektedir. Bu konuda yaptıkları araştırmalarda cinsel iletişimden elde edilen doyumun eşlerin cinsel tutumlarındaki benzerlik ile cinsel doyum

arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini belirtmektedir. Ayrıca bu ilişkinin kadınlarda erkeklerden daha güçlü olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak cinsel iletişimin, cinsel doyumla pozitif ilişkili olduğunu iddia etmektedirler (akt. Çelik, 2015).

2.3.3.3. Cinsiyet

Cinsiyet farklılıkları da eşlerin cinsel doyum düzeyini etkileyebilmektedir. Çünkü hem çevresel hem de genetik faktörler kadınlarla erkeklerin kendine has özellikler geliştirmesine neden olmaktadır. Bireylerin cinsel doyuma ulaşabilecekleri etmenleri bu özellikler belirleyebilmektedir. Örneğin bu durumu duyguların paylaşımı açısından düşünürsek, kadınlar duygularını daha rahat ifade edip diğer insanlarla daha samimi daha sıcak ilişkiler kurabilirken erkekler duygularını bastırmayı daha mesafeli ilişkiler kurmayı tercih edebilmektedir. Burada bireysel farklılıklara dikkat etmek gerekir (Çelik, 2015).

Malherbe (2001) ise cinsel davranışlarla ilgili ihtiyaç ve beklentileri cinsiyet açısından değerlendirmiş, kadınların cinsel ilişki öncesinde eşlerinden duygusal yakınlık görmek isterken, erkeklerin duygusal yakınlığı ilişki öncesinde değil cinsel ilişki sürecinde istediğini ifade etmektedir. Bu durum kadın ve erkek arasındaki beklentilerde dengesizliklere yol açabilmektedir. Cinsiyetten kaynaklı bu dengesizlik hem bireylerin cinsel doyumsuzluk yaşamasına hem de doyumsuzluğa neden olabilecek çatışmalara zemin hazırlamaktadır (akt. Çelik, 2015).

2.3.3.4.Eşitlik

Sosyopolitik alanda bireylerin cinsel eşitsizlikten doğan sonuçlara maruz kalması insanların birbirlerine olan yakınlaşmasını etkileyebilir. Burada önemli olan nokta cinsel etiket ve cinsel bakış açısıdır. Toplumdaki cinsiyet rollerinin hem yakın hem cinsel ilişkilere etkisi birçok araştırmaya konu olmuştur. Cinsel etiket ile toplumsal cinsiyet rollerinin psikolojik iyi oluş seviyesini düşürdüğü hem bireylere hem de ilişkiye zarar verdiği görülmektedir. Kişilik özellikleri, cinsel tutum ve davranışları toplumun büyük çoğunluğundan farklı olan bireylerin toplumsal kurallara uygun davranışlar sergileyememeleri ve ilişkiler kuramamaları toplum tarafından dışlanmalara, bireylerin utanç, suçluluk, yetersizlik, değersizlik ve başarısızlık gibi

bireyin kendine yönelik olumsuz duygu ve düşünceler geliştirmesine kendisine engel koymasına ve cinsel doyumsuzluğa neden olabilir. Diğer taraftan kadın ve erkeğin arasındaki ilişkide eşlerin eşitlikçi tutum ve davranışlar sergilemeleri cinsel doyum düzeylerinin yüksek olabilmesi için oldukça önemlidir. Sonuç olarak bireyler kendilerinin psikolojik, fiziksel şiddet gibi mağduriyet yaşadıklarını depresyonun, öfkenin, utancın, suçluluğunun eşlik ettiği kırıcı ve adaletsiz bir muameleye uğradıklarını hissederlerse, bu durumun cinsel ilişkilerine zarar verebileceğini belirtmektedir (Horne vd., 2006; Cohn, 2003; akt. Çelik 2015).

2.3.3.5.Cinsel beklentiler, cinsel istekler

Cinsel beklentiler bireylerin davranışlarını, ilişkilerini ve duygularını kapsayan cinsel benlikleri hakkındaki inançlarıdır (Savin-Williams ve Diamond, 2004, akt. Çelik, 2015). Beklentilerin cinsel doyum üzerindeki etkisinde cinsiyet değişkeni de belirleyici olabilmektedir. Örneğin yapılan bir araştırmada kadınların cinsel doyum düzeyinin erkeklerin cinsel doyum düzeyinden daha yüksek olduğu saptanmıştır (Renaud vd., 1997, akt. Çelik, 2015). Burada kültürel faktörlerin önemi ortaya çıkmaktadır. Çünkü bazı toplumların sahip olduğu kültürel değerler, bireylerin kendilerini cinsel açıdan ifade edebilmelerini engelleyebilmektedir. Beklentiyle birlikte cinsel arzunun da cinsel doyumu artırdığını belirten araştırmalarda vardır. Ama bazen cinsel arzunun fazla olması, eşler arasında cinsel ilişkilerini kapsayan konularda çatışma yaşamalarına ve cinsel doyumlarının düşmesine sebep olabilir. Çünkü cinsel arzu, her iki eş tarafından eşit düzeyde ya da eşit düzeye yakın hissedildiği zaman cinsel doyumu arttırabilir. Diğer taraftan eşlerden birinin cinsel arzuları fazla iken diğerinin az olması cinsel ilişkilerinde zaman zaman problemlerin yaşanmasına sebep olabilir. Bu sorunlar; cinsel arzu düzeyi düşük olan eşin kendini yetersiz hissetmesine, kendini kullanılıyormuş hissetmesine, zorla ilişki yaşamasına, eşler arasında tacizin yaşanmasına, aldatmaların yaşanmasına ve boşanmalara sebep olabilir. Bu yüzden eşler arasındaki cinsel arzu ve çekiciliğin dengeli olması hem cinsel doyum hem de sağlıklı cinsel yaşam için önemlidir (Çelik, 2015).

2.4. Konu ile İlgili Türkiye'de ve Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

Evli çiftlerde evlilik doyumu ve cinsel doyumun yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi hedeflenen bu araştırma kapsamında literatürde yer alan hem Türkiye'deki hem de yurtdışındaki araştırmacıların yapmış olduğu, evlilik doyumu, cinsel doyum ve yaşam doyumu ile ilişkili çeşitli çalışmalara yer verilmiştir.

2.4.1. Evlilik doyumuyla ilgili yapılan araştırmalar

Tuzcu (2017)' nun İstanbul'da ikamet eden 125 kadın ve 125 erkek olmak üzere 250 evli bireyle yaptığı kişilik özelliklerinin evlilik doyumuna etkisini araştırdığı çalışmasında, nevrotizm ve evlilik doyumu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Diğer yandan sorumluluk, dışa dönüklük, deneyime açıklık kişilik özellikleri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır.

Evlilik doyumuna etki eden bireysel ve ilişkisel değişkenlerin ele alındığı başka bir çalışmaya Ankara ilinde yaşamını sürdüren gönüllü bireyler katılmıştır. Çalışma grubu 448 kadın 363 erkek evli birey oluşturmaktadır. Çalışmada yaş farkı, cinsiyet, çocuk sayısı, gelir düzeyi, eş desteği, eğitim düzeyi, cinsel yaşam memnuniyeti, ev içi sorumluluklarının paylaşımı değişkenleri ile evlilik doyumu arasında bir ilişki olup olmadığı ölçülmek amaçlanmıştır. Ulaşılan sonuçlara göre öncelikle çiftlerin algıladıkları eş desteği, cinsel yaşam tatmini ve eğitim seviyeleri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Çağ ve Yıldırım, 2013).

Tutarel-Kışlak ve Göztepe (2012) depresyon, duygu dışavurumu ile evlilik uyumu ilişkisini incelemeyi amaçlamışlardır. Bu amaç doğrultusunda çalışmaya katılan 102 kadın ve 65 erkekten oluşan evli bireylere Beck Depresyon Ölçeği, Evlilik Uyum Ölçeği, Duygu Dışavurum Ölçeği uygulanmıştır. Bulgulara bakıldığında evlilik uyumunun Duygu Dışavurum Düzeyi Ölçeği/Duygusal Tepki alt ölçek puanları ile arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Üncü (2007), duygusal zekânın evlilik doyumu ile ilişkisini incelediği çalışmasını İstanbul ve Yozgat illerinde yaşayan evli bireyler üzerinde yapmıştır. Araştırmada Yozgat ilinde ikamet eden 237, İstanbul ilinde ikamet eden 229 evli katılımcı yer almıştır. Katılımcılara Duygusal Zekâ Ölçeği ile Evlilik Yaşam Ölçeği

uygulanmıştır. Çalışma sonucunda; bireylerin duygusal zekâlarını kullanma düzeyleri ile evlilik doyum düzeyleri arasında anlamlı ve olumlu yönde bir ilişki olduğu, eşlerin duygusal zekâ seviyeleri arttıkça evlilik doyum düzeyinin de arttığı görülmüştür.

Baron (2007), evlilik ilişkisinde öfke ve evlilik uyumuna etkisini incelemiştir. Örneklem grubunu oluşturan 122 evli bireye çatışma ve destek süreçleri ile, evlilik uyumunu ölçmeyi amaçlayan ölçekler uygulanmıştır. Sonuçta, düşmanca tutumların ve öfke davranışlarının evlilik çatışmasına etki ettiğini, öfkeli davranışların düşmanca bilişlerden daha fazla yordayıcı olduğu ve evlilik uyumunu düşürdüğünü ortaya konmuştur.

Segrin vd., (2009) evli çiftlerin evlilik doyumu ile yaşadıkları çatışmayı değerlendirmeleri arasındaki ilişkiyi ele aldığı araştırmasında 194 evli bireyle çalışmıştır. Bulgulara göre eşlerin çatışma sürecindeki algı ve davranışlarıyla, evlilik doyumları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.

2.4.2.Cinsel doyumla ilgili yapılan araştırmalar

Vural (2007) evlilik öncesinde bireylere verilen cinsel danışmanlığın çiftlerin cinsel doyum düzeylerine etkisini incelemek amacıyla bir çalışma yapmıştır. Araştırmaya İzmir ilinde yaşayan 71 çift katılmıştır. Katılımcılara Sosyodemografik Bilgi Formu, Cinsel Mitler Değerlendirme Formu, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği, Evliliğe Yönelik İnanç ve Tutumlar Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonuçları, bireylerin yaş, gelir ve eğitim düzeyinin, cinsel doyumu yordadığını saptamıştır. Ayrıca, bulgulara göre evlenmeden önce cinsel eğitim programına katılan kadın ve erkeklerin, eğitim almayan kadın ve erkeklere göre cinsel doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Butzer ve Campbell (2008) bağlanma stillerinin cinsel doyuma etkisini araştırmıştır. Çalışma Kanada da yaşayan 116 evli bireyle yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre, güvenli bağlanma stiline sahip eşlerle evli olan bireylerin kaçıngan ve kaygılı bağlanma stiline sahip eşlerle evli olan bireylere oranla cinsel doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Timm ve Keiley (2011) cinsel iletişim, cinsel öz farkındalık, bireylerin bağlanma stilleri, evlilik doyumu ile cinsel doyum arasındaki ilişkiyi ölçmek adına Hindistan'da

yaşamını sürdüren 205 evli katılımcı üzerinde bir araştırma yapmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, öz farkındalık değişkeninin cinsel doyum ile evlilik doyumunu yordamadığı, bununla birlikte cinsel iletişimin, cinsel doyum ile evlilik uyumunu olumlu yönde yordadığı bulunmuştur. Diğer yandan, güvenli bağlanma stili ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu ancak güvenli bağlanma stili cinsel doyum arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı saptanmıştır.

Babin (2012)'in yaptığı bir çalışmada cinsel doyum ile iletişim değişkenleri ele alınmıştır. Cinsellikteki sözlü ya da sözsüz iletişimin cinsel doyuma etkisini belirlemek amacıyla, Amerika'da yaşayan 207 kişi üzerinde çalışma yapılmıştır. Bulgulara göre, eşlerin, iyi iletişim yeteneği ve iletişim kurmaya istekli olması, bireylerin cinsellik konusunda kendine olan güveninin artmasına sebep olurken cinsel doyumu da artırmaktadır.

Arslan (1996), tarafından yapılan çalışmada evli bireylerin cinsel doyumları bireysel ve ailesel özellikler ile cinsel tutum değişkenlerine göre incelenmiştir. Çalışmanın örneklemi, Ankara ilinde yaşayan 513 evli katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların 308'i kadın ve 205'i erkek olmak üzere tamamı çeşitli devlet dairelerinde çalışan bireylerden seçilmiştir. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu ile bireylerin cinsel doyumlarını ölçmek amacıyla Golombock Rust Cinsel Doyum Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen veriler değerlendirildiğinde katılımcıların cinsel doyum düzeyleri bireysel ve ailesel özelliklerine, cinsellikle ilgili tutumlarına göre farklılık göstermektedir. Ayrıca evli kadınların evli erkeklere oranla cinsel doyum düzeylerinin daha düşük olduğu gözlenmiştir.

Eroğlu (2017), kadınlarla yaptığı bir araştırmada, evliliklerini 20 yaş ve altı yapmış olan kadınlarla evliliklerini 20 yaş ve üstü yapmış kadınların evlilik uyumlarını, yaşam doyumlarını ve cinsel doyumlarını incelemiştir. Araştırma İstanbul ilinde yapılmış olup çalışma 100 kadın üzerinde yapılmıştır. Katılımcılara, Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği, Evlilik Uyumu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; kadınların yaş artışıyla birlikte cinsel doyum seviyelerinin de artış gösterdiği bulunmuştur.

2.4.3.Yaşam doyumu ile ilgili yapılan araştırmalar

Yıldız ve Baytemir (2016), evli bireylerin benlik saygısının evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracı rolünü incelemiştir. Araştırma Adıyaman ilinde yapılmış olup çalışma grubunu, 123 kadın, 171 erkek evli katılımcı oluşturmuştur. Veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Evlilik Yaşam Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma bulguları, evlilik doyumu ile benlik saygısının ilişkili olduğunu, yaşam doyumun ise önemli belirleyicilerinden olduğunu göstermiştir. Ayrıca araştırma sonucunda, benlik saygısının yaşam doyumu ile arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Çelik ve Tümkaya (2012) çalışma grubu olarak öğretim görevlisi 40 kadın ve 79 erkek olmak üzere toplam 119 evli bireyin iş değişkenleri ile evlilik uyumu ve yaşam doyumu ilişkisini incelemiştir. Araştırmaya katılan bireylere demografik bilgi formu, yaşam doyumu ölçeği ile evlilik uyumu ölçeği uygulanmıştır. Bulgular incelendiğinde cinsiyete göre evlilik uyumu ve yaşam doyumu düzeylerinin anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır.

Erdinç (2018) İstanbul'da ikamet eden 232 kadın ve erkek katılımcıyla yaptığı araştırmada, yaşam doyumu ile evlilik uyumu ilişkisini basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile incelemiştir. Bulgulara göre bireylerin evlilik uyumu düzeyleri yükseldikçe yaşam doyumu düzeylerinin yükseldiği görülmüştür.

Arslan (2017) ise ebeveyn kaybı yaşamış çocukların duygusal zekâ düzeylerinin yaşam doyumlarına etkisini incelemiştir. Çalışmayı İstanbul ilinde yaşayan 74 kadın ve 78 erkek olmak üzere 152 bireyle gerçekleştirmiştir. Bu çalışmasında ebeveyn kaybı ile büyüyen bireylerde duygusal zekânın yaşam doyumuna anlamlı katkısının olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Demirel (2018) bağlanma stillerinin yaşam doyumu ile ilişkisini incelediği araştırmasında kaygılı ve kaçıngan bağlanma stillerinin yaşam doyumunu yordamadığını saptamıştır. Aynı araştırmada evli olmayan bireylerin evli bireylere göre yaşam doyum düzeyinin daha düşük olduğu sonucuna varmıştır.

