

**T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**



**EVLİ BİREYLERDE ALEKSİTİMİNİN EVLİLİK UYUMU  
ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Burcu KOPAR**

**Psikoloji Ana Bilim Dalı  
Psikoloji Yüksek Lisans Programı**

**Tez Danışmanı: Prof. Dr. Uğur TEKİN**

**Ocak, 2019**

**T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**



**EVLİ BİREYLERDE ALEKSİTİMİNİN EVLİLİK UYUMU  
ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Burcu KOPAR  
(Y1612.270013)**

**Psikoloji Ana Bilim Dalı  
Psikoloji Yüksek Lisans Programı**

**Tez Danışmanı: Prof. Dr. Uğur TEKİN**

**Ocak, 2019**

**T.C.**  
**İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ**



**YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU**

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı **Y1612.270013** numaralı öğrencisi **Burcu KOPAR**'ın "**EVLİ BİREYLERDE ALEKSİTİMİNİN EVLİLİK UYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**" adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 13.08.2018 tarih ve 2018/23 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği/oyçokluğu ile Tezli Yüksek Lisans tezi 31.01.2019 tarihinde kabul edilmiştir.

	<u>Unvan</u>	<u>Adı Soyadı</u>	<u>Üniversite</u>	<u>İmza</u>
<b>Danışman</b>	Prof. Dr.	Uğur TEKİN	İstanbul Aydın Üniversitesi	
<b>Asıl Üye</b>	Dr. Öğr. Üyesi	Şahide Güliz KOLBURAN	İstanbul Aydın Üniversitesi	
<b>Asıl Üye</b>	Prof. Dr.	Ahmet ŞİRİN	Marmara Üniversitesi	
<b>Yedek Üye</b>	Dr. Öğr. Üyesi	Engin EKER	İstanbul Aydın Üniversitesi	
<b>Yedek Üye</b>	Prof. Dr.	Halil EKŞİ	Marmara Üniversitesi	

**ONAY**

Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA  
Enstitü Müdürü

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Evli bireylerde aleksitiminin evlilik uyumu üzerindeki etkisi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (.../.../20..)

**Burcu KOPAR**

## **ÖNSÖZ**

Çalışmanın temelleri evli bireylerde evlilik uyumunun detaylı şekilde incelenmesi ve bu noktada aleksitimi rahatsızlığının, evli bireylerin uyumunu etkileme oranlarını şekillenmesi üzerin kurmuştur. Bu çalışma, evli bireylerde evlilik uyumunun aleksitimi kapsamında değerlendirilmesini amaçlamaktadır.

Çalışmanın başlangıcından tamamlanmasına kadar geçen süre içinde, tüm aşamalarda bana desteklerinden ötürü öncelikli olarak aileme, çalışma arkadaşlarıma teşekkürü bir borç bilirim. Tez danışmanım Prof. Dr. Uğur Tekin hocamın engin bilgilerini benim ile paylaşmasından, bana yol gösterici olmasından dolayı sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

**Ocak 2019**

**Burcu KOPAR**

## İÇİNDEKİLER

### Sayfa

ÖNSÖZ.....	iv
İÇİNDEKİLER .....	v
ÇİZELGE LİSTESİ.....	vii
ÖZET.....	ix
ABSTRACT .....	x
<b>1. GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
1.1 Araştırmanın Amacı .....	1
1.2 Araştırmanın Önemi .....	1
1.3 Problemler .....	1
1.4 Sayıtlılar .....	2
1.5 Sınırlılıklar .....	2
1.6 Tanımlar .....	2
<b>2. LİTERATÜR TARAMASI .....</b>	<b>4</b>
2.1 Aleksitimi .....	4
2.2 Aleksitimik Belirtiler Ve Kişilik Özellikleri .....	6
2.2.1 Duyguları fark etmede güçlük.....	7
2.2.2 Hayal kurmada kısıtlılık .....	8
2.2.3 İşlemsel düşünme .....	8
2.2.4 Dış merkezli bilişsel yapı .....	9
2.3 Aleksitimi Kuramsal Yapısı .....	10
2.3.1 Nörofizyolojik yaklaşım .....	10
2.3.2 Psikoanalitik yaklaşım .....	11
2.3.3 Sosyal öğrenme davranışçı yaklaşım .....	12
2.3.4 Bilişsel yaklaşım .....	13
2.3.5 Bilişsel davranışçı kuram .....	13
2.4 Aleksitimi İle İlgili Yapılan Araştırmalar .....	14
2.4.1 Yurt dışında yapılan araştırmalar .....	14
2.4.2 Yurt içinde yapılan araştırmalar .....	21
2.5 Evlilik Uyumu .....	25
2.5.1 Evlilik.....	25
2.5.2 Evlilik uyumu.....	26
2.6 Evlilik Uyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar .....	30
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>37</b>
3.1 Araştırmanın Modeli .....	37
3.2 Evren- Örneklem .....	37
3.3 Veri Toplama Araçları .....	37
3.3.1 Demografik soru formu .....	37
3.3.2 Toronto aleksitimi ölçeği- 20 .....	38
3.3.3 Evlilik uyumu ölçeği .....	39
3.4 Verilerin Toplanması Ve Analizi .....	40

3.4.1 Verilerin analizi ve kullanılan istatistiksel yöntemler.....	40
3.4.2 Verilerin toplanması.....	40
3.4.3 Verilerin analizi.....	40
3.5 Etik Kurallar .....	41
<b>4. BULGULARIN ANALİZLERİ .....</b>	<b>42</b>
4.1 Verilere Yönelik Analizler .....	44
4.1.1 Toronto aleksitimine göre dağılım .....	44
4.1.2 Evlilik uyumuna göre dağılım.....	55
<b>5. TARTIŞMA VE SONUÇ.....</b>	<b>59</b>
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>66</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>76</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>80</b>

## ÇİZELGE LİSTESİ

### Sayfa

<b>Çizelge 4.1</b> : Katılımcıların Cinsiyet Durumu ve Yaş Grupları Açısından Dağılımı	42
<b>Çizelge 4.2</b> : Katılımcıların Yaş Gruplarının Betimleyici İstatistik Değerleri .....	42
<b>Çizelge 4.3</b> : Katılımcıların Eğitim Düzeyi ve Çalışma Durumu Açısından Dağılımı .....	43
<b>Çizelge 4.4</b> : Katılımcıların Evlenme Biçimi ve Evlilik Süresi Açısından Dağılımı	43
<b>Çizelge 4.5</b> : Katılımcıların Sahip Olduğu Çocuk Sayısı Açısından Dağılımı.....	43
<b>Çizelge 4.6</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanı ve Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Betimleyici İstatistik Değerleri.....	44
<b>Çizelge 4.7</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puanı ve Evlilik Uyumu Ölçeği için Güvenilirlik Analizi Sonuçları .....	45
<b>Çizelge 4.8</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları ile Evlilik Uyumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi .....	45
<b>Çizelge 4.9</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları ile Evli Kişilerin Yaşlarından Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi .....	46
<b>Çizelge 4.10</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları ile Çocuk Sayısından Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi .....	46
<b>Çizelge 4.11</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları ile Evlenme Biçiminden Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi .....	47
<b>Çizelge 4.12</b> : Katılımcıların Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puanı Ortalamasını Altı ve Üzeri Olarak İkiye Bölünmüş ve İki Ayrı Grup Olarak Tanımlanmıştır .....	47
<b>Çizelge 4.13</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Puanlarının Ortalamasına Göre Evlilik Uyumu Toplam Puan Ortalaması Açısından Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılma Sonuçları.....	48
<b>Çizelge 4.14</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Cinsiyet Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	48
<b>Çizelge 4.15</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Yaş Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları .....	49
<b>Çizelge 4.16</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Eğitim Düzeyi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	50
<b>Çizelge 4.17</b> : Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Çalışma Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	51



<b>Çizelge 4.18:</b> Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Evlenme Biçimi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	52
<b>Çizelge 4.19:</b> Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Çocuk Sayısı Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları .....	53
<b>Çizelge 4.20:</b> Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Evlilik Süresi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları .....	54
<b>Çizelge 4.21:</b> Evlilik Uyumu Ölçeği ile Yaş, Çocuk Sayısı ve Evlenme Biçiminden Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi.....	55
<b>Çizelge 4.22:</b> Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Cinsiyet Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	55
<b>Çizelge 4.23:</b> Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Yaş Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	56
<b>Çizelge 4.24:</b> Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Eğitim Düzeyi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	56
<b>Çizelge 4.25:</b> Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Çalışma Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	56
<b>Çizelge 4.26:</b> Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Evlenme Biçimi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	57
<b>Çizelge 4.27:</b> Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Çocuk Sayısı Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	57
<b>Çizelge 4.28:</b> Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Evlilik Süresi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	58

# EVLİ BİREYLERDE ALEKSİTİMİNİN EVLİLİK UYUMU ÜZERİNE ETKİSİ

## ÖZET

Evlilik uyumu konusunda yapılan çalışmalar, evli bireylerin psikolojik süreçlerinin, etkilerini incelemektedir. Bu kapsamda da aleksitimi rahatsızlığının evlilik uyumuna etkileri, çalışmanın ana konusunu meydana getirmektedir. Bunun yanı sıra aleksitiminin bireylerin duygu durumlarını ifade etme açısından sorunlar yaşamasına neden olduğu bilinmektedir. Çalışmanın teorik ve kavramsal şemasının kurulması ile birlikte yapılan saha çalışmasında, anketler doğrultusunda sayısal verilere de ulaşılmıştır. Çalışma 200 kişi ile gerçekleştirilmiş ve ölçek olarak Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Evlilik Uyumu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma İstanbul ili, Beylikdüzü ilçesinde çalışan ve çalışmayan bireylerle gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 112'si (%56) kadın, 88'i (%44) erkektir. Araştırmanın verileri Demografik Soru Formu, 20 soruluk Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Evlilik Uyumu Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizi SPSS 20.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Araştırma bulgularında 111 kişi Toronto Aleksitimi Ölçeği toplam puan ortalaması altında kalırken, 89 kişi toplam puan ortalamasının altında çıkmış olup, Toronto Aleksitimi Ölçeği puanları ortalamasının altında ve üstünde olan grupları evlilik uyumu ölçeği genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U- Testi yapılmıştır ve istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır [ $p= 0,79$ ;  $p> 0.05$ ]. Araştırma bulgularında kadın- erkek arasında aleksitimi sıklığı açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Toronto Aleksitimi Ölçeği verileri ile Demografik Bilgi Formu soruları verileri arasındaki ilişki Kruskal Wallis H testi ile ölçülmüş ve aralarında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır. Evlilik Uyumu Ölçeği verileri ile Demografik Bilgi Formu soruları verileri arasındaki ilişki Kruskal Wallis H testi ile ölçülmüş ve aralarında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** *Evlilik Uyumu, Aleksitimi*

## EFFECTS ON MARRIAGE OF ALEXITY IN MARRIED INDIVIDUALS

### ABSTRACT

Studies on marital adjustment examine the effects of psychological processes of married individuals. In this context, the effects of alexithymia on marital adjustment constitute the main subject of the study. In addition, it is known that alexithymia causes problems in terms of expressing emotions of individuals. In the field study conducted with the establishment of the theoretical and conceptual scheme of the study, numerical data were obtained in line with the questionnaires. The study was carried out with 200 people and Toronto Alexithymia Scale and Marriage Compliance Scale were used as scale. The study was carried out with the individuals who were working and not working in the district of Beylikdüzü, İstanbul. The data of the study were collected by using Demographic Questionnaire, 20 questions Toronto Alexithymia Scale and Marriage Compliance Scale. Data were analyzed using SPSS 20.0 program. In the research findings, 111 people were below the mean total score of the Toronto Alexithymia Scale. Whitney U-Test was performed and no statistically significant difference was found [ $p = 0.79$ ;  $p > 0.05$ ]. There was no significant difference in the prevalence of alexithymia between men and women. The relationship between Toronto Alexithymia Scale and Demographic Data Form Questionnaire data was measured by Kruskal Wallis H test and no statistically significant relationship was found between them. The relationship between the data of the Marriage Compliance Scale and the Demographic Information Form questions were measured by Kruskal Wallis H test and no statistically significant relationship was found between them.

**Keyword:** Marriage Adaptation, Alexithymia

## **1. GİRİŞ**

### **1.1 Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı evli bireylerde aleksitiminin evlilik uyumu üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Araştırmanın ikinci amacı; demografik özelliklerin aleksitimiye ve evlilik uyumuna etkisinin incelenmesidir.

