T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

BELİRSİZLİĞE KARŞI TAHAMMÜLSÜZLÜK VE FİNANSAL İYİLİK HALİNİN EVLİLİK DOYUMUNA ETKİSİ: PANDEMİ SONRASI MAVİ YAKALILAR ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

YÜKSEK LİSANS TEZİ

FATMANUR YÜKSEL

İSTANBUL – 2024

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

BELİRSİZLİĞE KARŞI TAHAMMÜLSÜZLÜK VE FİNANSAL İYİLİK HALİNİN EVLİLİK DOYUMUNA ETKİSİ: PANDEMİ SONRASI MAVİ YAKALILAR ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

YÜKSEK LİSANS TEZİ

FATMANUR YÜKSEL

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi SELİN ERYÜREK

İSTANBUL – 2024

KABUL VE ONAY

Fatmanur YÜKSEL tarafından hazırlanan "Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük ve Finansal İyilik Halinin Evlilik Doyumuna Etkisi: Pandemi Sonrası Mavi Yakalılar Üzerine Bir Araştırma" adlı tez çalışmasının savunma tarihi 26711/2024 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oy birliği ile İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri İmza

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Selin ERYÜREK ……..

Üye
Doç. Dr. Meltem ASLAN DESENLİ ……..

Üye
Dr. Öğr. Üyesi Volkan DEMİR ……..

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun …/…/2024 tarih ve …….. sayılı kararıyla onaylanmıştır.

…….
Doç. Dr. Bülent DEMİR
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Fatmanur YÜKSEL

26.12.2024

ÖNSÖZ

Öncelikle, bu çalışmanın her aşamasında bana yol gösteren tez danışmanım Sayın Dr. Selin Eryürek'e teşekkürlerimi sunarım. Kendisinin değerli katkıları ve teşvikleri çok önemliydi. Tüm sorularıma karşın sabırla verdiği yanıtlar ve aktardığı bilgi birikimi olmasaydı süreç bu kadar iyi geçmeyecekti.

Tez araştırmam da sorumlu oldukları ölçekleri kullanma izni verdiği için Sayın Prof. Dr. Hakan Sarıçam'a, Sayın Prof. Dr. Onur Sunal'a, Sayın Doç. Dr. Metehan Çelik'e teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek Lisans ve Tez sürecinde ihtiyacım olduğu her an bilgilerine başvurduğum Sayın Lisans ve Yüksek Lisans Hocalarıma teşekkürlerimi sunarım.

Ayrıca, tezin yazımı sürecinde manevi desteğini esirgemeyen aileme ve arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunarım. Tez çalışması boyunca anlayışları ve destekleri çok kıymetliydi.

Akademik hayatım boyunca bana hep güç veren ve güvenen sevgili anneme ve her zaman kendi ayaklarımın üstünde durmam için beni maddi-manevi destekleyen sevgili babama teşekkürü bir borç bilirim.

Lisans hayatımın en başından itibaren her zaman yanımda olan ve desteklerini esirgemeyen sevgili ağabeylerime teşekkürlerimi sunarım.

Tez süreci daha keyifli geçirmemi sağlayan sevgili arkadaşlarım, Esra ve Kübra'ya teşekkürlerimi sunarım.

Tez çalışmam ile ilgili sorularım olduğunda sabırla yanıtlayan meslektaşım ve sevgili arkadaşım Sena'ya teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak, bu tezin tüm aşamalarında beni destekleyen ve özellikle veri toplama konusunda yardımcı olan herkese şükranlarımı sunarım.

Fatmanur YÜKSEL

26.12.2024

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR ..... **i**

TABLO LİSTESİ ..... **ii**

ŞEKİL LİSTESİ ..... **iii**

ÖZET ..... **iv**

ABSTRACT ..... **v**

GİRİŞ **1**

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE **4**

1.1. Covid-19 Pandemisi ve Psikolojik Etkileri 4

1.1.1. Pandemi Kavramı 4

1.1.2. Covid-19 Pandemisi 6

1.1.3. Covid-19 Pandemisinin Psikolojik Etkileri 9

1.1.3.1. Anksiyete 9

1.1.3.2. Stres 11

1.1.3.3. Travma Sonrası Stres Bozukluğu 14

1.1.3.4. Depresyon 15

1.1.3.5. Yalnızlık ve Sosyal İzolasyon 17

1.2. Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük 1

1.2.1. Belirsizlik Kavramı 1

1.2.2. Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük 2

1.2.3. Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük ve Pandemi İlişkisi 3

1.3. Evlilik ve Evlilikte Çatışma, Uyum ve Doyum 6

1.3.1. Evlilik 6

1.3.1.1. Evlilik Kavramı 7

1.3.1.2. Evlilik Tipleri 8

1.3.1.3. Evliliğin İşlevleri 10

1.3.2. Evlilikte Çatışma 12

1.3.2.1. Çatışma Kavramı 12
1.3.2.2. Çatışma Kaynakları 13
1.3.2.3. Çatışma Tipleri 14
1.3.2.4. Çatışmaların Çözümünde Farklı Yaklaşımlar 15
1.3.2.5. Evlilikte Çatışmaların Çözümü 16
1.3.2.6. Evlilikte Çatışmaların Çözümünü Etkileyen Faktörler 17
1.3.2.6.1. Evlilik Süresi 17
1.3.2.6.2. Çocuk Mevcudiyeti 18
1.3.2.6.3. Kültürel Farklılıklar 19
1.3.2.6.4. Toplumsal Cinsiyet Rolleri 19
1.3.2.6.5. Sosyal Medya Kullanımı 20
1.3.2.6.6. Kişilik Özellikleri 21
1.3.2.6.7. İletişim Tarzı 22
1.3.3. Evlilik Uyumu 22
1.3.3.1. Evlilik Uyumu Kavramı 23
1.3.3.2. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler 24
1.3.3.3. Evlilik Uyumu Teorileri 25
1.3.4. Evlilik Doyumu 27
1.3.4.1. Evlilik Doyumu Kavramı 27
1.3.4.2. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler 28
1.3.5. Evlilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük İlişkisi 30
1.3.5.1. Evli Çiftlerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyi 30
1.3.5.2. Evli Çiftlerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Arasındaki Uyum 31
1.3.5.3. Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Evlilikteki Karar Verme Süreçlerine Etkisi. 33
1.4. Evlilikte Yaşanan Ekonomik Problemler 34
1.4.1. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Evliliğe Etkileri 34
1.4.2. Eşler Arası Gelir Düzeyi Farklılığı ve Evliliğe Etkileri 35

1.4.3. Borçlanma ve Evliliğe Etkileri 37
1.4.4. Ekonomik Güvensizlik ve Evliliğe Etkileri 40
1.4.5. Ekonomik Olumsuz Koşullar ve Evliliğe Etkileri 42
1.4.6. İşsizlik ve Evliliğe Etkileri 44
1.4.7. Evlilikte Finansal Sorumluluklar ve Evliliğe Etkileri 45
1.4.8. Evlilikte Ekonomik Şiddet ve Evliliğe Etkileri 47
BÖLÜM 2: YÖNTEM 49
2.1. Araştırmanın Yöntemi 49
2.2. Veri Toplama Araçları 49
2.2.1. Gönüllü Onam Formu 49
2.2.2. Sosyodemografik Bilgiler Formu 50
2.2.3. Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük Ölçeği 50
2.2.4. Finansal İyilik Hali Ölçeği 50
2.2.5. Evlilik Doyum Ölçeği 51
2.2.6. Araştırmanın Evreni, Örneklemi ve İstatistiksel Değerlendirme 51
BÖLÜM 3: ARAŞTIRMANIN BULGULARI 53
3.1. Betimleyici Verilerin Analizi 53
3.1.1. Demografik Veriler 53
3.1.2. Ölçek Puanlarının Betimleyici İstatistikleri 57
3.2. Ölçek Verilerin Geçerlilik ve Güvenilirliğinin Araştırılması 58
3.3. Ölçek Değerlerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre İncelenmesi 59
3.3.1. Ölçek Değerlerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi 59
3.3.2. Ölçek Değerlerinin Yaş Gruplarına Göre İncelenmesi 61
3.3.3. Ölçek Değerlerinin Çalışılan Sektöre Göre İncelenmesi 65
3.3.4. Ölçek Değerlerinin Evlilikte Finansal Sorunların Olumsuz Etkisi Düşüncesine Göre İncelenmesi 67
3.4. Ölçekler Arasında İlişkilerin İncelenmesi 69

BÖLÜM 4: TARTIŞMA 72

4.1. Evlilik Doyumu ile İlgili Bulgulara İlişkin Tartışma 72

4.2. Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile İlgili Bulgulara İlişkin Tartışma 73

4.3. Finansal İyilik Hali ile İlgili Bulgulara İlişkin Tartışma 75

SONUÇ VE ÖNERİLER 77

KAYNAKÇA 81

EKLER 110

ÖZGEÇMİŞ 115

KISALTMALAR

CDC: Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri (Centers for Disease Control and Prevention)

Covid-19: 2019 Koronavirüs Hastalığı (Coronavirus Disease 2019)

BTÖ: Belirsizliğe Tahammül Ölçeği

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

DSÖ (WHO): Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization)

EDÖ: Evlilik Doyum Ölçeği

FİHÖ: Finansal İyilik Hali Ölçeği

IU: Belirsizliğe Tahammülsüzlük (Intolerance of Uncertainty)

OCPD: Obsesif-Kompulsif Kişilik Bozukluğu (Obsessive-Compulsive Personality Disorder)

PSAF: Pandemi Şiddet Değerlendirme Çerçevesi (Pandemic Severity Assessment Framework)

SED: Sosyoekonomik durum

SSRI: Seçici Serotonin Geri Alım İnhibitörleri (Selective Serotonin Reuptake Inhibitors)

TSSB: Travma Sonrası Stres Bozukluğu

TABLO LİSTESİ

Tablo 1:Türkiye'de ve Dünyada Covid-19 Pandemisinde Güncel Durum 9
Tablo 2: Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı 53
Tablo 3:Katılımcıların Ailevi Özelliklerine Göre Dağılımı 54
Tablo 4:Katılımcıların Çalışma Hayatına İlişkin Özellikleri 55
Tablo 5:Katılımcıların Ekonomik Durum, Sosyal Güvence ve Aile İlişkilerine Göre Dağılımı 56
Tablo 6: Ölçek Puanlarına Dair Betimleyici İstatistikler 58
Tablo 7: Ölçek ve Alt Boyutlarının İç Tutarlılık, Madde Korelasyonları, Toplanabilirlik ve Maddeler Arası Dağılımları İncelenmesi 59
Tablo 8: Cinsiyet Gruplarında Ölçek Puanlarının Normallik Testleri 60
Tablo 9: Cinsiyet göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması 61
Tablo 10: Yaş Gruplarında Ölçek Puanlarının Normallik Testleri 62
Tablo 11: Yaş Gruplarında Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması 62
Tablo 12: Yaş Gruplarında Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Alt Boyutlarının İkili Karşılaştırmaları 63
Tablo 13: Yaş Gruplarında Göre Evliliğe Doyum Ölçeği ve Alt Boyutlarının İkili Karşılaştırmaları 64
Tablo 14: Yaş Gruplarında Göre Finansal İyilik Hali Ölçeği ve Alt Boyutlarının İkili Karşılaştırmaları 65
Tablo 15: Çalışılan Sektöre Göre Ölçek Puanlarının Normallik Testleri 66
Tablo 16: Sektöre göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması 67
Tablo 17: Evlilikte Finansal Sorunların Olumsuz Etkisi Düşüncesine Göre Ölçek Puanlarının Normallik Testleri 67
Tablo 18: Evliliğe Finansal Sorunların Olumsuz Etkisi Düşüncesine Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması 68
Tablo 19: Ölçek Puanlarının Normallik Testleri 69
Tablo 20: Ölçek Puanları rho Korelasyon Katsayıları Tablosu 70

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1: Covid-19 Pandemisinde Güncel Durum 8

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük ve Finansal İyilik Halinin Evlilik Doyumuna Etkisi: Pandemi Sonrası Mavi Yakalılar Üzerine Bir Araştırma

Fatmanur YÜKSEL

Yüksek Lisans Tezi

Psikoloji Anabilim Dalı / Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Selin ERYÜREK

Aralık, 2024 – 147 Sayfa

Bu çalışma, evli ve mavi yakalı bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, finansal iyilik halleri ve evlilik doyumları arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmaya 18-55 yaş aralığında 315 birey katılmıştır. Veriler, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Finansal İyilik Hali Ölçeği ve Evlilik Doyum Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Bulgular, demografik özelliklerin ve finansal durumun belirsizliğe tahammülsüzlük, finansal iyilik hali ve evlilik doyumu üzerinde önemli etkileri olduğunu göstermiştir. Kadınların, kamu sektöründe çalışanların ve yüksek gelir gruplarının genel olarak daha iyi finansal iyilik haline ve evlilik doyumuna sahip oldukları, ancak erkeklerin, 35-44 yaş grubunun ve özel sektörde çalışanların daha yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük gösterdikleri bulunmuştur. 35-44 yaş grubu diğer gruplara göre daha düşük finansal iyilik hali göstermiştir. Korelasyon analizleri, bireylerin ileri yönelik kaygıları artarken aile ve benlik doyumları düşük seviyede azaldığı tespit edilmiştir. Katılımcıların ileri yönelik kaygıları artarken finansal gelecek beklentileri düşük seviyede azalma eğilimindedir. Katılımcıların aile doyumu arttıkça finansal iyi hal, finansal kaygı iyiliği ve gelecek beklentisi düşük seviyede artış gözlemlenmektedir. Ayrıca, alt boyut ileri yönelik kaygı durumu incelersek benlik doyumu (rho = -0,215) ve aile doyumu (rho = -0,293) arasında anlamlı negatif yönlü düşük seviyede ilişki gözlemlenmektedir. İleri yönelik kaygı artarken zayıf seviyede cinsel doyumda artış gözlemlenmektedir. Zayıf ilişkilerin tesadüfi olma ihtimaline dikkat edilmelidir. Bu sonuçlar, evlilik doyumu ve finansal iyilik halinin artırılmasında, belirsizliğe tahammülsüzlüğün azaltılmasının ve finansal güvenliğin sağlanmasının önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Evlilik doyumu, Belirsizliğe tahammülsüzlük, Finansal iyilik hali, Evli bireyler, Nicel araştırma, Mavi Yakalı

ABSTRACT

Istanbul Kent University Graduate School of Education

The Effect of Intolerance to Uncertainty and Financial Well-Being on Marital Satisfaction: A Study on Blue Collar Workers After the Pandemic

Fatmanur YÜKSEL

Master Thesis

Department of Psychology / Division of Clinical Psychology

Supervisor: Assist. Prof. Dr. Selin ERYÜREK

December, 2024 – 147 Pages

This study aimed to examine the relationships between ambiguity intolerance levels, financial well-being and marital satisfaction of married and blue-collar individuals. 315 individuals between the ages of 18-55 participated in the study. Data were collected using the Intolerance of Uncertainty Scale, Financial Well-Being Scale and Marital Satisfaction Scale. The findings showed that demographic characteristics and financial status had significant effects on intolerance of uncertainty, financial well-being and marital satisfaction. It was found that women, public sector employees and higher income groups generally had better financial well-being and marital satisfaction, but men, 35-44 age group and private sector employees showed higher intolerance of uncertainty. The 35-44 age group showed lower financial well-being than the other groups. Correlation analyses revealed that while individuals' forward-looking concerns increased, their family and self-satisfaction decreased at a low level. While the participants' future oriented anxiety increases, their financial future expectations tend to decrease at a low level. As the participants' family satisfaction increases, financial well-being, financial anxiety well-being and future expectations increase at a low level. In addition, if we examine the sub-dimension of forward-looking anxiety, we observe a significant negative low-level relationship between self-satisfaction (rho = -0.215) and family satisfaction (rho = -0.293). As forward-looking anxiety increases, a weak increase in sexual satisfaction is observed. It should be noted that weak relationships may be coincidental. These results emphasize the importance of reducing intolerance of uncertainty and ensuring financial security in increasing marital satisfaction and financial well-being.

Keywords: Marital satisfaction, Intolerance of uncertainty, Financial well-being, Married individuals, Quantitative research

GİRİŞ

Covid-19 pandemisi, dünya genelinde sağlık, sosyal yaşam ve ekonomi gibi birçok alanda derin etkiler yaratmakta olup, bireylerin psikolojik sağlığını ciddi şekilde etkilemektedir. Pandemi süreci, bireylerin yaşam biçimlerini, sosyal ilişkilerini ve duygusal dengelerini sarsmakta ve bu süreçte ortaya çıkan belirsizlikler birçok kişiyi bilinmezlik karşısında bırakmaktadır. Pandemi sürecinde karşılaşılan belirsizlik, sosyal izolasyon, ekonomik zorluklar ve sağlık kaygıları, toplum genelinde stres, anksiyete, depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu gibi psikolojik sorunların artmasına neden olmaktadır. Özellikle pandemi ile ilişkili belirsizlik, bireylerde geleceğe yönelik kaygıları tetikleyerek psikolojik dayanıklılığı zayıflatmakta ve sosyal destek mekanizmalarının zayıflamasıyla yalnızlık duygusunun pekişmesine yol açmaktadır. Bu durum, bireylerin yalnızca psikolojik iyi oluşlarını değil, aynı zamanda sosyal ilişkilerinde ve özellikle evliliklerinde karşılaştıkları sorunlarla baş etme kapasitelerini de olumsuz yönde etkilemektedir.

Belirsizlik, insan yaşamının kaçınılmaz bir gerçeği olarak bireylerin günlük karar alma süreçlerinden geleceğe yönelik planlamalarına kadar her alanda etkisini göstermektedir. Ancak, bazı bireyler belirsiz durumlar karşısında daha fazla endişe ve stres yaşamakta, bu belirsizliklere karşı tahammülsüzlük geliştirmektedirler. Belirsizliğe karşı tahammülsüzlük, bireylerin belirsiz ve öngörülemeyen durumlarla karşılaştıklarında bu durumlardan rahatsızlık duyup kaçınma eğilimleri olarak tanımlanmaktadır. Özellikle Covid-19 pandemisi gibi öngörülemeyen ve belirsiz olayların yaşandığı dönemlerde, bu tahammülsüzlük bireylerin psikolojik iyi oluşlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük, yalnızca bireylerin kendi iç dünyalarında yaşadıkları bir sorun olarak kalmayıp, aynı zamanda evlilik gibi yakın ilişkilerde de sorunların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır.

Evlilik, toplumsal yapıların temel taşlarından biri olarak kabul edilmektedir. Çiftlerin arasındaki ilişki dinamikleri ise zamanla çeşitli çatışmalar, uyum süreçleri ve doyum dereceleriyle şekillenmektedir. Evliliğin dinamik yapısı, her iki bireyin duygusal ihtiyaçları ve beklentileri doğrultusunda değişiklikler gösterebilmektedir; bu durum zamanla çatışmalara yol açabilmektedir. Evlilik, iki bireyin bir araya gelerek ortak bir hayat sürdürdüğü bir ilişki formu olmakla birlikte, bu sürecin her zaman sorunsuz ilerlemesi beklenmemektedir. Çatışmalar, uyum ve doyum evliliğin doğal bir parçası olarak karşımıza çıkmakta ve bu unsurlar hem bireylerin hem de ilişkinin sağlıklı bir şekilde devam etmesi açısından büyük önem taşımaktadır. Özellikle belirsizliklerle dolu dönemlerde, çiftlerin ilişkilerindeki uyum ve

dayanışma daha fazla sınanmaktadır; bu durum evlilikteki memnuniyet düzeyini etkileyebilmektedir.

Evlilik uyumu, evlilik ilişkilerinin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi ve eşlerin birbirleriyle uyumlu bir yaşam sürmeleri açısından büyük önem taşımaktadır. Bu kavram, çiftlerin birlikte yaşamlarını şekillendiren önemli dinamikleri, duygusal ve davranışsal uyum süreçlerini ifade etmektedir. Evlilik uyumu, bireylerin günlük hayatta karşılaştıkları stres faktörlerine nasıl yanıt verdikleriyle de yakından ilişkilidir. Özellikle maddi sıkıntılar, bireylerin uyum süreçlerini zorlaştırabilmektedir. İletişimuyumu, eşlerin ilişkideki beklentilerinin karşılanması, etkili iletişim kurabilmeleri, anlaşmazlıkları çözebilme yetileri ve duygusal tatmin gibi unsurları kapsamaktadır. Sağlıklı bir evlilikte uyum, sadece bireylerin değil, aynı zamanda aile içindeki tüm üyelerin mutluluğu ve refahı için kritik bir faktördür. Evlilik uyumunun sağlanması, evlilikte karşılaşılan zorluklarla başa çıkma yeteneği, karşılıklı destek ve anlayış gibi etmenlerle doğrudan ilişkilendirilmektedir.

Evlilik uyumu, birçok farklı faktörden etkilenmekte ve her çiftin bu süreci yaşama biçimi farklı olabilmektedir. Bu bağlamda, evlilik uyumunu belirleyen çeşitli teoriler de geliştirilmiştir. Bu teoriler, eşler arasındaki iletişim, bağlanma stilleri, sosyal öğrenme ve duygusal beklentiler gibi farklı açılardan evlilik ilişkilerini analiz etmektedir. Örneğin, Wilson'ın Aşkın Evrimi Teorisi, romantik ilişkilerin evrimsel kökenlerine odaklanırken, Bandura'nın Sosyal Öğrenme Teorisi, bireylerin davranışlarının çevrelerinden nasıl etkilendiğini ve öğrenildiğini incelemektedir. Bu teoriler, çiftlerin evliliklerinde uyumu nasıl yakalayabilecekleri ve ilişkilerini nasıl daha sağlıklı bir şekilde sürdürebilecekleri konusunda önemli ipuçları sunmaktadır. Bu teorilerin evlilik dinamiklerine getirdiği farklı yaklaşımlar, çiftlerin karşılaştıkları sorunlara çözüm bulmalarına yardımcı olabilmektedir. Evlilik uyumu teorileri hem kişisel hem de ilişkisel dinamiklerin anlaşılması ve geliştirilmesine katkı sağlayarak, çiftlerin daha tatmin edici evlilikler sürdürebilmelerine olanak tanımaktadır.

Ekonomik problemler, evliliklerde büyük bir stres kaynağı olarak öne çıkmaktadır. Çiftler arasındaki finansal sorunlar, ilişkide duygusal gerginliğe yol açmakta ve evlilik memnuniyetini doğrudan etkilemektedir. Evlilikte karşılaşılan maddi zorluklar, sadece gelir ve gider dengesizliği ile sınırlı kalmayıp, bireylerin ruh sağlığını ve ilişkisel dinamikleri de olumsuz yönde etkilemektedir. Finansal belirsizlik, bireylerin genel yaşam memnuniyetlerini düşürebilmekte ve evlilikteki rol dağılımı ile görev paylaşımı gibi konularda da çatışmalar yaratabilmektedir. Bu bağlamda, sosyoekonomik düzey, eşler arası gelir farklılıkları, borçlanma ve ekonomik güvensizlik gibi faktörler, evlilikte yaşanan sorunların temel sebepleri

arasında yer almaktadır. Özellikle ekonomik kriz dönemlerinde artan işsizlik ve gelir kaybı, çiftler arasındaki çatışmaları artırmakta ve evliliklerin istikrarını tehdit edebilmektedir.

Ekonomik sorunların evlilik üzerindeki etkileri sadece finansal yetersizliklerle sınırlı kalmayıp, aynı zamanda psikolojik ve sosyal faktörlerle de iç içedir. Çiftler, maddi sıkıntılarla başa çıkarken duygusal destek sağlayamadıklarında, iletişim problemleri ve güven kaybı gibi durumlar ortaya çıkabilmektedir. Bu süreçte, duygusal destek eksikliği, çiftlerin birbirlerinden uzaklaşmasına ve ilişkilerinin zedelenmesine neden olabilmektedir. Ayrıca, sosyoekonomik düzey ve eğitim farkları, çiftler arasındaki uyumu ve anlaşmayı zorlaştırabilmektedir. Eşler arasındaki finansal farklılıklar, ilişkiyi güçlendiren ya da zayıflatan önemli bir unsur haline gelirken, borçlanma ve ekonomik güvensizlik ise evlilikteki huzuru bozabilecek faktörler arasında yer almaktadır.

Bu çalışma, evli ve mavi yakalı bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, finansal iyilik halleri ve evlilik doyumları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemi, İstanbul ili ve ilçelerinde yaşayan, 18-55 yaş aralığındaki 315 katılımcıdır. Örneklem rastgele seçilmiş olup, anket yöntemi ile veri toplanmıştır. Veriler, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Finansal İyilik Hali Ölçeği ve Evlilik Doyum Ölçeği gibi geçerli ve güvenilir ölçeklerle elde edilmiştir. Ayrıca, katılımcıların demografik ve finansal durumlarına ilişkin bilgiler Sosyodemografik Bilgiler Formu ile toplanmıştır. Bu veriler, bireylerin evlilik ilişkilerini etkileyen çok yönlü faktörleri daha detaylı bir şekilde analiz etme olanağı sağlamıştır.

Verilerin analizi için betimleyici istatistikler incelenmiş ve ölçeklerin iç tutarlılıkları ve geçerlilikleri kontrol edilmiştir. İç tutarlılık kat sayısı Cronbach Alfa değerine bakılarak ölçülmüştür. Parametrik yöntemler için gerekli varsayımların denetimleri sonucunda varsayımların sağlanmadığı tespit edilmiştir. Analizlerde ikili karşılaştırmalarda Mann-Whitney U testi, çoklu grup karşılaştırmalarda Kruskal Wallis varyans analizi kullanılmıştır. Ölçek puanlarının karşılaştırılmasında Spearman'ın sıralama korelasyon katsayısı ile aralarındaki ilişkiler incelenmiştir. Tüm analizler SPSS 26.0 paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiş olup, elde edilen bulgular ışığında belirsizliğe tahammülsüzlük ve finansal iyilik halinin evlilik doyumu ile ilişkileri değerlendirilmiştir. Bu sonuçlar, evlilik ilişkilerini iyileştirmek adına yapılacak müdahaleler için önemli bilgiler sunmaktadır.

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Covid-19 Pandemisi ve Psikolojik Etkileri

Bu bölüm, Covid-19 pandemisinin psikolojik etkileri üzerine odaklanmaktadır. Özellikle anksiyete, stres, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), depresyon, yalnızlık ve sosyal izolasyon gibi ruh sağlığı sorunlarının pandemi sürecinde nasıl arttığı ve derinleştiği ele alınmaktadır.

1.1.1. Pandemi Kavramı

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), pandemiyi yeni ve bilinmeyen bir hastalığın dünya genelinde yayılması olarak tanımlamaktadır (WHO, 2009). Yeni bir hastalık yayılmaya başladığında, insan vücudu bu hastalığa neden olan bakteri veya virüse karşı doğal bağışıklığa sahip değildir. Bu durum, insandan insana ve topluluklar arasında hızlı ve ani bir bulaşmaya yol açarak potansiyel olarak tüm dünyayı etkileyebilmektedir. Doğal bağışıklığın yokluğu, önemli sayıda insanın hastalanmasına ve bazı durumlarda ölümüne neden olabilmektedir.

DSÖ, bir pandeminin ne zaman ilan edileceğini belirleyen altı hastalık yayılma aşamasını ana hatlarıyla çizmektedir. Bu aşamalar, bir virüsün sadece hayvanlar arasında dolaştığı ve insanlar için tehdit oluşturmadığı ilk aşamadan, virüsün birden fazla kıtaya yayılarak küresel bir pandemiye işaret ettiği son aşamaya kadar uzanmaktadır. DSÖ'nün belirlediği altı aşama şunlardır: 1) insan enfeksiyonu olmadan hayvandan hayvana bulaşma, 2) potansiyel pandemi riski ile hayvandan insana bulaşma, 3) düşük topluluk yayılımı ile sınırlı insandan insana bulaşma, 4) pandemi riskini artıran önemli insandan insana bulaşma, 5) kaçınılmaz pandemi durumunu gösteren en az iki ülkede virüs yayılımı ve 6) virüsün farklı kıtalardaki ülkeleri etkileyerek küresel bir pandemiyi doğrulaması. Vakalardaki artış aritmetik değil geometrik bir ilerleme göstermektedir. Bu nedenle, pandemilerin yayılma modellerini anlamak sağlık çalışanları için çok önemli olup, bu tür salgınlara daha iyi hazırlanmaya yardımcı olmaktadır.

Pandemi, küresel ölçekte yayılan, uluslararası sınırları aşan ve nüfusun önemli bir bölümünü etkileyen bulaşıcı bir hastalığı ifade etmektedir (Grennan, 2019). "Pandemi" terimi, yalnızca yaygın olarak görülmelerine veya ölüm oranlarına bağlı olarak hastalıklara uygulanmamaktadır. Hastalığın aynı zamanda insanlar arasında bulaşabilir olması gerekmektedir. Bu durum, pandemiyi kanser gibi bulaşıcı olmayan durumlardan ayırmaktadır. 2014 yılında, ABD Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri (CDC), pandemilerin ciddiyetini değerlendirmek için, öncelikle ölüm oranlarına odaklanan Pandemi Şiddet Endeksi'nden

uzaklaşarak Pandemi Şiddet Değerlendirme Çerçevesi'ni (PSAF) benimsemiştir (CDC, 2014). PSAF, iki temel boyutu dikkate almaktadır: ölümlerin hastaneye yatışlara oranı ile ölçülen sonuçların klinik ciddiyeti ve toplum bağışıklığı ile enfekte bir bireyin kaç kişiye bulaşabileceğinin matematiksel modellemesi gibi faktörlerle değerlendirilen enfeksiyonun bulaşabilirliği (Freitas ve diğerleri, 2020).

Bir salgın pandemiye dönüştüğünde, iki temel stratejiyle yönetilmesi gerekmektedir: Kontrol altına alma ve hafifletme (etki azaltma) (Moghadas ve diğerleri, 2009). Kontrol altına alma, temaslı takibi, enfekte bireylerin izolasyonu ve hastalığın toplum içinde yayılmasını önlemek için aşılar gibi etkili müdahalelerin kullanılması gibi erken aşama önlemlerini içermektedir. Salgın kontrolü aştığında veya hızla yayıldığında, hastalığın yayılmasını yavaşlatmaya ve toplum ile sağlık sistemi üzerindeki etkisini azaltmaya odaklanan hafifletme stratejisi uygulanmaktadır. Logaritmik vaka eğrisini düzleştirme çabaları, sağlık sisteminin çökmesini önleyerek ve aşı ile tedavi geliştirme için zaman kazandırarak pandemi yönetiminin merkezinde yer almaktadır. Bununla birlikte, tam sokağa çıkma yasakları, şehir çapında ablukalar ve ciddi yaptırım eylemleri gibi katı önlemleri içeren bastırma stratejileri, Çin'de Covid-19'a verilen ilk tepkinin de gösterdiği gibi, önemli sosyal ve ekonomik maliyetlere yol açabilmekte ve bu da insan hakları ihlallerine ilişkin endişeleri artırmaktadır (Bowman ve McKenzie, 2020; Lipsitch ve diğerleri, 2009).

İnsanlık tarihi boyunca pandemiler, öncelikle hayvanların evcilleştirilmesi, insan ve hayvan habitatlarının birleşmesi ve ardından insanların hayvan bölgelerine tecavüz etmesi nedeniyle ortaya çıkmıştır. Kaydedilen en eski salgınlardan biri, muhtemelen tifüsün neden olduğu ve Yunanistan, Libya, Mısır ve Etiyopya gibi bölgelerde 75.000 ila 100.000 kişinin ölümüyle sonuçlanan Atina Vebası'dır (MÖ 429-426). Bir diğer erken örnek ise Roma İmparatorluğu'nda tahminen 5 ila 10 milyon kişinin hayatına mal olan bir çiçek hastalığı salgını olan Antoninler Vebası (MS 165-180) ve ardından yine bir çiçek hastalığı salgını olan Kıbrıs Vebası'dır (MS 250-266). Birinci Veba Salgını olarak bilinen Justinianus Vebası, MS 541-549 yılları arasında Avrupa ve Batı Asya'yı kasıp kavurmuş, Avrupa nüfusunun yaklaşık %60'ının ölümüne yol açmış ve ölüm sayısının 100 milyona ulaştığı tahmin edilmektedir. Bunu, 1346'dan 1353'e kadar Avrupa, Kuzey Afrika ve Batı Asya'yı harap eden ve 75 ila 200 milyon insanın ölümüyle sonuçlanan İkinci Veba Salgını olarak da bilinen Kara Ölüm takip etmiştir.

Pandemiler, 16. yüzyılda çiçek hastalığı ve salmonella salgınları nedeniyle nüfuslarının %40 ila %80'ini kaybeden Aztekler gibi tüm medeniyetlerin neredeyse yok olmasına da yol açmıştır. Benzer şekilde, Amerika ve Avustralya'daki sömürgeci yayılma sırasında sarıhumma, çiçek ve

veba gibi hastalıklar yerli halklar arasında büyük ölümlere yol açarak sömürgeleştirmenin başarısını kolaylaştırmıştır. Örneğin, 1618 ve 1619 yılları arasında Massachusetts'te görülen çiçek hastalığı salgını yerli nüfusu neredeyse yok etmiştir. Aborijinler ve Maoriler de dahil olmak üzere Avustralya ve Yeni Zelanda'nın yerli halkları da benzer bir yıkımla karşı karşıya kalmış, nüfuslarının yarısından fazlası Avrupalı sömürgeciler tarafından getirilen hastalıklar nedeniyle yok olmuştur.

20. yüzyıl, küresel nüfusun yaklaşık yarısına bulaşan ve yaklaşık 100 milyon kişinin ölümüne neden olan İspanyol Gribi (1918-1920) de dahil olmak üzere birçok önemli salgına sahne olmuştur. Bu salgın, kitlesel asker hareketleri, yetersiz beslenme ve kimyasal silah kullanımı da dahil olmak üzere I. Dünya Savaşı koşullarıyla daha da kötüleşmiştir. Asya Gribi (1957-1958), Hong Kong Gribi (1968-1969) ve H1N1 Domuz Gribi (2009-2010) gibi sonraki pandemiler de dünya çapında milyonlarca kişinin ölümüne yol açmıştır. Pandemilerin yıkıcı etkisine rağmen insanlık, Aralık 1979'da Dünya Sağlık Örgütü tarafından tamamen ortadan kaldırılan ilk bulaşıcı hastalık olarak ilan edilen çiçek hastalığının yok edilmesi gibi önemli zaferler elde etmiştir. Bununla birlikte, sarıhumma, sıtma, tüberküloz, kızamık, tifüs, grip ve kolera gibi hastalıklar varlığını sürdürmeye devam etmekte ve her yıl milyonlarca insanın ölümüne neden olmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre, devam etmekte olan iki büyük salgın HIV/AIDS ve Covid-19'dur. HIV/AIDS, öncelikle korunmasız cinsel temas, iğne paylaşımı ve doğum veya emzirme sırasında anneden çocuğa bulaşma gibi diğer yollarla bulaşan retroviral bir hastalıktır. Grip benzeri semptomlardan, önemli kilo kaybı ve ateş gibi ciddi durumlara kadar ilerlemekte ve sonuçta bilinen bir tedavisi veya aşısı olmayan ömür boyu süren bir enfeksiyona yol açmaktadır. Ancak antiretroviral tedavi, hastalığın ilerlemesini yavaşlatabilmektedir (Aslan, 2020). HIV/AIDS'in bir pandemi olarak mı kaldığı yoksa özellikle Afrika dışında daha çok bir salgın haline mi geldiği konusundaki tartışmalara rağmen, DSÖ verileri 2023 itibariyle yaklaşık 40 milyon kişinin HIV ile yaşadığını, o yıl 1,3 milyon yeni enfeksiyon ve 630.000 ölüm kaydedildiğini göstermektedir (WHO, 2024).

1.1.2. Covid-19 Pandemisi

Yeni koronavirüs 2019-nCov'un yol açtığı Covid-19 pandemisi, ilk olarak Aralık 2019'da Çin'in Wuhan kentinde, özellikle bir deniz ürünleri ve canlı hayvan pazarında ortaya çıkmıştır. Dünya Sağlık Örgütü, 11 Şubat 2020 tarihinde virüsü, özelliklerini ve keşfedildiği yılı yansıtan bir isimle resmi olarak "Covid-19" şeklinde adlandırmıştır (Demir ve diğerleri, 2020).

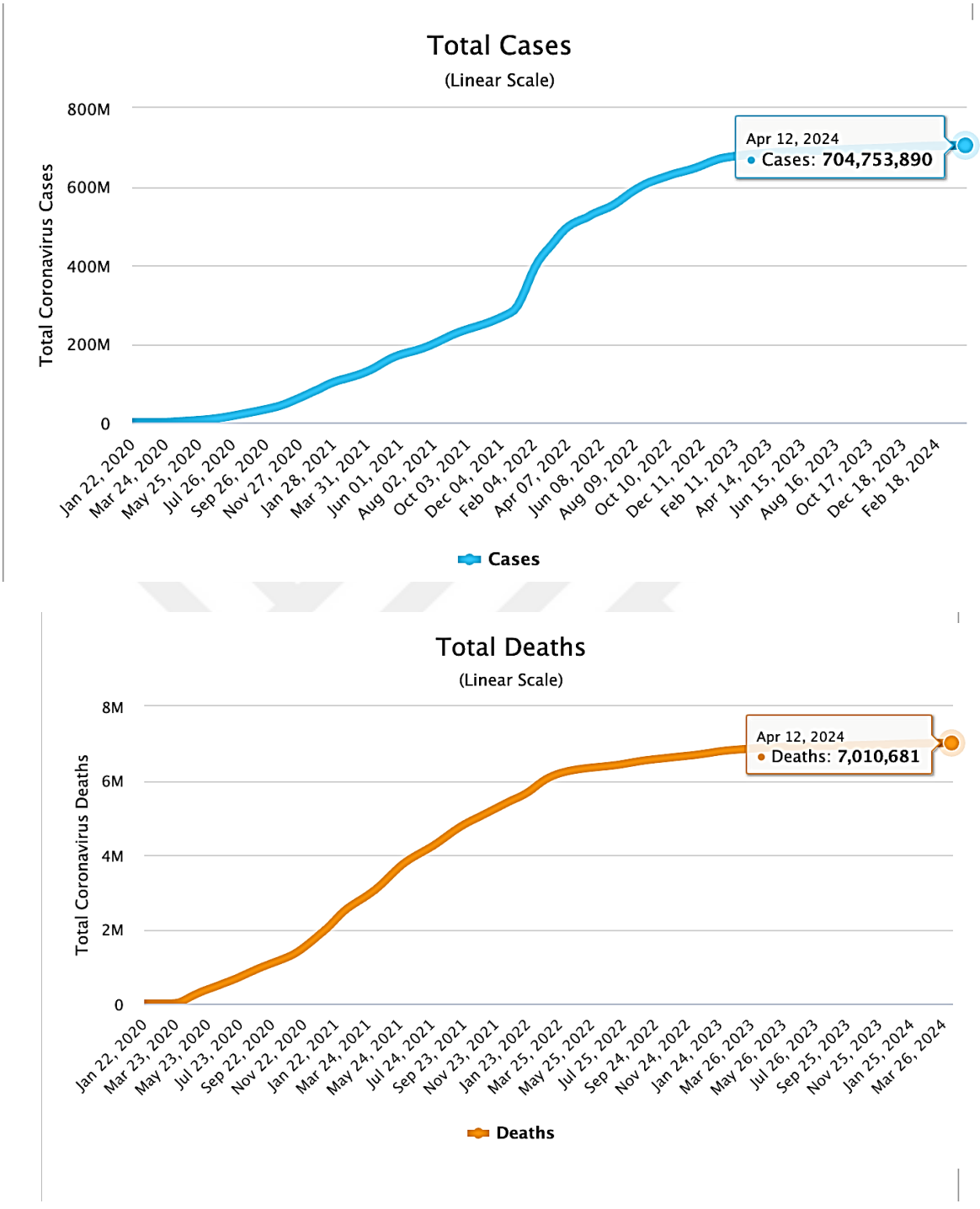
Zhu ve diğerlerinin (2020) çalışmaları da dahil olmak üzere ilk araştırmalar, virüsü, yarasalarda bulunan SARS benzeri CoV ile yakından ilişkili ve %86,9 nükleotid benzerliği gösteren yeni bir Betacoronavirus türü olarak tanımlamaktadır. Bu keşif, etkilenen bireylerden alınan solunum örneklerinin genetik analizine dayanmaktadır. Aynı zamanda Huang ve diğerleri (2020), erken Covid-19 vakalarının önemli bir kısmının Huanan Deniz Ürünleri Pazarı ile doğrudan bağlantılı olduğunu ve en yaygın semptomun yüksek ateş olduğunu doğrulamıştır.

Chan ve diğerlerinin (2020) daha ileri araştırmaları, virüsün insandan insana bulaşmasının belirlenmesinde çok önemli bir rol oynamıştır. Çalışmaları, beşi Wuhan'a seyahat eden ve virüse yakalanan, daha sonra virüsü Wuhan'ı ziyaret etmemiş ancak döndükten sonra semptomlar geliştiren altıncı bir aile üyesine bulaştıran altı kişilik bir aileye odaklanmaktadır. Bu vaka, virüsün hayvanlarla veya deniz ürünleri pazarıyla doğrudan temastan bağımsız olarak insanlar arasında yayılma kabiliyetini ortaya koymuştur. Li ve diğerleri (2020) tarafından 29 Ocak 2020'de yayınlanan kapsamlı çalışma, 425 doğrulanmış Covid-19 vakasını analiz ederek, 1 Ocak 2020'den sonra pazarla ilgili vakalarda belirgin bir düşüş olduğunu göstermekte ve salgının birincil nedeni olarak insandan insana bulaşmayı vurgulamaktadır.

Covid-19 Wuhan'da hızla yayılırken, Çinli yetkililer 10 Ocak 2020'de virüsün genom diziliminin kamuoyuna açıklanması, 15 Ocak'ta acil durum müdahalesinin en üst düzeye çıkarılması ve 16 Ocak'ta Wuhan'ın askeri yaptırımlarla sıkı karantina altına alınması gibi sıkı önlemler almıştır. Bu eylemler, Dünya Sağlık Örgütü'nün 11 Mart 2020'de Covid-19'u küresel bir pandemi olarak ilan etmesiyle sonuçlanmıştır. Bu durum, virüsün birçok ülkede yaygın ve kontrolsüz bir şekilde yayıldığını göstermektedir (Li ve diğerleri, 2020).

Covid-19, 12 Nisan 2024 itibariyle dünya genelinde toplamda 704 milyondan fazla insana bulaşmış ve 7 milyondan fazla insanın hayatını kaybetmesine neden olmuştur.

Covid-19 Pandemisinde Güncel Durum



Kaynak: (Worldometers, 2024).

Covid-19 pandemisi, dünya genelinde sağlık sistemleri üzerinde büyük bir yük oluşturmuş ve toplumların sosyal ve ekonomik yapısını derinden etkilemiştir. Türkiye'de, pandeminin başlangıcından bu yana toplam 17.232.066 koronavirüs vakası kaydedilmiş ve bu vakalardan 102,174'ü ölümle sonuçlanmıştır. Bu veriler, Türkiye'nin pandemiden önemli ölçüde etkilendiğini göstermektedir. Küresel ölçekte ise toplam koronavirüs vaka sayısı 704.753.890'a

ulaşmış ve 7.010.681 kişi hayatını kaybetmiştir. Bu rakamlar, Covid-19'un dünya çapında ne denli yaygın ve ölümcül olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 1

Türkiye'de ve Dünyada Covid-19 Pandemisinde Güncel Durum

Ülke/Genel Durum	Koronavirüs Vakaları	Ölümler
Türkiye	17.232.066	102.174
Dünya Geneli	704.753.890	7.010.681

1.1.3. Covid-19 Pandemisinin Psikolojik Etkileri

1.1.3.1. Anksiyete

Latince "angere" kelimesinden türetilmiş ve Almanca "angst" kelimesiyle bağlantılı olan anksiyete, belirgin ve kalıcı bir korku veya endişe duygusunu ifade etmektedir. Bu kavram, açık ve yakın bir tehlike olmasa dahi, genellikle potansiyel tehditlerin abartılı, çarpıtılmış veya felaket algıları tarafından tetiklenen belirsiz endişe kaynaklarıyla ilişkili yoğun düşünceleri kapsamaktadır (Kalyon, 2018). Bireyler, kendilerini sıkıntıya sokan durumları inkâr etme ve reddetme eğiliminde olup, daha sonra iç ve dış teması keserek savunma mekanizmaları kullanmaktadırlar. Çözülmemiş sorunlar bilinçdışına bastırıldığında, normal koşullar altında yaygın huzursuzluk ve endişe duygularına yol açabilmektedir (Kring ve Johnson, 2018).

Kaygının altında yatan temel faktör, potansiyel tehlikelerin ciddiyetinin ve olasılığının abartılmasıdır (Kalyon, 2018). Bu nedenle anksiyete, bireyin tüm varlığını etkileyebilen, standart duygusal tepkilerden farklılaşan ve bilişsel bozulmaya neden olan bilinçdışı çatışmayla ilişkili, tanımlanmamış bir iç tehdide verilen bir tepki olarak anlaşılmaktadır (Bourne, 1995). Anksiyete, önemi nedeniyle ruh sağlığı alanında yaygın olarak çalışılmaktadır (Eken ve Ebadi, 2018). Strese karşı normal bir fizyolojik tepkiyi temsil eden ve tehlike karşısında harekete geçmeyi sağlayan koruyucu bir mekanizma olarak işlev görmekteyken (Beck, 2009), aynı zamanda algılanan iç veya dış tehditlere yanıt olarak genellikle somatik semptomların eşlik ettiği bir rahatsızlık, endişe, korku ve huzursuzluk hali olarak da ortaya çıkmaktadır (Karamustafalıoğlu ve Akpınar, 2010). Anksiyete tepkileri, bireysel algı ve değerlendirmelere göre değişiklik göstermektedir. İnsanlar olumsuz durumları daha güçlü algılama ve tepki verme eğilimindedir, bu nedenle stresin arttığı dönemlerde anksiyeteye yatkınlık artmaktadır (Narcıkara, 2017; Baykal, 2020).

Kaygı ve korku, sıklıkla birbirinin yerine kullanılsa da temelinde yatan doğada önemli farklılıklar olan farklı duyguları temsil etmektedir. Korku, tipik olarak bilinen bir tehdide yanıt olarak evrensel olarak yaşanan temel, tanımlanabilir bir duygudur (Köroğlu, 2006). İkisi arasındaki temel ayrım, kaynaklarının netliğinde yatmaktadır. Korku belirli, tanımlanabilir bir tehlikeden kaynaklanırken, kaygı genellikle açıkça tanımlanmayan belirsiz, belirsiz bir tehditle karakterize edilmektedir (Karamustafalıoğlu ve Yumrukçal, 2011). Buna ek olarak, korku tipik olarak kısa sürelidir ve tehdit ortadan kalktığında dağılmaktadır. Anksiyete ise algılanan tehditle eş zamanlı olması gerekmeyen tepkilerle daha kalıcı olma eğilimindedir (Gürhan, 2016).

Ruh sağlığı araştırmalarında kapsamlı bir şekilde incelenen anksiyete, bir dizi bilişsel, fiziksel, davranışsal ve duygusal semptomla kendini göstermektedir (Greenberger ve Padesky, 2020). Bilişsel olarak, anksiyete genellikle potansiyel olumsuz sonuçlarla ilgili kalıcı, sıkıntı verici düşünceleri içermektedir ve sıklıkla felaket düşüncesiyle ve konsantrasyon ve hafızadaki zorluklarla şiddetlenmektedir (Bremner, 2010). Anksiyete seviyeleri aşırı olduğunda, bireyler kontrolü kaybetme, delirme veya ölme konusunda ezici bir korku yaşayabilmekte ve buna sürekli bir yaklaşan kıyamet duygusu eşlik edebilmektedir (Kalyon, 2018).

Fiziksel olarak, anksiyete semptomları, hareketlerde yavaşlama ve günlük işlevlerde bozulma gibi davranışsal belirtilerin yanı sıra kalp atış hızında artış, göğüste sıkışma, kas gerginliği, mide bulantısı ve nefes almada zorluk gibi bireyler arasında büyük farklılıklar gösterebilmektedir (Clark ve Beck, 2012). Duygusal olarak anksiyete, açık bir tehdit olmasa bile sürekli korku, huzursuzluk ve tedirginlik duygularına yol açarak bireyin yaşamında önemli sıkıntılara ve bozulmalara neden olabilmektedir (Türkçapar, 2004). Kaygı yaşayan bireyler genellikle kendilerini küçük sorunlarla meşgul, sürekli korku içinde ve olası en kötü sonuçları beklerken bulmaktadırlar (Karamustafalıoğlu ve Yumrukçal, 2011).

Dünyayı hızla etkisi altına alan Covid-19 pandemisinin ekonomi, sağlık ve eğitim başta olmak üzere çeşitli sistemler üzerinde önemli etkileri olmuştur (Can, 2020). Dünya Sağlık Örgütü tarafından 11 Mart 2020 tarihinde küresel bir pandemi olarak ilan edilen Covid-19, birçok araştırmacı tarafından yeni ve tehlikeli bir durum olarak değerlendirilmiştir (Karaoğlan, 2020; Yavuz ve Dilmaç, 2020). Bu dönemde getirilen kısıtlamalar aileler, topluluklar ve bireyler için günlük yaşamda önemli değişikliklere yol açmış, pek çok kişi bu radikal değişikliklere uyum sağlamaya çalışırken artan stres, endişe ve güvensizlik yaşamıştır (Erdeniz, 2021). Bu önlemler virüsün yayılmasını en aza indirmek ve fiziksel sağlığı korumak için gerekli olsa da pandeminin

doğasında var olan belirsizlik ve öngörülemezlik önemli sosyal, psikolojik ve bilişsel etkileri de beraberinde getirmiştir.

Covid-19 ile ilişkili devam eden stres, bireyler arasında anksiyete ve depresyonda beklenen bir artışa yol açmıştır (Gallagher ve diğerleri, 2020). Pandeminin yeni ruh sağlığı semptomlarını tetikleyebileceği ya da mevcut ruh sağlığı koşullarını daha da kötüleştirebileceği öne sürülmektedir (Lin, 2020). Karantina ve sosyal izolasyon gibi kısıtlamalar, depresyon, takıntılı davranışlar, sinirlilik, anksiyete, uyku bozuklukları, çaresizlik hissi, yalnızlık ve travma sonrası stres bozukluğu gibi psikiyatrik semptomlarda artışla ilişkilendirilmiştir (Erdoğan ve Hocaoğlu, 2020). Covid-19'un kaygı uyandıran doğası, pandemi hakkında takıntılı bilgi arama ve semptomlar için sık sık kendini izleme gibi davranışlarla birleştiğinde, anksiyete bozukluklarının göstergeleri olarak kabul edilmektedir (Göka ve diğerleri, 2020). Anksiyete azaltıcı veya önleyici ilaçlara olan küresel ihtiyaç artmış, bu da pandeminin yaygın psikolojik etkisinin altını çizmektedir (Baykal, 2020).