Güngör'ün (2019), evli bireylerde bağlanma boyutlarının yaşam doyumuna etkisini incelediği araştırmasında örneklem grubunu Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden 259 kadın ile 115 erkek olmak üzere 374 evli birey oluşturmaktadır. Veriler kartopu örnekleme yöntemi kullanılarak elde edilmiştir. Yapılan bu çalışmada katılımcılara, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YIYE II), Evlilik Doyum Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Bulgulara göre; bağlanmaya ilişkin hem kaygı hem de kaçınma boyutlarının yaşam doyum düzeyini düşük düzeyde yordadığını ve cinsiyet değişkenine göre aralarında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

3. YÖNTEM

Bu bölümde, araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analizine ilişkin bilgiler üzerinde durulmuştur.

3.1. Araştırmanın Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Türkiye'nin Zonguldak ilidir. Araştırmanın örneklemini ise Zonguldak ilinde yaşamını sürdüren 20-45 yaş arası 200 evli birey oluşturmaktadır. Örneklem belirleme yöntemi olarak Kartopu örnekleme kullanılmıştır. Kartopu örnekleme tekniği ise araştırmacının yeterince veri elde edilebilecek kişilerle birlikte kritik durumlara odaklandığı ve araştırmacı tarafından bu kişi veya kritik durumlar vasıtasıyla evreni temsil edebilecek örneklem grubuna ulaşıldığı örnekleme tekniğidir (Creswell, 2014). Araştırmada yapılan incelemede örneklemin evreni temsil düzeyi, 1.tip hata oranı %5, güven düzeyi %95 olarak belirlenmiştir.

3.2. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak Sosyo-demografik Bilgi Formu, Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği, Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği ve Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizi için SPSS paket programından faydalanılmıştır. Sosyo-demografik Bilgi Formunda katılımcılara kişisel ve demografik bilgilere yönelik sorular yöneltilmiştir. Sorulan değişkenler katılımcıların yaşı, evlilik yılı, çocuk sayısı, eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzeyidir. Sorular EK 2'da ifade edilmiştir.

3.2.1. Sosyo-demografik bilgi formu

Araştırmanın yürütümünde kullanılan sosyo-demografik bilgi formu, araştırmaya katılanların demografik özelliklerinin belirlenmesi amacı ile hazırlanmıştır. Bu kapsamda hazırlanan demografik bilgi formu; cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, gelir düzeyi, çocuk sayısı ve evlenme şekli sorularından oluşmaktadır.

3.2.2. Yenilenmiş çift uyum ölçeği

Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği (YÇUÖ), Spanier (1976) tarafından geliştirilen 32 maddeden oluşan Çift Uyum Ölçeği'nin Busby ve ark. (1995) tarafından yeniden düzenlenerek 14maddeye indirgenmiş son halidir. YÇUÖ'ni Bayraktaroğlu ve Çakıcı (2017) yaptıkları çalışma ile ölçeğin psikometrik değerlerini hesaplayarak ölçeği Türk kültürüne uyarlamışlardır. Bu çalışma sonunda ölçekteki maddeler aynen kalsa da alt ölçeklerde toplanan maddelerde değişiklik olmuştur. Busby ve ark. (1995)'nın faktör analiz sonuçlarında 1., 2., 3., 4., 5. ve 6. maddeler doyum faktörüne, 7., 8., 9., 10. maddeler uzlaşım faktörüne ve 11. 12. 13. 14. maddeler ise görüş birliği faktörüne ait olduğu belirlenirken, Bayraktaroğlu ve Çakıcı (2017) faktör analizi sonucunda doyum faktörüne 7., 9., 11., 12., 13., uzlaşım faktörüne 1., 2., 3., 4., 5., 6., görüş birliği faktörüne 8., 10., 14. Maddelerin ait olduğunu bulmuşlardır. Ölçek, evlilik ya da benzer ikili ilişkilerin "ilişki kalitesini" değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin 7. 8. 9. 10. maddeleri ters puanlanmaktadırlar. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 70 puandır, alınan puan ilişki kalitesini göstermektedir. Üç alt boyutlu orijinal ölçeğin YÇUÖ'nin Cronbach alfa katsayısı toplam puan, doyum, uzlaşım, görüş birliği alt ölçekleri için sırasıyla .87, .80, .80, .74'dir. Ölçeğin ölçüt-bağımlı geçerliliği için kullanılan Evlilikte Uyum Ölçeği ile korelasyonu pozitif yönde .68 ($p<0.01$) olarak hesaplanmıştır (Busby ve ark. 1997). Bayraktaroğlu ve Çakıcı (2017)'nın çalışmasında Cronbach alfa katsayısı ölçek ve alt boyutları için .73- .82 arasında bulunmuştur. Düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları ise .380- .711 arasındadır. Sonuçlar bir bütün olarak değerlendirildiğinde Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir bir araç olduğu görülmektedir (Bayraktaroğlu ve Çakıcı 2017).

3.2.3. Golombok rust cinsel doyum ölçeği

Rust ve Golombok (1983) tarafından geliştirilen Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ), cinsel ilişkinin niteliğini ve cinsel işlev bozukluklarını değerlendirmeye yönelik bir ölçme aracıdır. Elde edilen toplam puan cinsel işlevlerin

niteliği ile ilgili genel bir fikir vermekte, alt boyut puanları ise ilişkinin çeşitli yönleri ve tanı hakkında daha detaylı bilgiler ortaya koymaktadır (Tuğrul, Öztan ve Kabakçı, 1993).

Ölçeğin kadın ve erkek için hazırlanmış ve her biri 28 maddeden oluşan iki ayrı formu bulunmaktadır. Bu formlarda 5'i ortak olmak üzere 7 alt boyut yer almaktadır. Her iki formda ortak olan alt boyutlar; kaçınma, doyum, iletişim, dokunma ve ilişki sıklığı alt boyutlarıdır. Kadın formunda vajinismus ve orgazm bozukluğu (anorgazmi), erkek formunda ise erken boşalma (prematür ejakülasyon) ve empotans (erektil disfonksiyon) alt boyutları bulunmaktadır. Ayrıca her iki formda da bu alt boyutlar dışında kalan ancak cinsel ilişkinin niteliği ile ilgili dört madde yer almaktadır. Güvenirlik çalışmalarında tek tek maddelere göre yapìlan analizlerde, madde toplam korelasyon katsayıları sorunlu ve sorunsuz erkeklerde-0.04 ile 0.76 arasında, sorunlu ve sorunsuz kadınlarda 0.18 ile 0.74 arasında değişim göstermiştir. Toplam puan açısından erkeklerde Cronbach alfa katsayısı 0.92, kadınlarda 0.91 olarak saptanmıştır.

3.2.4. Yetişkin yaşam doyumu ölçeği

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlaması Köker (1991) ve Yetim (1993) tarafından yapılmıştır. YYDÖ'de 1 tanesi tersine çevrilmiş (reverse) olmak üzere toplam 21 madde bulunmaktadır. Ölçek Likert tipi, beşli derecelendirmeli (1=Hiç uygun değil, 2=Uygun değil, 3=Kısmen uygun, 4=Uygun, 5=Tamamen uygun) olarak tasarlanmıştır.

YYDÖ'den alınabilecek puan 21 ile 105 arasında değişmektedir. YYDÖ, beş faktörlü bir yapı içermektedir ve birinci faktör, genel yaşam doyumu (1, 2, 3, 4, 5 ve 6. maddeler); ikinci faktör, ilişki doyumu (7, 8, 9, 10 ve 11. maddeler); üçüncü faktör, benlik doyumu (12, 13, 14 ve 15. maddeler); dördüncü faktör, sosyal çevre doyumu (16, 17 ve 18. maddeler); beşinci faktör, iş doyumu (19, 20 ve 21. maddeler) olarak adlandırılmıştır. Kaba vd. (2017) tarafından geliştirilerek geçerlilik güvenilirlikle ilgili çalışmaları yapılmıştır. Güvenilirlik çalışmalarında YYDÖ'deki toplam 21 maddenin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .89 olarak hesaplanmıştır. Boyutların kendi aralarındaki cronbach alfa katsayıları incelendiğinde ise, 6 sorudan oluşan genel yaşam boyutu için 0.849, 5 sorudan oluşan aile ve arkadaş ilişkileri için 0.849, 4 sorudan oluşan benlik doyumu için 0.774, 3 sorudan oluşan yakın çevre doyumu için 0.737, 3

sorudan oluşan iş ve meslek doyumu için ise cronbach alfa katsayısı 0.867 olarak belirlenmiştir.

3.3. Verilerin Toplanması

Araştırmada verilerin toplanması online anket uygulaması yoluyla gerçekleştirilmiştir.

Araştırma kapsamında öncelikle veri toplama araçları ile ilgili T.C. İstanbul Topkapı Üniversitesi Etik Kurulunun onayı alınmıştır. sonrasında Zonguldak ilinde yaşamını sürdüren 20-45 yaş arası katılımcılara Google form kullanılarak online olarak ulaşılmıştır. Uygulama içerisinde gerekli tüm bilgiler katılımcılara sunulmuştur. 208 katılımcıya ulaşıldıktan sonra anket uygulaması sonlandırılmıştır. Araştırma şartlarını sağlamayan 8 adet anket formu elenmiş ve 200 adet anket formu değerlendirmeye alınmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

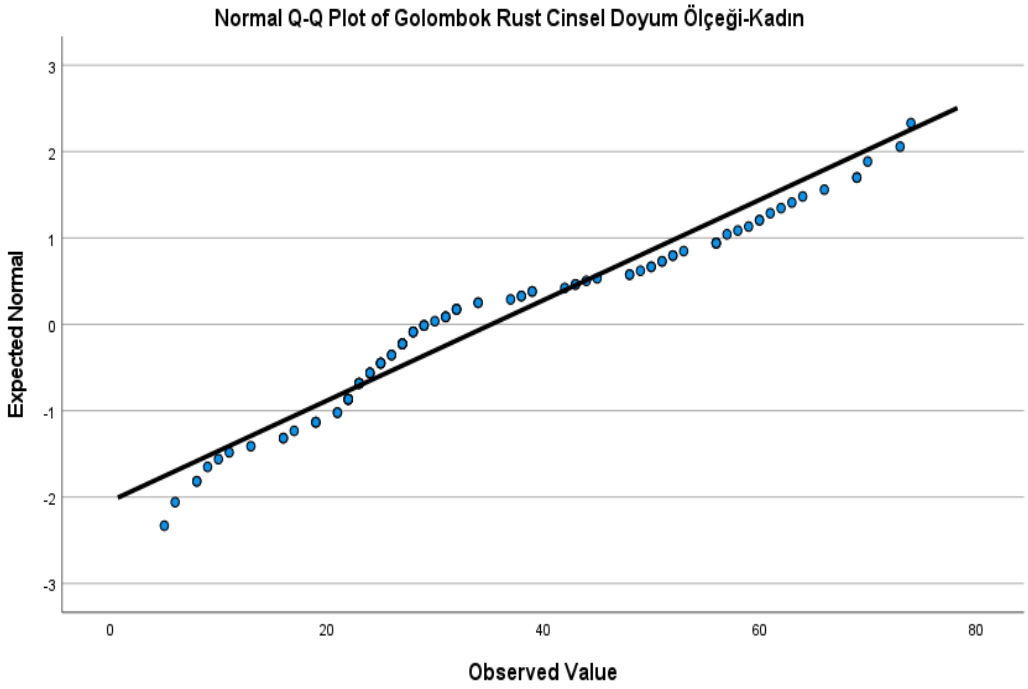
Bu çalışmada, SPSS 27 yazılımı kullanılarak tüm istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir. Öncelikle, ölçeklerin normal dağılım sergileyip sergilemediği üzerine bir inceleme yapılmıştır. Bu inceleme sürecinde, ölçeklerin basıklık ve çarpıklık katsayılarının, -2 ile +2 arasındaki referans aralığını karşıladığı gözlenmiştir. Elde edilen tüm bu sonuçlar, bu araştırmada parametrik istatistiksel testlerin kullanılmasının uygun olduğunu göstermektedir.

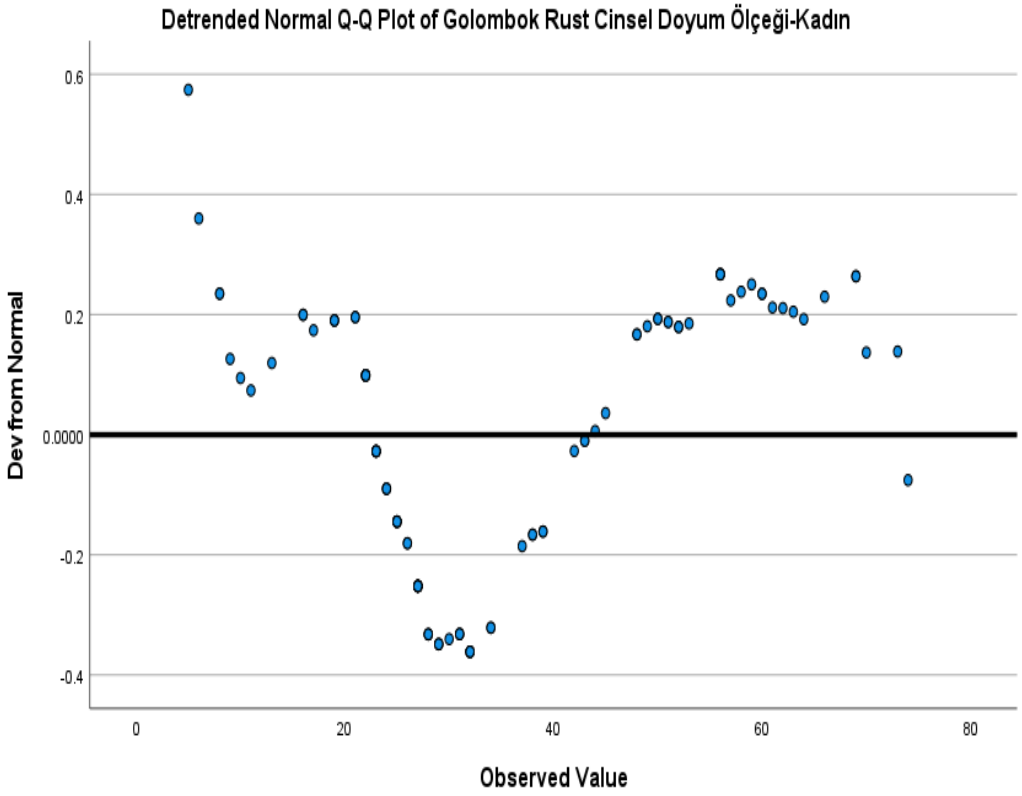
Ölçekler arasındaki korelasyon düzeyi ve yönü, Pearson Korelasyon analizi kullanılarak incelenmiştir. Ayrıca, ölçeklerin demografik değişkenlere göre karşılaştırılması için Bağımsız Gruplar t-testi gerçekleştirilmiştir. Yordayıcılık analizi için Çoklu Doğrusal Regresyon yöntemi kullanılmıştır. Tüm bu analizler, %95 güven aralığında ve p değeri .05 referans alınarak gerçekleştirilmiştir.

