

T.C.
İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**PANDEMİ SÜRECİNİN EVLİ ÇİFTLERDE ANKSİYETE VE EVLİLİK
DOYUMUNA ETKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tubanur GÖZEL

İstanbul, 2023

T.C.
İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**PANDEMİ SÜRECİNİN EVLİ ÇİFTLERDE ANKSİYETE VE EVLİLİK
DOYUMUNA ETKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tubanur GÖZEL

100017786

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Zebiniso KAMALOVA

İstanbul, 2023

TAAHHÜT

Hazırlamış olduğum tez özgün bir çalışma olup YÖK ve İstanbul Ticaret Üniversitesi Lisansüstü Yönetmeliklerine uygun olarak hazırlanmıştır. Ayrıca, bu çalışmayı yaparken bilimsel etik kurallarına tamamiyle uyduğumu; yararlandığım tüm kaynakları gösterdiğimi ve hiçbir kaynaktan yaptığım ayrıntılı alıntı olmadığını beyan ederim. Bu tezin ihtiva ettiği tüm hususlar şahsi görüşüm olup İstanbul Ticaret Üniversitesinin resmi görüşünü yansıtmamaktadır.

12/01/2023

TUBANUR GÖZEL

ÖNSÖZ

Covid-19 pandemisi tüm dünyada olumsuz etkileri ile bilinen bir süreçtir. Pandemi fiziksel sağlık kadar psikolojik sağlık üzerine de önemli etkilerde bulunmuştur. Bu çalışmada pandemi sürecinde evli çiftlerdeki kaygı ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Araştırmanın oluşum süreci dahil her anında desteğini ve emeğini esirgemeyen değerli hocam ve tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Zebiniso KAMALOVA'a katkılarından dolayı şükranlarımı sunuyorum aynı zamanda bu süreçte her zaman yanımda olan değerli hocam Doç. Dr. Hanifi PARLAR'a katkılarından dolayı çok teşekkür ediyorum.

Tüm hayatım boyunca beni her koşulda destekleyen ve yanımda olduğunu hissettiren Hayriye AKYÜZ'a, Selin AYDENİZ'a, Esmâ AKSU'a, Hacer BULUT'a çok teşekkür ederim.

Verilerin toplanmasında çok büyük emeği olan değerli katılımcılara, araştırma boyunca bana sabır gösteren ve cesaretlendiren arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Tubanur GÖZEL

ÖZET

Evlilik kavramı toplumun en küçük yapı birimi olan aileyi oluşturması nedeniyle önemlidir. Bireysel ve toplumsal anlamda çıktıları olan bu kavram psikoloji literatüründe sıklıkla incelenmiştir. Tüm dünyada önemli değişimlere ve sorunlara neden olan Covid-19 pandemisi, evlilik süreçlerine de olumlu ve olumsuz anlamda etki etmiştir. Bu araştırmanın temel amacı, Covid-19 virüsünün evli çiftlerin kaygı düzeylerini ve evlilik doyumlarını demografik değişkenlere bağlı olarak ne derecede etkilediğini araştırmaktır. Yapılan çalışmaya 267 kadın ve 80 erkek olmak üzere toplam 347 kişi katılmıştır. Çalışmada kartopu örneklem yöntemi ile katılımcılara ulaşılması hedeflenmiştir. Araştırmanın verileri, araştırmacı tarafından literatür taraması ve uzman görüşü alınarak oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” ile Evlilik Doyumu Ölçeği” ve “Koronavirüs Kaygı Ölçeği” kullanılarak oluşturulan anket formu ile toplanmıştır. Katılımcılardan elde edilen veriler üzerinde SPSS 26 paket programında betimsel çözümler yapılmıştır. Elde edilen bulgularda, katılımcıların evlilik doyumu ve koronavirüs kaygı düzeylerinin cinsiyet, yaş, eğitim durum, çalışma durumu, maddi durum, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerine göre farklılık göstermektedir. Yaş, evlilik süresi, çocuk sayısı, evlilik doyumu puanı ve koronavirüs kaygı puanları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yaş ve koronavirüs kaygı puanı evlilik doyumu puanını yordamada anlamlı parametreler olarak görülmüştür. Elde edilen bulgular evlilik doyumu kavramını etki eden değişkenlerin incelenmesi ve pandemi gibi olumsuz süreçlerde evlilik kurumunun daha az zarar görmesi noktasında faydalı bilgiler sunmaktadır. Sonuçların literatüre güncel bilgiler sunduğu kadar uzmanlara da öneriler getirdiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Evlilik, evlilik doyumu, Covid-19, pandemi, anksiyete

ABSTRACT

The concept of marriage is important because it constitutes the smallest structural unit of society, the family. This concept, which has individual and social outputs, has been frequently examined in the psychology literature. The Covid-19 pandemic, which has caused significant changes and problems all over the world, has also caused different positive and negative results in marriage processes. The main purpose of this output is not to investigate the anxiety intensity and marital satisfaction of married couples, depending on demographic variables, nor excessive consumers of the Covid-19. A total of 347 people, 267 women and 80 men, participated in the study. In the study, it was aimed to reach the participants with the snowball sampling method. The data of the research were collected with the "Personal Information Form", which was created by the researcher by taking the literature review and expert opinion, and the questionnaire formed by using the Marriage Satisfaction Scale" and the "Coronavirus Anxiety Scale". Descriptive analyzes were made on the data obtained from the participants in the SPSS 26 package program. In the findings, the marital satisfaction and coronavirus anxiety levels of the participants differ according to the variables of gender, age, education level, employment status, financial situation, duration of marriage and number of children. Significant relationships were found between age, duration of marriage, number of children, marital satisfaction score and coronavirus anxiety scores. Age and coronavirus anxiety score were seen as significant parameters in predicting the marital satisfaction score. The findings provide useful information on the examination of the variables affecting the concept of marital satisfaction and less damage to the institution of marriage in negative processes such as pandemics. It is thought that the results provide up-to-date information to the literature as well as suggestions to experts.

Keywords: Marriage, marital satisfaction, Covid-19, pandemic, anxiety

İÇİNDEKİLER

TAAHHÜT	i
ÖNSÖZ	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	viii
KISALTMALAR.....	ix
1 GİRİŞ	1
1.1 Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	1
1.2 Araştırmanın Kapsamı.....	2
2 KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	5
2.1 Anksiyete.....	5
2.1.1 Anksiyete Tanımı ve Tanı Kriterleri	5
2.1.2 Anksiyete Belirtileri	7
2.1.3 Anksiyeteye Neden Olan Faktörler	8
2.1.3.1 Genetik (Kalıtsal) Faktörler.....	8
2.1.3.2 Biyokimyasal Faktörler	9
2.1.3.3 Psikososyal Faktörler.....	10
2.2 Evlilik ve Evlilik Doyumu	11
2.2.1 Evlilik Doyumunu Açıklayan Kuramlar.....	14
2.2.1.1 Psikanalitik Model.....	14
2.2.1.2 Bağlanma Kuramı.....	14
2.2.1.3 Bağlamsal Model.....	15
2.2.1.4 Sosyal Değiş Tokuş Model.....	15
2.2.1.5 Yatırım Modeli	15

2.2.1.6	Yükleme Kuramı	16
2.2.1.7	Sosyal Öğrenme Modeli	16
2.2.1.8	Sevginin Evrimi Modeli	17
2.2.1.9	Kişilerarası İletişime Dair Sosyal Biliş Teorisi	17
2.3	Literatürde Evlilik Doyumu ve Anksiyete ile İlgili Yer Alan Çalışmalar	17
2.3.1	Literatürde Evlilik Doyumu ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....	17
2.3.2	Literatürde Anksiyete ile İlgili Yapılan Çalışmalar	20
2.3.3	Evlilik Doyumu ve Anksiyete ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....	22
3	YÖNTEM	24
3.1	Araştırmanın Amacı	24
3.2	Araştırmanın Problemi	24
3.3	Araştırma Modeli	25
3.4	Evren ve Örneklem.....	25
3.5	Veri Toplama Araçları.....	27
3.5.1	Demografik Bilgi Formu	27
3.5.2	Evlilik Doyumu Ölçeği.....	27
3.5.3	Koronavirüs Kaygı Ölçeği.....	28
3.6	Verilerin Toplanması.....	28
3.7	Verilerin Analizi.....	28
4	BULGULAR.....	29
4.1	Betimleyici Analizler	29
4.2	Karşılaştırma Analizleri	30
4.3	İlişkisel Analizler	37
5	TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	40
5.1	Tartışma ve Sonuç	40
5.2	Öneriler.....	47

KAYNAKÇA	49
EKLER.....	62
Ek 1- Demografik Bilgi Formu	62
Ek 2- Evlilik Doyumu Ölçeği.....	63
Ek 3- Koronavirüs Kaygı Ölçeği.....	64
Ek 4- Ölçek Kullanım İzinleri	65
ÖZGEÇMİŞ	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.



TABLÖLAR LİSTESİ

Sayfa no.

Tablo 1. Genel anksiyete fiziksel ve zihinsel belirtiler (SAMHSA, 2016).....	7
Tablo 2. Katılımcıların demografik bilgileri için sayı ve yüzde dağılımı	26
Tablo 3. Araştırma Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanları için Betimleyici İstatistik Sonuçları	29
Tablo 4. Yaşa göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi.....	30
Tablo 5. Cinsiyete göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi.....	31
Tablo 6. Eğitim durumu göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi..	32
Tablo 7. Çalışma durumuna göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi...	33
Tablo 8. Çalışma durumuna göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi..	34
Tablo 9. Evlilik süresine göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi..	35
Tablo 10. Çocuk sayısına göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi..	36
Tablo 11. Katılımcıların yaş, çocuk sayısı, evlilik süresi, Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesi.....	37
Tablo 12. Evlilik doyumu toplam puanının yordayıcılarının incelenmesi	39

KISALTMALAR

ANOVA : Tek Yönlü Varyans Analizi

BDNF : Beyin Kaynaklı Nörotrofik Faktör

COVID-19 : Yeni Tip Koronavirüs

GABA : Gama Aminobütirik Asit

SPSS : Statistical Package for Social Science

WHO : World Health Organization

1 GİRİŞ

1.1 Araştırmanın Amacı ve Önemi

Hayvansal (zoonotik) kökenli bir koronavirüs olan yeni tip koronavirüs (Covid-19), 2019'un kasım ayında Çin'in Hubei eyaletindeki Wuhan kendinde ortaya çıkmıştır. Canlı hayvan pazarı merkezli ilk vakalarda üst ve alt solunum yolu enfeksiyonları bildirilmiştir. Yapılan fizik ve laboratuvar muayeneleri sonucunda bulaşın koronavirüs etkenli olduğu ancak etiyolojisinin anlaşılamadığı aktarılmıştır (Bogoch ve ark., 2020). Virüs sınıflama için yapılan çalışmalar sonucunda bu hastalık Covid-19 olarak tanımlanmıştır (Zhao ve ark., 2020). Virüsün bulaş hızının fazla olması ve kısa bir sürede 160'tan fazla ülkeye yayılarak 200 bine yakın vaka ve 8 bine yakın ölüm yaşanması sonucunda Dünya Sağlık Örgütü yaşanan süreci pandemi olarak ilan etmiştir (Akkuzu ve ark., 2020). Tüm dünyada gerek sağlık gerek toplumsal yaşantı üzerinde normalleş değişmiş, farklı önlemlerin alınması gerekmiştir. Ülkemizde bu kapsamda eğlence yerlerinin kapatılması, ortak kullanım temelli mekân ve etkinliklerin ertelenmesi-kısıtlanması, ileri yaş ve 20 yaş bireylerin sokağa çıkma yasakları, maske-mesafe-temizlik kurallarının katı bir şekilde uygulanması gibi kararlar alınmıştır. Ayrıca pandeminin şiddetli olduğu zamanlar için birçok şehirde hafta içi ve hafta sonu olmak üzere sokağa çıkma kısıtlamaları hayata geçirilmiştir (Ladikli ve ark., 2020).

Fiziksel sağlığı bu derece tehdit eden bir hastalığın ve alınan önlemlerin bireylerin psikolojik sağlıkları üzerinde de etkileri görülmüştür. Bu etkilerden ilki olarak kaygı gösterilebilir. Yapılan bir çalışmada Covid-19 kökenli kaygı oranı %35 olarak bildirilmiştir. Bunun yanında %45 oranında depresyon ve %43 oranında tükenmişlik aktarılmıştır (Sanghera ve ark., 2020). Bireylerin sağlıkları ve yakınlarının sağlıklarından dolayı yaşadıkları kaygı başa çıkmalarını zorlaştıran düzeylere ulaşmıştır (Sahebi ve ark., 2021). Bunun yanında hastalıkla mücadele etme noktasında yeterli araçların bulunmaması ve tedavi noktasında gelişmelerin olmaması da bu kaygı düzeyini yükselmiştir (Spoorthy, Pratapa ve Mahant, 2020). Bireylerin normal yaşantılarını sürdürmeleri yönündeki engeller ve yeni normallere alışmaları noktasındaki baskı hissi de sıkışmışlık duygusuna neden olmuş olabilir (Zara ve ark., 2021).

Ayrıca sosyal kısıtlamalar, izolasyon ve sokağa çıkma yasakları gibi önlemler bireylerin zamanlarının çoğunu ev içinde geçirmelerine neden olmuştur. Bu durumun da aile birliği içinde sorunların daha fazla yaşanmasına ve çözüm bulma noktasında eksiklerin görülmesine neden olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle pandemi sürecini neden olduğu kaygı ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi, sürecin aile yaşantısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi noktasında değerli ve önemli görülmektedir. mevcut süreç modern toplumun ilk kez deneyimlediği küresel bir felaket olması nedeniyle iyi anlaşılması ve sonuçlarının dikkatli incelenmesinin ilerleyen süreçlerde yaşanacak benzer bir durum için faydalı bilgiler sunabilir. Bu amaçla çalışmada evli bireylerde pandemi sürecindeki Covid-19 kaygısı ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin ve etki ettiği düşünülen değişkenlerin incelenmesi amaçlanmıştır.

1.2 Araştırmanın Kapsamı

Evlilik doyumu bireylerin evliliklerinin uzun yıllar mutlu bir şekilde devam etmesini etkileyen en önemli faktörlerden biri olarak kabul edilmektedir (DeMoss, 2004). Bu işlevinin yanı sıra evlilik doyumu bireylerin yaşamdan aldıkları doyum ve psikolojik iyi oluşları ile yakından ilişkili olan bir kavramdır. Doyumlu ve uzun yıllar devam eden evliliklerde, eşlerin yaşamda karşılaştıkları problem ve zorluklarda her zaman destekçi ve yardımcılarının olduğunu düşünmesini, bireylerin huzurlu, güçlü ve güvenli hissetmesini sağlamaktadır. Bu pozitif hisler de bireylerin yaşam doyumlarını ve psikolojik iyi oluşlarını arttırmaktadır. Evlilikten elde edilen doyumun düşük düzeyde olması ise bireylerin ruh halini olumsuz olarak etkilemekte, farklı sorunların ortaya çıkmasına neden olabilmekte ve boşanma kararlarının alınmasına neden olabilmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2016; Güngör, 2007; Miller, Mason ve Canlas, 2013; Walker, Isherwood, Burton, Kitwe-Magambo ve Luszc, 2013).

Evlilik, bireyler için çoğu zaman büyük bir değişimi ifade etmekte, bireyler evlilikle birlikte “ben” olmaktan çıkıp “biz” olmaya başlamakta, bir yaşam alanını, bir yatağı ve kısacası tüm hayatı paylaşmaya başlamaktadırlar. Evliliğin ilk yıllarında bireylerin bu yeni duruma olan uyum süreçleri evlilik yaşamını etkileyebilmektedir. Bu açıdan bakıldığında evlilik sürecindeki uyum ve doyum kavramları birbiri ile

ilişkili olan ancak birbirinden farklı kavramlardır. Araştırmacılar bu farklılığı, evlilik doyumunun öznel değerlendirme sonucunda ortaya çıkma durumuna vurgu yaparak açıklamaktadırlar. Evlilik sürecinde birçok anlaşmazlığın ve problemin ortaya çıkması doğal bir durum olarak kabul edilmektedir ve önemli olan bu problemlerin ifade edilmesi, beraber çözüme kavuşturulması, ortak kararların alınabilmesidir. Ancak bu sayede eşlerin evliliklerinin süreğenlik ihtimali artmakta ve evlilik doyumları yükselmektedir (Bıyıkoglu, 2012; Hünler ve Gençöz, 2003; Tarhan, 2016; Yılmaz, 2001).

Çiftlerin hissettikleri karşılıklı sevginin, birbirlerine sadakatlerinin, değerleri ve gelecek planlarının uyumluluğunun, evlilikten elde edilen doyumun üç önemli etmeni olduğu öne sürülmektedir. Evlilik doyumunun aşk duygusu ile ilişkisinin incelenmesinde araştırmacılar, aşkın evlilik doyumunun yordayıcısı olduğunu fakat sadakat ile birlikte olması gerektiğini ileri sürmektedirler (Rosen- Grandon, Myers, Jane ve Hattie, 2004).

Eşlerin yaşamları boyunca gerek sorumluluk paylaşımı açısından gerekse sorun ve sıkıntılardaki yardım açısından eşlerinden gördükleri ve hissettikleri destek, eşlerin evliliklerinden aldıkları doyumu etkilemektedir. Bu doğrultuda eşlerin birbirine ev işleri ve çocuk bakımı konusunda yardımcı olması, maddi destek sunması, sorun ve sıkıntılarla birlikte mücadele etmeleri, birlikte bolca vakit geçirmeleri, eş olmanın yanı sıra iyi bir arkadaş da olabilmeleri, karşılıklı sevgi, saygı duymaları, her koşulda birbirlerini kabul edebilmeleri ve ihtiyaçlarını gidermeleri doyumlu ve süreğen bir evlilik için olması gereken önemli unsurlardır (Çağ ve Yıldırım, 2013; Çelik ve Yazgan, 2009; Demir, 2014). Luckey (1960) ise birbirlerinin duygularını fark edip anlamlandırabilen, eşleri ile ilgili gerçekleştirilebilir isteklere sahip olan, kendini açtığında yeterli ve uygun dönüş alabilen ve istek, inanç ve değerleri uyumlu olan çiftlerin evlilik doyumlarının yüksek olacağını ileri sürmektedir.