### **1.2 Araştırmanın Önemi**

Yazınlara bakıldığında aleksitimik özelliklerin bireylerde önemli ruhsal ve buna bağlı olarak somatik belirtilere neden olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Aleksitimi ilk olarak psikosomatik kuramcılar tarafından, ruh sağlığı alanında psikomatik bir durumu ve belirtiyi anlamak amacıyla ortaya konmuş bir kavramdır (Blanchard, Arena ve Pall Mayer, 1981). Sonraki zamanlarda aleksitiminin yalnızca psikosomatik hastalara özel bir durum olmadığı, sağlıklı kişilerde de görüldüğü anlaşılmıştır (Sifneos, 1988). Buradan yola çıkarak evlilik uyumu ile arasındaki ilişkinin araştırılarak, klinik ortam dışında vereceği sonuçların incelenmesi amaçlanmıştır. Literatür taramasından edindiğimiz sonuca göre; Çalışmanın aleksitimi ile evlilik uyumu üzerinde yapılmış ilk çalışma olma olasılığı düşünüldüğünde ruh sağlığı alanında kaynak olacağı düşünülmektedir.

### **1.3 Problemler**

Bu araştırmanın temel amacı evli bireylerde aleksitiminin evlilik uyumu üzerindeki etkisinin incelenmesidir. “Evli bireylerde aleksitiminin evlilik uyumu üzerinde anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

- Araştırmaya katılan evli bireylerin aleksitimi düzeyleri sosyodemografik değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?

- Araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik uyumları sosyodemografik değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?

#### **1.4 Sayıtlar**

Araştırmaya katılan evli bireylerin veri toplama araçları olan Demografik Soru Formu, 20 soruluk Toronto Aleksitimi Ölçeğine içtenlikle, doğru ve yansız olarak cevap verdikleri varsayılmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının araştırma için istenen özellikleri doğru olarak ölçtüğü varsayılmıştır. Araştırmanın örneklemini oluşturan grubun evreni temsil ettiği varsayılmaktadır. Kullanılmış olan SPSS 20.0 ölçme aracının geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

#### **1.5 Sınırlılıklar**

Araştırmanın örneklem grubu İstanbul ili Beylikdüzü ilçesinde bulunan 112 kadın, 88 erkekten oluşmaktadır.

Araştırma sonuçları Demografik Soru Formu, Toronto Aleksitimi Ölçeği-20, Evlilik Uyumu Ölçeğinden elde edilen verilerle sınırlıdır

#### **1.6 Tanımlar**

Çalışmanın kapsamı dahilinde evlilik uyumu ve aleksitiminin evli bireyler arasındaki uyumun etkileri üzerinde çalışılmıştır. Bu doğrultuda tanımlaması yapılması gereken kavramlar arasında, evlilik, uyum, evlilik uyumu, aleksitimi yer almaktadır.

Evlilik; Toplumun belirlediği kurallara uygun olarak hem örf ve gelenekler hem de medeni hukuk sınırları içerisinde, toplumun da onay vereceği kabul edilebilir bir şekilde ortaya çıkarılan bir kurum olarak kabul edilmektedir (Özügürlü, 1990).

Uyum; Türk Dil Kurumu tarafından yapılmış olan tanım kapsamında, parçaların ahenk içinde bulunması anlamına gelmektedir.

Evlilik Uyumu; Çiftlerin birbirine uyum sağlayacak şekilde değişim göstermesi, içinde buldukları yaşama ve yaşam şartlarına uyum sağlamasıdır (Spainer, 1976).

Demiray (2006), evlilik uyumunun evlilik içerisinde arzu, istek ve beklentilerin ne kadar karşılandığıyla ilişkili olduğunu ifade eder.

Aleksitimi; Duyguların fark edip ve ifade etmede yaşanan yetersizlikleri ve problemleri tanımlamak için kullanılan bir kavramdır (Şahin, 1992). Aleksitimi, duyguları tanıma zorluğu, imajinasyonda kısırlık ve içevuruk düşünme gibi kişilik özelliklerini içinde barındırmaktadır (Dereboy, 1990).

## 2. LİTERATÜR TARAMASI

Aleksitimi kavramında yer alan tanımlamaların yapılması, ilgili literatürün detaylı şekilde incelenmesi doğrultusunda gerçekleşmiştir. Bu kapsamda temel olarak aleksitimi kavramı, aleksitimiklerin kişilik özellikleri üzerinde durulmuştur. Kavramın doğru şekilde açıklanmasında, çalışmanın temel yapısının şekillenmesi büyük bir önem taşımaktadır. Evlilik kurumu sonrası ortaya çıkan tartışma ve anlaşmazlıkların temelinde iletişim bzukluğu ve bununla beraber, duyguları dile getirememe ile ilişkisi incelenmek istenmiştir. Çalışmanın bu bölümü içinde evlilik uyumu ve eşler arasında gerçekleşen ruhsal rahatsızlıkların yaratmış olduğu sorunların temel yapısı üzerinde de durulmaktadır.

### 2.1 Aleksitimi

Aleksitimi kavramı ilk olarak Sifneos (1972) tarafından Yunanca köklerden türetilerek kullanılmaya başlanmıştır. Yunaca'da; a: yok, lexis: söz, thymos: duygu sözcüklerinden oluşmuş bir kavramdır. Türk diline duygular için söz yokluğu olarak çevrilmiştir (Dereboyu, 1990). Aleksitimi ilk olarak batı toplumlarında ortaya çıkmıştır. Bazı toplumlarda insanlar çocukluktan itibaren duygularını bastırmayı ve gizlemeyi öğrenmektedir (Lesser, 1985).

Duyguların ifade edilmesinde, kişilerin psikolojik süreçlerinin büyük bir önem taşımasının yanı sıra konuya dair çalışmalar 1940'lı yılların başından itibaren çalışılmaya başlanmıştır. Belirtilmekte olan dönemler dahilinde bazı hastaların, duygularını ifade etme konusunda sıkıntılar yaşadığı tespit edilmiştir (Yemez, 2001). Klasik psikosomatik veya kronik hastalıkların yaşandığı hastaların, hayal gücü konusunda eksiklikler yaşadıkları tespit edilmiştir. Duygularını sözel ve sembolik anlamda ifade ediş şekilleri konusunda yoksunluk çekmeleri ön planda yer almaktadır. Psikonevrotik hastaların diğer hastalardan farklı oldukları ve duygularını sembolik olarak ifade edememesi göz önünde tutulmaktadır (Şaşıoğlu 2013).

Aleksitimi ilk olarak psikosomatik kuramcılar tarafından, ruh sağlığı alanında psikomatik bir durumu ve belirtiyi anlamak amacıyla ortaya konmuş bir kavramdır (Blanchard, Arena ve Pall Mayer, 1981). Sonraki zamanlarda aleksitiminin yalnızca psikosomatik hastalara özel bir durum olmadığı, sağlıklı kişilerde de görüldüğü anlaşılmıştır (Sifneos, 1988).

Aleksitiminin klinik olarak açıklanmasında somatizasyonun önemli bir yer tutmasına rağmen yapılmış olan çalışmalarda aleksitimi ile psikosomatikler arasında direkt ilişki olduğu kanıtlanamamıştır. Aleksitimik bireylerin özellikleri ile psikosomatik hastalar arasında neden-sonuç ilişkinin olmadığı, yalnızca aralarında benzerlikler olabileceği belirtilmiştir (Beach, 1994). Burdan varılacak sonuçla, aleksitiminin hastalıktan ziyade kişilik, yetersizlik olduğu görüşünü benimseyenler vardır. Taylor (1984) ve Sifneos'a (1988) göre aleksitimi bir rahatsızlık değil daha çok kişilikle ilgilidir.

Ruesch (1948), analitik terapi ile görüştüğu bazı kişilerin duygularını ve hastalıklarını fiziksel tepkiler ile ortaya koyduğunu gözlemler. Ruesch yaptığı gözlemden sonra, bilişsel gelişim dönemlerindeki bilişsel çarpıtmalar sonucu oluşan bir durum olduğu sonucuna varmıştır. Aleksitimi, bilişsel çarpıtmalar, işlevsiz olarak betimlenen uyum bozucu otomatik düşünceler sonucu oluşan bir rahatsızlıktır. Pennebaker'a göre (1989), aleksitimik özellikler kendini yansıtmaya, beceri eksikliği ve duygusal ketlenme ile bağlantılıdır. Bilişsel süreç içerisinde duyguların doğru işlenememesi ile kişi duygularını bedensel rahatsızlık olarak aktarmaktadır. Aleksitimiklerin bedensel yakınmalarının kaynağını anlamamızda duyguların bilişsel süreçlerde doğru işlenememesi açıklayıcı olmaktadır.

Aleksitimikler baş etme yolu olarak ketlenmeyi kullanmaktadır. Kentlenme, duyguları bastırma şeklinde bilişsel kaçınma olarak kendini göstermektedir. Arkasında yatan sebepler arasında stres, yeterli sosyal destek bulamama ya da travmatik bir olay olmuş olabilir (Paes ve ark., 1997).

Aleksitimik bireylerin duyguları fark etme, sözel ifade gücü gibi durumlarda yaşadığı zorluklar klinik açıdan tespit edilmeye çalışılmıştır. Yapılan klinik çalışmalarda beynin sağ ve sol hemisferleri arasındaki corpus callosumun fonksiyon bozukluğunun aleksitimiye neden olduğu tespit edilmiştir. Sağ hemisferin duyguları işleme ve düzenlemede ve duyguları ifade etmede rol



oynadığı ve buradan kaynaklanan sıkıntıların aleksitimik belirtilere neden olduğu saptanmıştır (Cırcır 2018).

McLean (1950), somatik hastalarla yaptığı çalışmalarda duyguları söze dökerken özel yetisizliklerin neden olduğunu belirtmiştir. Sözel yolla ifade etmekte zorluk yaşamalarının nedeni olarak, uyarıcıların tetiklediği duyguların neo-kortekse ulaşamayıp, amigdalaya takılıp kaldığını ve buna bağlı olarak duyguları ifade etmenin yolunu bulamadıklarından bahsetmiştir. Fizyolojik olarak beynin duygular konusunda aktif olan sağ yarımküresi ile birlikte konuşma merkezinin yer aldığı sol yarımkürenin iletişimde kopukluklar olmasından ileri gelmektedir. Tanı koyabilmek için kişinin dil yeteneklerinin ve bunun yanı sıra bilişsel becerilerinin analizleri söz konusudur (Yemez 2001).

Kişilerin uygun olmayan davranışları ve duygusal durumları aleksitimi ile ilişkilendirilmektedir. Bu durum kapsamında da her kişinin duygularını ifade etmesinin beklenilmesi üzerinde durulduğu vurgulanmaktadır. Bireylerin fiziksel ve psikolojik bütünlükleri konusunda tehdit edici unsurların bulunmasında, duyguların tanımlanmasında yaşanan eksikliklerin etkisi bulunmaktadır. Bu nedenle duyguların tanımlanması ve ifade edilmesi büyük bir öneme sahiptir.

## **2.2 Aleksitimik Belirtiler Ve Kişilik Özellikleri**

Aleksitiklerin en belirgin özelliği, duygularını tanıma ve ifade etme de güçlük yaşamasıdır. Günlük hayatta düşünebilen, ilişki kurabilen, konuşabilen insanlar olmalarına rağmen duygu ve düşünceleri arasında ilişki kurup ayırt etmekte ve ifade etmekte güçlük yaşamaktadır. Zeki olarak tanımlanmalarına rağmen zekalarını, duygularını görmezden gelmek için kullanırlar. (Sifneos, 1988). Duygularını derinlemesine tanımayan bu bireyler, duygularını basitçe “rahatlama, rahatsız olma gibi ifade etmekte veya “gevşeme, gergin olma” gibi bedensel tepkiler göstermektedirler. Kendilerine duyguları sorulduğunda anlamamazlıktan gelirler, sık sık bedensel rahatsızlıklardan şikâyet ederler (Cırcır 2018). Duygularını çok bastıran insanlar duygu dilsizi, aleksitimi olabilmektedir (Tarhan, 2013). Aleksitimik olarak tanımlanan bireylerin içinde bulunduğu durumlarda düşüncelerini söze dönebildikleri, ancak duygusal ilişki içinde oldukları konularda problemler olduğu gözlemlenmiştir. Bu kişiler bir

olay karşısında ya hissizleşir ya da sözcüklere dökme konusunda zorluk çekerler (Dökmen, 2000).