Zihinsel olarak sağlıklı bireyler bile pandemiye uyum sağlamakta zorlanmıştır. Bu durum, pandeminin fiziksel, psikolojik, sosyal ve ekonomik etkilerine daha duyarlı olan önceden psikiyatrik rahatsızlıkları olanların daha da büyük zorluklarla karşılaşabileceğini göstermektedir (Yao ve Xu, 2020). Bu dönemde yapılan çok sayıda çalışma anksiyeteye odaklanmış ve özellikle hobisi olmayanlar arasında anksiyete düzeylerinin arttığını gösteren bulgular elde edilmiştir (Koca, 2021). Erdoğdu ve diğerleri (2020) tarafından yapılan araştırma, her dört katılımcıdan birinin pandemi sırasında anksiyete belirtileri gösterdiğini ortaya koymuştur. Ayrıca, lise öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalar, Covid-19 teşhisi konan ve konmayanlar arasında kaygı açısından anlamlı bir fark olmamasına rağmen, akrabalarına virüs teşhisi konan bireylerin çok daha yüksek kaygı düzeyleri sergilediğini göstermiştir (Erden, 2021; Aktepe, 2022; Cao ve diğerleri, 2020). Virüsün hafif soğuk algınlığı semptomlarından ciddi solunum yetmezliği ve ölüme kadar uzanan ağır sonuçlarının da küresel olarak önemli bir psikolojik etkiye sahip olduğuna inanılmaktadır.

1.1.3.2. Stres

Modern yaşamın önemli bir sorunu olan stres, hızla değişen, çatışma ve rekabetle dolu bir dünyada bireysel verimliliği ve sağlığı etkilemektedir (Erdoğan ve diğerleri, 2009). Sanayi çağından bilgi çağına geçiş, rekabet ve üretim koşullarındaki değişimler, insan ihtiyaçlarındaki farklılaşmalar, kentleşme ve nitelikli insan kaynağına olan talebin artması, son yıllarda stresle ilgili çalışmaların artmasına katkıda bulunmuştur (Gökdeniz, 2005). Yabancı dillerden ödünç

alınmış bir terim olan stres, hemen hemen tüm toplumların günlük sözcük dağarcığına yerleşmiş ve çeşitli sosyo-kültürel düzeylerde kullanılmaktadır. “Tüm fizyolojik ve patolojik faktörlerin organizma üzerindeki kaba ve sert etkisi” olarak tanımlanan stres, genellikle olumsuz çağrışımlarla ilişkilendirilmekle birlikte, baskı altında performansı artırma gibi olumlu etkiler de gösterebilmektedir (Can, 2005). Stresin karmaşıklığı, çok yönlü doğasında kendini göstermektedir. Yaşanan stres düzeyine bağlı olarak hem bir motivasyon kaynağı hem de ciddi sağlık sorunlarının nedeni olabilmektedir (Altınok, 2009).

Stres terimi, vücudu bozma eğiliminde olan bir basınç veya gerilimi tanımladığı fizik kökenlidir. Psikolojide ise stres, çevresel, bedensel veya zihinsel kaynaklardan kaynaklanan ve yönetilmesi gereken bir belirti olarak değerlendirilmektedir (Lazarus ve Lazarus, 2006). Araştırmacılar, farklı tezahürleri ve ortaya çıkardığı çeşitli tepkiler nedeniyle stresi tanımlamada zorluklar tespit etmişlerdir. Bazı tanımlar stresi gerilime neden olan bir dış güç olarak ele alırken, diğerleri istenmeyen dış olaylara veya koşullara verilen bir tepki olarak görmektedir. Stresin birey ve çevresi arasındaki karmaşık bir etkileşimi temsil ettiği ve hem fiziksel hem de psikolojik sağlığı etkilediği konusunda fikir birliği bulunmaktadır (Şimşek ve diğerleri, 2011). Kronik stres, özellikle bağışıklık sisteminin zayıflaması ve hastalıklara yatkınlığın artması ile bağlantılıdır. Uzun süreli stres koşulları, yetersiz başa çıkma mekanizmaları nedeniyle bu etkileri daha da kötüleştirmektedir.

Pandemi dönemi, bireyler arasında kaygı, korku, stres ve depresyon gibi ruh sağlığı sorunlarını önemli ölçüde artırmıştır. Her zaman gerekli olan stres yönetimi stratejileri, bu dönemde özel bir önem kazanmıştır. Ekonomik gerilemeler, sosyal değişimler ve psikolojik olarak etkili çeşitli olaylar, stres seviyelerinin yükselmesine katkıda bulunarak hem psikolojik hem de fiziksel sağlığı olumsuz etkilemiştir. Sonuç olarak, birçok insan streslerini yönetmenin yollarını aramış ve çevrimiçi terapi seanslarına, televizyon ve sosyal medya aracılığıyla ulaşılabilen eğitim kaynaklarına yönelmiştir (Sağlık Bakanlığı, 2020). Araştırmalar, pandemi sırasında karşılaşılan stres faktörlerinin, pandemi sona erdikten sonra bile uzun süreli etkilere sahip olabileceğini göstermektedir. Ekonomik zorluklar, ölümler ve ertelenen sosyal aktiviteler gibi bu stres faktörleri, bireylerin hayatlarını etkilemeye devam edecektir. Bu nedenle, pandemi sırasında hem kısa vadeli hem de uzun vadeli stres yönetimi stratejilerinin incelenmesi büyük önem taşımaktadır. Bireyleri psikolojik, fiziksel ve biyolojik olarak etkileyen çok yönlü bir duygu olan stresin etkili bir şekilde yönetilebilmesi için kapsamlı yaklaşımlar gerekmektedir (Türkiye Psikiyatri Derneği, 2020).

Stresin insan biyolojisi ve psikolojisi üzerinde çeşitli etkileri bulunmaktadır. Bu durum, yönetim stratejileri geliştirirken stresten etkilenen tüm yönlerin ele alınmasını gerekli kılmaktadır. Pandemi sırasında stresi açıklamak için kullanılan modellerden biri, stres tepkilerini alarm, direnç ve tükenme aşamalarına ayıran genel adaptasyon sendromu olmuştur. İlk alarm tepkisi, vücudu savaş ya da kaç tepkisine hazırlayan kalp atış hızı ve solunum hızının artması gibi stres tarafından tetiklenen hızlı fizyolojik değişiklikleri içermektedir. Direnç aşaması, olumlu ya da olumsuz olabilen strese adaptasyonu kapsamaktadır. Stres yeterince yönetilmezse, bu durum potansiyel olarak hastalığa karşı savunmasızlığın artmasına neden olabilmektedir. Stres devam ederse ve birey etkili bir şekilde başa çıkamazsa, kronik stres ve genel yaşam kalitesinde düşüş ile karakterize edilen tükenme aşamasına girebilmektedir (Arıkan, 2021).

Bireyin genel adaptasyon sendromunun hangi aşamasında olduğunu anlamak, etkili stres yönetimi için çok önemlidir. Örneğin, direnç aşamasında olanlar streslerini yönetmek için sosyal destekten faydalanabilirken, tükenme aşamasında olanlar daha yoğun sağlık müdahalelerine ihtiyaç duyabilmektedir. Çevrimiçi eğitim, destek grupları ve sosyal medya, pandemi sırasında bireylerin stres düzeyleri hakkında bilgilendirilmesinde ve stres yönetimi için araçlar sağlanmasında önemli rol oynamıştır. Ancak, Covid-19 vakalarına, ölümlere ve uzun çalışma saatlerine sürekli maruz kalmaları nedeniyle uzun süreli stres altında olan sağlık çalışanları, kısa vadeli desteği yetersiz bulmuş ve daha uzun süreli müdahalelere ihtiyaç duymuştur (Mak ve diğerleri, 2009). Sosyal medya desteği ve halkın minnettarlık ifadeleri, sağlık çalışanları için önemli kaynaklar haline gelmiş ve streslerini yönetmelerine yardımcı olmuştur (Şahin ve diğerleri, 2022).

Pandemi, Mrazek ve Haggerty (1994) tarafından özetlenen ve stresle ilişkili fiziksel ve psikolojik sorunları azaltmaya odaklanan önleyici ruh sağlığı tedbirlerinin önemini vurgulamıştır. Bu önlemler, hastalığın yayılmasını azaltmayı ve stres faktörlerini yönetmeyi amaçlayan birincil, ikincil ve üçüncül önleme stratejilerini kapsamaktadır. Toplum çapında stres yönetimi eğitimi gibi evrensel önleme stratejileri, pandemi sırasında özellikle etkili olmuştur. Uzman müdahalesi gerektirmeyen bu stratejiler, nefes egzersizleri ve farkındalık tekniklerinin halka öğretilmesini içermektedir. Pandemi aynı zamanda, sınavlara hazırlanan öğrenciler veya karantinadaki bireyler gibi, streslerini yönetmek için ek sosyal desteğe ihtiyaç duyan risk altındaki popülasyonlara yönelik hedefli müdahalelerin gerekliliğini de vurgulamıştır (Wong ve diğerleri, 2005).

1.1.3.3. Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Türk Dil Kurumu, travmayı dıştan gelen mekanik bir etki sonucu bir doku veya organın yapısında ya da biçiminde meydana gelen yerel yaralanma veya hasar olarak tanımlamaktadır (TDK, 2023). Travma kavramı, bireyi fiziksel ve ruhsal olarak sarsmakta, etkilemekte ve acı vermektedir. Örneğin, çocukluk döneminde ebeveyn kaybı, akut bir travma olabileceği gibi, ilerleyen yıllarda kronik bir travma olarak da ortaya çıkabilmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2016). İlk olarak 19. ve 20. yüzyıllarda fiziksel yaralanmalar için kullanılan travma (Jones ve Wessely, 2007), psikanalitik açıdan bireyin savunma mekanizmalarını alt üst eden ve uyum sağlayamamasına yol açan bir olayı ifade etmektedir (Bilgiç, 2011). Freud, travmatik nevrozu yaşamı tehdit eden kaza ve felaketleri izleyen bir durum olarak tanımlamıştır (Freud, 1987). Travma patolojisi çalışmaları, Jacop Dacosta'nın "İrritabl Kalp" adlı kitabında tanımladığı gibi savaştan dönen askerlerde gözlemlenen semptomlarla başlamıştır (Keane ve diğerleri, 2006). Zamanla, savaşın psikolojik etkilerini tanımlamak amacıyla "mermi şoku" ve "savaş stresi reaksiyonu" gibi terimler ortaya çıkmıştır (Gürhan, 2016). DSM sınıflandırmaları, DSM I'deki "Ağır Stres Reaksiyonu"ndan DSM III'te "travma"nın dahil edilmesine evrilmiş, DSM V ise travma ve stresörle ilişkili bozuklukları ayrı kategorilerde ele almıştır (Köroğlu, 2014).

Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), ailesel özellikler, genetik faktörler, çevre, başa çıkma mekanizmaları ve geçmiş travma deneyimlerinden etkilenerek her yaşta ortaya çıkabilmektedir. En yaygın olduğu dönem, temel yaşam değişikliklerinin yaşandığı genç yetişkinlik dönemidir (Kessler ve diğerleri, 2017). Yaşam boyu yaygınlık %1,4 ile %11,2 arasında değişmektedir (Afifi ve diğerleri, 2010). Kadınların TSSB geliştirme olasılığı erkeklere kıyasla iki kat daha fazladır. Erkekler genellikle kazalardan ve savaştan etkilenirken, kadınlar şiddet ve istismardan etkilenmektedir. Yüksek riskli meslekler arasında sağlık çalışanları, askerler ve polisler bulunmaktadır (Alonso ve diğerleri, 2004). Çalışmalar, acil servis çalışanları arasında ve doğal afetlerden ve savaştan etkilenen nüfuslarda önemli TSSB oranları olduğunu göstermektedir (Carmassi ve diğerleri, 2018). TSSB şiddetini artıran faktörler arasında sosyoekonomik durum, ebeveyn desteği eksikliği, önceki ruhsal bozukluklar ve madde kullanımı yer almaktadır (Asnakew ve diğerleri, 2019).

TSSB etiyolojisi, travmatik deneyimlerin ötesinde genetik, aile, kültür, psikolojik geçmiş ve sosyal çevre gibi faktörleri kapsamaktadır (Cervatoğlu-Geyran, 2000). Travmaya maruz kalan her birey TSSB geliştirmemektedir, bu da nedenlerinin araştırılmasına yol açmaktadır. Cinsel travma geçiren bireylerde, depresyon ve anksiyeteye yatkınlığa işaret eden yapısal beyin değişiklikleri gözlemlenmiştir (Gökten ve Uyulan, 2021). Genetik çalışmalar, ailesel ruh sağlığı

sorunlarının TSSB riskini artırdığını göstermektedir (Breslau ve Davis, 1992). Travmaya ilişkin toplumsal algılar farklılık gösterdiğinden, kültürel faktörler TSSB gelişimini etkilemektedir (Nooner ve diğerleri, 2012). Psikanalitik ve bilişsel modeller de dahil olmak üzere psikolojik teoriler, çözülmemiş çocukluk çatışmalarının ve bilişsel şema uyumsuzluklarının TSSB'ye nasıl katkıda bulunduğunu araştırmaktadır (Freud; Nooner ve diğerleri, 2012). Sosyal destek sistemleri, TSSB şiddetinin azaltılmasında önemli bir rol oynamaktadır (Dikkatli, 2000).

TSSB semptomları yeniden deneyimleme, kaçınma-uyuşma ve aşırı uyarılma olarak kategorize edilmektedir (APA, 2000). Yeniden deneyimleme, travmanın istemsiz, canlı hatıralarını içermekte ve genellikle olayı yeniden yaşamak olarak algılanmaktadır (flashbackler). Kaçınma-uyuşma, travma hatırlatıcılarından uzaklaşmayı ve sosyal etkileşimlerin azalmasını kapsamaktadır (Ergüneş, 2005). En yaygın belirti olan aşırı uyarılmışlık, uyanıklığın artmasını ve uyaranlara abartılı tepkiler verilmesini içermektedir (Ertürk, 2014). Bu belirtiler travmadan uzun süre sonra da devam edebilmekte, günlük yaşamı ve güvenlik algısını etkileyebilmektedir (Qi, 2016).

TSSB tedavisi, ikincil bir seçenek olarak psikoterapi ve farmakoterapiyi içermektedir (Miao ve diğerleri, 2018). Farmakolojik tedaviler, etkinlikleri değişkenlik gösterse de SSRI'ları, trisiklik antidepresanları ve diğer ilaçları kapsamaktadır (Friedman, 2013). Psikoterapi, özellikle bilişsel-davranışçı terapi, EMDR ve diğer terapötik yaklaşımların en etkili olduğu düşünülmektedir (Bisson ve diğerleri, 2007). Aile ve arkadaşlardan alınan sosyal destek, stresi ve izolasyon duygularını azaltarak iyileşmeye önemli ölçüde yardımcı olmaktadır (Aksüllü ve Doğan, 2004).

1.1.3.4. Depresyon

İlk olarak M.Ö. dördüncü yüzyılda Hipokrat tarafından "melankoli" olarak tanımlanan depresyon, günümüzde teşhis edilen en yaygın psikiyatrik bozukluklardan biri olmaya devam etmektedir (Halter ve Kozy, 2018; WHO, 2022). Hipokrat melankoliyi "kara safra" dengesizliği ile ilişkilendirmiş ve günümüzde depresyon olarak bilinen uyuşukluk, ilgi kaybı, ilgisizlik, uyku bozuklukları, anksiyete ve ölüm düşünceleri gibi semptomlara yol açmıştır. Latince "bastırılmış" anlamına gelen "depressus" kelimesinden türetilen depresyon terimi, günlük işlevselliği önemli ölçüde bozan, sürekli düşük ruh hali, derin mutsuzluk ve değersizlik duygularıyla karakterize derin bir üzüntü durumunu ifade eder (Öztürk ve Uluşahin, 2016).

Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı, Beşinci Baskı'ya (DSM-5) göre majör depresif bozukluk; derin üzüntü, daha önce keyif alınan aktivitelere karşı ilgisizlik, belirgin kilo

değişiklikleri, uyku bozuklukları, yorgunluk, değersizlik veya aşırı suçluluk duyguları ve tekrarlayan ölüm veya intihar düşünceleri gibi bir dizi belirtiyle kendini gösterir (APA, 2013; Parekh, 2017). Depresyon, normal ruh hali dalgalanmalarının aksine, özellikle orta ila şiddetli seviyelere ulaştığında veya tekrarlayıcı hale geldiğinde genel sağlık üzerinde ciddi bir etkiye sahip olabilir. Depresyondan muzdarip bireyler yemek pişirme, temizlik ve öz bakım gibi temel günlük görevlerle mücadele edebilir ve iş veya okuldaki sorumluluklarını yerine getirmekte zorlanabilir, bu da değersizlik duygularını daha da kötüleştirebilir (Videbeck, 2020).

Tıbbi durumlar, düşük sosyoekonomik durum, sosyal izolasyon, boşanma, sevilen birinin kaybı, çocukluk travması, stresli iş veya aile ortamları ve madde bağımlılığı gibi çeşitli faktörler depresyon gelişme riskini artırmaktadır (Kafes, 2021). Yaygınlığına rağmen, yetişkinlerin %5'i ve 60 yaş üstü yetişkinlerin %5,7'si dahil olmak üzere küresel nüfusun tahmini %3,8'ini etkileyen depresyon, psikoterapi ve farmakoterapi yoluyla tedavi edilebilir (WHO, 2022; Parekh, 2017). Bununla birlikte, her zaman klinik olarak şiddetli semptomlar göstermese de depresyonun tekrarlama olasılığı yüksektir ve bu da sürekli ilgi ve tedavi ihtiyacını vurgulamaktadır (Burcusa ve Iacono, 2007).

Depresyon, sık görülmesi ve fizyolojik işlevler üzerindeki etkisi nedeniyle önemli bir halk sağlığı sorunu olarak kabul edilmektedir. Yüzyıllardır bilinen depresyonun fiziksel belirtileri arasında uyku düzeninde bozulmalar, iştah azalması, libido düşüklüğü, psikomotor gerilik ve yorgunluk yer almaktadır (Beck ve Alford, 2009). Bu semptomlara sıklıkla hayattan ve kendinden tükenmişlik hissi eşlik eder (Sayar, 2006). Ayrıca, depresyon genellikle felç, diyabet, Parkinson hastalığı ve kalp hastalığı gibi diğer tıbbi durumlarla ilişkilidir ve bunlar depresyonla birlikte görülebilir ya da depresyonun gelişimine katkıda bulunabilir. Anksiyete, obsesif-kompulsif bozukluk, şizofreni, yeme bozuklukları ve bazı bağımlılıklar gibi psikolojik bozukluklar da depresyonla birlikte sıklıkla görülmektedir; depresyondaki hastaların %75'i eş zamanlı anksiyete bozuklukları yaşamaktadır (Türkçapar, 2004).

Depresyonun bilişsel belirtileri arasında günlük işlevsellikte belirgin bir düşüş, konsantrasyon, algılama ve karar verme güçlükleri yer alır (Kafes, 2021). Bireyler hafıza sorunları ve zaman algısında bozulmalar yaşayabilir (Öztürk ve Uluşahin, 2016). Suçluluk ve değersizlik duyguları gibi bilişsel bozukluklar intihar düşüncesine yol açabilir ve depresif bireyler arasında intihar girişimi riski yüksektir (Bertone-Johnson, 2009). Duygusal semptomlar, sürekli düşük ruh hali, üzüntü, enerji azalması ve ilgi veya zevk kaybı ile karakterize edilir ve genellikle azalan özgüven, artan suçluluk duyguları, kendini suçlama, yalnızlık, hissizlik ve kendine zarar verme ve intihar eğilimleri de dahil olmak üzere olumsuz düşüncelerle meşgul olma ile birlikte görülür

(Yüksel, 2014). Depresyonun, inme ve intiharla ilişkili yüksek ölüm oranlarının ardından 2030 yılına kadar önde gelen hastalık nedeni olacağı tahmin edilmektedir (Whiteford ve diğerleri, 2013; Murray ve diğerleri, 2013).

Covid-19 pandemisi, ruh sağlığı üzerinde derin etkileri olan önemli bir belirsizlik ve stres dönemi olmuştur. Araştırmalar, yoğun strese uzun süre maruz kalmanın depresyona önemli ölçüde katkıda bulunabileceğini göstermektedir (Gültekin ve diğerleri, 2011; Aydın, 2015). Pandemi sırasında bireyler işlerini veya sevdiklerini kaybetme korkusu, izolasyon ve belirsizlik nedeniyle çaresizlik duyguları, hastalık ve ölümle ilgili kaygılar yaşamıştır (Aktürk, 2020). Eğitim kesintileri ve sokağa çıkma yasaklarıyla karşı karşıya kalan gençler gibi belirli popülasyonlar, yetişkinlere kıyasla daha yüksek stres seviyeleri göstermiştir (Rogowska ve diğerleri, 2020). Pandemiyle ilgili değişiklikler ve belirsizliğin birleşimi, artan anksiyete, depresyon ve uyku bozuklukları vakalarıyla ilişkilendirilmiştir (Garcia-Priego ve diğerleri, 2020).

Çeşitli çalışmalar, pandeminin farklı demografik gruplardaki depresyon oranları üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. Örneğin, kişisel ilişkilerin kalitesinin, pandemi sırasında %13'ten %35'e yükselen depresyon seviyeleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Pieh ve diğerleri, 2020). Diğer araştırmalar, bu dönemde depresyon seviyelerinde önemli bir artış olduğunu (Newby ve diğerleri, 2020) ve özellikle anksiyete, stres ve depresyonun kronik sağlık koşullarıyla yakından ilişkili olduğu evli bireylere özel dikkat gösterildiğini belgelemiştir (Ünver ve Güloğlu, 2021). Başta anesteziyoloji ve yoğun bakım çalışanları olmak üzere sağlık çalışanları da yüksek düzeyde anksiyete (%62), depresyon (%81,6) ve stres (%71,1) bildirmiştir (Soylu, 2021). Ayrıca, yaşlı bireyler, özellikle 65 yaş üstü olanlar, pandemi nedeniyle artan psikolojik etkiler yaşamış, Covid-19 korkusu ve depresyon seviyeleri koruyucu önlemlerden önemli ölçüde etkilenmiştir (Çayırtepe, 2021). Son olarak, üniversite öğrencilerinin pandemi sırasında anksiyete ve depresyon düzeyleri arasında pozitif bir korelasyon olduğu tespit edilmiştir (Timurtaş ve diğerleri, 2022).

1.1.3.5. Yalnızlık ve Sosyal İzolasyon

Sosyal izolasyon ve yalnızlık uzun zamandır kötü fiziksel ve ruhsal sağlık sonuçları için önemli risk faktörleri olarak kabul edilmektedir (Wu, 2020). Bununla birlikte, karantina ve sosyal mesafe önlemleri de dahil olmak üzere pandeminin kendine özgü koşulları, bu sorunları küresel ölçekte daha da kötüleştirmiştir (Buecker ve Horstmann, 2022). Virüsün yayılmasını önleme

ihtiyacı, yaygın sosyal izolasyonu gerekli kılmış ve bunun psikolojik sonuçlarını inceleyen araştırmalarda bir artışa yol açmıştır (Loades ve ark., 2020).

Birçok çalışma, pandeminin ilk aşamalarında yalnızlık ve sosyal izolasyonun yaygınlığını ve korelasyonlarını araştırmıştır. Buecker ve Horstmann (2022) 53 çalışmanın sistematik bir incelemesini yapmış ve çoğunun kesitsel nitelikte olduğunu tespit etmiştir. Mevcut sınırlı boylamsal çalışmalar, özellikle pandemi öncesi ölçümler salgından aylar veya yıllar önce yapıldığında, genellikle yalnızlıkta artış olduğunu bildirmiştir. İlginç bir şekilde, pandemiden sadece haftalar veya günler önce alınan pandemi öncesi ölçümlerle yapılan çalışmalar, yalnızlık eğilimlerinin nispeten sabit olduğunu veya hatta azaldığını bildirmiştir (Buecker ve Horstmann, 2022).

Sosyal izolasyon ve yalnızlığın ruh sağlığı üzerindeki etkisi, araştırmaların temel odak noktalarından biri olmuştur. Loades ve diğerleri (2020), çocuklar ve ergenler üzerindeki etkileri inceleyen 83 makalenin hızlı bir sistematik incelemesini yapmıştır. Bulguları, sosyal izolasyon ve yalnızlığın hem ölçüm sırasında hem de dokuz yıl sonrasına kadar depresyon ve muhtemelen anksiyete riskini artırdığını göstermiştir. Özellikle, yalnızlık süresinin ruh sağlığı semptomlarıyla yalnızlığın yoğunluğundan daha güçlü bir şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur (Loades ve ark., 2020).

Yaşlı yetişkinler için, pandemi sırasında sosyal izolasyon ve yalnızlığın sonuçları özellikle endişe verici olmuştur. Müller ve diğerleri (2021), ilk Covid-19 kapanması sırasında Alman yaşlı popülasyonunda depresif semptomlarla bu ilişkileri araştırmıştır. Çalışmaları, yalnız olmanın ancak izole olmamanın ve hem izole hem de yalnız olmanın daha yüksek depresif belirtilerle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. İlginç bir şekilde, izole olmak ancak yalnız olmamak depresif semptomlarla ilişkili değildi; bu da kişinin sosyal durumuna ilişkin öznel duygusal değerlendirmesinin, izolasyonun nesnel durumundan daha önemli olabileceğini düşündürmektedir (Müller ve ark., 2021).

Pandeminin fiziksel sağlık üzerinde de, özellikle obezite ile ilgili olarak, önemli etkileri olmuştur. Heinberg ve Steffen (2021), obeziteye sahip bireylerin, artan hastaneye yatış ve ölüm oranları da dahil olmak üzere, Covid-19'un kötüleşen seyri açısından çok yüksek risk altında olduğunu vurgulamıştır. Ayrıca, bu popülasyon kapanma, sosyal mesafe ve izolasyondan kaynaklanan diyet ve fiziksel aktivite sonuçlarından daha önemli ölçüde etkilenebilir (Heinberg ve Steffen, 2021).

1.2. Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük

Bu bölüm belirsizlik kavramı, belirsizliğe karşı tahammülsüzlük ve bunların Covid-19 pandemisi ile ilişkisi hakkındadır. Bu bağlamda öncelikle belirsizlik kavramından bahsedilmiş, sonrasında ise belirsizliğe karşı tahammülsüzlük konusu hakkında bilgi verilmiştir. Son olarak, belirsizliğe karşı tahammülsüzlük ve pandemi ilişkisi ele alınmıştır. Belirsizlik kavramı açıklanırken, gelecekteki olayların doğası, zamanlaması ve sonuçlarının kesin olmadığı durumlar üzerinde durulmuştur. Belirsizliğin genellikle bilgi eksikliğinden kaynaklandığı ve karar alma süreçlerini zorlaştırdığı vurgulanmıştır. Belirsizliğe karşı tahammülsüzlük konusunda, bireylerin belirsiz durumları nasıl algıladıkları ve bu durumlara verdikleri tepkiler açıklanmıştır. Bu kavramın bir kişilik özelliği olarak tanımlanması ve bireylerin belirsiz durumlardan kaçınma eğilimleri üzerinde durulmuştur. Son olarak, belirsizliğe karşı tahammülsüzlük ve pandemi ilişkisi incelenmiştir. Covid-19 salgınının bu kavramın önemini nasıl artırdığı ve çeşitli demografik gruplar üzerindeki etkileri ele alınmıştır. Özellikle sağlık çalışanları, öğrenciler ve diğer risk gruplarında yapılan araştırmalar ve bu araştırmaların sonuçları hakkında bilgi verilmiştir.

1.2.1. Belirsizlik Kavramı

Belirsizlik, farklı alanlarda çeşitli şekillerde tanımlanabilen bir kavramdır. Genel olarak, gelecekteki olayların doğasının, zamanlamasının ve sonuçlarının kesin olmadığı veya bir olayın neden-sonuç ilişkilerinin ve etkileyen faktörlerin tam olarak bilinmediği bir durumu ifade etmektedir. Bu gibi durumlarda, ekonomik karar alıcılar bir olayın olası sonuçlarını doğru bir şekilde tahmin edememekte veya bu sonuçların gerçekleşme olasılıklarını belirleyememektedir. Sonuç olarak, gelecek için planlama yaparken bir dizi olası senaryoyu göz önünde bulundurmaları ve bunların etkilerini hesaplamaya çalışmaları gerekmektedir. Belirsizliğin varlığı, gelecekteki olayların kesin olarak tahmin edilemeyeceği gerçeğinin altını çizdiği için karar alma sürecini zorlaştırmaktadır (Gürgün, 2020). Öngörülemeyen olayların meydana gelmesi, belirsizliğin sürpriz-şok boyutunu vurgulamakta ve risklerin hesaplanmasını zorlaştırarak karar verme süreçlerinde dikkate alınması gereken önemli bir faktör haline getirmektedir (Alada, 2000).

Belirsizlik, genellikle bilgi eksikliği nedeniyle bir durumun veya olayın kesin sonuçları tahmin edilemediğinde veya belirlenemediğinde ortaya çıkmaktadır. Bu durum, özellikle yetersiz bilginin tahminlerde veya kararlarda belirsizliğe yol açtığı karmaşık veya yeni konularda geçerlidir. Bilgi eksikliği, doğru ve kesin sonuçlara ulaşmayı zorlaştırarak karar alma

süreçlerini karmaşıklaştırmaktadır (İğdeli ve Sever, 2018). Belirsizliğe katkıda bulunan faktörler arasında piyasa koşulları, ekonomik durumlar ve siyasi gelişmeler gibi gelecekteki olayları veya koşulları tahmin etmenin zorluğu yer almaktadır. Bu durum, karar alma ve risk yönetimini zorlaştırabilmektedir (Yavuz ve Tokucu, 2006). Çok sayıda faktörün karmaşık etkileşimi, özellikle bu etkileşimler dinamik ve değişken olduğunda, etkileşimlerini tahmin etmeyi veya anlamayı zorlaştırabilmektedir. Birden fazla faktörün etkileşimi de belirsizlikte önemli bir rol oynamaktadır (Saleh ve Watson, 2017). Çevresel koşullar, doğal afetler, sağlık krizleri ve siyasi veya ekonomik değişiklikler gibi dış faktörler belirsizliği daha da artırmaktadır. Bu durum, karar alma ve planlama süreçlerinde çeşitli senaryoların dikkate alınmasını ve risklerin önceden belirlenmesini gerektirebilmektedir (Turan ve Çelikyay, 2020).

1.2.2. Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük

Belirsizlik kavramı, muğlaklık ve belirsizlik terimleriyle ifade edilmektedir. Muğlaklık, birden fazla anlamı olan durumlara işaret etmektedir. Belirsizlik ise bilinmeyen ve öngörülemeyen gelecekteki olaylara atıfta bulunmaktadır (Erguvan, 2015). Belirsizlik, sonuçların tahmin edilememesi veya anlaşılamaması olarak tanımlanmaktadır (Küçükkömürler, 2017). Yetersiz bilgi nedeniyle insan hayatı boyunca devam etmektedir (Rosser, 2019). Budner (1962), belirsizliğin üç nedenini tanımlamıştır. Bunlar, ipucu olmayan yeni durumlarla karşılaşmak, çok sayıda ipucu içeren karmaşık durumlar ve mevcut ipuçları ile durum arasındaki tutarsızlıktır. Bu belirsizlik durumu genellikle olumsuz olarak algılanmakta ve kaygı ile strese yol açmaktadır. Bireyler, bilinçli kararlar vermek için gelecekleri hakkında bilgi talep etmektedirler (Uzun ve Karataş, 2018).

İlk olarak Frenkel Brunswick (1949) tarafından bir kişilik özelliği olarak tanımlanan belirsizliğe karşı tahammülsüzlük, yeni, karmaşık ve çözülmemiş durumlardan rahatsızlık duymayı ve bu durumlardan kaçınmayı ifade etmektedir. Freeston ve diğerleri (1994), bunu algılanan tehditlere karşı bilişsel, duyusal ve davranışsal tepkiler olarak tanımlamaktadır. Dugas ve diğerleri (2004), hoşgörüsüzlüğü bilişsel, duygusal ve davranışsal düzeylerde ele alarak daha detaylı bir şekilde açıklamaktadır. Hofstede (2001) ve Granier ve diğerleri (2005), hoşgörüsüzlüğü öngörülemeyen durumlarda stres ve üzüntüye yol açan huzursuzluk olarak tanımlamaktadır. Yüksek toleranssızlığa sahip bireyler, belirsizliği bir tehdit olarak algılamakta ve bu durum problem çözme yeteneklerini etkilemekte, hareketsizliğe yol açmaktadır (Chen ve Hong, 2010).

Carleton (2016), belirsizlik ve tahammülsüzlük arasında ayrım yaparak, ikincisini gerekli bilgi eksikliği nedeniyle belirsiz durumlara katlanma kapasitesinin düşük olması olarak tanımlamaktadır. Belirsizliğe karşı tahammülsüzlük, bilişsel ve davranışsal alt boyutlarda ortaya çıkmakta ve bilişsel yönleri kaygı ile davranışsal yönleri ise sosyal kaygı ve depresyon ile ilişkilendirilmektedir (McEvoy ve Mahoney, 2011). Buhr ve Dugas (2006), belirsizliğe tahammülsüzlükle ilişkili en güçlü duygunun kaygı olduğunu vurgulamaktadır. Tahammülsüzlüğün doğrudan ve dolaylı etkileri, anksiyete semptomlarına katkıda bulunmaktadır. Bireyler, bilgiyi önyargılı olarak işleyerek gerçekçi olmayan endişelere yol açmaktadır (Oglesby ve Schmidt, 2017).

Belirsizlik, bireylerin belirsiz durumları abartılı tehlikeler olarak algılamasıyla yaşam olaylarına verilen duygusal tepkileri etkilemektedir (Bar-Anan ve diğerleri, 2009). Carleton ve diğerleri (2007), belirsizliğe tahammülsüzlüğün iki boyutunu tanımlamıştır. Bunlar, gelecekteki belirsizliklerle ilgili ileriye dönük kaygı ve belirsizlikten kaçınmayı amaçlayan engelleyici kaygıdır (Jacoby, 2020). Belirsizliğe karşı yüksek tahammülsüzlük, yaşam olaylarında daha az strese yol açabilmektedir (Tantan Ulu ve Yaka, 2020). Bilinçli farkındalık, sakin ve yargılayıcı olmayan bir tutumu teşvik ederek bireylerin belirsizliği tolere etmelerine yardımcı olabilmektedir (Tilahun, 2018). Belirsizliği tolere eden kişiler, yüksek öz farkındalık, uyum ve yaratıcılık sergilemekte ve yeni deneyimlere açık olmaktadır. Bu durum, kaygıyı azaltmakta ve özgüveni artırmaktadır.

1.2.3. Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük ve Pandemi İlişkisi

Covid-19 salgını tüm demografik grupları önemli ölçüde etkilemiş ve psikolojik dayanıklılık, belirsizliğe tahammülsüzlük ve ilgili ruh sağlığı sorunları üzerine araştırmaların artmasına yol açmıştır. Zira belirsizliğe tahammülsüzlük, belirsiz durumlara olumsuz tepki verme eğilimi ile karakterize edilen psikolojik bir özelliktir ve Covid-19 salgını sırasında anksiyete ve depresyonun önemli bir belirleyicisi olarak tanımlanmıştır. Örneğin, Del Valle ve diğerleri (2020), belirsizliğe tahammülsüzlüğün karantina sırasında Arjantinli katılımcılar arasında anksiyete ve depresif semptomları önemli ölçüde etkilediğini bulmuştur. Benzer şekilde, Andrews ve diğerleri (2023), yüksek tahammülsüzlüğe sahip bireylerin zaman içinde devam eden yüksek anksiyete ve depresyon seviyeleri yaşadıklarını bildirmiştir.

Aydın ve Özcan (2021) pandemi sırasında sağlık çalışanlarının belirsizliğe tahammülsüzlüklerini, ruminasyonlarını ve psikolojik dayanıklılıklarını araştırmıştır. Daha yaşlı ve daha deneyimli sağlık çalışanlarının daha düşük düzeyde ruminasyon sergilediğini,

vardiyalı çalışanların ise daha yüksek düzeyde ruminasyon sergilediğini bulmuşlardır. Belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik dayanıklılık, ruminasyonun önemli yordayıcıları olmuş ve varyansın %38,5'ini açıklamıştır. Bu durum, çalışma koşullarının iyileştirilmesinin ve ruh sağlığının izlenmesinin ruminasyonu azaltabileceğini ve sağlık çalışanları arasında dayanıklılığı artırabileceğini göstermektedir.

Benzer şekilde, Özdemir ve diğerleri (2021) bir pandemi hastanesindeki hemşirelerin stres düzeylerini incelemiş ve sosyodemografik faktörlerin, belirsizliğe tahammülsüzlüğün ve umutsuzluğun algılanan stresi önemli ölçüde etkilediğini bulmuştur. Evli bireyler ve yoğun bakım ünitelerinde çalışanlar daha yüksek stres düzeyleri bildirmiş ve bu ortamlarda stresi yönetmek için hedefe yönelik müdahalelere ihtiyaç olduğunu göstermiştir.

Erdoğan ve Kaya (2024), pandeminin hemşirelerin belirsizliğe tahammülsüzlüğü üzerindeki etkilerine odaklanmış ve pandemi sırasındaki finansal değişikliklerin ve işyeri şiddetinin daha yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlükle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum, psikolojik sıkıntının azaltılmasında finansal istikrarın ve güvenli çalışma koşullarının önemini vurgulamaktadır.

Kasapoğlu (2020), Covid-19 salgını sırasında kaygı, maneviyat, psikolojik dayanıklılık ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Çalışma, maneviyatın dayanıklılık yoluyla dolaylı olarak kaygıyı etkilediğini ve dayanıklılığın belirsizliğe tahammülsüzlük yoluyla hem doğrudan hem de dolaylı olarak kaygı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu bulmuştur. Bu durum, belirsiz zamanlarda kaygının yönetilmesinde dayanıklılık ve maneviyatın önemini vurgulamaktadır.

Selimoğlu ve Beydağ (2022) hamile kadınlara odaklanmış ve koronavirüs kaygısı ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif bir ilişki bulmuştur. Çalışma, pandemi sırasında hamile kadınlara doğru bilgi ve profesyonel danışmanlık sağlanmasının kaygı ve belirsizliği hafifletmeye yardımcı olabileceğini öne sürmektedir.

Turhan ve Boyacıoğlu (2022), Covid-19 tanısı alan hastaları incelemiş ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ölüm kaygısı arasında pozitif bir ilişki bulmuştur. Çalışma, hastanede yatan hastalar arasında anksiyete ve belirsizliği azaltmak için sık ve güncel bilgilere duyulan ihtiyacı vurgulamaktadır.

Ayhan, Hilal ve Bingöl (2022) hemşirelik öğrencilerinde belirsizliğe tahammülsüzlük ve işsizlik kaygısı arasındaki ilişkide psikolojik dayanıklılığın aracılık rolünü araştırmıştır. Çalışma, psikolojik dayanıklılığın işsizlik kaygısını olumsuz yönde etkilediğini ortaya koymuş

ve dayanıklılığı artırmanın kaygı ile ilgili sorunları yönetmeye yardımcı olabileceğini düşündürmüştür. Bu durum, hemşirelik ve diğer sağlık bilimleri öğrencilerine yönelik eğitim programlarına dayanıklılık geliştirici içeriklerin dahil edilmesinin önemini vurgulamaktadır.

Duman (2020), üniversite öğrencileri arasında Covid-19 korkusu ve belirsizliğe tahammülsüzlüğü araştırmış ve her ikisinin de orta düzeyde olduğunu bulmuştur. Çalışma, Covid-19 korkusu ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında anlamlı bir korelasyon olduğunu göstermiş ve korku yönetimi stratejilerinin öğrencilerde belirsizliğe tahammülsüzlüğü azaltmaya yardımcı olabileceğini düşündürmüştür.

Esenkaya (2022) pandemi döneminde uzaktan eğitim alan üniversite öğrencilerinin yardımseverlik ve belirsizliğe tahammülsüzlükleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma, erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla daha yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük sergilediğini, yardımseverlikte ise anlamlı bir cinsiyet farkı gözlenmediğini ortaya koymuştur. Pandemiden önemli ölçüde etkilendiğini bildiren öğrenciler hem yardımseverlik hem de belirsizliğe tahammülsüzlük açısından daha yüksek seviyeler göstermiştir. İlginç bir şekilde, belirsizliğe tahammülsüzlüğün ileriye dönük kaygı alt boyutu ile yardımseverlik arasında pozitif ancak düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur; bu da öğrencilerin gelecekle ilgili kaygıları arttıkça yardımsever olma eğilimlerinin de arttığını göstermektedir.

Benzer şekilde, Çarkıt (2021) üniversite öğrencileri arasında Covid-19 korkusunun bir yordayıcısı olarak belirsizliğe tahammülsüzlüğün rolünü araştırmıştır. Çalışma hem ileriye dönük kaygının hem de engelleyici kaygının Covid-19 korkusunu önemli ölçüde yordadığını ortaya koymuş ve belirsizliğe tahammülsüzlüğü daha yüksek olan öğrencilerin pandemiyle ilgili korku yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Demir, Kılıçkaya ve Yaman (2023) spor çalışanlarının belirsizliğe tahammülsüzlüğünü ve savunmacı kötümserliğini incelemiş ve ikisi arasında pozitif bir ilişki bulmuştur. Ekonomik durum belirsizliğe tahammülsüzlüğü etkilememiş ancak savunmacı kötümserliği artırmıştır. Bu durum, spor çalışanları için istikrarlı koşullar yaratmanın kötümserliği ve belirsizliği azaltmak için çok önemli olduğunu göstermektedir.

Savaş (2021) pandemi sürecinde yetişkinlerin öz-şefkat ve duygu düzenleme becerilerini belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik semptomlarla ilişkili olarak incelemiştir. Çalışma, öz-şefkat, duygu düzenleme ve psikolojik semptomlar arasında anlamlı ilişkiler bulmuş ve öz-şefkati artırmanın duygu düzenlemeyi geliştirebileceğini ve psikolojik sıkıntıyı azaltabileceğini öne sürmüştür.

Şahinler (2021) spor bilimleri öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlüğünü araştırmış ve pandemi sırasında fiziksel aktivite düzeyleri ile anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Bununla birlikte, cinsiyet, yaş ve genel sağlık durumu önemli faktörlerdi ve bu da demografik özelliklerin belirsizliğe toleransı etkilediğini gösteriyordu.

Başa çıkma stratejileri, belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sonuçlar arasındaki ilişkiye aracılık etmede önemli bir rol oynamaktadır. Taha ve diğerleri (2014), yüksek belirsizliğe tahammülsüzlüğe sahip bireylerin, daha yüksek kaygı düzeylerini öngören duygu odaklı başa çıkma stratejilerine girme olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Çelik ve Köse (2021), belirsizliğe tahammülsüzlüğün stresle başa çıkma tarzları ile kompulsif satın alma davranışı arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiğini bulmuş, bu da belirsizliğe tahammülsüzlüğün pandemi sırasında davranışsal tepkileri etkileyebileceğini göstermiştir.

Sonuç olarak, Covid-19 pandemisi, belirsizliğe tahammülsüzlük ve bunun psikolojik etkileri üzerine yapılan araştırmaların önemini artırmıştır. Çeşitli demografik gruplar üzerinde yapılan çalışmalar, belirsizliğe tahammülsüzlüğün anksiyete, depresyon ve diğer ruh sağlığı sorunlarıyla olan ilişkisini ortaya koymuştur. Bu bulgular, belirsizliğe tahammülsüzlüğü azaltmaya yönelik stratejilerin geliştirilmesinin ve uygulanmasının önemini vurgulamaktadır. Özellikle sağlık çalışanları, öğrenciler ve diğer risk grupları için psikolojik dayanıklılığı artırıcı müdahaleler, eğitim programları ve destek mekanizmaları oluşturulması gerekmektedir. Pandemi sürecinde elde edilen bu bilgiler, gelecekte benzer kriz durumlarında daha etkili başa çıkma stratejileri geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

1.3. Evlilik ve Evlilikte Çatışma, Uyum ve Doyum

1.3.1. Evlilik

Bu kısım evlilik kavramı, evlilik tipleri ve evliliğin işlevleri hakkındadır. Bu bağlamda öncelikle evlilik kavramından bahsedilmiş, sonrasında ise evlilik tipleri konusu hakkında bilgi verilmiştir. Son olarak, evliliğin işlevleri ele alınmıştır. Evlilik kavramı açıklanırken, evliliğin tanımı, toplumsal önemi, kültürel boyutu ve bireyler üzerindeki etkileri üzerinde durulmuştur. Evliliğin aile kurumunun temeli olduğu ve sosyal, ekonomik ve psikolojik boyutları olduğu vurgulanmıştır. Evlilik tipleri konusunda, Fitzpatrick'in geliştirdiği evlilik tipolojisi (Geleneksel, Bağımsız ve Ayrı) açıklanmıştır. Ayrıca, Bağlantılı Evlilik Tipi ve yapısal perspektiften aile etkileşim sistemleri (Bağlantısız, Normal ve İç İçe Geçmiş Aileler) ele alınmıştır. Türkiye'deki evlilik dinamikleri ve evlilik türleri de bu bölümde incelenmiştir. Son olarak, evliliğin işlevleri incelenmiştir. Bu bağlamda, evliliğin biyolojik, sosyal ve psikolojik

ihtiyaçları karşılaması, sağlık üzerindeki olumlu etkileri, evlilik memnuniyeti ve sağlıklı evliliklerin özellikleri ele alınmıştır. Evliliğin cinsiyete göre farklı etkileri ve sağlıklı bir evliliğin temel unsurları da bu kısımda açıklanmıştır.

1.3.1.1. Evlilik Kavramı

Evlilik kurumu, kapsamlı araştırmalara rağmen, tekil ve kesin bir tanımdan yoksundur (Özgüven, 2017). Kültürel bir olgu olarak kavramsallaştırılan evlilik, toplumsal yapıları etkilemekte ve aile düzeninin temelini oluşturarak türün devamlılığına katkıda bulunmaktadır. Evlilik, iki birey arasında fizyolojik, psikolojik ve sosyal ihtiyaçları ortak bir zamansal ve mekânsal alan içinde ele alan biyolojik, duygusal ve davranışsal bir sözleşme olarak algılanmaktadır. Salt bir sözleşmenin ötesinde evlilik, davranışları, ekonomiyi ve sosyolojiyi şekillendirerek bireyler ve toplum üzerinde önemli bir etkiye sahiptir.

Toplumun temel birimi olarak kabul edilen aile, evlilik kurumu üzerine inşa edilmiştir ve sosyal ve kültürel devamlılık için çok önemlidir (Parlar ve Akgün, 2018). Özgüven'in (2017) açıkladığı gibi, evlilik sözleşmesinin imzalanması iki bireyi birlikte yaşayabilen ve potansiyel olarak çocuk sahibi olabilen sosyal bir kuruma dönüştürerek ailenin temelini atmaktadır. Dolayısıyla evlilik ilişkisinin kalitesi, en küçük toplumsal birim olan ailenin sağlığı için hayati önem taşımaktadır.

Önemli bir yaşam olayı olan evlilik, çeşitli araştırmacılar tarafından farklı şekillerde tanımlanmaktadır. Giddens (2006) evliliği sosyal olarak onaylanmış cinsel ilişkiler olarak tanımlarken, Tavakal ve diğerleri (2017) kişisel gelişim ve mutluluğa yol açan iki varlığın birleşmesi olarak görmektedir. Chit ve Read (2016) ise evliliğin farklı cinsiyetlerden iki birey arasında derin sosyal, ekonomik ve psikolojik temelleri olan benzersiz bir birliktelik olduğunu savunmaktadır. Bu bakış açılarını sentezleyen evlilik, bireylere belirli haklar tanıyan, çocuklarına sosyal konumlar atayan ve çiftin ortak bir yaşama bağlılığını kabul eden yasal olarak bağlayıcı bir ilişkidir.

Evlilik, kişisel refahı, yaşam kalitesini ve genel yaşam memnuniyetini etkilemek için sosyal sonuçların ötesine geçerek bireysel yaşamları önemli ölçüde etkiler (Williams, 2003). Toplum, evliliği mutluluğa, zorluklara, sevinçlere ve bir dizi duygusal deneyime açılan bir kapı olarak görmekte ve insan varlığının çeşitli boyutları üzerinde önemli bir iz bırakmaktadır. Evlilik, genel sağlığı ve yaşam memnuniyetini artırmakta ve bir yaşam geçiş sınırı olarak işlev görmektedir. Zorbaz ve diğerlerine (2019) göre evlilik bağı, bireyin maddi ve manevi doyuma ulaşma, sorumluluklarını yerine getirme ve çevresine uyum sağlama becerisini büyük ölçüde

etkilemektedir. Evlilik, değer, sevgi, saygı ve kişisel değer duyguları aracılığıyla ortaya çıkan duygusal, sosyal ve fiziksel yakınlığa önemli bir katkı sağlayan unsur olarak kabul edilmektedir.

Kültür; davranışları, standartları, rolleri ve sona erme koşullarını etkileyerek evlilik üzerinde yadsınamaz bir etkiye sahiptir. Araştırmalar bu kültürel değerleri bireyci ve kolektivist olarak sınıflandırmakta ve bu değerler arasındaki farklılıkların çiftler için bir stres kaynağı olabileceğini belirtmektedir (Yavuzer, 2011). Çiftler sadece bir çatı altında birleşmekle kalmaz, aynı zamanda evlilik doyumuna önemli ölçüde katkıda bulunan geçmiş deneyimlerden ve kültürel değerlerden etkilenen bir bağ oluştururlar. Evlilik ya da evlilik birliği, eşlerden birinin ölümüyle doğal olarak ya da bir veya daha fazla sosyal ve ekonomik faktör nedeniyle boşanma yoluyla gönüllü olarak sona ermektedir. Boşanmayı etkileyen faktörler arasında evlilik yaşı, kültürel yakınlık, eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve gelir düzeyi yer almakta olup, yaş ve eğitim özellikle önemlidir (Yılmazçoban, 2008).

