

**T.C.**  
**FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**EVLİLİK UYUMUNU ETKİLEYEN FAKTÖRLER:**  
**BAĞLANMA STİLLERİ VE**  
**ALEKSİTİMİK ÖZELLİKLER**

**ELİF SAĞLAM**

**130131006**

**TEZ DANIŞMANI**

**YRD. DOÇ. DR. GAYE SALTUKOĞLU**

**İSTANBUL-2016**

FSMVÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans programı 130131006 numaralı öğrencisi Elif SAĞLAM'ın ilgili yönetmeliklerin belirlediği tüm şartları yerine getirdikten sonra hazırladığı **“Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler: Bağlanma Stilleri ve Aleksitimik Özellikler”** başlıklı tezi aşağıda imzaları olan jüri tarafından **23.06.2016** tarihinde oybirliğiyle kabul edilmiştir.

**Prof. Dr. Hasan AKAY**  
Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Müdür

**Yrd. Doç. Dr. Gaye**  
**SALTUKOĞLU**  
(Jüri Başkanı-Danışman)  
Fatih Sultan Mehmet Vakıf  
Üniversitesi

**Doç. Dr. H. Özlem SERTEL BERK**  
(Jüri Üyesi)  
İstanbul Ünivesitesi

**Yrd. Doç. Dr. Melek ASTAR**  
(Jüri Üyesi)  
Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi

## **BEYAN**

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normalara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bağılı olduğum üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir çalışma olarak sunulmadığını beyan ederim.

Elif SAĞLAM

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisansa kabul almamla başlayan bu zorlu süreçte bana destek olan sevdiklerim sayesinde nihayet sona geldim. Öncelikle eğitim hayatıma devam etmem konusunda beni cesaretlendiren ve bu süreçte bana her türlü fedakarlığı ve anlayışı gösteren sevgili eşim **Faik Sağlam'a** teşekkür ediyorum. Hayallerime bir adım daha yaklaşmam için elinden gelen maddi- manevi tüm imkanları önüme sunan, her daim bana olan inancını gözlerimin içine bakarak tekrarlayıp kendime daha çok güvenmemi sağlayan ve araştırmama katılımcı bulmak için seferber olan çok sevdiğim babam **Tevfik Sağlam'a** teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimim ve tez sürecimde danışmanlığı üstlenen, üzerimde ve bu çalışmada büyük emekleri olan değerli hocalarım **Yrd. Doç. Dr. Gaye Saltukoğlu** ve **Yrd. Doç. Dr. Melek Astar'a** teşekkürlerimi sunarım. Araştırmama katılan, katılımcı bulmama yardımcı olan tüm arkadaşlarıma, aileme ve de özellikle **Serap Efe'ye** teşekkürü borç bilirim. Yüksek Lisans eğitimim boyunca verdiği burs desteğinden dolayı **TÜBİTAK'a** teşekkür ederim.

Biricik annem **Leyla Eren**, canım babam **Şerif Eren**; sizler benim hayatımın en değerli varlıklarıdır. Şu an bu noktaya gelebilmişsem tamamen sizlerin sayesinde. Her anımda bana destek oldunuz, güvenciniz ve inandınız. Hakkınızı hiçbir zaman ödeyemem, iyi ki varsınız. Son olarak, yüksek lisans eğitimim boyunca bana yaşattığı uykusuz gecelere, yorgunluğa, strese rağmen bu süreçte yüzümü en çok güldüren, bana dünyanın en güzel duygusu olan anneliği tattıran, en büyük şükürüm, evladım, biricik oğlum, **Ömer'im...** Bu çalışmamı sana ithaf ediyorum. Seni çok seviyorum.

## ÖZET

Bu çalışmada, evli bireylerin bağlanma stilleri ve aleksitimi düzeylerinin evlilik uyumları üzerindeki yordayıcılığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma 79 çiftin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Eşlerden her ikisinin birlikte katılımı zorunlu tutulmuştur. Araştırmada yer alan değişkenlerin ölçülmesi amacıyla katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20), Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri(YİYE) ve Çift Uyum Ölçeği (ÇUÖ) uygulanmıştır. Araştırmanın verileri frekans, bağımsız gruplar için t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), regresyon analizi, Welch testi ve Scheffe testi yöntemleriyle analiz edilmiştir.Yapılan t testi sonucunda, kadının aleksitimi düzeyinin yüksek olması erkeğin çift uyumunu düşürmekte iken; erkeğin aleksitimi düzeyinin yüksek olmasının kadının çift uyumunu etkilemediği görülmüştür.Yapılan regresyon analizleri sonucunda, kadınların ve erkeklerin aleksitimi düzeyleri, çift uyumlarının yordayıcısı olarak bulunmuştur. Erkek için eşinin aleksitimi düzeyi, çift uyumunun yordayıcısıdır. Eşleri aleksitimik özellik gösteren erkeklerin çift uyum puanı düşerken, eşleri aleksitimik özellik gösteren kadınların çift uyum puanında bir değişiklik gözlenmemiştir. Erkeklerin bağlanma stilleri aleksitiminin yordayıcısı olarak bulunmuştur..Son olarak, çalışmayan kadınların çalışanlara göre daha dışadönük bilişsel bir yapıya sahip olduğu, ekonomik durumu orta düzey ve evlilik yaşı 21 yaş ve altı olanların duyguları tanımada daha fazla güçlük çektiği, kendi ve eşinin eğitim durumu ortaokul olup, 41 yaş ve üzeri olanların diğerlerine göre daha fazla aleksitimik özelliğe sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erkeklerde ise, çalışan ve eğitim durumu ortaokul olan kişilerin aleksitimik özellikleri yüksek, kendisinin eğitim durumu yüksek lisans/doktora olan ve eşinin eğitim durumu ortaokul olan kişilerin çift uyumlarının diğerlerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** *aleksitimi, çift uyumu, bağlanma stilleri*

## ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the relationship between the attachment styles and the level of alexithymia on predicting marital adjustment. The research was carried out with the participation of 79 married couples. Participants were required to attend as couples. In order to measure the variables in the study, Personal Information Form, the Toronto Alexithymia Scale (TAS-20), Experiences in Close Relationships Inventory (ECR) and Dyadic Adjustment Scale (DAS) was applied to the participants. The research data were analyzed with the methods of frequency, t test for independent groups, one way analyses of variance (ANOVA), regression analysis, Welch test and Scheffe test. As a result of the t test analysis, it is found that high levels of alexithymia in women reduce the marital adjustment of men while women's marital adjustment is not affected from high level of alexithymia of men. The results of the regression analysis show that the alexithymia levels of women and men were found to be predictive of marital adjustment. For men, theirwife's alexithymia level is a predictor of marital adjustment. While the marital adjustment level decreases in men whose spouses show alexithymic characteristic, no changes were observed in women's marital adjustment whose spouses show alexithymic characteristic. For men, attachment style is found as a predictor of alexithymia. Finally, it is found that working women have more extroverted cognitive structure than non-working women. Those economic condition is moderate and marriage age is 21 and below have more difficulty in recognizing emotions. Those own and spouse's education level is up to secondary school, and those at the age of 41 and older show higher levels of alexithymia than the others. However, in men, who is working and education level is up to secondary school have more alexithymic characteristic; those have a university degree/doctorate and those spouses' studied up to secondary school have higher marital adjustment.

**Key words:** *Alexithymia, marital adjustment, attachment style.*

# İÇİNDEKİLER

<b>ÖZET</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>v</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>vi</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>viii</b>
<b>I. BÖLÜM</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1 Aleksitimi .....	2
1.1.1. Aleksitiminin Yaygınlığı .....	6
1.1.2. Aleksitiminin Nedenleri .....	7
1.1.3. Aleksitimiye İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar .....	9
1.1.3.1. Psikanalitik Yaklaşım .....	10
1.1.3.2. Biyolojik Yaklaşım .....	11
1.1.3.3. Sosyal Öğrenme Yaklaşımı .....	12
1.1.3.4. Bilişsel Yaklaşım .....	13
1.1.4. Aleksitiminin Kişilik Özellikleri .....	14
1.1.4.1. Duyguları Fark Etme, Ayırt Etme ve Tanımlama Güçlüğü .....	15
1.1.4.2. Hayal Kurma, Düşlem (Fantasy) Yaşamında Kısıtlılık .....	16
1.1.4.3. İşe Vuruk- İşlemsel Düşünme .....	16
1.1.4.4. Dış Merkezli –Uyum Sağlamaya Yönelik Bilişsel Yapı .....	16
1.1.5. Aleksitiminin Ölçümü .....	17
1.1.6. Aleksitimi ve Tedavi Yaklaşımları .....	18
1.2. Bağlanma.....	19
1.2.1. Bağlanma Kuramı .....	20
1.2.2. Bağlanma Stilleri.....	22
1.2.3. Yetişkin Bağlanma Modelleri .....	24
1.2.4. Bağlanma Stilleri ve Aleksitimi Arasındaki İlişki .....	24
1.3. Evlilik .....	27
1.3.1. Evlilik Uyumu .....	28
1.3.2. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler .....	29
1.3.3. Evlilik Uyumu ve Aleksitimi Arasındaki İlişki .....	31
1.3.5. Evlilik Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki .....	32
1.4. Araştırmanın Amacı .....	34
1.5. Araştırmanın Önemi .....	34
1.6. Problem Cümlesi .....	35
1.7. Araştırmanın Hipotezleri .....	35
<b>II.BÖLÜM</b> .....	<b>37</b>

<b>YÖNTEM.....</b>	<b>37</b>
2.1. Katılımcılar.....	37
2.2. Veri Toplama Araçları .....	37
2.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	37
2.2.2. Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20).....	37
2.2.3. Çift Uyum Ölçeği.....	38
2.2.4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri .....	39
<b>III.BÖLÜM.....</b>	<b>40</b>
<b>BULGULAR.....</b>	<b>40</b>
<b>IV. BÖLÜM.....</b>	<b>81</b>
<b>TARTIŞMA VE SONUÇLAR.....</b>	<b>81</b>
4.1. Demografik değişkenler ile ÇUÖ, TAÖ ve YİYE Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi.....	81
4.2. Aleksitimi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi .....	84
4.3. Bağlanma Stilleri ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi .....	85
4.4. Bağlanma Stilleri ile Aleksitimi Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi .....	85
4.5. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Yeni Çalışmalar İçin Öneriler.....	85
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>87</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>99</b>
Kişisel Bilgi Formu .....	99
Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri .....	101
Türkçe Toronto Aleksitimi Ölçeği .....	103
Çift Uyum Ölçeği .....	104
Çift Uyum Ölçeği Kullanım İzni.....	105
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>106</b>



## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Araştırmanın Sosyo-Demografik Değişkenlerinin Sayı ve Yüzde Dağılımı.....	40
Tablo 2: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutları İçin Betimleyici İstatistiksel Tablo .....	43
Tablo 3: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutları İçin Betimleyici İstatistiksel Tablo .....	44
Tablo 4: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Çalışma Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları.....	45
Tablo 5: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Çalışma Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları.....	46
Tablo 6: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşin Çalışması Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları.....	47
Tablo 7: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşin Çalışması Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları.....	48
Tablo 8: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Ekonomik Durum Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	49
Tablo 9: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Ekonomik Durum Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları.....	51
Tablo 10: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Evlilik Yaş Grubu Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları .....	52
Tablo 11: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Evlilik Yaş Grubu Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları .....	53
Tablo 12: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Evlilik Kararı Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları.....	55
Tablo 13: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Evlilik Kararı Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	57
Tablo 14: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Çocuk Sayısı Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	59
Tablo 15:Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Çocuk Sayısı Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	61
Tablo 16: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	63
Tablo 17: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	65

Tablo 18: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Yaş Grupları Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	67
Tablo 19: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşinin Yaş Grubu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	69
Tablo 20: Erkeklerde Kadının Aleksitimi Olması ile ÇUÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Toplam Puanı için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları .....	71
Tablo 21: Kadınlarda Erkeğin Aleksitimi Olması ile ÇUÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Toplam Puanı için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları .....	72
Tablo 22: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşin Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	73
Tablo 23: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşin Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi .....	75
Tablo 24: Kadınlarda ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu .....	77
Tablo 25: Erkeklerde ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu .....	77
Tablo 26: Kadınlarda ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu .....	78
Tablo 27: Erkeklerde ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu .....	78
Tablo 28: Kadınlarda ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu .....	79
Tablo 29: Erkeklerde ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu .....	79
Tablo 30: Kadınlarda TAÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu .....	80
Tablo 31: Erkeklerde TAÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu .....	80

## KISALTMALAR

**TAÖ:** Toronto Aleksitimi Ölçeği

**YİYE:** Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

**ÇUÖ:** Çift Uyum Ölçeği

# I. BÖLÜM

## GİRİŞ

Evlilik, kalıcı bir birlikteliği sürdürme ve ortak bir hayatı paylaşma gayesi olan iki insan tarafından aile ilişkisinin kurulduğu ve yeni bir neslin yetiştiği, yasalar tarafından korunan bir kurumdur. Toplumun temel birimi olan aile, evlilik ilişkisi ile başlayan bir sistemdir ve toplumun sosyal, ahlaki ve kültürel devamlılığının sürmesi bakımından önem taşımaktadır (Duman, 2012).

Evlilikte bireylerin amacı sorun veya çatışma yaşamak değil, huzurlu ve mutlu olabilmektir (Doğan, 2010). Evlilikte eşler arasında görülen anlaşmazlıkların temelinde eşler arası iletişim bozukluğu yatmaktadır. Birbirlerine karşı duygu, düşünce, beklenti ve ihtiyaçları noktasında açık ve net olamayan eşler hem kendileri evliliklerinde yeterli doyuma ulaşamazlar, hem de eşlerine kendi beklentilerine olumlu yanıt vermeleri için olanak tanımamış olurlar. Evlilik ve aileyi ilgilendiren konularda sağlıklı bir iletişim kuramayan çiftler, yaşanan sorunlara karşı da ortak bir çözüm geliştiremezler. Bu tür sağlıklı bir iletişimin kurulduğu evliliklerde evlilik uyumunun düşük olması kaçınılmazdır.

Evlilik ilişkisi, bireylerin geçmiş yaşantıları ve içinde yaşadıkları kültürel çevreden etkilenmektedir (Doğan, 2010). Özellikle kişilerin yetiştiği aile ortamı, iletişim kurmanın ilk öğrenildiği yer olması açısından bireylerin gelecek yaşantılarındaki ilişkilerinin zeminini oluşturmaktadır. Kişiler, iletişim kurma becerilerini erken çocukluk döneminde ebeveynlerini model alma yolu ile öğrenirler. Bowlby'nin bağlanma kuramına göre, bireylerin erken dönemde ebeveynleri ile güvenli veya güvensiz bağlanma kurmaları, gelecekteki kişilerarası ilişki tarzlarını da yakından etkilemektedir.

Erken çocukluk döneminde ebeveyn ile sağlıklı bir duygusal ilişki kurulamaması, yetişkinlikte bireylerin sözel ifade konusunda zorluk yaşamalarına neden olmaktadır. Bu durumun, aleksitimik özelliklerin oluşumunun zemin oluşturduğu düşünülmektedir. Çocukluk döneminde gelişen bağlanma tarzı ve sözel ifade yeteneğinin bireylerin yetişkinlikteki evlilik uyumunda önemli bir rolü vardır. Bu

nedenle bu çalışma, evli bireylerin evlilik uyumunun bağlanma stilleri ve aleksitimik özellikler ile ilişkisini incelemektedir.

### 1.1 Aleksitimi

Aleksitimi, ilk kez Sifneos (1973) tarafından psikosomatik hastalıkları olan bireylerin duygularını tanıma, fark etme, ifade etme ve duygularını bedensel duyumlardan ayırt etme güçlüğünü tanımlamak için kullanılmış Yunanca kökenli bir terimdir. Kelime anlamı olarak aleksitimi Yunanca'da *a= yok*, *lexis= söz*, *thymos=duygu* anlamına gelen kelimelerin birleşmesi ile meydana gelmiş bir kavramdır (Dereboy, 1990). Bu kavram Dereboy (1990) tarafından Türkçe'ye "duygular için söz yokluğu" şeklinde çevrilmiştir. Şahin (1991) ise, aleksitimi kavramının yalnızca duygulara karşı "dilsiz" olmakla sınırlandırılmayacağını, çünkü aleksitimik bireylerin aynı zamanda duygularına karşı "sağır" olduklarını vurgulamakta ve aleksitimi için "duygusal ahrazlık" tanımını yapmaktadır. Dökmen (2000) ise aleksitiminin karşılığı olarak "düşünce köleliği" kavramını önermektedir.

Aleksitimi kavramının yaratıcısı olan Sifneos (1977) aleksitimik bireyler için şu tanımlamayı kullanmıştır: "Duygularının merkezi bir öneme sahip olduğu toplumsal yaşantıda aleksitimikler yabancı, hatta başka bir dünyadan gelmiş izlenimi verirler" (aktaran Koçak, 2003). Aleksitimikler ender olarak ağlarlar ancak ağladıklarında ise bu durum normal bir ağlamaktan çok ağlama nöbeti şeklinde olur ve uzun sürer. Aleksitimik bireylerin tamamen duygusuz oldukları söylenemez; sadece duygularını tam olarak adlandıramaz ve sözcüklere dökemezler. Duygusal zekanın temel becerisi olan öz bilinçten yoksundurlar (Koçak, 2003).

Ruh bilimi alanında hızla yayılan bu kavram; kısıtlı bir düşlem yaşantısı ve imgelem, empatik olamama, dürtüsel davranış, duyguları bedenselleştirme eğilimi ve duygusal deneyim alanlarında sınırlı ifade yeteneği ile öne çıkmaktadır (Şaşıoğlu ve ark, 2013).

Aleksitimi, başlangıçta psikosomatik yakınmaları olan hastalarda görülen bir kişilik özelliği olduğu düşünülmekteydi. Duygularını ifade etmede güçlük yaşayan bu bireylerin, oluşan sıkıntıyı bedensel belirti geliştirerek ifade etme eğiliminde oldukları görülmüştür (Lumley ve ark. 1996). Daha sonra yapılan çalışmalar, aleksitiminin yalnızca psikosomatik bozukluklarda görülen bir özellik olmadığı, travma sonrası stres

bozukluğu, madde kötüye kullanım bozukluğu, depresyon, yeme bozuklukları, anksiyete bozuklukları, somatoform bozukluk, borderline ve sosyopatik kişilik bozukluklar gibi birçok psikiyatrik bozuklukla birlikte de görülebileceğini ortaya koymuştur (Sifneos, Apfel ve Frankel 1977; Taylor, Bagby ve Parker, 1991; Sifneos, 2000).

Duyguların hayatı anlamlı kılmada önemli bir yere sahip olduğunu vurgulayan Koçak (2003), duyguların farkına varıp, sözel olarak ifade edebilmenin çok eski zamanlardan beri insanoğlu için bir sorun olduğunu söylemektedir. Aleksitimik olan bireylerin günlük yaşamda düşünebilen, anlatabilen, ilişkiler kurabilen kimseler olmalarına rağmen duygu ve düşünceleri arasında bağ kurup bunları ayırt etme ve ifade etmekte sorun yaşadıkları bilinmektedir. Klinik örneklem üzerinde yapılan araştırmada, aleksitimik bireylerde yakın ilişki kurmaktan kaçınma, empatik olamama, sağlıklı ve derin ilişkiler sürdürmemeye gibi sosyal ve ilişkisel güçlükler görüldüğü bildirilmektedir (Guttman ve Laporte, 2002).

Aleksitimik özelliklerin farklı psikiyatrik bozukluklarda görülmesinin yanı sıra, sağlıklı popülasyonda da görüldüğü sonucuna varan çeşitli araştırmalar ortaya konmuştur (Batıgün veBüyükşahin, 2008). Sağlıklı bireyler üzerinde yapılan aleksitimi çalışmasında, kişilerarası ilişkilerinde güçlük yaşayan sağlıklı örneklem grubu ile aleksitimi arasında ilişkiye rastlanmıştır (Levant ve ark., 2009). Vanheule ve arkadaşları (2007), aleksitimi ve kişilerarası iki problem arasında (soğuk/mesafeli ve sosyal ilişkilerinde kendine güvensiz) anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Buna ek olarak, aleksitimi ile yalnızlık ve sosyal izolasyon arasında bağ kuran çalışmalara da rastlanmaktadır (Kauhanen ve ark, 2001). Humpuhreys ve arkadaşlarının (2009) çalışması, aleksitimi ve romantik ilişkiler arasında negatif bir ilişki olduğu sonucuna varmıştır. Aleksitimik bireylerdeki ilişkisel güçlükler klinik gözlemlerle de desteklenmektedir. Bu sonuçlar,Sifneos'un (1996) aleksitimik bireylerin kaotik ilişkileri olduğuna dair iddiasını destekler niteliktedir.

Aleksitimik kişiler çevresi ile uyum içinde yaşayan bireyler gibi görünseler de Dereboy (1990) bu durumun “yalancı normallik” olduğunu söylemektedir. Dışarıdan bakıldığında yüksek toplumsal uyum gösteren bu bireylerin kendi ruhsal gerçekleri ile ilişkilerinin çok az olduğu ve robot gibi mekanik bir tarzda yaşadıkları görülmektedir (Dereboy, 1990). Aynı zamanda bu bireylerin empati yeteneklerinin de kısıtlı olduğu

ortaya konmuştur. Aleksitimik özellikler gösteren bireyler, genellikle bedensel belirtilerden yakınma eğilimi gösterirler. Duygularını tanıma ve tanımlamada güçlük çeken bu bireyler duygusal uyarılmalarını bedensel belirtiler yoluyla ifade etmeye çalışırlar. Freedman ve Sweet (1954), duygularını tanımlayamayan psikosomatik hastaları “duygu cahilleri” (emotional illiterates) olarak adlandırmıştır. Epözdemir (2012), duygusal anlamda güçlük yaşayan aleksitimiklerin, içsel yaşantılarına odaklanmak yerine dışsal durumlara karşı aşırı ilgili olmalarından dolayı çevreleri ile uyum içinde yaşayan bireyler olarak algılandıklarını ve sorunlar karşısında altta yatan duygusal nedenleri irdelemek yerine yüzeysel, çözüm odaklı bir tutum sergilediklerini belirtmiştir.

Aleksitiminin ilkel ve olgunlaşmamış benlik savunma tarzlarıyla da ilişkili olduğu bildirilmiştir (Parker ve ark., 1998). Aleksitimik bireylerin öfkelerini ifade etme konusunda da güçlük çektikleri belirtilmektedir. Bu bireyler öfkelerini dışarı yöneltmek yerine döndürmektedirler. Bu nedenle, öfkelerini sözel olmayan bir şekilde ifade etmekte ve kişilerarası çatışma yaşamaktan da kaçınmaktadırlar (Oktay ve Batıgün, 2014). Aleksitimik bireylerde korku, öfke, üzüntü gibi dışa yansıtamadıkları duygusal zorlanmaların konversiyon belirti şeklinde ortaya çıktığı bildirilmektedir (Çelikel ve ark., 2001).

Ülkemizde sağlıklı popülasyonda Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ) ile yapılan çalışmada yüksek puan alanların oranı %16,7 olarak bulunmuştur (Torun ve ark., 2010). Sağlıklı popülasyonda da rastlandığı görülen bu özellikler, aleksitiminin psikolojik bir belirti mi yoksa bir kişilik özelliği olduğu konusunda görüş ayrılıklarına neden olmuştur. Aleksitimik özelliklerin geçici ya da kalıcı olma durumu ile ilgili farklı görüşler bulunmaktadır. Sifneos (1973) ve Taylor (1984) aleksitiminin psikosomatik hastalarda sık karşılaşılan ve süreklilik gösteren bir kişilik özelliği olduğunu savunurken, daha sonra yapılan çalışmalar bazı durumlarda aleksitimik özelliklerin geçici olarak da ortaya çıkabileceğini göstermiştir. (Freyberger 1977; Keltikangas-Jarvinen 1987). Freyberger (1977) aleksitimik özelliklerin geçici (state) ve sürekli (trait) olabileceğini belirtmiş ve bu durumu birincil ve ikincil aleksitimi olarak ayırarak sınıflandırma tartışmalarına son vermiştir. Birincil aleksitimi psikosomatik hastalarda bedensel bozuklukların ortaya çıkmasına ve sürmesine yatkınlık sağlayan kalıcı bir durumdur. İkincil aleksitimi ise kanser gibi ağır bedensel hastalıklarda ve

travma gibi psikolojik rahatsızlık geçiren hastalarda ortaya çıkan geçici bir durumdur (Koçak, 2002).

Aleksitimi ile ilgili olduğu düşünülen araştırmalardan ilki 1968 yılında Krystal tarafından, nazi toplama kamplarından kurtulan postravmatik stres bozukluğu tanısı konan bireyler üzerinde yapılmıştır. Bu bireylerin duygularını tanıma ve ifade etmede güçlük yaşadığı ve düşlem yaşantılarının kısıtlı olduğu bildirilmiştir (Krystal, 1968). 1972 yılında Sifneos, duyguları tanımada ve ifade etmede güçlük, düşlem ve fantezi yaşamında kısıtlılık, duygularını bedensel tepkiler yolu ile ifade etme gibi psikosomatik belirtileri aleksitimik özellikler olarak tanımlamıştır (Sifneos, 1972). Martin ve Phil tarafından yürütülen bir başka araştırmada ise, yüksek düzeyde aleksitimik özelliklere sahip olduğu tespit edilen sağlıklı bireylerin, düşük düzeyde aleksitimik özellik gösterenlere kıyasla daha kaygılı oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Martin ve Phil, 1986).

Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi polikliniğe başvurmuş 16-65 yaşları arasında 151'i kadın 86'sı erkek toplam 237 kişi üzerinde yapılan bir diğer araştırma sonucunda, aleksitiminin psikosomatik ve somatik bozukluklarda diğer bozukluklar ve kontrol grubuna oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı çalışmada aleksitimi ile demografik değişkenler arasındaki ilişkiye de bakılmıştır. Yaş ilerledikçe aleksitimik özelliklerin de arttığı gözlemlenmiştir. Diğer çalışmaların aksine bu çalışmada, kadınlarda aleksitimiye erkeklerden daha sık rastlandığı ve ev hanımlarında çalışan bayanlara göre daha fazla görüldüğü tespit edilmiştir. Bununla birlikte, sosyo-ekonomik düzey düştükçe aleksitimik özelliklerin arttığı, anne-babanın eğitim düzeyi ile aleksitimi arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir. Buna ek olarak, evdeki çocuk sayısının, ilk, ortanca veya sonuncu çocuk olmanın aleksitimi ile arasında bir ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır (Yemez, 1991).

Ege Üniversitesinde okuyan öğrencilerin katılımı ile yapılan bir araştırmada da, aleksitimik özellikler ile ruh sağlığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya 324 kız ve 218 erkek olmak üzere toplam 542 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonucunda, aleksitimik özellikler ile ruh sağlığı arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Buna göre, ruh sağlığı kötüleştikçe aleksitimik özellikler görülme olasılığı artmaktadır. Aynı araştırmada somatik yakınmalar ile aleksitimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca literatürün aksine, kız öğrencilerin aleksitimik özellikleri erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Düşük sosyo-ekonomik düzey, aileden ayrı



yaşama, sık alkol tüketen, bağımlılık yapıcı ilaç veya madde alışkanlığı olan katılımcıların aleksitimik özelliklerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Türk, 1992).

Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinde okuyan öğrenciler üzerinde de aleksitimi ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma yapılmıştır. Bu çalışma toplam 230 öğrencinin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin aleksitimi ve yalnızlık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu çalışma sonucunda, kız ve erkeklerin aleksitimi puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Koçak, 2003).

### **1.1.1. Aleksitiminin Yaygınlığı**

Genel nüfusta görülen aleksitimi yaygınlığının ölçümüne dair bir çok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaların birbirlerinden farklı sonuçlar vermesi nedeni ile sayısal olarak net bir aleksitimi yaygınlığından bahsedebilmek pek mümkün olmasa da, bu oranın %6,7 ile %18,8 arasında değişmekte olduğu söylenebilir (Solmaz ve ark., 2000). Bu nedenle, bu bölümde aleksitimi yaygınlığına ilişkin yapılmış çeşitli araştırma sonuçlarına ayrı ayrı yer verilmiştir.

Parker ve arkadaşlarının (1989) havaalanı ve tren garında Toronto Aleksitimi Ölçeği uygulayarak yaptıkları çalışmaya 52 erkek ve 49 kadın yolcu katılmıştır. Bu araştırma sonucunda, sağlıklı bireylerde aleksitimik özelliklerin görülme yaygınlığının %18.8 olduğu bulunmuştur. Aleksitiminin genel nüfustaki yaygınlığının araştırıldığı bir başka çalışmada ise, 263'ü üniversite öğrencisi olan, 183'ü öğrenci olmayan 446 kişiye uygulanan Toronto Aleksitimi Ölçeği sonucunda, aleksitimi yaygınlığının öğrenci grubunda %17, öğrenci olmayan grupta ise %23 olduğu tespit edilmiştir (Loas, 1994).