Araştırmalar ışığında yapılan araştırmamızda, Covid-19 pandemi sürecinde yaygın anksiyete bozukluğu Covid-19 korkusu ve evliliklerde bilişsel esneklik arasındaki ilişkiler incelenecektir. Covid- 19 korkusu ve bilişsel esnekliğin yaygın olan anksiyeteyi ne derecede öngördüğü incelenecektir. Çalışmanın ilk kısmında

anksiyete ve evlilik doyumu kavramlarına yönelik literatür taramasına yer verilecektir. Bu kısımda teorik ve pratik bilgilerin derlenmesi amaçlanmıştır. Devam eden kısımda araştırma yöntemine dair bilgiler aktarılacaktır. Bulgular kısmında elde edilen verilerin analiz ve çözümlenmesi yer alacaktır. Son olarak sonuç kısmında ise elde edilen bulguların literatür çalışmaları ışığında değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

1.3 Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırmaya katılan kişilerin, demografik bilgi formunu ve ölçekleri doğru bir şekilde cevapladıkları varsayılmaktadır.
2. Örnekleme oluşturan evli çiftler evreni temsil ettikleri varsayılmıştır.
3. Araştırmada kullanılan yöntem ve ölçeklerin araştırmanın amacına uygun olduğu varsayılmaktadır.
4. Araştırmada kullanılan Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), Korona Virüs Anksiyete Ölçeği(KAÖ)'nin ölçmek istediği nitelikleri tam ve doğru ölçtüğü varsayılmaktadır.

1.4 Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma örneklemini 347 evli çift oluşturmaktadır. Evli çiftler anket sorularına karşı önyargı oluşturmaları örneklem grubunu sınırlandırmıştır.
2. Araştırmaya katılan 347 evli çiftten çoğunluğu kadınlar oluşturmaktadır.
3. Çalışma sınırlılıklar dolayısıyla kartopu örnekleme yöntemiyle yapılmıştır.
4. Çalışmanın verileri sosyal medya ve elektronik posta aracılığıyla toplanmış olup, çalışma yüz yüze yapılmamıştır.

2 KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1 Anksiyete

2.1.1 Anksiyete Tanımı ve Tanı Kriterleri

Kaygı ve bunaltı olarak ifade edilen anksiyete, gerçekleşme ihtimali olan fakat istenmeyen sakıncalı durumları hisseden ve karşı tepkisini gösteren, bedenin doğal bir savunma yöntemidir. Ani bir şekilde kalp atışının hızlanması, çarpıntı, ter salgısının artması, el ve ayak titremesi, gerginlik ve panik hissi ile birlikte istenmeyen bir durumun yaşanacağı fikri anksiyetenin sık görülen belirtilerindendir. Bazı kaynaklara göre korku hissinden farkı, anksiyetenin belli olmayan bir risk algısı beklentisi ile sınırlandırılmış olmasıdır (Açık, 2021).

Anksiyete, sadece öznel olarak tehdit edici olarak görülen bir duruma aşırı tepki olarak genellikle genelleştirilmiş ve odaklanmamış bir huzursuzluk ve endişe hissidir. Genellikle kas gerginliği, huzursuzluk, yorgunluk, nefesini tutamama, karın bölgesinde gerginlik, mide bulantısı ve konsantrasyon sorunları eşlik eder. Anksiyete, gerçek ya da algılanan anlık bir tehdide (savaş ya da kaç tepkisi) verilen bir tepki olan korku ile yakından ilişkilidir; anksiyete, korku da dahil olmak üzere gelecekteki tehdit beklentisini içerir. Anksiyete ile karşı karşıya kalan kişiler, geçmişte anksiyeteye neden olan durumlardan geri çekilebilirler (Akfırat, 2022).

Anksiyete tipik bir insan tepkisi olsa da aşırı olduğunda veya gelişimsel olarak uygun dönemlerin ötesinde devam ettiğinde anksiyete bozukluğu olarak teşhis edilebilir. Belirli klinik tanımları olan çoklu anksiyete bozukluğu türleri (yaygın anksiyete bozukluğu ve obsesif kompulsif bozukluk gibi) vardır. Anksiyete bozukluğu tanımının, onu günlük anksiyeteden ayıran bir kısmı, süreklilik göstermesi, tipik olarak 6 ay veya daha uzun sürmesidir, ancak süre kriteri bir

dereceye kadar esnekliğe izin veren genel bir kılavuz olarak tasarlanmıştır ve bazen çocuklarda daha kısa sürelidir (Gürsoy ve Karakılıç, 2019). Anksiyete birçok farklı sebebi ve klinik belirtisi olan nonspesifik semptomdur. Darlık ve sıkışma anlamına gelen “angh” kökünden türetilmiş olup, Latince anxietas kelimesinden gelmektedir. Anksiyete, zihindeki üzüntü, sıkıntı, dert, rahatsızlık, eziyet, anlamlarını ifade etmektedir. Türkçe sözlükte kaygı, üzüntü, endişe duyulan düşünce, gam ve tasa kavramlarına karşılık gelmektedir. Sağlık kelimesi çoğu kişinin aklına bedensel herhangi bir hastalığın bulunmaması durumunu getirmektedir. Fakat sağlık, ruh sıhhatini de içine alan daha geniş bir kavramdır. Nitekim Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization, WHO) sağlığı; “Sadece hastalığın ve sakatlığın olmaması değil; fiziksel, ruhsal ve sosyal iyi olma hali.” olarak tanımlamıştır (WHO, 2006).

Literatür incelendiğinde ruh sağlığıyla ilgili farklı açıklamalar yapıldığı görülmektedir (Ertaş ve Kılıç, 2017). İstatistiksel tanıma göre çan eğrisinin alt ve üst sınırında bulunmayan kişiler normal ruh sağlığına sahiptir. Klinik tanıma göre ise; herhangi bir ruhsal bozukluğu olmayan, kendini seven, başkalarıyla ilişkileri kuvvetli kişilerin normal olduğu belirtilmiştir. En sık rastlanan ruhsal bozukluklardan biri anksiyete bozukluğudur. Anksiyetenin net olarak tek bir tanımı bulunmamakla birlikte genel bir mutsuzluk hali, geleceğe karşı umutsuzluk, yaşadığı olaylara karşı karamsar bir tutum ve çaresizlik anksiyete için ayırt edici belirtilerin başında gelmektedir (Avan ve diğerleri, 2021).

Epidemiyolojik araştırmaların sonucuna bağlı en yaygın psikiyatrik rahatsızlıkların başında, dünya çapındaki yaklaşık prevalansı %7,3 (%4,8-10,9) olan anksiyete bozuklukları gelmektedir. Türlerine göre ilk sırada prevalans oranı %10,3 ile özgül fobiler (ÖF), ikinci sırada %6,0 oranı ile panik bozukluk (PB), ardından sırası ile sosyal anksiyete bozukluğu (SAB) ve yaygın anksiyete bozukluğu (YAB) gelmektedir (İçli, Kalkan ve Bilgecan, 2019). Anksiyete bozukluğu, kadınlarda erkeklere göre 1,5-2 kat daha sık görülmektedir. Anksiyete, hoş olmayan bir iç kargaşa durumu ile karakterize edilen ve beklenen olaylara karşı korku duygularını içeren bir duygudur. Genellikle ileri geri yürüme, somatik şikayetler ve ruminasyon gibi gergin davranışlar eşlik eder (Beştav, 2019).

2.1.2 Anksiyete Belirtileri

Anksiyete bozukluğu durumunda korku hissi her zaman ortaya çıkabilir. Çoğu zaman yoğun ve bazen zayıflatıcıdır. En önemli belirtilerinden birisi zevk aldığımız şeyleri bırakmamıza sebep olabilir. Çok aşırı durumlarda ise asansöre girmeyi, caddeyi geçmeyi ve hatta evden çıkmayı engelleyebilir. Tedavi edilmez ise kötüleşmeye devam etme ihtimali yüksektir (Özer ve Büyükkınacı, 2019). Anksiyete belirtileri fiziksel ve zihinsel olarak aşağıdaki tabloda listelenmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Genel anksiyete fiziksel ve zihinsel belirtiler (SAMHSA, 2016)

Fiziksel Belirtiler	Zihinsel Belirtiler
Artan kalp atış hızı	Huzursuzluk
Sıcak basması	Kolay yorulma
Artan Terleme	Konsantre olma zorluğu
Kas gerginliği	Sinirlilik
Hızlı nefes alma	Uyku Bozukluğu
Kolay yorulma	Odaklanmada zorluk

Kaynak: Turanlı, 2010.

Anksiyete belirtiler bireyden bireye değişiklik gösterse de genel belirtileri Tablo 1’de yer aldığı gibidir. Zihin ile beden arasında bir kopukluk hissedilir. Bazı insanlarda kabuslar, panik ataklar ve kontrol edilemeyen acı verici düşünceler veya hatıralar yer alır. Genel bir korku ve endişe duygusu on plana çıkabilir veya belirli bir yer veya olaydan korkulabilir. (Develi, 2006; Turanlı, 2010).

Yukarıdaki tabloda belirtildiği gibi anksiyete ’nin ilk göze çarpan fiziksel belirtisi artan kalp hızıdır. Birey anksiyete ortaya çıktığında kalp atışı artar ve sıcak basması gibi fiziksel belirtiler gösterir. Ayrıca, terleme ve ağız kuruluğu yaşanabilir. Kas gerginliği ve hızlı nefes alma gibi diğer fiziksel belirtiler ortaya çıkar. Son olarak bireyi hem fiziksel hem de zihinsel olarak kolay yorulur. Zihinsel belirtilerin en önemlisi huzursuzluktur. Birey huzursuzluk yaşaması muhtemeldir ve zihinsel olarak kendini bozukta hissederek kolay yorulabilir. Yaptığı işine konsantre olmada zorluk yaşanır. Kolay sinirlenme durumları ortaya çıkar. Son olarak sağlıklı uyku uyuyamaz ve yaptıklarına odaklanmada zorluklar yaşar. (Develi, 2006; Ekşi, 2006).

Anksiyete bozukluğu antik çağlardan beri bilinmesine rağmen, kapsamlı tanı ve tedavi çalışmaları 20. yüzyılın ilk yarısında başlamıştır. Çoğunlukla “genel anksiyete bozukluğu, panik bozukluğu, sosyal anksiyete bozukluğu ve ayrılık anksiyete bozukluğu” gibi çeşitli formları olan çocuklar arasında görülür. Ebeveynlerin yanı sıra ebeveynleri için de ciddi sorunları tetikleyebilir ve zihinsel gelişimlerinde yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyen ve kurum içi sorunları artıran sosyal sorunlara neden olabilir. (Özer ve Büyükkınacı, 2019).

2.1.3 Anksiyeteye Neden Olan Faktörler

Bu kısımda anksiyetenin etiyolojisinde yer alan faktörler hakkında bilgiler sunulacaktır. Bu faktörler içinde genetik, biyokimyasal ve psikososyal faktörler bulunmaktadır. Anksiyetenin doğasının anlaşılmasında bu faktörlerin etkilerinin bilinmesi önemli görülmektedir (Develi, 2006).

2.1.3.1 Genetik (Kalıtsal) Faktörler

Genetik yapının anksiyete üzerindeki etkisini araştırmak isteyen bilim insanları ikiz çocuklara sahip aileler ve evlat edinen aileler ile yaptıkları birçok çalışmanın ardından kalıtsal özelliklerin anksiyete görülme riskini %31-42 aralığında etkilediğini belirlemişlerdir. Yani ailesinde anksiyete bozukluğu tanısı almış kişilerin anksiyete bozukluğuna girme ihtimali ailesinde hastalık geçmişi olmayan kişilere oranla ortalama üç kat daha fazladır. Ailelerle yapılan çalışmalarda birinci kuşak yakınlarında anksiyete bozukluğu görülen bireylerin anksiyete riskinin diğer bireylere oranla iki veya üç kat artmakta olduğu tespit edilmiştir. Evlat edinilen çocuklarla yapılan çalışmalarda öz ailelerinde anksiyete görülen çocuklarda evlat edinen ailede böyle bir rahatsızlık olmamasına rağmen anksiyete bozukluğu görülme riskinin diğer bireylerden yüksek olduğu bulunmuştur. İkizlerle yapılan çalışmalarda tek yumurta ikizlerinde eş zamanlı olarak anksiyete görülme oranı %50, çift yumurta ikizlerinde ise bu oranın %10-%25 aralığında olduğu belirlenmiştir (Ekşi, 2006).

Yapılan başka bir çalışmada aile öyküsünde anksiyete bozukluğu görülen kişilerin görülmeyenlere oranla daha erken yaşta anksiyete bozukluğu belirtileri gösterme ihtimallerinin arttığı tespit edilmiştir. Kalıtsal faktörlerin anksiyete üzerindeki etkisini belirlemede genler üzerinde yapılan çalışmalar da önemli yer

tutmaktadır. Örneğin; taşıyıcı proteinlerin ya da reseptörü yöneten genlerle ilgili anksiyete bozukluğu tanısı almış ve almamış kişiler üzerinde yapılan incelemeler sayesinde, bu genlerin hastalığa neden olup olmama durumu hakkında bilgi edinilebilmektedir. Deneylerin yeterli sayıda deney grubuna uygulanmasıyla birlikte, bu genlerin anksiyete yatkınlığındaki önemi belirlenmiş olmaktadır (Erbaş, 2005).

2.1.3.2 Biyokimyasal Faktörler

Günümüzde anksiyete bozukluğu tanısı almış kişilerin biyokimyasal yapısında değişikliklerin olduğu konusunda görüş birliği söz konusudur. Fakat bu değişikliklerin hastalık sonucu olarak mı ortaya çıktığı, yoksa anksiyete bozukluğu ortaya çıkmasının asıl nedenleri mi olduğu hala tartışma konusudur. Örneğin bir hormon bozukluğuna bağlı olarak olumsuz ruhsal belirtiler ortaya çıkabileceği gibi, aşırı bir üzüntü yaşanması sonucunda hormonal sistemde olumsuz değişimler görülebilmektedir. Bunun gibi durumlar neden-sonuç ilişkisi kurmada kesin ve tek bir yanıt bulma konusunda bilim insanlarının işini zorlaştırmaktadır. Uzun yıllardır süregelen çalışmalar neticesinde bazı nörotransmitterlerin ve onların alt dalında yer alan monoaminlerin anksiyete bozukluğu üzerinde önemli etkileri olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu monoaminlerden en çok üzerinde durulanlar; dopamin, noradrenalin ve serotonin iken önemli görülen nörotransmitterler ise GABA, BDNF, leptin ve asetilkolin olarak sıralanabilir (Develi, 2006).

Anksiyete bozukluğu ve biyokimyasal faktörler üzerine yapılan çalışmalar sonucunda ilk olarak monoaminlerin miktarındaki azalmanın anksiyete bozukluğuna neden olduğunun savunulduğu Monoamin Hipotezi ortaya atılmıştır. Anksiyete bozukluğu olan kişilerde kullanılan ilgili ilaçlarının monoamin seviyesinin artmasını sağlaması bu hipotezin en önemli destekçisi olmuştur. Fakat bu ilaçların anksiyete üzerinde etkisini gösterebilmesi için 7-14 günlük bir zaman aralığına ihtiyaç vardır. Antidepresan ilaçlarının etkisi ise bu süreye kadar ortadan kalkmaktadır. Bu sonuç dopamin, serotonin ve noradrenalin gibi monoaminlerin vücuttaki miktarlarının anksiyete bozukluğunu açıklamada tek başına yeterli olmadığını göstermektedir. Ancak bu değişkenlerin birbirleriyle ilişkili oldukları da yadsınamaz bir gerçektir. Serotonin sistem beyinde oldukça geniş bir alana sahiptir. Bu nedenle hem fizyolojik hem de ruhsal rahatsızlıklarda önemli etkileri olduğu bilinmektedir. Dopamin

yoksunluğunun da anksiyete bozukluğuna neden olduğu düşünülmektedir. Özellikle de özkıym yatkinlığı yüksek olan kişilerin dopamin seviyelerinin düşük olduğu belirlenmiştir. Dopaminin anksiyete bozukluğu üzerindeki etkisini kanıtlayan diğer bir husus ise dopamin seviyesini azaltıcı özellikteki ilaçları kullananların deresif davranışlar sergilediği; buna karşılık dopamin seviyesini arttırıcı özellikteki ilaçları kullananların ise depresif davranışlarının azaldığı bulgusudur (Erdoğan, 2007).

Anksiyete bozukluğu tanısı konulmuş hastaların noradrenalin seviyelerinde belirgin bir azalma olduğu görölmektedir. Buna bağılı olarak kişilerde sevdiği konulara karşı ilgide azalma, enerji düşüşü, odaklanmada zorluk, geleceğe karşı ümitsizlik, hayattan zevk alamama gibi depresif belirtiler ortaya çıkmaktadır. Bu semptomlar anksiyete bozukluğu ve noradrenalin arasında ilişki olduğu fikrini doğrular niteliktedir Bütün bu veriler ışığında biyokimyasal faktörlerin anksiyete bozukluğunu etkilediği sonucuna varılabilir. Fakat tek bir nörotransmitterin varlığının bunu kanıtlamak için yeterli olmadığı ve konunun bir sistem olarak ele alınması gerektiği görölmektedir (Öztürk, 2021).

2.1.3.3 Psikososyal Faktörler

Kişilerin anksiyete bozukluğu riskini arttırabilecek nedenlerden biri de psikososyal faktörlerdir. Anksiyete bozukluğu gibi duygudurum bozukluklarında toplumsal ve ruhsal sıkıntıların oldukça önemli yer tuttuğu bilinmektedir. Aile içindeki ve iş yaşamındaki olumsuzluklar, bir yakının kaybı, boşanma, ebeveynlerin ayrılığı, ekonomik buhran, kişilerin şahsiyetlerini yaralayıcı yaşantılar ve bunlara benzer sıralanabilecek birçok neden duygudurum bozukluklarının ortaya çıkmasında etkili olabilmektedir. Fakat bu gibi durumlarla karşılaşan herkesin psikolojik bir rahatsızlık yaşamadığı da yadsınamaz bir gerçektir. Bunun nedenlerinden bazıları bilişsel yapı, kişilik özellikleri, stres seviyesi ve sosyal destek olarak sıralanabilir.(Öztürk, 2021).

İnsanlar çevreden gelen uyarıcılarla baş etmede güçlük çektiklerinde stres yaşamaya başlarlar. Stres belirli bir seviyenin üzerine çıktığında hem fizyolojik hem de ruhsal sorunlar yaşanma ihtimali artmaktadır. Strese bağılı olarak görölen ruhsal rahatsızlıklardan biri de anksiyete bozukluğudur. Stresli yaşam koşullarının anksiyete bozukluğuna neden olabileceği birçok otorite tarafından kabul edilmiştir. Konuyla

ilgili yapılan çalışmalarda strese neden olan olayların depresyon ve anksiyete üzerindeki etkisinin incelenmesinin yanı sıra anksiyetenin yaşanan olaylara nasıl etki ettiği üzerinde de durulmuştur. Ortaya konulan sonuçlar olumsuz olayların anksiyete ve depresyonu büyük ölçüde tetiklediği veya doğrudan depresyona neden olmasa bile depresif belirtileri ortaya çıkardığı yönünde yoğunlaşmıştır (Erdoğan, 2007).