Tablo 3.1: Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği, Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinin Basıklık ve Çarpıklık Katsayılarının ve Cronbach Alpha Değerlerinin İncelenmesi

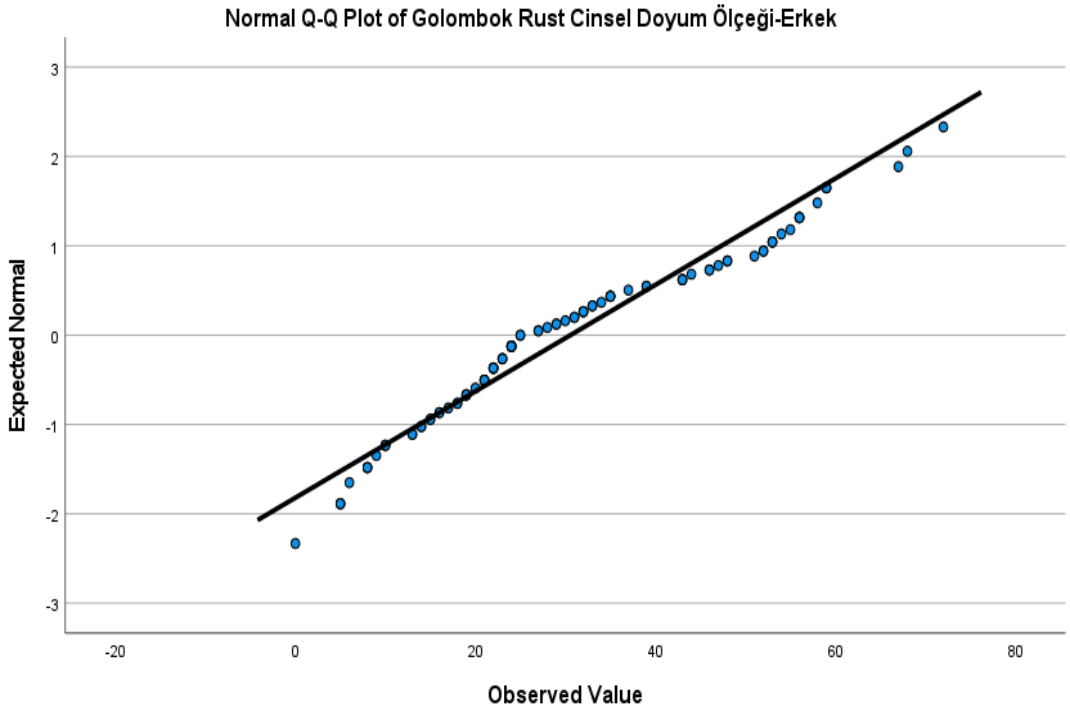
	Basıklık	*Çarpıklık*	*Cronbach Alpha (α)*
Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın	-0,68	0,51	0.91
Sıklık-Kadın	-0,58	-0,22	0.62
İletişim-Kadın	-0,91	0,27	0.73
Doyum-Kadın	-0,47	0,55	0.74
Kaçınma-Kadın	-0,25	0,79	0.79
Dokunma-Kadın	-0,22	0,81	0.70
Vajinismus-Kadın	0,19	0,59	0.65
Anorgazmi-Kadın	-0,64	0,16	0.67
Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek	-0,63	0,50	0.90
Sıklık-Erkek	-0,55	0,28	0.71
İletişim-Erkek	-0,23	0,53	0.71
Doyum-Erkek	-0,31	0,67	0.82
Kaçınma-Erkek	0,92	1,12	0.69
Dokunma-Erkek	-0,01	0,94	0.73
Erken Boşalma-Erkek	0,84	0,84	0.72
Empotans-Erkek	-0,57	0,42	0.60
Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği	0,62	-0,74	0.87
Doyum	0,12	-0,58	0.74
Uzlaşım	-0,23	-0,53	0.83
Görüş Birliği	-0,29	-0,21	0.60
Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği	-0,54	-0,01	0.92
Genel Yaşam Doyumu	-0,62	-0,02	0.85
İlişki Doyumu	-0,63	-0,51	0.87
Benlik Doyumu	-0,46	-0,62	0.81
Sosyal Çevre Doyumu	-0,51	-0,18	0.78
İş Doyumu	-0,92	0,03	0.84

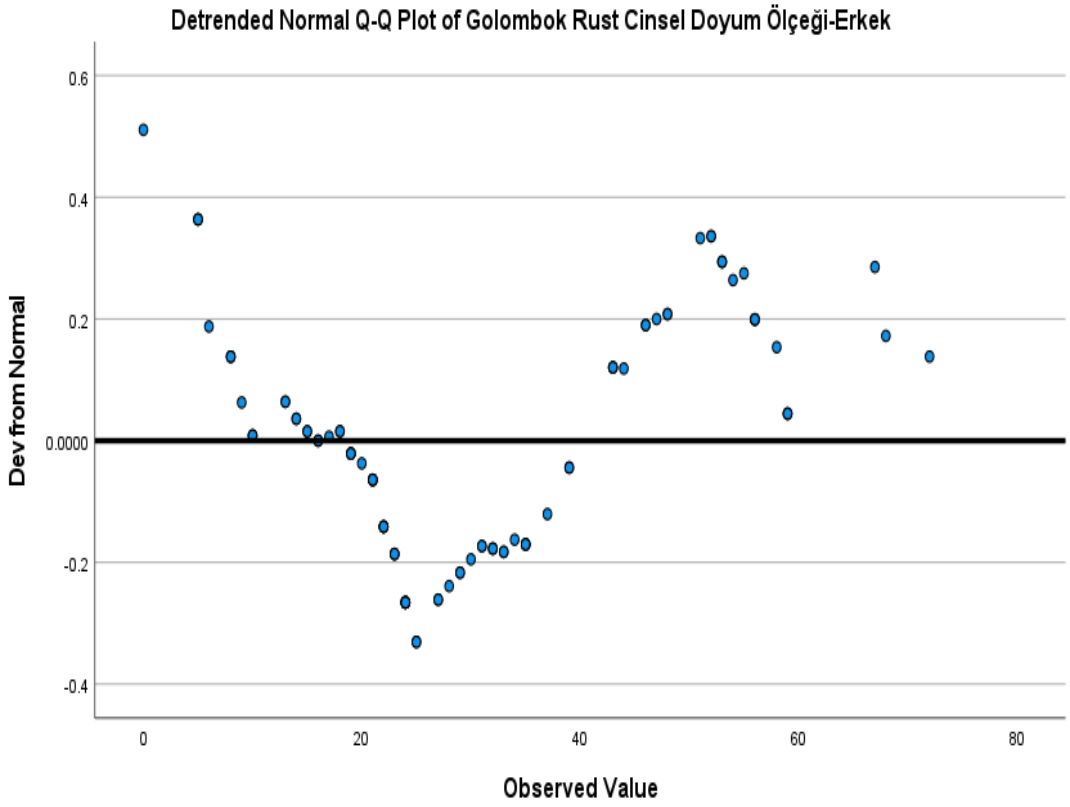
Grafik 3.1: Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (Kadın) Ait Q-Q ve P-P Grafiği



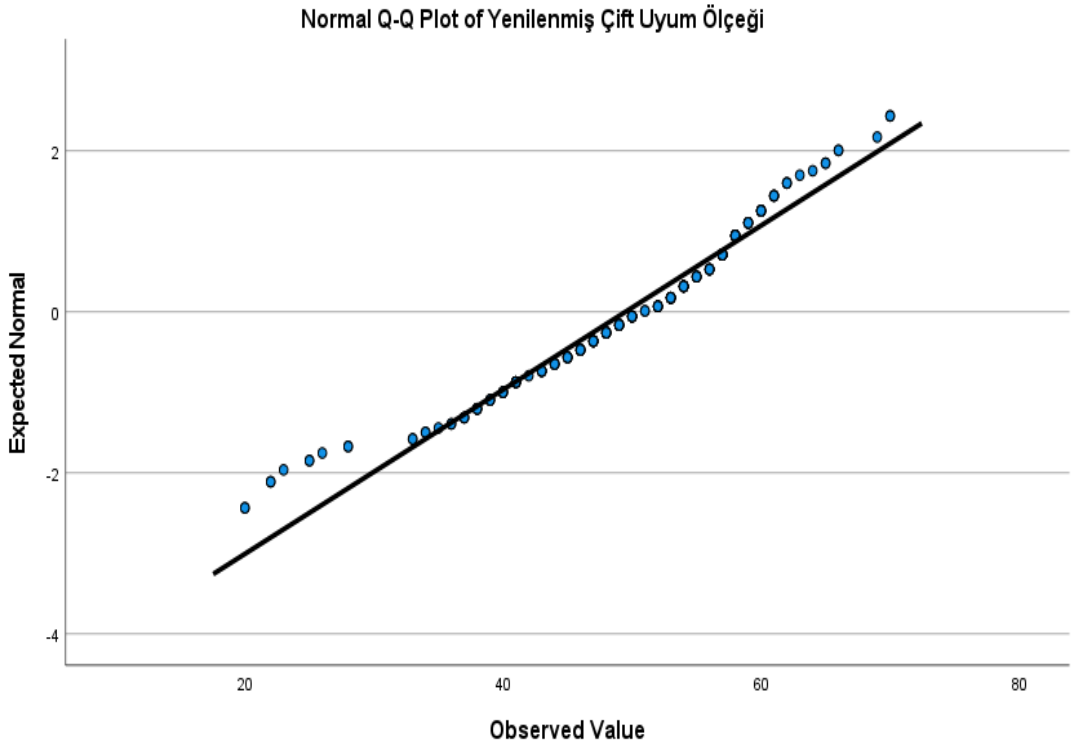


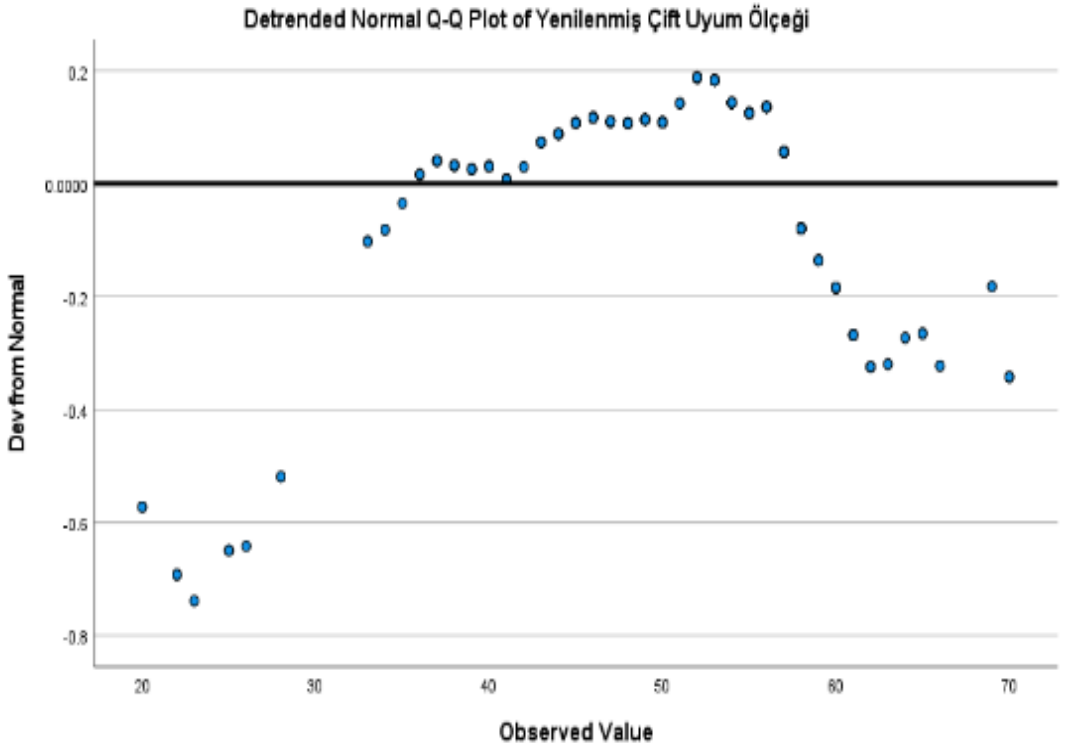
Grafik 3.2: Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (Erkek) Ait Q-Q ve P-P Grafiği



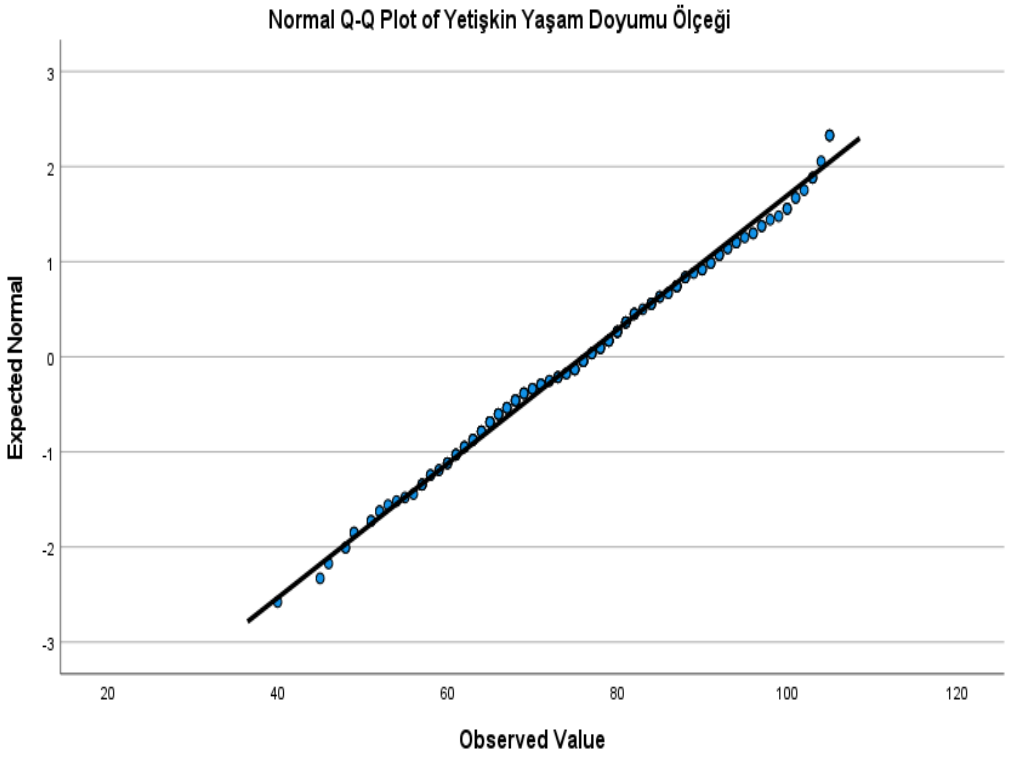


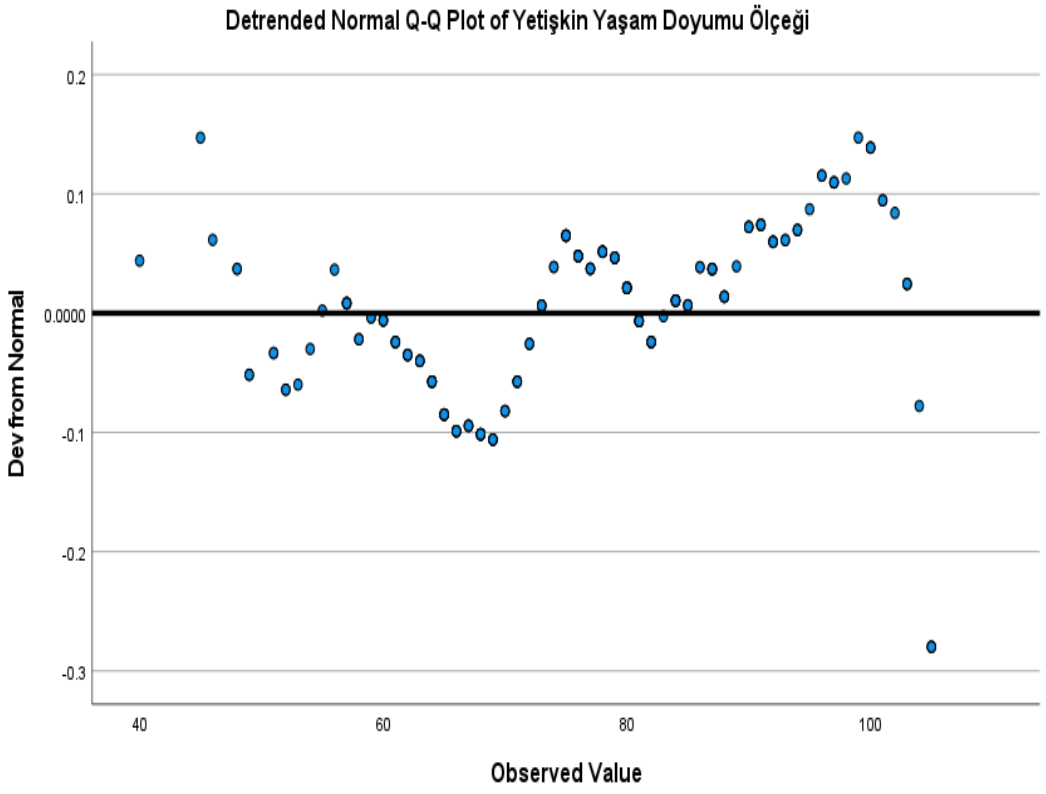
Grafik 3.3: Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeğine Ait Q-Q ve P-P Grafiği





Grafik 3.4: Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait Q-Q ve P-P Grafiği





4.BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde çift uyumu ölçeği ve cinsel doyum ölçeği ile yaşam doyumu ölçeği ile ilgili betimleyici bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

		n	*%*
Cinsiyet	Kadın	100	50.0
	Erkek	100	50.0
Eğitim Düzeyiniz	İlköğretim	21	10.5
	Lise	78	39.0
	Ön Lisans	28	14.0
	Lisans	64	32.0
	Yüksek Lisans- Doktora	9	4.5
Hane Aylık Geliriniz	10.000 ve altı	14	7.0
	10.001- 15.000	35	17.5
	15.001- 20.000	46	23.0
	20.001- 30.000	39	19.5
	30.001 ve üzeri	66	33.0
Çalışma Durumunuz	Çalışıyorum	152	76.0
	Çalışmıyorum	48	24.0
Çocuğunuz Var Mı	Evet	145	72.5
	Hayır	55	27.5
Varsa Çocuk Sayınız	1	61	30.5
	2	62	31.0
	3	16	8.0
	4 ve üstü	7	3.5
Evliliğiniz	Aşk Evliliği	152	76.0
	Mantık Evliliği	24	12.0
	Görücü Usulü	17	8.5
	Diğer	7	3.5
	Toplam	200	100.0

Yukarıdaki bulguların sonuçları incelendiğinde, katılımcıların %50'si kadın, %50'si erkektir. %10,5'i ilköğretim, %39'u lise, %14'ü ön lisans, %32'si lisans, %4,5'i yüksek lisans/doktora seviyesindedir. %7'sinin hane aylık geliri 10.000 ve altı, %17,5'inin 10.001- 15.000, %23'ünün 15.001- 20.000, %19,5'inin 20.001- 30.000, %33'ünün 30.001 ve üzeridir. %76'sı çalışıyor, %24'ü çalışmıyordur. %72,5'inin çocuğu var, %27,5'inin yoktur. %30,5'inin bir çocuğu, %31'inin iki çocuğu, %8'inin üç çocuğu, %3,5'inin 4 ve daha fazla çocuğu vardır. %76'sının aşk evliliği, %12'sinin mantık evliliği, %8,5'inin görücü usulü evlilik yapmış, %3,5'i bu soruda diğer şıkkını işaretlemiştir.