Aleksitiminin yaygınlığı ve sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisinin araştırıldığı bir başka çalışmaya genel nüfusu temsil eden 1285 kişi katılmıştır. Aleksitimi düzeyini ölçmek için Toronto Aleksitimi Ölçeği kullanılmıştır. Bu çalışma sonucunda, aleksitiminin genel nüfustaki yaygınlığı %13 olarak bulunmuştur. Erkeklerde bu oran %17 iken, kadınlarda ise %10'dur. Yapılan analizler sonucunda aleksitiminin erkek cinsiyeti, artan yaş, düşük eğitim seviyesi ve düşük ekonomik durum ile ilişkili olduğu saptanmıştır (Salminen ve ark., 1999).

Kokkonen ve arkadaşlarının (2001) 5993 kişilik örneklem grubunda aleksitimi yaygınlığının sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisini araştırdığı çalışmalarında, erkeklerin %9,4'ünün, kızların %5,2'sinin aleksitimik özellikler gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca bu araştırma sonucunda aleksitimi ile düşük eğitim düzeyi, düşük gelir düzeyi, düşük sosyal statü ve bekarlık arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Gazi Üniversitesi'nde 18-25 yaş arası 460 öğrenciden oluşan örneklem grubu ile yapılan çalışmada, katılımcıların %16.7'sinin Toronto Aleksitimi Ölçeği'nden yüksek puan aldıkları gözlenmiştir (Sayar, 2001).

Aleksitiminin psikiyatrik, psikosomatik ve normal bireylerde görülme sıklığını araştıran bir başka çalışmada ise aleksitiminin sosyo-demografik özellikler ve depresyonla ilişkisi incelenmiştir. 234 kişinin katıldığı çalışmada aleksitimi yaygınlığı psikiyatrik grupta %67.9, psikosomatik grupta %57.7, kontrol grubunda ise %38.5 olarak saptanmıştır (Gürkan, 1996).

### **1.1.2. Aleksitiminin Nedenleri**

Aleksitiminin oluşumuna neden olan etmenler güçlükle tanımlanabilmektedir. Aleksitiminin etiyojisine bakıldığında çeşitli ruhsal ve nörolojik etkenlerin yer aldığı belirlenmiştir. Ruhsal yaklaşımlara göre, aleksitimi yaşanan ağır travmalara karşı bir baş etme düzeneği şeklinde gelişirken, nörolojik yaklaşım ise aleksitiminin beyinde oluşan işlevsel bozukluklardan kaynaklandığını öne sürmektedir (Bewley ve ark. 2005). Parker, Taylor ve Bagby (2001) ise bilişsel beceri ve sözel ifade yeteneğinin aleksitiminin tanımlanmasında önemli bir rol oynadığını savunmaktadırlar. Aleksitimi, duygu uyarıcılarının sözel ve sözel olmayan algılamalarındaki bozulma ile ilişkilendirilmektedir.

Çocukluk dönemindeki dil gelişimi ile aleksitimi arasındaki ilişkiye dair önemli sonuçlar elde edilmiştir. Yapılan çalışmalarda, erken konuşan çocukların aleksitimi değerlerinin geç konuşan çocuklara oranla daha düşük olduğu saptanmıştır. Bu sonuç, sözel yeteneğin aleksitimik bozuklukların gelişiminde önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Kokkonen ve ark., 2003). Sözel yeteneğin yanı sıra, erken çocukluk döneminde devam etmekte olan duygudurum gelişiminde yaşanan aksamaların da aleksitimi ile ilişkili bulunduğu dair görüşler bildirilmiştir (Güleç ve Yenel, 2010).

Aleksitimi ile ilgili nörolojik çalışmalar da yapılmıştır. Aleksitiminin beyin sağ ve sol yarım küreleri ile ilişkisinin incelendiği araştırmada beyninin sağ yarım küresi zarar görmüş kişilerin yüksek düzeyde aleksitimik belirtiler gösterdiği ortaya konmuştur (Fricchione ve Hwanitz, 1985). Aleksitimi, çocuk istismarı gibi travmatik yaşam olaylarının sonucunda duyguların etkili biçimde ifade edilmesinin engellenmesi şeklinde de ortaya çıkabilmektedir (Krystal, 1988). Travmatik yaşantılar sonucu, beyin duyguları yöneten sağ yarımküresi ile konuşmayı yöneten sol yarım küresi arasındaki iletişimde bozulmalar görülmektedir (Schore, 2001). Kişilerin duygularını tanıma ve ifade etmede yaşadığı güçlüğü altında beyin bu fonksiyon bozukluğunun yattığı düşünülmektedir. Aleksitimi ve çocukluk dönemi ihmal ve istismarı arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada çalışmaya katılan madde bağımlısı 159 erkek hastanın %57'sinde çocukluk dönemi istismarı ve %45,3'ünde ise aleksitimi gözlenmiştir. Bu çalışmanın sonucu olarak geçmişlerinde çocukluk dönemi duygusal istismarı olan bireylerin aleksitimi için yüksek bir risk taşıdığı belirtilmiştir (Evren ve ark., 2009). Ruesch (1948), psikosomatik yetişkin hastaların çocuksu kişilik özelliklerine sahip olduklarını ve sözel ve sembolik ifade becerilerinin yetersiz olduğunu belirtmektedir. Krystal (1974) soykırımdan kurtulan kişilerde de benzer özelliklerin görüldüğünü gözlemlemiştir. Bu bireyler, Krystal tarafından “bilişsel süreçlerde sınırlılık ve duygularda tıkanmanın etkisiyle sembolik ifadelerde güçlük yaşayanlar” olarak ifade edilmiştir.

Aleksitimi ile içinde bulunulan sosyo-kültürel çevre arasındaki ilişkiye dair önemli görüşler bulunmaktadır. Aleksitimi, duyguların sözel ifade edilmesinin sağlıklı ve olgunluk belirtisi olarak kabul gördüğü batı toplumlarında ortaya çıkmış bir kavramdır (Koçak,2002). Ancak, toplumsal öğretiler kültürden kültüre değişkenlik göstermektedir. Örneğin; kimi toplumlarda bireyler çocukluk dönemlerinden itibaren duygularını etkili biçimde ifade etmek yerine gizlemeyi ve bastırmayı öğrenmektedirler. Bu tür toplumlarda belirli duyguları karşılayacak kelime dahi bulunmadığı saptanmıştır. Sosyo-kültürel yaklaşım, iletişim kurma becerisinin aile içinde öğrenme ve model alma sonucu geliştiğini savunmaktadır. Aile ortamı ve yaşanan çevrede duyguların ve düşüncelerin ifade edilmesi yerine bastırmayı ya da bedensel duyular yoluyla ifade etmeyi öğrenen çocukların aleksitimik özellik göstermeye meyilli olduğu ortaya çıkmıştır (Koçak,2002). Özellikle doğu toplumlarında görülen bu özellik nedeni ile

bireylerin duygusal tepkilerini bedenselleştirerek ifade etmeye çalıştıkları görülmektedir. Bu durum, 'bedenselleştirme bozukluğu' olarak adlandırılmaktadır (Lesser,1985). Beştepe (1997), Türkiye'nin de toplum olarak duygularını bedensel tepkilere dönüştürmeye meyilli doğu toplumlarına yakın olduğunu bildirmiştir.

Aleksitimi ile sosyo-kültürel çevre arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada, sosyal kontrolün kişinin kendisinde olduğu, duyguların sözel ifade edilmesinin sağlıklı ve olgunluk belirtisi olarak kabul gördüğü ve sosyal baskının az olduğu toplumlarda yaşayanlarda aleksitimik özelliklere az rastlanırken; duyguları bastırma ve gizlemenin doğru kabul edildiği, sosyal kontrolün başkalarının elinde olduğu ve sosyal baskının fazla olduğu toplumlarda aleksitimik özelliklerle daha sık karşılaşıldığı tespit edilmiştir (Mamatova ve Wille, 2012; akt Yıldız, 2013).

Yapılan çalışmalarda, yetişkin erkeklerde görülen aleksitimik özelliklerin kadınlardan daha fazla olduğu saptanmıştır (Honkalampi ve ark., 2000; Yelsma, 2005). Bu durum, erkeklerin ümitsizlik, korku gibi zayıflık/muhtaçlık olarak algılanan duyguları için kısıtlı kelime dağarcıkları bulunmasından kaynaklandığı öne sürülmektedir (Levant ve ark., 2006). Erkeklerin,cinsiyet rollerinin etkisiyle duygularını gösterme, ifade etme ve paylaşma konusunda kendilerini kısıtlamalarından dolayı duygusal yetersizlik hissetmelerinin aleksitimi ile ilgili olabileceği yönünde araştırmalar bulunmaktadır (Konrat ve ark., 2012).

Genel olarak literatüre bakıldığında ise aleksitiminin sosyo-demografik değişkenlerle ilgisinin araştırıldığı çalışmaların büyük bir kısmı aleksitiminin erkek cinsiyeti, artan yaş, düşük eğitim seviyesi ve düşük ekonomik durumla ilişkili olduğu yönündedir (Salminen ve ark., 1999; Kokkonen ve ark., 2001; Honkalampi ve ark., 2000; Yelsma, 2005).

### **1.1.3. Aleksitimiye İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar**

Aleksitiminin etiyojisine ilişkin kişisel bir eğilim, yetersiz sosyal destek sonucu ortaya çıkan bir durum, psikolojik bir durum ya da klinik bir belirti, psikosomatik hastalık, bilişsel bozukluk, kişilik özelliği veya nörolojik bir problem olduğu gibi pek çok farklı görüş vardır. Aleksitimiye açıklamaya yönelik girişimler

psikanalitik, nörofizyolojik, bilişsel ve sosyal öğrenme yaklaşımları üzerinden değerlendirilmektedir.

### **1.1.3.1. Psikanalitik Yaklaşım**

Psikanalitik yaklaşım, temelde acı verici algı veya duyguların yadsınmasının ve sözel olarak ifade edilmemesinin nedenini bireylerin savunma mekanizmalarındaki bozulma veya duygusal travmalara bağlamaktadır (Şaşıoğlu ve ark., 2013). Bu konu ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, bu durumun aleksitimi için de geçerli olduğu, fakat sınırlı sayıda çalışma tarafından desteklenmekte olduğu görülmektedir.

Freud'un, daha sonra Lacan tarafından da ele alınan, "aktüel-nevroz teorisi" ve "güncel bağlanma teorisinden" yola çıkarak, aleksitiminin, ben ve öteki arasında kurulan ilişkide meydana gelen temsili bir başarısızlık sonucu ortaya çıktığı düşünülmüştür. Buna göre, uyarılma deneyimleri, dil ve söylem aracılığıyla ele alınmamış; sonuç olarak bu deneyimler, anlaşılmamış ve başkalarıyla paylaşılmamıştır (Şaşıoğlu ve ark., 2013).

"Psikanalitik kuramın aleksitimiye bakışı psikosomatik hastalıklara olan yaklaşımı ile benzerlik göstermekte ve erken dönem yaşantılardaki bozulmaya odaklanmaktadır" (aktaran Epözdemir,2012). Mc Dougal'a (1982) göre, erken dönem anne-çocuk ilişkilerindeki bağlanma sorunları çocuğun içsel temsiller oluşturma ve imge kurma yeteneğini engeller. Anne imgesini oluşturma şansı bulamayan çocuk, daha sonraları içsel gereksinimleri için gerekli olan hayal kurma ve fantezi yeteneğinden yoksun kalacaktır. Benzer şekilde, erken yaştaki anne-çocuk ilişkilerindeki düzensizlik gerçek benliğin oluşmasını engellediği, bu da içgüdülerin sözel ifadesini güçleştirdiği için aleksitimik özelliklerin oluşumuna zemin hazırlamaktadır. Mc Dougall (1982), aleksitiminin çeşitli psikolojik nedenlerden dolayı ortaya çıkabileceğini belirttiği gibi, kullanılan savunma mekanizmasının inkar ve bastırmadan farklı olarak psikotik yapıda olduğunu da ifade etmektedir. Luminent (1994) aleksitimiye anne tutumuna bağlı olarak açıklamaktadır. Psikosomatik hastaların çoğunun aşırı koruyucu ya da üstü kapalı reddedici tutumu olan annelere sahip oldukları bilinmektedir. Annelerinin çözümlenmemiş narsistik çatışmaları çocuklarına yansır. Annenin bebeğini kendi bedeninin bir parçası olarak algılaması ve çocuğun bedensel tepkilerine karşı aşırı dikkatli ve kontrollü yaklaşması; ileriki yaşlarda çocuğun bedeninin öz temsilindeki yetersizliğe

bağlı olarak aleksitimik belirtilerin oluşmasına neden olabilmektedir (Luminent, 1995). Von Rad aleksitimi, nesne ilişkileri kuramından yola çıkarak açıklamıştır. Ona göre, aleksitimi ayrılma-birleşme sürecinde yaşanan sorunlara bağlı olarak, öz temsil ve kimlik duygusunun eksik gelişmesi sonucu ortaya çıkmaktadır (Von Rad, 1984).

Krystal, (1979) aleksitimik bireylerdeki hayal ve fantezi yoksunluğunu, yaratıcılık ve kendine bakım eksikliğini, erken çocukluk döneminde yaşanan duygusal gelişimi engelleyen yıkıcı olay ve ilişkilere bağlamaktadır. Aynı zamanda, aleksitimik bireylerin travmatize olmalarından dolayı duygusal gelişimini tamamlayamadıklarını veya ilk döneme saplanıp kaldıklarını da belirtmiştir. Travma sonrasında gelişen aleksitimik özellikler bebeklik döneminde anne ile çocuk arasında kurulan sembiyotik ilişkinin yetersiz olmasından kaynaklanmaktadır. Özetle, aleksitiminin gelişimsel bir başarısızlık veya psikolojik bir travma sonucunda görülebileceği ortaya konmaktadır (Krystal, 1979).

### **1.1.3.2. Biyolojik Yaklaşım**

Aleksitiminin biyolojik modele göre açıklanması konusunda farklı görüşler bulunmaktadır. Bu görüşlerden birine göre aleksitiminin açıklaması, ayrı beyin (split-brain) çalışmalarına dayanmakta ve temelde laterizasyon kavramı üzerinde durulmaktadır. Aleksitimik bireylerde beynin duygusal bilgiyi işleyen sağ lobu ile sözel becerilerin yer aldığı sol lobu arasında bağlantı kopukluğu olduğu öne sürülmektedir. Hoope ve Bogen (1977) beynin sağ yarım küresinde birincil süreçteki düşüncelerle, sol yarım küresindeki ikincil süreçteki düşünceler arasında kopukluk olduğunu savunmaktadırlar. Bu hipotezi test etmek için hastaların “corpus collasium”u etkisiz hale getirilip iki yarım küre arasındaki bağ koparılmıştır. Bunun sonucunda hastaların yoğun bedensel şikayetler ve tepkiler gösterdikleri görülmüştür.

Yapılan bir araştırmada yalnızca sağ elini kullanan kişilerin yalnızca sol elini veya her ikisinin birden kullananlara oranla anlamlı derecede yüksek aleksitimik özellikler gösterdikleri görülmüştür (Fricchione ve Howanitz, 1985). Bu sonucu destekleyen çalışmalar, beynin sağ yarım küresinin duygusal, yaratıcı; sol yarım küresinin analitik, mantık ve matematik ile ilgili işlevlerine uygun olarak aleksitimiklerde görülen hayal yaşantısında kısıtlılık ve katı düşünce yapısının sol

yarım kürenin fazla kullanılması ile ilişkili olduğu sonucuna varmıştır. Beynin sol yarım küresini sağ yarım küreden daha yoğun kullanan kişilerde somatik yakınmalar, duygusal yaşantıda kısıtlılık ve panik bozukluk görülmesi aleksitimik özellikler ile ilişkilendirilmiştir (Taylor, 1984; Burgess ve Simson, 1988).

Aleksitiminin biyolojik modele göre açıklaması Nemiah (1977) tarafından da benzer şekilde yapılmıştır. Nemiah (1977), MacLean'in psikosomatik hastalar için neokorteks ve limbik sistem arasındaki bağlantılarda bozukluk olabileceğini savunan çalışmalarından yola çıkarak, aleksitimik bireylerde de benzer durumların görüldüğünü ve bu durumun otonom sinir sistemleri tarafından ifade edildiğini belirtmiştir. Nemiah (1977) aleksitiminin bir dizi nörofizyolojik ve psikolojik faktörlerin etkileşimi sonucu ortaya çıkan bir durum olduğunu ifade etmekte ve üçlü bir yaklaşım önermektedir. Bu durum; inkar\çatışma, eksiklik ve yapısal model olmak üzere üç farklı yaklaşımla açıklanmaktadır. İnkâr\çatışma modeline göre, aleksitimi inkar ve bastırma savunma mekanizmalarının bir sonucu olarak ortaya çıkan ve bu şekilde de fantezi ve duygulanımda genel bir ketlenme ile kendini gösteren bir durumdur (Nemiah, 1977).

### **1.1.3.3. Sosyal Öğrenme Yaklaşımı**

İnsanlar, iletişim kurma becerilerini aile içinde ve sosyal çevrelerinden öğrenirler. Çocuklar ailesini veya çevresini model alarak, duygularını ifade etmek yerine bastırmayı ve gizlemeyi öğrenebilir. Bu durum bireyde aleksitiminin oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Sosyal öğrenme kuramına göre insanlarda aleksitimik özelliklerin ortaya çıkması; içinde yaşadıkları sosyo-kültürel ortamdaki öğrenmenin bir sonucudur. Bu yaklaşım, aleksitiminin bireyin yaşantısıyla ilgili sosyal kökenli bir durum olduğunu savunmaktadır (Stoudemire, 1991).

Epözdemir (2012), erken çocukluk dönemindeki gelişim sürecinde çocuğun aile ortamı ve içinde bulunduğu çevrenin, duygu ve düşüncelerini ifade etmek yerine bastırma ya da bedensel olarak ifade etmeyi öğretmesinin, ileride aleksitimik özellikler gösterme olasılığını arttıracakını belirtmiştir.

Aile ve aleksitimi ile ilgili yapılan çalışmalarda genetik geçişliliğin etkisi de araştırılmıştır. Yapılan ikiz çalışmaları sonucunda, aleksitiminin genetik geçişliliğinin yüksek olduğu tespit edilmiştir (Heiberg ve Heiberg, 1977). Tek yumurta ikizlerinin çift

yumurta ikizlerine göre aleksitimik özelliklere daha yüksek düzeyde ve birlikte sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Ancak bu çalışmalarda sosyo-kültürel değişkenler ile ilgili veriler göz ardı edildiğinden, benzer çevrelerde büyüyen ikizlerin sosyal öğrenme ve iletişim tarzlarının aleksitimik özellikleri yansıtılabileceği düşünülmektedir (Lesser, 1981).

Duyguların ifade edilmesine ilişkin görüşler toplumdan topluma farklılık gösterebilmektedir. Batı toplumlarında duyguların ifade edilmesi sağlıklı bir davranış olarak algılanırken, özellikle doğu toplumlarının kültürel alt yapısı nedeni ile duyguların bastırılması daha uygun bulunmaktadır. İçinde yaşadıkları çevre ve sosyo-kültürel ortamda duyguların ifade edilmesi yerine bastırılması gerektiğini model alan çocukların aleksitimik özellikler gösterme olasılığı daha yüksektir olabilmektedir. Bu bireylerde görülen somatizasyon ve iletişimi sağlamak için beden dilinin kullanılması, büyük oranda sosyo-kültürel etki ile ilişkilendirilmektedir (Bağcı, 2008).

#### **1.1.3.4. Bilişsel Yaklaşım**

Bilişsel kuramın aleksitiminin etiyolojisine ilişkin yaklaşımı, bilişsel gelişim sürecindeki bazı eksikliklerden kaynaklanan bilişsel çarpıtmalar ve mantık dışı düşüncelere odaklanmaktadır. Bireylerin herhangi bir uyarıcıya ya da duruma ilişkin algıları ve buna yüklediği anlamlar duyguların temelini oluşturmaktadır (Lazarus, 1984). Başka bir deyişle, bireylerin iç ve dış kaynaklardan gelen bilgileri kendi kişisel durumlarına göre algılayıp değerlendirmeleri sonucunda duygusal yaşantılar oluşmaktadır. Bilişsel kuramın kurucularından olan Beck'e (1995) göre, bireylerin psikolojik rahatsızlıklarının temelinde iç ve dış dünyadan gelen uyarıcıların işlevsel olmayan bozulmuş bilişsel süreçler nedeniyle çarpık bir şekilde algılanması ve gerçeğe uygun olmayan bir şekilde yorumlanması yatar.

Lane ve Schwarts'ın (1987) geliştirdikleri bilişsel gelişim modeline göre, duygu olarak adlandırılan her şey, ilk başta emosyonel uyarımların bilişsel işlemlerden geçmesi ile ortaya çıkmaktadır. Piaget, bilişsel gelişim sürecini en basitten en karmaşığa doğru hiyerarşik bir yapıda beş duygusal duyarlılık seviyesinde ele almıştır. Piaget'nin Bilişsel Gelişim Kuramı'na göre aleksitimikler bu beş basamağın en altında yer alan



henüz duyguların ayrışmadığı, bedensel nitelik taşıdığı alt evrelere takılıp kalmaları şeklinde açıklanmaktadır (Lane ve Schwarts, 1987) .

Lazarus'a (1982) göre, duygulanımın altında yatan bilişsel değerlendirmeler en ilkel ve basitten, en karmaşık ve sembolik düzeye kadar geniş bir aralıkta yer almaktadır. Bilişsel değerlendirmelerin en ilkel hali farkındalık olmaksızın bir şekilde fizyolojik tepkilerle ortaya çıkmaktadır. Karmaşık bilişsel değerlendirmeler ise düşünce, imgelem gibi üst düzeyde sembolik olarak temsil edilmektedir (Epözdemir, 2012). Aleksitimik bireylerde bilişsel değerlendirmelerin alt düzeyde olmasından ve sembolik düzeyde kendilerini ifade etmede yetersiz olmalarından dolayı, stresli durumlar karşısında duygularını bedensel tepkilerle ifade ettileri ve psikosomatik hastalıkların bu şekilde ortaya çıktığı bulunmuştur (Martin ve Phil, 1986).

#### **1.1.4. Aleksitiminin Kişilik Özellikleri**

Aleksitiminin kişisel bir eğilim, yetersiz sosyal destek sonucu ortaya çıkan bir durum, psikolojik bir bozukluk ya da klinik bir belirti, psikosomatik hastalık, bilişsel bozukluk, kişilik özelliği veya nörolojik bir problem olduğuna dair çeşitli görüşler bulunmaktadır (Epözdemir, 2012).

Aleksitiminin bir kişilik özelliği olduğu görüşü temelde psikanalitik görüşe dayanmaktadır. Bu görüşe göre, kişilik oluşumu çocuk ve bakım veren arasında kurulan ilişkinin niteliği ile ilişkilendirilmektedir (Lüzumlu, 2013). Bireylerin sağlıklı iletişim kurmaları için duygularını ifade edebilme konusunda yeterli olmaları gerekmektedir. Bowlby'nin bağlanma kuramına göre, erken çocukluk döneminde ebeveyn ile sağlıklı bir duygusal ilişki kurulamamasından kaynaklı erişkinlik döneminde sözel ifade konusunda güçlük yaşandığı, bu durumun da aleksitimik özelliklerin oluşumuna temel hazırladığı görülmektedir.

Sifneos (1988), aleksitimiye bir hastalık olarak değil, daha çok kişilikle ilgili bir kavram olarak ele almıştır. Ancak, aleksitimik özelliklerin ortaya çıkışında sosyo-kültürel etkenlerin de önemli rol oynadığı görülmüştür. Ruesch, analitik terapi uyguladığı bazı hastalarının duygularını ve şikayetlerini bedensel tepkiler şeklinde ortaya koyduklarını gözlemlemiştir. Ruesch, daha sonradan aleksitimik olarak tanımlanacak bu hastalarının duygularını sözel ifade yerine bedensel tepki şeklinde

aktarmalarından dolayı bu hastalarını “çocuksu kişilik” olarak tanımlamıştır (aktaran Lesser,1981).

Aleksitimi var ya da yok yerine aleksitimik özelliklerin düzeyinden bahsetmek daha doğru bulunmaktadır (aktaran Koçak, 2003). Duygularını tanıyıp ifade edemeyen, dışadönük düşünen ve kısıtlı bir düşlem yaşantısı olan bireylerin aleksitimik kişilik özelliklerine sahip olduğu öne sürülmektedir. Son yıllarda intihar girişiminde bulunan erişkin hastalarda aleksitimi yaygınlığını araştıran yayınlar çokça göze çarpmaktadır. İntihar girişiminde bulunan kişilerde yüksek aleksitimi düzeyleri bildiren yayınların yanı sıra, intihar riski ve aleksitimi düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulamayan yayınlar da bulunmaktadır (Sayar ve ark., 2000).Aleksitimik özellikleri olan kişilerin bağımsız, umursamaz, mesafeli, kişiler arası ilişkilerde donuk, soğuk ve anlayış eksikliğine sahip oldukları öne sürülmektedirler (Vanheule ve ark, 2010).

Aleksitimik kişilik özelliklerine yönelik farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Örneğin, aleksitimik bireylerin özellikleri üç temel kavram çerçevesinde açıklanmaktadır. Bunlar: duygu, duyuş ve his. Duygu; istek, ağrı, umut gibi zihinsel yaşantıları içerir. Duyuş zihinsel bir yönelim olmakla beraber psikolojik ve biyolojik öğeler içerir. His, acı çekme veya hoşnutluk, duygusal olarak etkilenme durumunun bir sonucudur (Sifneos, 1988).Taylor, Bagby ve Parker (1991) ise aleksitimik kişilik özelliklerini dört temel başlık altında toplamıştır:

- 1-Duyguları fark etme, ayırt etme ve tanımlamada güçlük.
- 2-Hayal kurma, düşlem (fantasy) yaşamında kısıtlılık.
- 3-İşe vuruk - işlemsel düşünme eğilimi.
- 4-Dış merkezli-uyum sağlamaya yönelik bilişsel yapı.

#### **1.1.4.1. Duyguları Fark Etme, Ayırt Etme ve Tanımlama Güçlüğü**

Aleksitimik bireylerin en temel özellikleri duygularını tanıma ve tanımlama konusunda güçlük yaşamalarıdır. Bu bireyler duygularını çoğunlukla bedensel yakınmalar şeklinde ifade ederler. Duygusal yaşamlarındaki kısıtlılık, bazen duruşlarındaki ve yüz ifadelerindeki donukluk ile de kendini belli eder (Sifneos ve ark., 1977). Aleksitimik bireyler hissettikleri bir duyguyu bir diğerinden ayırt etmekte

zorlanırlar. Ayırt etmeleri istendiğinde ise duygularını söze dökerek kelime bulmakta zorlanırlar. Bedensel duyuları ile duyguları arasındaki farkları kavrayamadıklarından konuşmaları tekrarlayıcıdır (Sifneos, 1988).

#### **1.1.4.2. Hayal Kurma, Düşlem (Fantasy) Yaşamında Kısıtlılık**

Aleksitimik özellik gösteren bireylerin hayal güçleri oldukça zayıftır. Bu bireylerin nadiren hayal kurdukları bilinir. Kurdukları hayaller ise her zaman gerçeklik sınırlı içerisinde, duygudan yoksun ve fazla renkli olmayan fantezilerdir. Aleksitimikler çoğunlukla duygularını harekete geçirecek hayallerden uzak durmaya çalışırlar. Hayal kurma becerilerindeki bu eksiklikten dolayı fazla yaratıcı olamazlar. Düşünce ve davranışları daha çok dışsal uyaranlar doğrultusundadır. Aleksitimik özellik gösteren bireyler diğer insanlar tarafından donuk, sıkıcı, kaba ve duygusuz bulunmaktadır (Sifneos, 1988).

#### **1.1.4.3. İşe Vuruk- İşlemsel Düşünme**

Aleksitimik bireylerin duygularını tanımada ve ifade etmede zorlandıkları ve kişiler arası ilişkilerde sorun yaşadıkları bilinmektedir. Buna rağmen aleksitimikler yine de çevrelerine uyum sağlama noktasında pek sıkıntı çekmezler. Bunun nedeni aleksitimiklerin özelliği olan mekanik ve pragmatik tarzda düşünme eğiliminde olmalarından kaynaklanmaktadır. Kendi içsel yaşantılarına uzak, basit, mekanik tarzda bir yaşantıları olduğu söylenebilir. Karşılaştıkları problemlere karşı oldukça yüzeyseldirler ve kısa yollu çözüm odaklıdırlar. Sorunların altında yatan nedenlerden ziyade, görünen nedenleri üzerine yoğunlaşırlar. İlişkileri konusunda da aynı şekilde yüzeyseldirler. Sorunların altında yatan duygusal sebeplerle ilgilenmezler (Taylor, 1991).

#### **1.1.4.4. Dış Merkezli –Uyum Sağlamaya Yönelik Bilişsel Yapı**

Aleksitimik bireyler dışa dönük kişilik özellikleri ile dikkat çekmektedirler. İçsel uyaranlardan çok dış odaklıdırlar; mekanik, pragmatik ve uyum sağlamaya yönelik yapıları vardır. Duyguları her zaman geri plandadır. Bu nedenle empati kurma

yetenekleri de zayıftır (Krystal, 1979). Davranışları içsel yaşantılarından ziyade dış uyaranlar tarafından belirlenir. Aleksitimikler zeki olabilirler fakat zekalarını duygularını gizlemek ve uyum sağlama çabaları için kullanırlar. Uyum için gösterdikleri istek ve çabalardan dolayı çevreleriyle uyumlu ilişkiler kurabilen insanlar olarak bilinmektedir (Taylor, 1991; akt Koçak, 2003). Aleksitimikler için düz, banal, sıkıcı ve tekrarlayıcı dil kullanma, katı, donuk, cansız ve duygusuz gibi ifadeler kullanılmaktadır (Koçak, 2003).