Yaşanılan olayların strese ve buna bağlı olarak psikolojik rahatsızlıklara neden olabileceği konusunda görüş birliği olmakla birlikte, olumsuz durumların herkeste anksiyete bozukluğu ve depresyona neden olmadığı da bilinmektedir. Yaşanılan olumsuz bir olayın her bireyi aynı oranda etkilememsinin nedenlerinden bir ise çevrelerinden aldıkları sosyal destektir (Şahin, 2019).

2.2 Evlilik ve Evlilik Doyumu

Evlilik kavramı, tüm kültürlerde kendine bir yer bulan ve her kültür için farklı bir anlam ifade eden bir kavramdır. İnsanoğlu dünyadaki ilk zamanlarından itibaren toplumsallaşma eğiliminde olmuştur. Toplumsallığın ilk aşaması da toplumun en küçük birliği olan aile birliğinin kurulmasıdır. Aile birliğinin kurulmasının ilk adımını ise, şüphesiz ki iki bireyin birlik olup aynı yerde yaşamaya başlamasını sağlayan evlilik oluşturmaktadır (Açık, 2021). Evlilik, bireyler için yaşam görevlerini yerine getirebilmesini sağlayan çok önemli bir adımdır. Bireysel olarak birçok işleve sahip olan evlilik, aynı zamanda toplumsal açıdan da çok önemli görülmektedir. Toplumsallığın başlaması ile kadın ve erkeğin birlikteliğinin toplum tarafından onaylanması ve yasal olarak kabul edilmesi gerekliliği ortaya çıkmış ve evlilik ile bu birliktelik resmiyete dökülmeye başlanmıştır (Akfırat, 2022). Evlilik kavramı bireylerin kişisel yaşamında ve sosyal hayatında merkezi bir role sahip olduğu için araştırmacıların ilgisini çekmiş ve pek çok araştırma yapılmıştır. Evlilik kavramı literatürde psikolojik, sosyolojik ve hukuki açıdan incelenmiş ve farklı açılardan tanımlamaları yapılmıştır (Akkaya, 2011; Akkuzu, 2020).

Evlilik bireyin kendi benliğini, partnerinin benliği ile bütünleştirerek yeni bir benlik ortaya koyması olarak da açıklanmaktadır (akt. Civan, 2011). Sosyal bir varlık olan ve ezelden beri yakın ilişki kurma eğiliminde olan insanoğlu evlilik ile, korunma, barınma gibi fiziksel ihtiyaçlarını, onaylanma ve bir yere ait olma gibi

sosyal ihtiyaçlarını ve sevilme, cinsellik ve üreme gibi bireysel ihtiyaçlarını giderme imkânı bulmaktadır (Doğan, 2021).

Evlilik bireylere yaşamlarında; cinsel yaşamı ahlaki açıdan uygun hale getirme, çocuklarının yasal ebeveyni olabilme ve onlara toplumsal açıdan kabul edilen bir gelecek hazırlayabilme, günlük yaşamda görev paylaşımı yapabilme ve birbirinden destek alabilme, maddi destek sağlayabilme, sevmeye, sevilme, ilgilenilme, değer verilme, güvenme gereksinimlerini karşılayabilme ve toplumsal açıdan görevini gerçekleştirip toplumun devamlılığına katkı sağlama gibi ödüller sunmaktadır (Habibova ve Topkaya, 2020).

Bireylerin bir evlilikten beklentileri, istek ve ihtiyaçları hem kültüre ve topluma göre hem de kişiye göre farklılık gösterebilmektedir. Ancak bireyin evlenme amacı her ne olursa olsun, eşinden ve evlilikten beklentilerinin gerçekleşme durumunda evlilikle ilgili olumlu his ve düşüncelere sahip olmaktadır (Curun, 2006, Kara, 2013). Bu durum ise evlilik doyumunu kavramı ile açıklanmaktadır. Evlilik doyumunun çiftin her iki üyesinin ortak his ve düşüncelerinin sentezi olmadığı, kadın veya erkeğin bireysel duygu ve düşüncelerini içerdiğine vurgu yapılmaktadır (Kaya, 2009; Kelleci, 2019; Kılbitmez, 2018). Evlilik doyumunu evli bireylerin evlilik süresince elde ettikleri faydaların ve gördükleri zararların zihinsel muhakemesini yapması sonucunda ulaştıkları algı olarak tanımlanmaktadır (Işınsu ve Halat, 2009). Evlilik doyumunu, bireyin kişiisel, psikolojik, cinsel ve sosyal açıdan beklenti ve arzularının eşi tarafından karşılanacağına şüphe duymama durumu olarak açıklanmaktadır. Evlilik yaşantısında bireylerin mutluluklarının artması ve çiftler arasında sıcak ve yakın bir ilişkinin var olması durumunun beraberinde evlilik doyumunu getireceğine vurgu yapılmaktadır. Evlilik yaşantısından memnun olunmaması, çiftlerin mutsuz, huzursuz ve gergin hissetmesine sebep olmakta ve bu da boşanmaya zemin hazırlamaktadır (Kuyumcu, 2005; zabacı ve Körük, 2018; zbek, 2018).

Evlilikte yaşanan sorunlar ele alındığında, çiftler arasındaki problemlerin kaynağını çoğu zaman iletişim problemleri oluşturmaktadır. Evlilik etkileşimsel bir süreç olduğu için çift arasındaki ilişki, en önemli unsur olarak grlmektedir. Bu doğrultuda öncelikle eşlerin karşılıklı olarak kendilerini birbirlerine amaları, özel

hisleri, fikirleri, arzuları ve gereksinimlerini paylaşmaları, birbirlerini anlamaları ve “biz” olmanın sorumluluğunu alıp sorunlarına birlikte çözüm yolları bulmaları gerekmektedir (Soylu ve Kabasakal, 2016; Turanlı, 2010). Çiftlerin eşleri ile hislerini ve fikirlerini özgürce paylaşabilmeleri evlilik doyumu için oldukça önemli olarak görülmekte ancak uygun ve sakin bir dille aktarımın yapılması gerektiğine vurgu yapılmaktadır. Eşlerin birbirini yargılayıcı, eleştirici, suçlayıcı davranmaları soğuk, samimiyetsiz bir yüz ifadesi takınmaları ve ses tonunu yükseltmeleri evlilik için en sıkıntılı durum olarak görülmektedir. İlişkilerdeki doyum ve süreğenliği belirleyen en önemli unsurlardan biri de çiftler arasındaki paylaşımlarda kullanılan zamirler ve duygusal ifade içerikleridir. Daha fazla duygusal içeriğin olması çift arasındaki iletişim kalitesini arttırmakta ve bu da ilişkiden alınan doyumu artırmaktadır. Eşlerin duygu, arzu ve gereksinimlerini ben dili ile eşleri ile özgürce ve doğrudan paylaşabilmeleri, evlilik doyumunu artırıcı bir işlev görmektedir. Ayrıca ilişki süresince eşlerin “ben” ve “sen” zamirlerinden ziyade “biz” zamininin kullanımına yoğunluk vermesi, çift arasındaki duygusal bağı güçlendirmekte ve memnuniyeti arttırmaktadır (Doğan ve Erdem, 2021).

Bireyler, evlilikten doyum sağlayıp sağlamadığına bireysel ve dış faktörler açısından elde ettikleri kazançları göz önüne alarak ve değerlendirerek karar vermektedir. Evlilikten elde edilen doyumun bireysel faktörler açısından değerlendirilmesinde, sevgi, ilgi, cinsellik, eşlerin iletişimlerinin niteliği ve niceliği gibi faktörlerdeki tatmin düzeyine odaklanılmaktadır. Evlilik doyumunu dış faktörler de etkilemekte ve bireyin doyum düzeyini belirlemesinde bu faktörlerden elde ettiği yararlar da önemli bir yere sahiptir. Bireyler evlilik doyumlarını belirlerken maddi kazanç, iş ve statü, karar alırken kadın ve erkeğin eşit söz hakkına sahip olması ve ortak karar alabilme gibi dış faktörler açısından da elde ettikleri avantaj veya dezavantajları değerlendirmektedirler (Kılıç ve Ceylan, 2022).

Evlilik doyumu ile ilişkili olan etmenleri kişisel özellikler, ilişkisel özellikler ve dış özellikler olmak üzere üç kategoride gruplandırmış ve bunlara “evlilik üçgeni” tanımlamasını yapmıştır. Kişisel özellikler etmeni, olumlu ve olumsuz olarak evlilik doyumunu etkileyen kişisel özellikler olarak iki boyutta ele alınmıştır. Bu doğrultuda uyumlu, sosyal ve özsaygısı yüksek olma gibi özellikler evlilik doyumunu olumlu yönde etkilerken; saldırganlık, öfke düzeyinin yüksek olması, fazla dominant olma,

stres yönetimi becerisinin zayıf olması gibi özellikler ise evlilik doyumunu olumsuz etkilemektedir. Eşlerin evlilikten aldığı doyumu etkileyen ilişkisel özellikler ise eşlerin ortak kararlar alabilmesi, kendi ile ilgili paylaşımda bulunabilmeleri, iletişim kalite ve yoğunluğunun yüksek olması, sorunlarını birlikte çözebilmeleri gibi faktörleri içermektedir. Dış etmenler kategorisinde yer alan, eşlerin kök aile ile olan ilişkileri, kök ailenin evliliği ve eşi destekleyip desteklememe durumu, sağlık problemleri, arkadaş ilişkileri, maddi ve iş ile ilgili olan sıkıntılar da evlilik doyumu üzerinde etkiye sahiptir (Habibova ve Topkaya, 2020).

2.2.1 Evlilik Doyumunu Açıklayan Kuramlar

Bu başlık altında evlilik doyumunu açıklayan kuramsal görüşlere dair bilgiler aktarılacaktır.

2.2.1.1 Psikanalitik Model

Freud, evlilik doyumunu, kişinin cinsel dürtüleri ile toplumsal kurallar arasındaki çatışmanın bir sonucu olarak ortaya çıktığını savunur. Bu çatışma, bireyin iç dünyasındaki duygusal süreçlerin dengesini etkileyebilir ve evlilik doyumunu azaltabilir. Psikanalitik yaklaşıma göre, evlilikte doyumun sağlanması için cinsel arzuların doğru bir şekilde yönlendirilmesi gerekmektedir. Bireylerin cinsel dürtülerini bastırmaları ya da aşırı uçlarda yaşamaları evlilik doyumunu olumsuz etkileyebilir (Doğan ve Erdem,2021).

Psikanalitik kurama göre, evlilik doyumu ile ilgili diğer faktörler de önemlidir. Özellikle, bireyin erken çocukluk döneminde yaşadığı aile ortamı, yetiştiriliş tarzı ve anne-baba ilişkileri evlilik doyumunu etkileyebilir. Ayrıca, evlilikteki çatışmaların doğru bir şekilde çözümlenmesi ve bireylerin duygusal ihtiyaçlarına uygun şekilde yanıt verilmesi de evlilik doyumu açısından önemlidir (Bektaş ve Arslan, 2018).

2.2.1.2 Bağlanma Kuramı

Bowlby'in öncüsü olduğu bağlanma kuramına göre hayatta kalabilmek için bakıma ihtiyaç duyan bebek ve ona ilk bakım veren kişi arasında bir bağ oluşmaktadır. Bebeklerin ilk bakım veren kişi ile olan bu bağı, yetişkinlik

dönemindeki tüm ilişkilerinin temelini oluşturmaktadır. Çocuklar, fiziksel ve psikolojik ihtiyaçlarının temel bakım veren kişi tarafından zamanında ve yeteri kadar karşılanıp karşılanmamasına göre kendileri ve diğerleri ile ilgili zihinsel şemalar geliştirmektedirler (Doğan ve Erdem, 2021).

2.2.1.3 Bağlamsal Model

Evlilik iki birey arasında gerçekleşen ilişkisel ve dinamik bir süreçtir. Bu nedenle evlilik doyumu da tek taraflı değil karşılıklı dinamikler göz önünde bulundurularak incelenmelidir. Bağlamsal kurama göre bir eşin ortaya attığı sözlü ve sözsüz davranışlar diğer eşte bir duygulanım yaratmakta ve bu duygulanımlar evlilik doyumunu belirlemede yadsınamaz bir öneme sahiptir. Evlilik ilişkisinin ilk zamanlarından itibaren karşılıklı ortaya çıkan tüm duygulanımlar, bilişsel düşünceler ve bunlar sonucunda ortaya koyulan tepkiler evlilik doyumu için önem arz etmektedir. Çiftler arasındaki karşılıklı ilişkinin doğal sonucu olarak eşlerin birinin herhangi bir davranışı, diğer eşin duygu ve düşüncelerini ve tepkilerini etkiler, diğer eşin verdiği tepki ise yine aynı şekilde eşin yeni davranışını etkiler (Gül ve Kabeloğlu, 2021).

2.2.1.4 Sosyal Değiş Tokuş Model

Thibaut ve Kelley tarafından ortaya atılan Sosyal Değiş Tokuş modeline göre eşler arasındaki ilişkiler, elde ettikleri kar ve zararlara göre ele alınmakta ve bu bağlamda da eşlerin evlilikten aldıkları doyum, kar ve zarar değerlendirmesine göre belirlenmektedir. Evlilik ilişkisi bireylere maddi ve manevi birçok yarar sağlamaktadır. Fiziksel, psikolojik ve sosyal ihtiyaçların karşılanması, yaşamdaki rol ve görevlerdeki paylaşım ve destekle yüklerin azaltılması gibi birçok kazanç elde edilmektedir (Doğan ve Erdem, 2021).

2.2.1.5 Yatırım Modeli

Rusbult tarafından ortaya konan Yatırım Modeli, Sosyal Değiş-Tokuş Modelini baz almış ve Sosyal Değiş-Tokuş Modeli'ne yatırım etmenini de dahil ederek ilişki dinamiklerini açıklamaya çalışmıştır. Rusbult ilişkilerdeki “bağlanım” faktörüne vurgu yapmakta ve bağlanımı ilişkinin süreğenliğini etkileyen kişisel bir

faktör olarak açıklamaktadır. İlişkilerdeki bağlanım miktarını belirleyen etmenlerin ise, ilişki memnuniyeti, ilişki yatırımı ve seçenekleri değerlendirme olduğunu öne sürmektedir. Bu doğrultuda bireyin ilişkiden memnuniyetinin yüksek olması ilişkiyi sürdürme olasılığını arttırmaktadır (Bektaş ve Arslan,2018).

2.2.1.6 Yükleme Kuramı

Heider, bireylerin kendilerinin ortaya koyduğu tepkilere ve diğer insanların eylemlerinin kaynağını bulma isteğine vurgu yapmaktadır. Yükleme Kuramı, bireylerin yaşadığı olay ve durumların ve sosyal çevrede şahit oldukları olay ve durumların temelini, içsel veya dışsal yüklemelerin oluşturduğunu öne sürmektedir. Bu bağlamda bireyler davranışları yorumlarken bu davranışların ortaya çıkma sebebine odaklanmakta ve bunu içsel veya dışsal etmenlere yüklemektedirler (Soylu ev Kabasakal, 2016). Bu bağlamda bireyin arzuları, hedefleri, kişilik özellikleri, değerleri gibi bireyle ilgili olan etmenler içsel etmenler olarak kabul edilirken, bireyin denetimi dışında olan kültürel, toplumsal değer ve kurallar gibi etmenler de dışsal etmenler olarak kabul edilmektedir. Bireyler yaşadıkları bir olayı yorumlarken öncelikle bu olayın yaşanmasında kendisi ile ilgili bir etmenin mi etkili olduğu yoksa o durumla alakalı çevresiyle ilgili özelliklerin mi etkili olduğunu ortaya koymaya çalışmaktadır. Bireylerin yaptıkları yüklemeler, hem bireylerin sergileyecekleri sonraki eylemlerini şekillendirmekte hem de çevrelerindeki bireylerin ileriki süreçteki eylemleri ile ilgili ve sosyal çevresinde karşılaşabileceği olaylarla ilgili bir fikir sahibi olmasını sağlamaktadır. Böylece bireyler sosyal çevresi üzerindeki denetimini arttırmakta ve böylece daha dengeli ve tutarlı hareket edebilme ihtimalleri artmaktadır (Doğan ve Erdem, 2021). Evlilikte yapılan yüklemelere bakıldığında eşlerin sorunlarını ele alış tarzına ve çözümü için çabalama düzeylerine odaklanılmaktadır.

2.2.1.7 Sosyal Öğrenme Modeli

Bandura, öğrenmenin gerçekleşebilmesi için her zaman yaşantıya gerek olmadığı ve bireylerin çevresindeki bireyleri gözleyerek, onları taklit ederek ve onları model alıp aynı davranışları sergileyerek de öğrenmeyi gerçekleştirebileceklerini savunmaktadır. Sosyal öğrenme kuramına göre sosyal

davranışlarının çoğu sosyal çevredeki örnek alınan modellerin gözlenmesi ile kazanılmaktadır (Bektaş ve Arslan, 2018).

2.2.1.8 Sevginin Evrimi Modeli

Bireyler ihtiyaçlarını evlilik yaşantısı ile karşılamak amacıyla, ihtiyaçlarını karşılayabilecek eşi tercih ettiğini öne süren Wilson, kuramında bu durumun sevgiye dönüşümünü ele almaktadır. Bu kurama göre, bireylerin eş seçimi ve evlilik yaşantısı içinde aldıkları doyum korunma, koruma ve cinsel ihtiyaçların karşılanması ile ilişkilidir (Soylu ve Kabasakal, 2016).

2.2.1.9 Kişilerarası İletişime Dair Sosyal Biliş Teorisi

Kişilerarası ilişkilerin bireylerin diğer kişilerle ilgili oluşturdukları zihinsel birikimler doğrultusunda şekillendiğini öne süren Miler ile Steinberg, eşlerin de birbirleri ile ilgili oluşturdukları zihinsel birikimlerine odaklanılması gerektiğini savunmaktadır. Kurama göre, bireyler ilişki kurduğu kişiler ile ilgili fikirler oluşturur ve bu fikirler birikimli olarak gelişir. Bireyin partneri ile ilgili oluşturulduğu zihinsel birikimler, bireyin ilişkisini yönlendirmektedir. Evlilik Doyumu ile ele alınacak olursa bireylerin zihinlerinde oluşan alışılmış rolleri baz alıp eşlerini değiştirmeye ve denetim altında tutmaya çalışmaları evlilik doyumunu düşürecektir. Evlilik doyumunun yüksek olması için ise eşlerin birbirlerini kendine özgü ve özel olarak kabul etmeleri ve eşitlikçi yaklaşımları gerekmektedir (Avan ve ark., 2021).