Eğitim, gelir ve istihdam gibi ekonomik ve sosyal faktörler evliliklerde sorun çözmeye yardımcı olur ve başarılı iletişimi kolaylaştırır. Bununla birlikte, ekonomik stres aile içindeki gerilimleri artırabilir ve eşler arasındaki duygusal bağları zayıflatabilir. Aile büyüklüğü ve çocuk sahibi olmanın zamanlaması da evliliğin sürdürülebilirliğini etkiler. Toplumsal düzeyde, kültürel benzerlikler, eğitim dengesi ve dini inançlar evlilik uyumunda önemli rol oynamakta ve bu alanlardaki farklılıklar potansiyel olarak boşanmaya yol açmaktadır (Turğut, 2011). Toplumsal bir yapı olarak evlilik, farklı yaşam öyküleri, alışkanlıklar ve davranış kalıpları ortaya koymaktadır (Yavuzer, 2011). Evliliğe ilişkin toplumsal değerler, bireyci ya da kolektivist olarak algılanan bir kültürden diğerine önemli ölçüde farklılık göstermektedir. Çiftler, kişisel değer sistemlerinin bir parçası haline gelen anlamlı kültürel değerleri evlilik deneyimlerine dahil ederler (Tekin Çatal ve diğerleri, 2017). Sonuç olarak, bu değerlere ve çiftlerin evlilik sorunlarına nasıl yaklaştıklarına bağlı olarak çeşitli evlilik türleri ortaya çıkmaktadır.

1.3.1.2. Evlilik Tipleri

Evlilik, çiftler arasındaki etkileşim ve iletişim sistemine dayanan iki yönlü bir süreçtir ve bu süreç, eşlerin ve çocukların gelişimi ile psikolojik sağlığı açısından kritik öneme sahiptir (Ersanlı ve Kalkan, 2008). Fitzpatrick (1987), çiftlerin evliliklerini nasıl tanımladıklarına ve ev işleriyle nasıl başa çıktıklarına göre bir evlilik tipolojisi geliştirmiştir. Bu tipoloji, evlilikleri üç kategoriye ayırır: Geleneksel, Bağımsız ve Ayrı. Fitzpatrick, çiftlerin ilişkilerinde hangi ihtiyaçlara öncelik verdiklerine göre bu sınıflandırmanın yapıldığını belirtmiştir ve çiftlerin

genellikle uzun vadeli ilişkilerinde bir tipe sadık kaldıklarını ifade etmiştir (Fitzpatrick ve Ritchie, 1994).

Geleneksel Evlilik, kişisel bağımsızlığın evlilik birliği uğruna feda edilmesi gerektiği anlayışına dayanır. Bu çiftler, geleneksel rolleri benimser ve sınırlı bireysel özerkliğe sahiptirler, ancak ilişkilerine dair pozitif duygular ifade ederler (Fişek, 2005). *Bağımsız Evlilik*, cinsiyet eşitliğini ve ortak karar almayı vurgular, ancak bu tip evliliklerde çatışma ve memnuniyetsizlik olasılığı daha yüksektir (Ar, 2014). *Ayrı Evlilik* ise, başlangıçta alınan kararlara sıkı sıkıya bağlı kalan ve cinsiyet rollerinin ayrı olduğu çiftlerden oluşur. Bu çiftler, çatışmadan kaçınarak duygusal yakınlığı en aza indirir ve kişisel gelişime odaklanırlar (Nazlı, 2011).

Noller ve Hiscock (1989) ile Mackey ve O'Brien (1995), daha yüksek düzeyde bağımlılık ve ilişkide ortak hareket etme arzusu ile karakterize edilen *Bağlantılı Evlilik* Tipini tanıtmıştır. Bu tip, çatışma kontrolü, ortak karar alma, iletişim kalitesi, cinsel ve psikolojik yakınlığın yanı sıra güven, saygı, empatik anlayış ve eşitlik gibi ilişki değerleri de dahil olmak üzere evlilik etkileşiminin ek boyutlarını kapsamaktadır (Noller ve Hiscock, 1989; Mackey ve O'Brien, 1995).

Yapısal bir perspektiften bakıldığında, aile etkileşim sistemleri, üyeler (eşler) arasındaki bağlanma ve özerklik arasındaki dengeye dayalı olarak üç tipte kategorize edilebilir: Bağlantısız Aileler, Normal Aileler ve Bağlantısız Aileler. Bağlantısız aileler özerkliğe öncelik verirken sevgi, şefkat ve aidiyet ihtiyaçlarını ihmal eder. İç içe geçmiş aileler ise birbirlerinin kişisel alanlarına aşırı derecede müdahale ederek sevgi ve şefkat ihtiyaçlarını karşılarken özerkliği ihmal ederler. Normal aileler bu ihtiyaçları dengeler; sevgi, şefkat ve aidiyet ihtiyaçlarını karşılarken açık iletişim ve kendini ifade etme rahatlığı sağlar (Fişek, 2005; Nazlı, 2011).

Türkiye'de evlilik dinamikleri gelenekler, yerleşim yeri, kültür, ekonomik durum ve bireylerin sosyal ilişkilerdeki bağımlılıkları veya bağımsızlıkları gibi faktörlerden etkilenmektedir (Geçtan, 2018). Görücü usulü, kaçarak evlenme, başlık parası, berdel ve beşik kertmesi gibi çeşitli evlilik türleri mevcuttur. Ancak en yaygın olanları flört evlilikleri, görücü usulü evlilikler, geleneksel ve modern evliliklerdir (Özgüven, 2017). Görücü usulü evlilikler, zorla ve gönüllü olarak yapılan evlilikler olarak ikiye ayrılabilir (Gül, 2016). Geleneksel evlilikler açıkça tanımlanmış toplumsal cinsiyet rollerine sahipken, çağdaş evlilikler arkadaşlığı ve ortak karar almayı vurgulamaktadır (Geçtan, 2018). İmamoğlu (1993) tarafından yapılan araştırma, görücü usulü ve flört evlilikleri arasındaki ilişki dinamiklerinde önemli farklılıklar olduğunu,

görücü usulü evliliklerin arkadaşlık, ortak zaman, karşılıklı paylaşım ve güven ile karakterize edildiğini, görücü usulü evliliklerin ise genellikle iletişim sorunları ve birbirlerinin sosyal çevreleri hakkında sınırlı bilgi ile karşı karşıya olduğunu vurgulamıştır (Kaçar ve Parlar, 2019).

1.3.1.3. Evliliğin İşlevleri

Evlilik, bireylerin çeşitli ihtiyaçlarını karşılayan çok yönlü bir kurumdur. Biyolojik dürtüleri tatmin etmenin yanı sıra, sosyal ve psikolojik ihtiyaçları da karşılar. Özgüven (2017), evliliklerde sevgi ve kabulün önemli bir rol oynadığını belirtmektedir. Mutlu bir evlilik, sağlık üzerinde olumlu etkilere sahiptir. Akdağ ve Çankaya (2015), evlilik süresinin artmasıyla kronik hastalıkların azaldığını ve psikolojik iyi oluşun arttığını göstermiştir. Kublay ve Oktan (2015), mutlu evliliklerde stres seviyesinin azaldığını ve çeşitli sağlık sorunlarının riskinin düştüğünü belirtmektedir. Cortez, Lee ve Roberson (2020), evliliğin sağlıklı yaşlanma ve düşük ölüm oranlarıyla ilişkili olduğunu vurgulamaktadır.

Evlilik memnuniyeti, karmaşık dinamiklere sahiptir. Boyce, Wood ve Ferguson (2016), evlilik sonrası yaşam memnuniyetinin geçici olarak arttığını, ancak genellikle evlilik öncesi seviyelere döndüğünü belirtmektedir. Satir (2017), evliliklerin cinsiyete göre farklı beklentilere sahip olduğunu öne sürmektedir. Rapp ve Stauder (2020), evlilik sonrası ruh sağlığı faydalarının erkekler için daha belirgin olduğunu göstermektedir. Çağ ve Yıldırım (2013), sağlıklı bir evliliğin fiziksel, duygusal ve ruhsal bağlantıları içermesi gerektiğini vurgulamaktadır. Sağlıklı evliliklerin özellikleri arasında sadakat, güven, karşılıklı saygı, kabul, ortak hedefler, açık iletişim ve çatışma çözümü bulunur. Soylu ve Kağnıcı (2015), etkili iletişimin sağlıklı bir evlilik için önemini vurgulamaktadır. Satir (2017), sağlıklı bir evlilikte aile üyelerinin bir takım gibi hareket etmesi, açık ve saygılı olması gerektiğini belirtmektedir.

Evlilik, farklı bağlamlarda çoklu işlevler üstlenmekte olup, ekonomik, sosyal ve kişisel boyutları kapsamaktadır. Ekonomik açıdan evlilik, hane gelirini ve çocuk yoksulluğunu önemli ölçüde etkilemektedir. Hanehalkında potansiyel kazanç sağlayıcıların sayısını artırarak, finansal istikrarı güçlendirmekte ve gelir dalgalanmalarına karşı dayanıklılığı artırmaktadır. Bu durum, özellikle çift kazançlı hanelerde, ölçek ekonomileri sayesinde giderlerin daha iyi yönetilmesi ve geleceğe yönelik yatırımlar yapılabilmesi açısından faydalı olmaktadır. Bununla birlikte, evliliğin ekonomik faydaları tüm demografik gruplar arasında eşit dağılım göstermemektedir. Beyaz çocuklar, siyah ve Hispanik çocuklara göre genellikle daha fazla ekonomik avantaj elde etmektedirler (Baker, 2015).

Sosyal açıdan evlilik, hane içinde fayda dağılımını etkilemektedir. Evlilik, her iki taraf için de genellikle önemli kazanımlar sağlamaktadır. Ancak bu kazanımlar, toplumsal normlar ve cinsiyet rollerinden dolayı eşit şekilde dağılmamaktadır. Özellikle, geleneksel cinsiyet rollerinin daha belirgin olduğu daha yaşlı nesillerde, erkekler evlilikten kadınlara kıyasla daha fazla fayda sağlamaktadır. Bu dinamik, işbirlikçi pazarlık modelleriyle uyumlu olup, evlilik dışındaki göreli kazanç potansiyelinin, evlilik içindeki fayda dağılımını etkilediğini göstermektedir (Bethmann ve Rudolf, 2016).

Kişisel düzeyde ise evlilik, romantik ilişkilerde, özellikle cinsel tatmin ve ilişki kalitesi açısından önemli bir rol oynamaktadır. Cinsellik, romantik ilişkilerin kalitesini şekillendiren temel faktörlerden biri olup, cinsel sıklık ve tatminin artması, genel ilişki memnuniyetinin de yükselmesi ile ilişkilidir. Ancak, zamanla cinsel arzu ve tatmini sürdürmek zor olabilmektedir. Partnerler ilişkilerinde daha güvenli hale geldikçe, arzunun azalması yaygın bir durumdur. Bu zorlukları başarıyla yönetmek, ilişki memnuniyetini artırmakta ve evlilik içinde güçlü bir cinsel bağın önemini vurgulamaktadır (Muise, 2017).

Evlilik ayrıca biyolojik ve evrimsel işlevlerle de kesişmektedir. Cinsel seçim ve çatışma bağlamında bazı türlerde çiftleşme sistemleri, bağışıklıkta cinsel dimorfizmi etkilemektedir. Evliliğe benzer tek eşli sistemler, cinsel çatışmayı azaltmakta ve bağışıklık tepkilerini değiştirmektedir (Bagchi ve diğerleri, 2021). Bu durum, evliliğin yalnızca sosyal ve ekonomik yönleri değil, aynı zamanda biyolojik özellikleri de etkileyen evrimsel sonuçlar doğurabileceğini göstermektedir.

Evliliğin işlevleri çok yönlü olmakla birlikte, sınırlamalar ve çelişkiler de içermektedir. Örneğin, evliliğin ekonomik faydaları, bireyler arasındaki önceden var olan farklılıklardan etkilenmekte olup, bu durum evliliğin yoksulluğun azaltılması üzerindeki nedensel etkilerinin abartılmasına neden olabilmektedir (Baker, 2015). Ayrıca, fayda dağılımı açısından evliliğin sağladığı avantajlar, toplumsal normlar tarafından çarpıtılabilmekte ve bu durum, evlilikten elde edilen kazanımların cinsiyetler arası algılanışında dengesizliklere yol açmaktadır (Bethmann ve Rudolf, 2016).

Sonuç olarak, evlilik, ekonomik istikrar, sosyal fayda ve kişisel tatmin sağlayan karmaşık bir kurum olarak işlev görmektedir. Hane geliri, çocuk yoksulluğu ve ilişki kalitesini etkilemekte ve aynı zamanda biyolojik ve evrimsel süreçlerle de kesişmektedir. Ancak bu işlevler, demografik faktörler, toplumsal normlar ve bireysel farklılıklar tarafından

şekillendirilmektedir. Bu durum, evliliğin çağdaş toplumdaki nüanslı rolünü ortaya koymaktadır.

1.3.2. Evlilikte Çatışma

Bu kısımda evlilikte çatışma kavramı, çatışma kaynakları, çatışma tipleri, çatışmaların çözümünde farklı yaklaşımlar, evlilikte çatışmaların çözümü ve evlilikte çatışmaların çözümünü etkileyen faktörlere değinilmiştir. Bu bağlamda öncelikle çatışma kavramından bahsedilmiş, sonrasında ise çatışma kaynakları ve tipleri konusu hakkında bilgi verilmiştir. Daha sonra çatışmaların çözümünde farklı yaklaşımlar ve evlilikte çatışmaların çözümü ele alınmıştır. Son olarak, evlilikte çatışmaların çözümünü etkileyen faktörler incelenmiştir. Çatışma kavramı açıklanırken, çatışmanın tanımı, nedenleri ve insan ilişkilerindeki rolü üzerinde durulmuştur. Çatışmanın kaynakları ve tipleri detaylı bir şekilde ele alınmış, farklı sınıflandırmalar sunulmuştur. Çatışmaların çözümünde farklı yaklaşımlar konusunda, klasik, davranışsal ve etkileşimci yaklaşımlar ile Pozitif Psikoterapi Yaklaşımı açıklanmıştır. Evlilikte çatışmaların çözümü bölümünde, çiftlerin çatışma çözme tarzları ve bunların evlilik uyumu ve doyumu üzerindeki etkileri incelenmiştir. Son olarak, evlilikte çatışmaların çözümünü etkileyen faktörler detaylı bir şekilde ele alınmıştır. Bu faktörler arasında evlilik süresi, çocuk mevcudiyeti, kültürel farklılıklar, toplumsal cinsiyet rolleri, sosyal medya kullanımı, kişilik özellikleri ve iletişim tarzı yer almaktadır. Her bir faktörün çatışma çözümü üzerindeki etkileri, ilgili araştırma bulgularıyla desteklenerek açıklanmıştır.

1.3.2.1. Çatışma Kavramı

Çatışma sözlükte anlaşmazlık, karşıtlık ve savaş olarak tanımlanmaktadır. Gordon (1996) çatışmayı, ihtiyaçların uyumsuzluğundan, ihtiyaçların karşılanmasının engellenmesinden veya ihtiyaçların birbirini dışlamasından kaynaklanan bir durum olarak tanımlamaktadır. Çatışmalar, kişiler arası ilişkilerdeki çelişkilerden ve anlaşmazlıklardan ortaya çıkabilir. Bireylerin hedefleri uyuşmadığında veya beklentiler ile değerler arasında bir uyumsuzluk olduğunda çatışma ortaya çıkabilir (Crawford ve Bodine, 1996). Hem kişisel ilişkilerde hem de grup düzeyinde ortaya çıkabilen çatışmalar, temelde anlaşmazlıklardan ve değer çatışmalarından kaynaklanır. Bireyler uzlaşmaya varamadıklarında çatışmaya başvurabilirler (Gordon, 1996).

Bireyler arasında ortaya çıkan çatışmalar, kaynaklar veya güç üzerindeki rekabetten kaynaklanabilir. Bireyler arasında farklı amaç ve değerlerin varlığı çatışmanın ortaya çıkmasına neden olabilir. Düşünce ve görüş farklılıkları da bir çatışma nedenidir. Bir tartışma sonrasında çözüme ulaşılabildiği gibi, çatışmalar ilişkileri olumsuz etkileyen yıkıcı sonuçlara da yol

açabilir (Gottman, 1993). Deen'e (2000) göre çatışmalar insan doğasının doğal bir parçasıdır ve bireylerin, ilişkilerin ve sistemlerin gelişimi için gereklidir. Çatışmaların varlığı, farklı görüşlerin ifade edilmesi, yenilikçi çözümler bulunması ve ilerleme kaydedilmesi için bir fırsat sağlayabilir.

Çatışmalar günlük yaşamda normal kabul edilse de birçok insan çatışmaları stres, endişe, kaos, ayrılık ve şiddetle ilişkilendirerek olumsuz algılar. İyi bir ilişkinin çatışma içermemesi gerektiğine dair bir inanç vardır (Johnson ve Johnson, 1981). Ancak, olumlu ya da olumsuz olan çatışmanın kendisi değil, bireylerin buna karşı sergiledikleri tepkilerdir. Bu tepkiler yapıcı ya da yıkıcı olabilir, olumsuz deneyimlere ya da büyüme fırsatlarına yol açabilir (Crawford ve Bodine, 1996). Psikolojik olarak çatışma, bireylerin ihtiyaçları karşılanmadığında karşılaşılan hayal kırıklığı durumu olarak ifade edilir. Ruh sağlığı uzmanları, yaklaşma-yaklaşma, kaçınma-kaçınma ve yaklaşma-kaçınma gibi farklı çatışma türleri tanımlamışlardır (Öztürk, 1989). Çatışmaların çözümü bu türlerin içinde yer alır ve bireylerin çatışma çözme becerilerine bağlı olarak çözüm yönteminin seçimi çok önemlidir. Çatışmaya neden olan faktörleri anlamak, olumlu sonuçlar elde etmek için gereklidir (Türkünlü, 2006).

1.3.2.2. Çatışma Kaynakları

Çatışmalar, aidiyet, güç, özgürlük ve keyif alma gibi temel ihtiyaçlardan kaynaklanmaktadır (Schrumpf ve diğerleri, 2007). Bu ihtiyaçlar, müdahale ve rekabet durumlarında sekteye uğrayabilmektedir. Çatışmanın kaynağını tanımlamak, bu durumu etkili bir şekilde ele almak ve olumsuz etkilerini en aza indirmek açısından kritik öneme sahiptir. Çatışma kaynaklarını tamamen ortadan kaldırmak zor olmakla birlikte potansiyel yıkıcı sonuçların önlenmesi için bu kaynakları anlamak gereklidir. Bireyler, sosyal varlıklar olarak topluluklara ve kişiler arası ilişkilere katılma eğilimindedirler. Aidiyet ihtiyacı ise iş birliğine dayalı ilişkiler yoluyla karşılanmaktadır. Güç ihtiyacı, başarılar, saygı ve kabul görme yoluyla tatmin edilmektedir. Özgürlük, kişisel seçimler yoluyla elde edilmekte, keyif alma ise ilgi çekici faaliyetlerle sağlanmaktadır. Bu ihtiyaçlar, davranışların altında yatan motivasyonlar olarak değerlendirilmektedir.

Bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılamak için kullandıkları kaynaklar sınırlı veya yetersiz olduğunda çatışmalar ortaya çıkabilmektedir. Bu kaynaklar arasında malzeme, zaman, enerji, para ve yiyecek bulunmaktadır. Sınırlı kaynaklar üzerindeki çatışmalar, paylaşım ve dağıtım gibi sosyal beceriler aracılığıyla ele alınabilmektedir. Bu nedenle, diğer çatışma türlerine kıyasla genellikle daha kolay çözülebilmektedir (Bodine ve Crawford, 2002). Ancak,

karşılanmamış psikolojik ihtiyaçların paylaşılamaması daha ciddi bir zorluk oluşturmaktadır (Türnüklü, 2006). Korku, güvensizlik, rekabet veya kıtlık algısı gibi psikolojik faktörler, kaynak paylaşımını engelleyebilmektedir (Özdoğan, 2022).

Kaynak paylaşımı konusundaki çatışmaları ele almak için pratik beceriler yeterli olmamaktadır. Bu süreç, altta yatan psikolojik ihtiyaçları anlamayı ve bunları ele almayı gerektirmektedir (Özdoğan, 2022). Duygusal ihtiyaçların karşılanması, güvenlik duygusunun yaratılması ve iletişim yoluyla anlayış ve empatinin geliştirilmesi, adil kaynak dağıtımını kolaylaştırabilmektedir (Candoğan ve Erigüç, 2006). Dolayısıyla, kaynak paylaşımı ile ilgili çatışmaların çözümü, psikolojik faktörlerin tanınması ile sağlanabilmektedir. Bu durum, daha sağlıklı ve adil çözümler elde edilmesine katkıda bulunmaktadır (Yıldız, 2003).

Değerler, öncelikler ve ilkelerdeki farklılıklar da çatışmalara yol açabilmektedir. Bireyler, farklı değer sistemlerine sahip olduklarından, durumları farklı algılayabilmektedirler. Değer farklılıklarından kaynaklanan çatışmaların çözümü ise özellikle zordur. Bu durum, değerlerin kişisel inançlar ve kimlikle derinden bağlantılı olmasından kaynaklanmaktadır (Koçel, 2013). Değerler, uzun süreli deneyimler, kültürel faktörler ve aile geçmişiyle şekillenmektedir. Bu durum, esnekliği ve değişimi zorlaştırmaktadır. Değer farklılıkları, iletişim ve anlayış eksiklikleri ile birleştiğinde çatışmalara neden olabilmektedir. Empati, açık iletişim ve karşılıklı anlayış, bu tür çatışmaları çözmek için büyük önem taşımaktadır (Schrumpf ve diğerleri, 2007). Değer farklılıklarından kaynaklanan çatışmaların çözümünde, yaratıcı yaklaşımlar geliştirmek, ortak zemin bulmak ve uzlaşmaya varma çabaları önemli rol oynamaktadır (Koçel, 2013).

1.3.2.3. Çatışma Tipleri

Frank Harary (1969) kişilerarası çatışmayı, dışavurumlarına göre sekiz türe ayırmaktadır: Açık düşmanlık ve anlaşmazlık ile karakterize edilen *aktif çatışma*; iletişim eksikliği ve potansiyel saldırganlık ile işaretlenen *pasif çatışma*; yanlış yorumlamalar ve benmerkezcilikten kaynaklanan *varoluşsal çatışma*; karşıt görüşlerin tamamen reddedilmesini içeren *toptan reddetme*; değişmeden kalan önyargılı kavramlar tarafından yönlendirilen *önyargılı çatışma*; değişen yoğunluk derecelerinde kısmi anlaşmadan kaynaklanan *yoğunluk çatışması*; diğer tarafın mesajının eksik anlaşılmasından kaynaklanan *kısmi algı çatışması*; ve bilginin aktarılmadan önce kasıtlı veya kasıtsız olarak çarpıtıldığı *alıkoyma çatışması* (Kaya, 2016).

Deutsch (1973) çatışmanın algılanmasına dayanan ve altı kategoriyi kapsayan alternatif bir sınıflandırma sunmaktadır: durumun doğru anlaşılmasını yansıtan gerçekçi çatışma; tanınmayan alternatif çözümlerden kaynaklanan koşullu çatışma; çevresel konulara odaklanan

anlaşmazlıklarla karakterize edilen yerinden edilmiş çatışma; suçun ilgisiz faktörlere atfedildiği yanlış atfedilmiş çatışma; genellikle bastırma veya yerinden etme nedeniyle var olan ancak kabul edilmeyen gizli çatışma; ve gerçek bir sorun olmamasına rağmen yanlış anlamalardan veya yanlış algılamalardan kaynaklanan sahte çatışma (Karcıoğlu ve Alioğulları, 2012).

1.3.2.4. Çatışmaların Çözümünde Farklı Yaklaşımlar

Çatışmaların çözümünde 3 farklı yaklaşım söz konusudur (Bulut, 2009): *Klasik yaklaşım*, çatışmayı performansa zarar veren olumsuz bir unsur olarak değerlendirmekte ve bu nedenle tamamen bertaraf edilmesi gerektiğini savunmaktadır. *Davranışsal yaklaşım* ise çatışmayı, çözüm gerektiren doğal ve kaçınılmaz bir süreç olarak ele almakta; altta yatan sorunların ortaya çıkarılmasını ve performansın belirli bir düzeye kadar artırılmasını sağlayabileceğini belirtmektedir. Bu yaklaşım çerçevesinde çatışmanın ortaya çıkmasında bireysel ve örgütsel farklılıkların etkili olduğu kabul edilmekte; çatışmanın ortadan kaldırılmasının mümkün olmadığı ve çatışmanın kabul görüp desteklenmesi gerektiği ifade edilmektedir. *Etkileşimci yaklaşım* ise, uyumlu bir çalışma ortamının durgunluğa ve yenilikçiliğin önlenmesine yol açabileceğini ileri sürerek çatışmanın performansın artırılması için gerekli olduğunu vurgulamaktadır.

Bunların dışında 1960'ların sonlarında Almanya'da Peseschkian (1968; 1987) tarafından geliştirilen *Pozitif Psikoterapi Yaklaşımı* ise, çatışmalara veya hastalık semptomlarına odaklanmak yerine bireyin yeteneklerine ve güçlü yönlerine odaklanmaktadır. Bu yaklaşım, zorlukların üstesinden gelmek için proaktif bir yaklaşımı teşvik ederek içsel güçlü yönlerin tanınmasını ve kullanılmasını vurgulamaktadır. Umut, danışma ve denge ilkelerine dayanan Pozitif Psikoterapi, iyi olma hali ve üretkenliğe ulaşmak için olumlu bir bakış açısını, başkalarıyla iş birliğini ve fiziksel, başarı, ilişkisel ve gelecek/manevi boyutları kapsayan dengeli bir yaklaşımı teşvik eder (Aypay ve Kara, 2018). Dokuz temel ilke bu yaklaşımın temelini oluşturmaktadır: öğrenilmiş bir terapötik araç olarak kendi kendine yardım; çözülmemiş mikro travmaların önemli sıkıntılara yol açan etkisi; bireysel ihtiyaçların anlaşılmasında ve ele alınmasında kültürel bağlamın önemi; her bireyin ve çevresinin benzersizliğinin tanınması; Anlayışı ve değişimi kolaylaştırmak için hikayelerden ve metaforlardan yararlanmak); aile terapisinde sistemik bir yaklaşım kullanmak; ırk, dil ve cinsiyet arasında kapsayıcılığı teşvik etmek; çeşitli davranış bozuklukları için terapötik bir temel sunmak; ve farklı terapötik teknikleri içeren bütünleştirici bir modeli savunmak (Karataş ve Yavuzer, 2019; Sarı, 2015).

1.3.2.5. Evlilikte Çatışmaların Çözümü

Evlilik çatışmasına yönelik yaklaşımlar, evlilik uyumu ve doyumu ile yakından ilişki göstermektedir.

Evlilik de dahil olmak üzere tüm yakın ilişkilerin doğasında var olan çatışma, bireyler arasındaki arzu, ihtiyaç, inanç veya değer farklılıklarından kaynaklanmaktadır (Smith, 1966; Crawford ve Bodine, 1996). Bu bağlamda, evlilik uyumu ve memnuniyetini önemli ölçüde etkileyen faktör, çatışmanın varlığı ya da yokluğu değil, çiftlerin buna gösterdikleri tepkidir. Çatışma, ele alınış biçimine bağlı olarak bir evlilik için zararlı sonuçlara yol açabilmekte veya kişisel gelişim ve ilişki gelişimine katkıda bulunabilmektedir. Yakın ilişkiler literatürü, çiftlerin çatışma çözme tarzlarına ilişkin çeşitli sınıflandırmalar ve açıklamalar sunmaktadır.

Deutsch (2006), çiftlerin evliliklerindeki çatışmalara rekabetçi ya da işbirlikçi bir yaklaşım benimseme eğiliminde olduklarını ve her birinin farklı sonuçlar doğurduğunu öne sürmektedir. Genellikle kazan-kaybet zihniyetinden kaynaklanan rekabetçi bir yaklaşım, baskı, tehdit ve aldatma gibi taktiklere yol açmaktadır. Bu durum zayıf iletişim, şüphe, düşmanlık ve benzerlikler yerine farklılıklara odaklanma ile sonuçlanabilmektedir. Buna karşılık, ortak kazanımlara olan inanca dayanan işbirlikçi bir yaklaşım açık iletişimi, güveni, olumlu tutumları ve karşılıklı faydaya odaklanmayı teşvik etmektedir. İşbirlikçi bir yaklaşım genellikle her iki taraf için de daha etkili ve yapıcı sonuçlara yol açmaktadır. Rekabetçi bir yaklaşım ise çatışmayı tırmandırma eğilimi göstermekte ve çözümü bir kişinin taleplerinin kabul edilmesiyle sınırlandırmaktadır.

Crawford ve Bodine (1996) çatışma tepkilerini üç türe ayırmaktadır: yumuşak, sert ve ilkeli. Yumuşak tepkiler kaçınma, geri çekilme veya boyun eğme davranışlarını kapsamaktadır. Sert tepkiler sözlü veya fiziksel saldırganlık, tehdit ve zorlama gibi davranışları içermektedir. İlkeli tepkiler ise işbirliğini, açık ve saygılı iletişimi, anlayışı, sorun tanımlamayı ve ortak çözüm bulmayı vurgulamaktadır. Yumuşak ve sert tepkiler genellikle kazan-kaybet veya kaybet-kaybet durumlarıyla sonuçlanmaktadır. İlkeli tepkiler ise karşılıklı fayda sağlayan çözümleri hedeflemektedir.

Knudson ve diğerleri (1980) çiftler üzerinde yaptıkları gözlemlere dayanarak, bireylerin çatışma sırasında ya sorunla meşgul olduklarını ya da sorundan kaçındıklarını öne sürmektedir. Bu kaçınma, konudan veya etkileşimden kurnazca uzaklaşmaktan, iletişimden aniden çekilmeye veya olumsuz davranışlar sergilemeye kadar değişebilmektedir. Kaçınma ile karakterize edilen ilişkiler genellikle etkili bir şekilde iletişim kuramama veya eşin bakış açısını

kabul etmeden kişisel bakış açılarını tekrarlama eğilimi göstermektedir. Buna karşılık, çatışmayı doğrudan ele alan çiftler kendilerini açıkça ifade etme, eşlerini aktif olarak dinleme ve duygularını dikkate alma eğilimindedir. Çözüm zor olsa bile, bu çiftler yakınlığı korumak ve çatışma sırasında oluşan duygusal incinmeyi onarmak için çaba göstermektedirler.

1.3.2.6. Evlilikte Çatışmaların Çözümünü Etkileyen Faktörler

1.3.2.6.1. Evlilik Süresi

Evlilik süresi, çiftlerin çatışma çözme stratejilerinin etkinliğini özellikle iletişim ve uzlaşma bağlamında etkilemektedir. Çalışmalar, çiftlerin yaşlandıkça daha güçlü bir çift kimliği geliştirme eğiliminde olduğunu ve bu durumun iletişim kalıplarına yansıdığını ortaya koymaktadır (Shrout ve diğerleri, 2022). Bu durum, eşlerin "biz-konuşması" olarak adlandırılan, birinci çoğul şahıs zamirlerini kullanarak çatışma çözümünde kolektif bir yaklaşımı benimsedikleri iletişim tarzıyla örneklendirilmektedir. Söz konusu iletişim tarzı, daha yüksek ilişki memnuniyeti ve çatışmalar sırasında daha iyi kardiyovasküler sağlık ile ilişkilendirilmiştir. Bu bulgular, daha uzun süredir evli olan yaşlı çiftlerin ilişkisel iletişim kalıpları nedeniyle daha etkili çatışma çözme stratejilerinden yararlanabileceğini düşündürmektedir (Shrout ve diğerleri, 2022).

Diğer taraftan, yeni evli çiftler, uzun vadeli ilişki sonuçlarını öngörebilecek farklı iletişim yörüngeleri sergilemektedir. Yeni evli çiftler üzerinde yapılan bir araştırma, olumlu etki ve etkili sorun çözme gibi iletişim davranışlarının zaman içinde nispeten istikrarlı olduğunu ve bu davranışların ilişki memnuniyeti ve boşanma oranlarıyla bağlantılı olduğunu göstermiştir (Williamson, 2021). Yüksek pozitifliğe ve etkili iletişime sahip çiftlerin boşanma oranlarının daha düşük olması, erken dönemdeki iletişim kalıplarının çatışma çözme etkinliği üzerinde kalıcı etkiler yaratabileceğini ortaya koymaktadır (Williamson, 2021).

Ayrıca, çatışma çözümünü iyileştirmeyi amaçlayan müdahalelerin etkinliği, başlangıçtaki evlilik düşmanlığı seviyelerine bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Başlangıçtaki düşmanlık düzeyi daha yüksek olan çiftler, müdahale sonrasında daha belirgin gelişmeler göstermiştir. Ancak bu kazanımlar zamanla azalma eğilimi göstermiştir. Bu durum, müdahalelerin çatışma çözme stratejilerini geliştirebilmesine rağmen, uzun vadeli etkinliklerinin çiftin başlangıçtaki ilişki dinamiklerinden ve muhtemelen evlilik süresinden etkilenebileceğini göstermektedir (Devonshire ve diğerleri, 2023).

Sonuç olarak, evlilik süresi, iletişim kalıplarının ve ilişkisel dinamiklerin gelişimi yoluyla çatışma çözme etkinliğini etkilemektedir. Yaşlı çiftler doğal olarak daha etkili stratejiler geliştirebilmektedir. Buna karşın, yeni evlilerin erken iletişim davranışları, gelecekteki çatışma çözümü başarısı için temel bir yörünge belirleyebilmektedir. Müdahaleler, bu stratejilerin geliştirilmesine katkı sağlayabilmektedir. Ancak bu müdahalelerin etkinliği, başlangıçtaki ilişki koşullarına ve evliliğin süresine bağlı olarak değişkenlik göstermektedir (Shrout ve diğerleri, 2022; Devonshire ve diğerleri, 2023; Williamson, 2021).

1.3.2.6.2. Çocuk Mevcudiyeti

Çocukların mevcudiyeti, evli çiftler arasındaki çatışma dinamiklerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu durum, söz konusu etkileşimleri inceleyen çok sayıda araştırma tarafından da teyit edilmiştir. Araştırmalar, çocukların evlilik çatışmalarının hem niteliğini hem de çözüm sürecini etkileyebileceğini ortaya koymaktadır. Örneğin, çocukların çatışmalar esnasında sergiledikleri duygusal ve davranışsal tepkiler, ebeveynler arasındaki etkileşimlerin şekillenmesinde rol oynayabilmektedir. Çocukların inisiyatif alma ve proaktif olma gibi eylemsel davranışları, evlilik çatışmalarının çözümünün artmasıyla ilişkilendirilmektedir. Buna karşın, olumsuz davranışlar evlilikteki olumsuzluğu şiddetlendirme eğilimi göstermektedir (Schermerhorn ve diğerleri, 2020). Bu bulgu, çocukların potansiyel olarak ebeveynlerini sorunları daha etkili bir şekilde ele almaya teşvik ederek çatışmaların çözümünde yapıcı bir rol üstlenebileceğine işaret etmektedir. Ayrıca, çocukların ebeveynler arası anlaşmazlıklara karşı gösterdikleri duygusal tepkiler, davranışlarında değişikliklere yol açabilmekte ve bu durum evlilik dinamiklerini etkileyebilmektedir.

Çocuklardaki aktif davranış, ebeveynler arası uyumsuzluğun azalmasıyla bağlantılı olarak gözlemlenmektedir. Öte yandan, zayıf duygusal kontrol ile karakterize edilen düzensiz davranış, çocuklarda artan uyumsuzluk ve uyum sorunları ile ilişkilendirilmektedir (Schermerhorn ve diğerleri, 2007). Bu durum, çocukların çatışmaya verdikleri tepkilerin evlilik gerilimlerini azaltabileceği ya da artırabileceği çift yönlü bir etkiyi vurgulamaktadır.

Çocukların evlilik çatışması üzerindeki etkisi homojen bir yapı sergilememekte ve gelişim aşamalarına göre farklılık gösterebilmektedir. Örneğin, anne-çocuk çatışması tartışmalarında gözlemlendiği üzere, küçük çocukların ebeveyn davranışları üzerindeki etkileri, büyük çocuklara kıyasla farklılık arz edebilmektedir. Belirli koşullar altında çocukların annelerinin davranışlarını etkilediği, ancak bunun tersinin geçerli olmadığı tespit edilmiştir (Sokolovic ve diğerleri, 2021).

Birlikte ebeveynliğin kalitesi, evlilik çatışması ile çocukların saldırganlığı arasındaki ilişkide aracı bir rol üstlenmektedir. Destekleyici ortak ebeveynlik, evlilik çatışmasının çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerini hafifleterek saldırganlığı azaltabilmektedir. Buna karşın, zayıf ortak ebeveynlik bu sorunları daha da şiddetlendirebilmektedir (Jang ve Choi, 2015). Bu bulgu, evlilik anlaşmazlıklarının çocuklar üzerindeki etkisini yönetmede işbirlikçi ebeveynlik yaklaşımının önemini vurgulamaktadır.

1.3.2.6.3. Kültürel Farklılıklar

Kültürel farklılıkların evlilik çatışmalarının çözümünde müzakere stratejilerini önemli ölçüde etkilediği, çeşitli akademik çalışmalar tarafından ortaya konmuştur. Türkiye'deki Alevi-Sünni evliliklerinde, kültürel farklılıkların çoğu çift için önemli bir çatışma kaynağı olarak algılanmadığı gözlemlenmiştir. Bununla birlikte, çatışmaların ortaya çıkması durumunda, bunların genellikle geleneklerin onaylanmaması, önyargılar ve gruplar arası rekabet ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Çiftlerin bu çatışmaları yönetmek amacıyla kültürel farklılıklara duyarlılık, kaçınma, birleşik bir kimlik oluşturma ve asimile olma baskısı gibi stratejileri benimsedikleri görülmüştür. Sekülerleşme ve paylaşılan değerler gibi koruyucu dinamiklerin de çatışmaların azaltılmasında rol oynadığı belirlenmiştir (Tulum-Akbulut ve diğerleri, 2023).

Kültürler arası müzakerelerde, duyguların tanınmasındaki kültürel önyargıların müzakere davranışlarını etkileyebileceği öne sürülmektedir. Örneğin, Batılılar ve Doğu Asyalıların, farklı düzenleyici odakları nedeniyle belirsiz duyguları farklı şekilde yorumlayabildikleri ve bunun müzakere stratejilerini etkilediği gözlemlenmiştir. Bu durum, duygu algısındaki kültürel farklılıkların farklı müzakere yaklaşımlarına yol açabileceğini göstermekte ve müzakere sonuçlarını iyileştirmek için bu önyargıları anlama ihtiyacını vurgulamaktadır (Han ve diğerleri, 2021).

1.3.2.6.4. Toplumsal Cinsiyet Rolleri

Toplumsal cinsiyet rolü algılarının evlilikte çiftler tarafından kullanılan çatışma çözme stratejilerini önemli ölçüde etkilediği, çok sayıda araştırma ile kanıtlanmıştır. Araştırmalar, toplumsal kalıp yargıların ve cinsiyete özgü davranışların evlilik ilişkilerinde çatışmaların yönetilmesi hususunda kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır (Mansurov ve Rafailevna, 2021). Kadınlar, çatışma çözme yeteneklerine ilişkin genellikle daha eleştirel bir öz değerlendirme sergilemektedir. Bu durum, onları çatışma durumlarını inkâr etme veya bunlardan kaçınma eğiliminde olan erkeklere kıyasla daha sık olumsuz davranışlara yöneltmektedir (Islami, 2016). Söz konusu bulgu, kadınların "saldırı" stratejisini kullanma

olasılığının daha yüksek olduğu, erkeklerin ise "uzlaşma" yaklaşımını tercih ettiği yönündeki araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir (Delatorre ve Wagner, 2018). Cinsiyet rollerinin etkisi, dini başa çıkma stratejileri ile daha da karmaşık bir hal almaktadır. Kadınlar, açık iletişim ve uzlaşma gibi olumlu çatışma çözme stratejileriyle ilişkili olan olumlu dini başa çıkma tarzlarını kullanmaya daha meyilli olmaktadır. Buna karşılık, cinsiyete daha az özgü olan olumsuz dini başa çıkma tarzları, saldırganlık veya geri çekilme gibi olumsuz çatışma çözme stratejileriyle ilişkilendirilmektedir (Selek, 2023).

Genel olarak, toplumsal normlar ve dini inançlardan etkilenen cinsiyet rolü algıları, çiftlerin çatışmaları nasıl çözdüklerini önemli ölçüde etkilemektedir. Genellikle daha etkileyici ve eleştirel olmak üzere sosyalleştirilen kadınlar daha çatışmacı stratejilere başvurabilmektedir. Buna karşılık, geleneksel eril rollere bağlı kalan erkekler çatışmadan kaçınabilmekte veya uzlaşma arayışına girebilmektedir.

1.3.2.6.5. Sosyal Medya Kullanımı

Sosyal medya kullanımı ve evlilik çatışmaları arasındaki ilişki çok yönlü bir yapıya sahip olmaktadır. Çeşitli araştırmalar, bu ilişkinin hem doğrudan hem de dolaylı etkilerini ortaya koymaktadır. Yapılan çalışmalar, aşırı sosyal medya kullanımının evlilik çatışmalarını artırabileceğini ve olumsuz sonuçlara yol açabileceğini göstermektedir. Bouffard ve diğerlerinin (2022) araştırması, aşırı sosyal medya kullanımının, aracılı yollarla ilişki çatışmalarına ve olumsuz sonuçlara neden olabileceğini ortaya koymuştur. Bu bulgu, sosyal medyanın kullanım şeklinin romantik ilişkilerdeki gerilimleri artırabileceğine işaret etmektedir.

Dew ve Tulane'in (2015) evli çiftler üzerinde yaptığı bir çalışma, sosyal ağ sitelerini de kapsayan eğlence amaçlı medya kullanımının evlilik kalitesiyle olumsuz bir ilişki içinde olduğunu göstermiştir. Özellikle, kocaların sosyal ağ sitelerini kullanımı, evlilik memnuniyetsizliğinin çeşitli yönleriyle ilişkilendirilmiştir, ancak etki büyüklükleri küçük olarak tespit edilmiştir. Bu çalışma ayrıca, eşler arasındaki medya kullanım farklılıklarının, örneğin video oyunu kullanımındaki farklılıkların, daha düşük evlilik kalitesiyle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum, sadece medya kullanım miktarının değil, türünün de evlilik dinamiklerini etkileyebileceğini göstermektedir.

Kashian'ın (2023) çift çatışmalarında medya kullanımının yayılma ve çapraz etkileri üzerine yaptığı araştırma, bu bulguları desteklemektedir. Çalışma, medya kullanımının ilişkilerde çatışmaların nasıl deneyimlendiğini ve yönetildiğini etkileyebileceğini ve potansiyel olarak mevcut gerilimleri artırabileceğini öne sürmektedir.

1.3.2.6.6. Kişilik Özellikleri

Bireysel kişilik özelliklerinin evli çiftlerde çatışma çözme stratejilerini önemli ölçüde etkilediği birçok araştırmayla kanıtlanmıştır. Araştırmalar, çeşitli kişilik boyutlarını ve bunların çiftlerin çatışmaları nasıl yönettikleri üzerindeki etkilerini vurgulamaktadır. İlk olarak, sürekli farkındalığın çatışma çözümünde çok önemli bir rol oynadığı gösterilmiştir. Evlilik çatışması sırasında sürekli farkındalık ve kardiyovasküler reaktivite arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma, bireylerde daha yüksek düzeyde farkındalığın çatışma tartışmaları sırasında daha sağlıklı kardiyovasküler tepkilerle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum, bilinçli farkındalığın bireylerin sakin ve soğukkanlı kalmalarına yardımcı olabileceğini ve potansiyel olarak daha yapıcı çatışma çözüm stratejilerine yol açabileceğini göstermektedir (Kimmes, 2018).

Ayrıca, başkalarına duygusal olarak bağlıyken bireyselliğini korumayı kapsayan benlik farklılaşması kavramı, çatışma çözümü tepkileriyle önemli ölçüde ilişkili bulunmuştur. Daha yüksek benlik farklılaşmasına sahip bireyler, sorunları aktif olarak ele almayı kapsayan "ses" tepkisi gibi daha olumlu çatışma çözme stratejileri ve "çıkış" ve "ihmal" gibi daha az olumsuz stratejiler sergileme eğiliminde olmaktadır (Telli ve Yavuz-Güler, 2023). Bu durum, güçlü bir benlik duygusunun evlilik çatışmalarında daha sağlıklı iletişim ve sorun çözmeyi kolaylaştırabileceğini göstermektedir.

Nevrotiklik ve Dışadönüklük gibi kişilik özellikleri evlilik çatışmalarının artmasıyla ilişkilendirilmiştir. Yaşlı çiftler üzerinde yapılan bir çalışmada, kocaları Nevrotiklik ve Dışadönüklük açısından yüksek puan aldığında, eşlerin daha yüksek düzeyde çatışma bildirdiği tespit edilmiştir. Bu durum, bu özelliklerin gerilimleri artırabileceğini ve etkili çatışma çözümünü engelleyebileceğini düşündürmektedir (Iveniuk ve diğerleri, 2014). Buna karşılık, "Pozitiflik" olarak adlandırılan bir özellik daha düşük çatışma seviyeleri ile ilişkilendirilmiştir. Bu bulgu, olumlu bir bakış açısının çatışmayı azaltabileceğini göstermektedir.

Özetle, farkındalık, benlik farklılaşması ve Nevrotiklik ve Pozitiflik gibi genel kişilik boyutları da dahil olmak üzere bireysel kişilik özellikleri, evli çiftlerde çatışma çözme stratejilerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu özellikler ya yapıcı katılımı kolaylaştırabilmekte ya da gerilimleri şiddetlendirerek kişiliğin evlilik dinamiklerindeki önemini vurgulamaktadır.

1.3.2.6.7. İletişim Tarzı

İletişim tarzlarının çiftlerdeki çatışma yönetimi üzerindeki etkisi, çok yönlü bir fenomen olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu fenomen, çeşitli iletişim kanallarını, dil tarzlarını ve çatışma yönetimi stratejilerini kapsayan geniş bir spektrumu bünyesinde barındırmaktadır. Araştırmalar, iletişim biçiminin, ister yüz yüze (YY) isterse aracılı olsun, çiftlerin çatışmayı yönetme şekillerinde önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Örneğin, kısa mesajlaşma gibi aracılı iletişim, çatışmalar esnasında duygusal taşmanın olumsuz etkilerini hafifletme potansiyeline sahip olmaktadır. Buna karşın, bu durum yüz yüze iletişimde gözlemlenmemektedir. Bu bulgu, aracılı iletişimin daha az duygu yüklü bir ortam sunarak, özellikle ilişkisel tatmini düşük olan çiftler arasında daha etkili çatışma çözümünü kolaylaştırabileceğine işaret etmektedir (Kashian, 2019).

Dil tarzı eşleşmesi (LSM) de çatışma etkileşimlerini etkilemektedir. Çatışma tartışmaları sırasında daha yüksek LSM, daha eleştirel ve olumsuz kişilerarası davranışların yanı sıra daha düşük duyarlılık ve olumlu duygu algılarıyla ilişkilendirilmiştir. Bu durum, LSM'nin anlayışı geliştirebilmesine rağmen, potansiyel olarak olumsuz dil kalıplarının yansıtılması nedeniyle olumlu çatışma sonuçlarına yol açmadığını göstermektedir (Bowen ve diğerleri, 2017).

Çiftler tarafından benimsenen çatışma yönetimi tarzı, ilişki sonuçlarını önemli ölçüde etkilemektedir. Gottman'ın modeli üç işlevsel stil (Kaçıngan, Onaylayıcı ve Değişken) ve bir işlevsiz stil (Düşmanca) tanımlamıştır. Bu stiller arasında Doğrulayıcı tarz en iyi ilişki sonuçlarıyla ilişkilendirilmektedir. Buna karşın, uyumsuzluklar, özellikle de Uçucu-Kaçıngan uyumsuzluğu, daha fazla ilişki sorununa ve daha düşük memnuniyete sebebiyet vermektedir. Düşmanca tarz en zararlı olarak nitelendirilmektedir ve yapıcı çatışma yönetimi stratejilerinin benimsenmesinin önemini vurgulamaktadır (Busby ve Holman, 2009).

Genel olarak, çiftlerde etkili çatışma yönetimi iletişim kanalı, dil tarzı ve çatışma yönetimi stratejisinden etkilenmektedir. Aracılı iletişim çatışmanın bazı olumsuz yönlerini hafifletme potansiyeline sahip olmaktadır. Bununla birlikte, çatışma tarzının seçimi önemini korumakta ve Doğrulama tarzı en olumlu sonuçları sunmaktadır.

1.3.3. Evlilik Uyumu

Bu kısım evlilik uyumu kavramı, bu kavramı etkileyen faktörler ve evlilik uyumu teorileri hakkındadır. Bu bağlamda öncelikle evlilik uyumu kavramının tanımından ve öneminden bahsedilmiş, sonrasında ise evlilik uyumunu etkileyen çeşitli faktörler hakkında bilgi

verilmiştir. Daha sonra, evlilik uyumu ile ilgili çeşitli teoriler ele alınmıştır. Bu teoriler arasında Wilson'ın Aşkın Evrimi Teorisi, Miller ve Steinberg'in Kişilerarası İletişime Dair Sosyal Biliş Teorisi, Berscheid ve Walster'in Romantik Aşk Kuramı, Bowlby'nin Bağlanma Teorisi, Bandura'nın Sosyal Öğrenme Teorisi ve Yükleme Teorisi yer almaktadır.

1.3.3.1. Evlilik Uyumu Kavramı

Gelişen dünya, bireylerin bakış açılarında, fikirlerinde, algılarında ve beklentilerinde değişikliklere yol açmıştır. Kadınların işgücüne katılımının artması, eğitimin önem kazanması, kolaylık ve pratiklik sağlayan teknolojik araçların yaygınlaşması, geleneksel olarak kadın ve erkeğe biçilen toplumsal cinsiyet rollerinin dönüşümüne katkıda bulunmuştur. Bireysel özgürlüklerin artmasıyla birlikte ilişkilerde odak noktası "tamamlayıcılıktan" "hazza" kaymıştır. Sonuç olarak, ilişkilerden elde edilen tatminin azalması ya da kesilmesi, ayrılıklara ve boşanmalara yol açabilmektedir. İlişkilerin başarılı bir şekilde sürdürülebilmesi için en önemli kriter, mutluluk, fikir birliği, etkili ve olumlu çatışma çözümü, iletişim becerileri, rol beklentileri, karşılıklı duygusal ve cinsel tatmini kapsayan çift uyumudur (Kara, 2013).