Bunlara ek olarak, kadın katılımcıların yaş ortalaması 36.24±6.76, en küçük yaş 21, en büyük yaş 45'tir. Erkek katılımcıların yaş ortalaması 36.83±6.10, en küçük yaş 22, en büyük yaş 45'tir.

Tablo 4.2: Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği, Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
1- GRKA	1																									
2- SK	.66**	1																								
3- İK	.66**	.46**	1																							
4- DK	.78**	.49**	.53**	1																						
5- KK	.77**	.52**	.44**	.52**	1																					
6- DOK	.79**	.38**	.46**	.49**	.55**	1																				
7- VAK	.46**	.16	.06	.20*	.26**	.33**	1																			
8- AK	.77**	.47**	.41**	.61**	.52**	.56**	.18	1																		
9- GRE	-	-	-	-	-	-	-	-	1																	
10- SE	-	-	-	-	-	-	-	-	.65**	1																
11- İE	-	-	-	-	-	-	-	-	.58**	.33**	1															
12- DOE	-	-	-	-	-	-	-	-	.81**	.66**	.45**	1														
13- KE	-	-	-	-	-	-	-	-	.77**	.54**	.41**	.58**	1													
14- DE	-	-	-	-	-	-	-	-	.84**	.38**	.50**	.63**	.58**	1												
15- EBE	-	-	-	-	-	-	-	-	.52**	.23*	.13	.15	.31**	.35**	1											
16- EE	-	-	-	-	-	-	-	-	.73**	.29**	.37**	.50**	.45**	.63**	.33**	1										
17- YCUO	-.52**	-.43**	-.42**	-.64**	-.41**	-.31**	.00	-.38**	-.60**	-.55**	-.44**	-.70**	-.52**	-.46**	-.06	-.28**	1									
18- DYM	-.41**	-.29**	-.37**	-.53**	-.36**	-.23*	.11	-.32**	-.56**	-.52**	-.48**	-.59**	-.45**	-.43**	-.10	-.30**	.86**	1								
19- UZL	-.54**	-.43**	-.34**	-.63**	-.39**	-.37**	-.10	-.39**	-.58**	-.51**	-.42**	-.70**	-.48**	-.46**	-.05	-.26*	.91**	.65**	1							
20- GOBI	-.22*	-.31**	-.31**	-.28**	-.17	-.04	.04	-.14	-.32**	-.34**	-.10	-.43**	-.36**	-.20*	.01	-.13	.67**	.43**	.47**	1						
21- YYDO	-.33**	-.28**	-.20*	-.46**	-.22*	-.22*	.08	-.32**	-.42**	-.35**	-.29**	-.46**	-.28**	-.35**	-.12	-.20*	.57**	.49**	.53**	.34**	1					
22- GYDM	-.31**	-.27**	-.15	-.50**	-.27**	-.14	.04	-.28**	-.34**	-.27**	-.27**	-.44**	-.27**	-.31**	-.07	-.10	.62**	.56**	.53**	.42**	.81**	1				
23- ILDYM	-.32**	-.14	-.11	-.44**	-.11	-.31**	.02	-.32**	-.39**	-.26**	-.17	-.38**	-.28**	-.34**	-.17	-.22*	.44**	.39**	.45**	.17*	.80**	.55**	1			
24- BEDYM	-.44**	-.38**	-.28**	-.41**	-.32**	-.37**	.02	-.40**	-.44**	-.28**	-.31**	-.41**	-.25*	-.36**	-.20	-.28**	.46**	.37**	.49**	.21**	.77**	.48**	.66**	1		
25- SODYM	-.02	.02	-.01	-.13	.01	-.03	.17	-.08	-.24*	-.28**	-.20*	-.22*	-.13	-.14	-.14	-.08	.28**	.26**	.23**	.18*	.75**	.53**	.52**	.44**	1	
26- ISDYM	-.09	-.23*	-.20*	-.11	-.07	.02	.06	-.07	-.21*	-.27**	-.18	-.28**	-.14	-.18	.10	-.09	.27**	.20**	.23**	.24**	.63**	.36**	.26**	.41**	.42**	1

p<0.01, *p<0.05 Uygulanan testin ismi: Pearson Korelasyon Testi, Not:N:200,* ***GRKA: *Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın,* ***SK:*** *Sıklık-Kadın,* ***İK:*** *İletişim-Kadın,* ***DK:*** *Doyum-Kadın,* ***KK:*** *Kaçınma-Kadın,* ***DOK:*** *Dokunma-Kadın,* ***VAK:*** *Vajinismus-Kadın,* ***AK:*** *Anorgazmi-Kadın,* ***GRE:*** *Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek,* ***SE:*** *Sıklık-Erkek,* ***İE:*** *İletişim-Erkek,* ***DOE:*** *Doyum-Erkek,* ***KE:*** *Kaçınma-Erkek,* ***DE:*** *Dokunma-Erkek,* ***EBE:*** *Erken Boşalma-Erkek,* ***EE:*** *Empotans-Erkek,* ***YCUO:*** *Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği,* ***DYM:*** *Doyum,* ***UZL:*** *Uzlaşım,* ***GOBI:*** *Görüş Birliği,* ***YYDO:*** *Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği,* ***GYDM GYDM:*** *Genel Yaşam Doyumu,* ***ILDYM;*** *İlişki Doyumu,* ***BEDYM:*** *Benlik Doyumu,* ***SODYM:*** *Sosyal Çevre Doyumu,* ***ISDYM:*** *İş Doyum*

Yukarıdaki bulguların sonuçları incelendiğinde, toplam puanlar açısından Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın (r=-.52, p<0.01), Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın (r=-.33, p<0.01), değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır.

Toplam puanlar açısından Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek (r=-.60, p<0.01), Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği ile Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek (r=-.42, p<0.01), değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır.

Toplam puanlar açısından Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği ile Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği (r=.57, p<0.01), değişkenleri arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır.

4.1. Cinsel Doyum, Çift Uyum ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki Verilerinin Karşılaştırılmasına Dair Bulgular

Bu bölümde, araştırma kapsamında kullanılan ölçekler arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi uygulanmış ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

4.2. Cinsel Doyum ve Çift Uyumunun Yaşam Doyumunu Yordamasına İlişkin Bulgular (Kadın)

Bu kısımda, araştırmanın bağımsız değişkenlerinin bağımlı değişken üzerindeki yordayıcılığını değerlendirmek için Çoklu Doğrusal Regresyon yapılmıştır. Elde edilen bulgular aşağıdaki tablolarla sunulmuştur.

Tablo 4.3: Cinsel Doyum ve Çift Uyumunun Yaşam Doyumunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi (Kadın)

Değişkenler	*B*	*SH*	*B*	*t*	*p*	*Alt Sınır*	*Üst Sınır*
Sabit	45.81	8.54		5.37	p<.001***	28.87	62.75
Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği	0.70	0.14	0.51	5.16	p<.001***	0.43	0.97
Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın	-0.05	0.08	-0.06	-0.61	0.540	-0.20	0.10

*R=.55 R^2=.29 $F_{(2.97)}$=20.70 p<.001****

****p<.001, **p<.01, *p<.05; Not, GA: Güven Aralığı*

Regresyon tablosuna ait bulgular incelendiğinde, cinsel doyum bağımsız değişkeninin yaşam doyumu değişkeni üzerinde yordayıcılığı bulunmazken, çift uyumu bağımsız değişkeni yaşam doyumunu yordamaktadır. R^2 değeri .29 olup, yordayıcıların sonuç değişkenindeki varyansın %29'unu açıkladığını gözlemlenmiştir (F (2,97) =20.70, p<.001). Bulguların sonucu olarak, çift uyumu bağımsız değişkeni yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığını (β=.51 p<.001) göstermektedir.

Tablo 4.4: Cinsel Doyum ve Çift Uyumun Yaşam Doyumunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi (Erkek)

Değişkenler	*B*	*SH*	*β*	*t*	*p*	*Alt Sınır*	*Üst Sınır*
Sabit	37.30	9.24		4.04	<.001***	18.96	55.64
Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği	0.78	0.15	0.53	5.25	<.001***	0.48	1.07
Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek	-0.09	0.09	-0.10	-0.98	0.332	-0.26	0.09

*R=.60 R^2=.35 $F_{(2.97)}$=27.33 p<.001****

****p<.001, **p<.01, *p<.05; Not, GA: Güven Aralığı*

Regresyon tablosuna ait bulgular incelendiğinde, cinsel doyum bağımsız değişkeninin yaşam doyumu değişkeni üzerinde yordayıcılığı bulunmazken, çift uyumu bağımsız değişkeni yaşam doyumunu yordamaktadır. R^2 değeri .35 olup, yordayıcıların sonuç değişkenindeki varyansın %35'ini açıkladığını gözlemlenmiştir (F(2,97)=27.33, p<.001). Bulguların sonucu olarak, çift uyumu bağımsız değişkeni yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığını (β=.53 p<.001) göstermektedir.

4.3. Çift Uyumu ile Yetişkin Yaşam Doyumunun cinsiyet değişkenine göre İncelenmesi

Bu bölümde, Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ile Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre analiz edilmesi için Bağımsız Örneklemler t-testi kullanılmıştır. Elde edilen ilgili sonuçlar aşağıdaki tablolarda sunulmaktadır.

Tablo 4.5: Cinsiyete Göre Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği, Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılmasına Yönelik Bağımsız Grup t-testi Sonuçları

	Kadın		Erkek				
	$\bar{X}$	*SS*	$\bar{X}$	*SS*	*T*	*Df*	*P*
Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği	**49.86**	9.58	49.11	10.06	0.54	198	0.590
Doyum	17.97	3.93	17.48	4.25	0.85	198	0.398
Uzlaşım	22.57	5.31	22.15	5.00	0.58	198	0.565
Görüş Birliği	9.32	2.38	9.48	2.40	-0.47	198	0.637
Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği	79.09	13.08	72.79	14.61	3.21	198	0.002*
Genel Yaşam Doyumu	20.85	5.05	19.70	4.59	1.69	198	0.094
İlişki Doyumu	21.08	3.72	18.95	4.19	3.80	198	<.001***
Benlik Doyumu	17.23	2.65	15.69	3.31	3.63	189.024	<.001***
Sosyal Çevre Doyumu	10.32	3.20	9.48	2.99	1.92	198	0.057
İş Doyumu	9.61	3.41	8.97	3.76	1.26	198	0.209

****p<.001, **p<.01, *p<.05 Kullanılan Test: Bağımsız Örneklemler T-Testi*

Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği, Doyum, Uzlaşım, Görüş Birliği, Genel Yaşam Doyumu, Sosyal Çevre Doyumu, İş Doyumu puanları cinsiyete değişkeni yönünden ele alındığında gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır *(p>.05).*

Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinden *(t(198)=3.21, p<.05)*, İlişki Doyumu alt ölçeğinden *(t(198)=3.80, p<.01),* Benlik Doyumu alt ölçeğinden *(t(189.024)=3.63, p<.01)* cinsiyete değişkeni yönünden ele alındığında gruplar arası fark olduğu saptanmıştır. Ölçeklerin ortalama puanları ele alındığında, kadınların puanları erkeklere göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

5.TARTIŞMA

Evlilik, toplumsal düzeni sağlama açısından önemli bir role sahiptir. Ayrıca bireyler hem ruhsal ihtiyaçlarını hem de cinsellik gibi temel ihtiyaçlarını evlilik aracılığıyla karşılarken toplumsal yaşamında devamını sağlamaktadır. Bununla beraber mutsuz ve doyumsuz evliliklerin olumsuz örnek teşkil etmesi, günümüzde istenmemekte, gittikçe azalmakta ya da çatışmalardan dolayı kısa sürmektedir. Evlilik sorunlarının sıkça yaşandığı, doyumun azaldığı, anksiyete, gerginlik gibi ruhsal sorunların çoğaldığı, boşanmaların artış gösterdiği günümüz ilişkileri nedeniyle evliliklerdeki mutluluk, uyum ve doyum kavramları yapılan çalışmalara konu olmuştur. Bu durumlardan kaynaklı olarak bu çalışmada evli bireylerin evlilik doyumu ve cinsel doyumlarının, yaşam doyumu ile ilişkisi incelenmiştir.

5.1. Kadınların Evlilik Doyumu ile Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Bu çalışma kapsamında kadınların evlilik doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmamız bulgularından, regresyon tablosuna ait bulgular incelendiğinde, bireylerin evlilikten aldığı doyum ile yaşamdan aldığı doyum arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Konuyla ilgili alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde, araştırmamız bulgularını destekler çalışmalar mevcuttur. Tekin, (2019) yaşam doyumunun evlilik uyumunu yordadığını, yani yaşam doyumu düzeyi arttığında, evlilik uyumu düzeyinin de arttığını saptamıştır. Selışık vd., (2005) yapmış oldukları araştırmada evlilikte yaşanan mutluluğun, yaşam doyumunu artırdığını, uyum sorunlarının yaşandığı sorunlu evliliklerin ise hem fiziksel hem ruhsal sağlığı olumsuz yönde etkilediğini saptamışlardır. Yaşam doyumunun alt boyutlarından olan iş doyumunun etkisini ele alan Yalçın (2014) çalışmasında, iş yaşantısının, evliliği olumlu etkilediğini, bu durumun yaşam doyumu bakımından önemli bir faktör olduğunu ifade etmektedir. Şentürk (2013) evlilik uyumunu etkileyen değişkenleri incelemiş, evli bireylerde yaşam doyumu ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki

saptanmıştır. Zehir (2016)'ın yaşam kalitesi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi ele aldığı bir diğer çalışmada ise yaşam doyumu ve evlilik uyumu arasında olumlu yönde bir ilişkinin varlığı gözlenmiştir. Eroğlu (2017) 20 yaş altı ve üzeri yaşlarda evlilik yapmış olan kadınların, yaşam doyumu, cinsel doyum ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemiş, araştırma sonucuna göre katılımcıların evlilik ilişkilerindeki uyum düzeyi artış gösterdiğinde yaşamdan aldıkları doyum düzeylerinin de artış gösterdiği gözlenmiştir. Kılıçlı (2022) evli kadınlarda evlilik ve yaşam doyumu ile çocuk yetiştirme tutumlarına göre; Zhumgalbekov ve Efilti (2023) evlilik uyumu ve yaşam doyumu ilişkisine göre; Çitil (2014) yetişkin ve adölesan gebelerin yaşam doyumu ve evlilik uyumu ilişkisini incelemiş, evlilik ve yaşam doyumları arasında olumlu yönde bir ilişkinin varlığını tespit etmiştir. Yapılan tüm bu çalışmalar araştırmamız bulgularıyla paralellik gösteren çalışmalardır. Literatür incelendiğinde araştırmamız bulgularından farklı sonuçlar elde eden çalışmalara rastlanmamıştır.