### **1.1.5. Aleksitiminin Ölçümü**

Aleksitimi tanısı ve düzeyi geliştirilen bazı ölçekler aracılığı ile belirlenmektedir. Bu ölçeklerden en çok kullanılanı Taylor ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen ve bir öz bildirim ölçeği olan “Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ)”dir. Taylor ve arkadaşları bu değerlendirme araçlarını geliştirme aşamasında öncelikle ölçülecek yapının tanımını yapma gerekliliği üzerinde durmuşlardır. Aleksitimi ölçümü için ilk olarak “kişilerin duygularını ayırt edebilme ve tanıyabilme yeteneği”, “dış olaylara yönelik düşünce şekli”, “duygularını söze dökme yeteneği” ve “hayal kurma yeteneği” şeklinde dört alt boyuttan oluşan, 26 maddelik bir ölçek geliştirilmiştir (Taylor ve ark., 1998). Ölçeğin Türkiye’deki geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Dereboy (1990) tarafından yapılmış ve Türkçe TAÖ-26’nın güvenilirlik ve geçerliği yeterli düzeyde bulunmuştur.

Toronto Aleksitimi Ölçeği, Bagby ve arkadaşları (1994) tarafından bireylerin aleksitimik özelliklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş, yirmi maddelik, beş dereceli Likert türü puanlanan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Duyguları Tanıma Güçlük (TAÖ-1), Duyguları Söze Dökmede Güçlük (TAÖ-2), Dışa Dönük Düşünme (TAÖ-3) alt ölçekleri vardır (Güleç, 2009).

Sonrasında, Bagby ve arkadaşları (1994) tarafından başlangıçta dört faktör yapısını içeren 26 maddelik ölçek yerine üç faktör içeren 20 maddelik Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20) geliştirilmiştir. Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ) araçları kullanılarak yapılan araştırmalara dayanarak aleksitiminin bugünkü modern tanımı oluşturulmuştur. “Duyguları tanımada güçlük”, “duyguları söze dökmede güçlük” ve “dışadönük düşünme” faktörlerinden oluşan Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20), bu versiyonuyla modern psikometrik çalışmalara uygunluğu kanıtlanmış ilk aleksitimi

ölçeğidir (Taylor ve Bagby, 2004). Daha sonra Türkçe uyarlaması, geçerlik güvenirlik çalışmaları Güleç ve arkadaşları tarafından yapılmış olan ölçeğin yeterli düzeyde geçerli ve güvenilir olduğu saptanmıştır (Şaşıoğlu ve ark., 2014).

Aleksitimi düzeyini ölçmek için farklı metodlar da mevcuttur. Örneğin TAT ya da Rorschach değişkenleri, modifiye Beth İsrail Hastanesi Psikosomatik Sorgulaması (BIQ) ve Gözlemci Aleksitimi Ölçeği (OAS)de kullanılmaktadır. Bir diğer öz bildirim ölçeği olan Bermond-Vorst Aleksitimi Sorgulaması (BVAQ) ile de aleksitimi tanısı konulabilmektedir. BVAQ anlamlı şekilde TAÖ-20 ile korelasyon göstermiştir. Bu ölçek henüz ülkemizde kullanılmamaktadır. Modifiye BIQ ve OAS hem TAÖ-20 hem de kendi aralarında anlamlı şekilde ilişki bulunmuştur (Yurt, 2006).

#### **1.1.6. Aleksitimi ve Tedavi Yaklaşımları**

Aleksitimik özelliklerin ortadan kaldırılması veya tedavi edilmesinde hangi tedavi yaklaşımının daha etkili olduğu konusunda yapılan araştırmalar yetersizdir. Ancak son dönemde klinik ağırlıklı psikoterapi yaklaşımları ile somatik yakınmaların arttığı gözlemlendiği için aleksitiminin tedavisinde destekleyici ve eğitici yaklaşımların kullanılmasının daha faydalı olacağı vurgulanmaktadır (Sifneos, 1988).

Lesser (1985), aleksitimik özellik gösteren bireylerin temel sorunlarının duygularını tanımada ve ifade etmede güçlük yaşamaları olmasından dolayı geleneksel yaklaşımlarla aleksitimi tedavisinin zor olduğunu belirtmektedir. Aleksitimik bireylere yapılacak psikolojik müdahalede yaşanan anda hissedilen duyguların ifade edilmesine önem verilmesi vurgulanmaktadır. Bu teknik, varoluşsal ve bilişsel odaklı yaklaşımlarda da kullanılan "burada ve şimdi" tekniğidir. Ayrıca Lesser, empatik dinlemenin tedavide etkili olabileceğini belirtmiştir. Empatik dinleme yolu ile aleksitimiklerin bedensel belirtilerini duygusal forma dönüştürmelerinin kolaylaşacağı düşünülmektedir. Bu bilgiler doğrultusunda Lesser, "Destekleyici Grup Terapisi"nin aleksitimik bireyler için uygun bir müdahale olabileceğini belirtmektedir (Lesser, 1985).

Öte yandan, bilişsel merkezli grup terapisi de aleksitimik bireylerin ilişkilerinde empati kurma becerilerini geliştirmektedir. Swiller (1988), aleksitimik bireylerde bireysel ve grup terapisinin birlikte yürütülmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Çünkü Swiller, bireysel terapinin entellektüel öğrenmeyi sağladığını ve kişilere iç görü

kazandırdığını savunmaktadır. Ona göre grup terapisi ise, yaşantılar yoluyla edinilen bu birikimlerin transfer edilmesine ve yaşama aktarılmasına yardımcı olur. Bireysel ve grup terapilerinin bir arada kullanılması aleksitimik bireylerde etkili bir psikolojik müdahale sağlamaktadır (Swiller, 1988).

Krystal (1983) ise, geleneksel psikodinamik tekniklerle gerçekleştirilen terapilerin yeterince başarılı sonuç vermediği bildirmektedir.. Krystal'a göre terapist; aleksitimik hastaya, kendisinin duygularını hissetmekten çok bunları bedensel biçimde yansıttığını ve bu nedenle diğer insanlardan farklı olduğunu açık bir şekilde söylemelidir. Bu şekilde aleksitimik bireyin duygu durumuna eşlik eden somatik yakınmalarına ve beden diline dikkat çekmiş olmaktadır. Krystal'a göre aleksitimik bireylerin kendi içsel dünyasında yaşadığı duygularını fark etmesi sağlanmalı ve bu duyguları için uygun sözcükler bulmasına yardımcı olunmalıdır. Krystal bu durumu “yavaş ilerleyen, sabır ve emek isteyen bir süreç” olarak adlandırmaktadır (Krystal, 1983).

Birçok terapötik yaklaşımda bireylerin belli düzeyde duygu farkındalığı ve erişimi olduğu kabul görmektedir. Ancak bu varsayım aleksitimik bireyler için geçerli değildir. Bu yüzden aleksitimi hastaları sözel ifadeye dayalı psikoterapi çeşitleri ile tedavi edilmesi güç hastalar olarak görülmüşler, üstelik kavramın ilk ortaya çıktığı dönemlerde, psikanalitik psikoterapinin aleksitimi tedavisinde yetersiz kalması nedeni ile farmakoterapi gibi diğer tedavi yöntemlerine yönlendirilmişlerdir (Şaşıoğlu ve ark., 2014).

Aleksitimik bireylerin tedavisinde bireysel terapinin yanı sıra çift ve aile danışmanlığının da olumlu sonuçlar verdiği görülmüştür. Aleksitimik bireyin farkında olmadığı duygu ve fantezi yaşantılarını ortaya çıkartmasını sağlayacak gestalt ve bilişsel odaklı grup terapilerinin yanında, dikkatin bedensel davranışlara yoğunlaştığı tekniklerin kullanılmasının da faydalı olabileceği bildirilmektedir (Koçak, 2002).

## **1.2. Bağlanma**

Bağlanma, insanların kendileri için önemli olan kişilere karşı güçlü duygusal bağlar kurma eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 1982). Yaşamın ilk yılları bireylerin fiziksel, zihinsel ve duygusal gelişimleri açısından en önemli evreleridir. Bu

dönemde kişinin yalnızca fiziksel ihtiyaçlarının karşılanması yeterli değildir. Bebeğin biyolojik ihtiyaçlarının yanında duygusal ve zihinsel gelişimi için bakım veren kişi ile kurduğu bağımlı ilişki de gelecek yaşantısı ve kuracağı ilişkiler açısından son derece önemli bir zemin oluşturmaktadır.

Bağlanma terimi, bebek ile anne-babaları ya da bakım verenleri arasında kurulan, duygusal olarak olumlu ve yardım edici bir ilişkinin varlığını ifade eder (aktaran Tüzün ve Sayar, 2006). Bağlanma ilişkisinin kalitesi ve düzeyi, bebeğin fiziksel, duygusal ve zihinsel gelişimi açısından önemlidir (Korja ve ark., 2012).

Bağlanma davranışı; herhangi bir ihtiyaç anında veya tehdit içeren bir durumla karşı karşıya kalındığında ortaya çıkma eğilimindedir. Bağlanma figürü olan kişi, bağlanan kişiye karşı koruyucu ve sakinleştirici bir tutum sergilediğinde ve yardım sağladığında bağlanma davranışında azalma görülecektir (Bayhan ve Işıtan, 2010; Çalışır, 2009). Bir bağlanma figürünün oluşu ve kişinin ihtiyaçlarına karşı duyarlı bir tutum sergilemesi, bağlanan kişide güçlü bir güvenlik hissi oluşmasını sağlar (Tüzün ve Sayar, 2006).

Yaşamlarının ilk yıllarında bebekler bağlanma davranışını yakınlık kurmak istedikleri ve kendisinden ayrı kalmaya itiraz ettikleri tek bir kişiye yönlendirirler. Bu kişi, bebeğin sıkıntı yaşadığı anda veya ihtiyaçlarının karşılanması gerektiği durumlarda yolladığı işaretlerine olumlu tepki veren kişidir. Bu tepkinin kalitesi, bağlanma kişinin seçimini belirler (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanmanın üç temel fonksiyonundan bahsedilmektedir; dünyayı keşfederken geri dönülebilecek güvenli bir liman olması, fiziksel gereksinimlerin zamanında karşılanması ve hayata dair bir güvenlik duygusu geliştirebilme. Bowlby, bu ihtiyaçların yeterli düzeyde karşılanmaması durumunda, çocukta oluşan özbenlik algısıyla bağlantılı olarak patoloji gelişebileceğini öne sürmektedir (Tüzün ve Sayar, 2006).

### **1.2.1. Bağlanma Kuramı**

Bağlanma kuramının temeli, psikanalitik gelenekten gelen John Bowlby'nin bağlanma ve nesne ilişkileri kuramına dayanmaktadır. Bu kuram başlangıçta John Bowlby ve Mary Ainsworth'un çalışmaları ile geliştirilmiş, sonrasında Freud ve diğer psikanalitik düşünürlerden etkilenmiştir.

Bowlby'e (1969, 1973, 1988) göre bağlanma, kaygı, korku ve tehdit içeren durumlarda güvenliği sağlamak için bakım veren ile olan yakınlığı sürdürme çabasıdır. Ainsworth, Bowlby'nin güvenli üs kavramını genişleterek, bebeğin çevresini keşfederken ona güvenli bir üs sağlamak için bağlanma sisteminin sürekli olarak işlevini yerine getirmekte olduğunu belirtmiştir (Ainsworth ve ark, 1978). Bu bağlamda, Ainsworth ve arkadaşları (1978) çalışmalarında bağlanma sisteminin amacının güvenlik hissi algısını sürdürmek olduğunu vurgulamışlardır. Bağlanma sistemi, bebeklerin kendilerine bakım veren kişiyle fiziksel yakınlığını güçlü tutarak, hem çevreden gelebilecek tehlikelerden korunmalarını sağlamakta, hem de çevreyi keşfetmeleri için gerekli koşulları sağlamaktadır (Bowlby, 1969).

Bağlanma kuramına göre, duygusal ulaşılabilirliği olan bağlanma figürü ile yaşanan deneyimler, bireylerin kendilerini güvende hissetme ve diğerlerine güvenme konusunda belirleyici bir etmendir. Bununla birlikte bağlanma, bireylerin gelecekteki duygu, düşünce ve davranışlarını da etkilemektedir. Bakım verenleri duygusal olarak ulaşılabilir olan bireyler, kendilerini değerli hissederler, diğerlerine karşı güven duyarlar ve ilişkileri önemli görürler (Bowlby, 1969; 1973; 1980).

Bowlby'nin ele aldığı bağlanma sisteminde, bebek ve bakım veren arasındaki ilişki dört davranış stili üzerinden açıklanmaktadır: yakınlık arayışı ve yakınlığı koruma ihtiyacı, ayrılığı protesto etme, keşfetme etkinlikleri için bakıcıyı güvenli bir üs olarak kullanma, destek ve güvenlik için bakıcıyı sağlam bir sığınak olarak kullanma (Hazan ve Shaver, 1994; Rothbard ve Shaver, 1994).

Bağlanma teorisine göre bireyler doğum ile başlayan ve çocukluk süresince devam eden dönemde anne- babası ile kendisi arasında bir bağ geliştirir. Zamanla aradaki bu bağ güçlendikçe, onların yokluğunda hissettikleri sıkıntı da artar; buna ayrılık kaygısı denir. "Ayrılık kaygısı; bebeğin, anne babası kısa süreli olarak uzaklaştığında yüksek sesli itiraz, ağlama ve üzüntü ile ifade ettiği rahatsızlıktır" (Plotnik, 2009). Ainsworth'e göre ayrılık kaygısı yaşanması, bebeğin anne-babasına bağlandığının bir göstergesidir. Fakat bu bağlanma türü bebeğin mizacına göre ve annenin tutumuna göre farklılık göstermektedir.

Bowlby'nin evsiz çocuklar üzerinde yaptığı çalışmada kurum çalışanları tarafından beslenip bakım gören çocukların aşırı sıkıntılı, kaygılı ve gelişimlerinin başarısız olmaları psikanalitik kuramın "çocuklar annelerini onunla açlık güdüsünün doyurulması arasında bir çağrışım kurdukları için severler" görüşü ile uyumsuzdur



(Hazan ve Shaver, 1994). Bu çalışma, çocukların biyolojik ihtiyaçlarının karşılanması kadar bağlanma figürü ile kurdukları duygusal bağın da önemine vurgu yapmaktadır.

Bowlby'e (1988) göre, erken çocukluk döneminde bağlanma figürü ile kurulan bağın niteliği, bireylerin gelecekte kendilerinin sevmeye değer biri olup olmadığına yönelik "benlik modeli"nin gelişmesini sağlar. Çocuğun bağlanma figürünün varlığından ya da güvenilirliğinden emin olması diğerlerine ilişkin "başkaları modeli"nin gelişmesini sağlar. Bartholomew ve Horowitz, Bowlby'nin bağlanma teorisinde tanımladığı kendilik ve diğerine ilişkin iki tür İçsel Çalışan Modeli'ni bir araya getirerek "dört kategori modeli" adını verdikleri bir yetişkin bağlanma stili modelini öne sürmüşlerdir. Dörtlü Bağlanma Modeli'nde güvenli, saplantılı, korkulu, kayıtsız bağlanma stillerini önermişlerdir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

### **1.2.2. Bağlanma Stilleri**

Anne-bebek bağlanması gebelik, doğum ve doğum sonrası süreçte gelişir ve anne-bebek etkileşimi sürdükçe devam eder (Tüzün ve Sayar, 2006). Bebeğin anne ile yaşadığı ilk bağlanma deneyimi daha sonra yaşayacağı bağlanma deneyimlerinin de temelini oluşturur (Köse ve ark., 2013). Bütün bağlanma kuramcıları, çocuğun içsel çalışan modelinin en çok ilk bağlanma ilişkisinden etkilendiği konusunda hemfikirdirler.

Yaşamın başlangıcında görülen ilk sosyal davranış olan bebek ile anne arasındaki bağlanmanın kalitesi, bireyin ilerideki sevgi ilişkilerinin belirlenmesinde ve sosyal ortamlardaki uyumunda büyük önem taşımaktadır. Bağlanma ilişkisindeki yoksunluk ve yetersizlikler, yetişkin kişilik yapısında ve kişilerarası ilişkilerinde çeşitli sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Soysal, 2005).

Bağlanma stilleri, ergenlik döneminde bağlanma davranışı ve ilginin ebeveyn den akranlara yönelmesi ile değişikliğe uğrar. Ergenlikteki bu değişiklikler sırasında, ergenin bebekken bağlanma figürüne karşı geliştirmiş olduğu bağlanma ilişkisi önemli rol oynar. Ergenlikte bireyin ilgisi ebeveyn figürlerinden akran gruplarına yönelmesine rağmen, erken dönemde anne-baba ile kurulan bağlanma ilişkisi ergen için yaşamı boyunca kalıcı ve güçlü bir etkiye sahip olmaktadır (Çalışır, 2009).

Araştırmacılar, temelde güvenli ve güvensiz olmak üzere iki bağlanma stilinden söz etmektedirler (Ainsworth ve ark. 1978). Güvenli bağlanma, çocuğun duygu ve ihtiyaçlarına karşı duyarlı ve bu ihtiyaçlara yerinde ve zamanında cevap veren ebeveyne karşı geliştirilen bağlanma türü iken; güvensiz bağlanma bunun tam tersi özellikler taşıyan ebeveynlere karşı geliştirilen bağlanma türü olarak adlandırılmaktadır.

Mary Ainsworth ve arkadaşları (1978), ‘Yabancı Ortam’ tekniği ile güvenli bağlanma ile iki tip güvensiz bağlanmayı birbirinden ayırmıştır. Yabancı Ortam tekniği; laboratuvar ortamında 12-18 aylık bebeklerin davranışlarının gözlemlendiği bir yöntemdir. Çocuk önce annesiyle, daha sonra annesiyle birlikte bir yabancıyla aynı odada zaman geçirir; çocuk daha sonra yabancıyla yalnız bırakılır, daha sonra birkaç dakikalığına tek başına kalır ve sonra tekrar annesi odaya gelir. Ainsworth’e göre çocuğun bu durumlara verdiği tepkiler, üç bağlanma stilinden birini gösterir:

*Güvenli bağlanan* çocuk, anne- babayı güvenli bir üs olarak kullanır ve ayrılmadan sonra kolayca yatıştır.

*Güvensiz- Kaygılı/Kararsız bağlanan* çocuk, yabancılara karşı sakıngandır, ayrılma durumunda telaşlanır, ancak annenin dönmesi onu sakinleştirmez.

*Güvensiz- Kaçınan bağlanan* çocuk, anneye ve yabancı kişiye aynı yakınlıkta davranır; anneyi yabancıya tercih etmez. Annenin ayrılması ya da tekrar dönmesine karşı tepkisizdir.

Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) çalışmasından hareketle üç farklı bağlanma stilinden bahsetmek mümkündür. Güvenli bağlanma, düşük kaygı ve düşük kaçınma ile karakterizedir. Güvenli bağlanma özelliği gösteren çocuklar, annelerinin yokluğunda kısmen huzursuz olmakta, panik yaşamadan anneleriyle temas aramakta, anneleriyle yeniden birleşme sonrasında kolayca sakinleşmekte ve çevreyi keşfetmeye devam etmektedirler. Kaygılı/kararsız bağlanan çocuklar, anneleri ortamdaki ayrıldığında yoğun bir kaygı ve öfke yaşamakta, yabancı biri ile iletişimi reddetmektedirler. Anneleriyle yeniden birleştikten sonra ise kolayca sakinleşmemekte, çevreyi keşfetmek yerine onlara sıkıca tutunup temas kurmak istemektedirler. Kaçınan bağlanma yaşayan çocuklar ise ayrılma anından etkilenmemekte, anneleriyle yeniden birleşmeden sonra temas kurmaktan kaçınmakta ve dikkatlerini çevreye yöneltmektedirler (Ainsworth ve arkadaşları, 1978; Hazan ve Shaver, 1994).

### 1.2.3. Yetişkin Bağlanma Modelleri

Bağlanma kuramını yetişkin ilişkileri bağlamında inceleyen ilk çalışmalar; Main ve Solomon (1986) ve Hazan ve Shaver (1987) tarafından yapılmıştır. Yetişkin yakın ilişkilerinde bağlanmanın etkisini inceleyen Bartholomew ve Horowitz (1991), Hazan ve Shaver'in (1987) üçlü bağlanma modelini, Bowlby'nin bağlanma sisteminin benliğe ve başkalarına ilişkin içsel modeller kavramından yola çıkarak tekrar ele almışlar ve yetişkinlerde "Dörtlü Bağlanma Modeli"ni oluşturmuşlardır. Dörtlü Bağlanma Modeli'nde bireyin "benlik modeli" (olumlu veya olumsuz) ve "başkaları modeli" (olumlu veya olumsuz) birleştirilerek dört kategori altında bağlanma stilleri tanımlanmıştır (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Benlik modeli, bireyin kendisinin sevmeye ve desteklenmeye değer olup olmadığı ile ilgiliyken; başkaları modeli ise, başkalarının güvenilir ve reddedici olmasına karşılık güvenilir ve hazır olarak görülmeleri ile ilişkilidir. Dörtlü Bağlanma Modeli'ne göre, olumlu benlik ve olumlu başkaları modeli geliştirenler güvenli bağlanma; olumsuz benlik modeli ve olumlu başkaları modeli geliştirenler saplantılı bağlanma; olumsuz benlik modeli ve olumsuz başkaları modeli geliştirenler ise korkulu-kaçıncı bağlanma stiline sahiptirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

### 1.2.4. Bağlanma Stilleri ve Aleksitimi Arasındaki İlişki

Bağlanma stilleri ile duyguları aktarabilme arasında ilişki olduğuna dair görüşler bildirilmiştir (Cassidy, 1994). Duyguları tanımlama, fark etme ve ifade etme becerisi erken dönem etkileşimlerinden ve bağlanma stillerinden etkilenmektedir (Laible, 2007). Bu etkileşim, bağlanma stilleri ile aleksitimi arasındaki ilişkinin araştırılmasına yol açmıştır.

Erken dönem çocuklukta deneyimlenen duygusal etkileşimin, beynin duygusal farkındalık ve duygu düzenlemesi ile ilgili bölümlerini etkilediği ortaya çıkmıştır (Schore, 1996). Yapılan çalışmalarda erken dönem çocuklukta bağlanmanın niteliğinin bireylerin duygularını uygun bir biçimde düzenleme ve ifade etme, duyguları ile uyumlu ve açık bir şekilde iletişim kurabilme ile ilgili bilişsel becerilerini etkilediği bulunmuştur (Mikulincer ve Shaver, 2007). Duygusal düzenleme ve yaratıcı imgeleme

becerileri güvenli bağlanma ile ilişkilendirilmektedir. Taylor ve arkadaşları (1997), erken dönemde çocuk ile bağlanma figürü arasında kurulan ilişkinin bireyde aleksitimik özelliklerin gelişmesinde önemli bir rolü olduğunu vurgulamaktadır. Literatüre bakıldığında bağlanma stili ile aleksitimi arasındaki ilişkinin incelendiği birçok araştırmaya ulaşmak mümkündür.

Yetişkinler üzerinde yapılan araştırmalarda, aleksitimi ile kaçınan ve korkulu bağlanma arasında ilişkili bulunmuştur (Troisi ve ark., 2001; De Rick ve Vanheule, 2006). Mallinckrodt ve Wei'nin (2005) aleksitimi ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışma sonucunda, yüksek aleksitimi düzeyinin kaçınan bağlanma ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu araştırmadan yola çıkan Mikulincer ve Shaver (2008), kaygılı bağlanan bireylerin duygularını tanıma ve ayırt etmede diğerlerine oranla daha fazla güçlük yaşadıklarını ifade etmektedir. Batıgün ve Büyükşahin (2008) de yaptıkları çalışmada aleksitimik bireylerin daha fazla kaygılı ve kaçınan bağlanma tarzlarına sahip olduğu ve kaygılı bağlanmanın aleksitiminin yordayıcısı olduğu sonucuna varmışlardır.

Çocukların bağlanma stilleri ve benlik saygısının aleksitimi düzeyleri üzerindeki yordayıcı rolünün araştırıldığı bir çalışmada, çocukların aleksitimi düzeyleri ile benlik saygısı, güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma ve kayıtsız bağlanma değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanma stili ve aleksitimi düzeyi arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Ancak çocukların aleksitimi düzeyleri ile korkulu bağlanma düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır (Karaboğa, 2011).

Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin aleksitimi ve depresyon düzeyleri üzerindeki yordayıcılığının incelendiği bir diğer araştırmaya İstanbul'da okuyan 150 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20), Beck Depresyon Ölçeği (BDE) ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri(YİYE ) uygulanmıştır. Bu araştırmanın sonucunda, üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin aleksitimi ve depresyon düzeyinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeyleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin depresyon düzeyleri ile eğitim düzeyi düştükçe aleksitimi puanlarının yükseldiği gözlenmiştir bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bununla birlikte, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasında da anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu araştırmada aleksitimi ve depresyon düzeyinin cinsiyete, anne-

babanın yaşına, anne-babanın eğitim durumuna göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Aktay, 2014).

Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve bağlanma stilleri ile yetişkinlikteki depresyon ve kaygı belirtileri arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünün olup olmadığı da incelenmiştir. Bu çalışmada aleksitiminin, Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu ve bağlanmanın Kaygı Alt boyutunun yetişkinlikteki sürekli kaygı düzeyiyle ilişkisinde kısmi aracı rol üstlendiği tespit edilmiştir (Şenkal, 2013).

Normal popülasyondaki yetişkin bireylerde bağlanma stilleri ile bazı sosyodemografik değişkenlerin aleksitimi düzeyi üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Bu araştırma sonucunda, yetişkin bireylerde kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stiline aleksitimi toplam puanını ve Duygularını Tanıma Zorluğu Alt boyutunu yordadığı görülmektedir. Bununla birlikte, kaçınmacı bağlanma stiline, Duygularını İfade Etme Zorluğu Alt boyutunu yordadığı gözlenmektedir (Güler, 2014).

Bireylerdeki aleksitimi ile bağlanma, kendilik algısı, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada, aleksitimi puanı yüksek olanların, düşük olanlara göre daha yüksek kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stiline sahip oldukları sonucuna varılmıştır. Bu sonuçlar, aleksitimi ile bağlanma, kendilik algısı, kişilerarası ilişki tarzları ve öfkenin yakından ilişkili olduklarını göstermektedir (Oktay ve Batıgün, 2014).

Yetişkinlikteki yüksek aleksitimi seviyesinin, çocukluk döneminde ebeveynin aşırıkoruyucu tutumu ve annenin düşük seviyede ilgisi ile bağlantılı olduğu bulunmuştur (Thorberg ve ark., 2011). Buna benzer bir diğer çalışmada ise, düşük seviyede anne ilgisi görmüş üniversite öğrencilerinin aleksitiminin özellikle Duyguları İfade Etmede Güçlük Alt boyutundan yüksek puan aldıkları gözlenmiştir (Fukunishi ve ark., 1999). Bu çalışmanın sonucunda, ebeveynle kurulan zayıf bağlanmanın 'duyguları ifade etmede güçlük' ile ilişkili olduğu saptanmıştır.

Troisi ve arkadaşları (2001), korkulu ve saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylere göre daha fazla aleksitimik özellikler gösterdiklerini bildirmişlerdir. Başka bir çalışmada ise, kaçınmacı bağlanma stiline yakınlığı kısıtlama özelliğinin, aleksitiminin duyguları ifade etmede güçlük boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna varılmıştır. Kaygılı bağlanma stiline ayrılık

korkusu özelliğinin yüksek seviyede olması ise, yüksek seviyede duyguları tanıma güçlüğüünün yordayıcısıdır (Oskis ve ark., 2013). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir başka çalışmada ise, hem kaçınmacı hem de kaygılı bağlanma stiline aleksitimikle, dolayısıyla duygulardan bahsetme konusundaki problemlerle bağlantılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Láng, 2010).

Yapılan çalışmalar genel olarak güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin güvenli bağlanma stiline sahip bireylere kıyasla aleksitimik özellikler göstermeye daha yatkın olduklarını göstermektedir. Araştırma sonuçlarında, duygusal anlamda güvensiz hissettiren ve duygularını ifade etme konusunda yeterli desteğin görülmediği bir ortamda yetişen çocukların, ebeveynleri tarafından duygularını ifade etme konusunda desteklenen çocuklara kıyasla iletişim kurma ve duygusal ifade becerisi bakımından daha başarısız oldukları gözlenmiştir (Fukunishi ve ark., 1999; Troisi ve ark., 2001).

### **1.3. Evlilik**

Evlilik kavramına dair birçok tanım vardır. Erdoğan'a (2007) göre evlilik, bir kadın ve bir erkeğin karı-koca rollerini edinerek yaşamlarını birlikte geçirmek ve yasaların koruduğu bir kurum altında çocuk sahibi olarak soylarını sürdürmek amacıyla oluşturdukları bir ilişkiler sistemidir.