Evlilik uyumu kavramı, eşlerin birbirlerine karşı tutumlarını ve ilişkileri hakkındaki öznel duygu ve düşüncelerini içermektedir. Evlilik uyumu, bir çiftin etkili bir şekilde iletişim kurabilmesi, önemli konularda asgari düzeyde anlaşmazlık yaşayabilmesi ve çatışmaları her iki tarafı da tatmin edecek şekilde çözebilmesi olarak tanımlanmaktadır (Sabatelli, 1988). Civil (2021) evlilik uyumunu, sorumlulukları paylaşan, sorun çözmeye eşit şekilde katkıda bulunan, ortak faaliyetlerde bulunan ve evliliklerinde ortak bir zemine ulaşan eşlerin memnuniyeti olarak tanımlamaktadır. Kublay ve Oktan (2015) evlilik uyumunu, bir çiftin sağlıklı ve mutlu bir evlilik sürdürme potansiyeli olarak nitelendirmektedir. Bradbury, uyumu çok boyutlu bir kavram olarak görmekte ve çiftlerin bazı alanlarda uyumu yakalayabilirken bazı alanlarda yakalayamayabileceklerini, bunun da öznel ya da genel olabileceğini belirtmektedir. Evlilik uyumu, evliliğin devamlılığı için kritik öneme sahiptir; ancak Bradbury, uyumun her zaman yakınlıkla ilişkili olmadığını ve her zaman olumlu algılanmadığını savunmaktadır (Timur, 2008).

Türkiye'de evlilik uyumu, daha geniş bir kavram olan evlilik kalitesi altında değerlendirilmektedir. Evlilik uyumu ve evlilik doyumu kavramları çeşitli açılardan sıklıkla araştırılmaktadır. Özellikle Türkiye'de bu kavramlar üzerine yapılan çalışmalar 1980'li yıllarda yoğunlaşmıştır (Timur, 2008). Evlilik çalışmalarında evlilik kalitesi, evlilik doyumu, evlilik mutluluğu ve evlilik uyumu gibi kavramlar sıklıkla birbirlerinin yerine kullanılmaktadır (Yıldız

ve Baytemir, 2016). Evlilik uyumu kavramını daha iyi anlamak için bu ilgili tanımları göz önünde bulundurmak önemlidir. Evlilik, bireyin hayatındaki en önemli kararlardan biridir ve kültürel farklılıklara rağmen toplumun temel bir bileşeni olan aile biriminin oluşturulmasında önemli bir adım olarak görülmektedir (Kublay ve Oktan, 2015).

Aile, insan üremesinin yapılandırılmış bir şekilde gerçekleştiği, bireylerin topluma hazırlanma sürecinin etkin bir şekilde gerçekleştiği, cinsel ilişkilerin düzenlendiği, ailenin yapısına bağlı olarak eşler, ebeveynler, çocuklar ve diğer akrabalar arasında samimi, sıcak ve güvenli ilişkilerin kurulduğu toplumsal bir kurumdur (Ozankaya, 1994). Feldman (1989) evlilik ilişkisini evliliğin ilk yılları, çocuklu aile ve çocuklar evden ayrıldıktan sonraki dönem olmak üzere üç aşamaya ayrılan bir süreç olarak tanımlamaktadır. İlk aşamada eşler, ev işlerini paylaşmak da dahil olmak üzere evlilikle ilgili sorumluluklar ve zorluklarla yüzleşir. İkinci aşamada, çiftler çocuk sahibi olup olmamaya karar verir ve onları sağlıklı bir şekilde yetiştirmekle ilgili sorumlulukları yerine getirir. Üçüncü aşamada çocuklar evden ayrılır ve eşler değişikliklere uyum sağlayarak birlikte zaman geçirirler (Erişti, 2010).

1.3.3.2. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler

Özgüven (2001) evlilik uyumunu etkileyen çeşitli faktörler tanımlamıştır: flört veya nişanlılık süresi, kişinin ebeveynlerinin evliliğinden algıladığı mutluluk, evliliğin aile ve arkadaşlar tarafından kabul görmesi, toplumsal cinsiyet rollerinde yetiştirilme düzeyi, evlilik veya nişanlılık sırasında başlangıçtaki karşılıklı uyum, eğitim düzeyi ve sosyal statü, ebeveynlerle olumlu çocukluk ilişkileri, dini ve etnik kökenlerin uyumu ve evlilik yaşı (aktaran Kapuci, 2014). Diğer çalışmalar, eşler arasındaki fikir birliği, anlaşmazlıkları çözmek için kullanılan yöntemler, evli olmaktan duyulan memnuniyet veya pişmanlık, evliliği sürdürme veya ayrılmayı düşünme, eşle ilgili şikayetlerin ifade edilme şekli ve evlilik memnuniyetine ilişkin kişisel değerlendirmeler gibi temel faktörleri vurgulamaktadır (Çakır, 2008).

Gottman ve Silver (1996), tartışmalar sırasında akla gelen her şeyi söylemekten kaçınmak, çatışmanın tırmanmasını önlemek için tartışmaları yumuşak bir tonda yürütmek, planlamada esnekliği korumak - özellikle kadınların erkeklerden daha uyumlu olma eğiliminde olduğunu belirterek - ve saygısız davranışlara karşı düşük tolerans gösteren çiftlerin daha mutlu uzun vadeli ilişkilere sahip olma eğiliminde olduğu belirli ilkeleri korumak gibi evlilik uyumunu ve mutluluğunu artıran faktörleri araştırmaktadır. Buna ek olarak, başarılı ilişkiler mizah kullanma, konuyu ilgisiz bir şeye değiştirme, tartışmanın partner üzerindeki etkisini kabul etme

ve sorunu ortak bir sorun olarak çerçeveleme gibi etkili çatışma yönetimi stratejileriyle karakterize edilir (Gottman ve Silver, 1996).

1.3.3.3. Evlilik Uyumu Teorileri

Wilson'ın (2000) *Aşkın Evrimi Teorisi'ne* göre aşk üç temel içgüdüyü tamamlar: korunma içgüdüsü, koruma içgüdüsü ve cinsel içgüdü. Korunma ihtiyacı, yaşam boyunca temel bir insani gerekliliktir ve ilk olarak bebeklik döneminde anne tarafından yerine getirilir. Evlilikte erkekler genellikle annelerine benzeyen eşler seçerler. Koruma içgüdüsü, eşlerin birbirlerini yalnızca yetişkin olarak değil, aynı zamanda çocuk olarak görmelerini de içerir ve karşılıklı bir koruma içgüdüsünü besler. Cinsel içgüdü öncelikle üremeyi hedefler; erkekler çok sayıda çocuk sahibi olmayı arzularken kadınlar da iyi birer baba olabilecek eşler arar. Evlilik içinde bu cinsel ihtiyaçlar aşka dönüşür (Pak ve Duyan, 2018).

Miller ve Steinberg (1975) tarafından geliştirilen *Kişilerarası İletişime Dair Sosyal Biliş Teorisi,* evlilik ilişkisinde eşlerin birbirlerine yönelik düşünce, inanç ve tutumlarının önemini vurgulamaktadır. Eşler yeni deneyimler kazandıkça ve birbirlerini daha iyi tanıdıkça, birbirleri hakkında inançlar, düşünceler ve tutumlar geliştirirler ve bunlar da iletişim tarzlarını şekillendirir. Eşlerin birbirlerini oldukları gibi kabul etmeleri evlilik uyumunu ve doyumunu artırır. Kontrolcü ve bağımlı davranışların yokluğu ve eşitlikçi bir yaklaşımın varlığı ile karakterize edilen bu kabul, evlilik uyumunun artmasına katkıda bulunur.

Berscheid ve Walster'in (1978) *Romantik Aşk Kuramı* bireylerin duygularını fiziksel çevrelerine veya sosyal koşullarına atıfta bulunarak yorumladıklarını öne sürer. Berscheid ve Walster (1978) aşkı tutkulu ve arkadaşça olarak kategorize eder; tutkulu aşk her şeyi tüketen bir ateş olarak tanımlanırken, arkadaşça aşk ilk alevin sönmesinden sonra kalan köze benzetilir. Dahası, insanlar âşık olmanın nasıl bir his olduğunu ve kimi seveceklerini yazılı kaynaklar ve televizyon gibi medya aracılığıyla öğrendiğini ama bireyin romantik bir ilişki bağlamında kendini anlama deneyimine odaklandığını belirtmektedir.

İlk olarak 1950'lerde Bowlby tarafından ortaya atılan *Bağlanma Teorisi*, bir çocuk ile bakım verenleri arasında oluşan ve çocuğun güvenlik duygusu ve duygusal düzenlemesi için çok önemli olan güçlü duygusal bağları vurgular (Yılmaz, 2013). Bağlanma kavramı, bebeklikten başlayarak insan gelişiminin ayrılmaz bir parçasıdır ve belirli kişilere olumlu tepkiler verme, onlarla önemli zaman geçirme arzusu ve korku zamanlarında onlardan teselli arama gibi duygusal ve davranışsal örüntülerle karakterize edilir (Erkuş, 1994). Bu teori, bakım verenlerle erken dönemde kurulan ilişkilerin kalitesinin, bireyin duygusal düzenleme becerilerini ve

gelecekteki ilişkilerindeki beklentilerini etkilediğini öne sürmektedir (Sümer, Oruçlular ve Çapar, 2015). Bowlby'nin araştırması, bakım verenlerden erken ayrılmanın olumsuz etkilerini vurgulamış ve bu tür ayrılmalar ile daha sonraki davranış sorunları arasında bir korelasyon olduğunu belirtmiştir (Yıldız, 2012). Bowlby'nin bağlanma teorisi birkaç temel özelliği ana hatlarıyla belirtir: özgüllük, süre, duygusal etkileşim, bireyleşme, öğrenme, biçim ve biyolojik işlev (Bowlby, 2015). Bağlanma davranışları tipik olarak bir veya birkaç kişiye yöneliktir ve ergenlik döneminde evrimleşebilmelerine rağmen yaşam boyunca devam eder. Teori, bağlanma davranışlarının biyolojik olarak, özellikle tehdit edici durumlarda bakıcılara yakınlığı sürdürerek hayatta kalmayı sağlamak için yönlendirildiğini öne sürmektedir (Snyder, Shapiro ve Treleaven, 2012). Ainsworth, Bowlby'nin çalışmasını "Garip Durum" prosedürü aracılığıyla güvenli, kaygılı/kararsız ve kaygılı/kaçıngan olmak üzere üç bağlanma stili tanımlayarak genişletmiştir (Kavlak ve Şirin, 2009).

Yetişkinlikte, birincil bağlanma figürleri genellikle tehdit veya belirsizlik zamanlarında destek ve rahatlık sağlayan romantik partnerlerdir. Bağlanma sistemi aktive olmadığında, bireyler çevrelerini keşfetmek, yeni hedefler peşinde koşmak ve kişisel gelişimlerini sürdürmek için sembolik veya fiziksel olarak bağlanma figürlerinin varlığını güvenli bir üs olarak kullanırlar (Robles ve Kane, 2014).

Bandura'nın (1977) *Sosyal Öğrenme Teorisi,* bireylerin sadece ödül ve cezalardan tek yönlü bir şekilde etkilenmediğini, bunun yerine davranış ve kontrol durumları arasında karmaşık etkileşimlere girdiğini ileri sürmektedir. Bu teori, yeni davranış kalıplarının ya doğrudan deneyim yoluyla ya da başkalarını gözlemleyerek edinildiğini ve taklidin temel bir bileşen olduğunu öne sürer. Gabriel Tarde'ın 19. yüzyılın sonlarında geliştirdiği *Taklit Teorisi,* bireylerin şiddet eylemleri de dahil olmak üzere davranışları sosyal etkileşimler yoluyla öğrendiğini öne sürerek sosyal öğrenmenin temelini oluşturmaktadır (Altıparmak, 2018). Evlilik bağlamında sosyal öğrenme teorisi, ödül ve cezaların yorumlanmasında öznel değerlendirmelerin rolünü vurgulamakta ve kişiler arası algıların çatışmaların çözümünde çok önemli olduğunu öne sürmektedir. Thibaut ve Kelley'in (1959) ilişkilerin oluşumu, sürdürülmesi ve çözülmesini ele alan kişilerarası ilişkiler modeli, ilişkilerdeki bağımlılığı açıklamak için ödül, maliyet, sonuç ve karşılaştırma düzeyleri gibi kavramları ortaya koymaktadır. Bu model, bir ilişkiden elde edilen tatmin ile ilişkiye olan bağımlılık arasında ayrım yapmakta ve tatmin düşük olsa bile bireylerin bağımlılık nedeniyle bir ilişkiyi sürdürebileceğini öne sürmektedir. Karşılaştırma düzeyi, öznel deneyimlere dayalı nötr bir tatmin noktasını temsil ederken, alternatifler için karşılaştırma düzeyi, diğer ilişkilerden elde

edilebilecek potansiyel tatmini öngörmekte ve bir ilişkiyi sürdürme veya bitirme kararlarını etkilemektedir (Hovardaoğlu, 1996).

Sosyal psikolojide öne çıkan teorik yaklaşımlardan biri olan *Yükleme Teorisi*, başta evlilik olmak üzere ilişkilerdeki çatışmaların anlaşılmasında önemli bir rol oynamaktadır. İlk olarak Heider (1958) tarafından ortaya atılan teori, bireylerin gözlemledikleri davranışları ya da olayları içsel ya da dışsal nedenlere bağladıklarını öne sürer. İçsel nedenler kişilik özelliklerini, güdüleri, yetenekleri ve tutumları içerirken, dışsal nedenler çevresel faktörleri, normları ve şansı kapsar. Heider (1958) insanların çevreleri üzerinde kontrol ve öngörülebilirlik hissini sürdürmek için nedensel atıflarda bulunduklarını ve bunun da dünyayı tutarlı ve yönetilebilir olarak algılamaya yardımcı olduğunu ileri sürmüştür. Evlilik bağlamında, eşin eylemlerine ilişkin bilişsel süreçler ve atıflar evlilik kalitesini ve memnuniyetini önemli ölçüde etkilemektedir. Eşler tarafından yapılan olumsuz yüklemeler evlilik memnuniyetini azaltabilirken, olumlu yüklemeler olumsuz olayların etkilerini hafifletebilir ve eşin olumsuz davranışları için algılanan sorumluluğu azaltabilir. Çatışmanın ortaya çıkışını genellikle olayların kendisinden ziyade olayların algılanışı belirler ve uyumlu çiftler olumsuz olayların etkisini azaltan atıflarda bulunma eğilimindedir (Goddard, 2012).

1.3.4. Evlilik Doyumu

Bu bölüm evlilik doyumu kavramı ve bu kavramı etkileyen faktörler hakkındadır. Bu bağlamda öncelikle evlilik doyumu kavramının tanımından ve öneminden bahsedilmiş, sonrasında ise evlilik doyumunu etkileyen çeşitli faktörler hakkında bilgi verilmiştir. Evlilik doyumu kavramı, bireylerin evlilik ilişkilerinde beklenti ve ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi olarak tanımlanmıştır. Bu kavram, psikolojik, biyolojik ve sosyal ihtiyaçların karşılanmasını içermektedir. Evlilik doyumunun önemi, aile üyeleri ve çiftler için hayatı kolaylaştırması ve yaşamlarına anlam katması açısından vurgulanmıştır. Daha sonra, evlilik doyumunu etkileyen faktörler ele alınmıştır. Bu faktörler arasında cinsiyet, yaş, evlilik süresi, değer yargıları, etkileşim dinamikleri, çocuk sayısı, gelir seviyesi, önceki medeni durum ve eğitim seviyesi gibi demografik değişkenler yer almaktadır. Her bir faktörün evlilik doyumu üzerindeki etkisi detaylı bir şekilde açıklanmış ve bu konudaki farklı araştırma sonuçlarına değinilmiştir.

1.3.4.1. Evlilik Doyumu Kavramı

Doyum kavramı, genel anlamda, bireylerin içinde bulundukları koşullardan memnuniyet duymaları ve arzularının tatmin edildiği bir noktaya ulaşmaları olarak ifade edilmektedir. Evlilik doyumu bağlamında ise bu kavram, genellikle evlilik ilişkisi içerisinde çiftlerin

ihtiyaçlarının karşılanma derecesi şeklinde tanımlanmaktadır. Tezer (1996), evlilik doyumunu, bireylerin evlilik ilişkilerinde beklenti ve ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi olarak açıklamaktadır. Özgüven (2017) ise bu tanımı daha da genişleterek, evlilik doyumunu, sevgi ve aidiyet gibi psikolojik ihtiyaçlar, cinsel tatmin gibi biyolojik ihtiyaçlar ve paylaşım, destek ve yaşam gereksinimlerinin karşılanması gibi sosyal ihtiyaçlar da dahil olmak üzere evliliğe neden olan ihtiyaçlara dayandırmaktadır. Özgüven'e (2017) göre evliliğin temeli, bireysel ihtiyaçların karşılanmasıdır. Evlilik doyumu hem kişisel hem de çevresel ihtiyaçlardan kaynaklanan psikolojik doyumu kapsamaktadır. Kişisel ihtiyaçlar arasında sevgi, iletişim, ilişki içinde kendini ifade etme ve cinsel doyum yer almaktadır. Çevresel ihtiyaçlar ise karar verme, sorun paylaşımı ve bütçe yönetimine eşit katılım gibi unsurları barındırmaktadır (Sokolski ve Hendrick, 1999). Evlilik doyumu, ilişkide yaşanan öznel mutluluk ve memnuniyet duygularının yanı sıra, çiftlerin gelir, iş bölümü ve gelecek planlaması gibi ilişkilerinin çeşitli yönlerinde hissettikleri memnuniyet derecesi ile de ifade edilmektedir (Robins ve diğerleri, 2000).

Özgüven (2017), evlilik doyumunu, bireyin evliliğine bakış açısı ve evlilikte yaşadığı duygularla açıklamaktadır. Mutlu bir evlilik, birçok konuda uzlaşmayı ve stres ve kaygıdan uzak bir ilişkiyi gerektirmektedir. Bir bireyin evlilik ilişkisinin gücü, evlilik doyumu düzeyi ile değerlendirilebilmektedir (Kirby, 2005). Evlilik doyumu, özünde bireyin evliliğiyle ilgili duygu ve düşüncelerini kapsamaktadır. Bu kavram, evlilik ilişkisinden hoşnut olma durumu olarak tanımlanmıştır (Vural Batık, 2017). Evlilikte yüksek doyum, aile üyeleri ve çiftler için hayatı kolaylaştırmakta, yaşamlarına anlam katmaktadır. Mutsuz ve doyumsuz evlilikler ise tüm aile üyeleri için sorun yaratmakta hem ruhsal hem de fiziksel sağlığı olumsuz etkilemektedir (Sardoğan ve Karahan, 2005). Evlilik ilişkisinin iyi olması, tüm aile üyelerinin iyi olmasına ve dolayısıyla toplumsal uyuma yansımaktadır.

1.3.4.2. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler

Evlilik doyumunun bireylerin yaşam evrelerini ve çevresel faktörlerini şekillendirme potansiyeli, güncel araştırmaların odak noktasını oluşturmaktadır. Zaman içerisinde, ilişkilerin rutinleşmesi ve bireylerin ilgi alanlarındaki değişimler nedeniyle evlilikten kaynaklanan memnuniyet düzeyinde bir azalma gözlemlenmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Ayrıca toplumsal normlar ve cinsiyet rollerinin de evlilik doyumu üzerinde belirgin bir etkisi olduğu saptanmıştır (Kaya ve Buğa, 2021). Evlilik doyumuna katkıda bulunan unsurlar, cinsiyet özelinde farklılık göstermektedir. Erkekler genellikle eşin eğitim seviyesi, çiftin maddi durumu, empati yeteneği, benlik algısı, uzlaşma becerisi, kayınvalide ilişkileri ve cinsel tatmin gibi

faktörlere öncelik verirken; kadınlar iletişim kalitesi, çiftin ekonomik durumu, anlayış, kayınvalide ilişkileri ve uzlaşma yeteneğini ön planda tutmaktadır (Tuğba ve Tatar, 2020).

Çeşitli araştırmalar, cinsiyet, evlilik süresi, değer yargıları ve etkileşim dinamikleri gibi parametrelerin evlilik doyumu üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. Bazı çalışmalar, erkeklerin genellikle kadınlara kıyasla daha yüksek evlilik doyumu bildirdiğini öne sürmektedir. Bu durum, kadınlara çoklu sorumluluklar yükleyen geleneksel cinsiyet rollerinden kaynaklanabilmekte ve evlilik memnuniyetinde bir düşüşe yol açabilmektedir. Bununla birlikte, araştırma sonuçları çeşitlilik göstermekte olup, bazı çalışmalar cinsiyet farklılıklarının evlilik doyumunu önemli ölçüde etkilemediği sonucuna varmaktadır. Cinsiyet rollerindeki evrim ve toplumsal değişimlerin androjen bir kimliğe doğru kayması da bu bulguları etkileyebilmektedir (Çatal ve Kalkan, 2019).

Yaş, çocuk sayısı, gelir seviyesi ve önceki medeni durum gibi demografik değişkenler de evlilik doyumunun şekillenmesinde rol oynamaktadır. Ancak, bu faktörler ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin anlamlılığı tartışma konusudur. Zira literatürde farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar mevcuttur. Genel eğilim, doyumun yaşla birlikte artış gösterdiği yönündedir. Özellikle kadınlar arasında, çocukların evden ayrılması gibi yaşam olaylarıyla ilişkilendirilen bir artış gözlemlenebilmektedir. Bu durum, çiftlerin daha fazla kaliteli zaman geçirmelerine olanak tanıyarak evlilikten elde ettikleri doyumun artmasına vesile olabilmektedir (Kaya ve Buğa, 2021; Tuğba ve Tatar, 2020).

Çocukların evlilikteki mevcudiyeti ve üstlendikleri roller de evlilik doyumunu etkileyebilmektedir. Bazı veriler, çocukların eşleri birbirine yakınlaştırdığını göstermekle birlikte, çocuklar ve ev işleri konusundaki ortak sorumluluklar üzerindeki anlaşmazlıkların evlilik doyumunu azaltabileceğine işaret etmektedir. Özellikle kadınlar, bu sorumlulukların eşler arasında eşit paylaşıldığı durumlarda daha yüksek doyum yaşayabilmektedir. Bununla beraber, çocukların evlilik doyumu üzerindeki etkisi konusunda bir konsensüs bulunmamaktadır (Ünüvar ve Tagay, 2015).

Eğitim seviyesi de evlilik doyumunda kritik bir parametre olarak öne çıkmaktadır. Daha yüksek eğitim düzeyine sahip çiftlerin genellikle daha etkili iletişim kurduğu ve anlaşmazlıkları daha saygılı bir şekilde çözümlediği gözlemlenmektedir (Ünal ve Akgün, 2022). Yüksek eğitim düzeyine sahip çiftlerin genellikle daha yüksek evlilik ve yaşam doyumu bildirdiğini gösteren çalışmalar mevcut olmakla birlikte (Hudaynazarova ve diğerleri, 2021), çiftlerin eğitim düzeyi arttıkça, değişen beklentiler ve artan bireysellik nedeniyle evlilik doyumunun azaldığını öne

süren araştırmalar da bulunmaktadır (Koca, 2013). Genel olarak, evlilik doyumu ile çeşitli demografik faktörler arasındaki ilişki kompleks bir yapıya sahip olup, muhtelif karıştırıcı değişkenlerden etkilenmektedir.

1.3.5. Evlilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük İlişkisi

Bu kısım evlilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük ilişkisi hakkındadır. Bu bağlamda öncelikle evli çiftlerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinden bahsedilmiş, sonrasında ise evli çiftlerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasındaki uyum ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün evlilikteki karar verme süreçlerine etkisi hakkında bilgi verilmiştir. Evli çiftlerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi, evlilik memnuniyetini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu etki, ilişkilerde duygusal düzenleme, iletişim ve karar verme süreçlerinde kendini göstermektedir. Yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük, olumsuz duygusal durumların artmasına ve olumlu olanların azalmasına yol açabilmektedir. Daha sonra, evli çiftlerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasındaki uyum ele alınmıştır. Eşler arasındaki belirsizliğe tahammülsüzlük seviyelerindeki uyum, daha uyumlu bir ilişkiye yol açabilirken, uyumsuzluk yanlış anlamalara ve çatışmalara neden olabilmektedir. Son olarak, belirsizliğe tahammülsüzlüğün evlilikteki karar verme süreçlerine etkisi incelenmiştir. Belirsizliğe tahammülsüzlük, kararsızlığın teşvik edilmesi ve uyumsuz davranışların desteklenmesi yoluyla karar verme süreçlerini etkilemektedir. Bu durum, ilişkilerde karar vermeyi zorlaştırabilmekte ve çeşitli sorunlara yol açabilmektedir.

1.3.5.1. Evli Çiftlerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyi

Belirsizliğe tahammül düzeyi, evlilik memnuniyetini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu etki, ilişkilerde duygusal düzenleme, iletişim ve karar verme süreçlerinde kendini göstermektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük, bireyin bilinmeyene tahammül etmedeki zorluğunu tanımlayan psikolojik bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu yapı, olumsuz duygusal durumların artmasına ve olumlu olanların azalmasına yol açabilmektedir (Morriss ve diğerleri, 2023). Söz konusu duygusal düzensizlik, evlilik memnuniyetini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Zira eşler, belirsiz koşullar altında stresi yönetmekte ve etkili bir şekilde iletişim kurmakta güçlük çekebilmektedirler.

Araştırmalar, yüksek belirsizliğe tahammülsüz bireylerin kaygı, korku ve hayal kırıklığı gibi olumsuz duygusal durumları yaşama olasılığının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Aynı zamanda bu bireylerin, mutluluk ve neşe gibi olumlu duyguları daha az deneyimledikleri gözlemlenmiştir (Morriss ve diğerleri, 2023). Bu duygusal dengesizlik, evlilik ilişkilerini

zorlayabilmektedir. Çünkü eşler, olumlu ve destekleyici bir ortamı sürdürmeyi güç bulabilmektedirler. Bununla birlikte, belirsizliğe tahammülsüzlüğün ilişki dinamiklerini daha da karmaşık hale getirebilecek uyumsuz davranışlar ve karar verme süreçleriyle ilişkili olduğu belirtilmektedir (Ciria ve diğerleri, 2021). Örneğin, yüksek belirsizliğe tahammülsüz bireyler belirsizlikten kaçmak için dürtüsel veya kaçınmacı davranışlarda bulunabilmektedirler. Bu durum, potansiyel olarak partnerleriyle çatışmalara veya yanlış anlamalara yol açabilmektedir.

İletişim, evlilik memnuniyetinin kritik bir bileşeni olarak değerlendirilmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük, duygusal sıkıntıyı artırarak ve belirsiz veya hassas konuları tartışmaya açıklığı azaltarak etkili iletişimi engelleyebilmektedir. Cinsel iletişim bağlamında, yüksek belirsizliğe tahammülsüzlüğün doğal belirsizliği ve rahatsızlığı daha da kötüleştirebileceği öne sürülmektedir. Bu durum, potansiyel olarak çözülmemiş sorunlar veya karşılanmamış ihtiyaçlar nedeniyle evlilik memnuniyetinin azalmasına yol açabilmektedir (Kuang ve Gettings, 2021). Bu bulgular, belirsizliğe tahammülsüzlüğün yalnızca bireysel duygusal durumları değil, aynı zamanda sağlıklı bir evlilik ilişkisini sürdürmek için çok önemli olan kişilerarası etkileşimlerin kalitesini de etkilediğini göstermektedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlüğün, evlilik memnuniyetini olumsuz yönde etkileyebilecek anksiyete ve depresyon gibi çeşitli psikolojik durumlarla bağlantılı olduğu tespit edilmiştir. Yüksek belirsizliğe tahammülsüz bireyler artan sıkıntı yaşayabilmekte ve aşırı güvence arayışı veya kaçınma gibi olumsuz duygusal durumları güçlendiren davranışlarda bulunabilmektedirler (Vranceanu, 2020). Bu davranışlar evlilikte bir olumsuzluk ve tatminsizlik döngüsü yaratabilmektedir. Çünkü eşler kendilerini bunalmış veya desteksiz hissedebilmektedirler.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ve evlilik memnuniyeti arasındaki doğrudan ilişki kapsamlı bir şekilde incelenmemiş olsada, belirsizliğe tahammülsüzlüğün duygusal ve ilişkisel refah üzerindeki daha geniş etkileri önemli bir etkiye işaret etmektedir. Belirsizliği tolere etme becerisi duygusal dayanıklılığı artırabilmekte ve iletişimi geliştirebilmektedir. Böylece daha fazla evlilik memnuniyetini teşvik edebilmektedir. Tersine, yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük duygusal düzensizliğe, zayıf iletişime ve uyumsuz davranışlara yol açabilmektedir. Bunların hepsi evlilik memnuniyetini azaltabilmektedir.

1.3.5.2. Evli Çiftlerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Arasındaki Uyum

Evli çiftlerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasındaki uyum veya uyumsuzluğun ilişki memnuniyeti üzerindeki etkisi, IU'nun duygusal ve psikolojik refah üzerindeki daha geniş etkileri incelenerek çıkarımda bulunulabilmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük, duygusal

durumları ve psikolojik sağlığı önemli ölçüde etkileyen bir faktördür. Yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyine sahip bireyler belirsizliği sıkıntı verici olarak algılamaktadır. Bu algı, korku, endişe, üzüntü ve hayal kırıklığı gibi olumsuz duyguları uyandırırken mutluluk ve neşe gibi olumlu duyguları azaltmaktadır. Bu duygusal düzenleme, bir evlilikte eşlerden biri veya her ikisi de yüksek IU seviyeleri yaşadığında, yüksek IU'nun potansiyel olarak ilişkisel stresin artmasına ve memnuniyetin azalmasına yol açabileceğini düşündürmektedir (Morriss ve diğerleri, 2023).

Uzun vadeli fiziksel sağlık koşulları bağlamında, daha yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük, daha zayıf psikolojik refah ve yaşam kalitesi ile ilişkilendirilmiştir (Gibson ve diğerleri, 2023). Bu ilişki, belirsizliğe tahammülsüzlüğün stresi şiddetlendirebileceğini ve yaşam memnuniyetini azaltabileceğini göstermektedir. Bu durumun ilişki memnuniyetine kadar uzanabileceği öngörülmektedir.

Partnerlerden biri yüksek belirsizliğe tahammülsüzlüğe sahipken diğeri sahip olmadığında, uyumsuzluk yanlış anlamalara ve çatışmalara yol açabilmektedir. Bu durum, yüksek belirsizliğe tahammülsüz partnerin ilişki dinamiklerinin doğasında var olan belirsizlikle mücadele etmesinden ve potansiyel olarak memnuniyetsizliğe yol açmasından kaynaklanmaktadır. Ayrıca, belirsizliğe tahammülsüzlük obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu (OCPD) ile bağlantılı bulunmuştur. Bu bağlamda, yaşam kalitesinin düşmesi ve OCPD özelliklerinin şiddetinin artması ile ilişkilendirilmiştir (Wheaton ve Ward, 2020).

Bu bulgular, yüksek belirsizliğe tahammülsüzlüğün katı ve kontrolcü davranışlara katkıda bulunabileceğini göstermektedir. Bir eşin bu özellikleri diğerinden daha fazla sergilemesi durumunda bir ilişkiyi zorlayabileceği düşünülmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük seviyelerindeki uyumsuzluk bu nedenle sürtüşmeye yol açabilmektedir. Çünkü bir ortak diğerinin kesinlik ve kontrol ihtiyacıyla başa çıkmayı zor bulabilmektedir.

Ek olarak, belirsizliğe tahammülsüzlük, yüksek tahammülsüz bireylerin gerçek tehditler ile güvenli durumlar arasında ayrım yapmakta zorlanabileceği tehdit genellemesi ile ilişkilendirilmiştir (Bauer ve diğerleri, 2020). Evlilik bağlamında bu durum, algılanan ilişkisel tehditlere karşı artan hassasiyet olarak ortaya çıkabilmektedir. Eşlerden birinin bu tür genellemelere diğerinden daha yatkın olması durumunda çatışmanın artmasına ve memnuniyetin azalmasına neden olabilmektedir.

Genel olarak, eşler arasındaki belirsizliğe tahammülsüzlük seviyelerindeki uyum, her iki eşin de benzer başa çıkma mekanizmalarına ve belirsizliğe karşı duygusal tepkilere sahip olacağı

için daha uyumlu bir ilişkiye yol açabilmektedir. Buna karşılık, uyumsuzluk yanlış anlamalara ve çatışmalara neden olabilmektedir. Bu durum, partnerlerin belirsizlik ve stres için farklı toleransları olabileceğinden kaynaklanmaktadır ve ilişki memnuniyetini olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

1.3.5.3. Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Evlilikteki Karar Verme Süreçlerine Etkisi

Belirsizliğe tahammülsüzlük, ilişkilerde karar verme süreçlerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu etki, kararsızlığın teşvik edilmesi ve uyumsuz davranışların desteklenmesi yoluyla gerçekleşmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük, belirsiz durumları stresli ve dayanılmaz olarak algılama eğilimi ile karakterize edilmektedir. Bu durum, olumsuz duygusal durumlara yol açabilmekte ve etkili karar vermeyi engelleyebilmektedir (Morriss ve diğerleri, 2023). İlişkiler bağlamında, belirsizliğe tahammülsüzlük netlik ve kontrol arzusu şeklinde tezahür edebilmektedir. Bu tezahür, kaygıyı şiddetlendirebilmekte ve kararsızlık ile güvenlik davranışları gibi uyumsuz davranışlara sebebiyet verebilmektedir (Pinaeva ve Zlobina, 2023).

Araştırmalar, yüksek belirsizliğe tahammülsüzlüğe sahip bireylerin, algılanan tehditlerden veya belirsizliklerden kaçınmak için alınan önlemler olan sorunlu güvenlik davranışlarına girme olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu davranışlar, karar verme süreçlerinde bir kararsızlık ve endişe döngüsü yaratarak belirsizliğe tahammülsüzlüğü koruyabilmekte veya hatta artırabilmektedir (Appel ve diğerleri, 2024). Bu döngü, kararların genellikle belirsizlik barındırdığı ve anlık ile uzun vadeli düşünceler arasında bir denge gerektirdiği ilişkilerde özellikle önem arz etmektedir. Bazı çalışmalar, belirsizliğe tahammülsüzlüğün gecikmiş, olasılıklı ödüller hakkındaki kararları önemli ölçüde tahmin etmediğini ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile belirli karar verme görevleri arasında ihmal edilebilir bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Cobos ve diğerleri, 2024). Bununla birlikte, belirsizliğe tahammülsüzlüğün duygusal durumlar ve gerçek hayatta karar verme üzerindeki daha geniş etkileri aşikârdır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük, olumsuz duygusal durumları artırmakta ve olumlu olanları azaltmaktadır. Bu durum, stresi artırarak ve belirsiz durumlarda olumlu duygular yaşama yeteneğini azaltarak ilişkilerde karar vermeyi daha da zorlaştırabilmektedir (Morriss ve diğerleri, 2023). Bu bulgu, belirsizliğe tahammülsüzlüğün karar vermeyi yalnızca doğrudan değil, aynı zamanda belirsizliğe karşı duygusal ve bilişsel tepkiler üzerindeki etkisi yoluyla dolaylı olarak da etkilediğini göstermektedir.

Sonuç olarak belirsizliğe tahammülsüzlük, ilişkilerde karar vermeyi çeşitli mekanizmalar aracılığıyla etkilemektedir. Bu mekanizmalar arasında kararsızlığın ve uyumsuz güvenlik

davranışlarının teşvik edilmesi, olumsuz duygusal durumların şiddetlendirilmesi ve kontrol ile netlik arzusunun teşvik edilmesi yer almaktadır. Bu faktörler bir araya gelerek, kişilerarası ilişkilerin doğasında var olan belirsizliklerin üstesinden gelmede zorluklara katkıda bulunmaktadır.

1.4. Evlilikte Yaşanan Ekonomik Problemler

1.4.1. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Evliliğe Etkileri

Sosyoekonomik durum (SED) farklılıkları, eğitim düzeyi ve sosyal sınıfın evlilik memnuniyeti üzerindeki etkileri, birçok araştırma tarafından ele alınmış ve bu etkilerin karmaşık ve çok yönlü olduğu ortaya konmuştur. SED, bireylerin gelir, eğitim ve meslek gibi unsurları kapsamakta ve bu faktörler evlilik memnuniyetini doğrudan etkilemektedir. Özellikle sosyoekonomik dezavantajlar, stres ve ruh sağlığı sorunlarını artırmakta ve bu durum, ilişki memnuniyeti üzerinde olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Maisel ve Karney'nin (2012) araştırması, düşük gelirli bireylerin, stresli yaşam olayları ve ruh sağlığı problemlerinin ilişki memnuniyeti üzerindeki etkilerinden daha fazla etkilendiğini göstermektedir. Bu durum, finansal kısıtlamaların stresi yönetmek için gerekli kaynakları sınırladığını ve bu nedenle sosyoekonomik açıdan dezavantajlı çiftlerde evlilik memnuniyetinin daha ciddi şekilde etkilenmesine neden olduğunu ortaya koymaktadır. Kanter ve Proulx'un (2021) araştırması da finansal stresin evlilik içerisindeki kişiler arası süreçleri nasıl etkilediğini ve özellikle eşlerin memnuniyet seviyelerini nasıl şekillendirdiğini vurgulamaktadır. Bu araştırma, sosyoekonomik açıdan dezavantajlı çiftler arasında evlilik memnuniyetini belirleyen farklı sınıfların varlığını ortaya koymakta ve finansal stresin bu sınıfların belirlenmesinde kritik bir rol oynadığını öne sürmektedir.

Eğitim düzeyi de evlilik memnuniyeti üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Eğitim eşleşmesi olarak bilinen, bireylerin benzer eğitim seviyelerine sahip eşler tercih etme eğilimi, evlilik memnuniyetini artırmaktadır. Bu durum, benzer eğitim düzeylerinin, çiftler arasında uyum ve ortak değerlerin oluşmasına katkıda bulunarak evlilik memnuniyetini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir (Tampieri, 2022). Bununla birlikte, eşler arasında eğitim seviyesindeki farklılıklar, özellikle bir eşin diğerinden daha fazla eğitim aldığı durumlarda, evlilik memnuniyetini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Piao, Ma ve Managi (2021) tarafından yapılan bir çalışma, eşler arasındaki eğitim farkının, özellikle Asya ve düşük gelirli ülkelerde, yaşam memnuniyetini düşürdüğünü göstermektedir. Eğitim düzeyleri arasındaki eşitsizlikler,

çiftler arasında değerler, iletişim tarzları veya sosyal beklentilerde farklılıklara yol açarak memnuniyetsizlik yaratabilmektedir.

Sosyal sınıf ise evlilik uyumu üzerinde önemli bir etkiye sahiptir ve bu etki, farklı değerler, ekonomik kaynaklar ve sosyal sermaye gibi çeşitli mekanizmalar aracılığıyla gerçekleşmektedir. Sosyal sınıf farkları, çiftler arasında eğitim, iş, para ve sınıf bilinci gibi konularda farklı değerlere ve tutumlara yol açabilmekte, bu da evlilik dinamiklerini şekillendirmektedir (McDowellve diğerleri, 2013). Ancak, sosyal sınıf farklılıklarının evlilikte başarısızlığa yol açacağına dair yaygın inanışa karşın, Arend ve Comeau (2019) tarafından yapılan araştırma, bu genellemenin ampirik bir desteği olmadığını ortaya koymaktadır. Bu durum, sosyal sınıf farklarının zorluklar yaratabilmesine rağmen, evlilik başarısızlığını doğrudan öngörmediğini göstermektedir. Bununla birlikte, eğitim düzeyinin, özellikle iletişim ve beklentiler konusunda, evlilik uyumunu şekillendirmede daha belirleyici bir rol oynadığı belirtilmektedir (Zhang ve Liang, 2023).

Eğitim düzeyi ve sosyal sınıfın evlilik memnuniyeti üzerindeki etkileri, kültürel bağlamlara göre farklılık gösterebilmektedir. Örneğin, Batı ve yüksek gelirli ülkelerde, eşler arasındaki eğitim farklılıklarının olumsuz etkileri daha belirgin olabilmekte ve bu durum özellikle kadınlar için daha büyük bir memnuniyetsizlik kaynağı olmaktadır (Piao, Ma, ve Managi, 2021). Bununla birlikte, düşük sosyal sınıfa mensup bireylerin daha işbirlikçi bir yaklaşım sergilemesi, evlilik ilişkilerinde uyumu artırabilmektedir (Hooker ve Algoe, 2022).

Sonuç olarak, sosyoekonomik durum, eğitim düzeyi ve sosyal sınıf, evlilik memnuniyetini şekillendiren kritik unsurlar arasında yer almaktadır. Bu faktörler, bireylerin stres düzeylerini, ruh sağlığını, kişiler arası ilişkilerini ve genel yaşam memnuniyetini etkileyerek evlilik içerisindeki dinamikleri belirlemektedir. Sosyal sınıf, değerler ve ekonomik kaynaklar gibi farklı unsurlar aracılığıyla evlilik uyumunu etkileyebilmekte, ancak bu etkiler evlilik başarısızlığına deterministik bir şekilde yol açmamaktadır. Eğitim düzeyi, evlilik memnuniyeti üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı etkiler yaratmakta, eşler arasındaki uyumu şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır. Dolayısıyla, evlilik memnuniyetini artırmak için sosyoekonomik faktörlerin, eğitim düzeylerinin ve sosyal sınıf farklarının dikkate alınması önem arz etmektedir.

1.4.2. Eşler Arası Gelir Düzeyi Farklılığı ve Evliliğe Etkileri

Gelir farklılıkları, evlilik ilişkilerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu durum hem evlilik kalitesini hem de evliliklerin istikrarını belirleyen önemli faktörlerden biri olarak öne

çıkmaktadır. Gelir eşitsizlikleri, çiftlerin birlikte geçirdikleri zamanın miktarını ve kalitesini etkileyerek, ilişki bakımını zorlaştırmaktadır. Düşük gelirli çiftler genellikle daha fazla stresle karşı karşıya kalmakta, bu da birlikte geçirilen zamanın azalmasına ve paylaşılan zamanın kalitesinin düşmesine neden olmaktadır. Bu durum, düşük gelirli çiftlerde, yüksek gelirli çiftlere kıyasla daha yüksek boşanma oranlarına yol açabilmektedir (Williamson ve Schouweiler, 2023). Ayrıca, gelir dinamikleri cinsiyet rolleri ve beklentilerle kesişmekte olup, çiftlerin psikolojik durumlarını da etkilemektedir. Özellikle kadınların erkeklerden daha fazla kazandığı durumlarda, geleneksel cinsiyet normları her iki eş için de psikolojik sıkıntıya yol açmaktadır. Bu durum, erkeklerde erektil disfonksiyon ilaçlarının kullanımının artması ve kadınlarda uykusuzluk veya anksiyete gibi sorunlarla kendini göstermektedir (Pierce ve diğerleri, 2012).

Gelir farklılıklarının etkisi, yalnızca cinsiyet rolleri ile sınırlı kalmamaktadır. Güney Avrupa ülkelerinde yapılan araştırmalar, eşler arasındaki iş birliği ve gelir paylaşımının, gelir memnuniyeti üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir. Bu durum, gelir farklılıklarının nasıl algılandığı ve yönetildiği konusunda kültürel bir boyutun varlığına işaret etmektedir (Molina ve diğerleri, 2007). Bununla birlikte, evlilikteki gelir kazanma durumunun (tek gelirli veya çift gelirli olma) evlilik memnuniyeti üzerinde daha az belirleyici olduğu, bunun yerine çift dinamiklerinin, özellikle bağımlılık ve çatışma çözme iletişiminin evlilik memnuniyeti düzeylerinde daha kritik bir rol oynadığı görülmektedir (Ratnasari ve Fatheya, 2022). Bu bulgular, gelir farklılıklarının evlilik ilişkilerini etkileyebileceğini ancak bu farklılıkların nasıl yönetildiği ve çiftlerin iletişim stratejilerinin evlilik memnuniyeti üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir.

Gelir farklılıkları, aynı zamanda çiftler arasındaki karar verme dinamiklerini de önemli ölçüde etkilemektedir. Araştırmalar, gelir yönetimi ve karar verme gücünün yakından ilişkili olduğunu ve her iki cinsiyetin de hane gelir paylaşım stratejilerine ve paraya erişim durumuna göre kısıtlandığını ortaya koymaktadır (Coppola ve Quartuccio, 2012). Bu, gelir eşitsizliklerinin karar verme yetkilerinde dengesizliklere yol açabileceğini ve bunun da ilişki memnuniyetini potansiyel olarak etkileyebileceğini göstermektedir. Geleneksel cinsiyet normları ve sosyal beklentiler, gelir farklılıklarının karar verme süreçlerine etkisini daha da karmaşık hale getirmektedir. Örneğin, kadınların toplumdaki ortalama eğitim düzeyine kıyasla daha yüksek eğitim seviyelerine sahip olmaları, ev içinde daha az karar verme gücüne sahip olmalarına yol açabilmektedir (Sobrevilla, 2019). Bu durum, gelir, eğitim ve sosyal normların karar verme rollerini nasıl şekillendirdiğini ortaya koymaktadır.

Finansal eşitsizlikler, evliliklerdeki duygusal yakınlığı da önemli ölçüde etkileyebilmektedir. Ekonomik zorluklar ve finansal eşitsizlik, ilişkilerin kalitesini ve partnerler arasındaki duygusal yakınlığı zayıflatmaktadır. Ekonomik zorlukların duygusal refah üzerindeki olumsuz etkileri, ilişkilerde duygusal yük ve stres yaratmakta, bu da duygusal yakınlık ve aile içi ilişkiler üzerinde olumsuz etkiler doğurmaktadır (Pisu ve diğerleri, 2023). Ayrıca, gelir eşitsizlikleri, sosyal bağlanmayı azaltarak, partnerler arasındaki duygusal tepkilerin olumsuzlaşmasına ve yakınlık isteğinin azalmasına yol açmaktadır (Stancato ve diğerleri, 2023).

Finansal eşitsizliklerin evliliklerde yarattığı olumsuz etkiler, sadece ekonomik baskılardan ibaret değildir. Aynı zamanda, eşler arasındaki ilişki dinamikleri, karar verme süreçleri ve psikolojik sağlık gibi pek çok faktör de bu durumu etkilemektedir. Finansal çatışmalar, evlilikteki memnuniyeti ve duygusal yakınlığı azaltabilmekte, ancak başarılı para yönetimi ve gerçeklik terapisi gibi müdahaleler, bu etkileri hafifletme potansiyeline sahiptir (Asadi ve diğerleri, 2022). Ayrıca, ekonomik zorlukların üstesinden gelebilmek için çiftlerin sağlıklı finansal iletişim kurmaları, bu çatışmaların azaltılmasına ve evlilik memnuniyetinin artırılmasına katkı sağlamaktadır (Saxey ve diğerleri, 2024).

Sonuç olarak, gelir farklılıkları, evlilik ilişkilerini birçok yönden etkilemekte olup, bu etkiler, sosyal normlar, cinsiyet rolleri ve kültürel faktörler gibi dinamiklerle şekillenmektedir. Gelir eşitsizliklerinin yol açtığı zorlukların üstesinden gelebilmek için, çiftlerin finansal stresleri yönetme becerilerini geliştirmeleri, iletişim stratejilerini iyileştirmeleri ve eşitlikçi karar alma süreçlerini benimsemeleri gerekmektedir. Bu tür yaklaşımlar, evlilik memnuniyetini ve istikrarını artırmada önemli bir rol oynayacaktır.

1.4.3. Borçlanma ve Evliliğe Etkileri

Borçlanmanın evlilik istikrarı üzerindeki uzun vadeli sonuçları hem doğrudan hem de dolaylı olarak evlilik dinamiklerini etkilemektedir. Finansal stres, borçlanma ile daha da kötüleşen ve evlilik istikrarını etkileyen önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Araştırmalar, finansal zorlukların evlilik istikrarını azaltabileceğini ve bununla birlikte zihinsel sağlık sorunlarını artırabileceğini, bu durumun ise ilerleyen yaşlarda fiziksel sağlığı olumsuz yönde etkileyebileceğini göstermektedir. Bu bulgular, finansal stresin zihinsel sağlığı etkilediğini ve bunun da evlilik istikrarını ve uzun vadeli sağlık sonuçlarını olumsuz yönde etkilediğini ortaya koymaktadır (Lee ve diğerleri, 2020). Özellikle öğrenci kredisi borçları, evliliğin gecikmesine neden olmaktadır ve bu durum özellikle kadınlar arasında daha yaygın bir şekilde gözlemlenmiştir. Öğrenci kredisi borcundaki artış, ilk evlilik olasılığını azaltmakta ve bu da

finansal yüklerin aile kurulumunu erteleyebileceğini ve uzun vadede evlilik istikrarını etkileyebileceğini göstermektedir (Bozick ve Estacion, 2014). Bu finansal kısıtlamalar nedeniyle evlilikte yaşanan gecikmeler, geleneksel aile kurulum kalıplarını değiştirebilmekte ve nihayetinde kurulan evliliklerin istikrarı üzerinde etkili olabilmektedir.

Borç türü de evlilik istikrarında kritik bir rol oynamaktadır. Güvence altına alınmış borçlar ve varlıklar, ilişki çözülme olasılığını azaltırken, kredi kartı borcu gibi büyük güvence altına alınmamış borçlar, evlilikte çökme riskini artırmaktadır. Bu ayrım, finansal yükümlülüklerin niteliğinin evlilik sonuçlarını belirlemede önemli olduğunu ortaya koymaktadır (Eads ve Tach, 2016). Özellikle yeniden evlenen çiftlerde, finansal stres evlilikteki istikrarı azaltan bir öngörücü olarak karşımıza çıkmaktadır. Finansal stres, eş davranışlarına dair algıları etkileyerek, çatışmaları artırmakta ve evlilik memnuniyetini düşürmektedir. Bu durum, finansal stresin yeniden evliliklerde var olan kırılganlıkları daha da artırarak, çözülme risklerini yükselttiğini göstermektedir (Crapo ve diğerleri, 2021).