2.3 Literatürde Evlilik Doyumu ve Anksiyete ile İlgili Yer Alan Çalışmalar

Evlilik Doyumu kavramı ile ilgili alan yazında çok fazla çalışma yer almaktadır. Aşağıda evlilik doyumunu, demografik değişkenler, evlilik ile ilgili değişkenler, bağlanma ve bağlanma stilleri, iletişim ve iletişim becerileri açısından ele alan çalışmalara yer verilmiştir.

2.3.1 Literatürde Evlilik Doyumu ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Eşlerin evlilik doyumunu ve sadakatinin eşler arasındaki iletişimin üç boyutu açısından incelendiği bir çalışmada, derin ve samimi sohbetin varlığına, cinsel

paylaşımların düzeyine ve destekleyici dile odaklanılmıştır. Çalışmanın katılımcılarını evli veya romantik ilişki yaşayan 94 çift oluşturmaktadır. Katılımcılardan elde edilen verilerin analizi sonucunda, ele alınan değişkenlerin üçünün de evlilik doyumu ve sadakat ile anlamlı düzeyde ilişkisinin var olduğu ortaya koyulmuştur. Eşler arasındaki etkileşimin kalitesi, cinsel paylaşımların fazla olması ve destekleyici bir etkileşimin var olması evlilik ilişkisinden alınan doyumu ve eşe sadakati arttırmaktadır. Ayrıca çalışmada tüm korelasyonlar içerisinde, eşlerin destekleyici etkileşim düzeyi ile hem evlilik doyumu hem de sadakat arasındaki korelasyonun en yüksek düzeyde olduğu görülmüştür (Beştav, 2019).

Evlilik doyumunun ailenin gelir düzeyine göre incelendiği bir çalışmada, gelir düzeyinin evlilik doyumunu olumlu anlamda etkilediği sonucuna varılmıştır. Çalışmaya bir klinikte evlilik terapisi alan 112 evli çift dâhil edilmiştir. Katılımcıların 51'inin çok düşük gelir düzeyine sahip olduğu, 61'inin ise orta düzeyde gelire sahip olduğu belirlenmiştir. Çalışma sonucunda çiftlerin hepsinin evlilik doyumunun düşük olduğu görülmüştür. Ancak düşük gelirli çiftlerin evlilik doyumlarının orta gelirli bireylere göre daha düşük olduğu ve daha fazla psikolojik sorun yaşadıkları saptanmıştır. Araştırmacılar bu sonucun düşük gelirli çiftlerin eğitim düzeylerinin düşük olması, eşlerin ikisinin de tam zamanlı bir işte çalışmıyor olması ve daha fazla strese sahip olmaları ile ilişkilendirmektedirler (Hekimoğlu ve Uluç, 2019; Habibova ve Topkaya, 2020).

Evlilik doyumu, evlilikteki tatmin düzeyini ifade eder. Evlilik doyumunun, birçok faktörün bir arada etkileşimi sonucu ortaya çıktığı düşünülmektedir. Bunlar arasında kişisel özellikler, ilişki kalitesi, çatışmaların yönetimi, uyum, sevgi, cinsiyet rolleri ve ekonomik durum gibi faktörler yer alır. Evlilik doyumunu etkileyen faktörler, evlilik sürecinin farklı aşamalarında farklı şekillerde etkili olabilir. Örneğin, evlilik öncesi dönemde, kişinin eş seçimindeki kriterleri, aile yapısı, kültür ve değerler, evlilik doyumunu etkileyebilir. Evlilik sırasında, çiftler arasındaki iletişim ve çatışma yönetimi gibi ilişki kalitesi faktörleri, evlilik doyumunu belirlemede önemli rol oynar. Çiftlerin birbirleriyle uyumu, sevgi, cinsiyet rolleri ve ekonomik durum gibi faktörler de evlilik doyumunu etkiler. Evlilik doyumu üzerine yapılan çalışmalar, evlilik doyumunun, genellikle çiftlerin sağlığı, refahı ve mutluluğu üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu göstermektedir. Evlilik doyumunun

yüksek olması, aynı zamanda çiftlerin ayrılık riskini azaltırken, çocukların duygusal ve sosyal gelişimi için de olumlu sonuçlar doğurabilir. Ancak, evlilik doyumunu etkileyen faktörlerin kompleks yapısı nedeniyle, evlilik doyumunu artırmak veya sürdürmek için tek bir çözüm yolu yoktur. Evlilik danışmanlığı, iletişim becerileri eğitimi, çatışma yönetimi eğitimi, ilişki kalitesi geliştirme programları ve kişisel gelişim programları gibi farklı müdahaleler, evlilik doyumunu artırmak veya sürdürmek için kullanılan yöntemler arasındadır (Randall ve Bodenmann, 2019).

Bradbury ve Lavner (2012) konuyla ilgili “İlişkilerde önleyici ve eğitim müdahalelerinin geliştirilmesi” adlı eserinde önleyici müdahalelerin, evlilik doyumu ve çiftlerin ilişkileri üzerinde olumlu etkileri olduğu bulunmuştur (Bradbury ve Lavner, 2012).

Karney ve Bradbury (2017) konuyla ilgili “21. yüzyılda evlilik doyumu ve kararlılığı üzerine araştırmalar” adlı eserinde toplumsal değişimin evlilik doyumunu etkilediği ve evlilik doyumunun cinsiyet faktöründen etkilendiği bulunmuştur (Karney ve Bradbury, 2017).

Markman, Stanley ve Blumberg (2010) konuyla ilgili “Evlilikte ayrılığı önlemek için olumlu adımlar İlişki danışmanlığı,” adlı eserinde çiftlere duygusal bağlılıklarını güçlendirmeleri, anlaşmazlıkları çözmeleri ve karşılıklı saygı göstermeleri konusunda yardımcı olabileceğini iddia etmektedir (Markman, Stanley ve Blumberg, 2010).

Orth, Robins ve Widaman (2012) konuyla ilgili “Kendine saygının hayat boyu gelişimi” adlı eserinde kendine saygının yüksek olması, evlilik doyumunun artmasına ve diğer hayati alanlarda başarının artmasına neden olabilir (Orth, Robis ve Widamann, 2012).

Randall ve Bodenmann (2009) konuyla ilgili yaptığı araştırmasında “Stresin yakın ilişkiler ve evlilik doyumu üzerindeki etkisi” adlı makalesinde stres, ilişkilerdeki olumsuz etkilerinden kaçınmak için, çiftlerin birbirleriyle iletişim kurmaları ve birbirlerine destek olmaları için fırsatlar yaratmaları gerektiği vurgulanmıştır (Randall ve Bodenmann, 2009).

Bury (2016) konuyla ilgili yazdığı “Çiftlerin iletişimi evlilik doyumunu etkiler mi, yoksa evlilik doyumu mu iletişimi etkiler?” adlı eserinde çiftlerin iletişimi, evlilik doyumunu öngörebilir, ancak evlilik doyumunun yüksek olması da iletişimi olumlu yönde etkileyebileceğini tespit etmiştir (Bury, 2016).

2.3.2 Literatürde Anksiyete ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Literatür incelendiğinde anksiyete ile evlilik doyumu üzerine birçok çalışma olduğu görülmüştür. Bayrami, Heshmati ve Karami (2011) tarafından yapılan bir çalışmada evli kadınların algıladıkları evlilik doyumu puanları ile sürekli ve durumluk kaygı puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Bu bağlamda evlilik doyumu arttıkça anksiyete düzeyinin azaldığı görülmüştür. Diğer yandan sürekli kaygı evlilik doyumunu güçlü bir şekilde yordadığı ve evlilik doyumu varyansının %74'ünü açıkladığı görülmüştür. Ancak durumluk kaygının evlilik doyumunu yordamadaki rolü düşük bulunmuştur. Güler (2015) de benzer şekilde çalışmasında anksiyete ve evlilik doyumu arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu aktarmıştır. Yapılan başka bir çalışmada evlilik doyumunun yüksek olmasının yaşa doyumunu arttırdığı ve ayrılık anksiyetesini azaltan bir etkiye sahip olduğu bildirilmiştir. Evli bireyler bir bağlamda evliliğin koruyucu etkisi ile kaygı düzeylerini düşük belirtmiştir (Güler, 2021). Anksiyetenin zihinsel belirtileri olarak huzursuzluk, kolay yorulma, sinirlilik, uyku bozuklukları, dikkat ve sorunları gibi belirtiler de bireyin evlilik doyumu üzerinde doğrudan etki edebilir (Turanlı, 2010). Bu belirtiler psikolojik olduğu kadar fiziksel anlamda da bireyin iyilik halini bozan ve günlük işlevselliğine olumsuz etkilerde bulunan belirtiler olarak bilinmektedir.

Öztürk ve Arkar (2017) tarafından yapılan bir çalışmada vajinismus tanısı alan 20 kadın ile yapılan bilişsel davranışçı terapilerin sonunda kadınların evlilik doyumlarında anlamlı şekilde artış görülürken anksiyete düzeylerinin anlamlı şekilde düştüğü görülmüştür. Bodur, Çoşar ve Erdem (2013) tarafından yapılan çalışmada evlilikteki algılanan destek kavramının evlilik doyumu üzerinden anksiyete negatif etkisi olduğu bildirilmiştir. İnfertil çiftlerde evlilik uyumu arttıkça anksiyete düzeyinin düştüğü aktarılmıştır. Peplińska, Jeżewska, Leszczyńska ve Połomski (2013) çalışmalarında stresin evlilik doyumu üzerinde kaygı düzeyini anlamlı şekilde yordadığını göstermiştir. Bulgulara göre çeşitli stres kaynakları bireyin evlilik

doyumunun azalmasına ve bu durum kendisini kaygılı hissetmesine zemin hazırlamaktadır.

İki kavram arasındaki ilişki dinamik yönlerden de incelenmiştir. Bu bağlamda Madi (2009) anksiyetenin evlilik doyumu üzerindeki negatif etkilerini göstermiştir. Çalışmada anksiyetenin bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlarda yarattığı sorunların evlilik sürecine yansması ve evlilik doyumunu azaltan bir etkiye bulunacağı bildirilmiştir. Benzer şekilde Yıldız (2018) da evlilik sürecinde çiftlerin psikolojik sağlıklarındaki bozulmaların ikili ilişkilere etkilerini incelemiştir. Elde edilen bulgulara bireysel veya karşılıklı anksiyete düzeyinin yüksek olmasının ilişki kalitesine zarar verdiği, iletişim ortamını olumsuz etkilediği ve çiftleri birbirlerinden uzaklaştırması nedenleri ile evlilik doyumu üzerinde negatif etkileri olduğu aktarılmıştır. Duran ve Sarandöl (2018) tarafından yapılan çalışmada da anksiyetenin çift uyumu noktasında uyum bozucu etkisi olduğu aktarılmıştır. Bozulan bu uyum evlilik doyumunda düşüşe neden olmakta ve evlilik kalitesini de azaltmaktadır.

Kasalova, Prasko, Holubová, Vrbova, Zmeskalova, Slepecky ve Grambal (2018) çalışmalarında ilişkideki tatminsizlik, kaygı bozukluklarının gelişimi için bir tetikleyici görevi görebileceğini ve bu bozuklukların modülasyonundan ve sürdürülmesinden de sorumlu olabileceğini aktarmıştır. Diğer yandan evlilik sürecindeki memnuniyetsizlik de anksiyete bozuklukları ile sonuçlanabilmektedir. Kaygılı bireyler, hoşgörü ve yardım nedeniyle partnerlerine karşı suçluluk hissedebilir, bazen destek nedeniyle boyun eğici bir şekilde minnettar olabilir, kendilerini aşağılık hissedebilir. Öte yandan, partnerinin sözde olumsuz tutumlarını azarlamaya başlar; hasta psikolojik sorunlarını bahane olarak kullanmaya başlayabilir ve başkalarının kendisine yardım etmesini ve durumu çözmesini bekleyebilir. Bunun sonucunda eşini kontrol etmeye, eleştirmeye başlar ve bu gergin durum evlilikte sorunlara yol açabilir.

Anksiyete bozukluğu olmak veya bu durumun düzeyi bireyin psikolojik sağlığını koruması ve dayanıklılık kavramlarına da etki ederek evlilik doyumu üzerinde rol sahibi olabilmektedir. Anksiyete bireyin kırılganlığını artıran ve psikolojik sağlığını düşüren bir bozukluktur. Bu bağlamda bireyin başa çıkma tutumları ve problem çözme becerileri olumsuz etkilenmekle birlikte evlilik sürecine

de yansımaları bulunabilmektedir (Bradley ve Hojjat, 2017). Maroufizadeh, Hosseini, Rahimi Foroushani, Omani-Samani ve Amini (2018) çalışmalarında çiftlerin psikolojik sağlık durumlarının evlilik doyumu üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Çalışmada kadın partnerin kaygı düzeyinin erkek partnerin evlilik doyumu üzerinde etkili olduğu aktarılmıştır. Bu bağlamda kaygının hem birey hem de partneri üzerindeki olumsuz yansımaları görülmektedir.

2.3.3 Literatürde Evlilik Doyumu ve Anksiyete ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Sosyal bilimciler evlilik uyumunun nasıl en etkili sağlanabileceği konusunda çeşitli teoriler gerçekleştirmektedir. Evlilik uyumu bir aile birlikteliğinde eşler için önemli bir kriterdir (Kışlak ve Göztepe, 2012).

Evlilik doyumu, bireyin eşiyle olan ilişkisinde tatmin hissetmesi ve bu tatminin sürekli olması anlamına gelmektedir (Yılmaz, 2018). Bu tatmin duygusunun oluşması için, cinsel arzuların doğru bir şekilde yönlendirilmesi, toplumsal kuralların uygun şekilde takip edilmesi ve diğer psikolojik faktörlerin dengeli bir şekilde yönetilmesi gerekmektedir. Ancak, günümüzde birçok çift, evlilikte anksiyete yaşamaktadır (Öztürk, 2021). Anksiyete, yoğun bir kaygı ve endişe hissiyle karakterize edilen bir duygudur. Bu duygu, çiftler arasındaki iletişimi ve ilişkiyi olumsuz etkileyebilir (Güneş, 2020). Araştırmalar, anksiyete bozukluğu olan bireylerin evliliklerinde daha düşük doyum düzeyleri yaşadığını göstermektedir (Karagöz, 2020; Yılmaz ve Parlar, 2021). Anksiyete bozukluğu olan kişilerde, duygusal tepkilerin kontrol edilememesi, sosyal kaygı, uyku bozuklukları ve diğer belirtiler görülebilir (Öztürk, 2021).

Bu nedenle, çiftler arasındaki ilişkide tatmin düzeyinin artırılması için, anksiyete bozukluğu olan bireylerin tedavi edilmesi gerekmektedir (Güneş, 2020). Tedavi sürecinde, terapi, ilaç tedavisi ve diğer psikolojik müdahale yöntemleri kullanılabilir (Karagöz, 2020).

Sonuç olarak, evlilik doyumu ve anksiyete gibi konuların birbirleriyle ilişkili olduğu ve bu konuların insanların yaşam kalitesini doğrudan etkilediği görülmektedir. Bu nedenle, çiftler arasındaki iletişimin güçlendirilmesi, anksiyete bozukluğunun tedavi edilmesi ve psikolojik faktörlerin dengeli bir şekilde yönetilmesi, evlilik doyumunu artırmak için önemlidir (Yılmaz ve Parlar, 2021).

Anksiyete bozuklukları hasta ve ailesi için bir yük olabilir. Ailenin günlük işleyişini etkiler, aile üyelerinin mevcut alışkanlıklarını yeniden değerlendirmelerini ve uyum sağlamalarını gerektirir ve sonuç olarak anksiyete bozuklukları nedeniyle özellikle evlilik ilişkisinde veya ortaklıkta aile işlev bozukluğuna neden olabilir. Bununla birlikte, anksiyete bozukluklarının evlilik veya partner yaşamında partnerlerden biri veya her ikisi üzerindeki etkisi hakkındaki bilgiler hala sınırlıdır. İlgili çalışmalar 1990-2017 döneminde Web of Science, PubMed ve Scopus veri tabanları aracılığıyla tespit edilmiştir. İlgili makalelerin incelemeleri kullanılarak ek referanslar bulunmuştur. Arama terimleri arasında "anksiyete bozuklukları", "evlilik sorunları", "evlilik çatışmaları", "ortaklık", "aile işlevselliği" ve "iletişim" yer almıştır (Yıldız ve Baytemir, 2016).

3 YÖNTEM

3.1 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, Covid-19 virüsünün evli çiftlerin kaygı düzeylerini ve evlilik doyumlarını demografik değişkenlere bağlı olarak ne derecede etkilediğini araştırmaktır. Bu amaçtan hareketle aşağıda araştırmanın problemine yer verilmiştir.

3.2 Araştırmanın Problemi

Covid-19 sürecinin evli çiftler üzerindeki farklılıklarını nasıl yorumlandığını görmek adına kaygı düzeyleri ve evlilik doyumlarının incelenmesi önemlidir. Buna göre araştırmada şu problemlere yanıt aranmıştır:

1. Evli çiftlerde evlilik doyumu aşağıdaki demografik özelliklerinden hangi düzeyde etkilenmektedir?

- a. Cinsiyet
- b. Yaş
- c. Eğitim düzeyi
- d. Çocuk sayısı
- e. Evlilik süresi
- f. Maddi durum
- g. Çalışma durumu

2. Bireylerin anksiyete düzeyleri demografik özelliklerinden hangi düzeyde etkilenmektedir?

- a. Cinsiyet
- b. Yaş

- c. Eğitim düzeyi
- d. Çocuk sayısı
- e. Evlilik süresi
- f. Maddi durum
- g. Çalışma durumu

3. Evlilik doyumu ile koronavirüs kaygısı arasında anlamlı ilişki var mıdır?

4. Kişisel özelliklerin yüksek ve düşük evlilik doyumu üzerinde etkisi var mıdır?

3.3 Araştırma Modeli

Yapılan çalışmada nicel araştırma yöntemleri içerisinde yer alan ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Bu model içerisinde gruplar içi karşılaştırma deseni ve korelasyonel desen kullanılmıştır. Grup içi karşılaştırma deseninde araştırmada kullanılan ölçek ve alt boyut toplam puanlarına etkisi olan değişkenlerin incelenmesi amaçlanmaktadır. Korelasyonel desen içinde ise ölçek ve alt boyut toplam puanları arasındaki ilişkiler ve yordama özellikleri incelenmiştir (Karasar, 2006).