Bireylerin evlilikten aldığı doyumun yaşamdan aldığı doyuma etki eden önemli bir değişken olması olağan bir sonuçtur. Araştırmamız kapsamında yaşam doyumuna etki eden uzlaşım, görüş birliği ve doyum alt boyutları açısından değerlendirdiğimizde çiftlerin maddi manevi yaşadığı her türlü sorunda birbirlerine destek olması, ortaklaşa karar almaları birlikte çözüm üretmeleri, sosyal ilişkilerin varlığı evlilik doyumunun yaşam doyumuna etki eden önemli bir faktör olmasıyla açıklanabilir.

5.2. Kadınların Yaşam Doyumu ile Cinsel Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmamız kapsamında kadınların yaşam doyumu ile cinsel doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmamız bulguları incelendiğinde, cinsel doyum bağımsız değişkeninin yaşam doyum değişkenini yordamadığı görülmektedir.

Literatür incelendiğinde doyum sağlayan bir cinsel yaşamın bireyler ve toplum açısından önemini inceleyen sınırlı sayıda çalışma yapıldığı görülmüştür. Yaşam doyumu ve cinsellik kavramları pek çok değişkenle ele alınmasına rağmen bu kavramların alt boyutlarının birbiriyle ilişkisini inceleyen nitel ve nicel çalışmalara rastlanmamıştır. Yapılan çalışmalarda; Erdinç, (2018) evlilik uyumu, yaşam doyumu ile cinsel doyum ilişkisinin varlığını demografik değişkenler açısından incelemiş, cinsel doyum ve yaşam doyumu arasında bir ilişki vardır sonucuna ulaşmıştır. Bu

ilişkinin negatif yönlü olduğunu saptamıştır. Turan (2013)'ın bireylerin cinsel doyumları ile cinsel mit inançları, mutluluk düzeyleri ve cinsel bilgi düzeyleri arasındaki ilişkiyle ilgili yapmış olduğu bir araştırma sonucu da cinsel doyumun kadın ve erkek ilişkilerindeki memnuniyet düzeyini etkilediğini göstermiştir. İlişki içerisinde cinsel doyum düzeyi arttıkça mutluluk düzeyi de aynı oranda artmaktadır. Bu çalışmalar araştırmamız bulgularıyla farklılık göstermektedir.

Bu farklılık açısından araştırmamız bulguları değerlendirildiğinde yaşam doyumuyla cinsel doyum arasında bir ilişki olmamasının nedenini yaşam doyumunun birçok dışsal faktörden etkilenmiş olması olabilir. Örneğin katılımcıların büyük çoğunluğu tarafından cinselliğin tabu olarak görülmesi, bilgi eksikliği, cinselliğe bakıştaki farklılıklar gibi unsurlar kadınların cinsel istek ve beklentilerini tam olarak ifade edememelerine neden olmuş olabilir. Ayrıca cinsel konuların toplumda açık ve net bir şekilde ifade edilmesinin hoş karşılanmaması nedeniyle duygularını bastırmalarına neden olabileceği ve cinselliği en son plana atmaları nedeniyle bazı kadınların cinsellikten beklentilerinin fazla olmaması nedeniyle bu sonucun ortaya çıkmış olabileceğini söyleyebiliriz. Bununla birlikte bu araştırma sonucunun yukarıda bahsedilen araştırmalardan farklı çıkmasının diğer nedenleri olarak da ölçülen değişkenlerin, ölçme araçlarının ve örnekleme yönteminin farklı olmasından kaynaklı olabileceğini söyleyebiliriz.

Yapılan çalışmalardan bazıları cinsel doyumu cinsel işlev bozuklukları açısından incelemiş, bu bozuklukların mutluluğa etkisini araştırmaya çalışmışlardır. Bu çalışmalardan; Aktan Mutlu (2009) yaşam doyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi cinsel doyum alt boyutlarından 'Orgazm Bozukluğu' açısından incelediği çalışmasında, düzenli bir cinsel yaşamı olup orgazm yaşayabilen kadınların, orgazm sorunu yaşayan kadınlara kıyasla yaşamlarında memnuniyet düzeylerinin yüksek olduğu ve yüksek düzeyde cinsel tatmin duygusu yaşadıklarını tespit etmiştir. Ayrıca Aktan Mutlu (2009) aynı çalışmada vajinismus sorunu yaşayan kadınların sağlıklı cinsellik yaşayan kadınlara göre cinsel doyum yaşamadıklarını, dolayısıyla yaşam doyumu ile vajinismus sorunu arasında bir ilişki olduğunu saptamıştır. İnsan yaşamında önemli bir yer kaplayan cinselliği sınırlı yaşayan aynı zamanda orgazm dahil birçok cinsel sorun yaşayan kadınların yaşam doyum düzeylerinin de bundan etkilenebileceğini söylemek mümkündür.

Özellikle gelenekselliğin ön planda olduğu toplumlarda cinsel tabulardan dolayı kadınların cinselliklerinin erkeklere kıyasla daha çok kısıtlandığını, kadınların cinsellik açısından arzulu olmasının, rahat bir şekilde yaşayıp keyif almasının, bu konuda bilgi sahibi olmasının ayıplanmasına bazı topluluklarda hala karşılaşılıyor olması Zonguldak'ta da küçük yaşlardan itibaren bu tabularla büyüyen kadınların vajinismus, anorgazmi gibi cinsel problemler yaşayabilmesinde etkili olmuş olabilir.

5.3. Erkeklerin Evlilik Doyumu ile Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmamız kapsamında erkeklerin evlilik doyumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmamız bulgularından, Regresyon tablosuna ait bulgular incelendiğinde, evlilik doyumu bağımsız değişkeni yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığını göstermektedir.

Literatüre bakıldığında evli erkeklere yönelik evlilik doyumu ve yaşam doyumu değişkenlerinin bir arada incelendiği çalışmalara rastlanmamıştır. Yapılan birçok çalışmada evli bireylere yönelik olarak yapılmış olup cinsiyet faktörüne bakılmadan evlilikteki doyumun yaşam doyumuna etkisi incelenmiştir. Araştırmamız bulguları kapsamında literatürde, dolaylı olarak evli çiftlerin evlilik ve yaşam doyumunu inceleyen, araştırmamız bulgularını destekler nitelikte çalışmalar mevcuttur. Yıldız ve Baytemir (2016) benlik saygısının evlilik doyumu ve yaşam doyumu ile ilişkisini incelediği araştırmada, evlilik ile yaşam doyumu arasında olumlu yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Anlı, (2021) kaygı düzeyi ile evlilik uyumu ve yaşam doyumu ilişkisini incelediği çalışmasında evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasında olumlu bir ilişki olduğunu saptamıştır.

Konuyla ilgili yapılan başka bir araştırmada Çelik ve Tümkaya, (2012), iş değişkenleri ile evlilik uyumu ve yaşam doyumu ilişkisini incelemiştir. Öğretim elemanlarından oluşan katılımcıların cinsiyet, ders saati, çalışma süresi ve unvan değişkenine göre evlilik uyumu ve yaşam doyumları karşılaştırılmış, bireylerin evlilik uyumu ve yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır.

Literatür incelendiğinde araştırmamız bulgularından farklı sonuçlar elde eden çalışmalara rastlanmamıştır.

5.4. Erkeklerin Cinsel Doyumu ile Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmamız kapsamında erkeklerin cinsel doyumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Regresyon tablosuna ait bulgular incelendiğinde, cinsel doyum bağımsız değişkeninin yaşam doyum değişkeni üzerinde yordayıcılığının bulunmadığı saptanmıştır.

Literatüre bakıldığında evli erkeklere yönelik bu değişkenlerin bir arada incelendiği çalışmalara rastlanmamıştır. Yapılan incelemelerde araştırmamız sonuçlarına dolaylı olarak yakın sayılan evli bireylerle yapılan bir çalışmada Stephenson ve Meston (2010) cinsel doyumun, evlilik doyumunu etkilediğini, bununla birlikte ilişkinin sürdürülmesinde de önemli rolü olduğunu ve yaşam kalitesini etkilediğini tespit etmiştir (Akt. Öztürk ve Arkar, 2014). Diğer bir çalışmada ise Yılmaz (2019) cinsel işlev bozuklukları ve cinsel mit değişkenlerinin yaşam doyumuna etkisini incelemiştir. Yılmaz'ın yaptığı çalışmaya araştırmamızdan farklı olarak evli olan bireylerin yanında evli olmayan bireylerde katılmıştır. Cinsel doyum alt boyutlarından sertleşme bozukluğu ve erken boşalma yaşayan bireylerin yaşam doyum düzeyleri arttıkça işlevsizlik puanları azalmaktadır sonucuna ulaşmıştır. Bu araştırma sonuçları araştırmamız bulgularıyla farklılık göstermektedir.

Cinsel yaşam evlilikte eşler arasında bağ kurmak, paylaşımı artırmak ve ilişkiyi güçlendirmek adına önemli bir unsurdur. Evlilik uyumu ve doyumu üzerine yapılan araştırmalardan çıkan sonucun birçoğu mutlu cinsel yaşamı olan eşlerin evlilik memnuniyetinin cinsel yönden problem yaşayan bireylere göre yüksek olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak cinsellikten alınan doyum yaşam memnuniyetine dolaylı olarak etki etmektedir. Bizim bulgularımızda ise yaşam doyumunu cinsel doyumun etkilediğine dair anlamlı bir sonuç çıkmamıştır. Bunun nedeni ise yaşam doyumunun yaş, cinsiyet, eğitim, gelir düzeyi gibi birçok demografik faktörün yanı sıra bireyin psikolojik durumu, kişilik özellikleri, iş doyumu, sosyal çevre ilişkisi, sosyal desteğinin olması, yaşadığı kültür gibi birçok faktörden etkileniyor olmasından dolayı cinsel doyumun tek başına belirleyici gücünün olmamasından kaynaklı olabilir. Ayrıca bu araştırmadaki büyük çoğunluğun gelir düzeyinin 30.000' in altında olması, bu bölgede iş olanaklarının az olması, bu kişilerin büyük çoğunluğunun geçici işlerde veya özel iş yerlerinde çalışması günümüzde ekonomik koşulların zorlaştığını da göz

önüne aldığımızda bu durumun erkekler için gelecek kaygısı yaşamalarına, ailesinin geçimini sağlama konusunda kendini baskı altında hissetmesine neden olacağı düşünülebilir. Öte yandan kişiler hobilerini gerçekleştirme, kişisel bakımlarıyla ilgilenme, sosyal ilişkilerde bulunabilme, tatile gitme gibi bireysel doyumlarını sağlama, kendine yatırım yapma gibi konforları için yeterli bütçe desteği sağlayamadıklarında sonuç olarak eşlerin maddi hayatın verdiği huzursuzlukla birbirlerini yıpratıcı hareket etmelerinin, bu konuda iletişimde ve ilişkide sorunlar yaşamanın evliliğe de zararı olacağı söylenebilir. Bu durumda yukarıda sayılan etmenler dikkate alındığında eşlerin cinsel doyumunun tali bir konu olarak kalması nedeniyle cinsel doyum sağlasalar da sağlamasalar da bunun yaşamdan doyum almalarında çok etkili olmadığı görülmektedir. Örneğin cinsel doyum konusunda sorun yaşamayan ama birçok konuda uyumsuzluk yaşayan bir kişinin yaşam doyumunun düşük çıkması muhtemeldir. Bunun tersini de söylemek mümkündür.

5.5. Evli Çiftlerin Cinsiyetlerine Göre Evlilik Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Araştırmamız kapsamında evli çiftlerin evlilik doyumları, cinsiyet değişkeni açısından incelenmiştir. Araştırmamız bulguları incelendiğinde evli çiftlerin evlilik doyumu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Konu ile alakalı Literatür incelendiğinde araştırmamız bulgularıyla benzer sonucu bulan çalışmalar mevcuttur. Uzel (2015) evlilik uyumu ile cinsel doyum ilişkisinin incelendiği çalışmada, evlilik doyumunun cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığını tespit etmiştir. Çınar (2008) ise, cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu değişkenleri ile evlilik doyumu ilişkisini incelediği çalışmasında erkekler ve kadınların evlilik doyumları düzeyi bakımından aralarında anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca Yeşiltepe (2011)'nin öğretmenlerin psikolojik iyi oluş ve bazı değişkenler açısından evlilik uyumu üzerindeki etkisine göre; Çelik ve Tümkaya, (2012) öğretim elemanlarının yaşam doyumları ile evlilik uyumunun iş değişkenleriyle ilişkisine göre; Aktaş (2009) bireylerin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu ilişkisine göre; Özaydınlık (2014) kişilik özellikleri ile romantik ilişkilerindeki sosyal ilgi değişkenlerinin evlilik uyumuna etkisine göre; Kahveci (2016) bireylerin depresyon düzeylerinin evlilik içindeki çatışmalar ile evlilik uyumuna olan ilişkisine göre; Kublay (2013), evlilik uyumu, değer tercihleri ve öznel mutluluk açısına göre; Polat

(2006), aldatma eğilimleri, çatışma eğilimleri ve evlilik doyumları arasındaki ilişkiye göre; Güngör (2019), evlilik doyumuna; Atçeken (2014) evlilik doyumu, kişilik özellikleri ve dindarlığın bağışlama ile ilişkisine göre; Sarı (2012 bireylerin otomatik düşünceleri, bağlanma stilleri, ebeveyn algılarının evlilik doyumu ile ilişkisine göre; Şentürk (2013) evlilik uyumu ile ilişkili değişkenlere göre; Yıldız ve Çevik (2016) evlilik ve yaşam doyumlarına göre; kadın ve erkeklerin evlilik doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Bu bulgulardan yola çıkarak kadın ve erkeklerin evlilik doyumlarının benzerlik gösterdiğini söyleyebiliriz. Günümüzde erkeğin otoritesinin baskın olduğu geleneksel aileden cinsiyet farklılığın yaşanmadığı ya da daha az hissedildiği modern aile ye geçişle, kadın ve erkeklerin çalışma hayatında birlikte yer almaları, iş hayatında yer edinmesine bağlı olarak elde ettiği statü ve kazançtan dolayı güce sahip olması, erkek kadar kadının da söz hakkı olması, karar alma yetkisinin bulunması, evde kadınlara yüklenen çocuğun ihtiyaçları ile ilgilenme, temizlik, yemek yapma gibi birtakım görevlerde erkeklerin de eşlerine yardımcı olmaları kadınların ve erkeklerin doyum düzeylerinin benzer olmasına etki ettiği düşünülebilir.

Literatür incelendiğinde araştırmamız bulgularıyla farklılık gösteren çalışmalar da mevcuttur. Bu çalışmalar incelendiğinde Erdinç, (2018) evlilik uyumu, yaşam doyumu ve cinsel doyum ilişkisini demografik faktörlere göre incelemiştir. Araştırma sonucunda evli bireylerin evlilik uyumu düzeylerinin cinsiyete, göre farklılaştığı belirlenmiştir. Özkan (2019) ise evlilik doyumunu çatışma çözüm stillerine göre incelediği araştırmada, cinsiyet değişkenine göre evlilik doyumunun farklılık gösterdiğini, kadınların evlilik doyumu düzeyinin erkeklerden düşük olduğunu tespit etmiştir. Bir başka çalışmada Üncü (2007) duygusal zekâ düzeyleri değişkeni açısından evlilik doyumunu ele almış, kadınlar ile erkekler arasında erkeklerin lehine bir fark olduğunu saptamıştır. Literatürde evlilikten alınan doyumun erkeklerde kadınlardan daha yüksek olduğunu gösteren başka çalışmalarda mevcuttur. (Akar, 2005; Aktürk, 2006; Şendil ve Korkut, 2012; Güngör, 2007; Zhumgalbekov ve Efilti 2023).