Borcun evlilik üzerindeki etkileri sadece evlilik öncesi ve evlilik süresince değil, aynı zamanda evlilik içerisindeki ilişkisel dinamikler üzerinde de kendini göstermektedir. Finansal şeffaflık ve entegrasyon, ilişkilerde güven inşasında kritik bir rol oynamaktadır. Çiftler arasındaki mali entegrasyonun düşük olması, mali çatışmaları artırmaktadır. Özellikle ayrı banka hesapları tutan çiftlerde, mali kaynakların nasıl yönetileceği konusunda anlaşmazlıklar ortaya çıkmakta ve bu durum, evlilikte çatışmalara yol açmaktadır (Lim ve Morgan, 2021). Ayrıca, mali sadakatsizlik, gizli borçlanma veya harcama gibi davranışlar, ilişkide ciddi güven sorunlarına ve çatışmalara neden olmaktadır (Jeanfreau ve diğerleri, 2020). Borçlanma alışkanlıklarının, ilişkilerdeki temel mali değerlerle uyumsuz olduğu durumlarda, bu farklılıklar çatışmaları şiddetlendirebilmektedir. Bunun yanında, kumar gibi diğer finansal stresörlerle birleşen borçlanma davranışları, ilişki çatışmalarını daha da artırabilmektedir. Kumar borçları ve buna bağlı mali baskılar, çiftler arasında gerginlik ve çatışmaya yol açmakta, bu durum da evlilik üzerindeki baskıyı artırmaktadır (Jeffrey ve diğerleri, 2019).

Harcamalar, romantik ilişkilerde hem olumlu hem de olumsuz etkiler yaratabilmektedir. Olumlu bir yön olarak, pro-sosyal harcamalar (yani partnerler arasında birbirleri için yapılan harcamalar), ilişki memnuniyetini artırabilmektedir. Bu tür harcamalar, partnerlerin kendilerini değerli hissetmelerini sağlamakta ve ilişkinin genel mutluluğunu artırmaktadır (Li ve diğerleri, 2020). Öte yandan, mali sadakatsizlik, yani partnerin onaylamayacağını düşündüğü mali davranışlarda bulunmak ve bu eylemleri kasıtlı olarak gizlemek, ilişkide güveni zedelemekte ve memnuniyetsizliğe yol açabilmektedir (Garbinsky ve diğerleri, 2020). Ayrıca, çiftlerin mali

kaynaklarını nasıl yönettikleri, örneğin tüm paralarını birleştirip birleştirmedikleri, ilişki memnuniyetini de etkileyebilmektedir. Tüm mali kaynaklarını birleştiren çiftler, ilişkilerinde daha fazla memnuniyet yaşamakta ve ayrılma olasılıkları daha düşük olmaktadır (Gladstone ve diğerleri, 2022).

Finansal şeffaflık hem kamu hem de özel ilişkilerde güven inşası ve etkileşim dinamiklerini belirlemede önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Şeffaflık, bireyler arası ilişkilerde daha derin bağların kurulmasını sağlamakta ve güveni artırmaktadır (Willems ve diğerleri, 2020). Bununla birlikte, şeffaflığın etkileri her zaman olumlu olmayabilir. Bazı ekonomik ortamlarda, özellikle likidite sıkıntısı yaşanan piyasalarda, şeffaflık uzun vadeli yatırımların azalmasına yol açabilir (Uras, 2020). Bu nedenle, şeffaflığın etkileri, içinde bulunulan ekonomik bağlam ve piyasa koşullarına bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir.

Sonuç olarak, borçlanma ve finansal şeffaflık gibi faktörler, evlilik ve romantik ilişkilerde önemli etkilere sahip olup, bu etkiler hem olumlu hem de olumsuz olabilir. Borçlanma ve mali stres, evliliklerin istikrarını tehdit eden ciddi zorluklar yaratabilmektedir. Ancak, mali şeffaflık, entegrasyon ve etkili iletişim, bu zorlukların üstesinden gelmede kritik öneme sahiptir. Evlilikteki mali sorunların, iletişim ve çatışma çözme stratejileri yoluyla ele alınması, evlilik istikrarını artırabilir ve sağlıklı ilişkilerin sürdürülmesine yardımcı olabilir.

1.4.4. Ekonomik Güvensizlik ve Evliliğe Etkileri

Ekonomik güvensizlik, evlilik üzerinde derin etkiler yaratan çok yönlü bir sorundur. Bu durum, özellikle zihinsel sağlık, ilişki dinamikleri ve toplumsal istikrar üzerindeki olumsuz etkileriyle öne çıkmaktadır. Ekonomik güvensizliğin temel nedenleri arasında maddi sıkıntılar, ani ekonomik şoklar, küreselleşme ve sistemik eşitsizlikler yer almaktadır.

Maddi sıkıntılar, barınma, enerji ve gıda gibi temel ihtiyaçların karşılanmasındaki zorluklar olarak tanımlanmaktadır. Bu tür zorluklar, özellikle düşük gelirli ailelerde yaygın olup, ebeveynlerde artan depresif belirtilerle ilişkilendirilmektedir. Özellikle babalarda görülen depresyon, ebeveynler arası yıkıcı çatışmalara yol açarak evliliklerde ciddi gerilimlere neden olmaktadır (Lee ve diğerleri, 2022). Ekonomik güvensizliğin yarattığı stres, zihinsel sağlık sorunlarını şiddetlendirmekte ve ilişki gerginliklerini artırmaktadır.

Ani mali kayıplar gibi beklenmedik ekonomik şoklar, ekonomik güvensizlikte önemli bir rol oynamaktadır. Bu şoklar, özellikle yaşlı haneler ve sağlık sorunları yaşayanlar için kaygı ve stres yaratmaktadır. Bu gruplar, bu tür olaylardan sonra toparlanmak için gerekli kaynaklardan yoksun kalabilmektedir. Sonuç olarak, çiftlerin bu şokların mali ve duygusal sonuçlarıyla başa çıkmaya çalışmaları evlilik gerilimlerini artırmaktadır (Espinosa ve diğerleri, 2014).

Küreselleşme ve teknolojik ilerlemeler, küresel ekonomideki dalgalanmaları artırarak ekonomik güvensizliği derinleştirmektedir. Finansal akışlara yönelik engellerin azaltılması ve düzenlemelerin gevşetilmesi, ekonomik istikrarsızlığı artırmış, bu durum özellikle vasıfsız işçileri etkileyerek ücretlerin düşmesine ve gelir eşitsizliğinin artmasına yol açmıştır (Kaplinsky, 2001). Ekonomik dalgalanmalar, mali belirsizlik ve eşitsizliğin çiftler için ek stres unsurları yaratması nedeniyle evliliklerin istikrarını zayıflatmaktadır.

Cinsiyet ve sınıfla ilişkili sistemik eşitsizlikler de ekonomik güvensizliği daha da kötüleştirmektedir. Cinsiyet eşitliği konusunda ilerleme kaydedilmiş olmakla birlikte, ekonomik eşitsizlik artmış ve bu durum, özellikle düşük gelirli bireyler için evliliği daha riskli hale getirmiştir. Bu eşitsizlik, daha yüksek kazanç potansiyeline sahip olanlar için evliliği daha avantajlı kılarken, düşük gelire sahip olanların ilişkilerinde daha fazla risk ve istikrarsızlıkla karşılaşmalarına neden olmaktadır (Coontz, 2016).

Ekonomik güvensizliğin evlilik üzerindeki etkisi, kurumsal güvenin ve toplumsal bütünlüğün zayıflamasıyla daha da ağırlaşmaktadır. Ekonomik güvensizlik ve nativizm, kurumsal güvenin azalmasıyla ilişkilendirilmektedir. Bu durum, istikrarlı evliliklerin sürdürülmesi için kritik olan toplumsal destek sistemlerini zayıflatabilmektedir. Güven erozyonu, güvensizlik ve

istikrarsızlık döngüsünü tetikleyerek evlilik ilişkilerini daha da zorlaştırmaktadır (Rohde, 2023).

Ekonomik güvensizliğin evlilik ilişkileri üzerindeki bu derin etkileri, yaşam memnuniyeti, zihinsel sağlık, fiziksel sağlık ve toplumsal güven üzerinde olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Ekonomik güvensizlik, yaşam memnuniyetinde azalmaya yol açmakta ve bu durum evlilik ilişkilerini zorlamaktadır. Örneğin, Panarello ve Punzo'nun (2023) Alman vatandaşları üzerinde yaptıkları çalışma, ekonomik güvensizliğin yaşam memnuniyetini önemli ölçüde azalttığını ortaya koymuştur. Bu azalma, özellikle 40-49 yaş grubundaki bireyler arasında ve ikincil sektörde çalışanlarda daha belirgin hale gelmektedir. Yaşam memnuniyetindeki bu azalma, eşlerin hayata ve ilişkilerine olumlu bir bakış açısını sürdürmekte zorlanmalarına neden olarak evliliklerde memnuniyetsizliğe yol açabilmektedir.

Ayrıca, ekonomik güvensizlik, zihinsel sağlık sorunlarını daha da kötüleştirerek evlilikleri istikrarsızlaştırmaktadır. Aile stres modeli, ekonomik baskının depresyon gibi zihinsel sağlık sorunlarına yol açtığını ve bu durumun ebeveynler arası çatışmaları artırdığını öne sürmektedir. Maddi sıkıntılar, hem annelerde hem de babalarda daha yüksek düzeyde depresif belirtilerle ilişkilidir. Babaların depresyonu, yıkıcı ebeveynler arası çatışmalarla bağlantılıdır ve bu tür çatışmalar, sürekli tartışmalar ve saldırganlıklar nedeniyle evlilik memnuniyetini ve istikrarını zayıflatmaktadır (Lee ve diğerleri, 2022).

Bunun yanı sıra, ekonomik güvensizlik, dolaylı olarak evlilik istikrarını etkileyen uzun vadeli sağlık sorunlarına da yol açabilmektedir. Evliliğin erken orta yıllarında yaşanan mali stres, ilerleyen yaşlarda artan anksiyete ve buna bağlı olarak fiziksel sağlıkta kötüleşmelerle ilişkilidir. Sağlıkta meydana gelen bu bozulma, çiftlerin hem kendi hem de eşlerinin sağlık sorunlarıyla başa çıkmak zorunda kalmasına neden olarak evlilikte memnuniyetsizliğe ve istikrarsızlığa yol açabilmektedir (Lee ve diğerleri, 2020).

Ekonomik güvensizlik, evliliklerin içinde bulunduğu daha geniş toplumsal bağlamı da etkileyerek kutuplaşmayı artırmakta ve topluluk içindeki güveni azaltmaktadır. Bu toplumsal etki, bireysel ilişkilere de yansıyabilmekte ve çiftlerin kendilerini toplulukları tarafından izole edilmiş veya desteksiz hissetmelerine neden olabilmektedir. Bu durum, evlilik istikrarını daha da zorlaştırmaktadır (Kaplinsky, 2001). Ayrıca, ekonomik güvensizlik, yaşamın anlamını zayıflatarak psikolojik iyi oluş ve ilişki memnuniyeti üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır. Finansal güvensizlik, yaşamın anlamına dair algıları zayıflatarak varoluşsal bir sıkıntı ve evliliklerde memnuniyetsizliğe yol açabilmektedir. Bireyler, yaşamlarının bir amacı olmadığını

hissettiklerinde, ilişkilerinde tatmin bulmakta zorlanabilmekte ve bu da evlilik memnuniyetinde azalmaya neden olabilmektedir (Abeyta ve diğerleri, 2017).

Sonuç olarak, ekonomik güvensizlik, yaşam memnuniyeti, zihinsel sağlık, fiziksel sağlık ve toplumsal güven üzerinde çok yönlü ve uzun vadeli sonuçlar doğurarak evliliklerde istikrarsızlığa ve memnuniyetsizliğe neden olmaktadır. Bu olumsuz etkileri hafifletmek için hedefe yönelik politika önlemleri ve destek programları aracılığıyla müdahalelerde bulunmak gerekmektedir. Bu müdahaleler, maddi sıkıntıların azaltılması ve bunlara bağlı stresörlerin hafifletilmesi amacıyla kapsamlı ihtiyaç değerlendirmeleri, topluluk kaynaklarıyla bağlantılar ve istihdam eğitimi gibi yöntemleri içermelidir (Jimenez ve Roig, 2021).

1.4.5. Ekonomik Olumsuz Koşullar ve Evliliğe Etkileri

Ekonomik sıkıntılar, evlilik ilişkilerinde hem doğrudan hem de dolaylı yollardan istikrarsızlık yaratmaktadır. Araştırmalar, ekonomik zorlukların evliliklerde artan çatışmalara ve depresif belirtilere yol açtığını göstermektedir. Özellikle yüksek nörotik duyarlılığa sahip çiftlerde ekonomik zorluklar, bu etkileri daha da şiddetlendirmekte ve her iki eşte de depresif belirtilerin artmasına neden olmaktadır (Wickrama ve diğerleri, 2018). Ekonomik baskılar, evlilik istikrarını azaltarak, erken orta yaş döneminde anksiyete ve depresyon gibi ruh sağlığı sorunlarını artırmaktadır (Lee ve diğerleri, 2020). Bu süreç, olumlu duyguların azalmasıyla daha da ağırlaşmakta ve bu duyguların kaybı, çiftler arasındaki destekleyici davranışların azalmasına yol açmaktadır (Rusu ve diğerleri, 2018). Destekleyici duygusal değişimlerin azalması, özellikle ekonomik zorlukların daha belirgin olduğu düşük sosyoekonomik statü gruplarında çiftler arasındaki çatışmayı artırmaktadır (Lee ve diğerleri, 2022).

Ekonomik stresörlerin psikolojik etkileri, yaş gruplarına göre değişiklik göstermektedir. Örneğin, milenyum kuşağı gibi daha genç gruplar, ekonomik stresörler nedeniyle daha yüksek depresyon ve anksiyete belirtileri yaşamaktadır. Buna karşılık, daha yaşlı kuşaklar, örneğin bebek patlaması kuşağı, daha aktif başa çıkma stratejileri kullanarak bu etkileri daha iyi yönetebilmektedir (Brown ve diğerleri, 2017). Bu durum, başa çıkma mekanizmalarının mevcut olup olmamasının ekonomik zorlukların psikolojik etkilerini hafifletmedeki önemini vurgulamaktadır. Ayrıca, sıcak ve destekleyici bir eşin varlığı, ekonomik baskının bazı olumsuz etkilerini hafifletebilmektedir. Yüksek evlilik sıcaklığına sahip çiftler, Covid-19 pandemisi gibi ekonomik durgunluk dönemlerinde daha az duygusal sıkıntı ve anksiyete yaşamaktadır (Hart ve diğerleri, 2023). Bu durum, olumlu evlilik etkileşimlerinin ekonomik stresin olumsuz etkilerine karşı koruyucu bir rol oynadığını göstermektedir. Buna karşılık, ekonomik belirsizlik

bazen evlilikleri güçlendirebilmektedir. Finansal zorluklarla ilgili etkili iletişim kuran çiftler, daha yüksek psikolojik iyi olma hali ve daha düşük stres ve anksiyete düzeyleri bildirmektedir (Afifi ve diğerleri, 2018).

Ekonomik sıkıntılar aynı zamanda evlilik kalitesinin düşmesine de neden olmaktadır. Örneğin, ekonomik belirsizlik ve finansal sıkıntılar, ilişkisel saldırganlık gibi olumsuz davranışları artırarak evlilik kalitesini olumsuz etkilemektedir (Wheeler ve diğerleri, 2019). Ayrıca, aile ekonomik sıkıntısı, eşler arasında artan stres ile ilişkilidir ve bu durum evlilik ilişkilerini daha da kötüleştirmektedir (Wickrama ve O'Neal, 2019). Sosyoekonomik eşitsizlikler de evlilik kalitesini olumsuz etkilemektedir. Gelir ve finansal kaynaklardaki eşitsizlikler, ilişkilerde gerilim ve memnuniyetsizliğe yol açmaktadır (Cho ve diğerleri, 2020). Ancak ekonomik kaynaklardaki artış ve karar alma süreçlerindeki eşitlik, evlilik kalitesini artırabilmektedir (Schramm ve Harris, 2011).

Çiftlerin ekonomik stresle başa çıkma stratejileri, evlilik memnuniyetini önemli ölçüde etkilemektedir. Çiftler, finansal stresin olumsuz etkilerini hafifletmek için çeşitli uyum stratejileri kullanmaktadır. Bu stratejilerden biri olan diadik (çiftlerin birbirine duygusal destek sunmaları) başa çıkma, finansal baskının evlilik memnuniyeti üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmakta, özellikle Covid-19 pandemisi gibi stresin arttığı dönemlerde ilişkisel dayanıklılığı artırmaktadır (Carrese-Chacra ve diğerleri, 2023). Bu mekanizma, çiftlerin birbirlerini duygusal ve pratik olarak desteklemelerini sağlamaktadır. Ayrıca, finansal iletişim de ekonomik baskıyı hafifletebilir ve cinsel memnuniyette azalmayı önleyebilmektedir (Wikle ve diğerleri, 2021). İş-aile dengesinin sağlanması da finansal stresin ilişkiler üzerindeki olumsuz etkilerini hafifletmek için kritik öneme sahiptir. Özellikle, finansal sıkıntı ve iş-aile dengesizliği, evlilik memnuniyetini olumsuz etkileyebilmektedir (Driggs ve diğerleri, 2023).

Sonuç olarak, ekonomik koşulların evlilikler üzerindeki etkileri karmaşık bir yapıya sahiptir. Ekonomik zorluklar, evlilik ilişkilerinde artan psikolojik sıkıntı ve çatışmalara yol açmaktadır. Ancak nörotik duyarlılık, sosyoekonomik statü, yaş grubu ve evlilik sıcaklığı gibi faktörler, bu sonuçları önemli ölçüde etkilemektedir. Etkili başa çıkma stratejileri ve destekleyici evlilik etkileşimleri, ekonomik zorlukların bazı olumsuz etkilerini hafifletebilir. Bu bulgular, çiftlerle çalışan uzmanlar için önemli çıkarımlar içermekte ve ekonomik zorlukların psikolojik etkilerini ele alırken bireysel ve ilişkisel hassasiyetlerin dikkate alınması gerektiğini vurgulamaktadır.

1.4.6. İşsizlik ve Evliliğe Etkileri

İşsizlik, bireylerin yaşam memnuniyeti, evlilik tatmini ve ilişki kalitesi üzerinde uzun süreli ve karmaşık etkiler yaratmaktadır. Araştırmalar, işsizliğin çiftlerin ilişkisel mutluluğunu olumsuz yönde etkilediğini ve bu etkinin yeniden işe alınma sonrasında bile devam edebildiğini göstermektedir. Özellikle erkeklerin işsiz kaldığı durumlarda ilişki tatmininde önemli bir düşüş gözlemlenmiştir. Örneğin, Birleşik Krallık'ta yapılan çalışmalar, erkeklerin işsizliğinin ilişki tatmininde önemli bir azalmaya yol açtığını ve bu tatminsizliğin erkeklerin yeniden işe başlamasından sonra bile sürdüğünü ortaya koymaktadır. Bu durum, işsizliğin ilişki kalitesinde kalıcı bir "iz bırakma etkisi" oluşturduğunu ve özellikle kadınların ilişki içindeki mutluluğunu olumsuz etkilediğini göstermektedir (Blom ve Perelli-Harris, 2021). Benzer şekilde, Doğu Almanya'da 20 yıllık bir dönem boyunca yapılan uzunlamasına bir çalışma, işsizlik yaşayan bireylerin yaşam memnuniyetinin, hiç işsiz kalmamış bireylere göre daha düşük olduğunu ortaya koymuştur. İşsizliğin tekrarlandığı durumlarda bu olumsuz etkinin daha belirgin hale geldiği ve işsizlik süresi ile sıklığının artmasıyla yaşam memnuniyeti ve dolaylı olarak ilişki kalitesinin daha fazla zarar gördüğü tespit edilmiştir (Richter ve diğerleri, 2020).

Uzun süreli işsizliğin duygusal yükü, cinsiyet ve medeni duruma göre değişiklik göstermektedir. Evliliğin genellikle işsiz bireylerin refahını artırdığı bilinse de evli erkekler için bu faydaların, hane gelirine bağlı olarak daha az belirgin olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum, işsizliğin ekonomik baskılarının evlilik içindeki gerilimleri artırabileceğini düşündürmektedir (Basbug ve Sharone, 2017). Ayrıca, işsizliğin eş üzerinde yarattığı yansımalar da önemli ölçüde hissedilmektedir. Bir eşin işsiz kalması durumunda, diğer eşin yaşam memnuniyeti de azalmaktadır ve bu azalma, özellikle kadınlarda daha uzun süreli etkiler bırakmaktadır. Bu durum, işsizliğin ekonomik maliyetlerinin yanı sıra sosyal değerler ve beklentiler gibi maddi olmayan maliyetlerin de ilişki kalitesini belirgin bir şekilde etkilediğini ortaya koymaktadır (Nikolova ve Ayhan, 2019).

İşsizliğin evlilik üzerinde sadece ilişki tatmini ile sınırlı kalmayan etkileri, boşanma oranları ile de ilişkilidir. Bu ilişkinin yönü ve şiddeti, ekonomik koşullar, toplumsal cinsiyet rolleri ve psikolojik mekanizmalar gibi çeşitli faktörlerle şekillenmektedir. Bazı araştırmalar, işsizlik oranlarının yüksek olduğu dönemlerde boşanma oranlarının azaldığını, yani ekonomik durgunlukların boşanmayı caydırıcı bir etkiye sahip olabileceğini öne sürmektedir. Örneğin, Avrupa ülkelerinde yapılan bir çapraz ülke analizi, işsizliğin boşanma oranlarını olumsuz etkilediğini ve ekonomik durgunlukların boşanmayı zorlaştırdığını göstermiştir (González-Val ve Marcén, 2017). Bununla birlikte, diğer araştırmalar işsizliğin evlilikte istikrarsızlığa yol

açabileceğini ortaya koymaktadır. Norveç'te yapılan bir çalışma, çiftlerden birinin işsiz kalmasının boşanma olasılığını artırdığını ve bu etkinin özellikle kocanın işsiz kalması durumunda daha belirgin olduğunu göstermiştir (Hansen, 2005).

İşsizliğin evlilik üzerindeki bu olumsuz etkilerinin arkasındaki psikolojik mekanizmalar da önem taşımaktadır. İşsizlik, sosyal temas, yapılandırılmış zaman ve amaç duygusu gibi işin sağladığı örtük faydaların kaybı nedeniyle psikolojik sıkıntıya yol açabilmektedir. Bu sıkıntı, evlilik içindeki gerilimleri artırarak boşanma olasılığını yükseltebilmektedir. Frankham ve diğerleri (2020) işsizliğin benlik saygısını ve kontrol odağını etkileyerek sosyal yönelim bozukluğuna ve artan evlilik çatışmalarına yol açabileceğini öne sürmektedir. Ayrıca, toplumsal cinsiyet rollerinin de bu süreçte rol oynadığı görülmektedir. Örneğin, Tumin ve Qian (2017) erkeklerin işsizlik durumunda boşanma sürecinin uzadığını, bu durumun toplumsal beklentiler ve geleneksel cinsiyet rollerinin boşanma üzerindeki etkisini yansıttığını göstermiştir.

Sonuç olarak, işsizlik evlilik tatmini, yaşam memnuniyeti ve boşanma oranları üzerinde kalıcı ve önemli etkilere sahiptir. Bu etkiler, cinsiyet, işsizlik süresi ve sıklığı gibi faktörlerle şekillenmekte ve işsizliğin hem ekonomik hem de duygusal ve sosyal boyutları dikkate alınarak değerlendirilmesi gerekmektedir.

1.4.7. Evlilikte Finansal Sorumluluklar ve Evliliğe Etkileri

Evlilikte finansal sorumlulukların paylaşımı, ilişkilerin dinamiklerini ve memnuniyetini önemli ölçüde etkileyen karmaşık bir konudur. Araştırmalar, adil bir finansal paylaşım ve yönetimin sağlıklı ilişkilerin sürdürülmesi için kritik öneme sahip olduğunu, dengesizliklerin ise çatışmalara ve memnuniyetsizliğe yol açabileceğini göstermektedir. Evlilikteki finansal çatışmalar genellikle adaletsiz göreli katkılar, ortak giderlerin kimin tarafından karşılandığı ve finansal yönetimde algılanan sorumsuzluk gibi temalar etrafında yoğunlaşmaktadır. Bu tür çatışmalar, özellikle aşırı algılanan adaletsizlik veya sorumsuzluk durumlarında, daha kötü ilişki sonuçlarıyla ilişkilidir (Peetz ve Royle, 2023). Bunun aksine, sıradan harcamalar üzerindeki anlaşmazlıklar, daha iyi ilişki sonuçlarıyla bağlantılıdır ve bu da rutin finansal tartışmaların anlayış ve iş birliğini teşvik edebileceğini düşündürmektedir.

Finansal güç dengesinin evlilikteki önemi de büyüktür. Araştırmalar, dengeli güç dinamiklerini teşvik eden sağlıklı finansal davranışların, ilişkisel saldırganlığı azalttığını ve özellikle düşük sosyoekonomik statüye sahip hanelerde evlilik memnuniyetini artırdığını ortaya koymaktadır (Li ve diğerleri, 2023). Bu güç dengesi, evlilikte eşit olmayan finansal etki, evlilik

memnuniyetinde ve istikrarında düşüşle ilişkilendirildiğinden, kritik öneme sahiptir (LeBaron-Black ve diğerleri, 2024). Ortak finansların birleştirilmesi, özellikle sınırlı finansal kaynaklara sahip çiftlerde, ilişki memnuniyetini artırmakta ve ayrılık olasılığını azaltmaktadır (Gladstone, Garbinsky, ve Mogilner, 2022). Bu durum, paylaşılan finansal yönetimin birlik ve karşılıklı destek duygusunu güçlendirdiğini ve bunun da ilişki istikrarı için yararlı olduğunu göstermektedir.

Finansal sorumlulukların bölünmesi, aynı zamanda finansal okuryazarlıkta ve karar verme yeteneklerinde eşitsizliklere yol açabilmektedir. Bir partnerin finansal görevlerin çoğunu üstlenmesi durumunda, diğer partner finansal konularda daha az bilgi sahibi olabilmekte, bu da bağımlılık yaratmakta ve gelecekteki finansal kararlar için hazırlıksız kalmalarına neden olabilmektedir (Ward ve Lynch, 2019). Bu iş bölümü, genellikle geleneksel cinsiyet normlarından etkilenmekte olup, kadınların finansal kararlar üzerindeki etkisini sınırlayabilmekte ve bu da finansal yönetimde cinsiyete dayalı eşitsizliklerin devam etmesine yol açmaktadır (Ke, 2021).

Finansal tartışmaların zamanlaması ve kalitesi de büyük önem taşımaktadır. Erken dönemde yapılan sağlıklı finansal iletişim, zaman içinde daha iyi evlilik memnuniyeti ve daha az finansal anlaşmazlık ile ilişkilidir (Saxey ve diğerleri, 2024). Bu durum, finansal konular hakkında açık ve erken diyaloğun, potansiyel çatışmaları azaltmak ve ilişki memnuniyetini artırmak için önemli olduğunu vurgulamaktadır.

Evlilikteki finansal önceliklerin farklılaşması, evlilik uyumunu önemli ölçüde etkileyebilmektedir. Finansal çatışmalar, evliliklerde yaygın bir anlaşmazlık kaynağı olup, adaletsiz göreli katkılar, iş ve gelir eşitsizlikleri ve finansal yönetimde algılanan sorumsuzluk gibi temalar etrafında yoğunlaşmaktadır. Bu çatışmalar, özellikle adaletsiz veya sorumsuz olarak algılandığında, olumsuz ilişki sonuçlarına yol açabilmektedir (Peetz ve Royle, 2023). Finansal güç dinamikleri, finansal önceliklerin evlilik uyumunu nasıl etkilediğinde de kritik bir rol oynamaktadır. Eşit olmayan finansal güç, ilişkisel güçte dengesizliğe yol açabilmekte ve bu da evlilik memnuniyetinde ve istikrarında azalmayla sonuçlanmaktadır (LeBaron-Black ve diğerleri, 2024).

Evlilikte finansal süreçlerin evlilik memnuniyetine olan etkisi ve tersinin doğru olduğu yönünde de bulgular mevcuttur. Örneğin, kocaların evlilik memnuniyetinin finansal iletişimde iyileşmelere yol açtığı, eşlerin finansal davranışlarının ise zamanla daha iyi finansal iletişime neden olabileceği tespit edilmiştir (Saxey ve diğerleri, 2023). Bu iki yönlü ilişki, finansal ve

evlilik süreçlerinin birbirine bağlı olduğunu ve her birinin diğerini zaman içinde etkileyebileceğini göstermektedir.

Özetle evlilikte finansal sorumlulukların adil bir şekilde paylaşımı, ilişki sağlığı için hayati öneme sahiptir. Katkılarda, güçte veya bilgi düzeyinde dengesizlikler, çatışmalara ve memnuniyetsizliğe yol açabilmektedir. Çiftlerin finansal iletişime açık olmaları, mümkün olduğunda kaynaklarını birleştirmeleri ve dengeli güç dinamikleri sağlamaları, istikrarlı ve tatmin edici bir ilişkiyi teşvik etmek için önemlidir. Geleneksel cinsiyet normlarının ele alınması ve her iki partnerin de finansal kararlara dahil edilmesi, evlilik istikrarını ve memnuniyetini daha da artırabilmektedir.

1.4.8. Evlilikte Ekonomik Şiddet ve Evliliğe Etkileri

Ekonomik şiddet, evlilik içinde bir partnerin mali kaynaklar üzerinde kontrol kurarak veya bu kaynakları manipüle ederek diğer partner üzerinde güç ve hakimiyet kurma çabasıdır. Bu şiddet türü, bireyin ekonomik bağımsızlığını ve özerkliğini sınırlamak suretiyle onların ilişkiyi sonlandırma veya bağımsızlık kazanma yeteneklerini kısıtlar. Ekonomik şiddet, çeşitli kültürlerde ve sosyoekonomik düzeylerde yaygın bir olgudur ve fiziksel, duygusal veya cinsel şiddet gibi diğer aile içi şiddet biçimleri ile iç içe geçebilir (Nduka ve diğerleri, 2023; Singh, 2020; Kanougiya ve diğerleri, 2021). Ekonomik şiddetin belirgin işaretlerinden biri, mali kaynaklar üzerindeki kontroldür. Bu durum, partnerin paraya erişiminin engellenmesi, finansal karar alma süreçlerine katılmasına izin verilmemesi veya ortak hesapların kullanımının kısıtlanması şeklinde ortaya çıkabilir. Özellikle göçmen topluluklarda, bu tür bir kontrol, aile üyelerinin genel refahını gözetmekten ziyade baskıcı bir nitelik kazanabilir (Singh, 2020). Örneğin, Mumbai'deki gayri resmi yerleşimlerde, mülkiyet haklarının reddi, parayla ilgili güven eksikliği ve kişisel eşyaların zorla alınması gibi ekonomik şiddet biçimleri yaygındır (Kanougiya ve diğerleri, 2021).

Ekonomik sömürü, ekonomik şiddetin diğer bir önemli göstergesidir. Bu sömürü, saldırganın mağdurun maaşını elinden alması, mağdurun adına borç biriktirmesi veya mağdurun varlıklarını kendi çıkarları için kullanması gibi biçimlerde kendini gösterir. Bu sömürü, bazen mağdurun iş bulma fırsatlarını sabote etmekle de genişletilir. Bu durum, bazı saldırganlar tarafından, mağdurun ev içi sorumluluklarını ihmal etmemesini sağlama gerekçesiyle meşrulaştırılır (Steinert ve diğerleri, 2023). Ekonomik şiddet, sadece yakın ilişkilerde değil, aynı zamanda aile içinde, özellikle yaşlı yetişkinlerde de ortaya çıkabilir. Aile üyeleri, güven

pozisyonlarını kötüye kullanarak yaşlıların varlıkları üzerinde kontrol sağlamak için manipülasyon veya aşırı etkide bulunabilirler (Gibson ve Qualls, 2012).

Ekonomik şiddetin psikolojik etkileri oldukça derindir ve mağdurlar üzerinde depresyon, anksiyete ve intihar eğilimleri gibi zihinsel sağlık sorunlarına yol açabilir. Yapılan çalışmalar, bu tür zihinsel sağlık sorunları yaşama olasılığının, ekonomik şiddetin farklı biçimlerinin eklenmesiyle arttığını göstermektedir (Kanougiya ve diğerleri, 2021). Bu durum, ekonomik şiddetin, fiziksel şiddet kadar zarar verici olabileceğini vurgulamaktadır. Ayrıca ekonomik şiddet, maddi malların manipülasyonunu da içerebilir. Bu manipülasyon, mülke zarar verme, istihdam ve eğitim fırsatlarını sabote etme gibi davranışları içerir ve mağdurların bu tür ilişkilerde sıkışıp kalmasına neden olur (Kravchenko, 2022; Johnson ve diğerleri, 2022).

Evliliklerde mali manipülasyon, güvenin aşınmasına, çatışmaların artmasına ve ilişkinin istikrarının bozulmasına neden olabilir. Finansal manipülasyon, mali sadakatsizlik, yaratıcı muhasebe ve finansal bilgilerin manipülasyonu gibi davranışları kapsar. Finansal sadakatsizlik, bir partnerin harcama, borç veya tasarruflarını gizlemesi ve bu eylemleri kasıtlı olarak saklaması anlamına gelir. Bu tür davranışlar, evliliklerde ciddi güven sorunlarına yol açabilir ve ilişkide uzun vadeli zararlar yaratabilir (Garbinsky ve diğerleri, 2020). Finansal manipülasyon, mali tablolarda görülebileceği gibi kişisel ilişkilerde de ortaya çıkabilir. Bu tür manipülatif davranışlar, finansal istikrarsızlığa ve güven eksikliğine yol açabilir. Ayrıca, finansal anlaşmazlıklar, ilişkilerde diğer çatışma türlerinden daha zararlı olabilir ve boşanmaya yol açabilir (Dew, 2016). Bu tür anlaşmazlıklar, genellikle daha derin değerlere ve önceliklere dokunur ve bu nedenle çözülmesi daha zor ve duygusal açıdan daha yüklü hale gelir (Saxey ve diğerleri, 2023).

Ekonomik şiddetin evliliklerde ve aile ilişkilerinde yol açtığı sonuçlar oldukça ciddi ve çok yönlüdür. Bu tür şiddet, mağdurların ekonomik kaynaklara erişimlerini kısıtlar, finansal bağımsızlıklarını engeller ve onları istismarcı ilişkilerde kalmaya zorlar. Ayrıca, ekonomik şiddetin psikolojik ve fiziksel sağlık üzerindeki olumsuz etkileri, mağdurların yaşam kalitesini önemli ölçüde düşürür. Mağdurların çocuklarına yönelik etkileri de dikkate alındığında, ekonomik şiddetin döngüsünün kırılması oldukça zor olabilir (Ohlan, 2021). Ekonomik şiddeti ele almak için çok yönlü bir yaklaşım gereklidir. Bu, hukuki reformlar, toplumsal farkındalığın artırılması ve mağdurların ekonomik bağımsızlıklarını sağlamak için eğitim ve istihdam fırsatlarının artırılmasını içermektedir (Schrag, 2019; Frost ve diğerleri, 2023).

BÖLÜM 2: YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemleri kullanılarak yürütülmüştür. Araştırmanın amacı, evli ve mavi yakalı bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, finansal iyilik halleri ve evlilik doyumları arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırma, kesitsel bir desenle gerçekleştirilmiş olup, anket yöntemiyle veri toplanmıştır. Katılımcılar, rastgele örnekleme yöntemi ile seçilmiş ve anket uygulaması yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Veri toplama araçları olarak geçerli ve güvenilir ölçekler kullanılmıştır. Araştırma, evlilik doyumunun belirsizliğe tahammül ve finansal iyilik halinin arasındaki ilişkileri analiz etmek amacıyla betimleyici istatistikler, ikili ve çoklu grupların karşılaştırma testleri ve korelasyon analizleri gibi istatistiksel yöntemlerle değerlendirilmiştir. T.C. İstanbul Kent Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunca, 14.08.2024 tarihinde 8 kurul üyesinin katılımı ile etik kuruldan onay alınmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, farklı ölçekler kullanılarak veriler toplanmıştır. İlk olarak, katılım sağlamak isteyen bireyler için Sarıçam, Erguvan, Akın ve Akça (2014) tarafından geliştirilen Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12) kullanılmıştır. Bu ölçek, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyini iki boyutta ölçmektedir. İkinci olarak, Sunal (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan Finansal İyilik Hali Ölçeği (FİHÖ), bireylerin finansal iyilik hallerini ölçmek için kullanılmıştır. Ayrıca, Çelik ve Yazgan İnanç (2009) tarafından geliştirilen Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), katılımcıların evlilik doyumlarını değerlendirmek amacıyla kullanılmıştır. Bu ölçeklerin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış, araştırma boyunca katılımcıların demografik ve finansal bilgileri de Sosyodemografik Bilgiler Formu aracılığıyla toplanmıştır.

2.2.1. Gönüllü Onam Formu

Gönüllü Onam Formu, bu araştırmaya katılım sağlamak isteyen bireyler için hazırlanmıştır. Form, katılımın tamamen gönüllülük esasına dayandığını, kişisel bilgilerin gizli tutulacağını ve katılımcıların isimlerinin paylaşılmayacağını garanti etmektedir. Araştırma kapsamında toplanan verilerin yalnızca bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacağı, katılımcılara herhangi bir ödeme yapılmayacağı ve verilerin güvenli bir şekilde saklanıp araştırma sonrasında imha edileceği belirtilmiştir. Ayrıca, katılımcılar diledikleri zaman çalışmadan çekilebilme hakkına sahip olup, bu durumda verileri imha edilecektir. Katılımcıların formu doldurup imzalaması,

araştırmaya kendi rızalarıyla katıldıklarını ve verilen bilgileri anladıklarını onaylamaları için gerekmektedir.

2.2.2. Sosyodemografik Bilgiler Formu

Sosyodemografik Bilgiler Formu, katılımcıların demografik bilgileri ve ekonomik durumları hakkında bilgi toplamak amacıyla oluşturulmuş bir anket formudur. Toplam 29 sorudan oluşan anket formu, katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi gibi demografik bilgilerini sormakla başlamakta ve daha sonra çalışma durumu, gelir düzeyi, sosyal güvence gibi ekonomik veriler üzerine sorularla devam etmektedir. Soruların büyük bir kısmı, çoktan seçmeli (evet/hayır, belirli aralıklarla belirtilen gelir düzeyleri, çalışma saatleri vb.) ve Likert tipi cevaplar gerektirmektedir. Ölçek, katılımcıların finansal durumlarının aile ilişkilerine, evliliklerine ve günlük yaşamlarına olan etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Ayrıca, ekonomik sorunlar ve bu sorunların tartışmalara veya boşanma gibi ciddi sonuçlara yol açma olasılığı hakkında sorular içermektedir.

2.2.3. Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük Ölçeği

Carleton ve diğerleri (2007) tarafından geliştirilmiş, Sarıçam, Erguvan, Akın ve Akça (2014) tarafından Türkçeye kazandırılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiş ve 12 maddelik yapının iki alt boyut (ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygı) oluşturduğu görülmüştür. İleriye yönelik kaygı 1.,2.,3.,4.,5.,6. ve 7. maddelerle, engelleyici kaygı ise 8.,9.,10.,11., ve 12. maddelerle ölçülmektedir. Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları ölçeğin tamamı için .88, ileriye yönelik kaygı alt boyutu için .84 ve engelleyici kaygı alt boyutu için .77 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test güvenirlik katsayısı .74 olarak bulunmuş, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları ise .42 ile .68 arasında değişmiştir. Ölçekte ters maddeler bulunmamaktadır.

2.2.4. Finansal İyilik Hali Ölçeği

Norvilitis ve diğerleri (2003) tarafından geliştirilmiş, Sunal (2012) tarafından Türkçeye kazandırılmıştır. Finansal İyilik Hali Ölçeği'nin (FİHÖ) Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları, toplam puan için. 79'dur. Ölçek finansal kaygı ve gelecek beklentisi olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır; finansal kaygı 1.,2.,3.,4.,7.,8.,9.,10 maddelerle, gelecek beklentisi ise 5. ve 6. maddelerle ölçülmektedir. Ölçekte yer alan ters puanlanmış maddeler 4.,5.,6. ve 10. maddelerdir.

2.2.5. Evlilik Doyum Ölçeği

Çelik ve Yazgan İnanç (2009) tarafından geliştirilen Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), evli bireylerin evlilik ilişkilerindeki doyumu ölçmeye yönelik bir araçtır. Ölçek geliştirme sürecinde yapı geçerliği, kapsam geçerliği ve ölçüt bağıntılı geçerlik türleri ile güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Yapı geçerliği analizleri sonucunda 13 maddelik, üç faktörlü bir yapı elde edilmiştir ve bu faktörler "aile", "cinsellik" ve "benlik" olarak adlandırılmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları (Cronbach alfa değerleri) aile alt ölçeği için .83, cinsellik alt ölçeği için .81 ve benlik alt ölçeği için .75 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test güvenirliği ise aile alt ölçeği için .80, cinsellik alt ölçeği için .83 ve benlik alt ölçeği için .74'tür. Bu sonuçlar, ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir. Ölçekteki 5.,4.,3.,2.,1. maddeler ters puanlanmıştır. Benlik boyutunu 1.,8. ve 10. maddeler, cinsellik boyutunu 3.,4.,6.,7. ve 9. maddeler, aile boyutunu ise 2.,5.,11.,12. ve 13. maddeler oluşturmaktadır.

2.2.6. Araştırmanın Evreni, Örneklemi ve İstatistiksel Değerlendirme

Bu araştırmanın evreni, İstanbul ili ve ilçelerinde yaşayan, 18-55 yaş aralığındaki evli ve mavi yakalı bireylerden oluşmaktadır. Evren, ekonomik kriz ve pandemi sonrası belirsizliklerin aile içi ilişkiler üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla, özellikle orta ve alt sosyoekonomik gruplardan katılımcıları kapsamaktadır. Evren içerisindeki bireyler, düzenli bir işte çalışan, farklı eğitim ve gelir düzeylerinden gelen bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemi için Evin Bingölballı tarafından hazırlanan yüksek lisans tezinde (2020) Evlilik Doyum Ölçeğini puanları ile yapılan korelasyon sonuçları incelenmiştir. EDÖ ile yapılan korelasyon çalışmasında minimum tespit ettiği Toronto Aleksitimi Ölçeği ile r= 0,25 olarak tespit etmiştir. Çalışmamızda r= -0,634 varsayarak yapılan power analizinde Ho:r≤0.634 H1:r> 0.634 olarak 0.05 (α) anlamlılık düzeyinde %90 istatistiksel güç (1-β), etki büyüklüğü 0.1 (%10 standart sapmalı) olarak gerekli optimal örneklem sayısı 243 olarak hesaplanmıştır. Çalışma, rastgele seçilen 25 yaş üstü toplam 315 evli katılımcıdan oluşmaktadır.

Yapılan çalışmada elde edilen veriler SPSS.26 (Statistical Package for Social Science) paket programı ile analiz edilmiştir. Kişi ve yüzde dağılımının incelenmesi frekans analizi, ölçek toplam puanlarının dağılımının belirlenmesinde betimleyici istatistik kullanılmış ölçek güvenirliklerinin incelenmesinde iç tutarlık analizi yapılmıştır. Ölçek değerleri demografik gruplar arasında karşılaştırılmış olup, analiz varsayımların denetimi yapılarak parametrik yöntemlerin kullanılabilirliği incelenmiştir. Denetimler sonucunda parametrik olmayan yöntemler kullanılmış ikili karşılaştırmalarda Mann-Whitney U testi, çoklu karşılaştırmalar

Kruskal Wallis varyans analizi kullanılarak yapılmıştır. Ölçek puanları arasındaki korelasyon, Spearman'ın sıralama korelasyon katsayısı ile incelenmiştir.

BÖLÜM 3: ARAŞTIRMANIN BULGULARI

3.1. Betimleyici Verilerin Analizi

3.1.1. Demografik Veriler

Tablo 2'de görüldüğü üzere, çalışmaya (%34,3) 108 erkek, (%64,6) 207 kadın katılmıştır. Yaş dağılımına bakıldığında, en büyük yaş grubunu (%51,4) 162 kişi ile 35-44 yaş arası bireyler oluşturmaktadır, bunu (%26) 82 kişi ile 45-54 yaş grubu izlemektedir. Ayrıca çalışmada 54 (%17,1) 26-34 yaş aralığında, 17 (%5,4) 55 yaş üzeri katılımcı bulunmaktadır. Eğitim durumu dağılımına göre katılımcılardan, 112 birey (%35,6) lise mezunu, 85 birey (%27) üniversite mezunu, 70 (%22,2) ortaokul, 30 (%9,5) ilkokul, 11 (%3,5) yüksek lisans, 7 (%2,2) ise doktora mezunudur.

Tablo 2

Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

Değişken	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Erkek	108	34,3%
	Kadın	207	65,7%
Yaş	25-34	54	%
	35-44	162	51,4%
	45-54	82	26%
	55 ve Üzeri	17	5,4%
Eğitim	İlkokul	30	9,5%
	Ortaokul	70	22,2%
	Lise	112	35,6%
	Üniversite	85	27%
	Yüksek Lisans	11	3,5%
	Doktora	7	2,2%

Tablo 3'te, katılımcıların 260 bireyin (%82,5) çocuğu olduğu, 55 bireyin (%17,5) ise çocuğunun olmadığı görülmektedir. Çocuklu aileler arasında, 63 birey (%20) tek, 130 birey (%41,3) iki çocuklu, 46 birey (%14,6) üç, 19 birey (%6) dört ve 2 birey (%0,6) beş çocuğu olduğunu bildirmiştir. Ayrıca, katılımcıların 69 kişi (%21,9) evde bakmakla yükümlü oldukları başka bireyler bulunduğunu belirtmiştir.

Tablo 3

Katılımcıların Ailevi Özelliklerine Göre Dağılımı

Değişken	Gruplar	N	%
Çocuk Sayıları	1	63	20%
	2	130	41,3%
	3	46	14,6%
	4	19	6%
	5	2	0,6%
	Çocuksuz	55	17,5%
Çocuk Dışında Evde Bakmakla yükümlü olunan biri olması	Var	69	21,9%
	Yok	246	78,1%

Katılımcıların çalışma hayatına ilişkin özellikleri tablo 4 ile özetlenmektedir. Katılımcıların 236 (%74,6) birey düzenli bir işte çalışmakta, 79 birey (%25,1) ise çalışmamaktadır. Çalışılan sektör bakımından 96 birey (%30,5) kamu sektöründe, 219 katılımcı (%69,5) özel sektörde çalışmaktadır. Günlük çalışma süreleri incelendiğinde 129 kişi (%41) 8-10 saat aralığında, 84 kişi (%26,7) 6-8 saat aralığında, 68 kişi (%21,6) 10 saat ve üzerinde çalışmaktadır. Ayrıca katılımcılardan 34 kişi (%10,8) 4-6 saat aralığında çalıştıklarını beyan etmiştir. Katılımcıların toplam çalışma süreleri sorulduğunda 148 kişi (%47) 11 yıl ve üzeri, 89 kişi (%28,3) 5-10 yıl, 34 kişi (%10,8) 1-5 yıl ve 44 kişi (%14) 1 yıldan az iş deneyimi olduğunu beyan etmiştir. Çalışma şekli olarak katılımcılardan 270 kişi (%85,7) tamamen yüz yüze, 17 kişi (%5,4) tamamen çevrimiçi, 28 kişi (%8,9) ise bazen yüz yüze bazen çevrimiçi olarak çalıştığını beyan etmiştir.

Çalışma hayatlarına dair bilgiler edinilmekle birlikte katılımcılara tercih ettikleri çalışma düzeni sorulduğunda 186 kişi (%59) tamamen yüz yüze, 51 (%16,2) tamamen çevrimiçi, 78 kişi (%24,8) ise bazen çevrimiçi bazen yüz yüze olarak yanıt vermiştir.

Katılımcıların kişisel gelirlerine dair bilgiler incelendiğinde, 94 kişi (%29,8) 30.001 TL ve üzeri gelir elde ettiğini, 86 kişi (%27,3) 25.000-30.000 TL arası gelir elde ettiğini, 51 kişi (%16,2) 17.001-25.000 TL arası gelir beyan etmiş, 84 kişi (%26,7) ise 0 - 17.000 TL arası gelire sahip olduğunu beyan etmiştir.

Hane geliri açısından, katılımcılardan 88 kişi (%27,9) 60.001 TL ve üzeri gelir elde ettiğini, 71 kişi (%22,5) 50.001-60.000 TL, 51 kişi (%16,2) 34.001-50.000 TL, 105 kişi (%33,3) ise 0-34.000 TL aralığında gelir diliminde olduğunu ifade etmiştir.

Tablo 4

Katılımcıların Çalışma Hayatına İlişkin Özellikleri

Değişken	Grup	N	%			N	%
Düzenli İş Durumu	Evet	236	74,6%	**Sektör**	Kamu sektörü	96	30,5%
	Hayır	79	25,1%		Özel sektör	219	69,5%
Toplam Çalışma Süresi	1 yıldan az	44	14%	**Günlük Çalışma Saati**	4-6 saat	34	10,8%
	1-5 yıl arası	34	10,8%		6-8 saat	84	26,7%
	5-10 yıl arası	89	28,3%		8-10 saat	129	41%
	11 yıl ve üzeri	148	47%		10 saat ve üzeri	68	21,6%
Çalışma Şekli	Bazen yüz yüze bazen çevrimiçi	28	8,9%	**Çalışma Düzenini Tercihi**	Bazen yüz yüze bazen çevrimiçi	78	24,8%
	Tamamen çevrimiçi	17	5,4%		Tamamen çevrimiçi	51	16,2%
	Tamamen yüz yüze	270	85,7%		Tamamen yüz yüze	186	59%
Aylık Kişisel Gelir	0-17.000 TL	84	26,7%	**Aylık Hane Geliri**	0-34.000TL	105	33,3%
	17.001 TL - 25.000 TL	51	16,2%		34.001 TL - 50.000 TL	51	16,2%
	25.001 TL - 30.000 TL	86	27,3%		50.001 TL - 60.000 TL	71	22,5%
	30.001 TL ve üzeri	94	29,8%		60.001 TL ve üzeri	88	27,9%

Tablo 5'te katılımcıların ekonomik durum, sosyal güvence ve aile ilişkilerine göre dağılımı hakkında bilgiler sunulmuştur. Katılımcılardan 136 kişi (%43,2) kendini orta gelirli, 77 kişi (%24,4) düşük gelirli, 67 kişi (%21,3) alt-alt orta gelirli, 32 kişi (%10,2) üst orta gelirli, 3 kişi (%1) yüksek gelirli olarak kendilerini ifade etmektedir. Ayrıca katılımcılar aile olarak aylık gelirlerinin yaşam giderlerini karşılamada 65 kişi (%20,6) yeterli buluyorken, 250 kişi (79,4) yeterli görmemektedir.