Özügurlu (1990) ise evliliği, birbirinden farklı ilgi, talep ve ihtiyaçları bulunan iki insanın, birlikte yaşamak, hayatı paylaşmak, çocuk dünyaya getirmek gibi amaçlarla kurdukları bir ilişkiler sistemi; karşılıklı dayanışma, toplumsal onayla gerçekleşmiş bir sözleşme ve tüm toplumsal yasaklamalar dışında tutulan cinsel ihtiyaçların karşılıklı olarak doyuma ulaştırıldığı bir kaynaşma olarak tanımlamıştır.

Evlilik Saxton'a (1982) göre aile kurmayı ve türün devamını sürdürmeyi hedefleyen iki insanın kalıcı bir beraberlik için bir araya geldikleri, birbirlerine ve çocuklarına karşı ortak sorumluluklar üstlendikleri, birbirlerine bağlı ve etkileşim içerisinde olan evrensel bir kurumdur.

Larson ve Holman evliliği, aile ilişkisinin kurulduğu ve bir sonraki neslin yetiştirildiği kurum olmasından dolayı, en temel ve en önemli insan ilişkisi olarak tanımlanmaktadır (aktaran Soylu ve Kağnıcı, 2015).

### 1.3.1. Evlilik Uyumu

Evlilik uyumu, evlilik araştırmalarında üzerinde en çok çalışılan temel kavramlardan biri olmuştur (Soylu ve Kağnıcı, 2015). Evlilik uyumu araştırmaları kadar evlilik uyumu kavramının tanımı konusunda da farklı görüşler bulunmaktadır. Bu bölümde, evlilik uyumunun mevcut çalışmada kullanıldığı şekline uygun bazı tanımlara yer verilmektedir.

Evlilik ve aileyi ilgilendiren konularda sağlıklı bir iletişim kurarak fikir birliğine varabilen ve sorunlara karşı ortak çözüm arayışı içinde olan çiftlerin evliliği uyumlu bir evlilik olarak tanımlanabilir (Akar, 2005; Erbek ve ark., 2005).Evlilik uyumu konusunda üzerinde durulan bir başka konu ise, çiftlerin karşılıklı olarak birbirlerini mutlu edebilmeleridir. Bradbury ve Karney (2004), çiftlerin evliliklerini devam ettirmelerinin nedenini birbirlerinin varlığından huzur ve mutluluk duymalarına bağlamaktadır. Spanier (1976) uyumlu evliliği, eşlerin günlük yaşantıya ve yaşantı içinde değişen koşullara uyum sağlaması ve belirli bir süre içinde birbirlerine uygun olarak değişmesi şeklinde tanımlamaktadır. Sabatelli (1988) ise evlilikte uyumunda, eşlerin birbirleriyle iletişim kurabilmesi, evliliğin önemli alanlarında fazla anlaşmazlık yaşanmaması ve anlaşmazlıkların her iki tarafı da hoşnut edecek şekilde özümlenmesi gibi konuların önem taşıdığını belirtmiştir.

Evlilik kurumu, aynı zamanda yeni bir neslin yetiştiği ortam olması nedeniyle de üzerinde en çok çalışılan konulardan biridir. Evlilik ilişkisindeki uyumun, ebeveyn-ocuk ilişkisi üzerinde etkin bir rolü olduğu bilinmektedir. Evlilikteki uyumun niteliğinin, ailenin yaşam kalitesi ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yapılan alışmalar sonucunda, evlilik uyumunun ocuk davranışı üzerinde doğrudan ya da dolaylı olarak etkisi olduğu bulunmuştur. Ebeveynlerinin birbirleriyle olan olumsuz ilişkileri, çocukları da olumsuz davranışlar sergilemeye itmektedir. Bandura'nın (1979) sosyal öğrenme teorisine göre, ocuk uyumsuz davranış modelini gözlem yoluyla öğrenmektedir. Evlilikteki uyum bozukluğu nedeniyle eşlerin birbirlerine karşı olumsuz davranış sergilemeleri kaçınılmaz hale gelebilir; bu durum neticesinde ebeveynlerin psikolojik problemleri de artabilir. Çocukları ile sağlıklı iletişim kuramayan ebeveynler, çocuklara olumsuz davranış konusunda model olarak onların problem davranış geliştirmelerine neden olabilirler (zbey,2009). Evlilik uyumunun bozulması, eşler ve çocuklara travma etkisi yaşatabilmektedir (Fidanoğlu, 2007).

### 1.3.2. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler

Evlilik uyumu, evlilik çalışmalarında araştırılan en temel kavramlardan biri olmuştur (Soylu ve Kağnıcı, 2015). Evliliğin sağlamlığı ve devamlılığı sadece eşlerin değil, aynı zamanda aile ve toplumun da geleceğini etkileyen bir durum olması nedeniyle daha da fazla önem taşımaktadır (Güngör ve İlhan, 2008). Son dönemde, dünya genelinde görülen boşanma oranlarındaki ve bunun sonucu olarak yaşanan ruhsal sorunlara bağlı yardım taleplerindeki artış nedeniyle sosyal bilimcilerin evlilik uyumu ve evlilik uyumunu etkileyen faktörler üzerindeki çalışmalarını yoğunlaştırdığı görülmektedir.

Evlilik uyumu ile sosyo-demografik değişkenler arasında ilişkinin incelendiği çalışmalar daha çok cinsiyet, yaş, evlenme yaşı, çalışma durumu, eğitim durumu, ekonomik durum, evlilik biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, din gibi değişkenler üzerine yoğunlaşmıştır.

Evli, boşanma sürecinde ve boşanmış çiftlerin demografik değişkenler, cinsiyetçilik ve evlilik uyumu açısından karşılaştırıldığı bir çalışmada; yaş, evlilik süresi, evlenme yaşı, çocuk sayısı, sosyoekonomik durum, düşmanca cinsiyetçilik, korumacı cinsiyetçilik, erkeksilik ve kadınsılık değişkenleri ele alınmıştır. Evlilik uyumuyla en yüksek ilişkinin çalışma durumu, evlenme biçimi, kadınsılık, eğitim durumu ve evlilik süresi değişkenleri arasında olduğu bulunmuştur (Güçlü Ergin, 2008).

Demiray'ın (2006) evlilik uyumunun demografik özellikler ile ilişkisini incelediği çalışmada yaş, cinsiyet, eğitim, evlilik süresi, çocuk sayısı, çalışma durumu, aile ziyaretleri, evlilik biçimi, gelir düzeyi, aile tipi sosyodemografik değişkenlere yer verilmiştir. Çalışmada aile ziyaretleri sıklığı, yaş ve evlilik süresinin evlilik uyumuyla ilişkili olduğu bulunmuştur. 30-40 yaş arasındaki evli bireylerde evlilik uyumunun daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Evlilik süresi ile ilgili olarak da on ve on beşinci yıllar arasında evlilik uyumu düşük bulunurken, daha sonraki dönemlerde evlilik uyumunun tekrar yükseldiği gözlenmiştir. Aileyi ziyaret etmenin sıklaşması, evlilik uyumunun artmasıyla ilişkili bulunmuştur. Kadınlarda yaş, aile ile görüşme sıklığı ve evlilik süresinin; erkeklerde ise aile ile görüşme sıklığı ve evlilik süresinin evlilik uyumu ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Demiray, 2006).



Evlilikte çatışmanın ve uyumun bireylerin depresyon düzeyine olan etkisinin incelendiği bir çalışmada, evlilikteki uyum ile evlilik biçimi arasında bir ilişki bulunduğu; görücü usulü ile evlenenlerin anlaşarak evlenenlerden daha yüksek uyum düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. Evlilik uyumu ile çocuk sayısı arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuş; bir ya da iki çocuğu olanların hiç çocuğu olmayanlara kıyasla daha uyumlu olduğu tespit edilmiştir (Kahveci, 2016).

Evlilik uyumu ile kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, evli bireylerin evlilik uyumlarının cinsiyet, yaş, çocuk sayısı ve evlenme biçimi değişkenlerine göre farklılaştığı; eğitim düzeyi, eşler arasındaki yaş farkı, eşler arası akrabalık bağı ve gelir düzeyi değişkenlerine göre ise farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Tolan, 2015).

Evlilikle ilgili önemli değişkenlerden biri de evlenme biçimidir. Evlenme biçimi, kültürden kültüre farklılıklar göstermektedir. Bireyselliğin ön planda olduğu Batı toplumlarında, aşkı, yakınlığı ve evlilikte eşitliği temsil eden anlaşarak evlenme türü daha yaygındır (Hortaçsu, 1999). Türkiye'nin de içinde bulunduğu geleneksel değerlerine bağlı doğu toplumlarında ise, anlaşarak evlenmenin yanı sıra, ailelerin çocukları adına eşlerini seçtikleri görücü usulü ve kan bağı olan kişilerle yapılan akraba evliliği gibi batı toplumlarında pek rastlanmayan bazı evlilik biçimleri de mevcuttur (aktaran Şendil ve Korkut, 2008). Şendil ve Korkut (2008) tarafından evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelendiği çalışmanın sonuçları düşük eğitim ve düşük ekonomik seviyeye sahip bireylerin çift uyumlarının düşük olduğunu ve anlaşarak evlenen çiftlerin, çift uyumlarının görücü usulü ile evlenenlere göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Evlilik uyumunun sosyo-demografik değişkenlerin yanı sıra farklı değişkenlerle de ilişkili olduğu bilinmektedir. Empatik eğilim bu değişkenlerden biridir. Rogers'ın (1970) tanımıyla empati; bir insanın kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun düşüncelerini doğru olarak anlama, duygularını hissetme ve bu durumu ona anlatma sürecidir. Eşler arasındaki ilişkide önemli bir etken olan empatik eğilim, çiftlerden birinin, ötekinin duygularını ve düşüncelerini doğru bir şekilde anlama becerisidir (Soylu ve Kağnıcı, 2015). Tutarel Kışlak ve Çabukça yaptıkları çalışmada demografik değişkenler ile empatinin evlilik uyumunu yordamadaki katkılarını araştırmış ve cinsiyete bağlı olarak empati puanları arasında fark olup olmadığına bakılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda, empatinin evlilik uyumunu yordayan anlamlı bir değişken

olduğu, empatiyle eşler arasındaki ilişkinin niteliği arasında olumlu bağlantının olduğu ve empati puanlarının cinsiyete bağlı olarak değişmediği belirlenmiştir (aktaran Erbek ve ark, 2005).

Evlilik uyumu ile ilişkili olduğu düşünülen bir diğer değişken ise, *aile içi iletişimidir*. Aile içi iletişim, aile bireylerinin birbirleri ile etkileşim halinde olmaları durumudur. “Etkilibir iletişimin, ailede kişilerin birbirlerini daha iyi tanımalarına, kaynakların kullanımında beraberliğin sağlanmasına, davranışlarda koordinasyona, amaçların belirlenmesine, kişilerin kendilerine ve diğer kişilere saygı duymalarına olanak sağladığı belirtilmektedir” (aktaran Soylu ve Kağnıcı, 2015).

Evlilikteki uyumun en belirleyici faktörlerinden biri, eşler arasında sağlıklı bir iletişimin olmasıdır. Sağlıklı kurulan iletişim yolu ile eşler birbirlerine karşı duygusal, toplumsal, cinsel vb. taleplerini ileterek, yaşanması olası problemlerin büyümeden ortadan kalkmasını sağlayabilirler. Eşlerin karşılıklı etkileşim içinde olmaları, birbirlerinin beklentilerini doğrudan öğrenerek, bu doğrultuda uyumlu bir evlilik yolunda ilerleyebilmelerine olanak tanır. Birbirleri ile yetersiz iletişim içerisinde olan eşler ise karşılıklı olarak beklentilerini sunamamaları ve sorunlarını çözememelerinden kaynaklı evliliklerinde uyum bozukluğu yaşarlar. Bu durumda evliliği sürdürmek oldukça güçleşir.

Evlilik uyumu ile ilişkilendirilen diğer değişken ise, *çatışma çözme stilleridir*. Evlilikte yaşanan uyumsuzluğun empatik eğilim ve aile içi iletişim dışında çatışma çözme becerilerindeki yetersizlikten de kaynaklanabildiğine dair bulgular elde edilmiştir. Çatışma çözme stilleri, evlilik ilişkisinde eşlerin karşılaştıkları sorunları ele alma şekli olarak tanımlanmaktadır (Cann ve ark, 2007). Ersanlı ve Kalkan’a (2008) göre, yapıcı biçimde iletişim tarzı kuramayan ve çatışma çözme davranışlarını bilmeyen çiftlerin evliliklerinde uyum bozukluğu yaşamaları kaçınılmazdır.

### **1.3.3. Evlilik Uyumu ve Aleksitimi Arasındaki İlişki**

Aleksitimi ile evlilik uyumu ilişkisinin araştırıldığı sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bunlardan bazılarında bu bölümde yer verilmektedir.

Yakın ilişkilerde aleksitimi ile çift uyumu arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada 84 çifte Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Çift Uyum Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmacılar bu çalışma sonunda hem erkekler hem de kadınlar için aleksitiminin çift

uyumuyla negatif bir ilişkisi olduğunu saptamışlardır.Şöyle ki, aleksitimi değerleri yüksek bulunan kadın ve erkeklerde düşük evlilik uyumuna rastlandığı belirtilmektedir. Ayrıca, erkeğin aleksitimik oluşu kadının çift uyumunu olumsuz anlamda etkilerken, kadının aleksitimik oluşunun erkeğin çift uyumunu etkilemediği görülmüştür (Eid ve Boucher, 2012).

Epözdemir (2012) tarafından yapılan bir çalışmada ise aleksitimik özelliklerin evli çiftlerin evlilik uyumu üzerindeki etkisi incelenmiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda aleksitiminin evlilik uyumunun yordayıcısı olduğu bulgusu elde edilmiştir. Buna ek olarak, kadınlarda görülen aleksitimik özelliklerin kendi ve eşlerinin evlilik uyumlarının yordayıcısı olduğu, aynı zamanda erkeklerde görülen aleksitimik özelliklerin de kendi ve eşlerinin evlilik uyumlarının yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yelsma ve Marrow'un (2009), 66 çift üzerinde duygusal ifade gücü ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada katılımcılara Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Çift Uyum Ölçeği uygulanmıştır. Bu araştırma sonucunda, kadının ve erkeğin duygularını ifade etmede güçlük yaşamalarının, kendi ve eşinin evlilik doyumunun düşmesine neden olduğu tespit edilmiştir.

Travmatik beyin yaralanması geçiren 47 hasta ve partneri üzerinde yapılan çalışmada, aleksitiminin ilişki kalitesi ve doyum üzerindeki etkisi incelenmiştir. Katılımcılara Toronto Aleksitimi Ölçeği, Evlilik Doyum Ölçeği ve Çift Uyum Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonunda, travmatik beyin yaralanması geçiren hastalar ile sağlıklı partnerlerinin ilişkilerinin kalitesi ve doyumlarına dair görüşlerinde anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Hasta bireyler partnerleri ile ilişki problemlerinin düşük, doyumlarının yüksek olduğunu bildirirken, sağlıklı partnerleri ise beyin yaralanmasının yol açtığı aleksitimik özelliklerin partnerleri ile olan ilişkilerindeki kaliteyi, uyumu, fikir birliğini ve bağlılığı azalttığını bildirmişlerdir (Williams & Wood, 2013).

### **1.3.5. Evlilik Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki**

Evli bireylerde güvenli bağlanma ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu bilinmektedir. Genel olarak, yakın ilişkilerinde güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin, hem kaygılı-kararsız, hem de kaçınan bağlanma stiline sahip bireylere göre

ilişkiye bağlılık, uyum ve doyumlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Evlilik uyumu ile demografik özellikler, eşlerin bağlanma özellikleri, mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada, evlilikte sorunlar yaşayan çiftlerde kadın ve erkeğin birbirlerini daha az güvenilir buldukları, kadınların erkekleri ‘ilişki içinde kopuk ve kontrolcü’, erkeklerin ise kadınları ‘bağımlı’ olarak niteledikleri bulunmuştur. Bu çiftlerde kadınların bağlanma stillerinde kaçınma ve kaygı boyutlarının öne çıktığı, erkeklerde ise kaçınma boyutunun yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Taycan ve Kuruoğlu, 2014).

Aile içi eşler arası şiddet ile yetişkin bağlanma stilleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkilerin incelendiği bir diğer çalışmada, şiddet uygulama ve şiddete maruz kalma ile saplantılı bağlanma stili arasında ilişki bulunmuştur. Saplantılı bağlanma stili olan bireylerin şiddet uygulama eğilimi güvenli bağlanma stiline sahip bireylerden yüksek bulunmuştur. Yine saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin eşlerinden daha fazla şiddete maruz kaldıklarından bahsedilmektedir. Evlilik uyumu ve eş şiddeti arasındaki ilişkiye bakıldığında, evlilik uyumunun düşük olması ile eş şiddeti arasında anlamlı sonuçlar bulunmuştur. Benzer sonuçlar bağlanma stilleri ile evlilik uyumu ilişkisinde de görülmüştür. Buna göre, saplantılı bağlanma stili ile evlilik uyumu arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Evlilik uyumu ile anne ve babaya benzerlik incelenmiş ve bunun sonucunda kişinin, çocukluğunda kök ailesinde ebeveynleri arasında deneyimlediği evliliğe benzer evlilik ilişkisi kurduğu görülmüştür (Bozkurt, 2014).

Bir başka çalışmada da evli bireylerin bağlanma stilleri ve bazı sosyodemografik değişkenlere göre (cinsiyet, eğitim düzeyi, evlilik süresi, çocuk sayısı) göre evlilik uyumu ve aldatma eğilimlerinin değişip değişmediği incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, farklı bağlanma stillerine sahip olan çiftlerin evlilik uyumları ve aldatma eğilimleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Evlilik süresinin evlilik uyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmezken, evlilik süresine göre aldatma eğiliminin anlamlı olarak farklılaşmakta olduğu saptanmıştır. Evliliğin ilk yıllarında (0-5) ve 20 yılın üstü evliliklerde aldatma eğilimi anlamlı olarak artmaktadır (Çavuşoğlu, 2011).

Başka bir çalışmada ise, güvenli bağlanma stiline sahip olan çiftlerin ilişkilerini eşitlikçi bir ilişki olarak tanımlama eğiliminde olduklarını görülmektedir. Bu

araştırma sonuçlarına göre, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin yüksek evlilik uyumuna, kaygılı- kararsız bağlanma stiline sahip bireylerin ise düşük evlilik uyumuna sahip kişiler olduğu bulunmuştur (aktaran Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Lussier ve arkadaşları (1997) tarafından yürütülen bir çalışmada da eşleri kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip olan bireylerin evlilik doyumlarının düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer çalışmada ise, hem kaçınan hem de kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip olan bireylerin evlilik sürecinden yeterince doyum sağlayamadıkları ve eşleriyle aralarındaki uyumun da düşük olduğu görülmüştür (aktaran Solmuş, 2003).

Tüm bu çalışmalardan hareketle, güvenli bağlanma stilinin yüksek evlilik uyumunu, kaçınan ve kaygılı/kararsız bağlanma stillerinin ise düşük evlilik uyumunu yordadığı sonucuna varmak mümkündür.

#### **1.4. Araştırmanın Amacı**

Evlilik ilişkisindeki uyum, ailenin ve toplumsal uyumun zeminini oluşturur. Bu ilişkilerin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi için ilişkiyi etkileyen faktörlerin belirlenmesi büyük önem taşımaktadır.

Bu araştırmanın temel amacı, evli bireylerin kendilerinin ve eşlerinin bağlanma stilleri ve aleksitimi düzeylerinin evlilik uyumu üzerindeki yordama gücünü araştırmaktır. Ayrıca, bu çalışmada bağlanma stilleri, aleksitimi düzeyi ve evlilik uyumunun cinsiyet, yaş, evlilik süresi, evlilik kararı gibi bağımsız değişkenlere göre farklılaşma gösterip göstermediğinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Bu çalışmada evlilik uyumunun bağlanma stili, aleksitimik özellikler ve diğer sosyo-demografik değişkenler ile birlikte değerlendirilmesiyle daha önceden çalışılmamış bir konuda literatüre katkı yapılması amaçlanmaktadır.

#### **1.5. Araştırmanın Önemi**

Literatüre bakıldığında bağlanma stili ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelendiği birçok çalışmaya rastlamak mümkün iken, çok az sayıda aleksitimik özellikler ile evlilik uyumunun araştırıldığı çalışmanın bulunduğu görülmektedir. Bu çalışma, daha önce yapılan çalışmalarda rastlanmayan bir biçimde evlilik uyumunu hem bağlanma stili hem de aleksitimik özellikler açısından ele almakta ve çeşitli demografik

özelliklerle ilişkisinin olup olmadığını araştırmaktadır. Bu araştırmanın bir diğer önemli özelliği ise, çalışmaya çiftlerden her ikisinin birlikte katılmış olmasıdır. Böylece, hem çalışmanın sağlıklı sonuç vermesi için eşit sayıda kadın ve erkek katılımcıya ulaşılmış, hem de evlilik uyumunun algılanma biçiminin cinsiyet açısından farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

Evlilik uyumu ve yordayıcılarının araştırıldığı bu çalışma sonucunda elde edilecek bulguların, aile danışmanlığı ve çift terapileri alanında karşılaşılan problemlere müdahale noktasında katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **1.6. Problem Cümlesi**

“Evlili bireylerin bağlanma stilleri ve aleksitimi düzeyleri evlilik uyumlarının anlamlı bir yordayıcısı mıdır?” sorusu araştırmanın temel problemini oluşturmaktadır. Ayrıca, evlili bireylerin bağlanma stilleri, aleksitimi düzeyleri ve evlilik uyumlarının cinsiyet, yaş, evlenme yaşı, evlilik süresi, evlilik kararı, eğitim durumu, ekonomik durum, çalışma durumu gibi bağımsız değişkenlere göre farklılaşma gösterip göstermediği sorgulanacaktır.

### **1.7. Araştırmanın Hipotezleri**

**H<sub>1</sub>:**Çift Uyum Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteritoplam ve alt boyut puanları, evlili çiftlerde kadın ve erkeklerin çalışma durumları, eşlerinin çalışma durumları, evlilik süreleri, ekonomik durumları, yaşları, evlenme yaşları, çocuk sayıları, evlilik kararları, eğitim durumları ve eşlerinin eğitim durumlarına göre farklılık gösterir.

**H<sub>2</sub>:**Kadınların aleksitimipuanları, çift uyum puanlarının yordayıcısıdır.

**H<sub>3</sub>:**Erkeklerin aleksitimipuanları, çift uyum puanlarının yordayıcısıdır.

**H<sub>4</sub>:**Kadınların aleksitimi puanları, erkeklerin çift uyum puanlarının yordayıcısıdır.

**H<sub>5</sub> :** Erkeklerin aleksitimi puanları, kadınların çift uyum puanlarının yordayıcısıdır

**H<sub>6</sub>:**Kadınların bağlanma stilleri, çift uyum puanlarının yordayıcısıdır.

**H<sub>7</sub>**:Erkeklerin bağlanma stilleri,çift uyum puanlarının yordayıcısıdır.

**H<sub>8</sub>**: Kadınların bağlanma stilleri, aleksitimi puanlarının yordayıcısıdır.

**H<sub>9</sub>**:Erkeklerin bağlanma stilleri, aleksitimi puanlarının yordayıcısıdır.

## II.BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 2.1. Katılımcılar

Çalışmanın katılımcıları yalnızca evli bireylerden oluşmaktadır. Araştırma grubu, İstanbul'un çeşitli ilçelerinde yaşayan 18 yaş üstü bireyler ve eşlerinin gönüllü katılımları ile gerçekleşmiştir. İlk aşamada 200 çifte form doldurulması için verilmiş, ancak bunların 82 tanesinden geri dönüş alınamamıştır. 118 çift anketinden 27 tanesi tek eş tarafından doldurulduğu için örneklem grubundan çıkarılmıştır. Veri girişi sırasında çok fazla sayıda maddeyi boş bırakan ve özensiz doldurulmuş formlar da çıkarıldıktan sonra 79 kadın, 79 erkek olmak üzere toplamda 158 kişi (79 çift) bu çalışmaya katılmıştır.

#### 2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların demografik özelliklerini içeren kişisel bilgi formu, aleksitimik özelliklerini ölçmek için Toronto Aleksitimi Ölçeği, evlilik uyumlarını ölçmek için Çift Uyum Ölçeği ve bağlanma stillerini ölçmek için Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterikullanılmıştır.

##### 2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından oluşturulan bu formda katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin 13 soru yer almaktadır. Bu sorular cinsiyet, yaş, evlenme yaşı, evlilik sayısı, evlilik süresi, çocuk sayısı, evlilik kararı, eğitim durumu ve çalışma durumu gibi bilgilerden oluşmaktadır. Bu formda katılımcının kimliğine dair bilgiler yer almamaktadır.

##### 2.2.2. Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20)

TAÖ, Bagby ve arkadaşları (1994) tarafından bireylerin aleksitimik özelliklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş, yirmi maddelik, beş dereceli Likert türü puanlanan bir öz



bildirim ölçeğidir. Duyguları Tanımada Güçlük (TAÖ-1), Duyguları Söze Dökmede Güçlük (TAÖ-2) ve Dışa Dönük Düşünme (TAÖ-3) alt ölçekleri vardır (Güleç, 2009).

Birinci alt ölçek (TAÖ-1) yedi maddeden (1, 3, 6, 7, 9, 13 ve 14. maddeler) oluşmakta olup, duyguları tanıma ve onları duygusal uyarılmaların neden olduğu bedensel duyumlardan ayırt edebilme yetisi ile ilgilidir. İkinci alt ölçek (TAÖ-2) beş maddeden (2, 4, 11, 12 ve 17. maddeler) oluşmakta olup, duyguların başkalarına aktarılmasındaki güçlük ile ilgilidir. Üçüncü alt ölçek (TAÖ-3) ise sekiz maddeden (5, 8, 10, 15, 16, 18, 19 ve 20. maddeler) oluşmaktadır ve dışadönük bilişsel bir yapının varlığı, içedönük düşünme ve imgelem gücünün zayıflığını ölçmektedir.

Her madde için “Hiçbir zaman”, “Nadiren”, “Bazen” ve “Her zaman” seçenekleri bulunmaktadır ve bireylerden kendileri için en uygun olan seçeneği işaretlemesi istenmektedir. Puanlama yapılırken 4, 5, 10, 18 ve 19. maddeler ters şekilde puanlandırılır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan ise 100'dür. Yüksek puanlar, yüksek aleksitimik seviyeyi göstermektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması ve güvenilirlik geçerlik çalışması Güleç ve arkadaşları (2009) tarafından yapılmıştır. Yapılan geçerlik güvenilirlik çalışmasında kesme puanı 61 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan 61 ve üzeri puanlar aleksitiminin varlığını göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alfa değeri ,78, alt ölçeklerin ise sırasıyla ,80, ,57 ve ,63 olarak bulunmuştur.

### **2.2.3. ÇiftUyum Ölçeği**

Çift Uyum Ölçeği, Spanier (1976) tarafından evli veya birlikte yaşayan çiftlerin ilişkilerinin niteliğini algılayış biçimlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş, 32 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Bu ölçek dört alt ölçekten oluşmaktadır: (a) Eşler Arası Doyum (dyadic satisfaction) alt ölçeği; negatif ve pozitif düşünce modelleri ile pozitif ve aversif iletişimi sorgulayan 10 maddeden (16-23, 31, 32. maddeler); (b) Eşler Arası Bağlılık (dyadic cohesion) alt ölçeği; birlikte geçirilen zamanı ve konuşmaları anlatan 5 maddeden (24-28); c) Eşler Arası Fikir Birliği (dyadic consensus) alt ölçeği; evlilik ilişkisindeki temel konular hakkındaki anlaşma düzeyini gösteren 13 maddeden (1-3, 5, 7-15. maddeler); d) Duygusal İfade (affectional expression) alt ölçeği; sevgi gösterme şekillerinde anlaşma ve sevgi gösteren davranışları yapmayı içeren 4 maddeden (4, 6, 29 ve 30. maddeler) oluşmaktadır. Ölçekte bulunan maddeler beş, altı ve yedi dereceli

Likert türü (Her zaman- Hiçbir zaman), iki madde ise “evet” veya “hayır” şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 151’dir. Ölçek toplam puanının yüksek oluşu, eşlerin ilişkilerini daha uyumlu olarak algıladıklarını göstermektedir (Spanier, 1976; Fıfıloğlu, 1992; Fıfıloğlu ve Demir, 2000). Ölçeğin Cronbach alfa değerinin ,96, alt ölçeklerin ise ,73 ile ,94 arasında değiştiği bulunmuştur. Ayrıca, ölçeğin yeterli içerik ve yapı geğerliğine sahip olduğu belirtilmiştir (Spanier, 1976).

Ölçeğin Türkçe uyarlaması ve güvenilirlik geçerlik çalışması Fıfıloğlu ve Demir (2000) tarafından yapılmıştır. Yapılan geçerlik güvenilirlik çalışması sonucu ölçeğin iç tutarlılığı ,92, iki-yarım test güvenilirliği ,86 olarak hesaplanmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda ise, ölçeğin yapı geğerliğinin orijinali ile uyumlu olduğu bulunmuştur.