Kendi içlerinde robot gibi bir yaşantıyı devam ettirmeleri, karşılaştıkları sorunlar konusunda da faydacı bir yol izlemelerine neden olmaktadır. Sorunların temeline inmiyor olmaları aslında duygularını analiz etme konusunda yetersiz olmalarından ileri gelmektedir. Zihinsel faaliyetleri konusunda da dış merkezli bir yapı sergilemektedirler. Çevreleri ile olan ilişkilerinde uyum sağlama eğilimi içindedirler (Batıgün, 2008). Diğer insanlar tarafından sıkıcı, soğuz, tekdüze, katı, duygu yoksunu olarak tanımlanmaktadırlar (Koçak, 2003). Aleksitimi tanısı alan bireylerin temel olarak kişilik özellikleri arasında empatiden yoksun olmaları da sayılmaktadır (Kırdök 2017).

Yapılan araştırmalar ve çalışmalarda aleksitimik kişilik özellikleri 4 başlık altında sınıflandırılabilir. Bunlar:

- Duyguları fark etme, ayırt etme ve söze dökme güçlüğü
- Hayal kurmada kısıtlılık
- İşlemsel düşünme
- Dış merkezli bilişsel yapı (Lesser, 1981; akt Koçak, 2003).

### **2.2.1 Duyguları fark etmede güçlük**

Aleksitimik bireylerin duygularını fark edememe ve ifade edememe en belirgin özellikleridir. Duygularını rahatlama, rahatsız olma kelimerli ile ifade ederken bedensel tepkileri de gevşeme ve gergin olma kelimeleri ile ifade ederler. Duyguları sorulduğunda, duygu kelimesinin anlamını bilmiyor gibi davınırlar. İçinde buldukları olumluz olaylarda duyguları sorulduğu zaman, düşündüklerini ve söylemek istediklerini detyalarıyla anlatırlar. Hissettiği duygular sorulduğu zaman düşüncelerinden mi yoksa duygularından mı bahsettiklerini bilmedikleri gözlemlenir (Dreboyu, 1990).

Aleksitimikler normal zamanda ilişki kurabilen, düşünebilen insanlardır. Duygu ve düşünceleri arasındaki farkı ayırt etmekte, bağlantı kurmakta, fiziksel duyularını ayırt edebilmede ve bunları anlatmakta zorluk yaşayan insanlar olarak bilinmektedir (Faryana ve ark., 1986; akt Koçak, 2002). Konuşmaları

tekrarlayıcı ve ayrıntı içerir. Bedensel yakınmalardan çok sık basederler (Sifneos, 1977; akt Koçak, 2002).

Hislerini fiziksel sıkıntılar yoluyla dışa vurular (Tarhan, 2013). Aleksitimik bireyler, ruhsal gerçekleri ile ilgili değillerdir. Aleksitimiklerin mekanik söylemleri ve hareketleri olduğu gözlemlenmektedir (McDougall, 1982).

### **2.2.2 Hayal kurmada kısıtlık**

Aleksitimik olan bireylerin hayal güçleri zayıftır. Hayal kurma yoksunluğu ile beraber hayal kurmayı zaman kaybı olarak değerlendirmektedirler. Aleksitimikler kendilerinden yaşantılarını hayal etmeleri istendiğinde canlı, ışıltılı, duyguların ağırlıkta olduğu şekilde canlandırmakta zorluk çekerler. Hayal kurmayı beceremedikleri de öne sürülür (Lesser, 1981, Taylor ve ark. 1988)

Aleksitimik bireylerin düş kurma ve duygu yaşantılarındaki yoksunluk, onların olayları topluma uyum sağlamasını sağlayacak şekilde ve olayları ayrıntılı düşünmesine ve anlatmasına neden olmaktadır (Krystal, 1979, Sifneos, 1988)

Aleksitimiklerle hayal gücünü kullanmalarını gerektiren psikodrama terapi yöntemi terapist/danışan için sorun yaratabilir. Bilişsel yapıları ve davranışları topluma uyum sağlamaya yöneliktir. Aleksitimik bireyler çevrelerindeki insanlar tarafından, soğuk, donuk, tepkisiz olarak tanımlanırlar (Sifneos, 1988)

### **2.2.3 İşlemsel düşünme**

Aleksitimik bireylerin kendi iç dünyalarından uzak, duygularından arınık mekanik bir yaşantıları vardır. Aleksitimik bireyler her ne kadar kendi duygularını tanıma, anlama konusunda yetersizlikleri olsa da sosyal yaşantılarında çevre ile uyum içerisinde yaşantılarını devam ettirebilmektedirler. Karşılaştıkları problemlere somut kesin çözüm bulmaya yönelirler ve problemin köküne inmekten yüzeysel problemlerle ilgilenmeyi tercih ederler (Direk, 2008).

Taylor (1984)'a göre aleksitimik özellik taşıyan bireyler sorunların kökeninde bulunan duygusal nedenleri, engellemeleri, çatışmaları aramaz, görünen yüzeysel nedenlerle ilgilenirler. Problemi en kısa yoldan sonuçlandırmanın yöntemlerini ve aynı sorunun yeniden yaşanmaması için gerekli önlemleri

düşünüp, bulmaya yönelirler. Bu özelliklerinden dolayı aleksitimikler, genellikle çevreleriyle aşırı denebilecek ölçüde uyumlu ve ilişkilerini sorunsuz sürdüren kişiler olarak algılanırlar.

Karşılaştıkları sorunlar karşısında en kısa nasıl çözüme ulaşacaklarını düşünürler ve en kısa sürede konuyu kapatmak için yollar bulma çabası içine girerler. Tekrar aynı sorunla karşılaşmaktan kaçınırlar ve buna yönelik önlem alırlar (Taylor, 1991, Lesser, 1985)

Sorunları kısa yoldan çözüme çabaları, konuyu uzatmayı önlemeye yönelik önlemler almaları, çevreleri tarafından uyumlu ve problemsiz bireyler olarak görülmelerini sağlamıştır (Taylor, 1991, Mc Dougal, 1982, Lesser, 1985).

#### **2.2.4 Dış merkezli bilişsel yapı**

Taylor (1991)'a göre aleksitimik bireyler, faydacı ve uyum sağlamaya yönelik düşünme eğilimleri sayesinde dışa dönük özellikler sergilerler. Bu nedenle de çevreleriyle uyumlu, sorun yaşamaz görünürler. Ancak Mc Dougall (1982), bu durumu “yalancı normallik” olarak nitelendirmektedir.

Sifneos (1988) ve Krystal (1979), aleksitimik bireylerin diğer özelliklerini de şöyle sıralamaktadırlar; duygu ve düşünceleri uygunluk göstermeyebilir, çok seyrek rüya görürler, kısıtlı ve banal bir dil kullanırlar, empati yetileri zayıftır, nadiren ağlamakla birlikte zaman zaman aşırı ağlama olabilir, bağımlı olma eğilimi gösterirler, narsistik, pasif agresif veya bağımlı kişilik özellikleri gösterebilirler, hassas değillerdir ve ince düşünmeden davranma eğilimi gösterirler (Akt: Koçak, 2003).

Tüm bu bahsedilen özelliklerin yanı sıra aleksitimik özellikler açısından herhangi bir tanı kriteri söz konusu değildir. Bu nedenle tanıdan ziyade, düzeyden bahsedilmesi önerilmektedir (Koçak, 2003). Aleksitimik bireylerde bu temel özelliklerin yanı sıra sıkça rastlanan ikincil özelliklerde bulunmaktadır. Sifneos (1988), tarafından bunlardan bazıları şöyle sıralanmaktadır:

- Aleksitimikler sürekli bedensel yakınmalardan şikayetçi olduğu için nevrotik olataklık isimlendirilir. Duyguları ile düşünceleri birbiri ile çakışmaktadır (Krystal, 1979, Sifneos, 1977).

- Aleksitimikler az rüya gördüğü gibi, rüyalarda gördükleri nesnelere arasında ilişki kurmakta zorluk çekerler (Krystal, 1982)
- Başkalarını anlama, empati kurabilme yeteneklerine sahip değildirler (Krystal, 1979)
- Bağımlı kişilik özellikleri göstermeleri, çevreye bağımlı olmalarına neden olduğu gibi ayrıntılara da çok dikkat etmelerine neden olur (Sifneos,1988).
- Barksy ve Klerman'ın (1983) ileri sürdükleri hipoteze göre aleksitimik bireyler bedensel duyularını abartırlar. Nedeni olarak da duyguları tanımlama ve ifade etmede zorluk çeklemlerini gösterirler.

Araştırmacılar ve düşünürler tarafından tanımlanmaları yapılan özellikler aleksitimi tanısı koymak için yeterli kriterleri barındırmamaktadır. Aleksitiminin varlığından ziyade düzeyi hakkında hipotezler sunulabilir (Taylor, 1984, Taylor, 1991).

### **2.3 Aleksitimi Kuramsal Yapısı**

Aleksitimi eski bir kavram olmasına rağmen oluşum nedeni pek çok kuram tarafından açıklanmaya çalışılmıştır. Bu kuramlar psikoanalitik, sosyal öğrenme, davranışçı, gelişim, bilişsel, nörofizyolojik kuramlar olarak toplanabilir.

#### **2.3.1 Nörofizyolojik yaklaşım**

Aleksitiminin neden- sonuç ilişkisini anlamaya yönelik ilk çalışmalar komissürotomili hastalar üzerinde yapılmıştır. Beyinde sağ ve sol hemisferde bağlantı kopukluğu olduğu ileri sürülmüştür. Beynin sağ hemisferinde meydana gelen birincil süreçteki düşünceler ile sol hemisferdeki ikincil süreçteki düşünceler arasında bağlantı kopukluğu olduğu belirtilmektedir (Hoppe ve Bogen, 1977).

Yapılan araştırmalar sonrası hastaların karpus kollasumları kesilerek sağ ve sol yarımküre arasındaki bağlantıya son verilmiştir. Bu çalışma sonucunda bireylerin psikosomatik şikayetler gösterdiği görülmüştür. McLean (1949) psikosomatik hastalarda limbik sistemleri ile neokorteksleri arasında bağlantı bozukluğu

tespit etmiştir. Nemiah (1975) yapılan araştırmalardan yola çıkararak aleksitimi hastaları için geliştirdiği nörofizyolojik hipotez doğrultusunda, aleksitimi hastalarında şizofrenlerin aksine limbik sistemden neokortekse hareket eden duygusal uyarınların striatumda engellendiğini ifade etmiştir. Bu durum Sifneos (1996) tarafından duyguların engellenmesi olarak tanımlamıştır.

Yapılan bir araştırmaya göre sağ elini kullananların sol el veya her iki eli de aktif olarak kullanan kişilere göre aleksitimik özellikleri daha yoğun şekilde gösterdiği tespit edilmiştir (Frchione ve Howanitis, 1985).

Sağ beyin ve sol beyin kullanım oranlarına göre aleksitimikler değerlendirildiğinde, sol beyni sağ beyne oranla daha yoğun kullanlarda fizyolojik şikayetler, duygusal yaşantılarda engeller meydana gelir (Taylor, 1984, Burgess ve Simson, 1988).

### **2.3.2 Psikoanalitik yaklaşım**

Psikanalitik yaklaşım, acı veren duyguların görmezden gelinmesinin ve ifade etmede zorluk yaşanmasının nedenlerini, sağlıksız ego savunma mekanizmalarına ya da duygusal travmalara bağlamaktadır. Freud'un kuramının özü duyguları hoş ve hoş olmayan kaygılar üzerine kurulmuştur. Kaygıların ıkış nedeni olarak libidonun bastırılmış olması , ve bunun hayal ve fantezi olarak gerçekleşmemiş olmasıdır. Freud'a göre uyarıcının ifade edilebilmesi için bilinçaltından bilince ulaşmış olması gerekmektedir. Bilinaltındaki duygu bilince çıkıp ifade edilmediği müddetçe, duygular psikosomatik belirtiler ve çatışmalar olarak ortaya çıkar (Stoudemire, 1991, s.365- 370).

Mc Dougall, bastırma ve görmezden gelme dışında farklı psikolojik etkenler olabileceğini de ileri srmiştir. Bu farklı psikolojik etkenlerin psikotik doğada olabileceğini belirtmiştir. Aleksitiminin kaygılara karşı oluşturulan bir savunma mekanizması olabileceği ileri srlmştir (Mc Dougall, 1982).