Faturalarını ödemekte güçlük çekip çekmediklerine dair soruya, katılımcılardan 150 kişi (%47,6) güçlük çektiklerini, 165 kişi (%52,4) böyle bir sorun yaşamadıklarını söylemiştir. Evin geçimini sağlama konusunda, 173 kişi (%54,9) bu durumu zor, 74 kişi (%23,5) ise çok zor olarak tanımlamıştır. Buna karşın, 68 (%21,6) geçim sağlamanın kolay olduğunu belirtmiştir.

Katılımcılardan 184 kişi (%58,4) beklenmedik borçlanma veya harcamalara karşı biriktirilmiş bir paralarının olmadığını belirtirken, 131 kişi (%41,6) bu tür durumlar için birikim yaptıklarını söylemiştir. Ekonomik sıkıntılar nedeniyle eşleriyle tartışma sıklığına bakıldığında, 123 kişi (%39) ayda 1-2 defa tartıştıklarını, 63 kişi (%20) haftada 1-2, 26 kişi (%8,3) her gün ve 10 kişi

(%3,2) ise her gün birden fazla kez eşleri ile tartıştıklarını belirtmiştir. Bununla birlikte 93 kişi (%29,5) eşleri ile neredeyse hiç tartışmadıklarını belirtmiştir.

Katılımcıların sosyal güvence durumları sorulduğunda 243 kişi (%77,1) mevcut olduğunu 72 kişi (%22,9) sosyal güvenceden yoksun durumda olduğunu belirtmiştir.

Aile geçimini sağlamak üzere kök ailelerinden (anne ve babalarından) ekonomik destek alan katılımcılar 92 kişi (%29,2) iken, 223 kişi (%70,8) herhangi bir destek almadıklarını ifade etmiştir. Finansal sorunların evliliklerini olumsuz etkilediğini belirtenler 198 kişi (%62,9) iken, 117 kişi (%37,1) bu sorunların evliliklerini olumsuz etkilemediğini belirtmiştir. Katılımcılardan 90 kişi (%28,6) finansal sorunlar nedeniyle eşlerinden ayrılmayı düşündüklerini ifade ederken, 225 kişi (%71,4) bu düşünceye katılmamaktadır. Ayrıca, katılımcılardan 233 kişi (%74) ekonomik sorunların, borçların ya da yeterli finansal güce sahip olamamanın boşanmaya neden olabileceğini düşündüğünü belirtmiştir; 82 kişi (%26) ise bu görüşe katılmamaktadır.

Tablo 5

Tablo 5:Katılımcıların Ekonomik Durum, Sosyal Güvence ve Aile İlişkilerine Göre Dağılımı

Değişken		N	%
Hane gelirinizi düşündüğünüzde, kendi gelirinizi hangi gelir düzeyinde değerlendirirsiniz?	Düşük gelirli	77	24,4%
	Alt-Orta Gelirli	67	21,3%
	Orta Gelirli	136	43,2%
	Üst-Orta Gelirli	32	10,2%
	Yüksek Gelirli	3	1%
Aile olarak kazandığınız aylık gelirinizin yaşam giderlerini karşılamada yeterli buluyor musunuz?	Evet	65	20,6%
	Hayır	250	79,4%
Faturalarınızı ödemekte güçlük çekiyor musunuz?	Evet	150	47,6%
	Hayır	165	52,4%
Hane gelirinizi düşündüğünüzde evinizin geçimini sağlamak sizin için ne kadar kolay veya zor?	Çok zor	74	23,5%
	Zor	173	54,9%
	Kolay	68	21,6%

Tablo 5

Katılımcıların Ekonomik Durum, Sosyal Güvence ve Aile İlişkilerine Göre Dağılımı (Devamı)

Değişken		N	%
Ailede beklenmedik bir borçlanmada veya harcamalarda bunları karşılaşacağınız zamanlar için biriktirmiş olduğunuz paranız var mı?	Evet var	131	41,6%
	Hayır yok	184	58,4%
Ekonomik olarak zorlandığınız ve güçlükler yaşadığınızda eşinizle bu konular yüzünden ne sıklıkla tartışırsınız?	Her gün 1'den fazla	10	3,2%
	Her gün 1 defa	26	8,3%
	Haftada 1-2 defa	63	20%
	Ayda 1-2 defa	123	39%
	Neredeyse hiç	93	29,5%
Sosyal güvenceniz var mı?	Evet	243	77,1%
	Hayır	72	22,9%
Aile geçimini sağlamak üzere kök ailenizden (anne ve babanızdan) ekonomik destek alıyor musunuz?	Evet	92	29,2%
	Hayır	223	70,8%
Yaşadığınız finansal sorunların evliliğinizi olumsuz etkilediğini düşünüyor musunuz?	Evet	198	62,9%
	Hayır	117	37,1%
Yaşadığınız finansal sorunlar sebebiyle eşinizden ayrılmayı düşündünüz mü?	Evet	90	28,6%
	Hayır	225	71,4%
Ekonomik sorunların, borçların veya yeterli finansal güce sahip olamamanın boşanmaya sebep olduğunu düşünür müsünüz?	Evet	233	74%
	Hayır	82	26%

3.1.2. Ölçek Puanlarının Betimleyici İstatistikleri

Kullanılan Carleton ve diğerleri (2007) tarafından geliştirilen ve Erguvan ve diğerleri (2014) tarafından Türkçeye çevrilmiş, Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük ölçeği ve ölçeğin alt boyutları ileri yönelik kaygı ve engelleyici kaygı boyutları için elde edilen puanlar Tablo 6 ile özetlenmektedir. Ölçek toplam puanları 12-60 aralığında bulunmakla birlikte (ortalama-standart sapma) 40,62 ± 12,329 olarak dağılmaktadır. Ölçeğin alt boyutları içinde benzer şekilde en minimum ve maksimum puanlar, boyutların alabildiği en küçük ve en büyük değerden oluşmaktadır. Ortalama ve standart sapmaları incelendiğinde ileri yönelik kaygı puanları 24,26 ± 7,059 iken engelleyici kaygı puanları 16,36 ± 5,732 olarak dağıldığı tespit edilmiştir. Çelik ve Yazgan (2009) tarafından geliştirilen Evlilik Doyum Ölçeği için puanlar 17-65 aralığında, 45,83 ± 9,959 olarak dağıldığı tespit edilmiştir. Ölçeğin alt boyutları benlik puanları 3-15 aralığında 11,25 ± 3,013 olarak, aile boyutu 6-25 aralığında 18,36 ± 4,113 olarak ve cinsellik boyutu ise 5-25 aralığında 16,21 ± 5,907 olarak dağıldığı tespit edilmiştir. Finansal

iyilik hali ölçeği puanları incelendiğinde 10-49 aralığında olduğu ve 31,59 ± 10,012 olarak dağıldığı tespit edilmiştir. Ölçeğin alt boyutları finansal kaygı puanları 8-40 aralığında 24,81± 8,723 olarak, gelecek beklentisi 2-10 aralığında 6,78 ±2,513 olarak dağıldığı gözlemlenmektedir.

Ölçek ve alt boyutları çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde -1 +1 aralığında olduğu gözlemlenmektedir. Bu durum puanların normallik varsayımı sağlanması durumu için olumlu ifadelerdir. Ölçeklerin normal dağılım varsayımı test edilecektir.

Tablo 6

Ölçek Puanlarına Dair Betimleyici İstatistikler

	Min	Maks	$\bar{X}$ ± SD	Çarpıklık	Basıklık
Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ)	12	60	40,62 ± 12,329	-0,484	-0,566
BTÖ - İleri Yönelik Kaygı	7	35	24,26 ± 7,059	-0,594	-0,314
BTÖ - Engelleyici Kaygı	5	25	16,36 ± 5,732	-0,381	-0,812
Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ)	17	65	45,83 ± 9,959	-0,021	-0,525
EDÖ - Benlik	3	15	11,25 ± 3,013	-0,438	-0,524
EDÖ - Aile	6	25	18,36 ± 4,113	-0,379	-0,115
EDÖ - Cinsellik	5	25	16,21 ± 5,907	-0,046	-1,183
Finansal İyilik Hali Ölçeği (FİHÖ)	10	49	31,59 ± 10,012	-0,090	-0,034
FİHÖ – Finansal Kaygı	8	40	24,81± 8,723	0,008	-1,274
FİHÖ – Gelecek Beklentisi	2	10	6,78 ±2,513	-0,362	-1,027

3.2. Ölçek Verilerin Geçerlilik ve Güvenilirliğinin Araştırılması

Ölçeklerin güvenirlilik analizi, ankette yer alan maddelerden yararlanılarak iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa değerlerine bakılarak yapılmıştır. Cronbach alfa değeri, ölçme aracında yer alan değişik soruların aynı niteliği ölçerken birbirlerini ne oranda tamamladıklarını ifade etmektedir. Ölçekte ve düşünülen alt boyutların olması ile her boyut için soruların iç tutarlılıkları ayrı incelenmiştir. Ölçeklere dair Cronbach alpha, maddeler arası korelasyon, toplanabilirlik ve maddeler arası dağılım testleri değerleri Tablo deki gibidir.

Ölçek ve alt boyutlar için yapılan incelemelerde Cronbach alpha katsayılarının 0,672 – 0,957 aralığında olduğu görülmektedir. Katsayıların 0,60- 0,80 aralığında olması ölçeklerin oldukça güvenilir olduğu kabul edilmektedir (Alpar, 2013 Benzer şekilde silindiğinde maddelerin alpha değerlerinde değişimleri incelenmiş olup, çıkarıldığında değerin yükseldiği bir madde tespit

edilememiştir. Maddeler arası korelasyonların negatif veya 0,20'den küçük olmaması beklenmektedir. Soru-bütün korelasyon katsayıları maddelerin geçerliliği ve ölçeğe katkısı hakkında bilgi vermektedir. Soru-bütün korelasyonları incelendiğinde ölçekler genelinde minimum korelasyonun 0,202 olduğu görülmüş Benzer şekilde ölçek ve alt boyutları puanlarının toplanabilirliği incelendiğinde "H_0: Madde puanları toplanabilir" hipotezi (Tukey's test for nonadditivity) test edilmiş, hipotez reddedilememiştir ($\alpha<0,05$) diğer ifade ile puanlarının toplanabilir ölçek puanı olarak kullanılabilinmektedir. Benzer şekilde maddelerin benzerlik durumları için yapılan Tukey Testi sonucu FİHÖ- Gelecek Beklentisi alt boyutu için maddelerin benzer olduğu, diğerlerinde farklılaştığı tespit edilmiştir ($\alpha<0,05$). Yapılan tespitlerde Gelecek Beklentisi boyutunda benzer cevaplanan maddelerin yüksek korelasyonlu olduğu sonucu çıkarılabilir. İki maddeden oluşan boyutun madde korelasyonunun ,0801 olarak hesaplanması bu durumu açıklamaktadır.

Tablo 7

Ölçek ve Alt Boyutlarının İç Tutarlılık, Madde Korelasyonları, Toplanabilirlik ve Maddeler Arası Dağılımları İncelenmesi

Ölçek	Cronbach α	Soru-Bütün Korelasyonları Min- Max	Toplanabilirlik için ANOVA (Tukey Testi) p	ANOVA Maddeler arası (Tukey Testi) p
BTÖ	,957	,469 - ,836	,087	,00
BTÖ – İ. Yön. Kaygı	,921	,469 - ,788	,943	,00
BTÖ – Eng. Kaygı	,940	,716 - ,836	,056	,00
EDÖ	,854	,202 - ,838	,055	,00
EDÖ - Benlik	,672	,340 - ,538	,058	,00
EDÖ - Aile	,749	,248 - ,791	,110	,00
EDÖ - Cinsellik	,921	,599 - ,838	,062	,00
FİHÖ	,889	,211 - ,801	,054	,00
FİHÖ – Fin. Kaygı	,895	,234 - ,779	,063	,00
FİHÖ–Gelecek Bek.	,889	,801	,725	,12

3.3. Ölçek Değerlerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre İncelenmesi

3.3.1. Ölçek Değerlerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Ölçek değerlerinin katılımcıların cinsiyetleri açısından değerlendirilmesinde 2 grup söz konusu olması nedeniyle gruplar arası normallik ve varyansların homojenliği varsayımları sağlanması durumunda bağımsız örneklem t testi, varsayımlar sağlanmadığı durumda Mann-Whitney U

testi uygulanacaktır. Varsayımların cinsiyet grupları üzerinde testleri sonuçları Tablo 8'deki gibidir. Tablo 4.5'te Shapiro-Wink Normallik testi sonuçları ile;

Ho Veriler Normal Dağılıma uygundur

H1 Veriler Normal Dağılımlı değildir

Hipotezleri test edilmiştir. $\alpha<0,05$ alarak $p<0,05$ olan grup puanları için Ho hipotezi reddedilir ve normal dağılımlı olmadıkları tespit edilmektedir.

Tablo 8

Cinsiyet Gruplarında Ölçek Puanlarının Normallik Testleri

Ölçekler	**Shapiro-Wink Normallik Sınaması (p)**	
	Kadın	**Erkek**
BTÖ	,00	,00
BTÖ – İ. Yön. Kaygı	,00	,00
BTÖ – Eng. Kaygı	,00	,00
EDÖ	,00	,00
EDÖ - Benlik	,00	,00
EDÖ - Aile	,00	,001
EDÖ - Cinsellik	,00	,001
FİHÖ	,00	,00
FİHÖ – Fin. Kaygı	,00	,00
FİHÖ–Gelecek Bek.	,00	,00

Yapılan testler sonucunda tüm ölçek ve boyutların normal dağılıma uyum sağlamadığı tespit edilmiştir. Uyum sağlanmaması nedeniyle Levene Varyansların Homojenliği Testi uygulanmamıştır. Bu nedenle Mann-Whitney U Testi ile cinsiyet değişkeni incelenecektir.

Tablo 9 ile katılımcılardan elde edilen ölçek puanları, cinsiyete göre yapılan Mann-Whitney U Testi ile karşılaştırılmıştır. Test sonucunda Engelleyici Kaygı puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Diğer tüm ölçek ve alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı ($\alpha<0,05$) olarak farklılaştığı tespit edilmiştir.

Cinsiyete Katılımcılardan elde edilen puanlara göre belirsizliğe tahammülsüzlük erkeklerde (42,43 ± 12,418) kadınlardan (39,68 ± 12,206) daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmiştir. İleri yönelik kaygı puanları erkeklerde (25,66 ± 7,045) kadınlara (23,54 ± 6,973) kıyasla daha yüksek dağılmaktadır.

Tablo 9

Cinsiyet göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	$\bar{x}$ ± SS		p
	Kadın n=207	Erkek n=108	
BTÖ	39,68 ± 12,206	42,43 ± 12,418	**,019**
BTÖ – İ. Yön. Kaygı	23,54 ± 6,973	25,66 ± 7,045	**,002**
BTÖ – Eng. Kaygı	16,14 ± 5,784	16,77 ± 5,636	,235
EDÖ	48,16 ±8,891	41,36 ± 10,402	**,000**
EDÖ - Benlik	11,74 ± 2,823	10,32 ± 3,156	**,000**
EDÖ - Aile	19,26 ± 3,489	16,64 ± 4,651	**,000**
EDÖ - Cinsellik	17,16 ± 5,852	14,40 ± 5,604	**,000**
FİHÖ	33,77 ± 9,265	27,41 ± 10,103	**,000**
FİHÖ – Fin. Kaygı	26,52 ± 8,324	21,53 ± 8,565	**,000**
FİHÖ–Gelecek Bek.	7,25 ± 2,440	5,88 ± 2,414	**,000**

Evlilik doyum ölçeği puanları kadınlarda (48,16 ±8,891) erkeklere (41,36 ± 10,402) kıyasla daha yüksek olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Benlik doyumu incelendiğinde puanlar kadınlarda (11,74 ± 2,823) erkeklere (10,32 ± 3,156) kıyasla daha yüksek olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Aile doyumu puanları kadınlarda (19,26 ± 3,489) erkekle (16,64 ± 4,651) kıyasla daha yüksek olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Benzer şekilde cinsel doyum puanlarını incelediğimizde kadınlar (17,16 ± 5,852) erkeklere (14,40 ± 5,604) kıyasla daha yüksek olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir.

Finansal iyilik hali ölçeği puanlarını cinsiyete göre incelediğimizde, finansal iyilik puanlarının kadınlarda (33,77 ± 9,265) erkeklere (27,41 ± 10,103) kıyasla daha yüksek olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Benzer durum finansal kaygı iyiliği için de kadınlar (26,52 ± 8,324) erkeklerden (21,53 ± 8,565) fazla durumdadır. Gelecek beklentisi boyutu için de kadınlar (7,25 ± 2,440) erkeklerden (5,88 ± 2,414) daha yüksek puanlara sahip olduğu gözlemlenmektedir.

3.3.2. Ölçek Değerlerinin Yaş Gruplarına Göre İncelenmesi

Ölçek değerlerinin katılımcıların yaş gruplarına göre incelenmesinde 2' den fazla grup oluşması nedeniyle normallik ve varyansların homojenliği varsayımların sağlanması durumunda parametrik Fisher'in varyans analizi (tek yönlü-anova), varsayımların sağlanmaması durumunda parametrik olmayan Kruskal Wallis varyans analizi kullanılacaktır.

Tablo 10 ile yapılan gruplar arası normal dağılıma uyum sınamalarında 4 grubunda normal dağılımdan farklılaşmadığı grup tespit edilememiştir ($\alpha<0,05$). Bu nedenle varyansların homojenliği testine ihtiyaç duyulmamıştır. Grupların karşılaştırılmasında Kruskal Wallis varyans analizi kullanılacaktır.

Tablo 10

Yaş Gruplarında Ölçek Puanlarının Normallik Testleri

Ölçekler	**Shapiro-Wink Normallik Sınaması (p)**			
	26-34	**35-44**	**45-54**	**55 ≤**
BTÖ	,003	,000	,001	,011
BTÖ – İ. Yön. Kaygı	,001	,00	,00	,004
BTÖ – Eng. Kaygı	,001	,00	,004	,024
EDÖ	,009	,00	,009	,020
EDÖ - Benlik	,001	,00	,00	,00
EDÖ - Aile	,012	,001	,001	,001
EDÖ - Cinsellik	,001	,00	,001	,003
FİHÖ	,023	,00	,003	,011
FİHÖ – Fin. Kaygı	,002	,00	,001	,012
FİHÖ–Gelecek Bek.	,001	,00	,00	,001

Tablo 11

Yaş Gruplarında Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

	$\bar{x}$ ± SS				
	26-34	**35-44**	**45-54**	**55 ≤**	**p**
Ölçek	n=54	n=162	n=82	n=17	
BTÖ	42,648±13,567	42,080±11,075	39,012±11,926	28±14,168	**,001**
İ. Yön. Kaygı	25,388±7,785	25,493±6,003	22,695±6,993	16,529±8,434	**,00**
Eng. Kaygı	17,259±6,056	16,586±5,648	16,317±5,258	11,470±5,799	**,00**
EDÖ	48,777±10,230	44,845±9,031	43,963±10,638	54,823±7,946	**,00**
Benlik	11,444±3,019	10,790±3,069	11,536±2,833	13,705±1,829	**,001**
Aile	18,555±4,753	18,222±3,809	17,926±4,273	21,176±2,984	**,019**
Cinsellik	18,777±5,090	15,833±5,699	14,5±6,090	19,941±5,539	**,00**
FİHÖ	30,962±9,905	30,222±9,807	33,195±10,065	38,823±8,509	**,002**
Fin. Kaygı	24,962±8,850	23,512±8,642	26,048±8,464	30,705±7,580	**,005**
Gelecek Bek.	6±2,472	6,7098±2,483	7,1463±2,504	8,1176±2,260	**,005**

Tablo 11 ile uygulanan Kruskal Wallis testi sonucunda yaş gruplarına göre tüm ölçek puanlarının farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır ($\alpha<0,05$). Yaş gruplarının birbiri arasındaki karşılaştırmalar incelenecektir. Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği ve alt boyutlarının puanlarının yaş grupları ikili karşılaştırmaları Tablo 12 ile belirtilmektedir.

Tablo 12 ile elde edilen sonuçlarda BTÖ puanlarının 45-54 yaş grubu ile 55 yaş üstü arasında farklılaştığı gözlemlenmektedir. 45-54 yaş grubun (39,012±11,926) belirsizliğe tahammülsüzlüğü 55 yaş ve üstünden (28±14,168) daha fazla olduğu gözlemlenmiştir. İleri yönelik kaygı 45-54 (22,695±6,993) yaş grubunda 55 yaş üstünden (16,529±8,434) daha fazla olduğu gözlemlenmiştir. Engelleyici kaygı da 45-54 (16,317±5,258) yaş grubunda 55 yaş üstünden (11,470±5,799) daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmiştir.

Tablo 12

Yaş Gruplarında Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Alt Boyutlarının İkili Karşılaştırmaları

Gruplar	p değerleri		
	BTÖ	İleri Yön. Kaygı	Engelleyici Kaygı
45-54 * 55 ≤	**0,008**	**0,009**	**0,005**
35-44 * 55 ≤	**0,000**	**0,000**	**0,001**
26-34 * 55 ≤	**0,000**	**0,000**	**0,001**
45-54 * 35-44	0,068	**0,010**	0,617
45-54 * 26-34	0,087	**0,033**	0,301
35-44 * 26-34	0,737	0,873	0,471

Belirsizliğe tahammülsüzlük 35-44 yaş aralığında (42,080±11,075) 55 yaş üstünden (28±14,168) daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. İleri yönelik kaygı 35-44 yaş aralığında (25,493±6,003) 55 yaş üstünden (16,529±8,434) daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Engelleyici kaygı da 35-44 (16,586±5,648) yaş grubunda 55 yaş üstünden (11,470±5,799) daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmiştir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük 26-34 yaş aralığında (42,648±13,567) 55 yaş üstünden (28±14,168) daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. İleri yönelik kaygı 26-34 yaş aralığında (25,388±7,785) 55 yaş üstünden (16,529±8,434) daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Engelleyici kaygı da 26-34 (17,259±6,056) yaş grubunda 55 yaş üstünden (11,470±5,799) daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

45-54 ve 35-44 yaş grupları karşılaştırıldığında sadece ileri yönelik kaygı değerlerinin farklılaştığı 35-44 yaş (25,493±6,003) grubunun 45-54 yaş (22,695±6,993) grubundan daha fazla ileri yönelik kaygıları olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Benzer şekilde 26-34 yaş (25,388±7,785) gurubunda 45-54 yaş (22,695±6,993) grubundan daha fazla ileri yönelik kaygıları olduğu gözlemlenmektedir.

Evlilik doyumu ve alt boyutları için Tablo 13' deki ikili karşılaştırmalar incelendiğinde evlilik doyumunun 55 ve üstü (54,823±7,946) 45-54 yaş (43,963±10,638) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Benlik doyumunun 55 ve üstü (13,705±1,829) 45-54 yaş (11,536±2,833) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Aile doyumunun 55 ve üstü (21,176±2,984) 45-54 yaş (17,926±4,273) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Cinsellik doyumunun 55 ve üstü (19,941±5,539) 45-54 yaş (14,5±6,090) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

Tablo 13

Yaş Gruplarında Göre Evliliğe Doyum Ölçeği ve Alt Boyutlarının İkili Karşılaştırmaları

Gruplar	p değerleri			
	EDÖ	Benlik	Aile	Cinsellik
45-54 * 55 ≤	**,00**	**,004**	**,004**	**,001**
35-44 * 55 ≤	**,00**	**,00**	**,002**	**,008**
26-34 * 55 ≤	**,037**	**,004**	**,023**	,545
45-54 * 35-44	,846	,066	,858	,101
45-54 * 26-34	**,012**	,808	,466	**,00**
35-44 * 26-34	**,009**	,189	,334	**,001**

Evlilik doyumu 55 ve üstü (54,823±7,946) 35-44 yaş (44,845±9,031) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Benlik doyumunun 55 ve üstü (13,705±1,829) 35-44 yaş (10,790±3,069) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Aile doyumunun 55 ve üstü (21,176±2,984) 35-44 yaş (18,222±3,809) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Cinsellik doyumunun 55 ve üstü (19,941±5,539) 35-44 yaş (15,833±5,699) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

Evlilik doyumu 55 ve üstü (54,823±7,946) 26-34 yaş (48,777±10,230) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Benlik doyumunun 55 ve üstü (13,705±1,829) 26-34 yaş (11,444±3,019) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Aile doyumunun 55 ve üstü (21,176±2,984) 26-34 yaş (18,555±4,753) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

EDÖ puanlarının 45-54 ile 35-44 yaş grupları arasında bir farklılaşma tespit edilememiştir. Evlilik doyumu 26-34 (48,777±10,230) 45-54 yaş (43,963±10,638) yaş grubundan daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Cinsellik doyumunun 26-34 (18,777±5,090) 45-54 yaş (14,5±6,090) yaş grubundan daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

Evlilik doyumu 26-34 (48,777±10,230) 35-44 yaş (44,845±9,031) yaş grubundan daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Cinsellik doyumunun 26-34 (18,777±5,090) 35-44 yaş (15,833±5,699) yaş grubundan daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

Finansal iyilik hali ve alt boyutları için Tablo 14' deki ikili karşılaştırmalar incelendiğinde finansal iyiliğin 55 ve üstü (38,823±8,509) 45-54 yaş (33,195±10,065) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Finansal kaygı iyiliğinin 55 ve üstü (30,705±7,580) ile 45-54 yaş (26,048±8,464) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

Tablo 14

Yaş Gruplarında Göre Finansal İyilik Hali Ölçeği ve Alt Boyutlarının İkili Karşılaştırmaları

Gruplar	p değerleri		
	FİHÖ	Finansal Kaygı	Gelecek Beklentisi
45-54 * 55 ≤	**,033**	**,038**	,133
35-44 * 55 ≤	**,001**	**,001**	**,022**
26-34 * 55 ≤	**,005**	**,025**	**,002**
45-54 * 35-44	**,024**	**,046**	,176
45-54 * 26-34	,216	,690	**,007**
35-44 * 26-34	,569	,202	,069

Finansal iyiliğin 55 ve üstü (38,823±8,509) 35-44 yaş (30,222±9,807) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Finansal kaygı iyiliğinin 55 ve üstü (30,705±7,580) ile 35-44 yaş (23,512±8,642) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Gelecek beklentisinin 55 ve üstü (8,1176±2,260) ile 35-44 yaş (6,7098±2,483) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

Finansal iyiliğin 55 ve üstü (38,823±8,509) 26-34 yaş (30,962±9,905) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Finansal kaygı iyiliğinin 55 ve üstü (30,705±7,580) ile 26-34 yaş (24,962±8,850) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Gelecek beklentisinin 55 ve üstü (8,1176±2,260) ile 26-34 yaş (6±2,472) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

Finansal iyiliğin 45-54 (33,195±10,065) 35-44 yaş (30,222±9,807) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Finansal kaygı iyiliğinin 45-54 (26,048±8,464) ile 35-44 yaş (23,512±8,642) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

Gelecek beklentisinin 45-54 (7,1463±2,504) ile 26-34 yaş (6±2,472) yaş aralığından daha fazla olduğu gözlemlenmektedir.

3.3.3. Ölçek Değerlerinin Çalışılan Sektöre Göre İncelenmesi

Ölçek değerlerinin çalışılan sektöre göre karşılaştırılmasında kamu ve özel sektör olmak üzere iki grup mevcuttur. Bu nedenle normal dağılım ve varyansların homojenliği varsayımlarının test edilmesi akabinde duruma göre bağımsız örneklem t testi ya da Mann-Whitney U testi ile puanların sektöre göre farklılaşma durumları incelenecektir.

Tablo 15 ile yapılan Shapiro-Wink normallik sınaması sonucunda iki grup için tüm ölçek puanlarını için oluşturduğumuz "H0: Değerler normal dağılımlıdır" varsayımı reddedilmiştir ($\alpha<0,05$). Bu nedenle varyansların homojenliği test edilmeyip Mann-Whitney U testi ile gruplar arası farklılaşma incelenecektir.

Tablo 15

Çalışılan Sektöre Göre Ölçek Puanlarının Normallik Testleri

Ölçekler	Shapiro-Wink Normallik Sınaması (p)	
	Kamu	**Özel Sektör**
BTÖ	,004	,00
BTÖ – İ. Yön. Kaygı	,002	,00
BTÖ – Eng. Kaygı	,002	,00
EDÖ	,001	,00
EDÖ - Benlik	,00	,00
EDÖ - Aile	,001	,00
EDÖ - Cinsellik	,00	,00
FİHÖ	,00	,00
FİHÖ – Fin. Kaygı	,00	,00
FİHÖ–Gelecek Bek.	,00	,00

Tablo 16 ile sektöre göre ölçek puanlarının farklılaşma durumları incelenmiştir. Evliliğe doyum ölçeğinin alt boyutu olan benlik doyumu haricinde tüm ölçeklerin puanlarının sektöre göre farklılaştıkları tespit edilmiştir ($\alpha<0,05$).

Belirsizliğe tahammülsüzlük, özel sektör (41,954±11,751) çalışanlarında kamuya (37,572±13,115) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. İleri yönelik kaygı açısından özel sektör (25,086±6,6447) çalışanlarında kamuya (22,385±7,6328) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Engelleyici kaygı açısından özel sektör (16,867±5,7194) çalışanlarında kamuya (15,187±5,6182) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir.

Evliliğe doyum, kamu (48,729±7,9795) çalışanlarında özel sektöre (44,557±10,477) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Aile doyumu, kamu (19,958±3,2246) çalışanlarında özel sektöre (17,662±4,2679) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Cinsellik doyumu, kamu (17,322±5,3734) çalışanlarında özel sektöre (15,726±6,0735) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir.

Finansal iyilik hali, kamu (34,531±8,4591) çalışanlarında özel sektöre (30,296±10,378) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Finansal kaygı iyiliği, kamu (27,343±7,6141) çalışanlarında özel sektöre (23,698±8,9591) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Gelecek beklentisi, kamu (7,1875±2,6489) çalışanlarında özel sektöre (6,5981±2,4350) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir.

Tablo 16

Sektöre göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	$\bar{x}$ ± SS		p
	Kamu n=96	Özel Sektör n=219	
BTÖ	37,572±13,115	41,954±11,751	**,004**
BTÖ – İ. Yön. Kaygı	22,385±7,6328	25,086±6,6447	**,003**
BTÖ – Eng. Kaygı	15,187±5,6182	16,867±5,7194	**,010**
EDÖ	48,729±7,9795	44,557±10,477	**,00**
EDÖ - Benlik	11,447±3,1115	11,168±2,9713	,219
EDÖ - Aile	19,958±3,2246	17,662±4,2679	**,00**
EDÖ - Cinsellik	17,322±5,3734	15,726±6,0735	**,033**
FİHÖ	34,531±8,4591	30,296±10,378	**,001**
FİHÖ – Fin. Kaygı	27,343±7,6141	23,698±8,9591	**,002**
FİHÖ–Gelecek Bek.	7,1875±2,6489	6,5981±2,4350	**,034**

3.3.4. Ölçek Değerlerinin Evlilikte Finansal Sorunların Olumsuz Etkisi Düşüncesine Göre İncelenmesi

Katılımcılara uygulanan ölçek değerlerinin sorulan "yaşadığınız finansal sorunların evliliğinizi olumsuz etkilediğini düşünüyor musunuz?" sorusuna verdikleri cevaplara göre karşılaştırılmasında "Evet" veya "Hayır" olmak üzere iki değerli cevaplar elde edilmiştir. Bu durumda verilen cevaba göre oluşturulan iki grup için ölçek değerlerinin normal dağılıma uygunluğu Tablo 17 ile araştırılmıştır.

Tablo 17

Evlilikte Finansal Sorunların Olumsuz Etkisi Düşüncesine Göre Ölçek Puanlarının Normallik Testleri

Ölçekler	Shapiro-Wink Normallik Sınaması (p)	
	Evet	Hayır
BTÖ	,00	,002
BTÖ – İ. Yön. Kaygı	,00	,001
BTÖ – Eng. Kaygı	,00	,00
EDÖ	,003	,00
EDÖ - Benlik	,00	,00
EDÖ - Aile	,011	,00
EDÖ - Cinsellik	,00	,00
FİHÖ	,00	,00
FİHÖ – Fin. Kaygı	,00	,00
FİHÖ–Gelecek Bek.	,00	,00

Tablo 17 ile elde Shapiro-Wink normallik sınaması sonucunda ölçek puanlarının normal dağılımdan farklılaştıkları tespit edilmiştir ($\alpha<0,05$). Bu nedenle Mann-Whitney U testi ile gruplar arası farklılaşma incelenecektir.

Tablo 18

Evliliğe Finansal Sorunların Olumsuz Etkisi Düşüncesine Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Mann-Whitney U Testi

Ölçekler	$\bar{x}$ ± **SS**		**p**
	Evet (n=198)	**Hayır (n=117)**	
BTÖ	43,272±10,634	36,128±13,675	**,00**
BTÖ – İ. Yön. Kaygı	25,787±6,1119	21,683±7,7954	**,00**
BTÖ – Eng. Kaygı	17,484±5,0002	14,444±6,3740	**,00**
EDÖ	44,207±8,8146	48,572±11,155	**,001**
EDÖ - Benlik	10,621±2,7691	12,324±3,1151	**,00**
EDÖ - Aile	17,631±3,9949	19,598±4,0280	**,00**
EDÖ - Cinsellik	15,954±5,7115	16,649±6,2233	,289
FİHÖ	29,595±10,067	34,957±8,9994	**,00**
FİHÖ – Fin. Kaygı	23,005±8,5440	27,863±8,1873	**,00**
FİHÖ–Gelecek Bek.	6,5909±2,5627	7,0940±2,4032	,096

Tablo 18 ile katılımcılara sorulan "yaşadığınız finansal sorunların evliliğinizi olumsuz etkilediğini düşünüyor musunuz?" sorusuna aldığımız yanıtlara göre ölçek değerleri incelenmiştir. Evliliğe doyum ölçeğinin alt boyutu olan cinsellik doyumu ve finansal iyilik hali ölçeğinin alt boyutu olan gelecek beklentisi soruya verilen cevaba göre farklılaşmadığı gözlemlenmektedir. Bu iki ölçüm dışında tüm diğer ölçümler finansal sorunların evliliğe etkisi düşüncesine katılanlara göre farklılaştığı gözlemlenmektedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlüğün finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılanlar (43,272±10,634), düşünceye katılmayanlara (36,128±13,675) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. İleri yönelik kaygının finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılanlar (25,787±6,1119), düşünceye katılmayanlara (21,683±7,7954) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Engelleyici kaygının finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılanlar (17,484±5,0002), düşünceye katılmayanlara (14,444±6,3740) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir.

Evliliğe doyum ise finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılmayanlar (48,572±11,155), düşünceye katılanlara (44,207±8,8146) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Benlik doyumun finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılmayanlar (12,324±3,1151), düşünceye katılanlara (10,621±2,7691) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Aile doyumunun finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılmayanlar (19,598±4,0280), düşünceye katılanlara (17,631±3,9949) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir.

Finansal iyi halin, finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılmayanlar (34,957±8,9994), düşünceye katılanlara (29,595±10,067) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Finansal kaygı iyiliğinin, finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılmayanlar (27,863±8,1873), düşünceye katılanlara (23,005±8,5440) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir.

3.4. Ölçekler Arasında İlişkilerin İncelenmesi

Katılımcılardan elde edilen Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Evliliğe Doyum ve Finansal İyi Hal ölçekleri değerleri ikili olarak bu bölümde aralarındaki korelasyon katsayıları incelenecektir. İkili olarak incelenen ölçekler alt boyutları ile korelasyon katsayıları hesaplanırken, ilgili ölçek ve alt boyutlar normal dağılıma sahip ise pearson korelasyon katsayısı, değilse Spearman'ın sıralama korelasyon katsayısı rho kullanılacaktır. Hesaplanan korelasyon katsayısı 1,00-,80 arasında ise yüksek, ,60 - ,80 güçlü, ,40 - 0,59 orta derecede, 0,20 - ,39 düşük ve 0- ,20 arasında ise zayıf ilişki (tesadüfe bağlı olabilir) olduğu yorumlanmaktadır (Şencan, 2025).

Tablo 19 ile ölçek değerlerinin normal dağılımdan farklılaşma durumları incelenmiştir. Elde edilen p değerleri sonucunda 0,05' den küçük olduğu tespit edilmiş ve puanların normal dağılımdan farklılaştıkları varsayımı sağlamadıkları anlaşılmıştır. Bu nedenle korelasyon incelemesi Spearman'ın sıralama korelasyon katsayısı rho ile yapılacaktır.

Tablo 19

Ölçek Puanlarının Normallik Testleri

Ölçekler	Shapiro-Wink Normallik Sınaması (p)
BTÖ	**,00**
BTÖ – İ. Yön. Kaygı	**,00**
BTÖ – Eng. Kaygı	**,00**
EDÖ	**,00**
EDÖ - Benlik	**,00**
EDÖ - Aile	**,00**
EDÖ - Cinsellik	**,00**
FİHÖ	**,00**
FİHÖ – Fin. Kaygı	**,00**
FİHÖ–Gelecek Bek.	**,00**

Tablo 20 ile hesaplanan ölçek puanları arasındaki korelasyon katsayıları özetlenmektedir. Araştırılan ikili korelasyonlarda evlilik doyumu ile belirsizliğe tahammülsüzlük ve alt boyutlar ileri yönelik kaygı, engelleyici kaygı arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir (p>0,05). Benzer şekilde cinsel doyum ile finansal iyi hal ve alt boyutları finansal kaygı, gelecek beklentisi arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 20

Ölçek Puanları rho Korelasyon Katsayıları Tablosu

Ölçekler	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
1-BTÖ	**1**									
2-BTÖ – İ. Yön. Kaygı	**,967 ****	**1**								
3-BTÖ – Eng. Kaygı	**,955 ****	**,855****	**1**							
4-EDÖ	-,083 p=0.141	-0,105 p=0,06	-0,048 p=0,394	**1**						
5-EDÖ - Benlik	**-,230 ****	**-,215 ****	**-,227 ****	**,721 ****	**1**					
6-EDÖ - Aile	**.-,275 ****	**-,293 ****	**-,229 ****	**,716 ****	**,517 ****	**1**				
7-EDÖ - Cinsellik	**,158 ****	**,130 ***	**,179 ****	**,811 ****	**,368 ****	**,277 ****	**1**			
8-FİHÖ	**-,483 ****	**-,515 ****	**-,413 ****	**,372 ****	**,518 ****	**,376 ****	0,099 p=,077	**1**		
9-FİHÖ – Fin. Kaygı	**-,472 ****	**-,495 ****	**-,410 ****	**,374 ****	**,514 ****	**,380 ****	0,103 p=,067	**,972 ****	**1**	
10-FİHÖ–Gelecek Bek.	**-,284 ****	**-,341 ****	**-,207 ****	**,241 ****	**,345 ****	**,219 ****	0,071 p=,207	**,584 ****	**,396 ****	**1**

** p<0,001 * p<0,05

İncelenen ikili ilişkilerde belirsizliğe tahammülsüzlük ile benlik doyumu (rho = -0,230), aile doyumu (rho = -0,275) arasında anlamlı negatif yönlü düşük derecede ilişki tespit edilmiştir. Belirsizliğe tahammülsüzlük artarken bireylerin benlik ve aile doyumlarının düşük derecede azaldığı gözlemlenmiştir. Cinsellik doyumu arasında ise (rho = 0,158) anlamlı zayıf pozitif ilişki tespit edilmiştir. Bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlüğü artarken cinsellik duyumu da zayıf derece artışı gözlemlenmiştir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ile finansal iyi hal (rho = -0,483) ve finansal kaygı durumu (rho = -0,472) arasında anlamlı negatif yönlü orta derecede anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Finansal gelecek beklentisi arasında ise (rho = -0,284) anlamlı düşük seviyede negatif ilişki tespit edilmiştir. Bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlüğü azaldıkça finansal iyi hal durumları ve finansal kaygı iyilikleri orta derecede arttığı gözlemlenmekte finansal gelecek beklentileri ise düşük seviyede artış gözlemlenmiştir.

Alt boyut ileri yönelik kaygı durumu incelersek benlik doyumu (rho = -0,215) ve aile doyumu (rho = -0,293) arasında anlamlı negatif yönlü düşük seviyede ilişki gözlemlenmektedir. Bireylerin ileri yönelik kaygı artarken aile ve benlik doyumları düşük seviyede azaldığı tespit edilmiştir. Cinsel doyum (rho = 0,130) ile de arasında anlamlı pozitif yönlü zayıf seviyede ilişki tespit edilmiştir. İleri yönelik kaygı artarken zayıf seviyede cinsel doyumda artış gözlemlenmektedir. Zayıf ilişkilerin tesadüfi olma ihtimaline dikkat edilmelidir.

İleri yönelik kaygı ile finansal iyi hal (rho = -0,515) ve finansal kaygı iyiliği (rho = -0,495) durumu arasında anlamlı negatif yönlü orta derecede ilişki tespit edilmiştir. Bireylerde ileri yönelik kaygı azalırken finansal iyi hal ve finansal kaygı iyiliği orta derecede artış gözlemlenmektedir. Finansal gelecek beklentisini (rho = -0,341) incelediğimizde aralarında düşük seviyede ne anlamlı negatif ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların ileri yönelik kaygıları artarken finansal gelecek beklentileri düşük seviyede azalma eğilimindedir.

Engelleyici kaygı boyutunu incelediğimizde, benlik (rho = -0,227) ve aile (rho = -0,229) doyumları arasında anlamlı negatif yönlü düşük seviyede ilişki gözlemlenmektedir. Cinsellik doyumu (rho = 0,179) arasında ise anlamlı zayıf seviyede pozitif ilişki tespit edilmiştir. Bireylerin engelleyici kaygıları artarken, benlik ve aile doyumları düşük seviyede azaldığı, cinsellik doyumlarının ise zayıf seviyede yükseldiği gözlemlenmektedir.

Engelleyici kaygı ile finansal iyi hal (rho = -0,413) ve finansal kaygı iyiliği (rho = -0,410) arasında anlamlı orta seviyede negatif ilişki tespit edilmiştir. Finansal gelecek beklentisi (rho = -0,207) arasında ise anlamlı düşük seviyede negatif ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların engelleyici kaygıları arttıkça finansal iyi hal ve finansal kaygı iyiliği orta seviyede azalma, finansal gelecek beklentisi düşük seviyede azalma gözlemlenmiştir.

Benlik doyumu incelendiğinde finansal iyi hal (rho = 0,518) ve finansal kaygı iyiliği (rho = 0,514) arasında anlamlı orta seviyede pozitif ilişki tespit edilmiştir. Finansal gelecek beklentisi arasında ise (rho = 0,345) düşük seviyede pozitif ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların benlik doyumu arttıkça finansal iyi hal ve finansal kaygı iyiliği orta seviyede artış, finansal gelecek beklentisi arasında düşük seviyede artış gözlemlenmektedir.

Katılımcıların aile doyumu incelendiğinde, finansal iyi hal (rho = 0,376), finansal kaygı iyiliği (rho = 0,380) ve finansal gelecek beklentisi (rho = 0,219) arasında anlamlı düşük seviyede pozitif ilişki gözlemlenmektedir. Katılımcıların aile doyumu arttıkça finansal iyi hal, finansal kaygı iyiliği ve gelecek beklentisi düşük seviyede artış gözlemlenmektedir.

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

4.1. Evlilik Doyumu ile İlgili Bulgulara İlişkin Tartışma

Demografik özellikler açısından bakıldığında, cinsiyet, yaş, çalışma sektörü ve süresi gibi faktörlerin evlilik doyumunda önemli rol oynadığı görülmektedir. Örneğin, kadınların benlik doyumunun erkeklerden daha yüksek olması, evlilik içinde kendilerini daha fazla gerçekleştirebildiklerini veya evlilikten kişisel olarak daha fazla tatmin olduklarını düşündürmektedir. Öte yandan, özel sektörde çalışanların cinsellik doyumunun kamu sektöründe çalışanlara göre daha yüksek olması, iş koşullarının ve yaşam tarzının evliliğin farklı boyutlarını etkileyebileceğini göstermektedir.

Ayrıca cinsiyet, yaş, çalışma sektörü ve süresi gibi demografik özellikler evlilik memnuniyetini etkileyebilirken, memnuniyet düzeylerini yalnızca bu faktörlere bağlamak basitleştirici bir yaklaşımdır. Örneğin, kadınların evlilikte erkeklerden daha yüksek öz tatmin yaşadıkları iddiası, kadınların evlilik mutluluğuna ilişkin algılarını etkileyebilecek toplumsal baskıları ve beklentileri göz ardı edebilir. Ayrıca, özel sektörde çalışanların kamu sektöründe çalışanlara göre daha yüksek cinsellik tatmini yaşadığı bulgusu, bireysel farklılıkları ve her evliliğin kendine özgü dinamiklerini dikkate almamaktadır.

Yaş grupları arasındaki farklılıklar, evlilikten beklentilerin ve aile içi dinamiklerin yaşla birlikte değişebileceğine işaret etmektedir. Özellikle 35-44 yaş grubu ile 45-54 yaş grubu arasında gözlenen farklılıklar, orta yaş döneminde evlilik doyumunun nasıl şekillendiğini anlamak açısından önemlidir. Orta yaşlı çiftler, çocuk yetiştirme ve kariyer baskıları gibi artan sorumluluklar nedeniyle evlilik memnuniyetinde bir düşüş yaşayabilir. Bu yaş grubu, genellikle en düşük memnuniyet seviyelerini bildirmektedir (Wilmoth ve diğerleri, 2015). Bununla birlikte, sosyal destek ve iş-aile dengesi gibi faktörlerin orta yaş çiftlerde evlilik doyumu üzerinde önemli bir etkisi olduğu görülmektedir. Evli çiftler için özellikle iş-aile dengesinin sağlanması ve sosyal desteğin artırılması, bu dönemde evlilik doyumunun artırılmasına katkıda bulunabilir (Husna ve Karyani, 2022). Orta yaşlı çiftlerde ise evlilik memnuniyeti genellikle bir düşüş eğiliminde olsa da yaşlı çiftlerde bu memnuniyetin yeniden canlanması gözlemlenmektedir. Yaşlı çiftler, çocuk yetiştirme sorumluluklarının azalması ve birlikte daha fazla vakit geçirebilme imkânının artması gibi faktörler sayesinde evlilik memnuniyetlerinde bir artış yaşamaktadırlar. Bu yaş grubunda, erkeklerin kadınlara kıyasla daha yüksek memnuniyet bildirdikleri tespit edilmiştir (Krstić ve diğerleri, 2012). Ayrıca, yaşlı çiftlerde sağlık durumu ve yaşlanma algıları da evlilik memnuniyetini etkileyen önemli unsurlardır. İyi

bir sağlık ve olumlu yaşlanma algıları, bu dönemde evlilik memnuniyetini artıran faktörler arasında yer almaktadır (Fernandes-Pires ve diğerleri, 2023).

Bu bulgulara göre finansal açıdan yeterli olmak, evlilik doyumunun benlik alt boyutu açısından olumlu bir etken gibi gözükürken, cinsellik doyumu ile finansal durum arasında negatif bir ilişki olduğu düşüncesini öne çıkarmaktadır. Bu bulgu ise hâkim görüşe aykırı gibi görülmektedir. Zira araştırmalar, finansal yönetim davranışlarının yeni evli çiftler arasında cinsel tatmin ile önemli ölçüde ilişkili olduğunu göstermektedir. Eğitim seviyesi, aile geliri ve yaşam koşulları gibi faktörler de dahil olmak üzere sosyo-ekonomik durum, evlilik memnuniyetinde çok önemli bir rol oynar ve bu da cinsel doyumu etkileyebilir. Daha yüksek sosyo-ekonomik durum genellikle daha fazla medeni memnuniyet ile ilişkilidir, böylece potansiyel olarak cinsel tatmini arttırır (Sadeghi, 2016). Evlilik kalitesiyle yakından bağlantılı olan finansal memnuniyet, bir başka kritik faktördür. Finansal baskı yaşayan çiftler genellikle daha düşük ilişki kalitesi bildirir ve bu da cinsel tatmini olumsuz etkileyebilir (Zimmerman, 2010).

4.2. Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile İlgili Bulgulara İlişkin Tartışma

Cinsiyet değişkenine göre yapılan analizlerde, erkeklerin ileriye yönelik kaygı düzeyinin kadınlara göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptanırken, engelleyici kaygı boyutunda cinsiyetler arasında bir fark gözlenmemiştir. Erkeklerin toplum tarafından bilinçli veya bilinçsiz kendilerine yüklenmiş olan sorumluklardan dolayı daha güçlü duygusal tepkiler vermeleri, ileriye yönelik kaygıya karşı daha düşünür olmalarına ve kaygı düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olması söylenebilir. Bununla birlikte, engelleyici kaygı boyutunda cinsiyetler arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Bu durum, belirsizliğe tahammülsüzlüğün başa çıkma stilleri üzerindeki etkisinin cinsiyetler arasında tutarlı olduğunu öne süren çalışmalarla uyumludur (Başalan, 2022; Iz, 2022). Yani, her iki cinsiyet de belirsizlikle karşılaştığında benzer başa çıkma stratejileri geliştirebilir. Bu bağlamda, bilişsel esneklik ve öz kontrol gibi cinsiyete özgü bilişsel tarzlar, belirsizliği yönetme yeteneklerinde farklılıklar yaratabilir. Örneğin, daha yüksek bir gelecek zaman perspektifi ve öz kontrol, daha düşük belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkilendirilmiş olup (Yang ve diğerleri, 2021), bu özellikler cinsiyetler arasında farklı gelişebilir.