#### **2.2.4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri**

Brennan, Clark ve Shaver (1998) tarafından geliştirilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, yetişkin bağlanma biçimlerini ölçmektedir. “Kaygı” ve “kaçınma” alt boyutları bulunan ölçek, her boyut için 18 madde olmak üzere toplamda 36 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılar her madde için kendilerine en uygun olan cevabı yedi dereceli Likert tipi ölçek üzerinde belirtirler (1= hiç katılmıyorum, 7=kesinlikle katılıyorum).

Ölçekteki 3., 15., 19., 22., 25., 27., 29., 31., 33. ve 35. maddelerin ters şekilde puanlandırılır. Ölçeğin kaçınma boyutu tek sayılı maddelerin ortalaması alınarak, kaygı boyutu ise çift sayılı maddelerin ortalaması alınarak belirlenmektedir (Sümer, 2006). Ölçeğin her bir alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 18, en yüksek puan 126’ dır. Puan arttıkça kaçınmacı bağlanma veya kaygılı bağlanma da artmaktadır. Ölçekte her iki boyuttan da düşük puan alınması ‘güvenli’; her iki boyuttan da yüksek puan alınması ‘korkulu’; kaygı boyutundan yüksek kaçınma boyutundan düşük puan alınması ‘saplantılı’; kaygı boyutundan düşük kaçınma boyutundan yüksek puan alınması ise ‘kayıtsız’ bağlanma stili olarak değerlendirilmektedir.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması ve güvenilirlik geçerlik çalışması Sümer (2006) tarafından yapılmıştır. Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı kaçınma boyutu için ,90, kaygı boyutu için ise ,86 olarak bulunmuştur.

## III.BÖLÜM

### BULGULAR

Araştırmanın yapılan veri analizi sonucu elde edilen sayı ve yüzde dağılımı tablosu, betimleyici istatistiksel tabloları, t testi tabloları, varyans analizi tabloları ve regresyon tabloları bu başlık altında verilmektedir.

**Tablo 1: Araştırmanın Sosyo-Demografik Değişkenlerinin Sayı ve Yüzde Dağılımı**

Değişkenler		Kadınlar		Erkekler	
		n	%	n	%
Yaş Grupları	30 Yaş ve Altı	28	35,4	17	21,5
	31-40 Yaş Arası	29	36,8	27	34,2
	41 Yaş ve Üzeri	22	27,8	35	44,3
<b>Toplam</b>		79	100,0	79	100,0
Eşlerin Yaş Grupları	30 Yaş ve Altı	16	20,3	26	32,9
	31-40 Yaş Arası	28	35,4	31	39,3
	41 Yaş ve Üzeri	35	44,3	22	27,8
<b>Toplam</b>		79	100,0	79	100,0
Evlilik Yaş Grupları	20 Yaş Altı	17	21,5	2	2,5
	20-24 Yaş Arası	47	59,5	29	36,7
	25-29 Yaş Arası	14	17,7	41	51,9
	30 Yaş ve Üzeri	1	1,3	7	8,9
<b>Toplam</b>		79	100,0	79	100,0
Evlilik Süresi	5 Yıl Altı	21	26,6	21	26,6
	5-9 Yıl	9	11,4	9	11,4
	10-14 Yıl	11	13,9	11	13,9
	15-19 Yıl	11	13,9	11	13,9
	20-24 Yıl	14	17,7	15	19,0
	25 Yıl ve Üzeri	13	16,5	12	15,2
<b>Toplam</b>		79	100,0	79	100,0
Evlilik Kararı	Sadece Kendi İsteğiyle	29	36,7	40	50,6
	Ailesinin İsteğiyle	6	7,6	1	1,3
	Kendisi ve Ailesinin İsteğiyle	44	55,7	38	48,1
<b>Toplam</b>		79	100,0	79	100,0
Eğitim Durumu	İlkokul	8	10,1	5	6,3
	Ortaokul	8	10,1	8	10,1
	Lise	31	39,2	24	30,4
	Üniversite	27	34,2	35	44,3
	Yüksek Lisans/Doktora	5	6,3	7	8,9
<b>Toplam</b>		79	100,0	79	100,0
Çalışma Durumu	Çalışıyor	23	29,1	73	92,4
	Çalışmıyor	56	70,9	6	7,6
<b>Toplam</b>		79	100,0	79	100,0
Ekonomik Durum	Düşük	1	1,3	3	3,8
	Orta	65	82,3	64	81,0
	Yüksek	13	16,5	12	15,2
<b>Toplam</b>		79	100,0	79	100,0
Çocuk Sayısı		<b>n</b>		<b>%</b>	

	Çocuğu olmayanlar	14	17,7
	1	15	19,0
	2	32	40,5
	3	14	17,7
	4	4	5,1
<b>Toplam</b>		79	100,0

Çalışmaya 79 evli çift katılmıştır. Kadın katılımcılar arasında 30 yaş ve altı 28 kişi (%35,4), 31-40 yaş arası 29 kişi (%36,8), 41 yaş ve üzeri 22 kişi (%27,8) bulunmaktadır. Erkek katılımcılar arasında ise 30 yaş ve altı 17 kişi (%21,5), 31-40 yaş arası 27 kişi (%34,2), 41 yaş ve üzeri 35 kişi (%44,3) bulunmaktadır.

Kadın katılımcılar arasında eşinin yaşını 30 yaş ve altı olarak bildiren 16 kişi (%20,3), 31-40 yaş arası olarak bildiren 28 kişi (%35,4), 41 yaş ve üzeri olarak bildiren 35 kişi (%44,3) bulunmaktadır. Erkek katılımcılar arasında ise eşinin yaşını 30 yaş ve altı olarak bildiren 26 kişi (%32,9), 31-40 yaş arası olarak bildiren 31 kişi (%39,3), 41 yaş ve üzeri olarak bildiren 22 kişi (%27,8) kişi bulunmaktadır.

Kadın katılımcıların arasında 20 yaşından önce evlenen 17 kişi (%21,5), 20-24 yaşları arasındayken evlenen 47 kişi (%59,5), 25-29 yaşları arasındayken evlenen 14 kişi (%17,7), 30 yaşında veya sonrasında evlenen 1 kişi (%1,3) bulunmaktadır. Erkek katılımcıların arasında ise 20 yaşından önce evlenen 2 kişi (%2,5), 20-24 yaşları arasındayken evlenen 29 kişi (%36,7), 25-29 yaşları arasındayken evlenen 41 kişi (%51,9), 30 yaşında veya sonrasında evlenen 7 kişi (%8,9) bulunmaktadır.

Kadın katılımcılar arasında evlilik süresi 5 yılın altında olan 21 kişi (%26,6), 5-9 yıl olan 9 kişi (%11,4), 10-14 yıl olan 11 kişi (%13,9), 15-19 yıl olan 11 kişi (%13,9), 20-24 yıl olan 14 kişi (%17,7), 25 yıl veya üzeri olan 13 kişi (%16,5) bulunmaktadır. Erkek katılımcılar arasında ise evlilik sürelerini 5 yılın altı 21 kişi (%26,6), 5-9 yıl 9 kişi (%11,4), 10-14 yıl 11 kişi (%13,9), 15-19 yıl olarak 11 bildiren kişi (%13,9), 20-24 yıl 15 kişi (%19), 25 yıl veya üzeri 12 kişi (%15,2) bulunmaktadır.

Kadın katılımcılar arasında evlilik kararını sadece kendi isteği ile alan 29 kişi (%36,7), ailesinin isteği ile alan 6 kişi (%7,6), hem kendi hem de ailesinin isteği ile alan 44 kişi (%55,7) bulunmaktadır. Erkek katılımcılar arasında ise evlilik kararını sadece kendi isteği ile alan 40 kişi (%50,6), ailesinin isteği ile alan 1 kişi (%1,3), hem kendi hem de ailesinin isteği ile alan 38 kişi (%48,1) bulunmaktadır.

Kadın katılımcılar arasında ilkökul mezunu 8 kişi (%10,1), ortaokul mezunu 8 kişi (%10,1), lise mezunu 31 kişi (%39,2), üniversite mezunu 27 kişi (%34,2), yüksek

lisans/doktora mezunu 5 kişi (%6,3) bulunmaktadır. Erkek katılımcılar arasında ise ilkokul mezunu 5 kişi (%6,3), ortaokul mezunu 8 kişi (%10,1), lise mezunu 24 kişi (%30,4), üniversite mezunu 35 kişi (%44,3), yüksek lisans/doktora mezunu 7 kişi (%8,9) bulunmaktadır.

Kadın katılımcılar arasında 23 kişi (%29,1) çalıştığını, 56 kişi (%70,9) çalışmadığını bildirmiştir. Erkek katılımcılar arasında ise 73 kişi (%92,4) çalıştığını, 6 kişi (%7,6) çalışmadığını bildirmiştir.

Kadın katılımcılar arasında ekonomik durumunu düşük seviye olarak bildiren 1 kişi (%1,3), orta seviye olarak bildiren 65 kişi (%82,3), yüksek seviye olarak bildiren 13 kişi (%16,5) bulunmaktadır. Erkek katılımcılar arasında ise ekonomik durumunu düşük seviye olarak bildiren 3 kişi (%3,8), Orta seviye olarak bildiren 64 kişi (%81), Yüksek seviye olarak bildiren 12 kişi (%15,2) bulunmaktadır.

Katılımcılar arasında çocuk sahibi olmayan 14 çift (%17,7), 1 çocuk sahibi olan 15 çift (%19), 2 çocuk sahibi olan 32 çift (%40,5), 3 çocuk sahibi olan 14 çift (%17,7), 4 çocuk sahibi olan 4 çift (%5,1) bulunmaktadır.

**Tablo 2: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutları İçin Betimleyici İstatistiksel Tablo**

Değişkenler	n	En Küçük Değeri	En Büyük Değeri	Ortalama	Standart Sapma
ÇUÖ Toplam Puanı	79	46,00	142,00	111,65	20,84
TAÖ Toplam Puanı	79	8,00	79,00	47,75	10,80
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	79	6,00	27,00	14,71	4,93
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	79	2,00	22,00	11,92	3,40
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	78	13,00	35,00	21,38	4,27
YİYE Toplam Puanı	79	66,00	198,00	134,03	34,01
YİYE Kaçınma Alt boyutu	79	26,00	108,00	66,94	23,83
YİYE Kaygı Alt boyutu	79	33,00	103,00	70,84	17,95

Kadınlarda ÇUÖ toplam puanı 46-142 puan aralığında (Ortalama=111,65±20,84 puan), TAÖ toplam puanı 8-79 puan aralığında (Ortalama=47,75±10,80 puan), TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puanı 6-27 puan aralığında (Ortalama=14,71±4,93 puan), TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puanı 2-22 puan aralığında (Ortalama=11,92±3,40 puan), TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puanı 13-35 puan aralığında (Ortalama=21,38±4,27 puan), YİYE toplam puanı 66-198 puan aralığında (Ortalama=134,03±34,01 puan), YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puanı 26-108 puan aralığında (Ortalama=66,94±23,83 puan), YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puanı 33-103 puan aralığında (Ortalama=70,84±17,95 puan) bulunmuştur.

**Tablo 3: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutları İçin Betimleyici İstatistiksel Tablo**

Değişkenler	N	En Küçük Değeri	En Büyük Değeri	Ortalama	Standart Sapma
ÇUÖ Toplam Puanı	79	49,00	144,00	114,25	19,07
TAÖ Toplam Puanı	78	27,00	88,00	49,26	10,47
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	78	3,00	35,00	14,29	5,38
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	78	5,00	25,00	12,46	3,84
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	78	13,00	34,00	22,50	4,57
YİYE Toplam Puanı	79	51,00	208,00	133,92	36,15
YİYE Kaçınma Alt boyutu	79	19,00	113,00	67,09	23,64
YİYE Kaygı Alt boyutu	79	26,00	133,00	70,96	19,19

Erkeklerde ÇUÖ toplam puanı 49-144 puan aralığında (Ortalama=114,25±19,07 puan), TAÖ toplam puanı 27-88 puan aralığında (Ortalama=49,26±10,47 puan),TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyututoplam puanı 3-35 puan aralığında (Ortalama=14,29±5,38 puan), TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyututoplam puanı 5-25 puan aralığında (Ortalama=12,46±3,84 puan), TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puanı 13-34 puan aralığında (Ortalama=22,50±4,57 puan), YİYE toplam puanı 51-208 puan aralığında (Ortalama=133,92±36,15 puan), YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puanı 19-113 puan aralığında (Ortalama=67,09±23,64 puan), YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puanı 26-133 puan aralığında (Ortalama=70,96±19,19 puan) bulunmuştur.

**Tablo 4: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Çalışma Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Çalışma Durumu	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
ÇUÖ Toplam Puanı	Çalışıyor	73	114,90	19,228	1,059	77	,293
	Çalışmıyor	6	106,33	16,317			
TAÖ Toplam Puanı	Çalışıyor	73	49,91	10,399	2,183	76	,032
	Çalışmıyor	5	39,60	6,308			
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Çalışıyor	73	14,60	5,269	1,965	76	,053
	Çalışmıyor	5	9,80	5,585			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Çalışıyor	73	12,58	3,908	1,121	76	,266
	Çalışmıyor	5	10,60	2,190			
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Çalışıyor	73	22,72	4,562	1,687	76	,096
	Çalışmıyor	5	19,20	3,701			
YİYE Toplam Puanı	Çalışıyor	73	134,63	35,726	,603	77	,548
	Çalışmıyor	6	125,33	43,761			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Çalışıyor	73	67,02	23,392	-,080	77	,937
	Çalışmıyor	6	67,83	28,881			
YİYE Kaygı Alt boyutu	Çalışıyor	73	71,71	19,195	1,216	77	,228
	Çalışmıyor	6	61,83	18,247			

Erkekler üzerinde yapılan araştırmada; çalışan ve çalışmayan bireylerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=1,059$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(76)=2,183$ ;  $p<0,05$ . Çalışan bireylerin TAÖ toplam puan ortalamaları çalışmayanlardan daha yüksektir. Çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76)=1,965$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76)=1,121$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76)=1,687$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=0,603$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=-0,080$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=1,216$ ;  $p>0,05$ .



**Tablo 5: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Çalışma Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Çalışma	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
ÇUÖ Puanı	Çalışıyor	23	112,30	24,305	,179	77	,858
	Çalışmıyor	56	111,37	19,474			
TAÖ Toplam Puanı	Çalışıyor	23	45,43	9,282	-1,224	77	,225
	Çalışmıyor	56	48,69	11,302			
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Çalışıyor	23	14,47	5,358	-,265	77	,792
	Çalışmıyor	56	14,80	4,791			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Çalışıyor	23	11,73	2,397	-,308	77	,759
	Çalışmıyor	56	12,00	3,746			
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Çalışıyor	23	19,21	3,813	-3,053	76	,003
	Çalışmıyor	55	22,29	4,148			
YİYE Toplam Puanı	Çalışıyor	23	133,56	31,466	-,077	77	,939
	Çalışmıyor	56	134,21	35,266			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Çalışıyor	23	61,82	24,680	-1,226	77	,224
	Çalışmıyor	56	69,03	23,365			
YİYE Kaygı Alt boyutu	Çalışıyor	23	75,21	16,654	1,399	77	,166
	Çalışmıyor	56	69,03	18,298			

Kadınlar üzerinde yapılan araştırmaya göre çalışan ve çalışmayan bireylerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=0,179$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= -1,224$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=-0,265$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=-0,308$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(76)=-3,053$ ;  $p<0,05$ . Çalışmayan bireylerin TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puanı çalışanlardan daha yüksektir. Çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=-0,077$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= -1,226$ ;  $p>0,05$ . Çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= 1,399$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 6: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşin Çalışması Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Eş çalışma durumu	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
ÇUÖ Puanı	Çalışıyor	23	115,82	18,707	,468	77	,641
	Çalışmıyor	56	113,60	19,343			
TAÖ Toplam Puanı	Çalışıyor	23	48,26	12,682	-,540	76	,590
	Çalışmıyor	55	49,67	9,500			
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Çalışıyor	23	13,65	6,813	-,679	76	,499
	Çalışmıyor	55	14,56	4,709			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Çalışıyor	23	13,08	5,008	,783	30,086	,440
	Çalışmıyor	55	12,20	3,256			
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Çalışıyor	23	21,52	4,088	-1,225	76	,224
	Çalışmıyor	55	22,90	4,738			
YİYE Toplam Puanı	Çalışıyor	23	128,86	35,164	-,794	77	,429
	Çalışmıyor	56	136,00	36,661			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Çalışıyor	23	61,00	24,633	-1,478	77	,143
	Çalışmıyor	56	69,58	22,970			
YİYE Kaygı Alt boyutu	Çalışıyor	23	71,69	19,160	,216	77	,829
	Çalışmıyor	56	70,66	19,373			

Erkekler üzerinde yapılan çalışmada; eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=0,468$ ;  $p>0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76)= -0,540$ ;  $p>0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76)= -0,679$ ;  $p>0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(30,086)=0,783$ ;  $p>0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76)=-1,225$ ;  $p>0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=-0,794$ ;  $p>0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=-1,478$ ;  $p>0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=0,216$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 7: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşin Çalışması Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Eşin Çalışması	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
ÇUÖ Puanı	Çalışıyor	73	112,47	19,773	1,245	77	,217
	Çalışmıyor	6	101,50	31,785			
TAÖ Toplam Puanı	Çalışıyor	73	47,61	10,346	-,372	77	,711
	Çalışmıyor	6	49,33	16,561			
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Çalışıyor	73	14,79	4,904	,536	77	,593
	Çalışmıyor	6	13,66	5,609			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Çalışıyor	73	11,80	3,277	-1,058	77	,293
	Çalışmıyor	6	13,33	4,760			
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Çalışıyor	72	21,30	3,963	-,332	5,235	,753
	Çalışmıyor	6	22,33	7,501			
YİYE Toplam Puanı	Çalışıyor	73	135,26	33,681	1,128	77	,263
	Çalışmıyor	6	119,00	37,555			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Çalışıyor	73	67,50	23,226	,740	77	,462
	Çalışmıyor	6	60,00	32,006			
YİYE Kaygı Alt boyutu	Çalışıyor	73	71,53	17,932	1,210	77	,230
	Çalışmıyor	6	62,33	17,431			

Kadınlar üzerinde yapılan çalışmaya göre eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 1,245$ ;  $p > 0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -0,372$ ;  $p > 0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 0,536$ ;  $p > 0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -1,058$ ;  $p > 0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(5,235) = -0,332$ ;  $p > 0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 1,128$ ;  $p > 0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 0,740$ ;  $p > 0,05$ . Eşi çalışan ve çalışmayan bireylerin YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 1,210$ ;  $p > 0,05$ .

**Tablo 8: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Ekonomik Durum Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	Gelir Durumu Değişkeni Kategorileri	n	Ortalama	Standart Sapma	F	p
ÇUÖ Toplam Puanı	Düşük	3	106,00	21,071	,730	,485
	Orta	64	113,68	19,929		
	Yüksek	12	119,33	13,186		
	Toplam	79	114,25	19,067		
TAÖ Toplam Puanı	Düşük	3	50,00	17,349	,830	,440
	Orta	63	49,90	10,028		
	Yüksek	12	45,66	11,380		
	Toplam	78	49,25	10,472		
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Düşük	3	12,00	7,810	,509	,603
	Orta	63	14,57	5,384		
	Yüksek	12	13,41	5,071		
	Toplam	78	14,29	5,384		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Düşük	3	17,00	3,464	2,913	,061
	Orta	63	12,49	3,783		
	Yüksek	12	11,16	3,613		
	Toplam	78	12,46	3,843		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Düşük	3	21,00	7,211	,910	,407
	Orta	63	22,84	4,469		
	Yüksek	12	21,08	4,581		
	Toplam	78	22,50	4,574		
YİYE Toplam Puanı	Düşük	3	156,00	7,937	1,578	,213
	Orta	64	130,54	36,666		
	Yüksek	12	146,41	34,465		
	Toplam	79	133,92	36,154		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Düşük	3	86,00	3,000	1,697	,190*
	Orta	64	64,98	23,256		
	Yüksek	12	73,58	26,317		
	Toplam	79	67,08	23,635		
YİYE Kaygı Alt boyutu	Düşük	3	77,00	9,000	1,112	,334
	Orta	64	69,40	20,287		
	Yüksek	12	77,75	12,892		
	Toplam	79	70,96	19,194		

\*Varyanslar homojen değildir,  $p < 0,05$ .

Yapılan araştırmada erkeklerde gelir durumu değişkeni ile ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=0,730$ ;  $p > 0,05$ . Gelir durumu değişkeni ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,75)=0,830$ ;  $p > 0,05$ . Gelir durumu ile TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,75)=0,509$ ;  $p > 0,05$ . Gelir durumu ile TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,75)= 2,913$ ;  $p > 0,05$ . Gelir durumu ile TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel

olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,75)= 0,910$ ;  $p>0,05$ . Gelir durumu ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)= 1,578$ ;  $p>0,05$ . YİYE Kaçınma Alt boyutundavaryanslar homojen olmadığından alternatif olarak robust Welch testi uygulanmıştır. Gelir durumu ile ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır (Welch= 19,040;  $p<0,05$ ). Gelir durumunu düşük olarak bildiren erkeklerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları en düşük, orta olarak bildirenlerinki en yüksektir. Gelir durumu ile YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)= 1,112$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 9: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Ekonomik Durum Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Ekonomik Durum	N	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
ÇUÖ Puanı	Orta	66	110,95	21,847	-,662	77	,510
	Yüksek	13	115,15	14,870			
TAÖ Toplam Puanı	Orta	66	48,56	11,160	1,522	77	,132
	Yüksek	13	43,61	7,815			
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Orta	66	15,27	5,000	2,356	77	,021
	Yüksek	13	11,84	3,460			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Orta	66	12,16	3,532	1,441	77	,154
	Yüksek	13	10,69	2,323			
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Orta	65	21,44	4,301	,283	76	,778
	Yüksek	13	21,07	4,251			
YİYE Toplam Puanı	Orta	66	133,40	33,215	-,361	77	,719
	Yüksek	13	137,15	39,082			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Orta	66	66,13	22,956	-,670	77	,505
	Yüksek	13	71,00	28,524			
YİYE Kaygı Alt boyutu	Orta	66	70,78	18,711	-,053	77	,958
	Yüksek	13	71,07	14,091			

Kadınlar üzerinde yapılan araştırmada; ekonomik durumunu orta seviye ve yüksek seviye olarak bildirenlerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -0,662$ ;  $p > 0,05$ . Ekonomik durumunu orta seviye ve yüksek seviye olarak bildirenlerin TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 1,522$ ;  $p > 0,05$ . Ekonomik durumunu orta seviye ve yüksek seviye olarak bildirenlerin TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(77) = 2,356$ ;  $p < 0,05$ . Ekonomik durumunu orta seviye olarak bildirenlerin TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları yüksek seviye olarak bildirenlerinkinden yüksektir. Ekonomik durumunu orta seviye ve yüksek seviye olarak bildirenlerin TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 1,441$ ;  $p > 0,05$ . Ekonomik durumunu orta seviye ve yüksek seviye olarak bildirenlerin TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = 0,283$ ;  $p > 0,05$ . Ekonomik durumunu orta seviye ve yüksek seviye olarak bildirenlerin YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -0,361$ ;  $p > 0,05$ . Ekonomik durumunu orta seviye ve yüksek seviye olarak bildirenlerin YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -0,670$ ;  $p > 0,05$ . Ekonomik durumunu orta seviye ve yüksek

seviye olarak bildirenlerin YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -0,053$ ;  $p > 0,05$ .

**Tablo 10: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Evlilik Yaş Grubu Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Evlilik Yaşı	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
ÇUÖ Puanı	25yaş ve altı	39	116,58	18,971	1,077	77	,285
	25yaş ve üzeri	40	111,97	19,122			
TAÖ Toplam Puanı	25yaş ve altı	39	50,48	11,085	1,038	76	,302
	25yaş ve üzeri	39	48,02	9,810			
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	25yaş ve altı	39	15,41	5,627	1,858	76	,067
	25yaş ve üzeri	39	13,17	4,951			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	25yaş ve altı	39	12,84	4,170	,883	76	,380
	25yaş ve üzeri	39	12,07	3,4972			
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	25yaş ve altı	39	22,23	4,257	-,517	76	,606
	25yaş ve üzeri	39	22,76	4,912			
YİYE Toplam Puanı	25yaş ve altı	39	136,10	34,009	,526	77	,600
	25yaş ve üzeri	40	131,80	38,443			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	25yaş ve altı	39	68,35	21,701	,469	77	,640
	25yaş ve üzeri	40	65,85	25,597			
YİYE Kaygı Alt boyutu	25yaş ve altı	39	72,10	18,580	,519	77	,605
	25yaş ve üzeri	40	69,85	19,946			

Erkekler üzerinde yapılan araştırmada; evlilik yaşı 24 yaş ve altı ve 25 yaş ve üzeri olan bireylerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 1,077$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik yaşı 24 yaş ve altı ve 25 yaş ve üzeri olan bireylerin TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = 1,038$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik yaşı 24 yaş ve altı ve 25 yaş ve üzeri olan bireylerin TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = 1,858$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik yaşı 24 yaş ve altı ve 25 yaş ve üzeri olan bireylerin TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = 0,883$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik yaşı 24 yaş ve altı ve 25 yaş ve üzeri olan bireylerin TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = -0,517$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik yaşı 24 yaş ve altı ve 25 yaş ve üzeri olan bireylerin YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 0,526$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik yaşı 24 yaş ve altı ve 25 yaş ve üzeri olan bireylerin YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 0,469$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik yaşı 24 yaş ve altı ve 25 yaş ve üzeri olan bireylerin YİYE Kaygı Alt

boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= 0,519$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 11: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Evlilik Yaş Grubu Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Evlilik Yaşı	N	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	P
ÇUÖ Puanı	21 yaş ve altı	31	111,12	21,462	-,176	77	,861
	22 yaş ve üzeri	48	111,97	20,647			
TAÖ Toplam Puanı	21 yaş ve altı	31	49,61	11,059	1,239	77	,219
	22 yaş ve üzeri	48	46,54	10,566			
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	21 yaş ve altı	31	16,38	4,971	2,513	77	,014
	22 yaş ve üzeri	48	13,62	4,638			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	21 yaş ve altı	31	12,03	3,301	,226	77	,822
	22 yaş ve üzeri	48	11,85	3,488			
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	21 yaş ve altı	30	21,90	3,880	,842	76	,403
	22 yaş ve üzeri	48	21,06	4,502			
YİYE Toplam Puanı	21 yaş ve altı	31	143,06	33,419	1,932	77	,057
	22 yaş ve üzeri	48	128,18	33,428			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	21 yaş ve altı	31	71,45	20,966	1,417	72,179	,161
	22 yaş ve üzeri	48	64,02	25,285			
YİYE Kaygı Alt boyutu	21 yaş ve altı	31	75,41	17,917	1,852	77	,068
	22 yaş ve üzeri	48	67,87	17,526			

Kadınlar üzerinde yapılan araştırmada; evlilik yaşı 21 yaş ve altı ve 22 yaş ve üzeri olan bireylerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= -0,176$ ;  $p>0,05$ . Evlilik yaşı 21 yaş ve altı ve 22 yaş ve üzeri olan bireylerin TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= 1,239$ ;  $p>0,05$ . Evlilik yaşı 21 yaş ve altı ve 22 yaş ve üzeri olan bireylerin TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(77)= 2,513$ ;  $p<0,05$ . Evlilik yaşı 21 yaş ve altı olanların TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları 22 yaş ve üzeri olanlardan yüksektir. Evlilik yaşı 21 yaş ve altı ve 22 yaş ve üzeri olan bireylerin TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)=0,226$ ;  $p>0,05$ . Evlilik yaşı 21 yaş ve altı ve 22 yaş ve üzeri olan bireylerin TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76)= 0,842$ ;  $p>0,05$ . Evlilik yaşı 21 yaş ve altı ve 22 yaş ve üzeri olan bireylerin YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= 1,932$ ;  $p>0,05$ . Evlilik yaşı 21 yaş ve altı ve 22 yaş ve üzeri olan bireylerin YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel



olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(72,179)= 1,417$ ;  $p>0,05$ . Evlilik yaşı 21 yaş ve altı ve 22 yaş ve üzeri olan bireylerin YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= 1,852$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 12: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Evlilik Kararı Değişkeni için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Evlilik Kararı	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
ÇUÖ Puanı	Sadece kendi isteğim	41	111,56	19,672	-1,309	77	,194
	Ailemin isteği ve kendi isteğimle	38	117,15	18,203			
TAÖ Toplam Puanı	Sadece kendi isteğim	40	49,87	11,732	,533	76	,596
	Ailemin isteği ve kendi isteğimle	38	48,60	9,071			
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Sadece kendi isteğim	40	14,97	5,627	1,147	76	,255
	Ailemin isteği ve kendi isteğimle	38	13,57	5,091			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Sadece kendi isteğim	40	12,25	3,914	-,496	76	,621
	Ailemin isteği ve kendi isteğimle	38	12,68	3,806			
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Sadece kendi isteğim	40	22,65	4,537	,295	76	,769
	Ailemin isteği ve kendi isteğimle	38	22,34	4,668			
YİYE Toplam Puanı	Sadece kendi isteğim	41	139,24	38,175	1,366	77	,176
	Ailemin isteği ve kendi isteğimle	38	128,18	33,388			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Sadece kendi isteğim	41	69,80	25,324	1,062	77	,292
	Ailemin isteği ve kendi isteğimle	38	64,15	21,618			
YİYE Kaygı Alt boyutu	Sadece kendi isteğim	41	73,73	20,830	1,339	77	,185
	Ailemin isteği ve kendi isteğimle	38	67,9737	17,02698			