Wolf (1977), erken dönem anne- ocuk ilişindeki bozukluğu vurgular. Wolf'a göre ocuk anne tarafından engellendiğinde, oyunculuk yeteneği görmezden geldiğinde, çocuğun duygu ve fantezilerini ifade etmesinin önüne geçilmekte ve sonucunda bu tür ebeveynlerin çocuklarında sahte bir benlik oluşmaktadır.

Anne, çocuğu bedeninin bir parçası gibi algıladığında çocuğun fiziksel tepkileri üzerinde aşırı kontrol ve dikkat sağladı takdirde, çocuk ileriki zamanlarda yetersizlik hissine bağlı olarak aleksitimik belirtiler göstermektedir (Luminent, 1995). Von Rad (1984) ayrılma ve birleşme sürecinde aksama meydana gelmesine bağlı olarak kimlik duygusunun gelişmemesinden dolayı aleksitimik kişilik belirtileri ortaya çıkabileceğini ileri sürer.

Krystal (1979), erken çocuk döneminde duygusal gelişimi engelleyen olayların ve ilişkilerin aleksitimiye neden olduğunu ifade eder. Çocuğun duygularını ifade etme yeteneğinin gelişmesini, tamamiyle aile çocuk arasında kurulan ilişkiye; ailenin çocuğun duygusal yaşantısını geliştirmesine ve kabul etmesine bağlıdır. Çocuk, ilk olarak duyguları bedensel olarak ifade eder ve henüz farklılaşmamıştır. Zamanla çocuğun duyguları bedenselleşmekten çıkar ve sözel ifadeye döner. Çocuklukta meydana gelen bozuk ilişkiler, olumsuz olaylar, yıkıcı ilişkiler, çocukların ilerleyen zaman diliminde duygusal gelişimlerini tamamlayamamalarına; duygusal gelişimin ilk dönemlerine saplanmalarına ve orada kalmalarına ya da gerilemelerine neden olmaktadır Krystal (1979).

### **2.3.3 Sosyal öğrenme davranışçı yaklaşım**

Sosyal öğrenme davranışçı yaklaşım, insanın her türlü davranışının sosyal ilişkiler ile öğrenildiği tezine dayanır. Aleksitimi, eğitim ve yaşantıyı da içeren sosyal kökenli bir olgudur (Stoudemire, 1981)

Lesser (1985) hissedilen duyguların sözel olarak dile getirilmesinin; sağlıklı ve olgunluk ifadesi olarak kabul eden Avrupa kültürü ve felsefesinin ürünü olduğunu söylemiştir. Bazı doğu ülkelerinin kültürlerinde ise duyguların açıkça ifade edilmesi uygun bir davranış olarak karşılanmamakta ve bazı dillerde belli duyguları ifade etmek için gerekli kelimeler bile bulunmamaktadır.

Kokkonen, Karvonen ve Veijola (2001) 5993 kişi üzerinde yaptıkları bir çalışmada aleksitiminin yaygınlığı ve sosyodemografik faktörler ile ilişkisini araştırmışlardır. Yapılan çalışmanın sonucunda aleksitiminin düşük eğitim seviyesi, düşük maddi gelir, düşük sosyal statü ile doğrudan ilişkili olduğu hakkında bulgular elde etmişlerdir.

Borens ve arkadaşları, somatik hastalarla yaptığı çalışmalar sonucunda; düşük sosyo- ekonomik düzeyde ve geri kalmış toplum içinde yer alan bireylerin

aleksitimik özelliklerini daha fazla gösterdiği yaptığı çalışmalar sonrası ortaya koymuştur (Lesser, 1985).

#### **2.3.4 Bilişsel yaklaşım**

Beck (1995), bireydeki psikolojik sorunların nedeni olarak iç ve dış dünyadan gelen uyarıcıların işlevsel olmayan, bozulmuş bilişsel süreç nedeniyle doğru bir biçimde algılanmasının ve gerçeğe uyuşmayan bir şekilde yordanmasının yatmakta olduğunu ifade eder.

Bilişsel çarpıtmaların sonucu olarak aleksitiminin ortaya çıkmış olabileceği varsayılır. Lazarus (1982), bilişsel değerlendirmelerin duyguların temelini oluşturduğunu belirtir. Yaşadıklarını, somatik belirtiler olarak ifade etme nedenleri, duygularının farkında olamalarıdır (Martin ve Phill, 1986).

Lane ve Schwartz (1987), Piaget'in bilişsel kuramını baz alarak hazırladıkları bilişsel gelişim modeline göre, duygusal uyarımların bilişsel işlemde geçerek oluştuğunu ifade eder.

Staudemire (1991), bilişsel gelişim dönemindeki eksikliklerden, duyguları ifade edememe sorunun ortaya çıktığını ve bunun da aleksitimiye neden olduğunu belirtir. Bu kurama göre Staudemire (1991), aleksitimikleri, duyguların fiziksel olarak ifade edildiği, duygusal- bilişsel gelişim sürecinde evde takılıp kalmış duygusal gelişim engelli kişiler olarak tanımlar.

#### **2.3.5 Bilişsel davranışçı kuram**

Duygularla düşüncelerin birbirinden ayrı ele alınamaması, aleksitimik özelliklerin de düşünce ve duygularla açıklanabileceğini göstermektedir. Lazarus'a göre duyguların temelinde bilişsel değerlendirmeler olduğunu belirtmektedir (Koçak, 2002).

“Duygularımı gizli tutmak zorundayım, duyguların ifade edilmesi ayıptır, duygularımı belirttiğim de ters tepki alırım, başım derde girer ve aşağılanırım, yalnız kalmaya mahkum olurum, insanlara güven duymuyorum, bundan dolayı duygularımı ifade etmemem gerekir” düşüncelerine bağlı olarak otomatik düşünceler oluşur. Bu düşünceler sonrası birey duygularını fark edememeye başlar, ifade etmekte zorlanır. Duygularını belirtmek yerine fiziksel



rahatsızlıklar ortaya çıkar ve aleksitimik özelliklere bağlı belirtiler kendini gösterir (Koçak, 2002).

## **2.4 Aleksitimi İle İlgili Yapılan Araştırmalar**

### **2.4.1 Yurt dışında yapılan araştırmalar**

İncelenen literatür taramasında yurt dışında aleksitimi ile ilgili çok sayıda araştırmanın yapılmış olduğu gözlemlenmiştir. Aleksitimi kavramının psikomatik olduğu varsayımından dolayı araştırmaların çoğu klinik ağırlıklıdır. Aleksitimi psikomatik ve psikiyatrik hastalar dışındaki bireylerde de dikkat çekici şekilde kendini göstermektedir. Bu kapsamda 1972 yılı itibarı ile Sifneos ilk olarak aleksitimi kavramını kullanarak, literatür için önemli bir adım oluşturmuştur. Duyguları tanıma, ifade de güçlük, fantezi ve hayal dünyasında kısıtlılık, çatışma, bedenesel tepkiler olarak yansıtma gibi psikosomatik belirtileri “aleksitimik özellikler” olarak ifade etmiştir (Sayar 2004).

Dereboy, yakın dönemde aleksitiminin, duyguların içinde söz olmaması hali şeklinde yorumlamıştır (Dereboy 1990). Farklı bir çalışma ise Şahin tarafından 1991 yılı itibarı ile aleksitiminin sadece duyguların sözlerden yoksun olması hali değil aynı zamanda duygusal bir eksiklik şeklinde de nitelendirmiştir (Şahin 1991).

Ruesch'un 1948 yılında yapmış olduğu çalışmada somatik hastalarla yaptığı çalışmalar sonrasında bu kişilerin nevrotik bireylerden farklı olarak duygularını kelimelerle ve sembollerle ifade etmekte zorluk çektiğini tespit etmiştir. Bu çalışma sonrasında psikosomatikleri infantil -çocuksu- kişilik olarak tanımlamıştır (akt. Taylor, 1984). Maclean'de (1950), somatik hastaların duygularını ifade etmekte zorluk çektiğini belirtmiştir.

Freedmen ve Sweet (1954) psikomatiklerle yaptıkları çalışmalar sonrası bu insanları duygu cahilleri olarak betimlemişlerdir. Krystal (1968), nazi toplama kamplarından kurtulmuş fakat travma geçirmiş hastalar üzerinde yaptığı çalışmalarda, duygularını tanımlarken sıkıntı çektiklerini gözlemlemiştir. Ayrıca hayal ve fantezi dünyalarında da kısıtlılık yaşadıkları sonucuna varmıştır.

Nemiah ve arkakaşlarının (1970), yirmi somatik hastanın kayıtlarını inceledikten sonra bu onaltısının duygularını tanıma ve söze dökmeye sıkıntı yaşadığını saptamıştır.

Freyberger (1977) yaptığı araştırmalar sonucu aleksitimik özellerin hem geçici hem de sürekli olacağını belirtmiştir. Aleksitimi, oluşum yönünden birincil ve ikincil olarak sınıflandırılmaktadır. Birincil aleksitimi, psikosomatik hastalarda görülür ve fiziksel olarak kendini gösterir. İkincil aleksitimi ise stres altında olan, travma yaşamış bireylerde ortaya çıkar ve savunma mekanizması olarak belirir (Freyberg, 1977).

Blanchard ve arkadaşları, aleksitiminin belirtilerini ölçmek amacı 1981 yılında yaptıkları çalışma aracılığı ile üniversitede öğrenim gören 230 öğrenciden; kızların %1.8'inin, erkeklerin ise %8.2'sinin aleksitimik özellikler göstermiş olduğuna rastlamıştır.

Parker ve arkadaşlarının 1989 yılında toplu taşıma araçlarının garlarında, kanadalı yolcular üzerinde aleksitimi ölçeği kullanarak yaptıkları; 52 erkek ve 49 kadının katıldığı çalışmada aleksitimik özelliklerin sağlıklı kişilerde yaygınlığını %18.8 olarak tespit edilmiştir (Parker ve ark., 1989)

Cooper ve Halmstrom (1984), aleksitimi ve psikosomatik şikayetlerle ilgili yaptıkları çalışmada kadınlardaki aleksitimi oranlarının erkelere oranla daha fazla görüldüğü sonucuna varmışlardır.

Martin ve Pihl, normal bireyler baz alınarak, stres ve aleksitimi arasındaki ilişkiyi anlamak için yaptıkları çalışmada, aleksitimik özellikleri yüksek olan kişilerin, aleksitimik özellikleri düşük olmayan bireylere oranla stres altında daha yüksek kaygıya sahip olup, stres tepkileri verdikleri gözlemlenmiştir (Martin ve Pihl, 1986).

Hastalık gruplarına göre saptanan aleksitimik kişi oranları şöyledir; Kronik bronşitlerde %43. Bronşit astım hastalarında %44. Akciğer tbc hastalarında %57. Hipertansiyon hastalarında %4. Migren hastalarında %16. Madde bağımlılarından %5. Psikotraumatik bozukluğu olan hastalarda %41. Oranında aleksitimi olduğu tespit edilmiştir (Shipko ve ark., 1983). Madde bağımlıları ile aleksitimiklerin gösterdiği kişilik özelliklerinde benzerlikler vardır (Krystal ve Raskin, 1970). Alkol bağımlılığı olanlarda ve kalımsal olarak alkol bağımlılığı

olan kişilerde de aleksitimik özellikler gösterdikleri gözlemlenmiştir (Krystal ve ark., 1986, Finn ve ark., 1987, Haviland ve ark., 1988). Madde bağımlısı olan bireylerin %50'sinin aleksitimik kişilik özellikleri gösterdiği tespit edilmiştir (Haviland ve ark., 1988).

Taylor ve ark. (1992), klinik çalışmalar dışında Toronto Aleksitimi Ölçeği kullanarak, aleksitimi ve psikosomatik şikayetlerle ilgili yaptıkları çalışmalarda, aleksitimik özellik gösterenlerin, göstermeyen bireylere oranla daha fazla bedensel şikayetleri dile getirdiği saptanmıştır. Aleksitimik bireyler için kaba, bağımlı, düşük egolu ve düşüncesiz tanımlarını yapmışlardır.

Arthur ve Morn (1990), 18-32 yaş aralığında bulunan 40 erkek üniversite öğrencisi ile olumlu ve olumsuz duyguların ifadesi üzerine çalışmalar yapmışlardır. Araştırma sonucuna göre, öğrencilerin olumsuz duygularını olumlu duygulara oranla daha fazla söze döktükleri sonucuna varılmıştır.