Yaş gruplarına göre yapılan analizler, ileriye yönelik ve engelleyici kaygı düzeylerinin 55 yaş ve üzeri bireylerde diğer yaş gruplarına kıyasla daha düşük olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle 35-44 yaş grubunun, kaygı düzeylerinin diğer gruplardan belirgin şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, yaş ilerledikçe belirsizliğe karşı bireylerin daha fazla deneyim

kazanması ve yaşamlarında daha fazla istikrar elde etmeleriyle açıklanabilir. Özellikle yaşlı bireyler, belirsizliklerle başa çıkmada dua ve meditasyon gibi düşünceli uygulamalara güvenmekte, bu da duygusal istikrar ve kontrol duygusu sağlayarak kaygı düzeylerini azaltmaktadır (Lekhak ve diğerleri, 2022). Dolayısıyla, bu yaş grubunun belirsizlik karşısında daha düşük kaygı seviyeleri sergilemesi beklenen bir sonuçtur.

35-44 yaş grubunun kariyer değişiklikleri, ebeveynlik sorumlulukları ve aile içi yükümlülükler gibi yaşam geçişleriyle karşı karşıya kalmaları, onların kaygı düzeylerini artırabilir. Orta yaşlı bireyler, bu belirsizliklerle başa çıkmada aktif stratejiler, planlama ve bilgi arama gibi yöntemlere başvursalar da zaman zaman pasif stratejiler olan kabul ve uzlaşmaya yönelmek zorunda kalabilirler. Bu süreç, onların hem ileriye yönelik hem de engelleyici kaygı düzeylerinin yüksek olmasına yol açabilir.

Yaş gruplarına göre kaygı düzeylerindeki bu farklılıklar, bireylerin belirsizlikle başa çıkma stratejileri, yaşam deneyimleri ve psikolojik dayanıklılıkları ile yakından ilişkilidir. Yaşlı bireylerin daha düşük kaygı seviyeleri sergilemeleri, yaşam boyunca edindikleri deneyimlerden ve güvenlik duygusundan kaynaklanırken, orta yaş grubundaki bireyler, hayatlarındaki karmaşıklıklar ve geçiş dönemleri nedeniyle daha yüksek kaygı düzeyleri sergilemektedirler.

Çalışılan sektör açısından bakıldığında ise, özel sektörde çalışanların hem ileriye yönelik kaygı hem de engelleyici kaygı düzeylerinin kamu sektöründekilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, özel sektörün doğasındaki belirsizliklerin çalışanlar üzerindeki psikolojik etkilerini yansıtmaktadır. Özel sektördeki işlerin genellikle daha dinamik ve riskli olması, bireylerin iş güvencesine yönelik endişelerini artırarak, ileriye dönük kaygılarının daha yüksek olmasına yol açabilir (Morriss ve McSorley, 2019). Bunun aksine, kamu sektörü, daha istikrarlı bir iş ortamı sunduğu için çalışanların belirsizliğe karşı daha düşük bir tolerans geliştirmesine neden olabilir (Zhang, 2011).

Araştırmalar, özel sektör çalışanlarının iş güvencesinin belirsizliği ve rekabet baskılarının etkisiyle daha yüksek finansal risk toleransı sergilediklerini göstermektedir (Roszkowski ve Grable, 2009). Bu durum, özel sektörde çalışan bireylerin hem ekonomik hem de psikolojik açıdan daha fazla belirsizlikle karşı karşıya kalmalarına neden olur. Kariyer karar verme süreçlerinde, yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük (IU) düzeyine sahip bireyler, kamu sektörünün sağladığı güvenliği tercih ederek, özel sektörün getirdiği risk ve belirsizlikten kaçınma eğiliminde olabilirler (Arbonave diğerleri, 2021).

Özel sektörün dinamik ve belirsiz yapısı, çalışanların sürekli değişen koşullara uyum sağlamasını gerektirirken, bu durum onların kaygı düzeylerini artırabilir. Ancak, bu kaygı sadece ileriye yönelik kaygıyla sınırlı kalmayıp, engelleyici kaygıya da yol açabilir. Müller ve Rau'nun (2019) çalışmalarında belirtildiği gibi, özel sektör çalışanları genellikle rekabetçi ve performansa dayalı ortamlarda çalıştıkları için, belirsizliğe karşı daha yüksek bir tolerans geliştirmek zorundadırlar. Buna rağmen, bu durumun çalışanlar üzerindeki psikolojik ve sağlıkla ilgili olumsuz etkileri göz ardı edilmemelidir.

Öte yandan, kamu sektöründeki istihdamın daha fazla güvenlik sağlaması, çalışanların sağlık ve refahı üzerinde olumlu etkiler yaratabilir. Zhang'ın (2011) çalışmalarına göre, kamu sektöründeki iş güvenliği, daha düşük stres seviyeleri ve daha iyi sağlık sonuçları ile ilişkilendirilmiştir. Bu durum, özel sektörde çalışan bireylerin iş güvencesi kaygıları nedeniyle daha fazla stres ve kaygı yaşadıklarını ve bunun da engelleyici kaygı düzeylerini artırabileceğini düşündürmektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre finansal durum, belirsizliğe tahammülsüzlük üzerinde önemli bir etkiye sahiptir ve bireylerin geleceğe yönelik kaygı düzeylerini şekillendirmektedir. Gelir düzeyi, faturaları ödeme kapasitesi ve sosyal güvencenin varlığı gibi finansal göstergeler, belirsizlik karşısındaki kaygıyı belirleyen temel unsurlar arasındadır. Yaşam giderlerini karşılayabilecek düzeyde gelire sahip olan bireyler, daha düşük kaygı seviyelerine sahipken, faturalarını ödemekte zorlananlar veya sosyal güvencesi olmayanlar daha yüksek kaygı düzeyleri yaşamaktadır. Ayrıca, finansal sorunların evlilik ve aile ilişkileri üzerindeki olumsuz etkileri, bireylerde hem ileriye yönelik hem de engelleyici kaygı düzeylerini artırmaktadır. Bu bulgular, finansal istikrarın belirsizlikle başa çıkmada önemli bir rol oynadığını ve bireylerin finansal zorluklar karşısında daha fazla kaygı ve belirsizlik hissedebileceğini ortaya koymaktadır.

4.3. Finansal İyilik Hali ile İlgili Bulgulara İlişkin Tartışma

Cinsiyet açısından yapılan analizlerde, kadınların finansal iyilik hali puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. İrlanda'daki sosyo-ekonomik açıdan yoksun nüfuslarda, finansal refah öz disiplin ve kontrolle bağlantılıdır ve kadınların finansal yönetim konusunda daha temkinli olması gibi cinsiyete özgü finansal davranışlar gözlemlenmiştir (Cartonve diğerleri, 2022). Birleşik Krallık'ta, eğitim ve meslek gibi sosyo-demografik faktörler finansal refahı önemli ölçüde öngörür ve kadınların finansal sonuçları erkeklere kıyasla mevcut meslek ve çocukluk zekâsından daha güçlü bir şekilde etkilenir (Furnham ve Cheng, 2017).

Avustralya'da gerçekleştirilen bir çalışmada da benzer şekilde kadınların daha yüksek kişisel refah bildirdiği ve finansal durumun kişisel refah konusunda kadınlar için erkeklere göre daha önemli bir belirleyici olduğu ortaya konulmuştur (Gerransve diğerleri, 2014).

Benzer şekilde, çalışılan sektör açısından yapılan analizler de kamu sektöründe çalışanların özel sektörde çalışanlara kıyasla daha yüksek finansal iyilik hali puanlarına sahip olduğunu göstermiştir. Bu durum, özellikle kamu görevlilerinin yüksek iş güvenliğine sahip olmasından kaynaklanabilir. Zira kamu görevlileri, özel sektör çalışanlarına kıyasla ekonomik şoklara ve işsizlik oranlarına karşı daha düşük duyarlılığa katkıda bulunan daha sıkı işten çıkarma korumalarından yararlanırlar (Luechingerve diğerleri, 2010).

Yaş gruplarına göre yapılan analizler ise 35-44 yaş grubunun, hem 18-25 yaş grubundan hem de 55 yaş ve üzeri gruptan daha düşük finansal iyilik hali puanlarına sahip olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum, evli ve orta yaşlı bireylerin finansal refah ile ilişkilendirilebilecek birçok yaşam olayı ile boğuşmasına karşılık, yaşlı bireylerin ise finansal sorunları aşmış olmasından ileri geliyor olabilir.

Finansal iyilik hali, bireylerin finansal durumlarına göre önemli farklılıklar göstermektedir. Yapılan analizler, yaşam giderlerini karşılayabilecek gelire sahip olanların, faturalarını ödemekte güçlük çekmeyenlerin ve sosyal güvencesi olanların finansal iyilik hali puanlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, kök aileden ekonomik destek almayan bireylerin ve finansal sorunların evliliklerini olumsuz etkilemediğini düşünenlerin finansal iyilik hali puanları da daha yüksektir. Dolayısıyla finansal iyilik halinin finansal durum ile ilişkili olduğu aşikardır. Ancak, beklenmedik borçlar ve harcamalar için birikim yapma durumu finansal iyilik hali üzerinde anlamlı bir etki yaratmamıştır. Bu bulgular, bireylerin finansal koşullarının ve algılarının, finansal iyilik hallerini doğrudan etkilediğini göstermektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma, evli ve mavi yakalı bireylerde belirsizliğe tahammülsüzlük, finansal refah ve evlilik doyumu arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılmıştır. Çalışma, demografik özelliklerin ve finansal durumların bu değişkenler üzerindeki etkilerini belirlemeyi amaçlamıştır. Tesadüfi örnekleme yoluyla seçilen 323 evli ve mavi yakalı bireyden oluşan bir örnekleme Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Finansal İyi Oluş Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği gibi geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış ölçekler kullanılarak anket uygulanmıştır. Veriler, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek ve demografik ve finansal gruplar arasındaki anlamlı farklılıkları tespit etmek için bağımsız örneklem t-testleri, ANOVA ve korelasyon analizi gibi istatistiksel yöntemler kullanılarak analiz edilmiştir.

Evlilik doyumu ile demografik özellikler arasındaki ilişkiye dair bulgular, cinsiyet, yaş ve iş deneyiminin evlilik doyumunun "Benlik" ve "Aile" boyutları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Kadınlar (48,16 ±8,891 erkeklere (41,36 ± 10,402) kıyasla daha yüksek evlilik doyumu bildirirken, 35-44 yaş (44,845±9,031) grubundaki bireyler 26-34 yaş (48,777±10,230 ve 55 ve üstü (54,823±7,946) kıyasla daha düşük aile doyumu yaşamaktadır. Bu bulgular, orta yaşlı çiftlerin, muhtemelen iş ve ebeveynlik talepleri nedeniyle, kişisel ve aile yaşamını dengelemede benzersiz zorluklar yaşayabileceğini düşündürmektedir.

Evlilik memnuniyeti ve maddi durum arasındaki ilişki incelendiğinde, Evliliğe doyum ile finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılmayanlar (48,572±11,155), düşünceye katılanlara (44,207±8,8146) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Benlik doyumun finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılmayanlar (12,324±3,1151), düşünceye katılanlara (10,621±2,7691) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Bu durum, evliliğe doyum ölçeğinin alt boyutu olan cinsellik doyumu ve finansal iyilik hali ölçeğinin alt boyutu olan gelecek beklentisi soruya verilen cevaba göre farklılaşmadığı gözlemlenmektedir. Bu iki ölçüm dışında tüm diğer ölçümler finansal sorunların evliliğe etkisi düşüncesine katılanlara göre farklılaştığı gözlemlenmektedir. Katılımcılara göre finansal sorunların evlilik üzerinde etkisine yönelik fikir birliği olsa da diğer faktörler açısından bireylerler ortak nokta da değildirler. Bu sonuçların farklılığının sebebi, evlilik anlayşının her birey tarafından farklı olmasından kaynaklabilir.

Belirsizliğe tahammülsüzlükle ilgili olarak, çalışmada bu değişken ile cinsiyet, yaş ve iş deneyimi gibi demografik özellikler arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Erkekler kadınlara kıyasla daha yüksek düzeyde ileriye dönük kaygı sergilerken, daha genç bireyler, özellikle de

35 yaşın altındakiler hem ileriye dönük hem de engelleyici kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Bu bulgular, genç yetişkinlerin belirsizlikle ilişkili psikolojik strese karşı daha savunmasız olabileceğini göstermektedir. Bu durum, nispeten istikrarsız yaşam koşullarına ve kariyer yollarına atfedilebilir. Ayrıca, özel sektörde çalışan bireyler, muhtemelen özel sektör istihdamının daha rekabetçi ve istikrarsız yapısı nedeniyle, daha yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlük göstermiştir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ile finansal durum arasındaki ilişki, belirsizliğe tahammülsüzlüğün finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılanlar (43,272±10,634), düşünceye katılmayanlara (36,128±13,675) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. İleri yönelik kaygının finansal sorunların evliliği etkilediği düşüncesine katılanlar (25,787±6,1119), düşünceye katılmayanlara (21,683±7,7954) göre daha fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Bu bulgular, bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlüğü azaldıkça finansal iyi hal durumları ve finansal kaygı iyilikleri orta derecede arttığı göstermekte aynı zaman da finansal gelecek beklentilerinin de düşük seviyede attığı da gözlemlenmiştir.

Finansal iyilik halinin demografik özelliklerle ilişkisi incelendiğinde, kadınların, 55 yaş ve üzeri bireylerin ve kamu sektöründe çalışanların daha yüksek finansal iyilik hali bildirdikleri görülmüştür. Bunun yanında, gelecek beklentisi boyutu için de kadınlar (7,25 ± 2,440) erkeklerden (5,88 ± 2,414) daha yüksek puanlara sahip olduğu gözlemlenmektedir. Benzer durum finansal kaygı iyiliği için de geçerli kadınlar (26,52 ± 8,324) erkeklerden (21,53 ± 8,565) fazla durumdadır. Kaygıları ve verdikleri tepkiler kadınlarda daha yüksek olmasına karşın gelecekte finansal iyileşmelerinin olma ihtimallerini daha yüksek bulmaktadırlar. Bu durum finansal iyilik hali ölçeği puanlamasında finansal iyilik halinin kadınlarda (33,77 ± 9,265) erkeklere (27,41 ± 10,103) kıyasla daha yüksek olmasından dolayı kadınların geleceğe yönelik ekonomik açıdan daha iyimser olmalarına yorumlanır. Finansal iyilik hali, 55 ve üstü (38,823±8,509) bireyler diğer yaş grubundaki tüm bireylerden daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum da belli bir gelir seviyesine ulaşınca ve ülkenin çalışma sisteminin vermiş olduğu emeklilik hakkının bu durumu açıklıyor olabilir. Finansal iyilik hali, kamu (34,531±8,4591) çalışanlarında özel sektöre (30,296±10,378) göre fazla olarak farklılaştıkları gözlemlenmektedir. Kamu sektörünün iş istikrarı sağlaması, sosyal anlamda katıları, çalışma saatleri ve rekabet ortamının daha az olması bu durumu açıklamaktadır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük, finansal refah ve evlilik memnuniyeti arasındaki korelasyonlar da bu değişkenler arasındaki ilişkiyi gözler önüne sermektedir. Bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlüğü azaldıkça finansal iyi hal durumları ve finansal kaygı iyilikleri orta derecede arttığı gözlemlenmekte finansal gelecek beklentileri ise düşük seviyede artış gözlemlenmiştir. Yani gelecekle ilgili daha yüksek düzeyde kaygı yaşayan bireylerin finansal refahının daha düşük olması muhtemeldir. Buna ek olarak, katılımcıların benlik doyumu arttıkça finansal iyi hal ve finansal kaygı iyiliği orta seviyede artış, finansal gelecek beklentisi arasında düşük seviyede artış gözlemlenmektedir. Bu da finansal güvencenin evlilikte hem bireysel hem de aile memnuniyetini artırdığını göstermektedir.

Bu çalışmanın bulgularına dayanarak, finansal iyilik hali, belirsizliğe tahammülsüzlük ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin güçlendirilmesi adına bir dizi öneri sunulabilir. Öncelikle, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi yüksek olan bireylerde, bu durumun finansal stres ve evlilik doyumu üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceği göz önünde bulundurularak, bireylerin belirsizlikle başa çıkma becerilerini geliştiren psikolojik destek programları oluşturulabilir. Bu programlar, özellikle ekonomik dalgalanmalara karşı daha kırılgan olan gruplarda, belirsizliğe karşı dayanıklılık kazandırmaya yönelik olmalıdır.

İkinci olarak, finansal iyilik hali ile evlilik doyumu arasındaki pozitif ilişkinin desteklenmesi için çiftlerin finansal yönetim becerilerini geliştiren eğitim programları düzenlenebilir. Bu tür eğitimler, çiftlerin geleceğe dair belirsizlikleri azaltarak finansal güvenliklerini arttırabilir ve bu sayede evlilik ilişkilerinde daha fazla doyum sağlayabilirler. Özellikle bütçe yönetimi, borçlanma ve birikim konularında bilinçlenme, çiftlerin finansal kararlar üzerinde daha fazla kontrol sahibi olmalarına yardımcı olabilir.

Ayrıca, evlilik doyumunun finansal iyilik halinden doğrudan etkilendiği göz önüne alındığında, finansal krizlerin veya iş kaybı gibi belirsizlik yaratan durumların çiftler üzerindeki etkisini azaltmaya yönelik sosyal ve ekonomik politikalar geliştirilmelidir. Örneğin, sosyal güvenlik ağlarının genişletilmesi, işsizlik sigortası ve destek mekanizmalarının güçlendirilmesi gibi uygulamalar, bireylerin ekonomik belirsizlik dönemlerinde daha az kaygı yaşamalarını sağlayarak evlilik ilişkilerine de olumlu katkı sağlayabilir.

Son olarak, çalışmada belirlendiği gibi finansal iyilik hali ile evlilik doyumu arasındaki ilişki, özellikle ekonomik olarak zorlanan çiftlerde daha zayıf olabilir. Bu nedenle, finansal danışmanlık ve psikososyal destek hizmetlerinin evli çiftlere sunulması hem finansal hem de duygusal kaynakların yönetimini iyileştirebilir. Bu tür hizmetler, çiftlerin hem maddi

zorluklarla başa çıkma kapasitelerini artırabilir hem de evliliklerinde daha fazla dayanışma ve tatmin hissetmelerine yardımcı olabilir.

Sonuç olarak, bu çalışma finansal iyiliğin ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün evlilik doyumunu belirlemede oynadığı önemli rolü vurgulamaktadır. Finansal istikrar, evlilik ilişkilerinin hem duygusal hem de fiziksel yönlerinin sürdürülmesinde önemli bir faktör olarak ortaya çıkarken, gelecekle ilgili belirsizlik finansal ve psikolojik strese katkıda bulunmaktadır. Bu bulgular, evli bireyler arasında evlilik memnuniyetini ve genel refahı artırma çabalarında hem finansal hem de psikolojik boyutların ele alınmasının önemini vurgulamaktadır.

KAYNAKÇA

Abeyta, A. A., Routledge, C., Kersten, M., ve Cox, C. R. (2017). The Existential Cost of Economic Insecurity: Threatened Financial Security Undercuts Meaning. *The Journal of Social Psychology*, 157(6), 692-702.

Afifi, T. D., Davis, S., Merrill, A. F., Coveleski, S., Denes, A., ve Shahnazi, A. F. (2018). Couples' Communication About Financial Uncertainty Following the Great Recession and Its Association With Stress, Mental Health and Divorce Proneness. *Journal of Family and Economic Issues*, 39, 205-219.

Afifi, T. O., Asmundson, G. J., Taylor, S., ve Jang, K. L. (2010). The Role of Genes and Environment On Trauma Exposure and Posttraumatic Stress Disorder Symptoms: A Review of Twin Studies. *Clinical Psychology Review*, 30(1), 101-112.

Ahmadi, H. ve Sadeghi, M. (2016). The role of socio-Economic status in marital satisfaction. *Türk Psikoloji Dergisi*, 31(77).

Akdağ, F. G. ve Çankaya, Z. C. (2015). Evli Bireylerde Psikolojik İyi Oluşun Yordanması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3).

Aksüllü, N., Doğan, S. (2004). Huzurevinde ve Evde Yaşayan Yaşlılarda Algılanan Sosyal Destek Etkenleri ile Depresyon Arasındaki İlişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 5, 76–84.

Aktepe, İ. (2022). *Covid-19 Pandemi Sürecinde Yaygın Anksiyetenin Sağlık Anksiyetesi, Bilişsel Esneklik ve Covid-19 Korkusu Bağlamında Yordanması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dicle Üniversitesi.

Aktürk, H. (2020). Yeni Koronavirüs Hastalığı Pandemisi Döneminde Online Yaşam ve Psikolojik Etkileri. *Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, 1, 25.

Alada, A. D. (2000). İktisat Felsefesi ve Belirsizlik. İstanbul: *Bağlam Yayınları*.

Alonso, J., Angermeyer, M. C., ve Lépine, J. P. (2004). The European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (Esemed) Project: An Epidemiological Basis For Informing Mental Health Policies in Europe. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109(Suppl420), 5–7.

Altınok, V. (2009). İş Stresinin Ortaöğretim Öğretmenleri Üzerindeki Etkisi, *G. Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt: 29, Sayı: 2.

Altıparmak, İ. B. (2018). "Sosyal Öğrenmenin Aile İçi Şiddete Etkisi". *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(34), 233-262.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5* (5th Ed.). Washington, DC: *American Psychiatric Publishing*.

Appel, H., Krasko, J., Luhmann, M., ve Gerlach, A. L. (2024). Intolerance of Uncertainty Predicts Indecisiveness and Safety Behavior in Real-Life Decision Making: Results From An Experience Sampling Study. *Journal of Research in Personality*, 110, 104490.

Ar, Ş. (2014). Evlilikte iletişim ve Çatışma. Ankara: *Nobel Yayınları*.

Arbona, C., Fan, W., Phang, A., Olvera, N., ve Dios, M. (2021). Intolerance of uncertainty, anxiety, and career indecision: A mediation model. *Journal of Career Assessment*, 29(4), 699-716.

Arend, P., ve Comeau, K. (2019). Exchanging Social Change For Social Class: Traditional Marriage Proposals As Status and Script. In the Challenge of Progress (Vol. 36, pp. 179-198). *Emerald Publishing Limited*.

Arıkan, G. (2021). Covid-19 Salgınında Stres: Olumsuz, Olumlu Sonuçları ve Önleyici Müdahalenin Olası Rolü. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(1), 135-145.

Asadi, K., Yousefi, Z., ve Mahdad, A. (2022). Comparison of the Effectiveness of the Successful Money Management and Reality Therapy Training Packages in Financial Conflicts, Family Relationships, and Marital Intimacy of Married Women. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 3(1), 13-30.

Aslan, R. (2020). Tarihten Günümüze Epidemiler, Pandemiler ve Covid-19. *Ayrıntı*, 8(85).

Asnakew, S., Shumet, S., Ginbare, W., Legas, G., ve Haile, K. (2019). Prevalence of Post-Traumatic Stress Disorder and Associated Factors Among Koshe Landslide Survivors, Addis Ababa, Ethiopia: A Community-Based, Cross-Sectional Study. *BMJ Open*, 9(6), E028550.

Aydın, A., ve Özcan, B. E. (2021). Covid-19 Pandemi Sürecinde Sağlık Çalışanlarında Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Ruminatif Düşünme Biçimi ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri. *Çukurova Tıp Dergisi*, 46(3), 1191-1200.

Aydın, B. (2015). Yatılı bölge ortaokullarında okuyan öğrencilerde kaygı, yalnızlık, öz-yeterlik ve akademik başarı arasındaki ilişkiler [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi.

Ayhan, D., Seki, H. ve Bingöl, U. (2022). Pandemi Sırasında Hemşirelik Öğrencilerinde Belirsizliğe Tahammüsüzlüğün İşsizlik Kaygı Üzerine Etkisi: Psikolojik Sağlamlığın Rolü. *Gevher Nesibe Journal of Medical and Health Sciences*, 7(18), 12-24.

Aypay, A. ve Kara, A. (2018). Pozitif Psikoterapi Denge Modeli Bağlamında Dengeli Yaşam Ölçeği ve Dengeli Yaşam Temel Becerileri Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 8(3), 63-79.

Bakioğlu, F., Korkmaz, O., ve Ercan, H. (2020). Fear of Covıd-19 and Positivity: Mediating Role of Intolerance of Uncertainty, Depression, Anxiety, and Stress. *International Journal of Mental Health and Addiction*.

Bar-Anan, Y., Wilson, T. D., ve Gilbert, D. T. (2009). The Feeling of Uncertainty Intensifies Affective Reactions. *Emotion*, 9(1), 123.

Basbug, G., ve Sharone, O. (2017). The Emotional Toll of Long-Term Unemployment: Examining the Interaction Effects of Gender and Marital Status. *RSF: The Russell Sage Foundation Journal of the Social Sciences*, 3(3), 222-244.

Bauer, E. A., Macnamara, A., Sandre, A., Lonsdorf, T. B., Weinberg, A., Morriss, J., ve Van Reekum, C. M. (2020). Intolerance of Uncertainty and Threat Generalization: A Replication and Extension. *Psychophysiology*, 57(5), E13546.

Baykal, E. (2020). Covid-19 Bağlamında Psikolojik Dayanıklılık, Kaygı ve Yaşam Doyum İlişkisi. *International Journal of Social and Economic Sciences*, 10(2), 68-80.

Beck, A. T., ve Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and Treatment* (2nd Ed.). *University of Pennsylvania Press*.

Berscheid, E., ve Walster, E. (1978). *Interpersonal Attraction*. *McGraw-Hill*.

Bertone-Johnson, E. R. (2009). Vitamin D and the Occurrence of Depression: Causal Association Or Circumstantial Evidence? *Nutrition Reviews*, 67(8), 481-492.

Bilgiç, S. (2011). *Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Akut Stres Bozukluğu ile Uyum Bozukluğunun Klinik Açıdan Karşılaştırılması* [Tıpta Uzmanlık Tezi]. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi,

Bingölballı, E. (2020). *Evli Çiftlerde Aleksitimik Özelliklerin Evlilik Doyumuyla İlişkisinin İncelenmesi* [Yayımlanmış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Bird, T. (2020). The Creativity of Everyday Uncertainty: Improvisation, Material Security, and Wellbeing İn Urban Households in the Northeastern United States. *Journal of Organizational Ethnography*, 9(1), 1-16.

Bisson, J. I., Ehlers, A., Matthews, R., Pilling, S., Richards, D., ve Others. (2007). Psychological Treatments For Chronic Post-Traumatic Stress Disorder: Systematic Review and Meta-Analysis. *The British Journal of Psychiatry*, 190(2), 97-104.

Blom, N., ve Perelli-Harris, B. (2021). Temporal Dimensions of Unemployment and Relationship Happiness in the United Kingdom. *European Sociological Review*, 37(2), 253-270.

Bouffard, S., Giglio, D., ve Zheng, Z. (2022). Social Media and Romantic Relationship: Excessive Social Media Use Leads To Relationship Conflicts, Negative Outcomes, and Addiction Via Mediated Pathways. *Social Science Computer Review*, 40(6), 1523-1541.

Bourne, E. J. (1995). *The Anxiety and Phobia Workbook*. *MJF Books*.

Bowen, J. D., Winczewski, L. A., ve Collins, N. L. (2017). Language Style Matching in Romantic Partners' Conflict and Support Interactions. *Journal of Language and Social Psychology*, 36(3), 263-286.

Bowlby, J. (2015). Attachment theory, Separation Anxiety, and Mourning. In S. Arieti (Ed.), *American Handbook of Psychiatry* (6th Ed.).

Bowman, A. O., ve Mckenzie, J. H. (2020). Managing A Pandemic At A Less Than Global Scale: Governors Take the Lead. *The American Review of Public Administration*, 50(6-7).

Boyce, C. J., Wood, A. M., ve Ferguson, E. (2016). For Better Or For Worse: The Moderating Effects of Personality On the Marriage-Life Satisfaction Link. *Personality and Individual Differences*, 97, 61-66.

Bozick, R., ve Estacion, A. (2014). Do Student Loans Delay Marriage? Debt Repayment and Family Formation in Young Adulthood. *Demographic Research*, 30, 1865-1891.

Bremner, J. D. (2010). Neural Circuits in Fear and Anxiety. In N. M. Simon, E. Hollander, B. O. Rothbaum, ve D. J. Stein (Eds.), *The American Psychiatric Association Publishing Textbook of Anxiety, Trauma, and OCD-Related Disorders*. Washington, DC: *American Psychiatric Association*.

Breslau, N., ve Davis, G. C. (1992). Posttraumatic Stress Disorder in An Urban Population of Young Adults: Risk Factors For Chronicity. *The American Journal of Psychiatry*, 149(5), 671-675.

Brown, R. L., Richman, J. A., ve Rospenda, K. M. (2017). Economic Stressors and Psychological Distress: Exploring Age Cohort Variation in the Wake of the Great Recession. *Stress and Health*, 33(3), 267-277.

Budner, S. (1962). Intolerance of Ambiguity As a Personality Variable. *Journal of Personality*, 30(1), 29–50.

Buecker, S., ve Horstmann, K. T. (2022). Loneliness and Social Isolation During the Covıd-19 Pandemic. *European Psychologist*.

Buhr, K., ve Dugas, M. J. (2006). Investigating the Construct Validity of Intolerance of Uncertainty and Its Unique Relationship With Worry. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(2), 222-236.

Burcusa, S. L., ve Iacono, W. G. (2007). Risk For Recurrence in Depression. *Clinical Psychology Review*, 27(8), 959-985.

Busby, D. M., ve Holman, T. B. (2009). Perceived Match Or Mismatch On the Gottman Conflict Styles: Associations With Relationship Outcome Variables. *Family Process*, 48(4), 531-545.

Butzer, B., ve Kuiper, N. A. (2006). Relationships Between the Frequency of Social Comparisons and Self-Concept Clarity, Intolerance of Uncertainty, Anxiety, and Depression. *Personality and Individual Differences*, 41(1), 167–176.

Can, E. (2020). Coronavirüs (Covid-19) Pandemisi ve Pedagojik Yansımaları: Türkiye'de Açık ve Uzaktan Eğitim Uygulamaları. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 11-53.

Can, H. (2005). *Yönetim ve Organizasyon*. Ankara.

Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J. ve Zheng, J. (2020). The Psychological Impact of the Covid-19 Epidemic On College Students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934.

Carleton, R. N. (2016). Into the Unknown: A Review and Synthesis of Contemporary Models Involving Uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 39, 30-43.

Carleton, R. N., Norton, P. J., ve Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the Unknown: A Short Version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 105-117.

Carmassi, C., Gesi, C., Corsi, M., Cremone, I. M., Bertelloni, C. A., et al. (2018). Exploring PTSD in Emergency Operators of a Major University Hospital in Italy: A Preliminary Report On the Role of Gender, Age, and Education. *Annals of General Psychiatry*, 17, 1-7.

Carrese-Chacra, E., Hollett, K., Erdem, G., Miller, S., ve Gouin, J. P. (2023). Longitudinal Effects of Pandemic Stressors and Dyadic Coping On Relationship Satisfaction During the Covıd-19 Pandemic. *Family Relations*, 72(3), 645-664.

Carton, F. L., Xiong, H., ve McCarthy, J. B. (2022). Drivers of financial well-being in socio-economic deprived populations. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 34, 100628.

CDC. (2014). Pandemic Severity Assessment Framework. https://www.cdc.gov/pandemic-flu/php/national-strategy/severity-assessment-framework.html (Erişim Tarihi: 23.07.2024).

Cervatoğlu-Geyran, P. Ç. (2000). Psikolojik Travma ve Sonuçları: Tarihsel Arka Plan ve Güncel Kavramlar Üzerine Gözden Geçirme. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 8, 9-12.

Chan, J. F., Yuan, S., Kok, K. H., To, K. K., Chu, H., Yang, J., ve ... ve Tsoi, H. W. (2020). A Familial Cluster of Pneumonia Associated With the 2019 Novel Coronavirus Indicating Person-To-Person Transmission: A Study of a Family Cluster. *The Lancet*, 395(10223), 514-523.

Chen, C., ve Hong, R. Y. (2010). Intolerance of Uncertainty Moderates the Relation Between Negative Life Events and Anxiety. *Personality and Individual Differences*, 49, 49-53.

Chit H. F. K. L. ve Read, D. W. (2016). Why Marriage?. *Structure and Dynamics*, 9(2).

Cho, M., Impett, E. A., Campos, B., Chen, S., ve Keltner, D. (2020). Socioeconomic Inequality Undermines Relationship Quality in Romantic Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(5), 1722-1742.

Choi, H., ve Marks, N. F. (2013). Marital Quality, Socioeconomic Status, and Physical Health. *Journal of Marriage and Family*, 75(5), 1094-1110.

Ciria, L. F., Quintero, M. J., López, F. J., Luque, D., Cobos, P. L., ve Morís, J. (2021). Intolerance of Uncertainty and Decisions About Delayed, Probabilistic Rewards: A Replication and Extension of Luhmann, C. C., Ishida, K., ve Hajcak, G. (2011). *PLOS ONE*, 16(9), E0256210.

Clark, D. A. ve Beck, A. T. (2012). *The Anxiety ve Worry Workbook: The Cognitive Behavioral Solution*. New York: *The Guilford Press*.

Cobos, P. L., Quintero, M. J., López, F. J., Luque, D., Ciria, L. F., ve Morís, J. (2024). Intolerance of Uncertainty Does Not Significantly Predict Decisions About Delayed, Probabilistic Rewards: A Failure To Replicate Luhmann, C. C., Ishida, K., ve Hajcak, G. (2011). *PLOS ONE*, 19(7), Article E0298503.

Coontz, S. (2016). Gender Equality and Economic Inequality: Impact On Marriage. *Gender and Couple Relationships*, 79-90.

Coppola, L., ve Quartuccio, D. (2012). Partners' income and Decision Making. 46th Scientific Meeting of the Italian Statistical Society.

Cortez, G. R., Lee, S. ve Roberson, P. N. (2020). Get Healthy To Marry Or Marry To Get Healthy?. *Personal Relationships*, 27(3), 613-629.

Crapo, J. S., Turner, J. J., Kopystynska, O., Bradford, K., ve Higginbotham, B. J. (2021). Financial Stress and Perceptions of Spousal Behavior Over Time in Remarriages. *Journal of Family and Economic Issues*, 42, 300-313.

Crawford, D. K., ve Bodine, R. J. (1996). *Conflict Resolution Education: A Guide To Implementing Programs in Schools, Youth-Serving Organizations, and Community and Juvenile Justice Settings*. U.S. Department of Justice.

Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Turkish Psychological Counseling ve Guidance Journal*, 4(39).

Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Turkish Psychological Counseling ve Guidance Journal*, 4(39).

Çarkit, E. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Covid-19 Korkusunun Yordayıcısı Olarak Belirsizliğe Tahammülsüzlük. *Maarif Mektepleri Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(1), 33-42.

Çatal, M. T. ve Kalkan, M. (2019). Evli Bireylerin Evlilik Değerleri Evlilik Doyumu ve Evlilik Tipleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi,* 3(6), 179-186.

Çayırtepe, M. (2021). Aile Sağlığı Merkezine Kayıtlı 65 Yaş ve Üzeri Bireylerde Covid-19 Anksiyetesi ve Depresyon Sıklığının Araştırılması [Yayımlanmamış tıpta uzmanlık tezi]. Sağlık Bilimleri Üniversitesi.

Çelik, S. ve Köse, G. G. (2021). Mediating Effect of Intolerance of Uncertainty in the Relationship Between Coping Styles With Stress During Pandemic (Covid-19) Process and Compulsive Buying Behavior. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 110, 110321.

Dağlı, F., ve Esin, N. N. (2021). Covid-19 Küresel Salgınında Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Sağlık Anksiyetesi ile İlişkisinin incelenmesi. *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences,* 7(47), 2522-2531.

Delatorre, M. Z., ve Wagner, A. (2018). Marital Conflict Management of Married Men and Women. *Psico-Usf,* 23, 229-240.

Demir, M., Günaydın, Y. ve Demir, Ş. Ş. (2020). Koronavirüs (Covid-19) Salgınının Türkiye'de Turizm Üzerindeki Öncülleri, Etkileri ve Sonuçlarının Değerlendirilmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research,* 6(1).

Demir, M., Kılıçkaya, O. ve Yaman, S. S. (2023). Pandemi Sürecinde Spor Emekçilerinin Savunmacı Kötümserlik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeylerinin Farklı Değişkenler ile incelenmesi. *International Journal of Holistic Health, Sports and Recreation*, 2(1), 66-80.

Deutsch, M. (1973). Conflicts: Productive and Destructive. in F. E. Jandt (Ed.), *Conflict Resolution Through Communication.* New York: Harper ve Row.

Deutsch, M. (2006). Cooperation and Competition. in M. Deutsch, P. T. Coleman, ve E. E. Marcus (Eds.), *The Handbook of Conflict Resolution: Theory and Practice* (pp. 21-40). Jossey Bass.

Devonshire, J. M., Cummings, E. M., ve Wang, L. (2023). Long-Term Interparental Conflict Behavior and Knowledge Change After A Brief Family Intervention. *Journal of Family Psychology,* 37(1), 92-102.

Dew, J., ve Tulane, S. (2015). The Association Between Time Spent Using Entertainment Media and Marital Quality in A Contemporary Dyadic National Sample. *Journal of Family and Economic Issues,* 36, 621-632.

Driggs, T. M., Lebaron-Black, A. B., Saxey, M. T., Hill, E. J., James, S. L., Yorgason, J. B., ve Holmes, E. K. (2023). All's Not Fair in Love and Work: Financial Distress, Work-Family Spillover, and Relationship Satisfaction in Newly-Married Couples. Community, Work ve Family, 1-21.

Dugas, M. J., Schwartz, A., ve Francis, K. (2004). Brief Report: Intolerance of Uncertainty, Worry, and Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 28(6), 835-842.

Duman, N. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Covıd-19 Korkusu ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük. Sosyal Bilimler Dergisi, 4(8), 426-437.

Eads, A., ve Tach, L. (2016). Wealth and Inequality in the Stability of Romantic Relationships. *RSF: The Russell Sage Foundation Journal of the Social Sciences*, 2(6), 197-224.

Eken, F. O. ve Ebadi, H. (2018). Anksiyetenin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinde Tükenmişliğin Aracı Rolü. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 112-126.

Erden, E. (2021). *Toplum Ruh Sağlığı Merkezine Devam Eden Hastaların Covid-19 Pandemi Sürecinden Etkilenme Durumları* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

Erdoğan, A. ve Hocaoğlu, A., (2020). Psychiatric Aspect of Infectious Diseases and Pandemic: A Review. *Turkish Journal of Clinical Psychiatry,* 23, 72-80.

Erdoğan, E. G. ve Kaya, Z. I. (2024). Covıd-19 Pandemisinin Hemşirelerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyine Etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 11(1), 52-60.

Erdoğan, T., Ünsar, S. ve Süt, N. (2009). Stresin Çalışanlar Üzerindeki Etkileri: Bir Araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İİBF Dergisi*, 14(2).

Erdoğdu, Y., Koçoğlu, F. ve Sevim, C. (2020). Covid-19 Pandemisi Sürecinde Anksiyete ile Umutsuzluk Düzeylerinin Psikososyal ve Demografik Değişkenlere Göre incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23, 24-37.

Erguvan, F. M. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri ile Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi.

Ergüneş, T. (2005). Terör Olayı Sonrasında Mağdurlarda Görülen Psikiyatrik Bozukluklar [Tıpta uzmanlık tezi].

Erkuş, A. (1994). *Psikolojik Terimler Sözlüğü*. Ankara: Emel Matbaacılık.

Ersanlı, K. ve Kalkan, M. (2008). *Evlilik İlişkilerini Geliştirme (Kuram ve Uygulama).* Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Ertürk, A. A. (2014). *Çocukluk Çağı Travmaları, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Depresyon ve Disosiyatif Yaşantıların Şizofreninin Klinik Özellikleri Üzerindeki Etkileri* [Uzmanlık Tezi]. Gazi Üniversitesi.

Esenkaya, M. U. A. (2022). Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitim Alan Üniversite Öğrencilerinin Yardımseverlik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından incelenmesi. *Social Mentality and Researcher Thinkers Journal (Smart Journal)*, 6(35), 1519-1530.

Espinosa, J., Friedman, J., ve Yevenes, C. (2014). Adverse Shocks and Economic Insecurity: Evidence From Chile and Mexico. *Review of Income and Wealth,* 60, S141-S158.

Fernandes-Pires, J. A., del Sequeros Pedroso-Chaparro, M., Jiménez-Gonzalo, L., Márquez-González, M., Cabrera, I., ve Losada-Baltar, A. (2023). Marital Satisfaction and Mental Health in Adults Over 40 Years Old. Associations with Self-Perceptions of Aging and Stress Related to the COVID–19 Pandemic. *The Spanish Journal of Psychology, 26*, e14.

Fidan, İ. Ö., ve Fidan, T. (2019). Perceived Uncertainty: A Study of Validity and Reliability. In *Chaos, Complexity and Leadership 2017: Explorations of Chaos and Complexity Theory 5* (pp. 509-522). Springer International Publishing.

Fişek, G.O. (2005). Gelenekten Değişime: Türkiye'de Aile ve Ergenler. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Adolesan Sağlığı Sempozyum Dizisi,* (43) 39-49.

Fitzpatrick, M. A. (1987). Marriage and Verbal İntimacy. In V.J. Derlega ve J.Berg(Ed.). *Self-Disclosure: Theory, Research and Therapy*. (S.235-257). Newyork: Plenum.

Fitzpatrick, M. A. ve Ritchie, L. D. (1994). Communication Schemata Within the Family: Multiple Perspectives On Family Interaction. *Human Communication Research*, 20, 275-301.

Frankham, C., Richardson, T., ve Maguire, N. (2020). Do Locus of Control, Self-Esteem, Hope and Shame Mediate the Relationship Between Financial Hardship and Mental Health?. *Community Mental Health Journal*, 56(3), 404-415.

Freeston, M. H., Rhéaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., ve Ladouceur, R. (1994). Why Do People Worry?. *Personality and Individual Differences*, 17(6), 791-802.

Freitas, A. R., Napimoga, M., ve Donalisio, M. R. (2020). Assessing the Severity of Covid-19. *Epidemiol. Serv. Saúde* 29 (2).

Frenkel-Brunswick, E. (1949). Intolerance of Ambiguity as Emotional and Perceptual Personality Disposition. *Journal of Personality,* 18, 103-143.

Freud, S. (1987). *Beyond the Pleasure Principle*. New York, Norton.

Frost, E. L., Fawole, O. I., Okedare, O. O., Salawu, M. M., Kiene, S. M., Augusto, C., ve Reed, E. (2023). Money, Economic Abuse, and Food Insecurity: A Qualitative Study Among Young Nigerian Women With A History of intimate Partner Violence. *Adolescents*, 3(2), 330-342.

Furnham, A., ve Cheng, H. (2017). Socio-Demographic Indicators, Intelligence, and Locus of Control as Predictors of Adult Financial Well-Being. *Journal of intelligence*, *5*(2), 11.

Gallagher, M. W., Zvolensky, M. J., Long, L. J., Rogers, A. H. ve Garey, L. (2020). The Impact of Covid-19 Experiences and Associated Stress On Anxiety, Depression, and Functional Impairment in American Adults. *Cognitive Therapy and Research,* 44, 1043-1051.

Garbinsky, E. N., Gladstone, J. J., Nikolova, H., ve Olson, J. G. (2020). Love, Lies, and Money: Financial Infidelity in Romantic Relationships. *Journal of Consumer Research*, 47(1), 1-24.

Garcia-Priego, B. A., Triana-Romero, A., Pinto-Galvez, S. M., ve Remes-Troche, J. M. (2020). Anxiety, Depression, Attitudes, and Internet Addiction During the Initial Phase of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic: A Cross-Sectional Study in Mexico. *Medrxiv*.

García, I., Molina, J. A., ve Navarro, M. (2007). Modelling Interdependences Between Spouses by Estimating Income Satisfaction. *Economics Bulletin*, 4(10), 1-5.

Geçtan, E. (2018). *İnsan Olmak*. İstanbul: Metis Yayınları.

Gerrans, P., Speelman, C., ve Campitelli, G. (2014). The Relationship Between Personal Financial Wellness and Financial Wellbeing: A Structural Equation Modelling Approach. *Journal of Family and Economic Issues*, 35, 145-160.

Gibson, B., Rosser, B. A., Schneider, J., ve Forshaw, M. J. (2023). The Role of Uncertainty Intolerance in Adjusting to Long-Term Physical Health Conditions: A Systematic Review. *Plos One*, 18(6), e0286198.

Gica, S., Kavakli, M., Durduran, Y., ve Ak, M. (2020). The Effect of COVID-19 Pandemic on Psychosomatic Complaints and Investigation of the Mediating Role of Intolerance to Uncertainty, Biological Rhythm Changes and Perceived COVID-19 Threat in This Relationship: A Web-Based Community Survey. *Personnel*, 11(14), 15.

Giddens, A. (2006). *Sosyoloji*. İstanbul: Ayraç.

Gladstone, J. J., Garbinsky, E. N., ve Mogilner, C. (2022). Pooling Finances and Relationship Satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 123(6), 1293.

Gladstone, J. J., Garbinsky, E. N., ve Mogilner, C. (2022). Pooling Finances and Relationship Satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 123(6), 1293.

Goddard, N. (2012). Psychology. In P. Wright, J. Stern, ve M. Phelan, M. (Eds.), *Core Psychiatry* (63–82). Elsevier.

González-Val, R., ve Marcén, M. (2017). Divorce and the Business Cycle: A Cross-Country Analysis. *Review of Economics of the Household*, 15, 879-904.

Göka, E., Türkçapar, M. H., Sayar, K., Rashid, T., Dinç, M. ve Çakır, Z. (2020). *Kaygı Çağı: Salgın Zamanlarında Ruh Sağlığı*. İstanbul: Kapı Yayınları.

Gökdeniz, İ. (2005). Üretim Sektöründeki İşletmelerin Örgüt İçi Stres Kaynakları ve Mobilyacılık Sektöründe Bir Uygulama, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13.

Gökten, E. S., ve Uyulan, C. (2021). Prediction of the Development of Depression and Post-Traumatic Stress Disorder in Sexually Abused Children Using a Random Forest Classifier. *Journal of Affective Disorders*, 279, 256-265.

Greenberger, D. ve Padesky, C. A. (2020). *Evinizdeki Terapist* (28. Basım), (Çev. Dağyaran, D.). İstanbul: Altın Kitaplar.

Grenier, S., Barette, A. M., ve Ladouceur, R. (2005). Intolerance of Uncertainty and Intolerance of Ambiguity: Similarities and Differences. *Personality and Individual Differences*, 39, 593-600.

Grennan, D. (2019). What is a Pandemic? *Jama*, 321(9).

Güdük, Ö., Güdük, Ö. ve Vural, A. (2021). Covid-19 Küresel Salgınında Sağlık Çalışanlarının Belirsizliğe Tahammülsüzlüğünün Değerlendirilmesi. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 24(1), 139-150.

Gül, G. (2016). Evlilik Biçimleri Açısından Evlilik Uyumu, İlişkilerde Yükleme Tarzları ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenlerinin İncelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.

Gültekin, E., Ekici, N. ve Tepe, F. (2011). Terör Mağduru Polislerde Travma Sonrası Stres Bozukluğu Belirtilerinin Değerlendirilmesi. *Uluslararası Güvenlik ve Terörizm Dergisi*, 2(1), 25-36.

Gürgün, G. (2020). Belirsizlik Kavramı, Belirsizlik Ölçütleri ve Belirsizliğin Makroekonomik Etkileri Üzerine Bir İnceleme. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 21-38.

Gürhan, N. (2016). *Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği*. Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.

Halter, M. J., ve Kozy, M. (2018). Depressive Disorder. *Varcarolis' Foundations of Psychiatric-Mental Health Nursing: A Clinical Approach*. St. Louis, Missouri, USA: Elsevier.

Han, D., Park, H. ve Rhee, S. Y. (2021). The Role of Regulatory Focus and Emotion Recognition Bias in Cross-Cultural Negotiation. *Sustainability*, 13(5), 2659.

Hansen, H. T. (2005). Unemployment and Marital Dissolution: A Panel Data Study of Norway. *European Sociological Review*, 21(2), 135-148.

Hart, A., Lee, J., Neppl, T. ve Greenlee, M. H. W. (2023). Emotional Distress, Economic Pressure, and Well-Being During Covid-19: The Role of a Warm Romantic Partner. *Innovation in Aging*, 7(Suppl 1), 826.

Heinberg, L. J., ve Steffen, K. (2021). Social Isolation and Loneliness During the Covid-19 Pandemic: Impact on Weight. *Current Obesity Reports*, 10, 365-370.

Hofstede, G. (2001). *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions, and Organizations Across Nations*. Thousand Oaks, Sage.

Hooker, E. D., ve Algoe, S. B. (2022). Integrating Research on Social Class and Social Relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, 16(8), E12749.

Hostetler, A. J., Desrochers, S., Kopko, K., ve Moen, P. (2012). Marital and Family Satisfaction as a Function of Work–Family Demands and Community Resources: Individual-and Couple-Level Analyses. *Journal of Family Issues*, 33(3), 316-340.

Hovardaoğlu, S. (1996). Sosyal Mübadele, Evlilikle İlgili Değerlendirmelere Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(36), 12-24.

Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., ve ... ve Cheng, Z. (2020). Clinical Features of Patients Infected with 2019 Novel Coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet*, 395(10223), 497-506.

Hudaynazarova, A., Avşaroğlu, S., Nurkoyuncu, S. ve Başarıkan, R. (2021). Yetişkinlerin Yaşam Doyumu, Yalnızlık ve Öz-Tiksinme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmaları Dergisi*, 10(1), 183-198.

Husna, D. R., ve Karyani, U. (2022). Hubungan Dukungan Sosial, Keseimbangan Kerja-Keluarga, dan Lama Pernikahan dengan Kepuasan Pernikahan Istri pada Pasangan Bekerja (Dual-Earner Couple). *Jurnal Psikologi Integratif*, 10(2), 237-249.

Islami, H. (2016). Marital Conflicts Resolution Styles. In *Cbu International Conference on Innovations in Science and Education* (pp. 569-572). Prague, Czech Republic.

Iveniuk, J., Waite, L. J., Laumann, E., Mcclintock, M. K., ve Tiedt, A. D. (2014). Marital Conflict in Older Couples: Positivity, Personality, and Health. *Journal of Marriage and Family*, 76(1), 130-144.

İğdeli, A. ve Sever, E. (2018). Belirsizlik ve Risk Kavramlarının Felsefi ve Matematiksel Açıdan İncelenmesi. *Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1-12.

İmamoğlu, O. (1993). Değişen Dünyada Değişen Aile İçi Roller. *Kadın Araştırmaları Dergisi*, 1, 58-68.