Bu çalışmaların sonuçları araştırmamız bulguları ile farklılık göstermektedir. Bu farklılığın nedeni kadınların ailedeki ve toplum içindeki statüsünden, ilişkideki ihtiyaç ve beklentilerinin farklı olmasından ya da aile içindeki sorunları eşinden daha fazla

önemseyip daha fazla duygusal bakmasından kaynaklı olabileceğini söyleyebiliriz. Ayrıca günümüzde bazı kültürlerde ve bazı ailelerde kadınlar hem ev işleri sorumluluğunu hem de maddi sorumlulukları alabilmektedir. Erkekler ise sadece maddi yükümlülükleri yerine getirmek dışında evde eşlerine yardımcı olma sorumluluklarını yerine getirmemektedir. Sorumluluk paylaşımı tutarsızlığından kaynaklanabilen bir durum olabileceğini de düşünebiliriz. Ayrıca bu farklılığa ölçülen değişkenlerin çalışmamız değişkenlerinden farklı olmasının, çalışmanın yapıldığı bölgelerin sosyokültürel yapısının ve kullanılan ölçeklerin farklılığının sebep olduğunu söyleyebiliriz.

5.6. Evli Çiftlerin Cinsiyetlerine Göre Cinsel Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmamız kapsamında evli çiftlerin cinsel doyum toplam puanı ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmamız bulguları incelendiğinde evli çiftlerin cinsel doyumu ile cinsiyet değişkeni bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Konu ile ilgili literatür incelendiğinde araştırmamız bulgularıyla benzer sonucu bulan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Ayatollahi, (2014) cinsel doyuma etkisi olan değişkenlerin incelendiği çalışmasında, cinsiyet faktörünün evli bireylerin cinsel doyum düzeylerini etkilemediği sonucuna varmıştır. Bu sonuç araştırmamız bulgularıyla paralellik göstermektedir. Bulgularımız açısından sonuç değerlendirildiğinde, kadınların eğitim düzeyinin yükselmesi, çalışma hayatına katılması ile birlikte kadın ve erkek cinsiyet rollerinin de değişmesinin etkili olduğunu gösterebilir. Araştırmamıza katılan kadın ve erkeklerin büyük çoğunluğunun lise ve yükseköğretim mezunu olduğu görülmektedir. Evli kadınların ve eşlerinin eğitim düzeylerinin yükselmesiyle gelenekselliğin biraz daha azaldığını, eğitimin, bireyleri eşitlikçi bir düşünce ve eyleme doğru değiştirdiğini, toplumsal cinsiyet rolleri ve geleneksellik konusunda sorgulamaya ittiğini söyleyebiliriz. Ayrıca araştırmamızdaki kadın ve erkeklerin eşleriyle sosyokültürel olarak eşit durumda olması eşlerin cinselliğe bakış açılarının, cinsel bilgi düzeylerinin cinsel beklentilerinin birbirine yakın olmasını ve bunlara uygun hareket ettiklerini gösterebilir.

Araştırmamız bulgularıyla farklı sonuçlar elde edilmiş çalışmalar da mevcuttur. Erdinç, (2018) evli bireylerde evlilik uyumu, yaşam doyumu ve cinsel doyumu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, kadın ve erkeklerin cinsel doyumlarının

cinsiyete göre farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Bulgulara göre kadınların cinsel doyum düzeyi, erkeklere kıyasla daha düşüktür. Tunç (2019)'un evli bireylerde depresyon düzeyi ve evlilik uyumu değişkenlerinin cinsel doyum ile ilişkisini incelediği çalışmasında, cinsiyet faktörünün cinsel doyumu etkilediğini, evli kadınların cinsel doyum düzeylerinin, evli erkeklere göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Basat (2004) ise cinsel doyum üzerindeki değişkenlerin saptanması ve evlilik doyumu, benlik değeri, kontrol odağı ve cinsel doyum, değişkenleri arasında bir ilişkinin varlığının belirlenmesini ölçen bir araştırma yapmıştır. Sonuçlara bakıldığında cinsel doyum ile evlilik doyumunun cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı kadınların erkeklere oranla cinsel doyum düzeyinin daha düşük olduğu gözlenmiştir. Turan (2013) cinsel doyumu cinsel mit inançları, bireylerin ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri ve cinsel bilgi düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında erkeklerin cinsel doyum seviyelerinin kadınlardan daha yüksek olduğunu saptamıştır. Bu konuda benzer sonuçların görüldüğü başka araştırmalara da ulaşılmıştır. Arslan' ın (1996) cinsel tutum ve davranışlar ile cinsel doyum arasındaki ilişkiyi, Vural'ın, (2007) evlilikten önce cinsel bilgi almanın cinsel doyumla ilişkisini inceledikleri çalışmalarda erkeklerin kadınlara oranla cinsel doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Araştırma sonuçlarımızın söz edilen araştırmalardan farklı çıkmasında, ölçülen değişkenlerin ve ölçeklerin farklılık göstermesinin yanı sıra bireylerin kültürel farklılıkları ve kişisel özelliklerinin etkili olabileceği düşünülebilir. Ayrıca kadının cinsel işlev bozukluğu yaşıyor olması, aralarındaki cinsel iletişimin zayıf olması, ihtiyaç ve beklentilerini doğru şekilde ifade edememesi gibi durumlardan kaynaklı olabileceği gibi, erkeğin eşinin beklentilerini karşılayamayacak şekilde hareket etmesinden kaynaklı da olabilir. Toplumumuzun birçok yönden değişime uğramış ve gelişim göstermiş olsa da ataerkil özelliğini kaybetmediğini, bu özelliklere sahip toplumlarda, kadın cinselliğinin toplum tarafından kontrol edildiğini söylemek mümkündür. Kadınlar genellikle cinselliğin ayıp olduğu şeklinde ifadelerle büyütülürler. Bu durumunda karşı cinse yaklaşma ve ilişki kurma konusunda dikkatli ve endişeli davranmalarına utanç duygusu taşımalarına neden olabileceğini söyleyebiliriz. Evlilik ilişkisinde de doğal olarak, cinsel istek ve ihtiyaçlarını bastırmayı tercih edip dile getirmezler. Ayrıca baskıyla yetişen kadınlarımızın doğru

olmayan bazı mitler nedeniyle cinsel ilişkide pasif davranışlar sergileyebileceğini düşünebiliriz.

5.7. Evli Çiftlerin Cinsiyetlerine Göre Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmamız kapsamında evli çiftlerin yaşam doyumları, cinsiyet değişkeni açısından incelenmiştir. Araştırmamız bulguları incelendiğinde evli çiftlerin yaşam doyumu toplam puanları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Literatür kapsamında konu ile ilgili yapılmış çalışmalar incelendiğinde; Yardımcı Erlik (2020)'in evli kadın ve erkeklerin yaşam doyum düzeylerini evlilik süresi ve cinsiyet değişkenlerine göre incelediği çalışmasında, cinsiyetin yaşam doyumuna etkisinin olmadığı saptanmıştır. Aynı şekilde Kaya (2023), yaşam doyumunu kişilerarası bilinçli farkındalık düzeyi değişkenine göre incelemiş, araştırmaya katılan bireylerin yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Zehir (2016) ise evlilik uyumu ile yaşam kalitesi ilişkisini incelediği çalışmada cinsiyet ile yaşam doyumu arasında ilişki olmadığını saptamıştır. Literatürde bu çalışmalardan farklı sonuçlar da mevcuttur.

Akçadağ (2018) araştırmasında evlilik uyumu ile yaşam doyumu ilişkisini incelemiştir. Çalışma grubunda yer alan bireylerin cinsiyet değişkeni açısından evli bireylerin yaşam doyum puanlarında farklılık görülmüştür. Bulgulara göre yaşam doyum düzeyinin kadınlarda daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Farklılığın nedeni çalışmanın örnekleminin İstanbul'un sadece Ümraniye ilçesinde yapılmış olması ve örneklem sayısının 100 kişiyle sınırlı olup genellemek için düşük bir sayı olduğu söylenebilir. Ayrıca bizim araştırmamızdan farklı olarak tesadüfi örnekleme yönteminin kullanılmış olması da farklılığa neden olabileceğini düşündürebilir. Benzer biçimde Erdinç, (2018) tarafından yürütülen çalışmada evli bireylerin cinsel, yaşam ve evlilik doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bulgular değerlendirildiğinde, yaşam doyumu seviyelerinin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığını, evli olan kadınların yaşam doyum puanlarının, erkeklerin puanlarından daha düşük olduğunu tespit etmiştir. Bu farklılığın çalışma yapılan şehrin farklı olması, kullanılan evlilik uyumu ölçeğinin farklı olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Aynı şekilde Zhumgalbekov ve Efilti (2023) evlilik uyumu ve yaşam doyumu ilişkisini incelediği çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha yüksek yaşam doyum düzeyine sahip olduğunu saptamıştır. Bu çalışmanın da araştırmamızdan farklı sonuca ulaşmasını araştırmanın Kırgızistan da yaşayan 171 erkek ve 309 kadın üzerinde yapılmış olmasından dolayı toplumun kültürel yapısının, cinsiyet rollerinin bu sonuçta etkili olabileceğini söyleyebiliriz. Buna ek olarak çalışmaya katılan kadın sayısının erkek sayısından fazla olmasının da bu sonucu etkileyebileceği düşünülebilir.

Yaşam doyumuna etki eden faktörleri ölçmek için yapılan çalışmalar yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, ırk ve eğitim durumu gibi demografik faktörlerin mutluluğu, öznel iyi oluşu ve yaşam doyumunu yordamada neredeyse etkisinin olmadığını, özellikle psikolojik etkenlerin ve yaşanılan kültürün, insanlar üzerinde demografik faktörlerden daha etkili olduğunu göstermektedir (Myers ve Diener,1995; akt. Dingiltepe, 2009).

Hipotezimizde yaşam doyumu açısından kadın ve erkek bireylerin farklılık yaratacağı düşünülmekte idi. Kadın ve erkeklerde, yaşam doyumu düzeyinde farklılık saptanmamasına neden olarak araştırmamızdaki çalışan kadınların çalışmayanlardan fazla olmasını gösterebiliriz. Kadınların iş dünyasında erkeklerle birlikte yer alması nedeniyle ev dışında daha fazla zaman geçirmesi gerek ev işleri gerek çocuğun yetiştirilmesi gibi yaşamın rutin sorumluluklarından uzaklaşarak annelik ve eşlik rollerinden başka bir kimlik ortaya koyabileceği, farklı sosyal gruplar içinde olması ile başka alanlarda da etkin rol almasının, öznel iyi oluşuna, mutluluğuna katkı sağladığı düşünülebilir. Ayrıca çalışma hayatından dolayı sorumlulukları eşle paylaşmanın da etkisinin olduğu söylenebilir.

6.SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma da elde edilen bulgular doğrultusunda daha sonra yapılacak olan hem bilimsel çalışmalar hem de klinik uygulamalarında kullanılmak üzere aşağıdaki öneriler verilebilir:

Yaşam Doyumu ölçeğinin ortalama puanları ele alındığında, kadınların puanlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Buradan yola çıkarak Yaşam doyumu alt boyutları olan Genel Yaşam doyumu, İlişki doyumu, Benlik doyumu, Sosyal çevre doyumu ve iş doyumu etkenleri erkekler açısından değerlendirilerek bu konularda doyumu artıracak çalışmalar yapılabilir.

Çalışma sonucunda, evlilik doyumu yükseldikçe yaşam doyumunun yükseldiği görülmektedir. Bu da bize evlilik doyumunu artırabilmek için uyumsuzluğa neden olan durumların ortadan kaldırılması, eşler arasında bağlılığın artması, problemlerin daha az yaşanması, yaşanan sorunlarda eşlerin sorun odaklı değil çözüm odaklı hareket edebilmeleri adına evlilik kararı alan bireylerin çeşitli programlarla eğitime alınması desteklenmelidir.

Kadınların erken yaşlarda evlenmelerinin önüne geçilmeli, daha bilinçli düşünce ve davranışlar sergilediği ileri yaşlarda evlenmelerine özen gösterilmelidir.

Cinsel eğitim ailede başladığından, ebeveynler çocukların hayatında önemli bir role sahiptir. Bu rol tehlikeli durumlara yol açabileceğinden anne babaların bu konuda ki önyargılarının ve yanlış davranışlarının giderilmesi adına eğitimciler tarafından eğitimler verilmesi, eksikliklerinin tamamlanması sağlanmalıdır.

Cinsel açıdan doyum yaşayamayan ve bu durumdan olumsuz etkilenen bireylerin cinsel terapi almaları yönünde destek verilmelidir.

Araştırma süresince, cinsel yaşam ölçeği cevaplandırılırken bireylerin utangaç tavırları, tüm çalışmalarda üzerinde durulması gereken önemli faktörlerdendir. Cinsellik özellikle bizim kültürümüzde çoğu birey için utanılan üzerine konuş zor bir konudur. Bu konuda toplumu eğitmek adına uzmanlar tarafından çocuklara, ergenlere gelişim dönemlerine göre cinsel farkındalık eğitimleri verilmelidir

KAYNAKÇA

Akar, H. (2005). *Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile, yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde; çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması,* [Yayımlanmamış uzmanlık tezi]. Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi.

Akbaş, M. (2008). *Endüstri meslek liselerinde görev yapan öğretmenlerin evlilik uyumları ile öğretmenlik tutumları arasındaki ilişki.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Akçadağ, P. (2018). *Evli bireylerde evlilik uyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Tez No. 514321) [Yayımlanmış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Aktan, Mutlu, E. (2009). *Vajinismus tanısı alan hastaların sosyodemografik özelliklerinin cinsel mit inançları, cinsel öyküleri, cinsel doyum düzeyleri ve eş değerlendirme biçimleriyle karşılaştırılması.* (Tez No. 243022) [Yayımlanmış doktora tezi] İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Malatya.

Aktaş, S. (2009). *Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Bölümü. İstanbul.

Aktürk, E. B. (2006). *Türkiye'de yeniden evlenen ailelerde evlilik doyumu: medeni durum, üvey çocukların etkisi ve katkıda bulunan faktörlerin karşılaştırılması.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Anar, B. (2011). *Evli ve çalışan yetişkinlerin toplumsal cinsiyet rolleri ile evlilik doyumu ve iş doyumu ilişkisinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Türkiye Cumhuriyeti Çukurova Üniversitesi. Adana.

Anlı, M. (2021). *Evli bireylerde evlilik uyumu, yaşam doyumu ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Tez No. 680286) [Yayımlanmış yüksek lisans tezi, İstanbul Kent Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Arslan, A. (1996). *Evli bireylerin cinsel doyumlarının bireysel, ailesel, cinsellikle ilgili tutum ve davranışları açısında incelenmesi*.) [Doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Arslan, Y. (2017). *Çocukluk döneminde ebeveyn kaybı yaşayan bireylerde duygusal zekanın sosyal uyum ve yaşam doyumu arasındaki ilişki.* (Tez No.459528) [Yayımlanmış yüksek lisans tezi]. Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.

Atçeken, E. (2014). *İlişkilerdeki Yüklemelerin, Bağlanmanın, Eş Benzerliğinin ve Problem Çözme Becerilerinin Eş Desteğini Yordaması*. (Tez No. 383636) [Yayımlanmış yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Avşaroğlu, S., Deniz, M. E., & Kahraman, A. (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (14), 115-129. http://dergipark.gov.tr/

Ayatollahi, Maryam, (2014). *Cinsel doyumu yordayan demografik ve psikolojik değişkenlerin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.