3.4 Evren ve Örneklem

Bu araştırma evrenini evli çiftlerden oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise elektronik posta ve sosyal medya ile ulaşılan ve araştırmaya gönüllü olan 267 kadın ve 80 erkek olmak üzere toplam 347 kişi katılmıştır. Cohen, Manion ve Morrison (2002) tarafından belirlenen örneklem hesaplama tablosuna göre %5 hata payı ile 1.000.000 kişilik evren içinden çekilen örneklemin 384 kişi olması gerektiği aktarılmıştır. Bu doğrultuda seçilen bu örneklem sayısının yeterli olduğu düşünülmektedir. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esaslarına uygun olarak yürütülmüştür. Çalışmada kartopu örneklem yöntemi kullanılmıştır. Kartopu modeli; örnek bir grup ile görüşmeler esnasında, bu kişilerden konu ile ilgili bilgi toplanabilecek kişileri aday göstermeleri istenir bu doğrultuda konu ile ilgili gruplara yönlendirmeleri halinde süreç işlemektedir (Kurtuluş, 2010). Bu bağlamda evli

katılımcılara ulaşarak bu katılımcılar vasıtasıyla başka evli bireylere ulaşılması amaçlanmıştır.

Tablo 2. Katılımcıların demografik bilgileri için sayı ve yüzde dağılımı

Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	267	76,9
	Erkek	80	23,1
Yaş	21-30 yaş	165	47,6
	31-67 yaş	182	52,4
Eğitim durumu	İlköğretim	22	6,3
	Lise	102	29,4
	Lisans	174	50,1
	Yüksek lisans-doktora	49	14,1
Gelir durumu	Düşük	49	14,1
	Orta	236	68,0
	Yüksek	62	17,9
Çalışma durumu	Çalışıyor	186	53,6
	Çalışmıyor	161	46,4
Evlilik süresi	0-4 yıl	152	43,8
	5-10 yıl	106	30,5
	11 yıl üstü	89	25,6
	Çocuk yok	83	23,9
Çocuk sayısı	Tek çocuk	102	29,4
	İki çocuk	81	23,3
	Üç çocuk üstü	81	23,3
Toplam		347	100,0

Yapılan çalışmaya 367 kadın (%76,9) ve 80 erkek (%23,1) olmak üzere toplam 347 kişi katılmıştır. Katılımcılar 21-67 yaş aralığındadır. 21-30 yaş (%47,6) aralığında 165 kişi ve 31-67 yaş (%52,4) aralığında 182 kişi vardır. Eğitim durumu ilköğretim olan 22 kişi (%6,3), lise olan 102 kişi (%29,4), lisans olan 174 kişi (%40,1) ve yüksek lisans-doktora olan 49 kişi (%14,1) bulunmaktadır. Gelir durumunu düşük olarak belirten 49 kişi (%14,1), orta olarak belirten 236 kişi (%68,0) ve yüksek olan belirten 62 kişi (%17,9) vardır. Çalışan 186 kişiye (%53,6)

karşın çalışmayan 161 kişi (%46,4) katılmıştır. 0-4 yıl arası evli olan 152 kişi (%43,8), 5-10 yıl arası evli olan 106 kişi (%30,5) ve 11 yıl üstü evli olan 89 kişi (%25,6) vardır. Çocuğu olmayan 83 kişi (%23,9), tek çocuğu olan 102 kişi (%29,4), iki çocuğu olan 81 kişi (%23,3) ve üç ve üstü çocuğu olan 81 kişi (%23,3) vardır.

3.5 Veri Toplama Araçları

Yapılan çalışmada katılımcılara içerisinde literatür taraması ve uzman görüşü alınarak araştırmacı tarafından oluşturulan demografik bilgi formu, Evlilik Doyumu Ölçeği ve Koronavirüs Kaygı Ölçeği'nin bulunduğu anket formu uygulanmıştır.

3.5.1 Demografik Bilgi Formu

Literatür taraması sonrasında, araştırmacı tarafından belirlenen ve içerisinde katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, maddi durum, çalışma durumu, evlilik süresi ve çocuk sayısı gibi bilgilerinin sorulduğu veri formudur. Demografik bilgi formu Ek 1'de sunulmuştur.

3.5.2 Evlilik Doyumu Ölçeği

Bireylerin evlilik doyumu düzeylerinin belirlenmesi için Çelik ve İnanc (2009) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte beşli Likert tipinde (*1 = Bana Hiç Uygun Değil; 5 = Bana Tamamen Uygun*) toplam 13 soru bulunmaktadır. Ölçekte yer alan 1, 2, 4, 8, 10, 11, 12 ve 13. sorular ters yönlü şekilde puanlanmaktadır. Ölçek evlilik doyumunu benlik (1, 8 ve 10. maddeler), cinsellik (3, 4, 6, 7 ve 9. maddeler) ve aile (2, 5, 11, 12 ve 13. maddeler) olmak üzere üç boyutta incelemektedir. Yüksek puan evlilik doyumunun iyi olduğunu belirtmektedir. Ölçek geliştirme çalışmasında Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları benlik boyutu için 0,74, cinsellik boyutu için 0,83, aile boyutu için 0,80 ve ölçek geneli için 0,81 olarak aktarılmıştır. Çalışmamız için bu değerler sırasıyla 0,66, 0,74, 0,78 ve 0,79 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgu kullanılan ölçüm aracının araştırma örneklemini için güvenilir olduğunu göstermektedir. Evlilik Doyumu Ölçeği Ek 2'de verilmiştir.

3.5.3 Koronavirüs Kaygı Ölçeği

Bireylerin koronavirüs kaygı düzeylerinin incelenmesi için Lee (2000) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması Şayık, Yiğit, Açıkgöz, Çolak ve Mumcu (2021) tarafından yapılmıştır. Ölçekte beşli Likert tipinde ($0 = \text{Hiç Değil}$; $4 = \text{Neredeyse Her Gün}$) toplam 5 soru bulunmaktadır. Ölçekte tek boyut bulunmaktadır. Ölçekte ters yönlü madde yoktur. Alınan yüksek puan koronavirüs kaygı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Orijinal çalışma için Cronbach Alfa iç tutarlı katsayısı 0,93 olarak uyarlama çalışması için de 0,81 olarak bulunmuştur. Çalışmamız için iç tutarlık katsayısı 0,86 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgu kullanılan ölçüm aracının araştırma örneklemini için güvenilir olduğunu göstermektedir. Koronavirüs Kaygı Ölçeği Ek 3'te verilmiştir.

3.6 Verilerin Toplanması

Yapılacak çalışma için ilk olarak ölçek kullanım izinleri alınmıştır (Ek 4). Ölçek maddelerine ulaşıldıktan sonra İstanbul Ticaret Üniversitesi etik kuruluna demografik bilgi formu ve ölçeklerin araştırmada kullanması amacıyla onay için başvurulmuştur. Etik kurul onayı Ek 5'te sunulmuştur. Hazırlanan anket formu Google Forms aracılığıyla sanal ortama aktarılmıştır. Katılımcıların bilgilendirilmiş onam ile gönüllü katılım süreçleri sağlanmıştır. Mükerrer katılımın önlenmesi noktasında mail adresi ile kontrol sağlanmıştır. Bir katılımcının anket çalışmasını tamamlaması 10 dakika sürmüştür. Veriler toplandıktan sonra tasnif edilmiş ve analiz edilmesi için programa aktarılmıştır.

3.7 Verilerin Analizi

Yapılan çalışmada elde edilen veriler SPSS.26 (Statistical Package for Social Science) paket programı ile analiz edilmiştir. Kişi ve yüzde dağılımının incelenmesi frekans analizi, ölçek toplam puanlarının dağılımının belirlenmesinde betimleyici istatistik, ölçek güvenirliklerinin incelenmesinde iç tutarlık analizi, iki değişken için ortalamalar arasın farkın incelenmesinde Bağımsız Örnek t -Testi, üç ve daha fazla değişken için ortalamalar arasın farkın incelenmesinde Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), ölçek toplam puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesinde Pearson Korelasyon Analizi ve basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

4 BULGULAR

Bu kısımda betimleyici analizler, karşılaştırma analizleri ve ilişkisel analizler başlıkları altında araştırma bulguları sunulacaktır.

4.1 Betimleyici Analizler

Bu kısımda araştırmada kullanılan ölçme araçlarına dair betimleyici tablolara ve açıklamalarına yer verilecektir.

Tablo 3. Araştırma Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanları için Betimleyici İstatistik Sonuçları

Ölçekler	Min	Max	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach Alfa (α)
Benlik	3	15	10,91	3,17	-0,58	-0,51	0,663
Cinsellik	5	25	18,57	4,24	-0,50	-0,07	0,738
Aile	5	25	15,24	5,26	0,04	-0,72	0,777
Evlilik	23	65	44,72	9,18	0,13	-0,63	0,786
Doyumu							
Koronavirüs Kaygısı	0	19	5,66	5,23	0,52	-1,00	0,859

Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyutları için benlik toplam puanı 3-15 puan aralığında ($\bar{x}=10,91\pm3,17$), cinsellik toplam puanı 5-25 puan aralığında ($\bar{x}=18,57\pm4,24$), aile toplam puanı 5-25 puan aralığında ($\bar{x}=15,24\pm5,26$) ve ölçek geneli toplam puanı 23-65 puan aralığında ($\bar{x}=44,72\pm9,18$) bulunmuştur. Koronavirüs Kaygı Ölçeği toplam puanı 0-19 puan aralığında ($\bar{x}=5,66\pm5,23$) görülmüştür. Hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları, ölçüm araçlarının güvenilir ölçüm araçları olduğunu göstermiştir. Ölçek ve alt boyut toplam puanlarına ait çarpıklık-basıklık değerlerinin $\pm 1,50$ aralığında olması veri setinin normal dağıldığını göstermektedir. Normal dağılım varsayımının karşılanmasının ardından parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

4.2 Karşılaştırma Analizleri

Bu kısımda araştırmada kullanılan ölçek ve alt boyut toplam puanlarına etkisi olduğu düşünülen demografik değişkenler açısından ortalamaların karşılaştırılması analizlerine yer verilecektir.

Tablo 4. Yaşa göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi

Ölçek	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(344)}$	p
Benlik	21-30 yaş	164	11,66	3,00	4,357	0,000
	31-67 yaş	182	10,21	3,17		
Cinsellik	21-30 yaş	164	19,44	4,37	3,558	0,000
	31-67 yaş	182	17,86	3,87		
Aile	21-30 yaş	164	15,50	5,82	0,974	0,331
	31-67 yaş	182	14,95	4,65		
Evlilik Doyumu	21-30 yaş	164	46,60	10,03	3,677	0,000
	31-67 yaş	182	43,02	8,02		
Koronavirüs Kaygısı	21-30 yaş	164	4,24	4,90	-4,883	0,000
	31-67 yaş	182	6,91	5,21		

Yapılan Bağımsız Örnek *t*-Testi sonucunda, 21-30 yaş ve 31-67 yaş arasındaki katılımcıların benlik ($t_{(344)}=4,357$; $p<0,001$), cinsellik ($t_{(344)}=3,558$; $p<0,001$), evlilik doyumu ($t_{(344)}=3,677$; $p<0,001$) ve koronavirüs kaygısı ($t_{(344)}=-4,883$; $p<0,001$) toplam puan ortalamaları için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, 21-30 yaşındaki katılımcıların benlik, cinsellik ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının 31-67 yaşındaki katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülürken 31-67 yaşındaki katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının 31-67 yaşındaki katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 5. Cinsiyete göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi

Ölçek	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(344)}$	p
Benlik	Kadın	266	11,51	2,79	6,982	0,000
	Erkek	80	8,86	3,52		
Cinsellik	Kadın	266	18,98	4,18	3,079	0,002
	Erkek	80	17,36	3,99		
Aile	Kadın	266	15,56	5,53	2,274	0,024
	Erkek	80	14,05	3,95		
Evlilik Doyumu	Kadın	266	46,05	9,04	5,104	0,000
	Erkek	80	40,28	8,32		
Koronavirüs Kaygısı	Kadın	266	4,97	5,07	-4,469	0,000
	Erkek	80	7,88	5,17		

Yapılan Bağımsız Örnek *t*-Testi sonucunda, kadın ve erkek katılımcıların benlik ($t_{(344)}=6,982$; $p<0,001$), cinsellik ($t_{(344)}=3,079$; $p<0,01$), aile ($t_{(344)}=2,274$; $p<0,05$), evlilik doyumu ($t_{(344)}=5,104$; $p<0,001$) ve koronavirüs kaygısı ($t_{(344)}=-4,469$; $p<0,001$) toplam puan ortalamaları için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, kadın katılımcıların benlik, cinsellik, aile ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının erkeklerden anlamlı şekilde yüksek olduğu görülürken erkeklerin koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının kadınlardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 6. Eğitim durumu göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi

Ölçek	Eğitim durumu	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(344)}$	p
Benlik	Lise ve altı	124	9,49	3,27	-6,517	0,000
	Lisans ve üstü	222	11,68	2,83		
Cinsellik	Lise ve altı	124	17,77	3,93	-2,832	0,005
	Lisans ve üstü	222	19,08	4,26		
Aile	Lise ve altı	124	13,83	4,43	-3,730	0,000
	Lisans ve üstü	222	15,98	5,50		
Evlilik Doyumu	Lise ve altı	124	41,09	7,87	-5,734	0,000
	Lisans ve üstü	222	46,74	9,27		
Koronavirüs Kaygısı	Lise ve altı	124	8,44	5,03	8,109	0,000
	Lisans ve üstü	222	4,08	4,67		

Eğitim durumu değişkeni analize uygun olması için yeniden kategorize edilmiştir. Yapılan Bağımsız Örnek *t*-Testi sonucunda, eğitim durumuna göre katılımcıların benlik ($t_{(344)}=-6,517$; $p<0,001$), cinsellik ($t_{(344)}=-2,832$; $p<0,01$), aile ($t_{(344)}=-3,730$; $p<0,001$), evlilik doyumu ($t_{(344)}=-5,734$; $p<0,001$) ve koronavirüs kaygısı ($t_{(344)}=8,109$; $p<0,001$) toplam puan ortalamaları için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, lisans ve üstü eğitim düzeyindeki katılımcıların benlik, cinsellik, aile ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının lise ve altı eğitim düzeyindeki katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülürken lise ve altı eğitim düzeyindeki katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının lisans ve üstü eğitim düzeyindeki katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 7. Çalışma durumuna göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi

Ölçek	Çalışma	N	$\bar{x}$	ss	$t_{(344)}$	p
Benlik	Çalışıyor	185	11,22	3,02	2,024	0,044
	Çalışmıyor	161	10,53	3,31		
Cinsellik	Çalışıyor	185	18,75	4,16	0,648	0,517
	Çalışmıyor	161	18,45	4,22		
Aile	Çalışıyor	185	15,74	5,32	2,003	0,046
	Çalışmıyor	161	14,61	5,10		
Evlilik Doyumu	Çalışıyor	185	45,70	9,01	2,138	0,033
	Çalışmıyor	161	43,59	9,30		
Koronavirüs Kaygısı	Çalışıyor	185	4,83	4,98	-3,136	0,002
	Çalışmıyor	161	6,58	5,36		

Yapılan Bağımsız Örnek *t*-Testi sonucunda, çalışan ve çalışmayan katılımcıların benlik ($t_{(344)}=2,024$; $p<0,05$), aile ($t_{(344)}=2,003$; $p<0,05$), evlilik doyumu ($t_{(344)}=2,138$; $p<0,05$) ve koronavirüs kaygısı ($t_{(344)}=-3,136$; $p<0,01$) toplam puan ortalamaları için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, çalışan katılımcıların benlik, aile ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının çalışmayan katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülürken çalışmayan katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının çalışan katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 8. Çalışma durumuna göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi

Ölçek	Maddi durum	N	$\bar{x}$	ss	$F_{(2,343)}$	p
Benlik	Düşük	49	8,47	3,59	18,614	0,000
	Orta	235	11,24	2,93		
	Yüksek	62	11,50	2,87		
Cinsellik	Düşük	49	16,76	3,41	6,018	0,003
	Orta	235	18,83	4,22		
	Yüksek	62	19,24	4,25		
Aile	Düşük	49	14,02	3,93	1,503	0,224
	Orta	235	15,44	5,21		
	Yüksek	62	15,27	6,13		
Evlilik Doyumu	Düşük	49	39,24	6,59	10,759	0,000
	Orta	235	45,51	9,04		
	Yüksek	62	46,02	10,11		
Koronavirüs Kaygısı	Düşük	49	9,59	4,30	17,909	0,000
	Orta	235	4,94	5,15		
	Yüksek	62	5,18	4,89		

Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda, maddi durum kategorileri için katılımcıların benlik ($F_{(2,343)}=18,614$; $p<0,001$), cinsellik ($F_{(2,343)}=6,018$; $p<0,01$), evlilik doyumu ($F_{(2,343)}=10,759$; $p<0,001$) ve koronavirüs kaygısı ($F_{(2,343)}=17,909$; $p<0,001$) toplam puan ortalamaları için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının belirlenmesi için yapılan LSD (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, temel farklılığın maddi durumu düşük olan katılımcılardan kaynaklandığı görülmüştür. Tablo geneli incelendiğinde, maddi durumu düşük olan katılımcıların benlik, cinsellik ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en düşük bulunurken maddi durumu yüksek olan katılımcıların anlamlı şekilde en yüksek bulunmuştur. Bunun yanında maddi durumu düşük olan katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en düşük olduğu görülürken maddi durumu orta olan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük olduğu görülmüştür.