Yapılan bir araştırmaya göre beyninin sağ hemisferi zarar görenlerin aleksitimik belirtiler gösterdiği saptanmıştır (Fricchione ve Hawantis (1985). Yapılan araştırmalar, aleksitiminin sağ ve sol hemisferdeki kopukluktan meydana geldiği sonucuna varmıştır. Sağ hemsiferin duyguları işleme ve düzenlemede, dilin ise duyguları ifade etmede önemli işlevi olduğu buna bağlı olarak da aleksitimiklerin gösterdiği özelliklerin oluştuğu bulgur elde edilmiştir (Lane ve ark, 1997, Hope ve Bogen, 1997, Bucci, 1997, Parker ve ark., 1999).

Boyatzis ve arkadaşları (1992) "Okul Öncesi Eğitim Gören Çocukların Yüz İfadeleri Tanıma Becerileri"ni anlamaya yönelik yapılan araştırmada 16 çocuk 3- 5 yaş,16 çocuk 5 yaş olmak üzere kız ve erkek eşit dağılımlı 32 okul öncesi çocukla çalışılmıştır. Uyarıcı olarak 7 yaşındaki bir erkek çocuğunun kızgınlık, tiksinti, korkulu, mutlu, mutsuz, şaşkınlık duygularının yer aldığı fotoğraflar kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre, kız çocuklarının, duyguları tanıma ve tanımlamada erkek çocuklarına oranla daha fazla başarı gösredikleri tespit edilmiştir. 3- 5 yaş arasındaki çocukların, yüz ifadelerini, 5 yaş erkek çocuk grubundakiler kadar doğru tespit ettikleri bulunmuştur. Her iki cinsiyet için de duyguların yer aldığı fotoğraflardaki ifadeleri tanıma ve söze dökme yeteneğinin çocukların yaşları büyüdükçe geliştiği sonucuna varılmıştır.

Vingerhoets ve arkadaşlarının (1992) ağlama ile kişilik, başarı ve kişisel sağlık durumunu inceledikleri, Hollandalı ve Belçikalı, 16-59 yaşları aralığında 131 kadınla yaptıkları çalışmada ulaştıkları sonuçlara göre ağlama ile aleksitimi ve başarma yeteneği arasında ilişki bulunmuşken; ağlama sıklığı ile kendini suçlama, hayal kurma, soğuk davranma ve duyguları kelimelere dökme arasında yüzeysel bir ilişkinin olduğu ortaya konmuştur. Ağlamanın, aleksitimi ve donuk olma özelliklerinin önemli bir yorumlayıcısı olduğunu tespit etmişler ve aleksitimi ile ağlama arasında gözlemlenen bu negatif ilişkiye şaşırmadıklarını belirtmişlerdir. Vingerhoets ve arkadaşlarının, gönüllü olarak katılan 55 erkek ve 149 kadın denek ile yapmış olduğu araştırmanın sonuçları incelendiğinde; erkeklerin ağlama sıklığı ile nevrotik kişilik arasında anlamlı bir ilişki çıkmasına rağmen aleksitimi ile negatif yönde bir ilişki çıktığı gözlemlenmiştir. Erkeklerde ağlama sıklığı ile aleksitimik özellikler arasında ters orantı olduğu görülmüştür. Kadın deneklerle erkek deneklerin sonuçları incelendiğinde, erkek deneklerde elde edilen sonuçlara ek olarak kadınlardaki ağlama sıklığının yüksekliği ile heyecan ve sakin kişilik özellikleri arasında ters yönde ilişki çıkmıştır. Sonuçları değerlendiren araştırmacılar, ağlamanın duyguların dışa vurum olduğunu, aleksitimik kişilerin ise duygularını tam hissedip ifade edemediklerinden, ağlama ile aleksitimi arasında negatif ilişki bulunması araştırmacıları şaşırtmadığı ifade edilmiştir (Vingerhoets ve ark.,1992).

Ontario Üniversitesi'nde, 131 kız 85 erkek toplam 216 öğrenci ile aleksitimi ve yüzdeki duygu ifadeleri arasındaki ilişkiyi incelemek için, dokuz farklı insanın stresli, şaşkın, merak, iğrenme, utanma, kızgınlık, korku, zevk, küçümseme, aşağılama duygularını ifade eden siyah beyaz fotoğraflarını uyarıcı olarak sunmuşlardır. Toronto Aleksitimi Ölçeğinden alınan puanlara göre düşük, orta, yüksek aleksitimikler olarak sınıflandırılmışlardır. Çalışma sonucuna göre yüksek aleksitimi puanı alanların, düşük aleksitimi puanı alanlara göre; sunulan fotoğraflardaki duygu ifadelerini anlamlı bir şekilde daha az tanımlayabildiği gözlemlenmiştir. Yüzdeki ifadeleri tanıma yeteneği cinsiyetler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farkın ortaya çıkmadığı gözlemlenmiştir. Araştırmacılar elde edilen sonuçlara dayanarak aleksitimik kişilik özellikler ile duyguları kelimelere dökememe arasında bir ilişkinin olduğunu açıklamışlardır (Pareker ve ark.,1993)

Psikiyatrik olmayan 78 hasta ile sağlıklı denetim odağı ve aleksitimi arasındaki ilişki incelenmiş ve bu doğrultuda Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Sağlıklı Denetim Odağı ölçekleri kullanılmıştır. Bunlara ek olarak nevrotizmi, dışa dönüklüğü, uyumluluğu, dürüstlüğü ölçen 5 faktör ölçeğini uygulamışlardır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda dışsal denetim odağı ile aleksitimik kişilik özelliklerindeki artış incelendiğinde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Nevrotizmin ise aleksitimik özelliklerdeki artışı en iyi tahmin edebilen değişken olduğu tespit edilmiştir (Wise ve Man 1994).

Toronto Aleksitimi Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeği ve Stresli Durumlarla Mücadele Ölçeği uygulayan Parker ve arkadaşları (1998), aleksitimik öğrencilerin aleksitimik olmayanlara göre daha fazla sağlıksız savunma mekanizması kullanmaya meyilli olduklarını saptamıştır. Berenbaum (1993), 186 üniversite öğrencisi ile yaptığı bir araştırmada tercih ettiği duygulanım çeşitleri ile duyguları tanıma yeteneği arasındaki ilişkiyi incelemek amacı ile Toronto Aleksitimi Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ile beraber öğrencilerin sinemada izlemek için neleri tercih ettiklerini gösteren bir test uygulamıştır. Araştırma sonucuna göre duygularını tanımada güçlük çeken aleksitimik insanların, duygularını tanımada güçlük çekmeyenlere oranla kötümserlik ve karamsarlık içeren olumsuz filmleri seyretmeye daha eğilimli oldukları ortaya konmuştur. Aleksitimik ve depresyon seviyeleri yüksek olan kişilerin korku ve heyecan içerikli filmleri seyretme eğilimleri ve istekleri şiddet ve öfke içeren filmlerden daha fazla tercih ettiği ortaya çıkmıştır.

Lumley ve arkadaşları (1994), Toronto Aleksitimi Ölçeğini (TAÖ) kullanarak, 271'i kadın 166'sı erkek olmak üzere toplamda 437 üniversite öğrencisi ile sigara içmek, nikotin bağımlılığı, sigarayı bırakmak arasındaki ilişkiyi incelemek amacı ile bir araştırma yapmışlardır. Araştırma üç farklı çalışmadan meydana gelmektedir. İlk çalışma sonuçlarına göre sigara kullanan 67 öğrencinin hiç sigara kullanmamış 370 öğrenciye oranla daha çok aleksitimik kişilik özelliği gösterdiği; ikinci çalışma sonuçlarına göre 99 kronik sigara içen öğrencilerdeki nikotin bağımlılığı ile aleksitimi özellikleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır. Son aşamada ise sigara kullanan öğrenciler için bilişsel davranışsal terapi uygulanmıştır. Çalışmaların sonunda elde edilen bulgular, aleksitimik kişilik özelliklerine sahip olmanın, sigara bağımlılığından

kurtulma programında olumsuz etkisi olduğu anlaşılmıştır (Lumley ve ark., 1984)

Ziotkowski ve arkadaşları (1995), 60 alkolik erkek hasta üzerinde uyguladıkları Toronto Aleksitimi Ölçeği sonuçlarına göre; alkoliklerdeki aleksitimik özellikler, zevk almayı ve zevk almaktan kaçınmayı etkilediği gibi alkolü bırakmak üzerinde olumsuz etkileri olduğu tespit edilmiştir.

Lumley ve Robby'nin 456 katılımcının erkek, 691 katılımcının, kadın olduğu 17-55 yaşları arasında 1147 üniversite öğrencileri ile aleksitimi ile patolojik kumar tutkusu-alışkanlığı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma sonucuna göre kadınlarda da erkeklerde de patolojik kumar oynama alışkanlığına sahip olan kişilerin, patolojik kumar alışkanlığına sahip olmayanlara kıyasla aleksitimik kişilik özelliklerinin daha fazla olduğu saptanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre aleksitimik özelliklerin patolojik kumar oynama eğilimi için bir tehlike oluşturduğunu ifade ederken ve patolojik kumar oynayanlarda aleksitimik kişilik özelliğinin arttığı belirtilmektedir. Elde edilen verilere dayanılarak aleksitimik özellikler ile sağlıklı olma hali arasında yakın ilişki olduğu vurgulanmıştır. (Lumley ve Robby 1994).

Loas ve arkadaşları (1995) Normal nüfus ile 263 'ü üniversite öğrencisinin yer aldığı toplam 446 kişiye Toronto Aleksitimi Ölçeği uygulamışlardır. Elde ettikleri sonuçlar doğrultusunda normal nüfusta yaygınlık oranının %23, öğrenci grubunda ise %17 olduğu sonucuna varmışlardır.

Çok geniş bir katılımcının katıldığı (n= 5993) popülasyonda, aleksitiminin ne kadar yaygın olduğunun araştırıldığı ve sosyo-demografik faktörler ile ilişkisinin incelendiği araştırmada erkeklerin %9,4'nün kadınların %5,2'sinin aleksitimik kişilik özelliği gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır (Kokkonen ve arkadaşları, 2001); Aleksitimik kişilik özelliklerin erkeklerde, kadınlara oranla daha sık görüldüğünü gösteren başka çalışmalar da yayınlanmıştır (Smith 1983, Feiguine ve ark.,1988). Ancak eşler arasında büyük farkların bulunmadığını gösterecek çalışmalar da oldukça fazladır (Kleiger ve Jones 1980, Krystal ve ark., 1986, Martin ve Pihl 1986, Wise ve ark., 1988). Yapılan çalışmaların bazılarında aleksitiminin erkekler katılımcılarda kadın katılımcılara oranla daha fazla görüldüğü saptanırken bazı çalışmalarda ise, cinsiyetler arası bir

farklılığın olmadığı sonucuna varılmıştır (Batıgün ve Büyükşahin, 2008). Düşük eğitim ve düşük gelir düzeyinin ve düşük sosyal statünün ve bekarlığın aleksitimi ile ilgisi olduğu bulguları elde edilmiştir (Kokkonen ve arkadaşları, 2001). Apfel ve Sifenos (1979), Kleiger ve Jones (1980), Martin ve Phil (1986), Krystal ve arkadaşları (1986), yaptıkları araştırmada öğrenim düzeyi ve aleksitimi arasında bir ilişki bulunmadığını bildirmiştir. Bununla beraber aleksitimik özelliklerin öğrenim düzeyinin artmasına bağlı olarak azaldığını gösteren çalışmalarda vardır. (Faryna ve ark.,1986, Rodenhouser ve ark.,(1986). Paulson (1985), Martin ve Pihl (1986),

Aleksitimik özellikler ile sosyo-ekonomik düzey arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırma sonuçlarının birbirini tutmadığını belirtmiştir. İki değişken arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını bildiren araştırmaları mevcuttur. Blanchard ve arkadaşları (1981) ve Smith (1983) ise düşük sosyal statüdeki popülasyondan gelenler arasında aleksitimik özelliklerin daha sık görüldüğünü bildiren çalışmalar olduğunu belirtmiştir. Lesser (1981), farklı kültürleri incelediğinde; aleksitiminin yoğunluğunun kültürden kültüre farklılık gösterebileceğini ön gördüğünü belirtmiştir. Leff (1973), gelişmiş ülkelerin, duyguları tanıma, ayrıştırma ve adlandırma konusunda gelişmekte olan ülkelere kıyasla daha iyi olduğunu belirtmiştir.