Aydın, H. (1998). *Cinsellik ve cinsel işlev*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Aydıner Boylu, A. ve Paçacıoğlu, B. (2016). Yaşam kalitesi ve göstergeleri. *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi (AKAD),* 8(15): 137-150. https: doi.org/10.20990/kilisibfakademik.266011

Babin, E. A. (2012). An examination of predictors of nonverbal and verbal communication of pleasure during sex and sexual satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 30* (3), 270-292. https://doi.org/10.1177/0265407512454523

Bal, H. (2007). *Bağlanma stilleri, cinsiyet rolleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (1998). *Stres ve başa çıkma yolları*. (18.Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Baron, K. G. (2007). Hostility, anger and marital adjustment:concurrent and prospective associations with psychosocial vulnerability. Journal of Behavioral Medicine, 30,1. doi:10.1007/s10865-006-9086-z.

Basat, Ç. (2004*). An exploration of marital satisfaction, locus of control, and selfesteem as predictors of sexual satisfaction*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Baştemur, Y. (2006). *İş tatmini ile yaşam tatmini arasındaki ilişkiler: Kayseri emniyet müdürlüğü'nde bir araştırma*, (Tez No.190318) [Yayımlanmış yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science İn The Public İnterest,* 4(1), 1-44. https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431

Bayraktaroğlu, H., Çakıcı, E. (2017). Kuzey Kıbrıs örnekleminde çift uyum ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun psikometrik özellikleri. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 19(2-3),113-119. https://doi.org/10.1080/09751122.2017.1393954

Bilen, M. (1983). *Ailede, kurumlarda ve toplumda sağlıklı insan ilişkileri,* (Geliştirilmiş 3. Baskı). Ankara: Teknik Basım Sanayi Matbaası.

Bilen, M. ve Topçuoğlu, M. A. (2008). *Yaşamın gizemi cinsellik*. Butik Kitap. Ankara Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Bozkurt, A. (2014). *Evli bireylerde bağlanma stilleri, aile içi eşler arası şiddet ve evlilik uyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Tez No. 360176) [Yayımlanmış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. Journal of marriage and family, 62(4), 964-980.https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x

Budak, S. (2009). *Psikoloji sözlüğü* (4. Basım). Bilim ve Sanat Yayınları.

Butzer, B. ve Campell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: a study of married couples. *Personal Relationships, 15,* 141-154. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00189.x

Collard, D. (2006). "Research on well-being some advice from jeremy bentham." *Philosophy Of The Social Sciences*, 36(3): 330-354. https://doi.org/10.1177/0048393106289795

Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları: theory and practice of counseling and psychotherapy* (Çev. Tuncay Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık.

Creswell, J. W. (2014). *Araştırma deseni: Nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları* (Çev. Ed. S. B. Demir). Ankara: Eğiten Kitap.

Cüceloğlu, D. (1998). *İnsan ve davranışı*. Remzi Kitabevi.

Çağ, P. (2011). *Evli bireylerde eş desteği ve evlilik doyumu*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Çağ, P. (2016). *Evlilik doyumu: Bir model testi*. [Doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Çağ, P. & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan kişisel ve ilişkisel değişkenler, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23. http://dergipark.ulakbim.gov.tr/

Çakar, F. S. & Karataş, Z. (2017). Adolescents Self-Esteem, School Anger And Life Satisfaction As Predictors Of Their School Attachment. Education And Science. 42(189), 121-136. doi:10.15390/eb.2017.6573

Çakmak-Tolan, Ö. (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması (Diyarbakır İl Örneği).* [Yayımlanmamış doktora tezi]. İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Ana Bilim Dalı. Malatya.

Çalık, A. K. (2022). *Evlilik doyumunun değerler, iletişim becerileri ve sosyodemografik değişkenler bağlamında incelenmesi,* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İbn Haldun Üniversitesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Çelik, M ve Tümkaya, S. (2012) öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD*) Cilt 13, Sayı 1, Sayfa 223-238 https://dergipark.org.tr

Çelik, Eyüp. (2012). *Evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri ile cinsel öz-yeterlik, evlilik yaşam doyumu ve cinsel utangaçlıklarının incelenmesi*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Sakarya Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.

Çelik, Eyüp. (2015). *Psikolojide güncel kavramlar- 3- Aile ve evlilik.* Nobel Yayınları.

Çınar, L. (2008). *Evlilik doyumu: cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Çitil, F., (2014) *Adölesan ve yetişkin gebelerde evlilik uyumu ve yaşam doyumunun doğum öncesi bağlanmaya etkisi,* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ile ilişkisinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi, İstanbul.

Diener, E. (1984). Subjective well- being. *Psychological Bulletin*. 95, 542- 575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542

Diener, E., Larsen, R., Levine, S., & Emmons, R. A. (1985). Intensity and frequency: Dimensions underlying positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology,* 48, 1253-126. doi:10.1037/0022-3514.48.5.1253

Diener, E. (1994). Assesing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research,* 31, 103-157. doi:10.1007/bf01207052

Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E. Ve Smith, H.L. (1999). Subjective well being: *Three Decades Of Progress. Psychology Bulletin*, 125(2), 276-302. doi:10.1037/0033-2909.125.2.276

Diener, E., Myers, D.G., (1997), The science of happiness (Cover Story), *Futurist,* 31(5), 3.

Diener, E. & Seligman, M.E.P. (2002). Very happy people. *Psychological Science,* 13(1), 81-84. https://doi.org/10.1111/1467-9280.00415

Dikmen, A.A., (1995), İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi, *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi,* Cilt: 50, No: 3-4, Haziran-Aralık, Ss. 115-140. https://doi.org/10.1501/SBFder_0000001851

Dilmaç, B., Ekşi, H. (2008). Meslek yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi.* 20, 279-289. https://dergipark.org.tr

Dingiltepe, T. (2009). *Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyleri ile Yaşam Kalite Düzeylerinin Karşılaştırılması*. [Yüksek Lisans Tezi]. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Dokur M. ve Profeta Y. (2006). *Aile ve çift terapisi* İstanbul: Morpa.

Durukan, Özer, E. (2018). *Cinsel mitlerin ve benlik saygısının cinsel doyuma etkisinin incelenmesi.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Durak, M., Şenol-Durak, E., & Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of satisfaction with life scale among turkish university students, correctional officers and elderly adults. *Social Indicators Reseacrh*, 99(3), 413-429. doi:10.1007/S11205-010-9589- 4 D.

Dush, C, Taylor, M, Kroeger, R. (2008). Marital Happiness and Psychological Well-Being Across The Life Course, Family Relations, 57(2),211-226. doi:10.1111/j.1741-3729.2008.00495.x

Erbek, E., Beştepe, E., Akar. H, Eradamlar, N., Alpkan, R. (2005) Evlilik uyumu. *Düşünen Adam,*18(1),39-47. https://arsiv.dusunenadamdergisi.org.tr

Erdinç, İ. (2018). *evli çiftlerde evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Eroğlu, Ş. (2017). *Evliliklerini 20 yaş ve altı yapmış kadınlar ile evliliklerini 20 yaş üzerinde yapmış olan kadınların yaşam doyumları, evlilik uyumları ile cinsel doyumları açısından karşılaştırılması.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.

Eroğlu, K. Ve Gölbaşı, Z. (2005). Cinsel eğitimde ebeveynlerin yeri: ne yapıyorlar ne yaşıyorlar? *Ankara Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi,* 8(2), 12-21. https://dergipark.org.tr

Ersanlı, K. Ve Kalkan, M. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme kuram ve uygulama*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Ersanlı, K. Ve Kumcağız, H. (2016). *Cinsel sağlık eğitimi*, Pegem Akademi, Ankara.

Eryılmaz, A. (2016). Ergenler için öznel iyi oluşu arttırma stretejileri ölçeğinin geliştirilmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(33): 81-88. https: dergipark.org.tr.

Eşkinat, R., Suğur, S., Demiray, E., Ve Ağaoğlu, E. (2013). *Toplumsal yaşamda kadın.* Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları.

Fidanoğlu, O. (2006). *Evlilik uyumu, mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişki*. (Tez No.205965) [Yayımlanmış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Fitzpatrick, M. A. (1988). *Between husbands ve wives: Communication in marriage.* Sage Publications, Inc.

Frank, D. I., Downard, E., & Lang, A. R. (1986). Androgyny, sexual satisfaction, and women. *Journal Of Psychological Nursing*, 24, 10-15. doi:10.3928/0279-3695-19860701-05.

Gökmen, A. (2001), *Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolcülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerinde etkisi*, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Gülsün, M., Ak, M. ve Bozkurt, A., 2009, "Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik" psikiyatride güncel yaklaşımlar-*Current Approaches In Psychiatry*. 1:68- 79. https: dergipark.org.tr.

Güngör, C. H. (2007*). evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme.* tezi. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Güngör Yanar Z, (2019). *Evli bireylerde yaşam doyumunun yordayıcısı olarak evlilik doyumu ve bağlanma boyutları*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Gürsoy, F.Ç. (2004). *Kaygı ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Halford, W. K., Kelly, A., & Markman, H. J. (1997). *Clinical handbook of marriage and couples intervention* (S. 3-12) Halford, W. K., Markman H. J. (Ed.). The Concept Of A Healthy Marriage Chichester, England: Wiley.

Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship belief in marital satisfaction and adjustment, *Social Behavior and Personality, 33*(4), 313-328. doi: 10.2224/sbp.2005.33.4.313

Hoşgör, T.E. (2013*). Evli çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

İmamoğlu, E. O. Ve Yasak, Y. (1997). Türk çiftler tarafından algılanan evlilik ilişkilerinin boyutları. *Genetik, Sosyal ve Genel Psikoloji Monografları,* 123(2): 211-232.

Kahveci, G. A. (2016*). Evli çiftlerde evlilik uyumu, evlilik çatışma biçimi ve depresyon düzeylerinin değerlendirilmesi*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi, İstanbul.

Karalı, Ayşe. (2019) *Evli Bireylerde Yaşam Doyumu, Cinsel Doyum ve Evlilik Uyumunun Sosyodemografik Değişkenlerle Olan İlişkisinin İncelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

Kaya, S. (2023). *Evli Bireylerin Yaşam Doyumu ve Kişilerarası Bilinçli Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişki*. [Yayımlanmamış yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Keser, A. (2003). *Çalışma Yaşamında Motivasyon ve Yaşam Tatmini*. Bursa: Alf Aktüel Yayını.

Keser, A. (2003). *Çalışmanın Anlamı, İnsan Yaşamındaki Yeri ve Yaşam Doyumu Üzerine Bir Uygulama* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Uludağ Üniversitesi, Bursa.

Kılıçlı, Z. (2022). *Evli kadınlarda evlilik ve yaşam doyumu ile çocuk yetiştirme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Koçyiğit, O. T. (2012). İnfertilite ve sosyokültürel etkileri. *İnsanbilim Dergisi,* 1(1):27 37. https://www.dergipark.org.tr.

Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması*, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kublay, D. (2013*). Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi.* (Tez No. 380242) [Yayımlanmış yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Kulaksızoğlu, A. (2015). *Ergenlik psikolojisi*. Remzi Kitabevi, İstanbul.

Özaydınlık, Ş. (2014). *Evli çiftlerin evlilik uyumu ile kişilik özellikleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Özbek, C. C. (2018). *Evli bireylerde eş değerlendirme, evlilik uyumu, evlilik doyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkilerin incelenmesi.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.

Özdevecioğlu, M. (2003). *İş tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma.* Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi, 1: 694-710. https://www.researchgate.net/publication/297576455

Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi.* Ankara: PDREM Yayınları.

Özgüven, İ.E. (2001). *Ailede iletişim ve yaşam*. Pdrem Yayınları.

Özkan, M. (2019*). Flört şiddetini önlemeye yönelik sivil toplum çalışmalarına dair bir değerlendirme: flört şiddeti deneyimlerinden öneriler* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Bilgi Üniversitesi, İstanbul.

Öztürk, C. Ş., Ve Arkar, H. (2014). *Evli çiftlerde evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler.* Literatür Sempozyum, 1(3), 16-24

Özuğurlu, K. (2013). *Evlilik raporu (evlilik-aile ve yaşam birlikteliği).* Altın Kitaplar. İstanbul.

Polat, D. (2006). *Evli bireylerin evlilik doyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Poroy, A. (2010). *Cinsellik el kitabı*. Alfa Yayınları.

Rosen, C. Brown, J. Heiman, S. Leiblum, C. Meston, R. Shabsigh, D. Ferguson, R., And D'Agostino, R. (2000). The Female Sexual Function Index (FSFI): A Multidimensional Self-Report İnstrument For The Assessment Of Female Sexual Function. *Journal Of Sex And Marital Therapy*, 26(2), 191-208. doi:10.1080/009262300278597

Sarı, T. (2012). *Evli bireylerin ebeveyn algıları, otomatik düşünceleri ve bağlanma stillerinin evlilik doyumu ile ilişkisi.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi, İstanbul.

Segrin,C., Hanzal, A., And Domschke, T. J.(2009).Accuracy and Bias in Newlywed Couples Perceptionsof Conflict Styles and The Association with Marital Satisfaction. *Communication Monographs,* 76, 207-233. https://doi:10.1080/03637750902828404

Selışık, Z. E., Tezer, E ve Koydemir, (2005). "Evlilik uyumu ve mükemmeliyetçilik boyutları arasındaki ilişkiler". *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,* 3(23): Ss.65-74. doi:10.17066/PDRD.88433

Şahin, Ş. (2008). *Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeyleri.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Şendil, G. ve Korkut, Y. (2012). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi,* 28:15-34.https:// dergipark.org.tr

Şener, A. (2002). *Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Şentürk, S. (2013). *Evli bireylerde evlilik uyumu ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. T.C. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Şimşek, E. (2011). *Örgütsel iletişim ve kişilik özelliklerinin yaşam doyumuna etkileri,* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

Taşçı, Ali İhsan. (2001). *Cinsel eğitim*. Yedirenk Kitaplık.

Taşdemir, E. (2014). *Evlilik doyumu ile bilişsel şemalar arasındaki ilişki*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

Taşköprü, M. (2013). *evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelenmesi*, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.

Tekin, G. (2019). *Evli kadınlarda toplumsal cinsiyet rolleri ile evlilik uyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tezer, E. (1986). *Evli eşler arasındaki çatışma davranışları: algılama ve doyum.* [Yayınlanmamış doktora tezi], Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tezer, E. (1994). Evli eşler arasındaki çatışmalar ile çeşitli demografik değişkenlerin evlilik doyumuna etkisi: Kadın eşin bir işte çalıştığı ve çalışmadığı eşler üzerinde bir araştırma. psikiyatri, *Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi.* 2(3), 209-217. http://psikiyatridizini.net/

Timm, T. M. ve Keiley, M. K. (2011). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: a path analysis. *Journal of Sex and Marital Therapy, 37,*206-223. http://doi.org/10.1080/0092623X.2011.564513

Tuğrul, C., Öztan, N., Kabakçı, E. (1993). Golombok-Rust cinsel doyum ölçeğinin standardizasyon çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2, 83-88 http://www.turkpsikiyatri.co

Tunç, Selamettin. (2019). *İş doyumunun yaşam memnuniyetine etkisi: öğretmenler üzerine bir araştırma.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. İstanbul.

Turan, A. (2013). *Evli bireylerin cinsel mit inançları, cinsel bilgi düzeyleri, ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri ve cinsel doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi, İstanbul.

Turna, T. (2022). *Cinsel benlik şemaları, suçluluk/utanç ve sosyal görünüş kaygısı ile cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Tutarel-Kışlak, Ş., ve Göztepe, I. Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi,* 3(2),27-46. https://doi.org/10.1501/sbeder_0000000044.

Tuzgöl-Dost, M. (2005). Öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 3:103 111. http://pdrdergisi.org/index.php/pdr/article/view/450/396

Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,* 22(2), 132-142. https://dergipark.org.tr

Tuzcu, A. (2017). *Evli bireylerde kişilik özelliklerinin evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerine etkisi.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Uslu, S. (2022). *Evli bireylerde öz eleştirellik seviyesi ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı rolü*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.

Uzel, A. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisinde çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı. İstanbul.

Ünal, S., Karlıdağ, R., Ve Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumu düzeylerinin yaşam doyumu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(2), 113-118. https://www.researchgate.net/publication/304716239.