Tablo 9. Evlilik süresine göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi

Ölçek	Evlilik süresi	N	$\bar{x}$	ss	$F_{(2,343)}$	p
Benlik	0-4 yıl	151	11,54	3,12	6,126	0,002
	5-10 yıl	106	10,60	3,05		
	11 yıl üstü	89	10,16	3,23		
Cinsellik	0-4 yıl	151	19,34	4,21	4,496	0,012
	5-10 yıl	106	18,25	4,12		
	11 yıl üstü	89	17,80	4,04		
Aile	0-4 yıl	151	15,39	5,66	0,258	0,773
	5-10 yıl	106	15,23	5,05		
	11 yıl üstü	89	14,89	4,73		
Evlilik Doyumu	0-4 yıl	151	46,27	9,72	4,349	0,014
	5-10 yıl	106	44,08	9,07		
	11 yıl üstü	89	42,84	7,99		
Koronavirüs Kaygısı	0-4 yıl	151	4,39	5,12	8,786	0,000
	5-10 yıl	106	6,21	5,28		
	11 yıl üstü	89	7,10	4,90		

Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda, evlilik süresi kategorileri için katılımcıların benlik ($F_{(2,343)}=6,126$; $p<0,01$), cinsellik ($F_{(2,343)}=4,496$; $p<0,05$), evlilik doyumu ($F_{(2,343)}=4,349$; $p<0,05$) ve koronavirüs kaygısı ($F_{(2,343)}=8,786$; $p<0,001$) toplam puan ortalamaları için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının belirlenmesi için yapılan LSD (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, temel farklılığın 0-4 yıldır evli olan katılımcılardan kaynaklandığı görülmüştür. Tablo geneli incelendiğinde, 0-4 yıldır evli olan katılımcıların benlik, cinsellik ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek bulunurken 11 yıl üstü evli olan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük bulunmuştur. Bunun yanında 11 yıl üstü evli olan katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek olduğu görülürken 0-4 yıldır evli olan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük olduğu görülmüştür.

Tablo 10. Çocuk sayısına göre katılımcıların Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puan ortalamaları arasındaki farkın incelenmesi

Ölçek	Evlilik süresi	N	$\bar{x}$	ss	$F_{(3,342)}$	p
Benlik	Çocuk yok	82	12,41	2,47	16,745	0,000
	Tek çocuk	102	11,34	2,93		
	İki çocuk	81	10,43	3,29		
	Üç çocuk üstü	81	9,26	3,15		
Cinsellik	Çocuk yok	82	19,49	4,75	3,624	0,013
	Tek çocuk	102	18,94	3,92		
	İki çocuk	81	18,47	4,19		
	Üç çocuk üstü	81	17,44	3,66		
Aile	Çocuk yok	82	16,40	5,69	2,506	0,059
	Tek çocuk	102	14,68	5,72		
	İki çocuk	81	15,48	4,68		
	Üç çocuk üstü	81	14,41	4,46		
Evlilik Doyumu	Çocuk yok	82	48,30	9,35	8,955	0,000
	Tek çocuk	102	44,96	9,24		
	İki çocuk	81	44,38	9,37		
	Üç çocuk üstü	81	41,11	7,34		
Koronavirüs Kaygısı	Çocuk yok	82	3,02	3,83	20,436	0,000
	Tek çocuk	102	4,96	5,35		
	İki çocuk	81	5,99	5,13		
	Üç çocuk üstü	81	8,81	4,76		

Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda, evlilik süresi kategorileri için katılımcıların benlik ($F_{(3,342)}=16,745$; $p<0,001$), cinsellik ($F_{(3,342)}=3,624$; $p<0,05$), evlilik doyumu ($F_{(3,342)}=8,955$; $p<0,001$) ve koronavirüs kaygısı ($F_{(3,342)}=20,436$; $p<0,001$) toplam puan ortalamaları için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının belirlenmesi için yapılan LSD (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, temel farklılığın çocuğu olmayan katılımcılardan kaynaklandığı görülmüştür. Tablo geneli incelendiğinde, çocuğu olmayan katılımcıların benlik, cinsellik ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek bulunurken üç ve üstü çocuğu olan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük bulunmuştur. Bunun yanında üç ve üstü

çocuğu olan katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde yüksek olduğu görülürken çocuğu olmayan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük olduğu görülmüştür.

4.3 İlişkisel Analizler

Bu kısımda araştırma ölçek ve alt boyut toplam puanları ile açık uçlu demografik sorular arasındaki ilişkileri inceleyen analizlere yer verilecektir.

Tablo 11. Katılımcıların yaş, çocuk sayısı, evlilik süresi, Koronavirüs Kaygı Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği alt boyut toplam puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesi

	Yaş	Evlilik süresi	Çocuk sayısı	Benlik	Cinsellik	Aile	Evlilik Doyumu
Benlik	-0,189 ***	-0,121 *	-0,280 ***				
Cinsellik	-0,218 ***	-0,123 *	-0,141 **	0,356 ***			
Aile	-0,031	-0,052	-0,045	0,377 **	0,172 **		
Evlilik Doyumu	-0,182 **	-0,127 *	-0,186 **	0,722 ***	0,676 ***	0,778 ***	
Koronavirüs Kaygısı	0,204 ***	0,160 **	0,293 ***	-0,509 ***	-0,214 ***	-0,288 ***	-0,437 ***

*p<0,05; **p<0,01; *** p<0,001

Yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonucunda, yaş ile benlik toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,189$; $p<0,001$). Bu sonuca göre yaş arttıkça benlik puanı azalacaktır. Yaş ile cinsellik toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,218$; $p<0,001$). Bu sonuca göre yaş arttıkça cinsellik puanı azalacaktır. Yaş ile evlilik doyumu toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,182$; $p<0,01$). Bu sonuca göre yaş arttıkça evlilik doyumu puanı azalacaktır. Yaş ile koronavirüs

kaygısı toplam puanı arasında düşük düzeyde, pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0,204$; $p<0,001$). Bu sonuca göre yaş arttıkça koronavirüs kaygısı puanı artacaktır.

Evlilik süresi ile benlik toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,121$; $p<0,05$). Bu sonuca göre evlilik süresi arttıkça benlik puanı azalacaktır. Evlilik süresi ile cinsellik toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,123$; $p<0,05$). Bu sonuca göre evlilik süresi arttıkça cinsellik puanı azalacaktır. Evlilik süresi ile evlilik doyumu toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,127$; $p<0,05$). Bu sonuca göre evlilik süresi arttıkça evlilik doyumu puanı azalacaktır. Evlilik süresi ile koronavirüs kaygısı toplam puanı arasında düşük düzeyde, pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0,160$; $p<0,01$). Bu sonuca göre evlilik süresi arttıkça koronavirüs kaygısı puanı artacaktır.

Çocuk sayısı ile benlik toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,280$; $p<0,001$). Bu sonuca göre çocuk sayısı arttıkça benlik puanı azalacaktır. Çocuk sayısı ile cinsellik toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,141$; $p<0,01$). Bu sonuca göre çocuk sayısı arttıkça cinsellik puanı azalacaktır. Çocuk sayısı ile evlilik doyumu toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,186$; $p<0,01$). Bu sonuca göre çocuk sayısı arttıkça evlilik doyumu puanı azalacaktır. Çocuk sayısı ile koronavirüs kaygısı toplam puanı arasında düşük düzeyde, pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0,293$; $p<0,001$). Bu sonuca göre çocuk sayısı arttıkça koronavirüs kaygısı puanı artacaktır.

Koronavirüs kaygısı toplam puanı ile benlik toplam puanı arasında orta düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,509$; $p<0,001$). Bu sonuca göre koronavirüs kaygısı puanı arttıkça benlik puanı azalacaktır veya koronavirüs kaygısı puanı azaldıkça benlik puanı artacaktır. Koronavirüs kaygısı toplam puanı ile cinsellik toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,214$; $p<0,001$). Bu sonuca

göre koronavirüs kaygısı puanı arttıkça cinsellik puanı azalacaktır veya koronavirüs kaygısı puanı azaldıkça cinsellik puanı artacaktır. Koronavirüs kaygısı toplam puanı ile aile toplam puanı arasında düşük düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,288$; $p<0,001$). Bu sonuca göre koronavirüs kaygısı puanı arttıkça aile puanı azalacaktır veya koronavirüs kaygısı puanı azaldıkça aile puanı artacaktır. Koronavirüs kaygısı toplam puanı ile evlilik doyumu toplam puanı arasında orta düzeyde, negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0,437$; $p<0,001$). Bu sonuca göre koronavirüs kaygısı puanı arttıkça evlilik doyumu puanı azalacaktır veya koronavirüs kaygısı puanı azaldıkça evlilik doyumu puanı artacaktır.

Tablo 12. Evlilik doyumu toplam puanının yordayıcılarının incelenmesi

Bağımlı değişken	Bağımsız değişkenler	B(b)	SH	Beta	t	p	F	R ²
Evlilik doyumu	Sabit (a)	52,227	1,739		30,036	0,000		
	Koronavirüs kaygısı	-0,733	0,087	-0,417	-8,458	0,000	42,879	0,20
	Yaş	-0,101	0,051	-0,097	-1,969	0,049	***	

*** $p<0,001$

Evlilik doyumu toplam puanının yordayıcılarının incelenmesi için yapılan regresyon analizine koronavirüs kaygı toplam puanı, yaş, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri atanmış ve ‘stepwise’ yöntemi ile model tahmin edilmiştir. Kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F_{(2,343)}=42,879$; $p<0,001$). Yapılan analiz sonucunda koronavirüs kaygısı toplam puanı ($t_{(343)}=-8,458$; $p<0,001$) ve yaş ($t_{(48)}=-1,969$; $p<0,05$) anlamlı parametreler olduğu görülmüştür. İki değişken evlilik doyumu puanının %20’lik kısmını açıklamaktadır. Diğer parametreler sabit tutulduğunda, koronavirüs kaygısı toplam puanındaki 1 birimlik artış evlilik doyumu puanının 0,733 birim azaltırken, yaş değişkenindeki 1 birimlik artış 0,101 birim azaltmaktadır.

5 TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1 Tartışma ve Sonuç

Anksiyete bozukluklarının gelişimine katkıda bulunan sıkıntı unsurları çok çeşitli olabilir ve bazen sözde tetikleyici faktörleri belirlemek kolay değildir. Anksiyete bozuklukları ve aile ilişkileri arasındaki bağlantı çift yönlüdür: psikolojik sorunlar hasta ilişkilerini olumsuz etkiler ve eşin hastaya yönelik tutumları hastanın anksiyetesini önemli ölçüde etkiler. Bir ilişkideki memnuniyetsizlik, anksiyete bozukluklarının gelişiminde tetikleyici bir rol oynayabilir ve aynı zamanda bu bozuklukların modülasyonundan ve sürdürülmesinden sorumlu olabilir. Bununla birlikte, bu memnuniyetsizlik anksiyete bozukluklarının ortaya çıkmasının bir sonucu da olabilir. Anksiyete bozukluğu olan bireyler, eşlerinin gösterdiği hoşgörü ve yardımdan dolayı (ne tür ve nitelikte yardım sağladığı önemli değildir) kendilerini suçlu hissedebilir, bazen destekten dolayı boyun eğici bir şekilde minnettarlık duyabilir, kendini aşağı görebilir, ona hizmet etme eğiliminde olabilir. Öte yandan, partnerinin sözde olumsuz tutumlarını azarlamaya başlar; hasta psikolojik sorunlarını bahane olarak kullanmaya başlayabilir ve başkalarının kendisine yardım etmesini ve durumu çözmesini bekler. Sonuç olarak, eşini kontrol etmeye ve eleştirmeye başlar ve bu gergin durum evlilikte sorunlara yol açabilir ve aile işleyişini bozabilir.

Bu araştırmada, en az üç yıllık evli olan çift özelliğine sahip katılımcıların evlilik doyumlarının ve pandemi sürecinde anksiyete oranlarının demografik özellikleriyle ilişkisi araştırılmıştır. Ölçek ve formun uygulanmasından elde edilen veriler elektronik ortamda kayıt altına alınarak, ilgili istatistiksel tekniklerle çözümlenmiş ve ulaşılan bulgular yorumlanmıştır.

Araştırmada amaç doğrultusuna altı temel sorunun yanıtı aranmıştır. İlk soru, demografik bilgilerin katılımcıların evlilik doyumları üzerindeki etkisini belirlemeye yöneliktir. Araştırmanın ikinci sorusu demografik özellikler ile anlaşma ve ilişki tarzı

alt ölçekleri ile ilişkisini ortaya çıkarmayı amaçlarken, üçüncü sorunun amacı yüksek ve düşük evlilik doyumlarının üzerinde demografik özelliklerin etkisini incelemektedir. Dördüncü soru katılımcıların demografik özelliklerinin onların koronavirüs kaygısı üzerindeki etkisini belirlemeye yöneliktir. Araştırmanın beşinci sorusu kişisel özellikler ile anlaşma ve ilişki tarzı alt ölçekleri ile ilişkisini ortaya çıkarmayı amaçlarken, altıncı soru yüksek ve düşük koronavirüs kaygı düzeyi üzerinde demografik özelliklerin etkisini incelemektedir.

Araştırma sorularına yanıt bulmak üzere elde edilen veriler; Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), ölçek toplam puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesinde Pearson Korelasyon Analizi ve basit doğrusal regresyon analizi yardımıyla çözümlenerek yorumlanmıştır. Demografik özelliklerin katılımcıların evlilik doyumu ve koronavirüs anksiyete puan ortalamaları üzerindeki etkilerini değerlendirmek üzere yukarıda bahsedilen tanımlayıcı ve detaylı istatistiksel çözümler yapılmış ve demografik özelliklerin kiminde anlamlı düzeyde ilişkiler bulunurken kimilerinde ise anlamlı düzeyde ilişkinin varlığı gözlenmemiştir. Araştırmaya katılan kişilerin koronavirüsün etkisi ile anksiyete oranları ve evlilik doyumlarının onların demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, evlilik süresi, gelir düzeyi, çocuk sayısı) göre etkilenip etkilenmediği incelenmiştir. Elde edilen verilerin çözümlenmesi sonucunda katılımcıların demografik özelliklerinin Evlilik doyumu ve koronavirüs anksiyete ölçeğinin alt ölçekleri bağlamında kimi noktalarda farklı etkilerde bulundukları gözlenmiştir.

21-30 yaşındaki katılımcıların benlik, cinsellik ve evlilik doyumu yüksek çıkarken 31-67 yaşındaki katılımcıların daha az çıkmaktadır. Bu bize evlilik doyumunun yaş ile ters orantılı olduğunu göstermektedir. Bunun nedeni erken yaş grubunda yaşamdan beklentilerin ve enerjilerinin daha fazla, hayat sorumluluğunun daha az olmasından kaynaklı olduğu düşünülebilir. 31-67 yaşındaki katılımcıların koronavirüs kaygısı fazla çıkarken 21-30 yaşındaki katılımcıların koronavirüs kaygısı daha az olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre 31- 67 yaş arasındaki insanların koronavirüs kaygısının yüksek çıkmasındaki etken koronavirüsün yaş gruplarında olan etkisine yordayabiliriz. İleri yaşlardaki insanlarda ve kronik rahatsızlığı olanlarda atlatması daha zor olan koronavirüsü 31-67 yaş aralığındaki insanlarda kaygı düzeyini yüksek çıkardığı düşünülmüştür. Pandemi sürecinde

yapılan bir araştırmada 18-24 yaş aralığındaki bireyler kaygı düzeyi en yüksek grup olarak belirlenmiştir (Berna Güloğlu ve ark., 2020). Bulguların farklılığındaki temel sebebin bu araştırmanın pandemi sürecinin ilk yıllarında yapılması olarak düşünülmektedir. Pandemi sürecinin ilk yıllarında hastalığın yaşlılara etkisi net bir şekilde bilinmediği için, pandemiyle geçen süre boyunca virüsün ileri yaştaki kişileri daha ağır etkilediğinin belirlenmesinden ileri yaştaki insanlarda anksiyete oranı yükselmiştir.

Kadın katılımcıların benlik, cinsellik, aile ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının erkeklerden anlamlı şekilde yüksek olduğu görülürken erkeklerin koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının kadınlardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Arıkan'ın ele aldığı iki çalışmada her iki çalışmada da eşlerin cinsel istek, evlilik doyumu ve doğum hakkındaki düşünceleri ile ilgili çok sayıda bilgi alınmıştır. Sonuçlar, kadınların cinsel arzusunun zaman içinde erkeklerin cinsel arzusundan daha hızlı bir şekilde azaldığını ve ancak bunun ortalamasının altına düşmediğini göstermiştir (Arıkan, 2018). Covid-19 salgını öncesinde ve sonrasında kadın bireylerdeki sağlık anksiyetesinin erkek bireylere oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. (Alioğulları, 2020) Araştırmamızda elde edilen veriler ile sağlık anksiyetesinde çıkan sonuçlar birbirinden farklılıklar göstermektedir bunun nedeni araştırmamızda koronavirüs olarak sınırlandırmamız olduğu düşünülmektedir.

Lisans ve üstü eğitim düzeyindeki katılımcıların benlik, cinsellik, aile ve evlilik doyumunun lise ve altı eğitim düzeyindeki katılımcılardan daha yüksek olduğu görülürken lise ve altı eğitim düzeyindeki katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının lisans ve üstü eğitim düzeyindeki katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Benlik algısının gelişimi eğitim durumuyla ilişkili olduğu sonucuna göre birey kendi farkındalığı arttıkça evlilik doyumu da doğru orantıda arttığı görülmüştür. Kılbitmez (2018) tarafından yapılan çalışma sonucunda eğitimi lisans ve lisansüstü olan bireylerde evlilik doyum düzeylerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda eğitim düzeyi düşük olan bireylerde evlilik doyumunun düşük olmasının nedenleri kaliteli iletişim kuramamaları, kendilerini açıklama konusunda doğru ifade edememeleri, herhangi bir tartışmada sonucu uzlaşmama olasılığı yüksek olma

durumundan dolayı düşük düzeyde evlilik doyumuyla sahip olmalarıyla ilişkili olabilir.

Çalışan katılımcıların benlik, aile ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının çalışmayan katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışan kadınlarda evlilik doyumuyla ilişkili sosyo-demografik değişkenlerin incelendiği bir çalışmada kişiler arası yeterlilik ve iş-aile çatışmasını yönetme öz yetkinliğinin evlilik doyumuyla ilişkili olduğu saptanmıştır. Araştırmada çalışan kadınlarda öğrenim düzeyi arttıkça evlilik doyumunun artma eğiliminde olduğu görülmüştür (Habibova Doğan ve Topkaya, 2020). Literatürdeki bulgular ile çalışmada elde edilen bulgular uyumluluk göstermektedir.

Çalışmayan katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının çalışan katılımcılardan anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmayan bireylerde ekonomik olarak zorluk çekmekle beraber pandeminin sürecinin zorlu şartları ile kaygı düzeylerini yükselmesine neden olmuş olabilir. Bununla beraber pandemi sürecinde sokağa çıkma yasaklarının getirilmesiyle bireylerin sosyal hayatlarının kısıtlanması insan ilişkilerinde gerekse doğa ile olan ilişkilerinin azalması bireylerde anksiyete puanının artmasına sebep olduğu düşünülmektedir.