Troisi ve arkadaşları (1996), psikiyatrik bozukluğu olmayan 24 kişi üzerinde Toronto Aleksitimi Ölçeği 'ni kullanarak sözel olmayan ifadeleri kullanma ile duygusal farkındalık arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yapmışlardır. Yapılan bu araştırmada katılımcıların dışsal merkezli düşünme eğilimi ve kaçınma davranışları gösterdiklerini gözlemlemişlerdir. Duygularını tanımada ve açıklamada zorluk çeken katılımcıların duygularında kısıtlılık tespit edilmiştir. Bunların da gerilim ve anksiyete yaşadıklarının gösregesi olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcılarının 773 öğrenciden oluştuğu bir gruba, aleksitimik kişilerde görsel, sembolik ve bilişsel süreçleri incelemek üzere Toronto Aleksitimi Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucuna göre; öğrencilerin %6,8'inin aleksitimik özellikler gösterdiği saptanmıştır. Ayrıca yaptıkları çalışmada nöropsikolojik kuramı desteklemişlerdir; bu kuram, aleksitimik özelliklerin beyin iki hemisferi arasındaki bağlantı kopukluğu nedeni ile meydana geldiğini açıklar.

Yapılan çalışmada duyguların insan beyninin sağ hemisferinde yer aldığı fakat sağ elini kullanan öğrencilerin ise duygusal ifadelerinin sol hemisferde yer aldığı söylenmektedir (Montreuil ve Padinelli, 1995).

Parker ve arkadaşları (1998), normal yetişkin bireylerin ve öğrencilerin yer aldığı bir grupla Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ), Savunma Mekanizmaları Ölçeği ve Stresli Durumlarla Mücadele Ölçeği uyguladıkları araştırma sonuçlarına göre aleksitiminin üç önemli özelliği olan; duyguları ifade etme güçlüğü, hayal kurmada kısıt ve işe vuruk düşünme eğilimleri ile sağlıklı olmayan savunma mekanizmaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırmanın genel sonucuna bakıldığında, duygusal bir bozukluk olduğu bir savunma mekanizması veya stresle mücadele biçimi olmadığı belirtilmiştir.

Suslov ve Junghanns (2002) bilişsel yaklaşım kuramını destekler nitelikte yaptıkları çalışmada deneklere duygusal ve nötr uyarıcılar bulunduran durumlar vermiş ve duygularını söze dökmeleri istenmiştir. Çalışmanın sonucuna göre aleksitimik kişilik gösterenlerin duygularını söze dökmeye zorlandıkları tespit edilmiştir.

#### **2.4.2 Yurt içinde yapılan araştırmalar**

Ülkemizde aleksitimi ile ilgili yapılan çalışmaların sayısı oldukça azdır ve yapılan çalışmaların çoğu klinik ağırlıklıdır.

Ankara Üniversitesi psikiyatri servisinde yatan hastalarla, psikiyatri servisine başvurmamış hastalara MMPI uygulanmıştır. Araştırmanın sonucuna göre psikiyatri servisinde yatan hastaların aleksitimik kişilik özellikleri, yatmayan hastalara oranla oldukça yüksek çıktığına dair sonuçlar elde edilmiştir (Okyavuz ve ark.,1989).

Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastahanesi polikliniğine başvuran veya kliniklerde bulunmuş, yaş aralığı 16-65 olan 115'i kadın 86'sı erkek, 237 kişi ile; "Psikosomatik, Somataform ve Diğer Psikiyatrik Bozuklukları ve Aleksitimi Üzerine Kontrollü Bir Çalışma" adlı çalışmada ulaşılan sonuçlara göre; psikosomatik ve somatik bozukluklarda aleksitimik özellikler diğer bozukluklara ve kontrol grubuna oranla anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Aleksitimi ve demografik özellikler arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada, yaş aldıkça aleksitimik kişilik özelliklerinin arttığı, erkeklerde



aleksitimi görülme sıklığı oranlarının kadınlarda görülme sıklığına oranla daha az olduğu tespit edilmiştir. Çalışan kadınlarla ev kadınları alesiksitimik özellikler açısından kıyaslandığında, ev kadınlarının çalışan kadınlara oranla daha fazla aleksitimik özellikler gösterdiği ortaya çıkmıştır. Kadın ve erkeklerin eğitim düzeyi ile aleksitimi arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sosyo-ekonomik seviye düştükçe aleksitiminin arttığı sonucuna varılmıştır. Evdeki çocuk sayısının ailenin kaçınıcı çocuğu olduğunun aleksitimi ile ilişkisi olduğu bulgularına ulaşılmamıştır. Aleksitimik kişilik özellikleri ile kardeş sayısındaki çoğalma ile arasında ilişki olduğu belirtilmiştir (Yemez, 1991).

Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi ANATEM servisinde, yaş ve cinsiyet bakımından eşit olan 30 yatan hasta ile psikiyatrik bozukluğu olmayan 30 kişiden oluşan kontrol grubu Toronto Aleksitimi Ölçeği verilerek aleksitimik özellikler ölçülmüştür. Çalışma sonucuna göre; eroin bağımlısı olan grupta otuz kişiden yirmi kişinin diğer grupta ise otuz kişiden altısının aleksitimik kişilik özelliği gösterdiği ve aleksitimik kişilik özelliklerinin eroin bağımlısı kişilerde ne kadar yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Pektaş 1991).

Şahin (1992), peptik ülserli hastalarla sağlıklı bireylerin aleksitimik düzeylerini araştırdığı çalışmada peptik ülserli hastaların duygularını tanımada, duygularını ve bedensel tepkilerini ayırt edebilmede, hayal kurma fantezi geliştirmede yetersiz olduklarını tespit etmiştir.

Ege Üniversitesi 2, ve 3, sınıf öğrencilerin yer aldığı, 324'ünü kızların 218'ini erkeklerin oluşturduğu toplam 524 kişinin yer aldığı gruba, 'Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimik Özellikler ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki' başlıklı araştırma için; Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Kalz Genel Uyum Skalası ile demografik özellikleri içeren kişisel bilgi formu verilmiştir. Araştırma sonucuna göre ruh sağlığı daha kötü olanların aleksitimik kişilik puanları daha yüksek çıkmıştır. Aleksitimi ile ruh sağlığı arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Somatik yakınmalarla aleksitimi arasında anlamlı ilişki olduğu gözlemlenmiş; somatik yakınmalara bağlı olarak aleksitimik özelliklerin arttığı sonucuna varılmıştır. Erkeklerin ve kızların aleksitimik özellikleri incelendiğinde, kızların erkeklere kıyasla aleksitimik özellikleri daha yüksek çıkmıştır. Sosyo-ekonomik olarak ele alındığında anne ve babanın eğitim düzeyinin düşük olması ya da hiç eğitim almamış olması, kendisine ait bir

alanın (oda), olmaması sorunlarını kimseyle paylaşmayı tercih etmemesi aleksitimi puanlarının yüksek çıkmasında etkilidir. Fazla alkol ve bağımlılık yapan madde kullananların ve bedensel sağlık sorunu şikayetleri olanların daha fazla aleksitimik özellik gösterdiği sonucuna varılmıştır.

Gazi Üniversitesi bünyesinde, 18-25 yaş arası 460 kişiden oluşan öğrenci grubu ile “Genç Erişkin Sağlıklı Gönüllülerde Aleksitimi Yaygınlığı” konulu bir araştırma yapılmıştır. Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Irvine Ölçeğinin kullanıldığı çalışmada aleksitimi puanları ile cinsiyet psikiyatrik tedavi görme, ailede psikiyatrik hastalık durumu, somatik hastalık özellikleri ve sigara içme durumu karşılaştırılmıştır. 210 erkek ve 250 kadın araştırmacının katıldığı araştırmanın sonucuna göre; katılımcıların %16,7’ si Toronto Aleksitimi Ölçeğinden %3,4 ‘ü pozitif puan almıştır. Deneklerin puanları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır (Candansayar, 1993).

Yemez ve arkadaşları (1991) aleksitimik bireylerde yarıcılık, empati, duyguları söze dökmeye güçlüklerin yer aldığı tezinden hareketle, aleksitimik kişilik özelliği belirlemek için Toronto Aleksitimi Ölçeği ile sosyometrik sonuçlar için hangi arkadaşlarıyla çalışmak isteyip istemediklerinin sorulduğu ve aralarındaki ilişkiyi araştırmak amacı ile Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümü öğrencilerinden 14 kişinin yer aldığı grupla bir araştırma yapmışlardır. Dokuz Eylül Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümünden kendi arzusu ile katılan yedi öğrenci ile de haftada iki üç saat süren ve yirmi seans devam eden psikodrama uygulaması yapılmıştır (Bayazid ve ark., 1996). Bu çalışma, Yemez ve arkadaşlarının (1991), haftada bir ya da iki saat süren seansları içermekte olan ve beş ayı kapsayan psikodrama uygulamasıdır. Beş aylık sürecin sonunda, araştırma sonuçlarına göre beklenenin aksine, aleksitimik kişilerin grubun en fazla birlikte çalışılmak istenilen kişiler olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuç aleksitimiklerin, çevreleriyle ne kadar iyi anlaşmasının ve çevre ile uyumlu olduğunun göstergesidir. Bayazid ve arkadaşları (1996), yaptığı çalışmanın sonunda psikodrama seanslarında yer alan grubunun kontrol odağı ön-test, son-test puanları incelendiğinde öğrencilerin hepsinin iç kontrolü sağlamasında bir düzelmeye meydana gelirken empatik eğilim ve aleksitimi ön-test ve son-test puanlarının sonuçları ile ilgili bir farklılık gözlenmemiştir. Aleksitimik belirtiler gösteren iki öğrencinin, grup ilişkisinden etkilenmediği

tespit edilirken psikodrama seansları iki öğrenciden birini olumlu yönde etkilemiştir.

Farklı kliniklerden ortak karar ve tanı ile psikiyatri poliklinliğine sevk edilen 17-65 yaş arası 146 hasta ile Toronto Aleksitimi Ölçeği, Spielberger Süreklilik Kaygı Envanteri, Zung Depresyon Ölçeği ve sosyodemografik düzey ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucuna göre hastaların %67'sinde aleksitimik özellikler çıkmıştır. Aleksitimi ve sosyo ekonomik seviye arasında ilişki bulunmazken eğitim düzeyi düştükçe aleksitiminin arttığı gözlenmiştir. Kadınları aleksitimi puanlarının erkeklerdeden daha yüksek olduğu sonuçlar arasındadır.

Toronto Aleksitimi Ölçeği alt boyut puanları ile kaygı envanteri ve depresyon ölçeğinden elde edilen puanlar arasında pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna varılmıştır (Aslan ve ark.,1996).

Toplam 234 katılımcının yer aldığı, aleksitiminin psikiyatrik hastalarda , psikosomatik belirti gösterenlerde sağlıklı kişilerde görülme sıklığı ve depresyonla sosyodemografik özellikler arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmanın sonucuna göre; psikiyatrik grubun (%67,9) aleksitiminin en çok rastlandığı, bunu psikosomatik hastaların (%57,7) ve kontrol grubu (%38,5) içinde yer alan normal kişilerin takip ettiği, depresyon ile aleksitimi arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Sosyodemografik özellikler açısından ele aldığımızda ise cinsiyet ile aleksitimi arasında ilişki olmadığı, sosyo ekonomik seviye ile ilişkisinin olduğu araştırma sonunda elde edilmiştir (Gürkan, 1996).

Dermatolojik hastalar ile sağlıklı bireyleri baz alarak kıyasladıkları araştırmada, dermatolojik hastalardan elde edilen aleksitimi, kaygı ve depresyon puanlarının sağlıklı kişilere kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Güz ve ark., 2001).

Koçak (2003) tarafından, 2001-2002 öğretim yılında Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinde 121 erkek ve 109 kız öğrenci ile yapılan çalışmada yalnızlık ve aleksitimi arasındaki ilişki araştırılmıştır. Yapılan analizlerde yalnızlık ve aleksitimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

“Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimik Özellikleri Etkisi” isimli araştırmada, yirmialtışar kişilik deney ve kontrol grubunun yer aldığı, ön-test son-test uygulanacak şekilde bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Oniki hafta süren çalışmanın sonuçlarına göre deney gruplarının ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Aleksitimi düzeyleri düşük olan grupta da anlamlı bir fark bulunmuştur. Özetle grupla psikolojik danışmanın üniversitede öğrenim gören öğrencilerin aleksitimik özelliklerin iyileşmesinde etkisi olduğu sonucu gözlemlenmiştir.