Üncü, S. (2007). *Duygusal zekâ ve evlilik doyumu,* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Ünüvar, S., Avşaroğlu, S., & Uslu, M. (2012). An Evaluation Of Optimism And Life Satisfaction Of Undergraduate Students İn The School Of Tourism And Hotel Management. *Asian Social Science*, 8(12), 140-147. doi:10.5539/ass.v8n12p140

Vural, B. (2007). *Evlilik öncesi cinsel danışma programının yeni evli çiftlerin cinsel doyumuna etkisi*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Yardımcı-Erlik, N. (2020). *Evli bireylerde yaşam doyum düzeylerinin cinsiyet faktörüne ve evlilik süresine göre yordanması, Çorum örneği*, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1): 250-261. https://www.arastirmax.com

Yavuzer, H. (1999). *Ana baba ve çocuk*. Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2005). *Çocuğu tanımak ve anlamak: Ana-babaların en çok sorduğu sorular ve cevaplarıyla.* Remzi Kitabevi.

Yeh, H. C., Lorenz, F. O., Wickrama, K. A. S., Conger, R. D., & Elder Jr, G. H. (2006). Relationships among sexual satisfaction, marital quality, and marital instability at midlife. *Journal Of Family Psychology*, 20(2), 339. doi:10.1037/0893-3200.20.2.339

Yeşiltepe, S. (2011). *Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluş ve bazı değişkenler üzerinden incelenmesi*, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Çukurova Üniversitesi, Adana.

Yeter, N., (2017). *Kadınların iş doyumu ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yetim, Ü., (1991). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu,* [Doktora tezi], Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir.

Yetim, Ü. (2003). the impacts of individualism/collectivism, self-esteem and feeling of mastery on life satisfaction among the turkish university students and academicians. *Social Indicators Research*, 61 (3), 297-317. doi:10.1023/A:1021911504113

Yıldırım, T. (2008*). Üniversite çağındaki ergenlerin cinsel bilgi, tutum ve davranışları.* [Doktora tezi]. Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Edirne.

Yıldız M. A., Baytemir K. (2016), Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı, *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,* Cilt 17, Sayı 1. https://doi:10.17679 /iuefd.17181627.

Yıldız M. F. (2014). *Erişkin evli kadınlarda toplumsal cinsiyet rolü ile cinsel doyumun ilişkisi,* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yıldız, M.A., Çevik, G.B. (2016). evli bireylerin evlilik doyumlarinin ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *İnternational Journal Of Human Sciences,* 13(1), 227- 242. https://doi:10.14687/ijhs.v13i1.3417.

Yıldız, Ö. Z. (2018). *Evlilik doyumunun öncülleri ve sonuçları: Depresyon, kaygı, erken dönem uyumsuz şemalar*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz E. (2007). *Konya il merkezinde yaşayan evli nüfusta cinsel sorunların araştırılması,* Meram Tıp Fakültesi, [Tıpta uzmanlık tezi]. Selçuk Üniversitesi, Konya.

Yılmaz, B. B. (2019). *Cinsel mitler ile cinsel işlev bozukluklarının yaşam doyumunu yordama düzeyinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.

Yiğit, R., Dilmaç, B. ve Deniz, M.E. (2011). İş ve yaşam doyumu: Konya emniyet müdürlüğü alan araştırması. *Polis Bilimleri Dergisi*, 13(3). https://hdl.handle.net/20.500.12395/25902.

Yücel, D., & Koydemir, S. (2015). Predictors of marital satisfaction in north cyprus: exploring the gender effects. *Journal Of Family Studies,* 21(2), 120-143. http://doi.org/ 10.1080/13229400.2015.1017908.

Yüksel, Ö. (2013). *Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri,* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Zehir, T. (2016). *Evlilik uyumu ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Zhumgalbekov, A.&Efilti, E. (2023). Evli bireylerin evlilik uyumu ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi (AKEF) Dergisi*, 5(1), 1-15. doi:10.38151/akef.2023.41

Ekler

Ek-1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Bu anket çalışması, İstanbul Topkapı Üniversitesi Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans Program'ında yürütülmekte olan "**Evli Çiftlerde Evlilik Doyumu ve Cinsel Doyumunun Yaşam Doyumu İle İlişkisinin İncelenmesi**" isimli tez çalışmasında kullanılmak üzere hazırlanmıştır. Vereceğiniz tüm yanıtlar gizli tutulacaktır. Elde edilen bilgiler bilimsel amaçlar ışığında kullanılacaktır. Lütfen tüm sorulara yanıt veriniz. Çalışmaya katılmayı kabul ettiğiniz ve zamanınızı ayırdığınız için teşekkür ederim.

Değerli katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

1.Yaşınız:

2.Şu Anki Evlilik Süreniz:

3.Eğitim Düzeyiniz:

( ) İlköğretim ( ) Lise ( ) Ön Lisans ( ) Lisans

( ) Yüksek Lisans- Doktora

4.Hane Aylık Gelir Düzeyiniz:

( ) 10.000 ve altı ( ) 10.001-15.000 ( ) 15.001-20.000

( ) 20.001-30.000 ( ) 30.001 ve üzeri

5.Çalışma Durumu:

( ) Çalışmıyorum ( ) Çalışıyorum

6.Çocuğunuz var mı?

( ) Evet ( ) Hayır

7.Varsa Çocuk Sayınız:

( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ve üstü

8.Evliliğiniz:

( ) Aşk Evliliği ( ) Mantık Evliliği

( ) Görücü Usulü ( ) Diğer

Ek-2. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği

EK-2: Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği

YETİŞKİN YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ
(YYDÖ)

Sevgili katılımcılar,

Bu ölçek, yaşamınızla ilgili düşüncelerinizi öğrenmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte 21 madde bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz. Okuduğunuz maddeye ne derecede katılıp katılmadığınıza karar veriniz. Seçeneklerinden size uygun gelen seçeneği çarpı işareti (X) ile belirtiniz. Bütün maddelere tepkide bulununuz. Ölçek üzerine adınızı ve adresinizi yazmayınız.

Duyarlılığınız için teşekkür ederim.

Cinsiyet: K ( ) E ( ) Yaş : .....

	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Kısmen Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1. Hayatımdan memnunum.	( )	( )	( )	( )	( )
2. Hayat şartlarım mükemmel.	( )	( )	( )	( )	( )
3. Hayatım, çoğu arkadaşımın hayatından daha iyidir.	( )	( )	( )	( )	( )
4. Hayattan şimdiye kadar önemli şeyleri elde ettim.	( )	( )	( )	( )	( )
5. İyi bir hayatım var.	( )	( )	( )	( )	( )
6. Hayatımda "keşke"lerim çoktur.	( )	( )	( )	( )	( )
7. Ailemle vakit geçirmeyi severim.	( )	( )	( )	( )	( )
8. Yeterince arkadaşım var.	( )	( )	( )	( )	( )
9. İhtiyacım olduğunda arkadaşlarım bana yardımcı olurlar.	( )	( )	( )	( )	( )
10. Arkadaşlarım bana iyi davranır.	( )	( )	( )	( )	( )
11. Arkadaşlarımdan memnunum.	( )	( )	( )	( )	( )
12. Eğlenceli birisiyim.	( )	( )	( )	( )	( )
13. Kendimi seviyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
14. İyi bir insanım.	( )	( )	( )	( )	( )
15. Kendimi başarılı bulurum.	( )	( )	( )	( )	( )
16. Mahallemden memnunum.	( )	( )	( )	( )	( )
17. Komşularımdan memnunum.	( )	( )	( )	( )	( )
18. Yaşadığım yerde yapılabilecek eğlenceli birçok aktivite var.	( )	( )	( )	( )	( )
19. İşimden memnunum.	( )	( )	( )	( )	( )
20. İşe gitmek için sabırsızlanırım.	( )	( )	( )	( )	( )
21. Hayata tekrar başlama şansı verilse aynı işi yaparım.	( )	( )	( )	( )	( )

Ek-3. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği

GOLOMBOK-RUST CINSEL DOYUM OLÇEGI

Kadın Formu:
Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her soru için "hiçbir zaman", "nadiren", "çoğu zaman". "her zaman" şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenilen kendi cinsel yaşamınızı gözönüne alarak soruları cevaplandırmanızdır.

Cevaplandırırken:
1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun son zamanlarda ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki parantezin içine [X] işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.
4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyarmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sormarmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
3.Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (adet günleri, hastalık gibi nedenler dışında)	[]	[]	[]	[]	[]
4.Cinsel yönden kolaylıkla uyarılırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
5.Sizce, sizin ve eşinizin önsevişmeye (öpme, okşama gibi) ayırdığınız zaman yeterli mi?	[]	[]	[]	[]	[]
6.Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının giremeyeceği kadar dar olduğunu düşünürmüsünüz?	[]	[]	[]	[]	[]
7.Eşinizle sevişmekten kaçınırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
8.Cinsel ilişki sırasında doyuma(orgazma) ulaşabilirmisiniz?	[]	[]	[]	[]	[]
9.Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
10.Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar bulur musunuz?	[]	[]	[]	[]	[]
11.Gerekirse rahatsızlık ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilirmisiniz?	[]	[]	[]	[]	[]
12.Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olurmusunuz?	[]	[]	[]	[]	[]
13.Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, rahatsız olur musunuz?	[]	[]	[]	[]	[]
14.Sizin için doyuma (orgazma) ulaşmanı mümkün olmadığını düşünürmüsünüz?	[]	[]	[]	[]	[]

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
15.Haftada 2 defadan fazla cinsel birlemede bulunurmusunuz?	[]	[]	[]	[]	[]
16.Eşinize, cinsel ilişkinizle olarak, nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığızı söyleyebilirmisiniz?	[]	[]	[]	[]	[]
17.Eşinizin cinsel organı, sizin cinsel organınıza rahatsızlık vermeden girebilir mi?	[]	[]	[]	[]	[]
18.Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hissedermisiniz?	[]	[]	[]	[]	[]
19.Eşinizin cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
20.Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	[]	[]	[]	[]	[]
21.Önsevişme sırasında eşiniz bızarınızı (klitoris) uyardığında doyuma (orgazm) ulaşabilìrmìsìnìz?	[]	[]	[]	[]	[]
22.Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi?	[]	[]	[]	[]	[]
23.Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyarmìsìnìz?	[]	[]	[]	[]	[]
24.Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının derine girmesini engelleyecek kadar dar olduğunu düşünürmüsünüz?	[]	[]	[]	[]	[]
25.Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
26.Sevişme sırasında cinsel organınızda ìslaklık olur mu?	[]	[]	[]	[]	[]

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
27.Cinsel birleşme anından hoşlanırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
28.Cinsel birleşme anıda doyuma (orgazma) ulaşırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]

Erkek Formu

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 istenilen kendi cinsel yaşamınızı gözönüne alarak soruları cevaplandırmanızdır.

Cevaplandırırken:
1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun son zamanlarda ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki parantezin içine [X] işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.
4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan, sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1.Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunurmusunuz?	[]	[]	[]	[]	[]
2.Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak,nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilirmisiniz?	[]	[]	[]	[]	[]
3.Cinsel yönden kolay uyarılırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
4.Cinsel ilişki sırasında boşalmak için henüz erken olduğunu düşünürseniz, boşalmayı geciktirebilir misiniz?	[]	[]	[]	[]	[]
5.Eşinizle olan cinsel yaşamınızı tekdüze(monoton) buluyormusunuz?	[]	[]	[]	[]	[]
6.Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsı olurmusunuz?	[]	[]	[]	[]	[]
7.Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, tedirgin ve endişeli olurmusunuz?	[]	[]	[]	[]	[]
8.Cinsel organınızın, eşinizin cinsel organına girmesinden zevk alırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
9.Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sorarmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
10.İlişki sırasında cinsel organınızın sertleşmediği olur mu?	[]	[]	[]	[]	[]
11.Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hissedermisiniz?	[]	[]	[]	[]	[]
12.Eşinizin, cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
13.Cinsel birleşme sırasında erken boşalmayı engelleye bilirmisiniz?	[]	[]	[]	[]	[]
14.Eşinizle sevişmekten kaçınırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
15.Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar buluyormusunuz?	[]	[]	[]	[]	[]

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
16.Önsevişme(öpme,okşama gibi) sırasında cinsel organınızın sertleştiği olur mu?	[]	[]	[]	[]	[]
17.Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (hastalik gibi nedenler dışında)	[]	[]	[]	[]	[]
18.Eşinizle karşılıklı masturbasyon yapmaktan (kendinizi tatmin etmekten) zevk alırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
19.Eşinizle sevişmek istediğinizde, ilişkiyi siz başlatırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
20.Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
21.İstediğiniz kadar sık cinsel ilişkide bulunurmusunuz?	[]	[]	[]	[]	[]
22.Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	[]	[]	[]	[]	[]
23.Cinsel birleşme sırasında, cinsel organınızın sertliğini kaybettiği olur mu?	[]	[]	[]	[]	[]
24.Cinsel organınız, eşinizin cinsel organına girer girmez istemeden boşaldığız olur mu?	[]	[]	[]	[]	[]
25.Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alırmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
26.Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyarmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]
27.Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girmek üzereyken, istemeden boşaldığınız olur mu?	[]	[]	[]	[]	[]
28.Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyarmısınız?	[]	[]	[]	[]	[]

Ek-4. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği

Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği

Aşağıdaki konularda eşinizle anlaşıp anlaşamadığınızı ilgili kutucuğa (X) işareti koyarak belirtiniz.

		Hiçbir zaman anlaşamayız	Nadiren anlaşırız	Bazen anlaşırız	Oldukça sık anlaşırız	Çoğu zaman anlaşırız
1	Dini konular					
2	Muhabbet-sevgi gösterme					
3	Temel kararların alınması					
4	Cinsel yaşam					
5	Geleneksellik					
6	Mesleki kararlar					

Aşağıda eşinizle ve evliliğinizle ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuyup

size ne derece uygun olduğunu ilgili kutucuğa (X) işareti koyarak belirtiniz.

		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Oldukça sık	Çoğu zaman
7	İlişkinizi bitirmeyi ne sıklıkta tartışırsınız?					
8	Eşinizle ne sıklıkla münakaşa edersiniz?					
9	Evlendiğiniz için pişmanlık duyar mısınız?					
10	Ne sıklıkla birbirinizin sinirlenmesine neden olursunuz?					
11	Siz ve eşiniz ev dışı etkinliklerinizin ne kadarına birlikte katılırsınız?					
12	Ne sıklıkla teşvik edici fikir alışverişinde bulunursunuz?					
13	Ne sıklıkla bir iş üzerinde birlikte çalışırsınız?					
14	Ne sıklıkla bir şeyi sakince tartışırsınız?					

Ek-5. Etik Kurulu Onayı

T.C.
İSTANBUL TOPKAPI ÜNİVERSİTESİ
Akademik Araştırma ve Yayın Etiği Komisyonu

Sayı : E-49846378-050.01.04-2300010587 08.09.2023
Konu : Etik Kurul Onayı (Feryal BAY)

Sayın Araştırmacı Feryal BAY

"Evli Çiftlerde Evlilik Doyumu ve Cinsel Doyumun Yaşam Doyumu İle İlişkisinin İncelenmesi" konulu çalışmanız Akademik Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 08.09.2023 tarih 2023/09 sayılı toplantısında değerlendirilmiş ve çalışmanın Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği kurallarına uygun olduğuna karar verilmiştir.

Prof. Dr. Aziz EKŞİ
Komisyon Başkanı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Doğrulama Kodu: 172EDCD Doğrulama Adresi: https://ebys.topkapi.edu.tr/BelgeDogrulama

Ayvansaray Caddesi, No:45, 34087, Balat-Fatih/İstanbul
Tel: 4447696 Faks: +90 212 6214503
E-Posta: info@topkapi.edu.tr Elektronik Ağ: www.topkapi.edu.tr
Kep Adresi: istanbultopkapiuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi: Merve Müge ŞENGÜL
Raportör

ÖZGEÇMİŞ

Lise öğrenimini 1988 yılında Zonguldak Alaplı Atalay Lisesinde tamamladı. 1998 senesinde Anadolu Üniversitesi Sosyoloji bölümünden mezun oldu. 2013 yılında Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi İşletme Fak. Pazarlama ve Satış bölümü (Tezsiz) yüksek lisans eğitimini tamamladı. 2022 yılında İstanbul Topkapı Üniversitesi Psikoloji (Tezli) yüksek lisans eğitimine başladı.