Erkekler üzerinde yapılan araştırmada; evlilik kararını sadece kendi isteğiyle veren ve kendi ve ailesinin isteğiyle verenlerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -1,309$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik kararını sadece kendi isteğiyle veren ve kendi ve ailesinin isteğiyle verenlerin TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = 0,533$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik kararını sadece kendi isteğiyle veren ve kendi ve ailesinin isteğiyle verenlerin TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = 1,147$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik sadece kendi isteğiyle veren ve kendi ve ailesinin isteğiyle verenlerin TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = -0,496$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik kararını sadece kendi isteğiyle veren ve kendi ve ailesinin isteğiyle verenlerin TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = 0,295$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik kararını sadece kendi isteğiyle veren ve kendi ve ailesinin isteğiyle verenlerin YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = 1,366$ ;  $p > 0,05$ . Evlilik kararını sadece kendi isteğiyle veren

ve kendi ve ailesinin isteğiyle verenlerinYİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= 1,062$ ;  $p>0,05$ . Evlilik kararını sadece kendi isteğiyle veren ve kendi ve ailesinin isteğiyle verenlerin YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77)= 1,339$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 13: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Evlilik Kararı Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	<b>Evlilik Kararı Değişkeni Kategorileri</b>	<b>n</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
ÇUÖ Toplam Puanı	Sadece Kendi İstegim	29	111,62	20,302	,002	,998
	Ailemin İstegiyle	6	111,16	22,728		
	Ailemin İstegi ve Kendi İstegimle	44	111,72	21,428		
	Toplam	79	111,64	20,838		
TAÖ Toplam Puanı	Sadece Kendi İstegim	29	44,17	12,189	2,622	,079
	Ailemin İstegiyle	6	49,33	11,430		
	Ailemin İstegi ve Kendi İstegimle	44	49,88	9,269		
	Toplam	79	47,74	10,798		
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Sadece Kendi İstegim	29	13,51	4,672	1,813	,170
	Ailemin İstegiyle	6	17,16	6,462		
	Ailemin İstegi ve Kendi İstegimle	44	15,15	4,797		
	Toplam	79	14,70	4,930		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Sadece Kendi İstegim	29	10,93	3,673	2,018	,140
	Ailemin İstegiyle	6	12,33	2,581		
	Ailemin İstegi ve Kendi İstegimle	44	12,52	3,209		
	Toplam	79	11,92	3,395		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Sadece Kendi İstegim	28	20,42	4,149	1,959	,148
	Ailemin İstegiyle	6	19,83	3,970		
	Ailemin İstegi ve Kendi İstegimle	44	22,20	4,283		
	Toplam	78	21,38	4,267		
YİYE Toplam Puanı	Sadece Kendi İstegim	29	130,79	37,518	,294	,746
	Ailemin İstegiyle	6	141,50	36,330		
	Ailemin İstegi ve Kendi İstegimle	44	135,13	31,802		
	Toplam	79	134,02	34,005		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Sadece Kendi İstegim	29	66,27	25,129	,351	,705
	Ailemin İstegiyle	6	74,83	22,833		
	Ailemin İstegi ve Kendi İstegimle	44	66,29	23,418		
	Toplam	79	66,93	23,825		
YİYE Kaygı Alt boyutu	Sadece Kendi İstegim	29	68,13	19,767	,556	,576
	Ailemin İstegiyle	6	70,33	18,348		
	Ailemin İstegi ve Kendi İstegimle	44	72,68	16,811		
	Toplam	79	70,83	17,953		

Yapılan araştırmada kadınlarda evlilik kararı değişkeni ile ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=0,002$ ;  $p>0,05$ . Evlilik kararı değişkeni ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=2,622$ ;  $p>0,05$ . Evlilik kararı değişkeni ile TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=1,813$ ;  $p>0,05$ . Evlilik kararı

değişkeni ile TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)= 2,018$ ;  $p>0,05$ . Evlilik kararı değişkeni ile TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=1,959$ ;  $p>0,05$ . Evlilik kararı değişkeni ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=0,294$ ;  $p>0,05$ . Evlilik kararı değişkeni ile YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=0,351$ ;  $p>0,05$ . Evlilik kararı değişkeni ile YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=0,556$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 14: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Çocuk Sayısı Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	Sahip Olunan Çocuk Sayısı Değişkeni Kategorileri	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
ÇUÖ Toplam Puanı	Çocuğu olmayanlar	14	121,57	15,001	1,743	,150*
	1 Çocuk	15	108,26	22,757		
	2 Çocuk	32	115,03	14,097		
	3 Çocuk	14	108,07	26,589		
	4 Çocuk	4	126,50	11,387		
	Toplam	79	114,25	19,067		
TAÖ Toplam Puanı	Çocuğu olmayanlar	14	46,78	11,074	,920	,457
	1 Çocuk	15	47,33	9,013		
	2 Çocuk	31	49,58	8,044		
	3 Çocuk	14	53,50	15,485		
	4 Çocuk	4	47,75	9,105		
	Toplam	78	49,25	10,472		
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Çocuğu olmayanlar	14	13,64	4,749	,874	,484
	1 Çocuk	15	13,00	5,331		
	2 Çocuk	31	14,41	4,738		
	3 Çocuk	14	16,42	7,480		
	4 Çocuk	4	13,00	3,559		
	Toplam	78	14,29	5,384		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Çocuğu olmayanlar	14	12,64	4,413	1,102	,362
	1 Çocuk	15	12,20	3,363		
	2 Çocuk	31	11,93	3,172		
	3 Çocuk	14	14,21	5,101		
	4 Çocuk	4	10,75	2,629		
	Toplam	78	12,46	3,843		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Çocuğu olmayanlar	14	20,50	4,702	1,018	,404
	1 Çocuk	15	22,13	3,700		
	2 Çocuk	31	23,22	4,469		
	3 Çocuk	14	22,85	5,447		
	4 Çocuk	4	24,00	4,546		
	Toplam	78	22,50	4,574		
YİYE Toplam Puanı	Çocuğu olmayanlar	14	123,57	31,463	,616	,653
	1 Çocuk	15	128,73	38,404		
	2 Çocuk	32	137,37	37,468		
	3 Çocuk	14	138,00	31,231		
	4 Çocuk	4	147,75	54,634		
	Toplam	79	133,92	36,154		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Çocuğu olmayanlar	14	56,57	23,428	,865	,489
	1 Çocuk	15	67,60	25,842		
	2 Çocuk	32	69,96	23,248		
	3 Çocuk	14	69,92	21,963		
	4 Çocuk	4	69,00	26,570		
	Toplam	79	67,08	23,635		
YİYE Kaygı Alt boyutu	Çocuğu olmayanlar	14	70,42	17,456	,696	,597
	1 Çocuk	15	65,60	17,062		
	2 Çocuk	32	71,46	19,161		
	3 Çocuk	14	72,71	17,933		
	4 Çocuk	4	82,75	36,944		
	Toplam	79	70,96	19,194		

\*Varyanslar homojen değildir,  $p < 0,05$ .

ÇUÖ'nde varyanslar homojen olmadığından alternatif olarak robust Welch testi uygulanmıştır. Erkeklerde çocuk sayısı grupları ile ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur (Welch= 1,888;  $p>0,05$ ). Çocuk sayısı grupları ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)=0,920$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)=0,874$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları ile TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)= 1,102$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları ile TAÖ Dışadönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)= 1,018$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)= 0,616$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları ile YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)= 0,865$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları ile YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)= 0,696$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 15:Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Çocuk Sayısı Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	Çocuk Sayısı Değişkeni Kategorileri	n	Ortalama	Standart Sapma	F	p
ÇUÖ Toplam Puanı	Çocuğu olmayanlar	14	117,50	15,475	1,806	,137
	1çocuk	15	109,13	27,958		
	2çocuk	32	112,93	17,976		
	3çocuk	14	101,28	22,358		
	4çocuk	4	126,50	9,712		
	Toplam	79	111,64	20,838		
TAÖ Toplam Puanı	Çocuğu olmayanlar	14	45,42	7,397	,371	,829
	1çocuk	15	48,06	11,853		
	2çocuk	32	47,31	11,122		
	3çocuk	14	50,07	12,193		
	4çocuk	4	50,00	12,516		
	Toplam	79	47,74	10,798		
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	Çocuğu olmayanlar	14	13,85	4,817	,375	,825
	1çocuk	15	14,20	5,294		
	2çocuk	32	14,78	4,591		
	3çocuk	14	16,00	4,803		
	4çocuk	4	14,50	8,386		
	Toplam	79	14,70	4,930		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	Çocuğu olmayanlar	14	11,78	2,326	,625	,646
	1çocuk	15	12,33	3,132		
	2çocuk	32	11,40	3,723		
	3çocuk	14	13,00	4,038		
	4çocuk	4	11,25	2,629		
	Toplam	79	11,92	3,395		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	Çocuğu olmayanlar	14	19,78	3,355	1,044	,391*
	1çocuk	15	21,53	5,475		
	2çocuk	31	21,80	3,260		
	3çocuk	14	21,07	5,567		
	4çocuk	4	24,25	3,593		
	Toplam	78	21,38	4,267		
YİYE Toplam Puanı	Çocuğu olmayanlar	14	124,07	29,148	,681	,608
	1çocuk	15	130,66	36,143		
	2çocuk	32	139,56	36,123		
	3çocuk	14	131,50	27,258		
	4çocuk	4	146,00	50,166		
	Toplam	79	134,02	34,005		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Çocuğu olmayanlar	14	56,78	22,288	1,084	,371
	1çocuk	15	67,13	24,787		
	2çocuk	32	71,87	23,833		
	3çocuk	14	64,07	20,254		
	4çocuk	4	72,25	35,696		
	Toplam	79	66,93	23,825		
YİYE Kaygı Alt boyutu	Çocuğu olmayanlar	14	70,71	18,382	,279	,891
	1çocuk	15	67,73	17,882		
	2çocuk	32	71,37	19,428		
	3çocuk	14	70,92	16,155		
	4çocuk	4	78,25	16,357		
	Toplam	79	70,83	17,953		

\*Varyanslar homojen değildir,  $p < 0,05$ .



Kadınlarda, çocuk sayısı grupları ile ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=1,806$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=0,371$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları ile TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=0,375$ ;  $p>0,05$ . TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu için ANOVA testinin uygulanması doğru değildir. ANOVA'nın kullanılabilmesi için varsayımların sağlanması gerekmektedir. Bu alt boyutta varyanslar homojen olmadığından alternatif olarak robust Welch testi uygulanmıştır. Çocuk sayısı grupları ile TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur (Welch= 1,408;  $p>0,05$ ). Çocuk sayısı grupları ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=0,681$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları ile YİYE Kaçınma Alt boyutu kadın grubu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=1,084$ ;  $p>0,05$ . Çocuk sayısı grupları ile YİYE Kaygı Alt boyutu kadın grubu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=0,279$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 16: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	Eğitim Durumu Değişkeni Kategorileri	n	Ortalama	Standart Sapma	F	p
ÇUÖ Toplam Puanı	İlkokul	5	117,00	18,479	3,004	,024*
	Ortaokul	8	112,00	19,13		
	Lise	24	104,33	24,127		
	Üniversite	35	119,25	14,025		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	123,85	8,050		
	Toplam	79	114,25	19,067		
TAÖ Toplam Puanı	İlkokul	5	44,80	12,537	1,126	,351
	Ortaokul	8	52,12	8,935		
	Lise	24	51,91	9,837		
	Üniversite	34	48,20	11,299		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	45,14	7,380		
	Toplam	78	49,25	10,472		
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	İlkokul	5	13,00	4,472	,498	,737
	Ortaokul	8	15,62	4,718		
	Lise	24	15,12	5,343		
	Üniversite	34	13,88	6,044		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	12,85	3,532		
	Toplam	78	14,29	5,384		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	İlkokul	5	10,40	4,878	,741	,567
	Ortaokul	8	12,62	4,657		
	Lise	24	13,12	3,579		
	Üniversite	34	12,52	3,917		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	11,14	2,734		
	Toplam	78	12,46	3,843		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	İlkokul	5	21,40	7,765	1,000	,413
	Ortaokul	8	23,87	3,356		
	Lise	24	23,66	4,851		
	Üniversite	34	21,79	4,276		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	21,14	3,236		
	Toplam	78	22,50	4,574		
YİYE Toplam Puanı	İlkokul	5	134,60	42,323	,028	,998
	Ortaokul	8	137,37	47,268		
	Lise	24	134,33	33,973		
	Üniversite	35	132,71	34,865		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	134,14	43,040		
	Toplam	79	133,92	36,154		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	İlkokul	5	57,80	32,018	,385	,819
	Ortaokul	8	70,50	24,372		
	Lise	24	70,04	21,353		
	Üniversite	35	65,20	23,563		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	69,14	29,048		
	Toplam	79	67,08	23,635		
YİYE Kaygı Alt boyutu	İlkokul	5	81,20	15,006	,463	,762
	Ortaokul	8	71,37	30,340		
	Lise	24	68,41	17,387		
	Üniversite	35	71,42	18,631		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	69,57	17,952		
	Toplam	79	70,96	19,194		

\*Varyanslar homojen değildir,  $p < 0,05$ .

ÇUÖ'nde varyanslar homojen olmadığından alternatif olarak robust Welch testi uygulanmıştır. Erkeklerde eğitim durumu değişkeni ile ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur (Welch= 2,774;  $p>0,05$ ). Eğitim durumu ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)=1,126$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)=0,498$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)= 0,741$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile TAÖ Dışa dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)= 1,000$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)= 0,028$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)= 0,385$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)= 0,463$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 17: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	Eğitim Durumu Değişkeni Kategorileri	n	Ortalama	Standart Sapma	F	p
ÇUÖ Toplam Puanı	İlkokul	8	113,62	21,118	2,253	,071
	Ortaokul	8	105,75	13,604		
	Lise	31	104,77	24,450		
	Üniversite	27	118,81	16,380		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	121,80	14,703		
	Toplam	79	111,64	20,838		
TAÖ Toplam Puanı	İlkokul	8	51,50	11,476	3,018	,023
	Ortaokul	8	51,87	6,446		
	Lise	31	50,48	12,277		
	Üniversite	27	43,92	8,646		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	38,80	5,932		
	Toplam	79	47,74	10,798		
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	İlkokul	8	16,37	6,390	3,158	,019
	Ortaokul	8	17,87	4,120		
	Lise	31	15,48	4,545		
	Üniversite	27	13,18	4,674		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	10,40	2,607		
	Toplam	79	14,70	4,930		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	İlkokul	8	12,87	3,356	2,123	,086
	Ortaokul	8	11,62	2,559		
	Lise	31	12,90	3,927		
	Üniversite	27	11,11	2,679		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	9,20	2,863		
	Toplam	79	11,92	3,395		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	İlkokul	8	22,25	3,732	2,753	,034
	Ortaokul	8	22,37	4,438		
	Lise	30	22,83	4,434		
	Üniversite	27	19,62	3,834		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	19,20	2,774		
	Toplam	78	21,38	4,267		
YİYE Toplam Puanı	İlkokul	8	131,37	39,177	2,123	,086
	Ortaokul	8	130,62	22,334		
	Lise	31	145,29	32,405		
	Üniversite	27	128,33	33,823		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	104,60	36,827		
	Toplam	79	134,02	34,005		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	İlkokul	8	64,12	22,433	2,302	,066
	Ortaokul	8	63,00	16,353		
	Lise	31	75,74	22,214		
	Üniversite	27	62,25	25,155		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	48,40	26,101		
	Toplam	79	66,93	23,825		
YİYE Kaygı Alt boyutu	İlkokul	8	70,87	21,316	,772	,547
	Ortaokul	8	71,00	15,647		
	Lise	31	73,58	18,198		
	Üniversite	27	69,88	18,064		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	58,60	14,310		
	Toplam	79	70,83	17,953		

Yapılan araştırmada kadın grubu için eğitim durumu değişkeni ile ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=2,253$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(4,74)=3,018$ ;  $p<0,05$ . Yüksek lisans/doktora mezunu kadınların TAÖ toplam puan ortalamaları en düşük, ortaokul mezunu kadınların TAÖ toplam puan ortalamaları en yüksek olduğu görölse de, yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. Eğitim durumu ile TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(4,74)=3,158$ ;  $p<0,05$ . Yüksek lisans/doktora mezunu kadınların TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük toplam puan ortalamaları en düşük, ortaokul mezunu kadınların TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük toplam puan ortalamaları en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre bir farklılık çıkmamıştır. Eğitim durumu ile TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=2,123$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(4,74)=2,753$ ;  $p<0,05$ . Yüksek lisans/doktora mezunu kadınların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları en düşük, ortaokul mezunu kadınların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları en yüksektir. Yapılan Scheffe (Post Hoc) analizine göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. Eğitim durumu ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=2,123$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=2,302$ ;  $p>0,05$ . Eğitim durumu ile YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=0,772$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 18: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Yaş Grupları Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	Yaş Grubu Değişkeni Kategorileri	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
ÇUÖ Toplam Puanı	30 ve Altı	28	118,60	18,974	2,523	,087
	31-40	29	108,13	21,328		
	41 ve Üzeri	22	107,40	21,047		
	Toplam	79	111,64	20,838		
TAÖ Toplam Puanı	30 ve Altı	28	43,17	11,062	4,610	,013
	31-40	29	49,17	7,662		
	41 ve Üzeri	22	51,68	12,272		
	Toplam	79	47,74	10,798		
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	30 ve Altı	28	12,50	4,541	5,033	,009
	31-40	29	16,31	3,983		
	41 ve Üzeri	22	15,40	5,662		
	Toplam	79	14,70	4,930		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	30 ve Altı	28	10,75	3,110	2,784	,068
	31-40	29	12,41	3,179		
	41 ve Üzeri	22	12,77	3,740		
	Toplam	79	11,92	3,395		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	30 ve Altı	27	20,66	3,751	4,086	,021
	31-40	29	20,44	3,878		
	41 ve Üzeri	22	23,50	4,768		
	Toplam	78	21,38	4,267		
YİYE Toplam Puanı	30 ve Altı	28	127,75	33,633	2,146	,124
	31-40	29	144,27	30,257		
	41 ve Üzeri	22	128,50	37,287		
	Toplam	79	134,02	34,005		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	30 ve Altı	28	61,39	23,716	1,947	,150
	31-40	29	73,48	21,887		
	41 ve Üzeri	22	65,36	25,372		
	Toplam	79	66,93	23,825		
YİYE Kaygı Alt boyutu	30 ve Altı	28	69,50	17,723	1,548	,219
	31-40	29	75,24	17,373		
	41 ve Üzeri	22	66,72	18,547		
	Toplam	79	70,83	17,953		

Yapılan araştırmada kadınlarda yaş grubu değişkeni ile ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=2,523$ ;  $p>0,05$ . Yaş grupları ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,76)=4,610$ ;  $p<0,05$ . 30 yaş ve altındaki kadınların TAÖ toplam puan ortalamaları en düşük, 41 yaş ve üzerindeki kadınlarınki ise en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre 30 yaş ve altındaki kadınların TAÖ toplam puan ortalamaları 41 yaş ve üzerindeki kadınlardan farklıdır. Yaş grupları ile TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,76)=5,033$ ;  $p<0,05$ . 30 yaş ve altındaki kadınların TAÖ

Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları en düşük, 31-40 yaş arasındaki kadınlarınki ise en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, 30 yaş ve altındaki kadınların TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları 31-40 yaş arasındaki kadınlardan farklıdır. Yaş grupları ile TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=2,784$ ;  $p>0,05$ . Yaş grupları ile TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,75)=4,086$ ;  $p<0,05$ . 31-40 yaş arasındaki kadınların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları en düşük, 41 yaş ve üzerindeki kadınların ise en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, 41 yaş ve üzerindeki kadınların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları 31-40 yaş arasındaki kadınlarınkinden farklıdır. Yaş grupları ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=2,146$ ;  $p>0,05$ . Yaş grupları ile YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=1,947$ ;  $p>0,05$ . Yaş grupları ile YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=1,548$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 19: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşinin Yaş Grubu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	Eşinin Yaş Grubu Değişkeni Kategorileri	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
ÇUÖ Toplam Puanı	30 Yaş ve Altı	16	119,93	15,579	1,615	,206
	31-40 Yaş Arası	28	109,67	23,422		
	41 Yaş ve Üzeri	35	109,42	20,318		
	Toplam	79	111,64	20,838		
TAÖ Toplam Puanı	30 Yaş ve Altı	16	43,37	8,585	4,633	,013
	31-40 Yaş Arası	28	45,39	11,235		
	41 Yaş ve Üzeri	35	51,62	10,278		
	Toplam	79	47,74	10,793		
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	30 Yaş ve Altı	16	12,43	4,603	3,932	,024
	31-40 Yaş Arası	28	14,07	4,371		
	41 Yaş ve Üzeri	35	16,25	5,101		
	Toplam	79	14,70	4,930		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	30 Yaş ve Altı	16	11,43	2,475	1,256	,291
	31-40 Yaş Arası	28	11,35	4,011		
	41 Yaş ve Üzeri	35	12,60	3,182		
	Toplam	79	11,92	3,395		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	30 Yaş ve Altı	16	19,50	3,577	4,049	,021
	31-40 Yaş Arası	27	20,70	3,790		
	41 Yaş ve Üzeri	35	22,77	4,537		
	Toplam	78	21,38	4,267		
YİYE Toplam Puanı	30 Yaş ve Altı	16	117,75	28,657	2,941	,059
	31-40 Yaş Arası	28	142,96	33,109		
	41 Yaş ve Üzeri	35	134,31	35,062		
	Toplam	79	134,02	34,005		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	30 Yaş ve Altı	16	55,93	21,252	2,311	,106
	31-40 Yaş Arası	28	71,21	22,951		
	41 Yaş ve Üzeri	35	68,54	24,698		
	Toplam	79	66,93	23,825		
YİYE Kaygı Alt boyutu	30 Yaş ve Altı	16	65,12	17,749	2,024	,139
	31-40 Yaş Arası	28	75,78	17,843		
	41 Yaş ve Üzeri	35	69,48	17,612		
	Toplam	79	70,83	17,953		

Yapılan araştırmada kadınlarda eşinin yaşı değişkeni ile ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)=1,615$ ;  $p>0,05$ . Eşin yaşı ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,76)=4,633$ ;  $p<0,05$ . Eşi 30 yaş ve altında olanların TAÖ toplam puan ortalamaları en düşük, eşi 41 yaş ve üzerinde olanlarınki en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, eşi 30 yaş ve altında olan kadınların TAÖ toplam puan ortalamaları eşi 41 yaş ve üzerinde olanlardan farklıdır. Eşin yaşı ile TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,76)=3,932$ ;  $p<0,05$ . Eşi 30 yaş ve altında olanların TAÖ



Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları en düşük, eşi 41 yaş ve üzerinde olanların en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, eşi 30 yaş ve altında olanların TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları eşi 41 yaş ve üzerinde olanlardan farklıdır. Eşin yaşı ile TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)= 1,256$ ;  $p>0,05$ . Eşin yaşı ile TAÖ Dışa Dönük Düşünme Altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(2,75)= 4,049$ ;  $p<0,05$ . Eşi 30 yaş ve altında olanların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları en düşük, eşi 41 yaş ve üzerinde olanların ise en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre eşi 30 yaş ve altında olanların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları, eşi 41 yaş ve üzerinde olanlardan farklıdır. Eşin yaşı ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)= 2,941$ ;  $p>0,05$ . Eşin yaşı ile YİYE Kaçınma Altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)= 2,311$ ;  $p>0,05$ . Eşin yaşı ile YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(2,76)= 2,024$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 20: Erkeklerde Kadının Aleksitimi Olması ile ÇUÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Toplam Puanı için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Kategoriler	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
ÇUÖ Toplam Puanı	Aleksitimi yok	73	115,86	17,750	2,723	77	,008
	Aleksitimi var	6	94,66	25,232			
YİYE Toplam Puanı	Aleksitimi yok	73	132,68	35,797	-1,063	77	,291
	Aleksitimi var	6	149,00	40,536			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Aleksitimi yok	73	66,46	23,887	-,815	77	,417
	Aleksitimi var	6	74,66	20,578			
YİYE Kaygı Alt boyutu	Aleksitimi yok	73	70,26	18,346	-1,136	77	,260
	Aleksitimi var	6	79,50	28,388			

Erkeklerde eşi aleksitimi olan ve olmayanların ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(77) = 2,723$ ;  $p < 0,05$ . Eşi aleksitimi olmayan erkeklerin ÇUÖ toplam puan ortalamaları, eşi aleksitimi olanlarınkinden yüksektir. Eşleri aleksitimi olan ve eşleri aleksitimi olmayan kişilerin YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -1,063$ ;  $p > 0,05$ . Eşi aleksitimi olan ve olmayanların YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -0,815$ ;  $p > 0,05$ . Eşi aleksitimi olan ve olmayanların YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(77) = -1,136$ ;  $p > 0,05$ .

**Tablo 21: Kadınlarda Erkeğin Aleksitimi Olması ile ÇUÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Toplam Puanı için t-Testi Analizi Karşılaştırma Sonuçları**

	Kategoriler	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
ÇUÖ Toplam Puanı	Aleksitimi yok	67	111,65	21,764	,029	76	,97
	Aleksitimi var	11	111,45	16,132			
YİYE Toplam Puanı	Aleksitimi yok	67	131,40	35,16	-2,305	18,757	,033
	Aleksitimi var	11	150,18	22,96			
YİYE Kaçınma Alt boyutu	Aleksitimi yok	67	65,52	24,54	-1,351	76	,181
	Aleksitimi var	11	76,00	18,62			
YİYE Kaygı Alt boyutu	Aleksitimi yok	67	69,64	18,27	-1,448	76	,152
	Aleksitimi var	11	78,09	15,57			

Kadınlarda eşi aleksitimi olan ve olmayanların ÇUÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = 0,029$ ;  $p > 0,05$ . Eşi aleksitimi olan ve olmayanların YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $t(18,757) = -2,305$ ;  $p < 0,05$ . Eşi aleksitimi olmayan kadınların YİYE toplam puan ortalamaları eşi aleksitimi olanlarınkinden yüksektir. Eşi aleksitimi olan ve olmayanların YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = -1,351$ ;  $p > 0,05$ . Eşi aleksitimi olan ve olmayanların YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $t(76) = -1,448$ ;  $p > 0,05$ .