## **2.5 Evlilik Uyumu**

### **2.5.1 Evlilik**

Evlilik, M.Ö. 2000 yılından bu yana varlığını devam ettiren bir olgudur (Yıldırım, 1993). Evlilik kurumu, insanlığın var olmasıyla ortaya çıkmıştır ve zamanla farklılık gösterse de hala devamlılığını sağlayan, karşı cinsten iki insanın bağ oluşturduğu bir kurumdur (Erişti,2010). Günay (1995), evlilik tanımı için karşı cinsten iki insanın aile oluşturmak amacı ile kanunlara uygun bir şekilde bir araya gelmesi olduğunu söylemiştir. Yapılan başka bir tanıma göre evlilik, istek ve arzuları farklı iki insanın, değerleri birlikte paylaşmak, birlikte sosyal ortamda yaşamak, genlerini aktarmak, meydana getirdikleri çocuklarını büyüttükleri, toplumun da onay verdiği ilişki sistemidir (Hazan ve Shaver, 2000).

Evlilik, toplumun belirlediği kurallara uygun olarak hem örf ve gelenekler hem de medeni hukuk sınırları içerisinde toplumun da onay vereceği kabul edilebilir bir şekilde ortaya çıkarılan bir kurum olarak kabul edilmektedir (Özügürlü, 1990). Bener (2011), evliliği örf ve adetlere uygun olarak kadın ve erkeğin anlaşması olarak tanımlar. Türk Medeni Kanunu 185. Maddesi evliliği, kanunlara uygun şekilde çiftler arasında bir birliğin kurulması olarak tanımlar. Eşler sadakat göstermeli, hayatlarını beraber sürdürmeli ve birbirlerine yardımcı olmalıdır. Çocukların bakımını, gözetimini, eğitimini her ikisi de sorumluluk alarak üstlenmelidir.

Evlilikler ile ilgili tanımlar dikkate alındığında, evliliğin bir anlaşma niteliği taşıdığı, gelenek ve göreneklerin etkisinin göz ardı edilemeyeceği ve karşı cinsten iki bireyin bir araya gelmesi ile oluşturulan, ortak kararların alındığı ve toplum tarafından onaylanan bir kurum olduğu düşünülebilir.

Evlilik kurumunda eşlerin, gereksinimlere cevap vermesi noktasında da karşılıklı güven, onaylanma, sevilme gibi pek çok konu hakkında birbirlerini tamamlama ihtiyaçları bulunmaktadır (Ünlü, 2007). Eşlerin birbirlerini olduğu gibi kabul etmesi ile her şeye boyun eğmesi arasında bir fark vardır. Evlilik içerisinde de eşlerin bağımsız bireyler olduğu unutulmaması gerekmektedir. Günümüz şartları içerisinde evlilik sorunlarının temelinde iletişim sorunu olduğu görülmektedir (Tüfekçi, 2013). Evlilik, iletişimin ön planda olduğu bir kurumdur. Eşlerin toplum içinde, topluma uygun bir evlilik sürdürebilmesi, ruhsal olarak daha iyi hissetmeleri, cinsel tatmin sağlayabilmeleri için, güdü ve isteklerini dile getirmeleri, bunlar için de iletişimi koparmamaları gerekmektedir. Uyumlu bir evlilik için sağlıklı bir iletişim evliliğin ilk şartlarından biridir. Son otuz yıldır evlilik uyumu ile ilgili yapılan çalışmalarda, evliliği yıkan ya da başarılı bir şekilde devam ettirmelerini sağlayan etmenlerin neler olduğuna yönelik yapılan çalışmalar artış göstermiştir (Gotmann ve Levenson, 1992).

### **2.5.2 Evlilik uyumu**

Toplumun en küçük ve en temel birimi olan ailenin oluşturduğu evlilik, biyolojik, psikolojik, sosyal ilişkileri barındıran ve bireylerden meydana gelen bir kurumdur (Kılıç, 2009; Özgüven, 2000; Tutarel-Kışlak, 1997). Evlilik toplumsal bir kurum, hak ve ayrıcalıkları barındıran, yükümlülükleri ve görevleri olan hem bireysel hem toplumsal bir yapıdır (Bird ve Melville, 1994). Fowers (1993), evlilik kurumunu bireyin, kendisinin benliği ve bir başkasının benliğinin birleştirilmesi, kişilerin kişiliğini geliştirmesini ve mutlu olmalarına olanak sağlayan bir kurum olarak tanımlar. Evlilik, bireylerin sağlık durumlarını iyi hale getirirken hayatlarından doyum almalarına yardımcı olan sosyal bir kurumdur (Hayward ve Zhang, 2006). Evlilik tanımlarından bir diğeri de, aşık olan iki kişinin içinden gelen duyguları dışarı çıkararak, sosyal kabulünü sağlayarak bir araya getirdikleri yöntem olarak tanımlanır (Waite ve Gallagher, 2000).

Gülerce (1996), evliliği, iki kişinin yer aldığı psikolojik bir sistem olarak nitelendirirken, evlenme ile bir arada bulunan kişilerin amacının fizyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan eksiklerini ve ihtiyaçlarını tamamlayacak insanların bir araya gelmesi olarak tanımlar. Evlilik kavramı, içinde bulunulan toplum içerisinde de akademik çevrede de incelenen kavram olma özelliğini her zaman korumuştur (Mezon ve Rauch, 2005).

Haley (1988), evliliklerin gelenek, görenek ve yasaların barındırıldığı bir duruma karşılık geldiğini belirtir. Demiray (2006), evlilik uyumunun evlilik içerisinde arzu, istek ve beklentilerin ne kadar karşılandığıyla ilişkili olduğunu ifade eder. Evlilik uyumu, çiftlerin birbirlerine uyum sağlayacak şekilde değişim göstermesi, içinde buldukları yaşama ve yaşam şartlarına uyum sağlaması olarak tanımlanmaktadır (Spanier, 1976). Eşlerin uyum içerisinde ilişkilerini devam ettirebilmeleri için; eşlerin ortak değerler ve amaçlar belirlemeleri, etkili iletişim kurmaları, ortak karar alabilmeleri, bunlara ek olarak kan bağı olan insanlarla iletişimlerinde, iş dışında birlikte geçirecekleri etkinliklerde ve ekonomi konularında ortak karar alarak anlaşma sağlamaları gerekmektedir (Kocadere, 1995; Şener ve Terzioğlu, 2002).

Evlilik uyumu, doyum ve mutluluk kavramlarını bünyesinde barındırırken, evlilik içindeki başarı ve fonksiyonellik olarak da görülür (Kalkan, 2002). Özgüven (2002), evliliğin uyumlu bir şekilde yürütülebilmesi için, kadın ve erkeğin birbirlerindeki farklılığı kabullenebilmeleri gerekliliğini vurgularken; anlayış, ilgi ve sevgilerini birbirlerine aktarabilmelerinin önemini belirtirken, empati eksikliğinin evlilik içerisinde sorun yaratan en büyük faktör olduğunu vurgular. Epstein ve Mehrabain (1972), empatiyi, karşısındaki bireyin duygusal tecrübelerine karşılık verebilme olarak tanımlarken, Davise ve Oathout (1987) ve Long ve Andrews (1990), empatiyi, karşıdaki kişinin bakış açısıyla bakabilmek olarak tanımlamaktadır ve bu durumu evlilik uyumunu ve evlilik doyumunu etkileyen bir faktör olarak nitelendirmektedir.

Bloom ve arkadaşları (1978), uyumlu bir şekilde devam eden evliliklerin insan hayatında önemli bir rolü olduğunu belirtir. Evlilikte ortaya çıkan uyumsuzluğun, eşlerin ruh hallerini etkilediğini, buna bağlı olarak eşlerin evlilik içerisindeki uyumsuzluklarının ve evlilikte ortaya çıkan çatışmaların,

psikolojik rahatsızlık olarak ortaya çıkmasına neden olduğunu vurgulayarak, bireylerin profesyonel destek aldıklarını söylemiştir.

Evlilikte uyum sağlanabilmesi için, eşlerin iletişim kurarken rahat olabilmeleri gerekmektedir. Ortaya çıkan problem için her iki tarafı da memnun edecek şekilde çözüm bulunabilmesi gerekmektedir ve bunun için önemli kararların alınması gereken alanlarda anlaşmazlıkların yaşanmaması gerekliliği vardır (Sabatelli, 1988).

Evlilik uyumuna etki eden pek çok faktör mevcuttur; eşlerin kişilik özellikleri, yetiştirildikleri alanlar ve koşullar, aileden aldıkları görgüler, evlilik için yükledikleri anlamlar, eğitim seviyeleri, edindikleri meslekler, dini inançlar, psikolojik özellikler bu faktörlerden bir kısmı olarak belirtilir. Bahsedilen mevcut değerlerin oluşmasında pek çok koşul etkili olurken, davranış, duygu, düşünce ve tutumlar da dolaylı ya da direkt olarak edinilen değerlerden etkilenmektedir (Dilmaç ve Ekşi, 2007). Dilmaç ve Ekşi (2007), değer kavramını tanımlamanın güç olabileceğini belirtmiştir. Değerler bireylerin ve sosyal ortamların yol gösterici ilkeleri olarak tanımlanır. Schwartz, 1994). Kropp, Lavack ve Silvera (2005), değerler tanımını, kişilerin yaşamdaki deneyimler ve arzular olarak tanımlamıştır.

Eşlerin evlilik kurumunun devamını sağlamalarının temel nedeni olarak, birbirlerinin varoluşlarından dolayı mutluluk ve huzur duymaları belirtilmiştir (Bradbury ve Karney, 2004). Hawkins ve Boorth (2005), mutsuz bir evliliğin devam ettirilmesinin mutluluk, yaşam doyumu, benlik saygısı, ruh ve beden sağlığıyla ters yönde ilişkisinin olduğunu belirtmiştir.

Aile, toplumdaki değişimlerin yansıtıldığı kurumlardan biridir. Ekonomideki değişimler, eğitim seviyelerindeki farklılıklar, kadının çalışma hayatında daha fazla yer almaya başlaması gibi faktörler toplumsal değişimler içerisinde gösterilebilir (Fişek 1996). Bu değişimlerin evlilik kurumuna etki etmesi, evlilik uyumunu etkileyen durumlar olarak gösterilebilir.

Evli bireylerin ne kadar sürede evli oldukları, cinsiyetleri, çocuk sayıları, eğitimleri, ekonomik durumları, evlenme biçimleri gibi demografik değişkenlerle evlilik uyumu arasındaki ilişki incelenmek istenmiştir. Kadın-erkek rollerindeki değişimler, evlilik biçimindeki (görücü, anlaşarak evlenme)

farklılıklar aile kavramlarındaki farklılıkları ortaya çıkarmaktadır (Gotmam ve Noterius, 2000).

Batı toplumunda 1890 ve 1990'lı yıllar baz alındığında birlikte yaşama ve bekar kalma oranlarında artış olduğu ortaya çıkmıştır. Buna paralel olarak batılı yazarlar evliliğin popülerliğinin giderek azaldığını öne sürmüştür.

Bunlara zıt olarak evliliğin ve çocuk sahibi olmanın, arkadaşlık ve güvende hissetme ihtiyaçlarının parçası olduğunu savunan bireyler de mevcuttur (Moller, 2002). Evliliğin avantajlı yönlerinin ortaya çıktığı görülmektedir; Evli olanların olmayanlarla kıyasla daha iyi gelire, daha sağlıklı cinsel yaşama, evli olanların yine daha iyi fiziksel ve ruhsal sağlığa sahip olduğu ileri sürülmektedir (Noller, 2002; Stack, Eshleman, 1998; Whitson ve ElSheikh, 2003).

Evlilik, beraberinde avantajlı olmayan durumları da getirmektedir. Evliliğin uyumunun bozulması, çatışma ortamlarının olması, bireylerin dolayısıyla da aile ve toplumun sağlıksız hale gelmesine mahal vermektedir (Stack ve Eshleman, 1998). Evlilik çok boyutlu bir kavramdır ve evlilikte mutluluğu yakalamak eşler arasındaki uyuma ve evlilikteki tatmine bağlıdır (Rhoden, 2003). Spainer (1976), eşler arasındaki uyumu, eşlerin rutin yaşamları içinde farklılaşan durumlara ve koşullara uyum sağlaması ve belli bir zaman içinde birbirlerine uyum sağlayacak şekilde değişim göstermeleri şeklinde tanımlar.