İz, F. B. (2023). The Impact of Intolerance of Uncertainty on Coping Styles among Nursing Students: The Moderating Role of Descriptive Properties. *Nurse Education in Practice*, 66, 103518.

Jackson, G. L., Krull, J. L., Bradbury, T. N., ve Karney, B. R. (2017). Household Income and Trajectories of Marital Satisfaction in Early Marriage. *Journal of Marriage and Family*, 79(3), 690-704.

Jacoby, J. (2020). Self-Tracking as an Act of Self-Care and Its Implications for Patient Agency: A Designer's Point of View. *Diabetes Complications*, 4(3), 1-6.

Jang, M. Y., ve Choi, M. K. (2015). Influence of Marital Conflict on Children's Aggression: The Mediation Effect of Co-Parenting. *Family and Environment Research*, 53(5), 567-580.

Jassi, A., Shahriyarmolki, K., Taylor, T., Peile, L., Challacombe, F., Clark, B. ve Veale, D. (2020). OCD and Covid-19: A New Frontier. *The Cognitive Behaviour Therapist*, 13, 1-11.

Jeanfreau, M. M., Holden, C., ve Brazeal, M. (2020). Our Money, My Secrets: Why Married Individuals Commit Financial Infidelity. *Contemporary Family Therapy*, 42, 46-54.

Jeffrey, L., Browne, M., Rawat, V., Langham, E., Li, E., ve Rockloff, M. (2019). Til Debt Do Us Part: Comparing Gambling Harms Between Gamblers and Their Spouses. *Journal of Gambling Studies*, 35, 1015-1034.

Jimenez, M. A., ve Roig, M. (2021). A New Global Deal Must Promote Economic Security. Https://Www.Un.Org/Development/Desa/Dspd/Wp-Content/Uploads/Sites/22/2021/02/Pb_90-1.Pdf

Johnson, L., Chen, Y., Stylianou, A., ve Arnold, A. (2022). Examining the Impact of Economic Abuse on Survivors of Intimate Partner Violence: A Scoping Review. *BMC Public Health*, 22(1), 1014.

Johnson, M. D., Stanley, S. M., ve Rhoades, G. K. (2023). Does Income Moderate Basic Relationship Processes? *Journal of Marriage and Family*, 85(1), 72-91.

Jones, E., ve Wessely, S. (2007). A Paradigm Shift in the Conceptualization of Psychological Trauma in the 20th Century. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(2), 164-175.

Kaçar, M. ve Parlar, H. (2019). Uzun Süreli Flörtün Bireylerin Evlilik Algısı Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (35), 715-730.

Kafes, A. Y. (2021). Depresyon ve Anksiyete Bozuklukları Üzerine Bir Bakış. *Humanistic Perspective*, 3(1), 186-194.

Kalyon, A. (2018). *Anksiyete Duyarlılığının ve Sosyal Anksiyeteye Eşlik Eden Anksiyete Duyarlılığının Azaltılmasında Bilişsel-Davranışçı Müdahale Programının Etkisi*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi.

Kanter, J. B., ve Proulx, C. M. (2021). Understanding the Early Years of Socioeconomically Disadvantaged Couples' Marriages. *Family Process*, 60(3), 847-861.

Kaplinsky, R. (2001). Globalisation and Economic Insecurity. *Ids Bulletin*, 32(2), 13-24.

Karamustafalıoğlu, O. ve Akpınar, A. (2010). *Anksiyete Bozuklukları, Aile Hekimleri için Psikiyatri*. İstanbul: MT Uluslararası Yayıncılık.

Karamustafalıoğlu, O. ve Yumrukçal, H. (2011). Depression and Anxiety Disorders. *The Medical Bulletin of Sisli Etfal Hospital*, 45(2), 65-74.

Karaoğlan, Ç. (2020). Şiddet Gören Kadınların Depresyon, Psikolojik Dayanıklılık ve Benlik Saygıları Üzerine Bir Araştırma [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.

Karataş, Z. ve Tagay, Ö. (2021). The Relationships Between Resilience of the Adults Affected by the Covid Pandemic in Turkey and Covid-19 Fear, Meaning in Life, Life Satisfaction, Intolerance of Uncertainty and Hope. *Personality and Individual Differences*, 172, 110592.

Karataş, Z. ve Yavuzer Y. (2019). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları* (2. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Karcıoğlu, F. ve Alioğulları, Z. (2012). Çatışmanın Nedenleri ve Çatışma Yönetim Tarzları İlişkisi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 26(3-4), 215-237.

Kasapoğlu, F. (2020). COVID-19 Salgını Sürecinde Kaygı ile Maneviyat, Psikolojik Sağlamlık ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Turkish Studies*, 15(4), 599-614.

Kashian, N. (2019). The Influence of Channel, Flooding, and Repair on Effective Couple Conflict Communication. *International Journal of Communication*, 13, 20.

Kashian, N. (2023). The Impact of Media Use on the Spillover and Crossover Effect of Couple Conflict. *New Media ve Society*, 25(7), 1542-1560.

Kavlak, O., ve Şirin, A. (2009). Maternal Bağlanma Ölçeği'nin Türk Toplumuna Uyarlanması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 188-203.

Kaya, A. (2016). *Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim* (9. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Kaya, A. G. ve Buğa, A. (2021). Anne Babaların Ebeveyn Davranışlarının ve Evlilik Doyumlarının İncelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 21(51), 371-410.

Ke, D. (2021). Who Wears the Pants? Gender Identity Norms and Intrahousehold Financial Decision-Making. *The Journal of Finance*, 76(3), 1389-1425.

Keane, T. M., Marshall, A. D., ve Taft, C. T. (2006). Posttraumatic Stress Disorder: Etiology, Epidemiology, and Treatment Outcome. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 2, 161-197.

Kessler, R. C., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Benjet, C., Bromet, E. J., et al. (2017). Trauma and PTSD in the WHO World Mental Health Surveys. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(5), 1353383.

Kimmes, J. G., May, R. W., Seibert, G. S., Jaurequi, M. E., ve Fincham, F. D. (2018). The Association Between Trait Mindfulness and Cardiovascular Reactivity During Marital Conflict. *Mindfulness*, 9, 1160-1169.

Knudson, R. M., Sommers, A. A., ve Golding, S. L. (1980). Interpersonal Perception and Mode of Resolution in Marital Conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(5), 751-763.

Koca, D. A. (2013). Bir Aile Eğitim Programının Evli Annelerin Evlilik Doyumu, Evlilikte Sorun Çözme Becerisi ve Psikolojik İyi Oluşuna Etkisi [Yayımlanmamış doktora tezi]. Marmara Üniversitesi.

Koca, D. B. (2021). Bir Tıp Fakültesi 6. Sınıf Tıp Öğrencilerinin COVID-19 Salgını Açısından Bilgi, Tutum ve Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi [Yayımlanmamış tıpta uzmanlık tezi]. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi.

Köroğlu, E. (2006). *Depresyon Nedir? Nasıl Baş Edilir?* Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Köroğlu, E. (Ed.). (2014). *DSM-5 Tanı Ölçütleri* (Köroğlu, E., Çev. Ed.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Kravchenko, I. Y. (2022). Economic Violence as a Way of Committing Domestic Violence: Differentiation of Administrative Offense from Crime. *Analìtično-Porìvnâl'ne Pravoznavstvo*.

Kring, A. M. ve Johnson, S. L. (2018). *Abnormal Psychology: The Science and Treatment of Psychological Disorders*. John Wiley and Sons.

Krstić, K., Zotović, M., ve Mihić, I. (2012). Procesi u brakovima starih. *Primenjena Psikologija*, 5(3), 241-257.

Kuang, K., ve Gettings, P. E. (2021). Uncertainty Management in Sexual Communication: Testing the Moderating Role of Marital Quality, Relational Closeness, and Communal Coping. *Health Communication*, 36(11), 1368-1377.

Kublay, D. ve Oktan, V. (2015). Evlilik Uyumu: Değer Tercihleri ve Öznel Mutluluk Açısından İncelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(44), 25-35.

Küçükkömürler, S. (2017). Belirsizliğin Psikolojik Etkileri. *Nesne-Psikoloji Dergisi*, 5(10), 329-344.

Lavner, J. A., ve Clark, M. A. (2017). Workload and Marital Satisfaction Over Time: Testing Lagged Spillover and Crossover Effects During the Newlywed Years. *Journal of Vocational Behavior*, 101, 67-76.

Lazarus, A. ve Lazarus, C. (2006). *60 Saniyede Terapi: Bu Çılgın Dünyada Aklını Korumanın 101 Yolu*, Çeviri: Derya Öztürk.

Lebaron-Black, A. B., Dew, J. P., Wilmarth, M. J., Holmes, E. K., Serido, J., Yorgason, J. B., ve James, S. (2024). Pennies and Power: Finances, Relational Power, and Marital Outcomes. *Family Relations*.

Lee, J. Y., Lee, S. J., Volling, B. L., ve Grogan-Kaylor, A. C. (2023). Examining Mechanisms Linking Economic Insecurity to Interparental Conflict Among Couples with Low Income. *Family Relations*, 72(3), 1158-1185.

Lee, J., Yoo, J., Chin, M., Son, S., Sung, M., ve Chang, Y. E. (2023). Pathways from Economic Hardship to Couple Conflict by Socioeconomic Status During COVID-19 in Korea. *Family Relations*, 72(1), 60-76.

Lee, S., Wickrama, K. K., Lee, T. K., ve O'Neal, C. W. (2021). Long-Term Physical Health Consequences of Financial and Marital Stress in Middle-Aged Couples. *Journal of Marriage and Family*, 83(4), 1212-1226.

Lekhak, N., Bhatta, T. R., Goler, T. D., Kahana, E., ve Rathi, S. (2022). Coping with Uncertainty: Use of Contemplative Practices Amid the COVID-19 Pandemic in the United States. *Holistic Nursing Practice*, 10-1097.

Li, Q., Guan, X., Wu, P., Wang, X., Zhou, L., Tong, Y., ve ... ve Xing, X. (2020). Early Transmission Dynamics in Wuhan, China, of Novel Coronavirus–Infected Pneumonia. *New England Journal of Medicine*, 382, 1199-1207.

Li, S., Ng, J. C. K., ve Hui, C. M. (2022). For You and for Me: Harvesting the Benefits of Prosocial Spending in Romantic Relationships. *The Journal of Positive Psychology*, 17(1), 59-69.

Li, X., Wheeler, B. E., James, S. L., Lebaron-Black, A. B., Holmes, E. K., ve Yorgason, J. B. (2024). For Richer, for Poorer: Financial Behaviors, Power (Im) Balance, and Relational Aggression Among Different-Gender Newlyweds in the US. *Family Process*, 63(1), 176-191.

Lim, H., ve Morgan, P. (2021). Financial Integration and Financial Conflict: Does Less Financial Integration Relate to Increased Financial Conflict Between Romantic Partners?. *Journal of Family and Economic Issues*, 42, 273-281.

Lin, C. Y. (2020). Social Reaction Toward the 2019 Novel Coronavirus (COVID-19). *Social Health and Behavior*, 3(1), 1-2.

Lipsitch, M., Riley, S., Cauchemez, S., Ghani, A. C., ve Ferguson, N. M. (2009). Managing and Reducing Uncertainty in an Emerging Influenza Pandemic. *N Engl J Med*, 361.

Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., ... ve Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child ve Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218-1239.

Locksley, A. (1982). Social Class and Marital Attitudes and Behavior. *Journal of Marriage and Family*, 44(2), 391-404.

Luechinger, S., Meier, S., ve Stutzer, A. (2010). Why Does Unemployment Hurt the Employed?: Evidence from the Life Satisfaction Gap Between the Public and the Private Sector. *Journal of Human Resources*, 45(4), 998-1045.

Mackey, R. A., ve O'Brien, B. A. (1995). Lasting Marriages: Men and Women Growing Together. *Journal of Marriage and Family*, 58(2), 527-542.

Maisel, N. C., ve Karney, B. R. (2012). Socioeconomic Status Moderates Associations Among Stressful Events, Mental Health, and Relationship Satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 26(4), 654-660.

Mak, I. W. C., Chu, C. M., Pan, P. C., Yiu, M. G. C., ve Chan, V. L. (2009). Long-Term Psychiatric Morbidities Among SARS Survivors. *Gen Hosp Psychiatry*, 31, 318-326.

Mansurov, T. Z., ve Rafailevna, E. S. (2021). Gender Peculiarities of the Spouse's Behavior in Family Conflicts. *Revista On Line De Política e Gestão Educacional*, 451-461.

Mcdowell, T., Melendez-Rhodes, T., Althusius, E., Hergic, S., Sleeman, G., ve Ton, N. K. M. (2013). Exploring Social Class: Voices of Inter-Class Couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 39(4), 432-446.

Mcevoy, P. M., ve Mahoney, A. E. (2011). Achieving Certainty About the Structure of Intolerance of Uncertainty in a Treatment-Seeking Sample with Anxiety and Depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(1), 112-122.

Mertens, G., Gerritsen, L., Duijndam, S., Salemink, E., ve Engelhard, I. (2020). Fear of the Coronavirus (COVID-19): Predictors in an Online Study Conducted in March 2020. *Journal of Anxiety Disorders*, 74, 102258.

Miao, X. R., Chen, Q. B., Wei, K., Tao, K. M., ve Lu, Z. J. (2018). Posttraumatic Stress Disorder: From Diagnosis to Prevention. *Military Medical Research*, 5(32), 1-7.

Miller, G., ve Steinberg, M. (1975). *Between People*. Chicago, IL: Science Research Associates.

Moghadas, S. M., Pizzi, N. J., Wu, J., ve Yan, P. (2009). Managing Public Health Crises: The Role of Models in Pandemic Preparedness. *Influenza and Other Respiratory Viruses*, 3(2).

Morriss, J., ve McSorley, E. (2019). Intolerance of Uncertainty Is Associated with Reduced Attentional Inhibition in the Absence of Direct Threat. *Behaviour Research and Therapy*, 118, 1-6.

Morriss, J., Goh, K., Hirsch, C. R., ve Dodd, H. F. (2023). Intolerance of Uncertainty Heightens Negative Emotional States and Dampens Positive Emotional States. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1147970.

Morriss, J., Goh, K., Hirsch, C. R., ve Dodd, H. F. (2023). Intolerance of Uncertainty Heightens Negative Emotional States and Dampens Positive Emotional States. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1147970.

Mospan, A. (2023). Coping with Uncertainty Stress. *Čelovek*, 34(2), 40-51.

Mrazek, P. B., ve Haggerty, R. J. (1994). *Reducing Risks for Mental Disorders: Frontiers for Preventive Intervention Research*. Washington, D.C: National Academy Press.

Murray, C. J., Abraham, J., Ali, M. K., Alvarado, M., Atkinson, C., ve Baddour, L. M. (2013). The State of US Health, 1990-2010: Burden of Diseases, Injuries, and Risk Factors. *JAMA*, 310(6), 591-606.

Müller, F., Röhr, S., Reininghaus, U., ve Riedel-Heller, S. G. (2021). Social Isolation and Loneliness During COVID-19 Lockdown: Associations with Depressive Symptoms in the German Old-Age Population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3615.

Müller, S., ve Rau, H. A. (2019). Decisions under Uncertainty in Social Contexts. *Games and Economic Behavior*, 116, 73-95.

Narcıkara, E. B. (2017). Örgüt Ortamında Artarak Yükselen Olumluluk: Pozitif Örgüt Okulu Bakış Perpektifi. *İş'te Davranış Dergisi*, 2(1), 20-33.

Nazlı, S. (2011). *Aile Danışmanlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.

Newby, J. M., O'Moore, K., Tang, S., Christensen, H., ve Faasse, K. (2020). Acute Mental Health Responses During the COVID-19 Pandemic in Australia. *PLoS One*, 15(7), e0236562.

Nikolova, M., ve Ayhan, S. H. (2019). Your Spouse Is Fired! How Much Do You Care?. *Journal of Population Economics*, 32(3), 799-844.

Noller, P. ve Hiscock, H. (1989). Fitzpatrick's Typology: An Australian Replication. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6(1), 87-91.

Nooner, K. B., Linares, L. O., Batinjane, J., Kramer, R. A., Silva, R., et al. (2012). Factors Related to Posttraumatic Stress Disorder in Adolescence. *Trauma, Violence, ve Abuse*, 13(3), 153-166.

Oglesby, M. E., ve Schmidt, N. B. (2017). The Role of Threat Level and Intolerance of Uncertainty (IU) in Anxiety: An Experimental Test of IU Theory. *Behavior Therapy*, 48(4), 427-434.

Ohlan, R. (2021). Economic Violence Among Women of Economically Backward Muslim Minority Community: The Case of Rural North India. *Future Business Journal*, 7(1), 28.

Önal, B., Kazak, A., Karakullukçu, S., ve Önal, E. (2022). Covid-19 Pandemisinin Sağlık Programlarında Öğrenim Gören Öğrencilerde Belirsizliğe Tahammülsüzlüğe Etkisi. *Sağlık Bilimlerinde Değer*, 12(1), 81-88.

Özdemir, İ., Hergül, G. Ö., Öztürk, M., ve Arslan, A. (2021). Covid-19 Pandemi Sürecinde Bir Pandemi Hastanesinde Görev Yapmakta Olan Hemşirelerde, Sosyodemografik Değişkenler, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Umutsuzluk Düzeylerinin, Algılanan Stres Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi. *Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Dergisi*, 54(3), 434-441.

Özgüven, İ. E. (2017). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Ankara: Nobel Yayınları.

Öztürk, M. O., ve Uluşahin, A. (2016). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Nobel Tıp Kitabevleri.

Pak, H., Süsen, Y., Nazlıgül, M. C., ve Griffiths, M. (2021). The Mediating Effects of Fear of COVID-19 and Depression on the Association Between Intolerance of Uncertainty and Emotional Eating During the COVID-19 Pandemic in Turkey. *International Journal of Mental Health and Addiction*.

Pak, M. D. ve Duyan, V. (2018). Marital Satisfaction of Couples with Behçet and Familial Mediterranean Fever. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 12(4), 239-249.

Panarello, D., ve Punzo, G. (2023). Chapter The Impact of Economic Insecurity on Life Satisfaction among German Citizens. In *Asa 2022 Data-Driven Decision Making*. Firenze University Press, Genova University Press.

Parekh, R. (2017). *What Is Depression? American Psychiatric Association*. https://www.psychiatry.org/Patients-Families/Depression/What-Is-Depression (Erişim Tarihi: 05.08.2024).

Parlapani, E., Holeva, V., Nikopoulou, V. A., Sereslis, K., Athanasiadou, M., Godosidis, A. I., Stephanou, T., ve Diakogiannis, T. (2020). Intolerance of Uncertainty and Loneliness in Older Adults during the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 842.

Parlar, H. ve Akgün, Ş. (2018). Evlilikte Bilinçli Farkındalık, Evlilik Doyumu ve Problem Çözme Becerileri İlişkilerinin İncelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 1(1), 11-21.

Peetz, J., Meloff, Z., ve Royle, C. (2023). When Couples Fight About Money, What Do They Fight About?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(11), 3723-3751.

Peseschkıan, N. (1987). *Positive Psychotherapy: Theory and Practice of a New Method*. Berlin: Springer. (First German Edition 1977 by Fischer).

Piao, X., Ma, X., ve Managi, S. (2021). Impact of the Intra-Household Education Gap on Wives' and Husbands' Well-Being: Evidence from Cross-Country Microdata. *Social Indicators Research*, 154(3), 881-900.

Pieh, C., O'rourke, T., Budimir, S., ve Probst, T. (2020). Relationship Quality and Mental Health During COVID-19 Lockdown. *PLoS One*, 15(9), e0238906.

Pierce, L., Dahl, M. S., ve Nielsen, J. (2013). In Sickness and in Wealth: Psychological and Sexual Costs of Income Comparison in Marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(3), 359-374.

Pinaeva, L. I., ve Zlobina, M. (2023). Relationships Between Intolerance of Uncertainty, Anxiety and Eating Disorders. *Reflexio*, 15(1), 48-65.

Pisu, M., Liang, M. I., Pressman, S. D., Ryff, C. D., Patel, M. R., Hussein, M., ... ve Martin, M. Y. (2023). Expanding Research on the Impact of Financial Hardship on Emotional Well-Being: Guidance of Diverse Stakeholders to the Emotional Well-Being and Economic Burden of Disease (Emot-Econ) Research Network. *Frontiers in Psychology*, 14, 1196525.

Qi, W., Gevonden, M., ve Shalev, A. (2016). Prevention of Post-Traumatic Stress Disorder After Trauma: Current Evidence and Future Directions. *Current Psychiatry Reports*, 18, 1-11.

Rapp, I., ve Stauder, J. (2020). Mental and Physical Health in Couple Relationships: Is It Better to Live Together?. *European Sociological Review*, 36(2), 303-316.

Ratnasari, Y., ve Fatheya, F. (2022). Income Earner Status and Couple Type and Its Impact on Marital Satisfaction. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 26(1), 14-24.

Rehman, S. U., Ullah, R., Imran, M., Iqbal, K., Saleem, Z., ve Khattak, S. R. (2021). Intolerance of Uncertainty and Mental Well-Being: Important Role of Loneliness and Fear of COVID-19: Evidence from Higher Educational Institutions. *Multicultural Education*, 7, 147-154.

Richter, E. P., Brähler, E., Stöbel-Richter, Y., Zenger, M., ve Berth, H. (2020). The Long-Lasting Impact of Unemployment on Life Satisfaction: Results of a Longitudinal Study Over 20 Years in East Germany. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18, 1-7.

Robins, R. W., Caspi, A., ve Moffitt, T. E. (2000). Two Personalities, One Relationship: Both Partners' Personality Traits Shape the Quality of Their Relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 251–259.

Robles, T. F., ve Kane, H. S. (2014). The Attachment System and Psychology in Adulthood: Normative Processes, Individual Differences, and Implications for Health. *Journal of Personality*, 82(6), 515-527.

Rogowska, A. M., Kuśnierz, C., ve Bokszczanin, A. (2020). Examining Anxiety, Life Satisfaction, General Health, Stress and Coping Styles During COVID-19 Pandemic in

Polish Sample of University Students. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 797.

Rohde, N. (2023). Economic Insecurity, Nativism, and the Erosion of Institutional Trust. *Journal of Economic Behavior ve Organization*, 212, 1017-1028.

Rosser, B. A. (2019). Intolerance of Uncertainty as a Transdiagnostic Mechanism of Psychological Difficulties: A Systematic Review of Evidence Pertaining to Causality and Temporal Precedence. *Cognitive Therapy and Research*, 43(2), 438-463.

Roszkowski, M. J., ve Grable, J. E. (2009). Evidence of Lower Risk Tolerance among Public Sector Employees in Their Personal Financial Matters. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 82(2), 453-463.

Rusu, P. P., Hilpert, P., Falconier, M., ve Bodenmann, G. (2018). Economic Strain and Support in Couple: The Mediating Role of Positive Emotions. *Stress and Health*, 34(2), 320-330.

Sağlık Bakanlığı (2020a). *Türkiye'deki Güncel Durum*. https://covid19.saglik.gov.tr/ (Erişim Tarihi: 23.07.2024).

Saleh, A. ve Watson, R. (2017). Business Excellence in a Volatile, Uncertain, Complex and Ambiguous Environment (BEVUCA). *The TQM Journal*, 705-724.

Sardoğan, M. E. ve Karahan, T. F. (2005). Evli Bireylere Yönelik Bir İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programının Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeylerine Etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 89-102.

Sarı, E., Işık, C. ve Baran, N. (2022). Yeni Koronavirüs (COVID-19) Pandemisinde Ebelik Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeylerinin Uyku Kalitesi ile İlişkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(3), 991-1001.

Sarı, T. (2015). Pozitif Psikoterapi: Gelişimi, Temel İlk Eve Yöntemleri ve Türk Kültürüne Uygulanabilirliği. *The Journal of Happiness ve Well-Being*, 3(2), 182-203.

Sarıçam, H. (2014). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün mutluluğa etkisi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *4*(8), 1-12.

Saricali, M., Satici, S. A., Satici, B., Gocet-Tekin, E. ve Griffiths, M. D. (2020). Fear of COVID-19, Mindfulness, Humor, and Hopelessness: A Multiple Mediation Analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-14.

Satıcı, B., Sarıcalı, M., Satıcı, S. A. ve Griffiths, M. D. (2020). Intolerance of Uncertainty and Mental Wellbeing: Serial Mediation by Rumination and Fear of COVID-19. *International Journal of Mental Health and Addiction*.

Satir, V. (2017). *İnsan Yaratmak*. Beyaz Yayınları, İstanbul.

Savaş, E. (2021). *Pandemi Sürecinde Yetişkinlerin Öz Şefkat ve Duygu Düzenleme Becerilerinin, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri ve Psikolojik Semptomları ile İlişkisinin İncelenmesi* [Yayımlanmış yüksek lisans tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi.

Saxey, M. T., Lebaron-Black, A. B., Inman, N. F., Yorgason, J. B. ve Holmes, E. K. (2024). The Earlier Couples First Discussed Finances, the Better? A Dyadic, Longitudinal Replication and Extension. *Family Relations*.

Sayar, G. ve Arkan, B. (2022). COVID-19 Pandemi Sürecinde Hemşirelerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Sabır Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 50(1), 13-21.

Sayar, K. (2006). *Ruh Hali*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Schermerhorn, A. C., Chow, S. M., ve Cummings, E. M. (2010). Developmental Family Processes and Interparental Conflict: Patterns of Microlevel Influences. *Developmental Psychology*, 46(4), 869.

Schermerhorn, A. C., Cummings, E. M., Decarlo, C. A., ve Davies, P. T. (2007). Children's Influence in the Marital Relationship. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 259-269.

Schramm, D. G., ve William Harris, V. (2011). Marital Quality and Income: An Examination of the Influence of Government Assistance. *Journal of Family and Economic Issues*, 32, 437-448.

Selek, D. (2023). Dini Başa Çıkma Stratejilerinin Evlilikte Çatışma Çözme Becerilerine Etkisinin İncelenmesi. *TSBS Bildiriler Dergisi*, (3), 91-94.

Selimoğlu, D. E., ve Beydağ, K. D. (2022). Gebelerde Koronavirüs Anksiyetesi ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyi İlişkisi. *Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 201-211.

Shrout, M. R., Wilson, S., Renna, M. E., Madison, A. A., ve Kiecolt-Glaser, J. K. (2022). Aging Couples' Satisfying Relationships and We-Talk Promote Cardiovascular Health During Conflict. *Innovation in Aging*, 6(Suppl 1), 349.

Singh, S., ve Sidhu, J. (2020). Coercive Control of Money, Dowry and Remittances Among Indian Migrant Women in Australia. *South Asian Diaspora*, 12(1), 35-50.

Smith, C. G. (1966). A Comparative Analysis of Some Conditions and Consequences of Intra-Organizational Conflict. *Administrative Science Quarterly*, 10(4), 504-524.

Snyder, R., Shapiro, S., ve Treleaven, D. (2012). Attachment Theory and Mindfulness. *J Child Fam Stud*, 21, 709-717.

Sokolovic, N., Plamondon, A., Rodrigues, M., Borairi, S., Perlman, M., ve Jenkins, J. M. (2021). Do Mothers or Children Lead the Dance? Disentangling Individual and Influence Effects During Conflict. *Child Development*, 92(2), E143-E157.

Sokolski, D. M. ve Hendrick, S. S. (1999). Fostering Marital Satisfaction. *Family Therapy*, 26(1), 39-49.

Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., ve Sasangohar, F. (2020). Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), e21279.

Soylu, Y. (2021). The Psychophysiological Effects of the COVID-19 Quarantine in the College Students. *Physical Education of Students*, 25(3), 158-163.

Soylu, Y. ve Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik Uyumunun Empatik Eğilim, İletişim ve Çatışma Çözme Stillerine Göre Yordanması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 44-54.

Stancato, D. M., Keltner, D., ve Chen, S. (2024). The Gap Between Us: Income Inequality Reduces Social Affiliation in Dyadic Interactions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 50(8), 1280-1296.

Sun, X., McHale, S. M., Crouter, A. C., ve Jones, D. E. (2017). Longitudinal Links Between Work Experiences and Marital Satisfaction in African American Dual-Earner Couples. *Journal of Family Psychology*, 31(8), 1029.

Sümer, N., Oruçlular, Y., ve Çapar, T. (2015). Bağlanma ve Bağımlılık: Kuramsal Çerçeve ve Değerlendirme Çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 16(4), 192-209.

Şahin, E., Turk, F. ve Hamamcı, Z. (2022). COVID-19 Pandemi Sürecinde Depresyon, Anksiyete ve Stres ile Başa Çıkma Tutumlarının Sosyal Medya Bağımlılığıyla İlişkisi. *Erciyes İletişim Dergisi*, 9(1), 165-186.

Şahinler, Y. (2021). COVID-19 Sürecinde Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeylerinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 13-26.

Şimşek, M. Ş., Akgemci, T., ve Çelik, A. (2011). *Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış*. Ankara.

Taha, S., Matheson, K., Cronin, T., ve Anisman, H. (2014). Intolerance of Uncertainty, Appraisals, Coping, and Anxiety: The Case of the 2009 H1N1 Pandemic. *British Journal of Health Psychology*, 19(3), 592-605.

Tampieri, A. (2022). The Effects of Educational Assortative Matching on Job and Marital Satisfaction. *Journal of Behavioral and Experimental Economics*, 98, 101849.

Tantan Ulu, Ş., ve Yaka, B. (2019). Kaygı, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Karar Verme Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 21(1), 89-100.

Tavakol, Z., Nasrabadi, A. N., Moghadam, Z. B., Salehiniya, H., ve Rezaei, E. (2017). A Review of the Factors Associated with Marital Satisfaction. *Galen Medical Journal*, 6(3), 197-207.

TDK (2023). *Türk Dil Kurumu*.

Tekin-Çatal, M., Çelik, B. S., ve Kalkan, M. (2017). Evlilik Değerleri Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlama Çalışması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Turkish Studies International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 12(18), 621-636.

Telli, A., ve Yavuz Güler, Ç. (2023). Differentiation of Self, Forgiveness, Jealousy, and Conflict Resolution Responses Among Married Individuals: The Mediating Role of Relationship Satisfaction, Relationship Adjustment, and Emotional Dependency. *Contemporary Family Therapy*, 45(2), 157-171.

Tezer, E. (1996). Evlilik İlişkisinden Sağlanan Dayanışım: Evlilik Yaşamı Ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 1-7.

Thibaut, J. W. ve Kelley, H. K. (1959). *The Social Psychology of Groups*. New York: Wiley.

Tilahun, B. (2018, 7 Haziran). Mindfulness to Cope with Uncertainty. https://consultqd.clevelandclinic.org/mindfulness-to-cope-with-uncertainty (Erişim Tarihi: 13.08.2024).

Timurtaş, E., Avcı, E. E., Ayberk, B., Demirbüken, İ., ve Polat, M. G. (2022). COVID-19 Pandemisi Sırasında Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite, Depresyon, Stres, Uyku ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 10(1), 17-26.

Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Brigidi, B. D. ve Foa, E. B. (2003). Intolerance of Uncertainty in Obsessive-Compulsive Disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 17(2), 233–242.

Tuğba, Ö. Z. ve Tatar, A. (2020). Evlilik Doyumu ile Depresyon, Mutluluk ve Psikolojik İyi Oluş Arası İlişkide Evlilik Süresinin Aracı Rolü. *Humanistic Perspective*, 2(1), 18-31.

Tulum-Akbulut, S., Özateşler-Ülkücan, G., Erarslan-ingeç, Ö., ve Türnüklü, A. (2023). "We Agree More Than Disagree": Exploring Conflict in Alevi-Sunni Intermarriages in Turkey. *International Journal of Intercultural Relations*, 96, 101863.

Tumin, D., ve Qian, Z. (2017). Unemployment and the Transition From Separation To Divorce. *Journal of Family Issues*, 38(10), 1389-1413.

Turan, F. D. (2021). Hemşirelik Öğrencilerinin Covid-19 Fobisinin Yordayıcısı Olarak Belirsizliğe Karşı Tahammülsüzlükleri ve Sağlık Anksiyeteleri. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 5(1), 49-59.

Turan, M. ve Çelikyay, H. H. (2020). Türkiye'de Kovid-19 ile Mücadele: Politikalar ve Aktörler. *Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi*, 1-25.

Turğut, M. (2011). *Türkiye Aile Yapısı Araştırması*. Ankara: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.

Turhan, M., ve Boyacıoğlu, N. E. (2022). Covid-19 Hastalığı Tanısı Alan Hastalarda Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Ölüm Kaygısı. *Sağlık ve Yaşam Bilimleri Dergisi*, 4(3), 272-278.

Türkçapar, H. (2004). Anksiyete Bozukluğu ve Depresyonun Tanısal İlişkileri. *Klinik Psikiyatri*, 4, 12-16.

Türkçapar, M. H. (2004). Anksiyete Bozukluğu ve Depresyonun Tanısal İlişkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 4, 12-16.

Uras, B. R. (2020). Finance and Development: Rethinking the Role of Financial Transparency. *Journal of Banking ve Finance*, 111, 105721.

Uzun, K., ve Karataş, Z. (2018). Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Yordayıcısı Olarak Endişe ile İlgili Olumlu ve Olumsuz İnançlar. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(4), 1267-1276.

Ünal, Ö. ve Akgün, S. (2022). Evlilikte Çatışma Çözme Stillerinin Evlilik Uyumu ve Doyumu ile İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(3), 1-1.

Ünüvar, P. ve Tagay, Ö. (2015). Çalışan Evli Kadınların Toplumsal Cinsiyet Rolleri, Yaşam, İş Doyumu ve Evlilik Uyumlarının İncelenmesi. *Kadın/Woman 2000*, 16(1).

Ünver, D., ve Güloğlu, B. (2021). Covid-19 Pandemisinde Evli Bireylerde Depresyon, Anksiyete ve Stresin İlişkisel Yılmazlık Bağlamında İncelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 517-531.

Videbeck, S. L. (2020). *Psychiatric Mental Health Nursing* (8th Ed.). China: Lippincott Williams ve Wilkins.

Voitsidis, P., Gliatas, I., Bairachtari, V., Papadopoulou, K., Papageorgiou, G., Parlapani, E., Syngelakis, M., Holeva, V. ve Diakogiannis, I. (2020). Insomnia During the Covid-19 Pandemic in a Greek Population. *Psychiatry Research*, 113076.

Vranceanu, A. M. (2020). Corr Insights®: Does Intolerance of Uncertainty Affect the Magnitude of Limitations or Pain Intensity?. *Clinical Orthopaedics and Related Research®*, 478(2), 389-391.

Ward, A. F., ve Lynch Jr, J. G. (2019). On a Need-To-Know Basis: How the Distribution of Responsibility Between Couples Shapes Financial Literacy and Financial Outcomes. *Journal of Consumer Research*, 45(5), 1013-1036.

Wheaton, M. G., ve Ward, H. E. (2020). Intolerance of Uncertainty and Obsessive-Compulsive Personality Disorder. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 11(5), 357.

Wheeler, B. E., Kerpelman, J. L., ve Yorgason, J. B. (2019). Economic Hardship, Financial Distress, and Marital Quality: the Role of Relational Aggression. *Journal of Family and Economic Issues*, 40, 658-672.

Whiteford, H. A., Degenhardt, L., Rehm, J., Baxter, A. J., Ferrari, A. J., ve Erskine, H. E. (2013). Global Burden of Disease Attributable To Mental and Substance Use Disorders: Findings From the Global Burden of Disease Study 2010. *The Lancet*, 382, 1575–1586.

WHO (2024). *HIV and AIDS*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids (Erişim Tarihi: 07.07.2024).

WHO (2022). *Depression*. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression (Erişim Tarihi: 07.07.2024).

WHO. (2009). *Pandemic Influenza Preparedness and Response: A Who Guidance Document*.

Wickrama, K. A., O'Neal, C. W., ve Lorenz, F. O. (2018). Marital Processes Linking Economic Hardship to Mental Health: the Role of Neurotic Vulnerability. *Journal of Family Psychology*, 32(7), 936.

Wickrama, K., ve O'Neal, C. W. (2019). Economic Hardship, Positive Affect, and Marital Processes Over Middle Years. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(10), 3239-3258.

Wikle, J. S., Leavitt, C. E., Yorgason, J. B., Dew, J. P., ve Johnson, H. M. (2021). The Protective Role of Couple Communication in Moderating Negative Associations Between Financial Stress and Sexual Outcomes for Newlyweds. *Journal of Family and Economic Issues*, 42, 282-299.

Willems, Y. E., Finkenauer, C., ve Kerkhof, P. (2020). The Role of Disclosure in Relationships. *Current Opinion in Psychology*, 31, 33-37.

Williams, K. (2003). Has the Future of Marriage Arrived? A Contemporary Examination of Gender, Marriage and Psychological Well-Being. *Journal of Health and Social Behavior*, 44, 470-487.

Williamson, H. C. (2021). The Development of Communication Behavior Over the Newlywed Years. *Journal of Family Psychology*, 35(1), 11-21.

Williamson, H. C., ve Schouweiler, M. T. (2023). Household Income Differentiates Quantity and Quality of Shared Spousal Time. *Journal of Family Psychology*, 37(4), 528.

Wilmoth, J. D., Blaney, A. D., ve Smith, J. R. (2015). Marital Satisfaction, Negative Interaction, and Religiosity: A Comparison of Three Age Groups. *Journal of Religion, Spirituality ve Aging*, 27(2-3), 222-240.

Wilson, E. O. (2000). *Sociobiology: The New Synthesis, Twenty-Fifth Anniversary Edition*. UK: Harvard University Press.

Wong, T. W., Yau, J. K., Chan, C. L., Kwong, R. S., Ho, S. M., Lau, C. C. et al. (2005). The Psychological Impact of Severe Acute Respiratory Syndrome Outbreak on Healthcare Workers in Emergency Departments and How They Cope. *Eur J Emerg Med*, 12, 13-18.

Worldometers (2024). *Covid-19 Pandemic*. https://www.worldometers.info/coronavirus/ Erişim Tarihi: 14.07.2024).

Wu, B. (2020). Social Isolation and Loneliness Among Older Adults in the Context of Covid-19: A Global Challenge. *Global Health Research and Policy*, 5(1), 27.

Yang, Q., Van den Bos, K., ve Li, Y. (2021). Intolerance of Uncertainty, Future Time Perspective, and Self-Control. *Personality and Individual Differences*, 177, 110810.

Yao, H., Chen, J. H. ve Xu, Y. F. (2020). Patients With Mental Health Disorders in the Covid-19 Epidemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(4).

Yavuz, B. ve Dilmaç, B. (2020). The Relationship Between Psychological Hardiness and Mindfulness in University Students: the Role of Spiritual Well-Being. *Spiritual Psychology and Counseling*, 5(3), 257–271.

Yavuz, S. ve Tokucu, E. (2006). Post Keynesyen İktisat ve Belirsizlik. *Marmara Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 147-161.

Yavuzer, H. (2011). *Evlilik Okulu*. Remzi Kitabevi, İstanbul.

Yıldız, M. (2012). Bağlanma Kuramı Açısından Yaşlılık Dönemine Genel Bir Bakış. *Cü Sosyal Bilimler Dergisi*, 36(1), 1-30.

Yılmaz, S. D. (2013). Prenatal Anne - Bebek Bağlanması. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 10(3), 28-33.

Yılmazçoban, A. M. (2016). Türk Aile Yapısında Evlilik Öncesi Süreç Etkisi Görücü ve Flört Tipi Yapılanma. *Turkish Studies International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 11(2), 1317-1340.

Yüksel, N. (2014). *Ruhsal Hastalıklar*. Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi.

Zhang, C., ve Liang, Y. (2023). The Impact of Education Level on Marital Satisfaction: Evidence From China. *Social Sciences ve Humanities Open*, 7(1), 100487.

Zhang, W. (2011). The Impact of Public Employment on Health and Health Inequalities: Evidence From China. *International Journal of Health Services*, 41(4), 647-678.

Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., ve Song, J. (2020). A Novel Coronavirus From Patients With Pneumonia in China. *New England Journal of Medicine*, 382, 727-733.

Zimmerman, K. J. (2010). The Influence of a Financial Management Course on Couples' Relationship Quality. Iowa State University.

Zorbaz, S. D., Kızıldağ, S., Çapan, B. E., Kara, A., ve Körük, S. (2019). *Evlilik ve Yakın İlişkiler*. Pegem Akademi Yayıncılık.

EKLER

Ek 1. Anket Formu

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. **Yaşınız:**

   .....

2. **Cinsiyetiniz:**

   Kadın ( ) Erkek ( )

3. **Medeni Durumunuz:**

   Bekâr ( ) Evli ( ) Dul ( ) Diğer ( )

4. **Eğitim Durumunuz:**

   Okuryazar değilim ( ) Okuryazarım ( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( )
   Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )

5. **Çocuğunuz var mı?**

   Evet ( ) Hayır ( )

6. **Evet ise, kaç tane?**

   Bir ( ) İki ( ) Üç ( ) Dört ( ) Beş ( ) Daha fazla ( )

7. **Çocuklarınız dışında evde bakmakla yükümlü olduğunuz biri var mı?**

   Evet ( ) Hayır ( )

8. **Şu anda çalıştığınız düzenli bir iş var mı?**

   Evet ( ) Hayır ( )

9. **Kaç yıldır çalışmaktasınız?**

   1 yıldan az ( ) 1-5 yıl arası ( ) 5-10 yıl arası ( ) 11 yıl ve üzeri ( )

10. **Çalışma şekliniz nedir?**

    Tamamen yüz yüze çalışıyorum ( ) Tamamen çevrimiçi çalışıyorum ( )
    Bazen yüz yüze, bazen çevrimiçi çalışıyorum (Hibrit çalışma modeli) ( )

11. **Hangi çalışma düzenini tercih ederdiniz?**

    Tamamen yüz yüze çalışmayı tercih ederim ( )
    Tamamen çevrimiçi çalışmayı tercih ederim ( )
    Bazen yüz yüze, bazen çevrimiçi çalışmayı tercih ederim (Hibrit çalışma modeli) ( )

12. **Günde kaç saat çalışmaktasınız?**

    4-6 saat ( ) 6-8 saat ( ) 8-10 saat ( ) 10 saat ve üzeri ( )

13. **Hangi sektörde çalışmaktasınız?**

    Özel sektör ( ) Kamu sektörü ( )

14. **Herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız var mı?**

    Evet ( ) Hayır ( )

15. **Eğer var ise, nedir?**

    .....

EKONOMİK DURUM BİLGİ ANKETİ

16. **Aylık geliriniz nedir?**

    0-17.000 TL ( ) 19.500-21.500 TL ( ) 22.000-24.000 TL ( )
    24.500-26.500 TL ( ) 27.000-29.000 TL ( ) 29.500-31.500 TL ( )
    32.000 TL ve üzeri ( )

17. **Eşinizle birlikte kazandığınız aylık toplam geliriniz ortalama ne kadardır?**

    0-35.000 TL ( ) 35.000-45.000 TL ( ) 45.000-55.000 TL ( )
    55.000-65.000 TL ( ) 65.000 TL ve üzeri ( )

18. **Eşinizle birlikte toplam kazandığınız geliri düşündüğünüzde kendinizi hangi gelir düzeyinde değerlendirirsiniz?**

    Düşük Gelirli ( ) Alt-Orta Gelirli ( ) Orta Gelirli ( )
    Üst-Orta Gelirli ( ) Yüksek Gelirli ( )

19. **Aile olarak kazandığınız aylık gelirinizin yaşam giderlerini karşılamada yeterli olduğunu düşünüyor musunuz?**

    Evet ( ) Hayır ( )

20. **Faturalarınızı ödemekte güçlük çekiyor musunuz?**

    Evet ( ) Hayır ( )

21. **Eşinizle birlikte kazandığınız toplam aylık geliri düşündüğünüzde, evinizin geçimini sağlamak sizin için ne kadar kolay veya zor?**

    Çok kolay ( ) Kolay ( ) Zor ( ) Çok zor ( )

22. **Ailede beklenmedik bir borçlanmada veya harcamalarda bunları karşılamak için biriktirmiş olduğunuz paranız var mı?**

    Evet, var ( ) Hayır, yok ( )

23. **Ekonomik olarak zorlandığınızda ve güçlükler yaşadığınızda eşinizle bu konular yüzünden ne sıklıkla tartışırsınız?**

    Neredeyse hiç ( ) Ayda 1-2 defa ( ) Haftada 1-2 defa ( )
    Her gün 1 defa ( ) Her gün 1'den fazla ( )

24. **Sosyal güvenceniz var mı?**

    Evet ( ) Hayır ( )

25. **Aile geçimini sağlamak üzere kök ailenizden (anne ve babanızdan) ekonomik destek alıyor musunuz?**

    Evet ( ) Hayır ( )

26. **Yaşadığınız finansal sorunların evliliğinizi olumsuz etkilediğini düşünüyor musunuz?**

    Evet ( ) Hayır ( )

27. **Yaşadığınız finansal sorunlar sebebiyle eşinizden ayrılmayı düşündünüz mü?**

    Evet ( ) Hayır ( )

28. **Ekonomik sorunların, borçların veya yeterli finansal güce sahip olamamanın boşanmaya sebep olduğunu düşünüyor musunuz?**

    Evet ( ) Hayır ( )

FİNANSAL İYİLİK HALİ ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki ifadelere katılım düzeyinizi belirtiniz.

"1-Kesinlikle katılmıyorum 2-Katılmıyorum 3-Kararsızım 4-Katılıyorum 5-Kesinlikle katılıyorum"

	1	**2**	**3**	**4**	**5**
1. Sahip olduğum borç nedeniyle rahatsızım.	( )	( )	( )	( )	( )
2. Öğrenci bursumu geri ödemek konusunda kaygılıyım.	( )	( )	( )	( )	( )
3. Kredi kartı borçlarımı geri ödemek konusunda kaygılıyım.	( )	( )	( )	( )	( )
4. Finansal açıdan iyi bir durumda olduğumu düşünüyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
5. Bundan beş yıl sonra kredi kartı borcumun olmayacağını düşünüyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
6. Bundan bir yıl sonra kredi kartı borcum olmayacağını düşünüyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
7. İçinde bulunduğum borçlu durumu çok düşünüyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
8. Harcama miktarım konusunda diğer insanlarla (ana-baba, arkadaşlar, diğer önemli kişiler) tartışmalar yaşıyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
9. Kendimi sıkça sahip olduğum borçları düşünürken buluyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
10. Maddi sorunlar nedeniyle hiç uyku sıkıntısı çekmiyorum.	( )	( )	( )	( )	( )

EVLİLİK DOYUMU ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki ifadelere katılım düzeyinizi belirtiniz.

"1-Bana hiç uygun değil 2-Bana uygun değil 3-Bana biraz uygun 4-Bana uygun 5-Bana tamamen uygun"

Madde	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
1. Eşimin bana değer vermediğini hissediyorum. *	( )	( )	( )	( )	( )
2. Ailelerimizin evliliğimize müdahale etmeleri ilişkimizi olumsuz etkiliyor. *	( )	( )	( )	( )	( )
3. Eşimin bedenini iyi tanırım.	( )	( )	( )	( )	( )
4. Eşim cinsel açıdan yeterlidir.	( )	( )	( )	( )	( )
5. Eşimin anne ve babasına evliliğinden daha çok önem vermesi beni mutsuz ediyor. *	( )	( )	( )	( )	( )
6. Eşimle olan cinsel yaşamımda ön sevişme önemli bir yer tutuyor.	( )	( )	( )	( )	( )
7. Cinsel yönden eşimle uyumluyum	( )	( )	( )	( )	( )
8.Eşimin bana güven duymadığını düşünüyorum. *	( )	( )	( )	( )	( )
9. Eşimle her ikimizde cinsel doyuma ulaşıyoruz.	( )	( )	( )	( )	( )
10. Bir topluluk içinde eşim beni komik duruma düşürür. *	( )	( )	( )	( )	( )
11. Eşimin ailesi ile birlikte yaşamak benim için bir kabustur. *	( )	( )	( )	( )	( )
12. Eşimin ailesinin etkisinde kalması evlilik ilişkimizi kötü etkiliyor. *	( )	( )	( )	( )	( )
13.Eşimin ailesine hayır diyememesi beni mutsuz ediyor. *	( )	( )	( )	( )	( )

*:Ters kodlanan maddeler

BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK ÖLÇEĞİ (BTÖ-12)

Lütfen aşağıdaki ifadelere katılım düzeyinizi belirtiniz.

"1-Bana hiç uygun değil 2-Bana uygun değil 3-Bana biraz uygun 4-Bana uygun 5-Bana tamamen uygun"

Madde	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
1. Beklenmedik olaylar canımı çok sıkar.	( )	( )	( )	( )	( )
2. Bir durumda ihtiyacım olan tüm bilgilere sahip değilsem sinirlerim bozulur.	( )	( )	( )	( )	( )
3. İnsan beklenmedik olaylardan (sürprizlerden) kaçınmak için daima ileriye bakmalıdır.	( )	( )	( )	( )	( )
4. En iyi planlamayı yapsam bile beklenmedik küçük bir olay her şeyi mahvedebilir.	( )	( )	( )	( )	( )
5. Geleceğin bana neler getireceğini her zaman bilmek isterim.	( )	( )	( )	( )	( )
6. Bir duruma hazırlıksız yakalanmaya katlanamam.	( )	( )	( )	( )	( )
7. Her şeyi önceden ayrıntılı bir şekilde organize edebilmeliyim.	( )	( )	( )	( )	( )
8. Belirsizlik beni hayatı dolu dolu yaşamaktan alıkoyar.	( )	( )	( )	( )	( )
9. Harekete geçme zamanı geldiğinde, belirsizlik elimi kolumu bağlar.	( )	( )	( )	( )	( )
10. Belirsizlik yaşadığımda pekiyi çalışamam.	( )	( )	( )	( )	( )
11. En küçük bir şüphe bile hareket etmemi engeller.	( )	( )	( )	( )	( )
12. Tüm belirsiz durumlardan uzak durmak zorundayım.	( )	( )	( )	( )	( )

ÖZGEÇMİŞ

Fatmanur YÜKSEL, 2017-2024 yılları arasında Marmara Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde öğrenim 2022 yılında İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programına başlamıştır. Lisans eğitimi sürecinde, Ağustos-Eylül 2021 döneminde Amatem/Yataklı Psikiyatri Servisi ve Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde psikoloji stajı yapmıştır. Bu stajların ardından, 2021-2022 yılları arasında Mentalium Danışmanlık Merkezi'nde Asistan Psikolog olarak stajına devam etmiştir. Mayıs-Aralık 2022 tarihleri arasında ise Özel Moodist Hastanesi'nde Asistan Psikolog (DEKAP) olarak görev almıştır.