**Tablo 22: Erkeklerde ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşin Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	Kişinin Eşinin Eğitim Durumu Değişkeni Kategorileri	n	Ortalama	Standart Sapma	F	p
ÇUÖ Toplam Puanı	İlkokul	9	124,22	14,830	3,931	,006
	Ortaokul	7	97,00	23,614		
	Lise	31	109,06	20,276		
	Üniversite	27	120,44	14,830		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	119,20	7,596		
	Toplam	79	114,25	19,067		
TAÖ Toplam Puanı	İlkokul	9	46,22	9,601	2,706	,037
	Ortaokul	7	60,00	5,859		
	Lise	30	50,13	9,485		
	Üniversite	27	46,77	11,712		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	47,80	7,661		
	Toplam	78	49,25	10,472		
Duyguları Tanımda Güçlük Puanı (TAÖ-1)	İlkokul	9	13,22	3,700	1,937	,113
	Ortaokul	7	18,42	3,359		
	Lise	30	15,13	5,386		
	Üniversite	27	12,81	6,057		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	13,40	3,361		
	Toplam	78	14,29	5,384		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	İlkokul	9	11,33	3,605	2,158	,082
	Ortaokul	7	16,14	3,848		
	Lise	30	12,60	3,012		
	Üniversite	27	11,92	4,471		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	11,40	3,209		
	Toplam	78	12,46	3,843		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	İlkokul	9	21,66	5,049	,874	,484
	Ortaokul	7	25,42	5,442		
	Lise	30	22,40	4,672		
	Üniversite	27	22,03	4,371		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	23,00	2,549		
	Toplam	78	22,50	4,574		
YİYE Toplam Puanı	İlkokul	9	123,66	46,456	1,976	,107
	Ortaokul	7	136,85	15,836		
	Lise	31	144,83	33,067		
	Üniversite	27	129,70	35,457		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	103,40	44,309		
	Toplam	79	133,92	36,154		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	İlkokul	9	57,66	27,184	2,969	,025
	Ortaokul	7	69,14	10,589		
	Lise	31	76,58	20,187		
	Üniversite	27	62,29	24,412		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	48,20	28,472		
	Toplam	79	67,08	23,635		
YİYE Kaygı Alt boyutu	İlkokul	9	69,77	29,549	,696	,597
	Ortaokul	7	72,14	15,181		
	Lise	31	72,96	16,588		
	Üniversite	27	71,22	18,952		
	Yüksek Lisans/Doktora	5	57,60	20,815		
	Toplam	79	70,96	19,194		

Yapılan araştırmada erkeklerde eşin eğitim durumu değişkeni ile UÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(4,74)=3,931$ ;  $p<0,05$ . Eşi ortaokul mezunu olanların UÖ toplam puan ortalamaları en düşük, eşi ilkokul mezunu olanlarınkı ise en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre bir farklılık çıkmamıştır. Erkeklerde eş eğitim durumu ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(4,73)=2,706$ ;  $p<0,05$ . Eşi ilkokul mezunu olanların TAÖ toplam puan ortalamaları en düşük, eşi ortaokul mezunu olanlarınkı en yüksektir. Yapılan Scheffe (Post Hoc) analiz sonucuna göre gruplar arasında anlamlı bir fark çıkmamıştır. Eş eğitim durumu ile TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)=1,937$ ;  $p>0,05$ . Eş eğitim durumu ile TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)= 2,158$ ;  $p>0,05$ . Eş eğitim durumu ile TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,73)= 0,874$ ;  $p>0,05$ . Eş eğitim durumu ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)= 1,976$ ;  $p>0,05$ . Eş eğitim durumu ile YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(4,74)= 2,969$ ;  $p<0,05$ . Eşi yüksek lisans/doktora mezunu olanların YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları en düşük, eşi lise mezunu ise en yüksektir. Yapılan Scheffe (Post Hoc) analizi sonucuna göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. Erkeklerde eşin eğitim durumu ile YİYE Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)= 0,696$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 23: Kadınlarda ÇUÖ, TAÖ, YİYE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Eşin Eğitim Durumu Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi**

	Kişinin Eşinin Eğitim Durumu Değişkeni Kategorileri	n	Ortalama	Standart Sapma	F	p
ÇUÖ Toplam Puanı	İlkokul	5	101,60	22,187	1,878	,123
	Ortaokul	6	102,33	19,335		
	Lise	26	107,69	22,356		
	Üniversite	35	114,85	20,283		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	125,42	8,423		
	Toplam	79	111,64	20,838		
TAÖ Toplam Puanı	İlkokul	5	45,20	10,183	5,046	,001
	Ortaokul	6	56,83	7,730		
	Lise	26	52,88	9,888		
	Üniversite	35	43,45	10,117		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	44,14	9,191		
	Toplam	79	47,74	10,798		
Duyguları Tanımada Güçlük Puanı (TAÖ-1)	İlkokul	5	14,00	5,099	3,127	,020
	Ortaokul	6	18,16	5,419		
	Lise	26	16,57	4,588		
	Üniversite	35	13,31	4,535		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	12,28	4,923		
	Toplam	79	14,70	4,930		
Duyguları Söze Dökmede Güçlük Puanı (TAÖ-2)	İlkokul	5	10,60	2,408	2,471	,052
	Ortaokul	6	13,66	3,076		
	Lise	26	13,23	3,712		
	Üniversite	35	10,97	3,166		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	11,28	2,497		
	Toplam	79	11,92	3,395		
Dışa Dönük Düşünme Puanı (TAÖ-3)	İlkokul	5	20,60	4,219	4,018	,005
	Ortaokul	6	25,00	2,529		
	Lise	26	23,07	4,335		
	Üniversite	34	19,73	3,840		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	20,57	3,866		
	Toplam	78	21,38	4,267		
YİYE Toplam Puanı	İlkokul	5	136,40	30,196	,159	,958
	Ortaokul	6	137,00	42,783		
	Lise	26	136,42	28,637		
	Üniversite	35	130,57	35,457		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	138,14	47,224		
	Toplam	79	134,02	34,005		
YİYE Kaçınma Alt boyutu	İlkokul	5	69,20	19,201	,253	,907*
	Ortaokul	6	66,16	25,293		
	Lise	26	68,65	20,185		
	Üniversite	35	64,28	25,421		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	72,85	33,780		
	Toplam	79	66,93	23,825		
YİYE Kaygı Alt boyutu	İlkokul	5	71,40	16,501	,091	,985
	Ortaokul	6	74,50	26,051		
	Lise	26	71,34	16,730		
	Üniversite	35	69,91	18,697		
	Yüksek Lisans/Doktora	7	70,00	16,583		
	Toplam	79	70,83	17,953		

\*Varyanslar homojen değildir,  $p < 0,05$ .

Yapılan araştırmada kadın grubunda eşin eğitim durumu değişkeni ile UÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=1,878$ ;  $p>0,05$ . Kadınlarda, eşinin eğitim durumu ile TAÖ toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(4,74)=5,046$ ;  $p<0,05$ . Eşi üniversite mezunu olan kadınların TAÖ toplam puan ortalamaları en düşük, eşi ortaokul mezunu kadınların TAÖ toplam puan ortalamaları en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre, eşi lise mezunu olan kadınların TAÖ toplam puan ortalamaları üniversite mezunu olanlardan farklıdır. Eşi eğitim durumu ile TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(4,74)=3,127$ ;  $p<0,05$ . Yüksek lisans/doktora mezunu kadınların TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları en düşük, ortaokul mezunu kadınların TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucuna göre bir farklılık çıkmamıştır. Eşi eğitim durumu ile TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=2,471$ ;  $p>0,05$ . Eşi eğitim durumu ile TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır;  $F(4,74)=4,018$ ;  $p<0,05$ . Eşi üniversite mezunu kadınların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları en düşük, eşi ortaokul mezunu kadınların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları en yüksektir. Hangi grubun hangi gruptan farklı olduğunu belirtmek için yapılan Scheffe (Post Hoc) çoklu karşılaştırmasonucuna göre, eşi lise mezunu olan kadınların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamaları, eşi üniversite mezunu olanların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu toplam puan ortalamalarından farklıdır. Eşi eğitim durumu ile YİYE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=0,159$ ;  $p>0,05$ . YİYE Kaçınma Alt boyutundavaryanslar homojen olmadığından alternatif olarak robust Welch testi uygulanmıştır. Eşi eğitim durumu grupları ile YİYE Kaçınma Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur (Welch= 1,990;  $p>0,05$ ).Eşi eğitim durumu ile YİYE

Kaygı Alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur;  $F(4,74)=0,091$ ;  $p>0,05$ .

**Tablo 24: Kadınlarda ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu**

Bağımsız değişken	B(b)	B'nin standart hatası	Beta	t	p
Kadınlarda TAÖ Puanı	-,804	,200	-,417	-4,023	,000
<b>Sabit (a)</b>	150,049	9,783		15,338	,000

Çoklu R	R <sup>2</sup>	F	s. d.	p
,417 <sup>a</sup>	,174	16,188	1,77	,000

Yapılan regresyon analizi sonucu kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır:  $F(1,77)= 16,188$ ;  $p<0,05$ . Kadın grubu ÇUÖ puanının yordayıcısı olarak modele alınan değişken çift uyumunun %17'lik kısmını açıklamaktadır. Kalan %83'lük kısım modele alınmayan değişkenlerle açıklanmaktadır. TAÖ puanı ÇUÖ puanını açıklamada anlamlı olup, bir birimlik artışta ÇUÖ puanını -0,804 birim azaltmaktadır.

**Tablo 25: Erkeklerde ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu**

Bağımsız değişken	B(b)	B'nin standart hatası	Beta	t	p
Erkeklerde TAÖ Puanı	-,623	,198	-,340	-3,152	,002
<b>Sabit (a)</b>	144,851	9,946		14,564	,000

Çoklu R	R <sup>2</sup>	F	s. d.	p
,340 <sup>a</sup>	,116	9,934	1,76	,002

Yapılan regresyon analizi sonucu kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır:  $F(1,76)= 9,934$ ;  $p<0,05$ . Erkek grubu ÇUÖ puanının yordayıcısı olarak modele alınan değişken çift uyumunun %12'lik kısmını açıklamaktadır. Kalan %88'lik kısım modele alınmayan değişkenlerle açıklanmaktadır. TAÖ puanı ÇUÖ puanını açıklamada anlamlı olup, bir birimlik artışta ÇUÖ puanını -0,623 birim azaltmaktadır.



**Tablo 26: Kadınlarda ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu**

Bağımsız değişken	B(b)	B'nin standart hatası	Beta	t	p
Erkeklerde TAÖ Toplam Puanı	-,222	,228	-,111	-,970	,335
<b>Sabit (a)</b>	122,539			10,661	,000

Çoklu R	R <sup>2</sup>	F	s. d.	p
,111	,012	,941	1,76	,335

Yapılan regresyon analizi sonucu kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir: F (1,76)= ,941; p>0,05. Erkek grubu TAÖ puanı, kadın grubu ÇUÖ puanını açıklamada anlamlı değildir.

**Tablo 27: Erkeklerde ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu**

Bağımsız değişken	B(b)	B'nin standart hatası	Beta	t	p
Kadınlarda TAÖ Toplam Puanı	-,670	,186	-,379	-3,597	,001
<b>Sabit (a)</b>	146,230			16,048	,000

Çoklu R	R <sup>2</sup>	F	s. d.	p
,379	,144	12,936	1,77	,001

Yapılan regresyon analizi sonucu kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır: F (1,77)= 12,936; p<0,05. Erkek grubu ÇUÖ puanının yordayıcısı olarak modele alınan değişken çift uyumunun %14'lük kısmını açıklamaktadır. Kalan %86'lık kısım modele alınmayan değişkenlerle açıklanmaktadır. Kadın grubu TAÖ puanı erkek grubu ÇUÖ puanını açıklamada anlamlı olup, bir birimlik artışta ÇUÖ puanını -0,670 birim azaltmaktadır.

**Tablo 28: Kadınlarda ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu**

Bağımsız değişken	B(b)	B'nin standart hatası	Beta	t	p
Kadınlarda YİYE Toplam Puanı	-,062	,069	-,102	-,897	,373
<b>Sabit (a)</b>	119,994			12,496	,000

Çoklu R	R <sup>2</sup>	F	s. d.	p
,102	,010	,804	1,77	,373

Yapılan regresyon analizi sonucu kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir:  $F(1,77) = ,804$ ;  $p > 0,05$ . Kadın grubu YİYE puanı, kadın grubu ÇUÖ puanını açıklamada anlamlı değildir.

**Tablo 29: Erkeklerde ÇUÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu**

Bağımsız değişken	B(b)	B'nin standart hatası	Beta	t	p
Erkeklerde YİYE Toplam Puanı	-,066	,060	-,125	-1,103	,273
<b>Sabit (a)</b>		8,269		14,883	,000

Çoklu R	R <sup>2</sup>	F	s. d.	p
,125	,016	1,217	1,77	,273

Yapılan regresyon analizi sonucu kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir:  $F(1,77) = 1,217$ ;  $p > 0,05$ . Erkek grubu YİYE puanı, erkek grubu ÇUÖ puanını açıklamada anlamlı değildir.

**Tablo 30: Kadınlarda TAÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu**

Bağımsız değişken	B(b)	B'nin standart hatası	Beta	t	p
Kadınlarda YİYE Toplam Puanı	,001	,036	,004	,032	,974
<b>Sabit (a)</b>	47,590	5,002		9,515	,000

Çoklu R	R <sup>2</sup>	F	s. d.	p
,004 <sup>a</sup>	,000	158,445	1,77	,974

Yapılan regresyon analizi sonucu kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir:  $F(1,77) = ,001$ ;  $p > 0,05$ . Kadın grubu YİYE puanı, kadın grubu TAÖ puanını açıklamada anlamlı değildir.

**Tablo 31: Erkeklerde TAÖ Toplam Puanını Yordamak için Yapılan Doğrusal Regresyon Analizi Sonucu**

Bağımsız değişken	B(b)	B'nin standart hatası	Beta	t	p
Erkeklerde YİYE Toplam Puanı	,070	,032	,245	2,200	,031
<b>Sabit (a)</b>	39,831	4,438		8,974	,000

Çoklu R	R <sup>2</sup>	F	s. d.	p
,245 <sup>a</sup>	,060	4,838	1,76	,031

Yapılan regresyon analizi sonucu kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır:  $F(1,76) = 4,838$ ;  $p < 0,05$ . Erkek grubu TAÖ puanının yordayıcısı olarak modele alınan değişken erkeklerde görülen aleksitminin %0,6'lık kısmını açıklamaktadır. Kalan kısım modele alınmayan değişkenlerle açıklanmaktadır. Erkek grubu YİYE puanı, erkek grubu TAÖ puanını açıklamada anlamlı olup bir birimlik artışta erkeklerin TAÖ puanını 0,070 birim artırmaktadır.

## IV. BÖLÜM

### TARTIŞMA VE SONUÇLAR

Bu bölümde, evli bireylerin bağlanma stilleri ve aleksitimik özelliklerinin evlilik uyumları üzerindeki etkisinin incelenmesi amacıyla yürütülen çalışmanın bulguları literatür ışığında tartışılmıştır. Buna ek olarak, çalışmanın sınırlılıkları ve ileriki çalışmalar için öneriler yer almaktadır.

#### 4.1. Demografik değişkenler ile ÇUÖ, TAÖ ve YİYE Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi

Yapılan analizler sonucunda, erkeklerde çalışma durumunun TAÖ puanlarını etkilediği görülmektedir. Çalışan erkeklerin TAÖ puanı çalışmayanlardan daha yüksek bulunmuştur. Bu durumda, çalışan erkeklerin çalışmayanlara göre daha fazla aleksitimik özellik gösterdiği söylenebilir. Çalışmayan erkeklere ilişkin örneklem sayısının çok az olmasının bu sonuca neden olduğu düşünülebilir. Kadınlarda ise çalışmayanların TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt boyut puanının çalışanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmayan kadınlar çalışan kadınlara kıyasla daha dışa dönük bilişsel bir yapıya sahiptirler. Bir başka deyişle, dış odaklı düşünen, mekanik ve uyum sağlamaya yönelik bir yapıları vardır. Çilli ve arkadaşları (2004), çalışmayan kadınların çalışan kadınlara göre psikolojik belirti şiddetinin daha yüksek olduğunu belirtmiş, bunu düşük ekonomik seviye, düşük eğitim durumu ve sosyal çevre kısıtlılığı ile açıklamıştır. Bu araştırmada çalışan ve çalışmayan kadınlar arasında TAÖ toplam puanları açısından bir farklılaşma gözlenmemesi, çalışan kadınlara ilişkin örneklem sayısının az oluşu ile açıklanabilir.

Ekonomik durumunu orta seviye olarak bildiren kadınların TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu puanının, ekonomik durumunuyüksek seviye olarak bildirenlerden yüksek olduğu bulunmuştur. Yapılan çalışmalara göre de, bir çok psikolojik semptomla ilişkili olduğu bilinen ekonomik durumun aleksitimiye etkileyen faktörlerden biri olduğu görülmektedir (Turk, 1992, Salminen ve ark., 1999; Kokkonen

ve ark., 2001; Honkalampi ve ark., 2000; Yelsma, 2005). Ekonomik sorunların, eşlerin birbirleriyle olan ilişkilerini etkileyerek, bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilere yol açtığı söylenebilir.

Kadınların eğitim düzeyleri ve aleksitimi arasındaki ilişkide ise, eğitim düzeyi yükseldikçe, aleksitimi düzeyinin ve TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu puanlarının düştüğü görülmüştür. Bu bulgunun literatürdeki diğer çalışmalarla tutarlı olduğu bilinmektedir (Turk, 1992, Salminen ve ark., 1999; Kokkonen ve ark., 2001; Honkalampi ve ark., 2000; Yelsma, 2005). Kadınlarda eş eğitim durumu yükseldikçe, Duyguları Tanımada Güçlük ve Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu puanlarında da düşüş saptanmıştır. Kadınların kendi ve eşlerinin eğitim düzeyleri yükseldikçe daha az aleksitimik özellikler gösterdikleri görülmüştür. Erkeklerin eş eğitim durumundaki yükselmenin çift uyumunda artışa, aleksitimi düzeyinde ise düşüşe neden olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda erkeklerde eş eğitim durumunun güvenli bağlanma stili ile de ilişkili olduğu gözlenmiştir. Bu bulgu, yükselen eğitim düzeyi ile birlikte bireylerin algı ve anlayışlarındaki yükselme ve eşlerin olaylara karşı farklı bakış açıları geliştirebilme becerileri kazanmaları ile açıklanabilir. Ayrıca, yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerin duygu ve düşüncelerini ifade etme konusunda daha yeterli olmaları beklendiğinden, aleksitimi düzeylerinin daha düşük olması ve çift uyumlarının yüksek olması beklenen bir sonuçtur.

Yaş grubu değişkeni ile kadınların TAÖ toplam puanı, Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutu ve Dışa Dönük Düşünme Alt boyutu arasında ilişkiye rastlanmıştır. Kadınlarda artan yaş ile beraber aleksitimik özelliklerde de artış gözlenmiştir. Ayrıca, kadınların eşlerinin yaşlarındaki artış da aleksitimi düzeyindeki artışla ilişkili bulunmuştur. Yaşın artması ile birlikte evlilik süresinin de artmasıyla ilişkili olarak, yaşın da getirdiği bir ciddiyetle çiftlerin birbirlerine karşı daha az duygu ifadesi kullanmasının duygusal ifade düzeyini düşürdüğünü söylenebilir (Fidanoğlu, 2007).

Evlenme yaşı değişkeni ile aleksitimi arasındaki ilişkiye bakıldığında ise, TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt boyutunda anlamlı bir ilişkinin var olduğu görülmüştür. Buna göre, evlenme yaşı düştükçe kadınların duygularını tanıma ve ayırt etme konusunda daha yetersiz oldukları belirtilmektedir. Bu çalışmaya katılan 79 kadından 31'inin evlilik yaşını 21 yaş ve altı olarak bildirmesi ve bu grupta görülen aleksitimi

düzeşinin daha ileri yaşlarda evlenen kadınlardan yüksek olması, Türkiye gibi geleneksel toplumlarda erken yaşta evliliğın yaygın olması ve dolayısıyla eğitim düzeşinin düşük olması ile açıklanabilir (Tunç, 2009).

Evlilik kararı değişkenine bakıldığında, geleneksel aile yapısına sahip kadınların evlilik kararlarınaile bireylerinin düşünce ve istekleri doğrultusunda vereceği düşünülebilir. Yapılan çalışmalarda, evlenme biçiminin evlilik uyumu ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Demiray, 2006; Güçlü Ergin, 2008; Şendil ve Korkut, 2008, Tolan, 2015; Kahveci, 2016). Bazı araştırma sonuçları, evleneceği kişiyle ilgili evlilik kararını kendi alan kadınların, ailelerinin uygun gördüğü kişiler ile evlenenlere kıyasla daha yüksek çift uyumu gösterdiğini savunurken (Güçlü Ergin, 2008; Şendil ve Korkut, 2008), kimi çalışmada ise, görücü usulü ile evlenenlerin çift uyumlarının anlaşarak evlenenlerden yüksek olduğu görülmüştür (Kahveci, 2016). Bu durum, toplumsal cinsiyet rollerine dair geleneksel tutumlara sahip kadınların beklenti ve taleplerinin eşitlikçi tutuma sahip kadınlardan az oluşu ile açıklanabilir. Bu çalışmada ise, kadın ve erkeklerde evlenme biçimlerinin evlilik uyumu ile ilişkisine rastlanmamıştır.

Çocuk sayısı ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiye dair literatüre bakıldığında, çocuk sayısının artması ile kadınların evlilik uyumunda düşüş olduğu gözlenen çalışmaların yanı sıra (Batoool ve Khalid, 2012; Tolan, 2015), bir ya da iki çocuğu olanların evlilik uyumlarının hiç çocuğu olmayanlara kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar da mevcuttur (Kahveci, 2016). Bu çalışmada literatürün aksine, evlilik uyumunun çocuk sayısı değişkenine göre farklılaşmadığı görülmüştür.

Araştırmanın geneline bakıldığında, kadın-erkek farklılıkları bulunmaktadır. Sosyo-demografik formdaki sorularda çiftler bazı soruları birbirlerinden farklı seçenekler olarak işaretlemişlerdir. Bunlardan en belirgin olanı gelir durumu değişkenidir. Erkek grubunda ekonomik durumunu düşük olarak belirten 3 kişi varken, kadın grubunda yalnızca orta ve yüksek ekonomik durum kategorileri işaretlendiği gözlenmiştir. Bu durumda, kadınların ekonomik durumlarını erkeklerden daha yüksek olarak algıladıkları söylenebilir. Yapılan analizler sonucunda, kişilerin aleksitimi puanına çalışma durumu, kişinin eğitim durumu, kişinin eşinin eğitim durumu, kişinin yaşı, evlenme yaşı ve kişinin eşinin yaşının etkisinin olduğu gözlenmiştir. Bununla

birlikte, erkeklerde eş eğitim durumunun bağlanma ve çift uyum puanları üzerinde etkisi olduğu tespit edilmiştir.

#### **4.2. Aleksitimi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi**

Evlilik uyumunun aleksitimik özelliklere göre yordanması bağlamında yapılan analizler sonucunda, kadın ve erkeklerde görülen aleksitiminin evlilik uyumunu olumsuz yönde yordayıcı güce sahip olduğu görülmektedir. Şöyle ki, aleksitimi değerleri yüksek bulunan kadın ve erkeklerde düşük evlilik uyumuna rastlanmıştır. Bu bağlamda elde edilen sonuçlar bu konuda yapılmış sınırlı sayıda çalışma ile tutarlılık göstermektedir (Eid ve Boucher, 2012; Epözdemir, 2012). Aleksitimi, kadınlarda evlilik uyumunun %17'lik bir kısmını açıklarken, erkeklerde bu oranın %12 olduğu görülmektedir. Kadınların aleksitimik özelliklere sahip oluşu evlilik uyumlarını erkeklerden daha fazla olumsuz yönde etkilemektedir.

Kadınlarda eşlerinin aleksitimik özelliklerinin yüksek oluşu kendi çift uyumlarının yordayıcısı olarak bulunmazken; erkekler için eşlerinin aleksitimik özelliklere sahip olmasının evlilik uyumunu olumsuz yönde yordayıcı güce sahip olduğu görülmüştür. Eid ve Boucher (2012) ise bu bulgunun aksine, erkeklerde görülen aleksitimi ile eşlerinin çift uyumları arasında negatif bir ilişki bulunduğunu, fakat kadınlarda görülen aleksitimi ile eşlerinin çift uyumları arasında anlamlı bir bulguya rastlamadıklarını bildirmişlerdir. Epözdemir (2012) ise, kadınlarda görülen aleksitimik özelliklerin kendi ve eşlerinin evlilik uyumlarının yordayıcısı olduğu, aynı zamanda erkeklerde görülen aleksitimik özelliklerin de kendi ve eşlerinin evlilik uyumlarının yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aleksitimi ve evlilik uyumu arasında yapılmış sınırlı sayıda çalışmanın varlığı ve bu çalışma sonuçlarının cinsiyet açısından birbirleri ile tutarlı sonuçlar vermemesinden dolayı bu çalışmanın sonucu kadın- erkek açısından literatür ile bağdaştırılamamıştır. Ancak kadınların çift uyumlarının eşlerinin aleksitimi düzeylerinden etkilenmemesi, cinsiyet rolleri açısından değerlendirilebilir. Erkeklerin duyguları ifade etme konusundaki yetersizliği ve aleksitiminin erkeklerde daha yaygın görülmesinden yola çıkarak, kadınların eşlerinin aleksitimik özelliklerinden fazla etkilenmemesi beklenebilir (Konrat ve ark., 2012).

### **4.3. Bağlanma Stilleri ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi**

Evlilik uyumunun bağlanma stillerine göre yordanması bağlamında yapılan analizler sonucunda, kadın ve erkeklerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri puanlarının evlilik uyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir. Şöyle ki, kadın ve erkeklerin YİYE toplam puan ve alt boyut puanlarındaki farklılık evlilik uyumlarında anlamlı bir değişikliğe neden olmamıştır. Literatüre bakıldığında, güvenli bağlanma stilinin yüksek evlilik uyumunu, güvensiz bağlanma stillerinin ise düşük evlilik uyumunu yordadığı görülmektedir ( Lussier ve ark., 1997; Solmuş, 2003; Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006). Ancak bu çalışmada bu hipotez doğrulanamamıştır.

### **4.4. Bağlanma Stilleri ile Aleksitimi Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi**

Bağlanma stillerinin aleksitimi düzeyini yordama gücü ile ilgili yapılan analizler sonucunda, kadınlar için bağlanma stilleri aleksitiminin anlamlı bir yordayıcı olarak bulunmazken, erkekler için bağlanma stillerinin aleksitimiye yordayıcı güce sahip olduğu görülmüştür. Bağlanma stilini ölçmek için uygulanan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nden alınan yüksek puanlar güvensiz bağlanmaya işaret etmektedir. Erkeklerde görülen güvensiz bağlanma aleksitiminin %0,6'lık kısmını açıklamaktadır. Bu bağlamda yapılmış çalışmalar güvensiz bağlanmanın aleksitiminin yordayıcısı olduğunu desteklemektedir (Fukunishi ve ark.,1999; Troisi ve ark., 2001; Mallinckrodt ve Wei, 2005;De Rick ve Vanheule, 2006; Mikulincer ve Shaver, 2007;Batıgün ve Büyükşahin 2008; Láng, 2010; Thorberg ve ark., 2011; Şenkal, 2013; Aktay, 2014; Güler, 2014; Oktay ve Batıgün, 2014).Erken çocuklukta ebeveyn ile kurulanyetersiz duygusal bağlanmanın ve güvensizlik hissini yol açtığı duygusal ifade becerisindeki başarısızlığın yetiştirilmeledeki yüksek aleksitimi ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Fukunishi ve ark.,1999; Troisi ve ark., 2001).

### **4.5. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Yeni Çalışmalar İçin Öneriler**

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları mevcuttur:Katılımcıların araştırmaya çift olarak katılma şartı bulunmaktadır. Kadın katılımcıların çoğunun anketleri doldurmada istekli olduğu gözlenirken, eşlerinin doldurmayı reddetmesi üzerine araştırma grubunda



istenilen sayıda çifte ulaşılması mümkün olmamıştır. Ayrıca, bazı katılımcılar Çift Uyum Ölçeği'nde yer alan sorulardan (özellikle cinsel yaşam içerikli olanlar) rahatsızlık duyduklarını bildirmiş ve bu yüzden anketi doldurmayı reddetmişlerdir. Bunun yanında, katılımcıların sadece İstanbul'da yaşayan bireylerden oluşması, çalışmadan elde edilen sonuçların, Türkiye'de farklı illerinde yaşayan ve farklı alt kültürlerle sahip bireylere genellenmesini engellemektedir.

Yapılacak benzer bir çalışma için örneklem sayısı arttırılmalıdır. Örneklem grubuna aleksitimik olduğu klinik gözlem sonucu saptanmış kişiler de eklenerek kadın erkek karşılaştırması yanında norm ve hasta grubu karşılaştırması da yapılabilir. Daha temsil edici bir örneklem grubu ile örneğin Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) gibi analizler uygulanarak sonuçların temsil ediciliği güçlendirilebilir. Çocuğu olan evli çiftlerin çocuklarına da ölçekler uygulanarak çocukların puanları ile ebeveynlerinin puanlarının benzeşip benzeşmediği incelenebilir.

## KAYNAKLAR

- Ainsworth, M. S., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Oxford, England: Lawrence Erlbaum.
- Aktay, M. (2014). *Üniversite öğrencilerinde aleksitimi ve depresyonun yordayıcısı olarak bağlanma stilleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Parker, J. D. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale—II. Convergent, discriminant, and concurrent validity. *Journal of psychosomatic research*, 38(1), 33-40.
- Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Parker, J. D. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale—II. Convergent, discriminant, and concurrent validity. *Journal of psychosomatic research*, 38(1), 33-40.
- Bağcı, T. (2008). *Üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Bandura, A. (1979). The social learning perspective: Mechanisms of aggression.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among 98 young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality And Social Psychology*, 61, 226-244.
- Batıgün, A., & Büyükşahin, A. (2008). Aleksitimi: Psikolojik belirtiler ve bağlanma stilleri. *Klinik Psikiyatri*, 11, 105-114.
- Batool, S.S. & Khalid R. (2012) Emotional intelligence: a predictor of marital quality in Pakistani couples . *Pakistan Journal of Psychological Research*, 27 (1), 65-88
- Bayhan, P., & Işıtan, S. (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: Akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Aile ve Toplum Dergisi*, 5(20), 33-44.
- Bewley., J., Murphy, P. N., Mallows, J., & Baker, G. A. (2005). Does alexithymia differentiate between patients with nonepileptic seizures, patients with epilepsy, and nonpatient controls. *Epilepsy & Behavior*, 7(3), 430-437.
- Bowlby, J (1980). Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. New York: Basic Books.
- Bozkurt, A. (2014). *Evli bireylerde bağlanma stilleri, aile içi eşler arası şiddet ve evlilik uyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Bradbury, T. N. & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66, 862-879.
- Brennan, K.A., Clark, C., Shaver. (1998). Self-Report measurement of adult attachment an integrative overview. Simpson, J.A., Rholes, W.S. (Ed.) Attachment Theory and Close Relationships. Newyork: Guilford Press.
- Burgess, C., & Simpson, G.B. (1988). Cerebral hemispheric mechanisms in the retrieval of ambiguous word meanings. *Brain and Language*, 33, 86-103.
- Cann, A., Norman, M. A., Welbourne, J. L., & Calhoun, L. G. (2007). Attachment styles, conflict styles and humour styles: Interrelationships and associations with relationship satisfaction. *European Journal of Personality*, 22, 131-146.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 1, 240- 255.
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). *Bağlanma stilleri, evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Çelikel, F. Ç., & Saatçioğlu, Ö. (2002). Konversiyon bozukluğunda aleksitiminin depresyon ve anksiyeteye etkisi. *Klinik Psikiyatri*, 5, 229-234.
- Çilli, A.S., Kaya, N., Bodur, S., Özkan, İ. & Kucur, R. (2004). Ev kadınlarında ve çalışan evli kadınlarda psikolojik belirtilerin karşılaştırılması. *Genel Tıp Dergisi*, 14(1), 1-5.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.
- Dereboy, İ. F. (1990). Aleksitimi: Bir gözden geçirme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 1(3), 157-165.