Maddi durumu düşük olan katılımcıların benlik, cinsellik ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en düşük bulunurken maddi durumu yüksek olan katılımcıların anlamlı şekilde en yüksek bulunmuştur. Bunun yanında maddi durumu düşük olan katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde yüksek olduğu görülürken maddi durumu orta olan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük olduğu görülmüştür. Yüksek gelir düzeyine sahip insanlarda maddi bir yatırım ve hayat standartlarındaki farklılıklar yüksek oranda olmadığından pandemi sürecinde maddi olarak etkilenmemeler koronavirüs kaygısının düşük çıkmasına neden olmuş olabilirken maddi durumu düşük olan bireylerde geçim sıkıntısı ve pandemiyle artan ekonomik farklılıklar bireyleri daha çok etkilemiş olabilir. Kabeloğlu ve Gül (2021)'e göre yüksek gelir grubunun anksiyete ve depresyon oranı daha düşük çıkarken düşük gelirli grubun anksiyete oranlarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

0-4 yıldır evli olan katılımcıların benlik, cinsellik ve evlilik doyumu ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek bulunurken 11 yıl üstü evli olan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük bulunmuştur. Evliliğin ilk yıllarında eşler arası karşılıklı sevginin, birbirini daha çok tanımaya ve anlamaya yönelik özverili davranışlarının evlilikten aldıkları doyuma etki ettiği düşünülmektedir. Yıllar içinde çiftlerin birbirine alışmasıyla beraber azalan tolerans sorun çözme becerilerine etki ederek evlilikten alınan doyumu azaltabilir. Urgancı ve Eker (2018) tarafından yapılan bir çalışmada evlilik süresinin evlilik doyumuyla olan etkisinin ters orantılı olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında 11 yıl üstü evli olan katılımcıların koronavirüs kaygısı ortalamalarının anlamlı şekilde yüksek olduğu görülürken 0-4 yıldır evli olan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük olduğu görülmüştür. 0-4 yıllık evli olan çiftlerde evlilik doyumu daha fazla olduğu için eş desteği daha fazla görüldüğü için kaygı düzeyi daha düşük olduğu düşünülmektedir.

Çocuğu olmayan katılımcıların benlik, cinsellik ve evlilik doyumu toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde en yüksek bulunurken üç ve üstü çocuğu olan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük bulunmuştur. Bu bulguya göre çocuk sayısındaki artışla beraber benlik, cinsellik, evlilik doyumundaki düşüşün nedenin evlilik içindeki eşlerin birbirlerine verdikleri ilginin, zamanın, şefkatin ve sevginin çocuklara bölünmesi olduğu düşünülmektedir.

Bunun yanında üç ve üstü çocuğu olan katılımcıların koronavirüs kaygısı toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde yüksek olduğu görülürken çocuğu olmayan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük olduğu görülmüştür. Çocuklar ebeveyn sorumluluğunda olduğundan dolayı ebeveynlerin koronavirüs kaygısının artmasının bireysel korunmanın dışında çocukları da koruma içgüdüsünden kaynaklandığı düşünülmektedir. Araştırmalar sonucunda kaygının artması da okula giden çocuk sayılarının artması, stresle baş etme yöntemlerinin düşük olması ve ebeveyn rollerindeki değişimler psikolojik sağlamlık ve kaygı düzeyinin farklılaşmasına neden olabileceği belirtilmiştir (Avan, Koç ve Vural, 2021).

Yapılan korelasyon analizi sonucunda evlilik doyumu ve koronavirüs kaygısı arasında negatif yönlü ilişki görülmüştür. Ayrıca regresyon analizi sonucunda da koronavirüs kaygısının evlilik doyumunu negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Elde

edilen bulgular literatür çalışmaları ile tutarlı bulunmuştur. Knoster ve arkadaşları (2020) pandemi süreci ile birlikte değişen yaşam şartları, karantina süreçleri, evden çalışma programları gibi uygulamaların bireylerde uyum sağlamada zorluklara neden olabileceğini belirtmiştir. Çalışma hayatı ve sosyal alanda yaşanan bu sorunlarla başa çıkamama evlilik gibi yakın ilişkilerde de sorunları beraberinde getirebilir. Pietromonaco ve Overal (2021) ise küresel boyutta yaşanan bu stres ve kaygı durumunun sonucunda aynı ev içerisinde bulunmak zorunda olan çiftlerin birbirlerine karşı daha eleştirel olmaları ve etkili iletişim becerilerinden yoksun olmalarının evlilik sürecine zarar verebileceğini belirtmiştir.

Almanya örnekleminde 781 kişi ile yürütülen çalışmada pandeminin neden olduğu belirsizlik ortamı, çalışma hayatındaki olumsuzluklar ve sağlık yönündeki düşüncelerin yoğun kaygı yarattığı ve bu durumun evlilik doyumunu azalttığı bildirilmiştir (Schmid ve ark., 2021). Diğer yandan İsrail örnekleminde 130 kadın ile yürütülen başka bir çalışmada fiziksel sağlığa yönelik mevcut ortamın yarattığı tehlikelerin bireyler tarafından kaygı verici olarak algılanması evlilik kalitesini anlamlı şekilde düşürdüğü gözlenmiştir (Reizer ve ark., 2020). Pandeminin beraberinde getirdiği sosyallikten kısıtlanma ve zorunlu karantina süreçleri çiftlerin başa çıkma becerilerinin körelmesine ve çözüm üretme kapasitelerinin de daralmasına neden olmuş olabilir. Bu durumun bir sonucu olarak ev içi iletişim ve bağlılığın azalması da çatışmaların artmasına ve evlilik doyumunda azalmaya neden olmuş olabilir (Overall ve ark., 2021). Epifani ve arkadaşları (2021) ise çalışmalarında yaşamın tehdit edildiği bir tehlikenin var olması, çalışma yaşantısının sekteye uğraması, sosyalliğin kısıtlanması, ev içi ve evlilik içi sorumlulukların varlığı gibi başlıkların bireylerde yoğun kaygıya neden olduğunu bildirmiştir. Çiftlerin bu yoğun kaygı ile başa çıkmada başarısız olmaları aile içi çatışmaların artmasına ve evlilik doyumunun azalmasına neden olmaktadır.

Bunun yanında karantina ve izolasyon süreçlerinin çiftlerin birbirleri ile niteliksel ve niceliksel olarak daha kaliteli zaman geçirmesine de imkân sunmaktadır. Bu süreçle etkileşim ve iletişim daha sağlıklı yürütülmesi, karşılıklı iletişim ortamının sağlanması çiftlerin uyumunu arttıran değişkenler olarak bilinmektedir. Çiftlerin birbirine bu desteği ve anlayış zeminin oluşması pandemiye karşı daha dayanıklı olmalarına ve kaygı düzeylerinin artmasının önüne geçebilmektedir

(Manning ve Payne, 2021). Öte yandan Ünal ve Gülseren (2020) pandemi sürecinin neden olduğu kaygının ev içi atmosferi önemli ölçüde etkilediğini aktarmıştır. Bu bağlamda alınan önlemler kapsamında evde kalmak zorunda olan, evden çalışan ve karantina sürecindeki çiftlerin daha çok sorun yaşadıkları ve aile içi şiddet, boşanma oranları gibi istatistiklerde pandemi öncesine göre artış yaşandığı aktarılmıştır.

Çalışma sonucunda elde edilen bir diğer bulgu ise yaş ve çocuk sayısındaki artışın evlilik doyumunu azaltırken koronavirüs kaygısını azaltmasıdır. Urgancı ve Eker (2018) çalışmalarında evliliğin ilk yıllarında sorun çözme becerilerinin yüksek olması ve sorunların çözümüne dair inancın yüksek olmasının evlilik doyumunu pozitif etkilediğini aktarmıştır. Evliliğin ilk yılları sorunların büyütülmesine toleransın olduğu ve çiftlerin birbirlerine karşı pozitif duygularda daha sıcak bir dönem olması nedeniyle de evlilik doyumunun yüksek olduğu düşünülebilir. Zamanla birlikte yıpranma ve birbirinden uzaklaşma süreci evlilik doyumunu olumsuz etkileyebilir. Çağ ve Yıldırım (2018) da çalışmalarında benzer sonuçlara dikkat çekmiştir. Ayrıca çalışmada çocuk sahibi olmanın ve çocuk sayısındaki artışın karı-koca rollerinden uzaklaşılarak anne-baba rollerinin baskın gelmesi ile de evlilik doyumunda düşüş yaşanabileceği aktarılmıştır. Çocuk sayısına bağlı olarak çiftlerin cinsel yaşamlarındaki azalma da bu bağlamda evlilik doyumunu düşürebilir. Çiftler birbirleri ile daha az iletişim kurmakta, uzaklık artmakta ve sorumluluklarla ilgilenme noktasında zaman bölünebilmektedir (Pourakbaran ve Amin Yazdi, 2015).

Yaşın artması ile birlikte Covid-19 için risk faktörlerinin artması da yaşla birlikte artan Covid-19 kaygısını açıklamaktadır. İlerleyen yaşlarla birlikte vücut direncinin azalması, hastalıkların daha sık görülmesi ve organizmanın daha savunmasız olması Covid-19 bulaşı ile görülebilecek sorunlara dair bireyleri endişelendirmektedir (Ladikli ve ark., 2020). Ayrıca yaşla birlikte başa çıkma becerilerinin yetersizliği ve fiziksel anlamda işlevsellikteki kayıplar da bireylerin yaşadıkları kaygı düzeyine etki edebilir (Zeybek, Bozkurt ve Aşkın, 2020). Son olarak çocuk sayısına göre bireylerin Covid-19 kaygıları da doğru orantı göstermektedir. Bu durum bireyin sevdiklerinin de enfekte olması endişesi ile açıklanabilir. Ebeveynler bu noktada kendilerinden önce çocuklarını ve ailelerin sağlıklı olması yönünde bir düşünce taşıyabilir. Covid-19 bulaşı sonrasında yaşanan

olumsuzluklar ve ölüm riskinin bulunması da çiftlerin çocuk sayısı arttıkça yaşadıkları kaygıyı açıklayabilir (Doğan ve Düzel, 2020).

5.2 Öneriler

Çalışma sonucunda evlilik doyumu ve koronavirüs kaygısına etki eden değişkenler ve iki kavram arasında dinamik ilişkiler gösterilmiştir. Çalışmamız Covid-19 pandemisinin evlilik kurumu üzerindeki etkilerin gösterilmesi açısından değerli ve önemli bulgular sunmaktadır. Elde edilen bulgular ışığında evli bireylere, uzmanlara ve ilerleyen çalışmalar için araştırmacılara bazı öneriler bulunmaktadır. Evli bireyler için yapılacak öneriler şu şekildedir:

- Yaşanan kaygı ve stres yaratan olayların evliliğe doğrudan ve dolaylı etkileri göz önüne alınmalıdır.
- Evlilik sürecinde etkili iletişim yaşanan kaygı verici durum ve olayların başarılı bir şekilde atlatılması noktasında faydalı olabilir.
- Yerel ve küresel çapta etkili olan krizlerin evliliğin yapısına zarar verebileceği bilinmelidir.
- Evlilik doyumunun yüksek olmasının sorun ve sıkıntılara çözüm üretme noktasında koruyucu bir etkisi olduğunun çiftlerce farkına varılmalıdır.
- Yaş ve çocuk sayısı ile birlikte evlilik doyumunun azalması noktasında çiftlerin bu bulguyu göz önüne almaları ve geçen zamanın ve çocuk sayısının yıpratıcı etkileri göz önüne alınmalıdır.

Uzmanlar için yapılacak öneriler şu şekildedir:

- Bireylerin kaygıya verdikleri yanıtlara etki eden demografik değişkenler terapi sürecinde göz önüne alınmalıdır.
- Evlilik kavramı ve evlilik doyumuna yönelik etkili ve etkin psikoeğitim verilmelidir.
- Pandemi gibi kaygı yaratan durumlarda toplumun en küçük yapı birimi olan evlilik kurumunun korunmasına yönelik çalışmaların yapılması değerlidir.

- Zorlu süreçlerden daha az etkilenmek için iletişimi geliştirmek amacıyla çiftler arası iletişimi güçlendirmeye yönelik eğitimler verilebilir

Araştırmacılara yapılacak öneriler şu şekildedir:

- Pandeminin çiftlerin evlilik uyumlarına olan etkisinin incelenmesinde pandemi öncesi, pandemi sırasındaki ve pandemi sonrasındaki süreçlerin karşılaştırıldığı çok yönlü çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.
- Pandeminin evlilik sürecine etkilerinin incelenmesinde bireysel görüşmeler ve röportajların yapılması daha derinlemesine ve çeşitli bilgilerin literatüre kazandırılması noktasında faydalı olabilir.

Pandemi gibi kaygı yaratan durum ve olaylar karşısında evlilik doyumunun korunması ve evlilik kurumunun zarar görmesi noktasında önleyici adımlara yönelik çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Açık, Ö. (2021). *Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Akfırat Önalın, F. (2022). *Çalışan ve çalışmayan kadınlarla eşlerinin nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri ve evlilik doyumları* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Akkaya, M. (2011). *Bağlanma stilleri, stresle başa çıkma tarzları, problem çözme becerileri ve iletişim tarzlarının boşanma süreci Üzerindeki etkilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon
- Akkuş, M., ve Güneş, N. (2016). Anksiyete bozukluklarına yaklaşım. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(4), 352-365.
- Akkuzu, H., Yumuşak, F. N., Karaman, G., Ladikli, N., Türkkan, Z., ve Bahadır, E. (2020). Koronavirüs kaygı ölçeği'nin türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 2(2), 63-67.
- Alioğulları, A. (2020). *Covid-19 Virüs salgını sırasında yetişkin bireylerde sağlık* (Yüksek Lisans tezi).İstanbul Gelişim Üniversite,İstanbul.
- Alpaslan, A. H., Koçak, R., ve Türksoy, N. (2021). Evlilikte doyumun anksiyete, depresyon ve stresle ilişkisi: Birinci basamak sağlık kuruluşuna başvuran bireylerde bir araştırma. *International Journal of Medical and Health Sciences Research*, 8(2), 1-8.
- Arıkan, p. (2018). *kemalarıkan*. kemalarıkan: <https://www.kemalarıkan.com/cinsiyet-farkliliklari-evlilik-doyumunu-etkiliyor-mu.html> adresinden alınmıştır.
- Avan, H., Koç, E. T., ve Vural, B. (2021). Çocukları salgın sürecinde okula devam eden ebeveynlerin kaygı düzeylerinin belirlenmesi: 6-12 Yaş Örneği. *Sağlık Profesyonelleri Araştırma Dergisi*, 3(2), 65-74.

- Bandura, A. (2002). Social cognitive theory in cultural context. *Applied psychology*, 51(2), 269-290.
- Bayrami, M., Heshmati, R., ve Karami, R. (2011). Anxiety: Trait/state, sensation seeking, and marital satisfaction in married women. *Social and Behavioral Sciences*, 30, 765-770.
- Bektas, M., & Arslan, C. (2018). Evlilikte doyum: Kuramsal yaklaşımlar. *Gazi Journal of Educational Sciences*, 4(2), 78-99.
- Beştav, F. G. (2019). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Bıyıkoglu, E. B. (2012). *Evlilik uyumunun mükemmeliyetçilik özellikleri, stresle başa çıkma stratejileri ve cinsiyet açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Birchler, G. R., & Webb, J. R. (2015). A test of two explanations for the association between anxiety and poorer marital functioning. *Journal of Family Psychology*, 29(3), 415-420.
- Bodur, N. E., Çoşar, B., & Erdem, M. (2013). İnfertil çiftlerde evlilik uyumunun demografik ve klinik değişkenlerle ilişkisi. *Cukurova Medical Journal*, 38(1), 51-62.
- Bogoch, I. I., Watts, A., Thomas-Bachli, A., Huber, C., Kraemer, M. U. G., ve Khan, K. (2020). Pneumonia of unknown aetiology in Wuhan, China: potential for international spread via commercial air travel. *Journal of Travel Medicine*, 27(2), 11-24.
- Bradbury, T. N., & Lavner, J. A. (2012). How can we improve preventive and educational interventions for intimate relationships *Behavior Therapy*, 43(1), 113-122.
- Bradley, J. M., & Hojjat, M. (2017). A model of resilience and marital satisfaction. *The Journal of social psychology*, 157(5), 588-601.

- Bury, S. M. (2016). Does communication predict marital satisfaction or does marital satisfaction predict communication A longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 30(7), 876-886.
- Canbulat N. ve ankaya Z. (2014). Evli Bireylerin znel iyi olma düzeylerinin yordanması. *Ege Eğitim Dergisi*, 2(15) 2556-576.
- Civan A. (2011). *Eşlerin duygu dışavurum tarzları ile algılanan evlilik kalitesinin ilişkisi ve duygusal farkındalığın rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersi.
- Civan, A. (2011). *Eşlerin duygu dışavurum tarzları ile algılanan evlilik kalitesinin ilişkisi ve duygusal farkındalığın rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Curun, F. (2006). *Yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi ile evlilik doyumunu arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- ağ P. ve Yıldıırım İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 39(4), 13-23.
- ağ, P., ve Yıldıırım, İ. (2018). Bazı sosyo-demografik değişkenlere göre evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri: Bir profil alışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67), 1027-1042.
- elik, M., ve İnanç, B. Y. (2009). Evlilik doyum leği: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(2), 247-269.
- DeMoss, Y. (2004). *Brief interventions and resiliency in couples* (Doctoral dissertation). Northcentral University, Scottsdale.
- Develi, E. (2006). *Konya'da ilköğretim okullarında görev yapan deden eğitimi ğretmenlerinin sürekli kaygı durumlarının incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.

- Doğan, M.M.,ve Düzel, B. (2020). Covid-19 özelinde korku-kaygı düzeyleri. *Turkish Studies*, 15(4), 739-752.
- Doğan, T., ve Erdem, M. (2021). Evlilik doyumunun incelenmesi: Eşlerin karşılıklı olarak algıladığı sevgi, saygı ve iletişim. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 22(6), 624-631.
- Duran, K., ve Sarandöl, A. (2018). Meme kanseri hastalarında eşler arası uyum ve sosyal destek düzeyinin depresyon, anksiyete, benlik saygısı ve cinsellik üzerine etkilerinin incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 48(3), 349-355.
- Ekşi, F. (2006). *Öğretmenlerin ve yöneticilerin okul iklimi Algıları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki üzerine bir araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Epifani, I., Wisyaningrum, S., & Ediati, A. (2021, April). Marital distress and satisfaction during the covid 19 pandemic: A systematic review. In *International Conference on Psychological Studies (ICPSYCHE 2020)* (pp. 109-115). Atlantis Press.
- Erbaş, M.K. (2005). *Üst düzey basketbolcularda durumluk kaygı düzeyleri ve performans ilişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- Erdinç İ. (2018). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Erdoğan, S. (2007). *Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Ertaş, M., ve Kılıç, A. (2017). Öğretmen adaylarında anksiyete düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 140-157.