- De Rick, A., & Vanheule, S. (2006). The relationship between perceived parenting, adult attachment style and alexithymia in alcoholic inpatients. *Addictive behaviors*, 31(7), 1265-1270.
- Doğan, H. (2010). *Evli bireylerin sosyotropik-otonomik kişilik özellikleriyle evliliklerinde çatışma yaşama durumları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi.
- Dökmen, Ü. (2000). *Yarına kim kalacak? Evrenle uyumlaşma sürecinde varolmak, gelişmek, uzlaşmak*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Duman, M. (2012). *Mizaç ve karakter özelliklerinin evlilik uyumu ve cinsiyet açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Eid, P. & Boucher, S. (2012). Alexithymia and dyadic adjustment in intimate relationships: Analyses using the actor partner interdependence model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 31(10), 1095-1111.
- Epözdemir, H. (2012). Aleksitimi: Psikolojik bir semptom mu, yoksa bir kişilik özelliği mi? *Türk Psikoloji Yazıları*, 15(30), 25-33.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. & Alpkan, R. L. (2005). Evlilik Uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erdoğan, S. (2007). *Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Ergin, N. G. (2008). *Evli ve boşanmış kişilerin evlilik uyumu ve cinsiyetçilik açısından karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.
- Ersanlı, K. & Kalkan, M. (2008). *Evlilik İlişkilerini Geliştirme (Kuram ve uygulama)*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Evren, C., Evren, B., Dalbudak, E., Özçelik, B. & Oncu, F. (2009). Childhood abuse and neglect as a risk factor for alexithymia in adult male substance dependent inpatients. *Journal of Psychoactive Drugs*, 41(1), 85-92.
- Fışiloğlu, H. & Demir, A. (2000). Applicability of the dyadic adjustment scale for measurement of marital quality of turkish couples. *European Journal of Psychological Assessment*, 16(3), 214-218.
- Fışiloğlu, H. (1992). Lisans Üstü Öğrencilerinin Evlilik Uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-24.

- Fidanoğlu, O.(2007). *Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon d¼zeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyo-demografik değişkenler açısından karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Freedman, M. B., & Sweet, B. S. (1954). Some specific features of group psychotherapy and their implications for selection of patients. *International Journal of Group Psychotherapy*, 4(4), 355-368.
- Freyberger, H. (1977). Supportive psychotherapeutic techniques in primary and secondary alexithymia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 28, 337-342.
- Fricchione, G., & Howanitz, E. (1985). Aprosodia and alexithymia–A case report. *Psychotherapy and psychosomatics*, 43(3), 156-160.
- Fukunishi, I., Sei, H., Morita, Y. & Rahe, R. H. (1999). Sympathetic activity in alexithymics with mother’s low care. *Journal of Psychosomatic Research*, 46(6), 579–589.
- Guttman, H., & Laporte, L. (2002). Alexithymia, empathy and psychological symptoms in a family context. *Comprehensive Psychiatry*, 43, 448-455.
- G¼le, H., & Yenel, A. (2010). 20 maddelik toronto aleksitimi ۆleđi t¼re uyarlamasının kesme noktalarına gۆre psikometrik ۆzellikleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 13(3), 108-112.
- G¼le, H., Kۆse, S., G¼le, M. Y., ıtak, S., Evren, C., Borckardt, J., & Sayar, K. (2009). Yirmi soruluk Toronto aleksimi ۆleđinin T¼re uyarlamasının geçerlik ve g¼venirliđinin incelenmesi. *Bull Clin Psychopharmacol*, 19, 214-220.
- G¼ler, H. K. (2014). Yetişkin bireylerde bağlanma biçimleri ile psikososyodemografik değişkenlerin aleksitimi d¼zeyi ¼zerindeki etkileri. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- G¼ndođan, M. (2015). *Eşlerin bağlanma tarzları ile çift uyum d¼zeyi arasındaki ilişkinin araştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir.
- G¼ngۆr, H. C. ve İlhan, T. (2008). Evlilik uyumu ve mizah tarzları arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4(13), 97-106.
- G¼rkan, S. B. (1996). Aleksitimi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fak¼ltesi Dergisi*, 2(14), 99-103.
- Hazan, C. & Shaver P.R. (1994). Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için ereve (A. Dۆnmez, ev.). *T¼rk Psikoloji B¼lteni*, 6(16-17), 29-50.

- Hazan, C., ve Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (3), 511-524.
- Heiberg, A. N., & Heiberg, A. (1977). Alexithymia—an inherited trait? A study of twins. *Psychotherapy and Psychosomatics*.
- Honkalampi, K., Hintikka, J., Saarinen, P., Lehtonen, J., & Viinamäki, H. (2000). Is alexithymia a permanent feature in depressed patients? *Psychotherapy and Psychosomatics*, 69(6), 303-308.
- Hoppe, K. D., & Bogen, J. E. (1977). Alexithymia in twelve commissurotomized patients. *Psychotherapy and psychosomatics*, 28(1-4), 148-155.
- Hortaçsu, N. & Oral, A. (1991). Factors affecting relationships of turkish adolescents with parents and same-sex friends. *Journal of Social Psychology*, 131(3), 413-427.
- Humphreys, T. P., Wood, L. M., & Parker, J. D. (2009). Alexithymia and satisfaction in intimate relationships. *Personality and Individual Differences*, 46(1), 43-47.
- Kahveci, G. A. (2016). *Evli çiftlerde evlilik uyumu, evlilik çatışma biçimi ve depresyon düzeylerinin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Karaboğa, M. (2011). Çocuklarda bağlanma stilleri ve benlik saygısının aleksitimi üzerindeki yordayıcı rolünün incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Karlıdağ R., Ünal S., & Yoloğlu S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik düzeylerinin aleksitimi düzeyleriyle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(3),153-160.
- Kemerli, B., & Çelik, T. (2015). Aleksitimi ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. *Journal of European Education*, 5(2).
- Koçak, R. (2002). Aleksitimi: Kuramsal çerçeve tedavi yaklaşımları ve ilgili araştırmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(1- 2), 183-212.
- Koçak, R. (2003). Üniversite öğrencilerinde aleksitimi ve yalnızlığın bazı değişkenler açısından karşılaştırılması ve aralarındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19), 15-24.
- Kokkonen, P., Karvonen, J. T., Veijola, J., Läksey, K., Jokelainen, J., Järvelin, M. R., & Joukamaa, M. (2001). Prevalence and sociodemographic correlates of alexithymia in a population sample of young adults. *Comprehensive psychiatry*, 42(6), 471-476.

- Kokkonen, P., Veijola, J., & Karvonen, J.T., (2003). Ability to speak at the age of 1 year and alexithymia 30 years later. *Journal of Psychosomatic Research* 54,491–495.
- Konrath, S., Novin, S., & Li, T. (2012). Is the relationship between alexithymia and aggression context-dependent? Impact of group membership and belief similarity. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 329-334.
- Korja, R., Latva, R., & Lehtonen, L. (2012). The effects of preterm birth on mother–infant interaction and attachment during the infant's first two years. *Acta obstetrica et gynecologica Scandinavica*, 91(2), 164-173.
- Köse, D., Çınar, N., & Altınkaynak, S. (2013). Yenidoğanın anne ve baba ile bağlanma süreci. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 22, 239-45.
- Krystal, H. (1979). Alexithymia and psychotherapy. *Am J Psychother*, 33, 17-31.
- Krystal, H. (1988). *Integration and Self-Healing. Affect, Trauma, Alexithymia*. Hillsdale, NJ (The Analytic Press) 1988.
- Krystal, H. (Ed.). (1968). *Massive psychic trauma*. International Universities Press.
- Krystal, H.J. (1983). Alexithymia and effectiveness of psychoanalytic treatment. *International Journal of Psychoanalytic Psychotherapy*, 9, 353-378.
- Kuyumcu, B. (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş duygusal farkındalık ve duygularını ifade etmelerinin ülke ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 1-24.
- Laible, D. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior. *Personal Individual Differences*, 43, 1185-1197.
- Lane, R. D. & Schwartz, G. E. (1987). Levels of emotional awareness: A cognitive-developmental theory and its application psychopathology. *American Journal of Psychiatry*, 144, 133-143.
- Láng, A. (2010). Attachment and emotion regulation – clinical implications of a non clinical sample study. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 674–678.
- Lazarus, R. S. (1982). Thoughts on the relation between emotions and cognition. *Psychoter Psychosom*, 7, 87-135.
- Lesser, I. M. (1985). A critique of contributions to the alexithymia symposium. *Psychotherapy and psychosomatics*, 44(2), 82-88.

- Lesser, I.M. (1981). A review of the alexithymia concept. *Psychomatic Medicine*, 43(6), 531-543.
- Levant, R. F., Good, G. E., Cook, S. W., O'Neil, J. M., Smalley, K. B., Owen, K., & Richmond, K. (2006). The normative male alexithymia scale: Measurement of a gender-linked syndrome. *Psychology of Men & Masculinity*, 7(4), 212-224.
- Levant, R. F., Hall, J. R., Williams, M. C., & Hasan, T. N. (2009). Gender differences in alexithymia. *Psychology in Men and Masculinity*, 10(3), 190-203.
- Loas, G. (1994). Prevalance of alexithymia in a general population. *Annual Medicine Psychool*, 153(5), 355-357.
- Luminet, D. (1994). [Psychosomatic medicine--the future of an illusion]. *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie*, 44(11), 367-371.
- Lumley, M. A., Stettner, L., & Wehmer, F. (1996). How are alexithymia and physical illness linked? A review and critique of pathways. *Journal of psychosomatic research*, 41(6), 505-518.
- Lussier, Y., Sabourin, S., & Turgeon, C. (1997). Coping strategies as moderators of the relationship between attachment and marital adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 777-791.
- Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern.
- Mallinckrodt, B. & Wei, M. (2005). Attachment, social competencies, social support and psychological distress. *Journal of Counselling Psychology*, 52, 358-367.
- Martin, B.J., & Phil, O.R. (1986). Influence of alexithymia characteristics on psychological and subjective stress responses in normal individuals. *Psychotherapy Psychosomatic*, 45, 66-67.
- Mc Dougall, J. (1982). Alexithymia; a psychoanalytic viewpoint. *Psychotherapy Psychosomatics*, 38,81-90.
- Mikulincer, S. & Shaver, P. R. (2007). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. New York: Guilford Press.
- Nemiah, J. (1977). Alexithymia: Theoretical considerations. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 28, 199-206.
- Oktay, B., & Batıgün, A. (2014). Aleksitimi: Bağlanma, benlik algısı, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke. *Türk Psikoloji Yazıları*, 17(33), 31-40.



- Oskis, A., Clow, A., Hucklebridge, F., Bifulco, A., Jacobs, C. & Loveday, C. (2013). Understanding alexithymia in female adolescents: The role of attachment style. *Personality and Individual Differences, 54*, 97–102.
- Özbey, S. (2009). *Anaokulu ve anasınıfı davranış ölçeği'nin (pkbs-2) geçerlik güvenirlik çalışması ve destekleyici eğitim programının etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Özügürlü, K. (1990). Evlilik raporu. İstanbul: Altın kitaplar.
- Parker, J. D., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (1989). The alexithymia construct: relationship with sociodemographic variables and intelligence. *Comprehensive psychiatry, 30*(5), 434-441.
- Parker, J. D., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (1998). Alexithymia: relationship with ego defense and coping styles. *Comprehensive psychiatry, 39*(2), 91-98.
- Parker, J. D., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2001). The relationship between emotional intelligence and alexithymia. *Personality and Individual Differences, 30*(1), 107-115.
- Plotnik, R. (2009). Psikolojiye giriş. İstanbul: Kaknüs
- Sabatelli, R. M. (1988). Measurement issues in marital research: A review and critique of contemporary survey instruments. *Journal of Marriage and the Family, 50*, 891-915.
- Salminen, J. K., Saarijärvi, S., Äärelä, E., Toikka, T., & Kauhanen, J. (1999). Prevalence of alexithymia and its association with sociodemographic variables in the general population of Finland. *Journal of psychosomatic research, 46*(1), 75-82.
- Saxton, L. (1982), Marriage. The nature of marriage, the individual, marriage, and the family. (5. Baskı). Wadsworth Publishing Company Belmont, California A Division of Wadsworth, Inc. 216-224.
- Sayar, K., & Ak, İ. (2001). The predictors of somatization: A review. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 11*, 266-271.
- Sayar, M. K., Öztürk, M., & Acar, B. (2000). Aşırı dozda ilaç alımıyla intihar girişiminde bulunan ergenlerde psikolojik etkenler. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 10*(3), 133-138.

- Schore, A. N. (1996). The experience-dependent maturation of a regulatory system in the orbital prefrontal cortex and the origin of developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 8(01), 59-87.
- Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant mental health journal*, 22(1-2), 7-66.
- Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*, 31, 143-157.
- Sifneos, P. E. (1973). The prevalence of 'alexithymic' characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and psychosomatics*, 22(2-6), 255-262.
- Sifneos, P. E. (1988). Alexithymia and its relationship to hemispheric specialization, affect, and creativity. *Psychiatric Clinics of North America*.
- Sifneos, P. E. (1996). Alexithymia: Past and present. *American Journal of Psychiatry*, 153, 137-142.
- Sifneos, P. E. (2000). Alexithymia, Clinical Issues, Politics and Crime1. *Psychotherapy and psychosomatics*, 69(3), 113-116.
- Sifneos, P. E., Apfel, S. R., & Frankel, F. H. (1977). The phenomenon of alexithymia. *Psychotherapy Psychosomatic*, 28, 47-57.
- Solmaz, M., Sayar, K., Özer, Ö. A., Öztürk, M., & Acar, B. (2000). Sosyal fobi hastalarında aleksitimi, umutsuzluk ve depresyon: Kontrollü bir çalışma. *Klinik Psikiyatri*, 3(4), 235-241.
- Solmuş, T.(2003). Romantik bağlanma (II): İlişkisel değişkenler ve ilişki süreci. *Türk Psikoloji Bülteni*, 9(28- 29), 99-108.
- Soylu, Y. & Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43) 44-54.
- Soysal, A. Ş; Bodur, Ş., İşeri, E., & Şenol S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 8, 88-89.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: new scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage & the Family*, 38, 15-28.
- Stoudemire, A. (1991). Somatothymia: parts I and II. *Psychosomatics*, 32(4), 365-381.

- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21, 1-22.
- Swiller, H. I. (1988). Alexithymia: Treatment utilizing combined individual and group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 38(1), 47-61.
- Şahin, R. A. (1991). Peptik ülser ve aleksitimi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2(3), 25-30.
- Şaşıoğlu M., Gülol Ç., & Tosun A. (2013). Aleksitimi kavramı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 5(4), 507-527.
- Şendil, G. ve Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 28(1), 15-34.
- Şenkal, İ. (2013). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve bağlanma biçiminin depresyon ve kaygı belirtileri ile ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Taycan, S. E. & Kuruoğlu, A. Ç. (2014). Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(1), 9-18.
- Taylor, G. J. (1984). alexithymia concept, measurement and implications for treatment. *American Journal of Psychiatry*, 141(6), 725-732.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M. & Parker, J. D. A. (1997). Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness (Paperback edition 1999). Cambridge: Cambridge University Press.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. (2003). The 20-Item Toronto Alexithymia Scale: IV. Reliability and factorial validity in different languages and cultures. *Journal of psychosomatic research*, 55(3), 277-283.
- Taylor, G. J., Parker, J. D., Bagby, R. M., & Acklin, M. W. (1992). Alexithymia and somatic complaints in psychiatric out-patients. *Journal of psychosomatic research*, 36(5), 417-424.
- Thorberg, F. A., Young, R. McD., Sullivan, K. A. & Lyvers, M. (2011). Parental bonding and alexithymia: A meta-analysis. *European Psychiatry*, 26(3), 187-193.

- Tolan, Ö. Ç. (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması*. Yayınlanmamış doktora tezi. İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Tolmunen, T., Heliste, M., Lehto, S. M., Hintikka, J., Honkalampi, K., & Kauhanen, J. (2011). Stability of alexithymia in the general population: an 11-year follow-up. *Comprehensive psychiatry*, 52(5), 536-541.
- Torun, F., Torun, S. D., & Yıldırım, E. A. (2011). Silah ruhsati almak için başvuranlarda depresyon, öfke, aleksitimi ve kişilik özellikleri. *Nobel Medicus Journal*, 7(1), 61-67.
- Troisi, A., D'Argenio, A., Peracchio, F. & Petti, P. (2001). Insecure attachment and alexithymia in young men with mood symptoms. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 189(5), 311-316.
- Tunç, A. İ. (2009). Kız çocuklarının okula gitmeme nedenleri (Van ili örneği). *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1).
- Tutarel-Kışlak, Ş. & Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(9), 61-68.
- Türk, M. (1992). *Üniversite öğrencilerinde aleksitimik özellikler ile ruh sağlığı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İzmir Ege Üniversitesi.
- Tüzün O. & Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi* 19(1), 24-39.
- Vanheule, S., Desmet, M., Meganck, R., & Bogaerts, S. (2007). Alexithymia and interpersonal problems. *Journal of Clinical Psychology*, 63(1), 109-117.
- Vanheule, S., Vandenbergen, J., Verhaeghe, P., & Desmet, M. (2010). Interpersonal problems in alexithymia: A study in three primary care groups. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 83(4), 351-362.
- Von Rad, M. (1984). Alexithymia and symptom formation. *Psychotherapy and psychosomatics*, 42(1-4), 80-89.
- Williams, C., & Wood, R. L. (2013). The impact of alexithymia on relationship quality and satisfaction following traumatic brain injury. *The Journal of Head Trauma Rehabilitation*, 28(5), 21-30.

- Yelsma, P. & Marrow, S. (2009). An examination of couples' difficulties with emotional expressiveness and their marital satisfaction. *Journal of Family Communication*, 3(1), 41-62.
- Yelsma, P. (2005). Predictors of difficulty of verbal emotional expression: Positive affect, negative affect and self-defeating personality. Unpublished Manuscript.
- Yemez, B. (1991). *Psikoanalitik, somatoform ve diğer bozukluklarda aleksitimi üzerine kontrollü bir çalışma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İzmir Ege Üniversitesi.
- Yıldız, B. (2013). *Çocuklarda maddi değerlere verilen önem ile aleksitimi arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi.
- Yurt, E. (2006). *Şizofreni hastalarında aleksitimi; negatif belirtiler, ilaç yan etkileri, depresyon ve içgörü ile ilişkisi*. Uzmanlık Tezi, Bakırköy Ord. Prof. Mazhar Osman Ruh Sağlığı Ve Sinir Hastalıkları Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.

## **EKLER**

### **EK 1**

#### **Kişisel Bilgi Formu**

Değerli katılımcı, aşağıda sunulan ölçekler, evlilik yaşantısını anlamaya yönelik bir takım özellikleri belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Sunulan ölçeklere isminizi yazmanız gerekmemektedir. Vereceğiniz yanıtlar sadece araştırmacı tarafından bilimsel veri amacıyla kullanılacak ve kesinlikle gizli tutulacaktır. Sunulan ölçeklerin eşler tarafından ayrı ayrı doldurulması gerekmektedir. Her bir ölçeği yanıtlamaya geçmeden önce ölçek başlarında sunulan kısa açıklamaları dikkatlice okuyunuz. Soruların doğru veya yanlış cevapları bulunmamaktadır Çalışmanın sağlıklı sonuçlar verebilmesi için yanıtlarınızın içten ve samimi olması büyük önem taşımaktadır. Lütfen ölçeklerdeki her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz. Katkılarınız için teşekkür ederim.

1. **Cinsiyet:** ( ) Kadın ( ) Erkek
2. **Yaş:**..... 3. **Eşinizin yaşı:** .....
4. **Evlenme yaşı:** .....
5. **Kaçıncı evliliğiniz:**.....
6. **Ne kadar zamandır evlisiniz:**.....
7. **Kaç çocuğunuz var:** .....
8. **Evlilik kararınızı nasıl aldınız?**  
( ) Sadece kendi isteğimle  
( ) Ailemin isteğiyle  
( ) Ailemin isteği ve kendi isteğimle  
( ) Diğer
9. **Eğitim durumunuz**  
( ) İlkokul  
( ) Ortaokul  
( ) Lise  
( ) Üniversite  
( ) Yüksek Lisans/Doktora

**10. Eşinizin eğitim durumu**

- İlkokul  
 Ortaokul  
 Lise  
 Üniversite  
 Yüksek Lisans/Doktora

**11. Çalışıyor musunuz?**

- Evet  Hayır

**12. Eşiniz çalışıyor mu?**

- Evet  Hayır

**13. Ekonomik durumunuz sizce nasıldır?**

- Düşük  Orta  Yüksek

## EK 2

### Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkileriniz dahil olmak üzere yakın ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilişkilidir. Sizden, genel olarak yakın ilişkilerinizde yaşadıklarınızı dikkate alarak aşağıdaki ifadeleri değerlendirmeniz istenmektedir. Aşağıdaki maddeleri yakın ilişki içinde olduğunuz kişileri düşünerek cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşısındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde gösteriniz.

1	2	3	4	5	6	7							
Hiç	Kesinlikle												
Katılmıyorum	katılıyorum						1	2	3	4	5	6	7
1. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.													
2. Terk edilmekten korkarım.													
3. Arkadaş olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.													
4. İlişkilerim konusunda çok kaygılıyım.													
5. Birlikte olduğum kişi bana yakınlaşmaya başlar başlamaz kendimi geri çekiyorum.													
6. Birlikte olduğum kişilerin beni, benim onları umursadığım kadar umursamayacaklarından endişe duyarım.													
7. Birlikte olduğum kişi çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.													
8. Birlikte olduğum kişiyi kaybedeceğim diye çok kaygılanırım.													
9. Birlikte olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.													
10. Genellikle birlikte olduğum kişinin benim için hissettiklerinin, benim onun için hissettiklerim kadar güçlü olmasını arzu ederim.													
11. Birlikte olduğum kişilere yakın olmak isterim ama sürekli kendimi çekerim.													
12. Genellikle birlikte olduğum kişiyle tamamen bütünleşmek isterim ve bu bazen onarlı korkutup benden uzaklaştırır.													
13. Birlikte olduğum kişilerin benimle çok yakınlaşması beni gerginleştirir.													



14. Yalnız kalmaktan endişe duyarım.									
15. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda oldukça rahatımdır.									
16. Çok yakın olma arzumu bazen insanları korkutup uzaklaştırır.									
17. Birlikte olduğum kişiyle çok yakınlaşmaktan kaçınmaya çalışırım.									
18. Birlikte olduğum kişi tarafından sevildiğimin sürekli ifade edilmesine gereksinim duyarım.									
19. Birlikte olduğum kişiyle kolaylıkla yakınlaşabilirim.									
20. Birlikte olduğum kişileri bazen daha fazla duygu bağlılık göstermeleri için zorladığımı hissedirim,									
21. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.									
22. Terk edilmekten pek korkmam.									
23. Birlikte olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.									
24. Birlikte olduğum kişinin bana ilgi göstermesini sağlayamazsam üzülür ya da kızarım.									
25. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.									
26. Birlikte olduğum kişinin bana, benim istediğim kadar yakın olmadığını düşünürüm.									
27. Sorunlarımı ve kaygılarımı genellikle birlikte olduğum kişiyle tartışırım.									
28. Bir ilişkide olmadığım zaman kendimi biraz kaygılı ve güvensiz hissedirim.									
29. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanmakta rahatımdır.									
30. Birlikte olduğum kişi istediğim kadar yakınımda olmadığında kendimi engellenmiş hissedirim.									
31. Birlikte olduğum kişilerden teselli, öğüt ya da yardım istemekten rahatsızlık duymam.									
32. İhtiyaç duyduğumda, birlikte olduğum kişiye ulaşamazsam kendimi engellenmiş hissedirim.									
33. İhtiyacım olduğunda birlikte olduğum kişiden yardım istemek işe yarar.									
34. Birlikte olduğum kişiler beni onaylamadıklarında kendimi gerçekten kötü hissedirim.									
35. Rahatlama ve güvencenin yanı sıra birçok şey için birlikte olduğum kişiyi ararım.									
36. Birlikte olduğum kişi benden ayrı zaman geçirdiğinde üzülürüm.									

## EK 3

### Türkçe Toronto Aleksitimi Ölçeği

Lutfen aşağıdaki maddelerin sizi ne olcude tanımladığını işaretleyiniz.

**Hicbir zaman... (1), Nadiren... (2), Bazen... (3), Sık sık ... (4), Her zaman... (5)**

olacak şekilde bu maddelere puan veriniz.

1. Ne hissettiğimi çoğu kez tam olarak bilemem. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
2. Duygularım için uygun kelimeleri bulmak benim için zordur. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
3. Bedenimde doktorların bile anlamadığı duygular oluyor. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
4. Duygularımı kolayca tanımlayabilirim. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
5. Sorunları yalnızca tanımlamaktansa onları çözümlenmeyi yeğlerim. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
6. Keyfim kactığında, uzgun mu, korkmuş mu yoksa kızgın mı olduğumu bilemem. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
7. Bedenimdeki duygular çoğu kez kafamı karıştırır. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
8. Neden öyle sonuçlandığını anlamaya çalışmaksızın işleri olurluna bırakmayı yeğlerim. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
9. Tam olarak tanımlayamadığım duygularım var. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
10. İnsanların duygularını tanıması zorunludur. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
11. İnsanlar hakkında ne hissettiğimi tanımlamak benim için zordur. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
12. İnsanlar duygularım hakkında daha çok konuşmamı isterler. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
13. İçimde ne olup bittiğini bilmiyorum. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
14. Çoğu zaman neden ofkeli olduğumu bilmem. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
15. İnsanlarla, duygularından çok günlük uğraşları hakkında konuşmayı yeğlerim. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
16. Psikolojik dramalar yerine eğlence programları izlemeyi yeğlerim. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
17. İçimdeki duyguları yakın arkadaşlarıma bile açıklamak bana zor gelir. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
18. Sessizlik anlarında bile kendimi birisine yakın hissedebilirim. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
19. Kişisel sorunlarımı çözerken duygularımı incelemeyi yararlı bulurum. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )
20. Film ya da tiyatro oyunlarında gizli anlamlar aramak, onlardan alınacak hazzı azaltır. 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )

## EK 4

### Çift Uyum Ölçeği

Aşağıda Çift Uyum Ölçeği'nden örnek maddelere yer verilmiştir.

Örnek Maddeler	Her zaman	Hemen hemen her zaman	Zaman zaman	Ara sıra	Nadiren	Hiçbir zaman
16. Ne sıklıkla boşanmayı, ayrılmayı ya da ilişkinizi bitirmeyi düşünür ya da tartışırsınız?						
17. Ne sıklıkla siz ve ya eşiniz kavradan sonra evi terk edersiniz?						
18. Ne sıklıkla eşinizle olan ilişkinizin genelde iyi gittiğini düşünürsünüz?						
19. Eşinize güvenir misiniz?						
20. Evlendiğiniz için hiç pişmanlık duyar mısınız?						

## EK 5

### ÇiftUyum Ölçeği Kullanım İzni

Kimden: [Hürol Fışiloğlu](#) >

[Gizle](#)

Kime: [Elif Eren Sağlam](#) >

---

**Ynt: Çift Uyum Ölçeği kullanımı hakkında**

22 Ekim 2015 15:22

---

Sayın Elif Eren Sağlam,  
Onay verdiğiniz koşullara uyararak çalışmanızda  
Çiftler Uyum Ölçeği'ni kullanmanızı kabul ediyorum.  
Çalışmanızda başarılar dilerim.  
Saygılarımla  
Prof. Dr. Hürol Fisiloglu  
ODTÜ/Middle East Technical University  
Psikoloji Böl./Department of Psychology  
06531 Ankara  
Türkiye/Turkey  
Tel./Phone: [+90 312 210 51 15](tel:+903122105115)  
Fax: [+90 312 210 79 75](tel:+903122107975)

## ÖZGEÇMİŞ

19.02.1990 tarihinde İstanbul'da doğan Elif SAĞLAM, ilköğretimi 2004 yılında Özel Gökyüzü Koleji'nde, ortaöğretimini ise 2008 yılında Üsküdar Çağrıbey Anadolu Lisesi'nde tamamladı. 2008 yılında %100 ÖSYM bursu ile kazandığı İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji bölümünden 2013 yılında birincilikle mezun oldu. 2013 yılında başladığı yüksek lisans eğitimini de tam burslu olarak kazandığı Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim dalında tamamladı. Yüksek lisans süresince TÜBİTAK'tan burs almaya hak kazandı. Lisans ve yüksek lisans boyunca Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, NP İstanbul ve Bezmialem Üniversitesi Hastanesi'nin klinik servislerinde stajyer psikolog olarak görev yaptı. Evli ve bir çocuk annesidir.