- Freud, S. (2019). Evlilik doyumu. *Psikanaliz Yazıları*, 56(2), 187-204.
- Gollo, L. C. & Smith, T. W. (2001). Attachment style in marriage: adjustment and responses to interaction, *Journal of Social and Personal Relationship*, 18(2), 263-299.
- Gül, G., ve Kabeloğlu, V. (2021). COVID-19 Salgını sırasında uyku kalitesi ve ilişkili sosyal ve psikolojik faktörlerin araştırılması. *Türk Uyku Tıbbı Dergisi*, 2 97-104
- Güler, A. (2015). *Evli kadınların eşleriyle ilişkilerindeki doyum düzeyleri ile depresyon ve anksiyete arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Güler, K. (2021). Evli Kadınlarda Ayrılık Anksiyetesi, Evlilik Uyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 3(4), 272-278.
- Güloğlu B., Yılmaz Z., İstemihan F., Arayıcı S., Yılmaz S. (2020). Covid-19 Pandemi sürecinde bireylerdeki anksiyete ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Kriz Dergisi* , 11, 25-34.
- Güngör, H. C. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Gürsoy, Ş., ve Karakılıç, E. (2019). Anksiyete bozukluğu ve ebeveynlerin iletişim biçimi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(2), 725-737.
- Habibova Doğan, G., ve Topkaya, N. (2020). Çalışan kadınlarda evlilik doyumunun yordayıcısı olarak kişiler arası yeterlilik ve iş-aile çatışmasını yönetme öz yetkinliği. *Ege Eğitim Dergisi*, 21(2), 76-90.
- Hekimoğlu F. M. ve Uluç S. (2019). Bağlanma örüntüleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkide eşe yönelik kişilerarası şemaların aracı rolü. *Mediterranean Journal of Humanities* 9(1), 187-199.

- Hunler, O. S., & Gencoz, T. (2003). Submissive behaviours and marital satisfaction relation: Mediator role of perceived marital problem solving. *Turk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 25-38.
- Işinsu – Halat, M. (2009). *Yatırım kuramı bağlamında evli çiftlerde uyum, nedensel ve sorumluluk yüklemeleri ile yalnızlık arasındaki bağlantılar* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- İçli, T., Kalkan, M., ve Bilgican, F. (2019). Anksiyete bozukluğu ve evlilikte doyum ilişkisi: bir araştırma. *Current Perspectives on Social Sciences*, 1(1), 23-34.
- Kantarcı, D. (2009). *Evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Kara, N. (2013). *Çiftlerde yükleme biçimleri, çatışma çözme stilleri ve eşin duygu dışavurum tarzları ile çift uyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Karagöz, M. (2020). *Toplumsal cinsiyet rolleri ile cinsel doyum ve özgüven arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Kent Üniversitesi, İstanbul.
- Karasar, N. (1999). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2006). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel.
- Karney, B. R. & Bradbury, T. N. (1997). Neuroticism, marital interaction, and the trajectory of marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(5), 1075-1092.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2017). Research on marriage and the family in the twentieth century: Themes and trends. *Journal of Marriage and Family*, 79(3), 573-593.

- Kasalova, P., Prasko, J., Holubová, M., Vrbova, K., Zmeskalova, D., Slepecky, M., & Grambal, A. (2018). Anxiety disorders and marital satisfaction. *Neuroendocrinol Lett*, 38(8), 555-64.
- Kaya Balkan, İ. (2009). *Bağlanma stillerinin evlilik ilişkisi üzerindeki etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Kelleci, H. (2019). *Annelerin çocuk yetiştirme tutumunun yaşam doyumu, evlilik doyumu, umutsuzluk düzeyi açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Kılbitmez, R. (2018). *Çalışan evli kadınların evlilik doyumu düzeylerinin demografik değişkenler ve ev içi iş paylaşımı üzerinden yordanması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul
- Kılıç, E., ve Ceylan, A. (2022). Evlilik doyumu: Aile işlevleri ve öznel iyi oluş. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(1), 85-96.
- Kışlak Ş. ve Göztepe I (2012). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 1-12.
- Knoster, K., Howard, H. A., Goodboy, A. K., & Dillow, M. R. (2020). Spousal interference and relational turbulence during the COVID-19 pandemic. *Communication Research Reports*, 37(5), 254-262.
- Kobak, R., Hazan, C. & Ruckdeschel, K. (1994). *From symptom to signal: an attachment view of emotion in marital therapy*. In Johnson, S. and Greenberg, L. (Ed.), *Emotions in Marital Therapy* (46-71), Brunner/Mazel.
- Kurdek, L. A., & Berg, B. (2018). The impact of partner social support on the well-being of anxious individuals in heterosexual romantic relationships. *Journal of Anxiety Disorders*, 59, 8-17.
- Kurtuluş, K. (2010). *Araştırma yöntemleri*. İstanbul: Türkmen Yayınevi.

- Kuyumcu, B. (2005). *Evli çiftlerin evlilik doyumu ile geştalt temas biçimleri, bağlanma stilleri ve başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ladikli, N., Bahadır, E., Yumuşak, F. N., Akkuzu, H., Karaman, G., ve Türkkan, Z. (2020). Kovid-19 korkusu ölçeği'nin türkçe güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *International Journal of Social Science*, 3(2), 71-80.
- Luckey, E. B. (1960). Marital satisfaction and congruent self-spouse concepts. *Social Forces*, 39(2), 153-157.
- Madi, B. (2009). *Aşk ve beyin*. İstanbul: GOA Yayınları.
- Manning, W. D., & Payne, K. K. (2021). Marriage and divorce decline during the covid 19 pandemic: A case study of five states. *Socius*, 7, 23780231211006976.
- Markman, H. J., Stanley, S. M., & Blumberg, S. L. (2010). *Fighting for your marriage: Positive steps for preventing divorce and preserving a lasting love*. John Wiley & Sons.
- Maroufizadeh, S., Hosseini, M., Rahimi Ferooshani, A., Omani-Samani, R., & Amini, P. (2018). Application of the dyadic data analysis in behavioral medicine research: marital satisfaction and anxiety in infertile couples. *BMC Medical Research Methodology*, 18(1), 1-10.
- McCarthy, C. J., Lambert, N. M., & Baucom, D. H. (2017). A dyadic exploration of the impact of anxiety sensitivity on intimacy and satisfaction in close relationships. *Journal of Anxiety Disorders*, 49, 66-73.
- McLeod, B. D., Weisz, J. R., & Wood, J. J. (2019). Examining the association between anxiety and family satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 68, 102144.

- Miller, R. B., Mason, T. M., Canlas, J. M., Wang, D., Nelson, D. A., & Hart, C. H. (2013). Marital satisfaction and depressive symptoms in China. *Journal of Family Psychology*, 27(4), 677-690.
- Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271-1288.
- Overall, N. C., Chang, V. T., Pietromonaco, P. R., Low, R. S., & Henderson, A. M. (2021). Partners' attachment insecurity and stress predict poorer relationship functioning during COVID-19 quarantines. *Social Psychological and Personality Science*, 1948550621992973.
- Özabacı N. ve Körük S. (2018). *Erken dönem uyum bozucu şemalar ve evlilik uyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi: Bir meta-analiz*. 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Samsun 2018.
- Özbek, C. C. (2018). *Evli bireylerde eş değerlendirme, evlilik uyumu, evlilik doyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkilerin incelenmesi*, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa.
- Özer, Ü., ve Büyükkınacı, S. (2019). Üniversite öğrencilerinde anksiyete ve ilişkili faktörler. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 22(1), 96-112.
- Öztürk, G. (2021). Covid-19 salgınına yönelik koruyucu sağlık davranışlarının kişilik yapıları ve savunma mekanizmaları üzerinden değerlendirilmesi. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 10(3), 564-579.
- Öztürk, C. Ş., ve Arkar, H. (2017). Vajinismuslu çiftlerde bilişsel davranışçı terapinin cinsel doyum, evlilik uyumu, depresyon ve anksiyete belirti düzeyleri üzerine etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 28(3), 172-80.
- Peplińska, A., Jeżewska, M., Leszczyńska, I., & Połomski, P. (2013). Stress and the level of perceived anxiety among mariners: the mediating role of marital satisfaction. *International Maritime Health*, 64(4), 221-225.

- Pietromonaco, P. R., & Overall, N. C. (2022). Implications of social isolation, separation, and loss during the COVID-19 pandemic for couples' relationships. *Current Opinion in Psychology*, 43, 189-194.
- Pourakbaran, E., & Amin Yazdi, S. A. (2015). A study of sexual functioning and marital satisfaction in women with and without history of labor. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 17(4), 202-208.
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2019). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 105-115.
- Reizer, A., Koslowsky, M., & Geffen, L. (2020). Living in fear: The relationship between fear of COVID-19, distress, health, and marital satisfaction among Israeli women. *Health Care for Women International*, 41(11-12), 1273-1293.
- Rosen-Grandon, J. R., Myers, J. E., & Hattie, J. A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction. *Journal of counseling & Development*, 82(1), 58-68.
- Sahebi, A., Nejati, B., Moayedi, S., Yousefi, K., Torres, M., & Golitaleb, M. (2021). The prevalence of anxiety and depression among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: An umbrella review of meta-analyses. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 110247.
- Sanghera, J., Pattani, N., Hashmi, Y., Varley, K. F., Cheruvu, M. S., Bradley, A., & Burke, J. R. (2020). The impact of SARS-CoV-2 on the mental health of healthcare workers in a hospital setting-A Systematic Review. *Journal of Occupational Health*, 62(1), e12175.
- Schmid, L., Wörn, J., Hank, K., Sawatzki, B., & Walper, S. (2021). Changes in employment and relationship satisfaction in times of the COVID-19 pandemic: Evidence from the German family Panel. *European Societies*, 23(sup1), 743-758.

- Soylu, Y. Kabasakal, Z. (2016). Evli kadınların yaşam doyumunun evlilik doyumu ve çalışma durumu ile ilişkilerinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 215-221.
- Spoorthy, M. S., Pratapa, S. K., & Mahant, S. (2020). Mental health problems faced by healthcare workers due to the COVID-19 pandemic-A review. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102119.
- Şahin, B. (2021). *Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerde suçluluk-utanç düzeyi, yılmazlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Şahin, F., ve Yalınçetin, B. (2018). Anksiyete bozukluğunda farmakoterapi. *Düşünen Adam: Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 31(3), 271-282.
- Şahin, M. (2019). Korku, kaygı ve kaygı (anksiyete) bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117-135.
- Şayık, D., Yiğit, D., Açıkgöz, A., Çolak, E., ve Mumcu, Ö. (2021). Koronavirüs anksiyete ölçeğinin türkçe geçerliliği ve güvenilirliği. *Eskişehir Medical Journal*, 2(1), 16-22.
- Tarhan, N. (2016). *Mutlu evlilik psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Turanlı, P. (2010). *Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(9), 61-68.
- Türkiye İstatistik Kurumu, (2010). *Evlenme ve Boşanma İstatistikleri*. Ankara.

- Urgancı, Ç., ve Eker, E. (2018). İstanbul 112 Acil sağlık hizmetleri çalışanlarının mesleki tükenmişlik düzeyleri ve algılanan stresle başa çıkmada evlilik doyumunu yordamlama gücü. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 4(2), 35-60.
- Ünal, B., ve Gülseren, L. (2020). COVID-19 pandemisinin görünmeyen yüzü: Aile içi kadına yönelik şiddet. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23, 89-94.
- Walker, R., Isherwood, L., Burton, C., Kitwe-Magambo, K., & Luszcz, M. (2013). Marital satisfaction among older couples: The role of satisfaction with social networks and psychological well-being. *The International Journal of Aging and Human Development*, 76(2), 123-139.
- World Health Organization. (2006). *The world health report 2006: working together for health*.
- Yıldız, M. A., ve Baytemir, K. (2016). A mediation role of self-esteem in the relationship between marital satisfaction and life satisfaction in married individuals. *The Inonu University Journal Of The Faculty Of Education*, 17(1), 67-80.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 4(4), 12-23.
- Yılmaz, H., Ülker, M., ve Yılmaz, A. S. (2018). Kadınlarda ebeveynlik rollerine ilişkin kendilik algısı'nın çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(2), 415-431.
- Yılmaz, N. E., ve Parlar, H. (2021). Evli bireylerin evlilik doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri ve iletişim Becerilerinin İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(40), 220-237.
- Zara, G., Settanni, M., Zuffranieri, M., Veggi, S., ve Castelli, L. (2021). The long psychological shadow of COVID-19 upon healthcare workers: A global concern for action. *Journal of Affective Disorders*, 294, 220-226.

Zeybek, Z., Bozkurt, Y., ve Aşkın, R. (2020). Covid-19 pandemisi: Psikolojik etkileri ve terapötik müdahaleler. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 304-318.

Zhao, S., Lin, Q., Ran, J., Musa, S. S., Yang, G., Wang, W., ... & Wang, M. H. (2020). Preliminary estimation of the basic reproduction number of novel coronavirus (2019-nCoV) in China, from 2019 to 2020: A data-driven analysis in the early phase of the outbreak. *International Journal of Infectious Diseases*, 92, 214-217.



EKLER

Ek 1- Demografik Bilgi Formu

1. Cinsiyet

() Kadın

() Erkek

2. Eğitim durumu

() İlköğretim

() Ortaöğretim

() Yükseköğretim

3. Maddi durum

() Düşük

() Orta

() Yüksek

4. Çalışma durumu

() Çalışıyor

() Çalışmıyor

() Emekli

() Öğrenci

5. Evlilik süresi: ...

6. Çocuk sayısı: ...

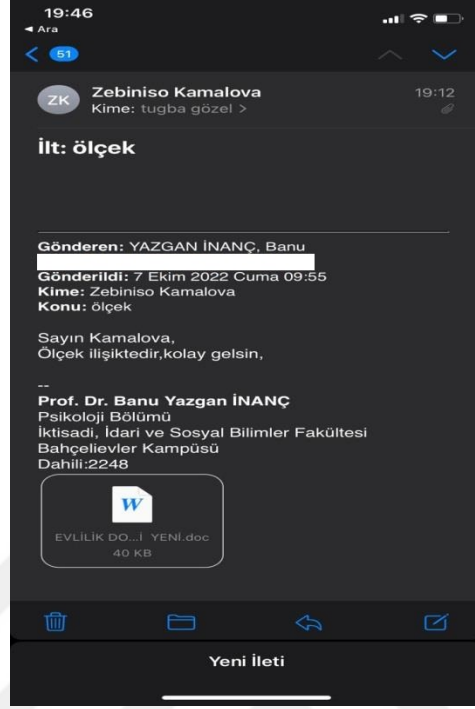
Ek 2- Evlilik Doyumu Ölçeği

Aşağıda evlilik ilişkiniz ile ilgili birtakım ifadeler bulunmaktadır. Her ifadeyi dikkatlice okuduktan sonra yanındaki kutularda bulunan seçeneklerden size uygun olan seçeneği (X) ile işaretleyiniz lütfen hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız. İçten ve doğru verdiğiniz yanıtlar için teşekkür ederiz.	Bana hiç uygun değil	Bana uygun değil	Bana biraz uygun	Bana uygun	Bana tamamen uygun
Eşimin bana değer vermediğini hissediyorum.					
Eşimin bedenini iyi tanırım.					
Eşim cinsel açıdan yeterlidir.					
Eşimle olan cinsel yaşamımda ön sevişme önemli bir yer tutuyor.					
Cinsel yönden eşimle uyumluyum					
Eşimin ailesi ile birlikte yaşamak benim için bir kabustur.					
Eşimin ailesinin etkisinde kalması evlilik ilişkimizi kötü etkiliyor					

Ek 3- Koronavirüs Kaygı Ölçeği

Aşağıda, insanların koronavirüs salgınında yaşayabilecekleri bazı cümleler yazılıdır. Her cümleyi dikkatle okuyunuz. Cümledeki duruma, <u>BUGÜN DAHİL GEÇEN 2 HAFTA</u> , içinde ne kadar katıldığınızı <u>en iyi</u> anlatan kutucuğu işaretleyiniz. Lütfen her madde için sadece size en iyi uyan <u>tek</u> seçenek belirtiniz.	Hiç değil	Nadir, bir veya iki günden az	Birkaç gün	7 günden fazla	Neredeyse her gün
Koronavirüs hakkında düşündüğüm için uykuya dalma ve/veya uykuda kalma konusunda sorun yaşadım					
Koronavirüs hakkında düşündüğümde veya bilgiye maruz kaldığımda felç olmuş veya donmuş gibi hissettim					
Koronavirüs hakkında düşündüğümde veya bilgiye maruz kaldığımda mide bulantısı hissettim ve/veya mide problemleri yaşadım.					

Ek 4- Ölçek Kullanım İzinleri



Ek 5- Etik Kurul Onayı

	T.C. İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ	Tarih: 18/10/2023 11:28 İş No: E-65836846-044-274962 REKTÖRLÜK  274962
Sayı : E-65836846-044-274962 Konu : Etik Onayı		10.1.2023
Sayın Tubanur GÖZEL		
İlgi : 12.12.2022 tarihli dilekçeniz.		
İlgi yazınız ile "Pandemi Sürecinin Evli Çiftlerde Anksiyete ve Evlilik Doyumuna Olan Etkisi" isimli çalışmanın anket sorularına Etik Kurul onayı talep edilmektedir.		
Adı geçen ve ekte yer alan anket soruları, Üniversitemiz Etik Kurulunca incelenerek etik tanım, değer ve ilkelere aykırı bir düzenleme tespit edilmediği, önerilen anket sorularının etik kurallara uygun olduğu ve etik onayının verildiği ifade edilmiştir.		
Konuya ilişkin bilgilerinizi rica ederim.		
Prof. Dr. Elçin AYKAÇ ALP Rektör Yardımcısı		
Ek: Etik Onaylı Anket Soruları		
Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.		
Belge Doğrulama Kodu: E182B694-B236-4AB8-BA4F-05B32C60976A Adres: Örnektepe Mah. İnşaatçı Cad. No: 88/2 Beyoğlu/İstanbul Telefon No: 444 04 13 / 4580 Faks No: 0212 320 70 11 E-Posta: bco@ticaret.edu.tr İnternet Adresi: www.ticaret.edu.tr KEP Adresi: ticaretuniversitesi@ts02.kep.tr	Belge Doğrulama Adresi: http://e-belge.ticaret.edu.tr Ayrıntılı Bilgi İçin: Bahadır ÖZ BİTİRİ Personeli Telefon No: 444 0 413 - 4580	
1 / 1		