Evlenme yaşı, sosyo-ekonomik durum, çocuk sayısı gibi bazı faktörler evlilik uyumunda bozulmalara neden olabilmektedir (Douglass, 1995). Bradbury, Fincham ve Beach (2000), 1990 yılları süresince, evlilik uyumunun yapısı ve evlilik uyumunu etkileyen nitelikler üzerine yapılmış çalışmalarını inceledikleri makalelerinde, evlilik süresinin, çocuk sayısının, ailenin ekonomik durumunun evlilik uyumu üzerine etkisini incelemişlerdir. South ve Lloyd (1995), evliliği etkileyen faktörler arasında cinsiyeti, çocuk sayısını, evlenme biçimini ve eğitimi göstermiştir.

Türkiye'de evlilik üzerine çok sayıda çalışma yapılmış olmasına rağmen (Fışiloğlu ve Lorenzetti, 1994; Fişek, 1996; Hortaçsu, 1999), son yıllarda yapılmış olan çalışmaların (Ayan, Beder-Şen, Ünal ve Yurtkuran, 2001; Çimen, 2007; Fışiloğlu ve Demir, 2000; Fışiloğlu, 2001; Hortaçsu, 2007) kısıtlı olduğu görülmüştür.



## 2.6 Evlilik Uyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Bu çalışmada evlilik uyumu ile ilgili yapılan araştırmalara yer verilecektir. Evliliğin sosyo-demografik değişkenlerle arasındaki ilişki, duyguları dışa vurma, depresyon, evlenme biçimleri gibi faktörler ele alınarak yapılan çalışmalar incelenecektir.

Evlilik uyumu kavram olarak, evlilik doyumunu ve mutluluğu da içeren bir kavramdır. Bireysel mutlu oluş hali ile evlilik uyumu arasında anlamlı ve olumlu bir ilişki mevcuttur (Kalkan, 2002). Bireysel mutluluk algısı bireylerin hayatında hissettikleri, yaşamdan aldıkları doyum ve duyguların olumlu olma sıklığı olarak betimlenmektedir (Abdel Khalek, 2006; Cheng ve Furnham, 2004). Bireysel mutluluk kişilerin mutluluğunun ya da mutsuzluğunun kişisel olarak değerlendirilmemesidir (Lyubomirsky ve Lepper, 1999). Araştırmalarda, evlilik içindeki mutluluk değerlendirildiğinde, evli olan kişilerin yaşamdan aldığı doyum ve genel mutluluk hali ile evlilik içinde doyum sağlamayan ve evlilik içerisinde sıkıntıların olduğu, eşlerin uyum içerisinde olmadığı evliliklerde, kişilerin hem ruhsal hem fiziksel sağlıklarının olumsuz yönde etkilendiği sonucuna varılmıştır (Koydemir, Selışık ve Tezer, 2005).

Buss ve arkadaşları (1990), 33 ülkede 9494 yetişkin ile yaptıkları çalışmada, aşkın ve karşılıklı çekicilik durumunun eş seçiminde önemli faktörler olduğunu ortaya koymuşlardır.

Sosyo-demografik değişkenler, evlilik uyumu üzerinde etkili faktörlerdir. Bireylerin yaşları, ne kadar süredir evlilik içinde oldukları, geniş aile ziyaretlerinin gerçekleşme sıklığı gibi değişkenlerle evlilik uyumu arasında ilişkiler mevcuttur (Demiray, 2006).

Kamo (1993) evli bireylerin demografik değişken açısından incelendiğinde eğitim düzeyleri baz alınarak değerlendirme yaptığında, eğitim seviyesi düşük olan bireylerin evliliklerinde sorunlar meydana geldiği ifade edilmiştir.

Kinnuen ve Felalt (2004) ekonomik durumuna göre evlilik uyumunu araştırdıkları çalışmada ekonomik olarak zorda olan çiftlerin daha fazla ruhsal sıkıntılar çektiği sonucuna varmıştır. Buna bağlı olarak da ekonomik sıkıntıların evlilik uyumunu etkilediği görülmüştür. Bradbury ve Fincham (2000) yaptığı çalışmada ekonomik durumu iyi olmayan çiftlerin evlilik yaşamında

olumsuzluklara neden olduğunu belirtmiştir. Evliliklerde düşük ekonomik gelirin daha fazla stres, daha fazla uyumsuzluk meydana getirdiği belirtilmiştir. Congar, Rueter ve Elder'in (1999) ekonomik sıkıntılardan doğan stres ve evlilik işlevi üzere yürüttüğü, çoğunluğunun kırsal ailelerin oluşturduğu çalışmada ekonomik sıkıntıları, ileri zamanlarda evlilik durumunu etkilediğini ortaya koymuştur.

Demiray (2006), Erdoğan (2007), Tutarel, Kışlak ve Çubukçu (2002) meslek grubu ve evlilik uyumu ile ilgili çalışmalar yürütmüşlerdir ve meslek grubuna göre evlilik uyumunun farklılaşmadığı sonucuna varmışlardır. Literatür taramasında özellikle kadınları iş hayatında olmaları ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara denk gelinmiştir ve çalışmalardan bazıları çalışma hayatında yer alan kadınların daha uyumlu evlilikleri oldukları sonucuna varmıştır (Çili ve arkadaşları 2004; Nahawat ve Mathur, 1992 Sezer 2005).

Duygusal zeka ile evlilikteki uyum arasında pozitif yönde ilişki bulan Üncü (2007), eşlerin karşılıklı olarak duygularını anlama ve yönlendirme konularında, kadınların lehine fark bulmuştur. Cingisiz ve Murat (2010), evlilik kurumuna dahil olacak çiftlerin, duygusal zeka olarak kendilerine benzeyen kişileri seçtiklerini belirtmiştir. Creamer ve Campbell (1988), partnerleri ile benzer özellik taşıyan çiftlerin daha uyumlu olduğuna rastlamıştır. Partnerlerin birbirine benzemesi ile çiftlerin uyumu arasında olumlu ilişki olduğu gözlemlenmiştir. White ve Hacher de (1984), benzer sonuçlara ulaşmıştır. Partnerlerin uyumlarının ortak gereksinimlerle paralellik gösterdiği benzerliklerin uyumu arttırdığı sonucuna varmıştır.

Empati ve evlilik uyumu arasında ilişkiyi inceleyen araştırmalar, empatinin evlilik uyumunu belirleyen etmenlerden biri olduğunu göstermektedir. Kadınlarda da erkeklerde de karşıdaki eşin duygu ve düşüncelerini anlamının, evliliğin uyumunu belirlemede önemli etken olduğu belirtilmektedir (Long ve Andrew, 1990; Tutarel- Kışlak ve Çubukça, 2002). Empatik düşünebilme ile evlilik uyumu arasındaki ilişki incelendiğinde, empatik düşünebilmenin, kadınlar için de erkekler için de önemli faktörlerden biri olduğu belirlenmiştir (Long ve Andrew, 1990; Long, 1994; Tutarel-Kışlak ve Çubukça 2002). Kültürümüzde evlilik uyumunu etkileyen faktörlerden birinin empati olduğu

Tutarel-Kıslak ve Çubukça (2002) tarafından bir değişken olarak vurgulanır. İçinde bulunduğumuz Türk kültüründe empati yeteneğinin evlilik uyumunu arttıran faktör olduğu vurgulanmıştır (Tutarel-Kıslak ve Çubukça 2001).

Evlilikte duygu dışavurumu ile ilgili çalışmalar da mevcuttur (Berksun, 1992; Cosci ve ark., 2011; Cruise ve ark., 2011; Ebrinç ve ark., 2001; İlnem ve ark., 1998; Mc Farlane ve ark.,2007; Subandi, 2011; Tüzer ve ark., 2003). Yabancı araştırmalar tarandığında klinik çalışmalar olmayan fakat evlilik uyumu ve duygu dışavurumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara rastlanmaktadır (Gavazzi ve ark., 2000; Guerrero ve ark., 2008; Ingolsby ve ark., 2005). Duyguları dışavurma ile evlilik uyumu arasında güçlü bir ilişki olduğunu belirten Ingolsby ve arkadaşları (2005), kadın ve erkek arasında duygu dışavurumu konusunda farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Gavazzi ve arkadaşları (2000), sözel şiddetin evliliğin kalitesini ve niteliğini bozduğunu belirtmiştir. Kızgın olma ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide kızgınlığın ifade edilmiş şeklinde evlilik uyumunda aracı rol üstlendiği ifade edilir (Guerrero ve ark., 2008). Civan (2011), evli bireylerin kendine ait duyguların farkındalığı, duyguları dışa vurmanın evliliğin niteliği üzerinde rolü olduğunu belirtmiştir.

Evlilik uyumu ile depresyon ve somatizasyon arasındaki ilişki incelendiğinde, Düzgün (2009), evlilik uyumu ve depresyon arasında, Fidanoğlu (2007), evlilik uyumu ve somatizasyon düzeyi ile negatif yönde ilişki olduğu sonucuna varmışlardır. Düzgün (2009), yaşın, evlilik süresinin, evlenme yaşlarının ve depresyon düzeylerinin evlilik uyumunu belirlediğini ifade eder. Çoğunlukla mutlu olmayan ve boyun eğen bireylerin, depresyon puanları yüksek olan kadınların daha mutsuz olduğu belirlenmiştir (Blum ve Mehrabein 1999). Literatür taramasına bakıldığında, evlilik uyumu ile depresyon arasındaki çalışmaların çoğunlukta olduğu görülmektedir (Burns ve ark., 1994; Düzgün 2009; Heene ve ark., 2005; Tutarel- Kıslak, 1996). Boyun eğici davranan eşlerin problem çözme konusunda daha fazla zorluk çektiği dolayısıyla da evlilikte doyumun azaldığına yönelik veriler vardır (Hünler ve Gençöz,2003).

Ellis, evlilik uyumunda bilişsel yaklaşıma vurgu yapmıştır. Bilişsel yaklaşımla evliliklerde, mantıksız beklentilerden bahsetmiştir. Mantıklı ve işlevi olmayan düşünce kalıplarının, evlilik uyumunu kötü etkilediğini, mantıksal işlevsel

düşüncelerin evlilik uyumunu arttırdığına yönelik sonuçlar ortaya koymuştur (Möller ve Zyl, 1962).

Evlilik uyumu ile ilişkiyi inceleyen Epstein (1999), ilişkiye yoğunlaşan kadınlar ve erkeklerle gerçekleştirdiği çalışmada kadınların ilişkiye odaklı olmasının evlilik uyumunu olumlu yönde etkilediği sonucuna varmıştır ve bu durum erkekler açısından da farklılık göstermemektedir (Gordon ve Dovcom 1999). İletişim paternleri olarak belirlenen talep etme ve geri çekilme şeklinde olan iletişim türlerinin, partnerler arasında sık kullanılıyor olup, ilişkideki uyumla negatif yönde ilişkisi mevcuttur. Bu iletişim şeklinde eleştirme ve yakınma söz konusudur. Eleştiri ve yargılama karşısında partner başka konu hakkında konuşmayı ister veya bulunduğu alanı terk eder.

Fox (1975), Hortaçsu (1999) ve Fışiloğlu (2001) farklı evlilik türlerini içeren araştırmalar yapmışlardır. Fox'un (1975) araştırmış olduğu üç sorun vardır. Aşık ve severek evlenme ya da görücü usulünün en çok hangi kesimde meydana geldiği, tek eşli olarak evliliğe devam etmede, eşi kendisinin seçiyor olmasının etkisi, evlenme şeklinin, evliliğin davranışlar üzerindeki etkisini araştırdığı sorunlardır. Ankara'da yürütülen bu çalışma sonucuna göre, evlenme biçiminin, evlilik davranışı üzerinde etkisinin az olduğu yönündedir. Tek eşli olma açısından severek evlenmenin ya da görücü usulü evlenmenin farkı yoktur. Görücü usulü evliliklerde erkeklerin karar ve kısıtlama yetkileri, güçleri daha fazladır. Hortaçsu'nun (1999), beşte birinin görücü usulü, geri kalanının severek evlenme ile 130 çiftle gerçekleştirdiği çalışmada evliliklerinin ilk yıllarında görüşmeler gerçekleştirmiştir. Geleneksel yol olan görücü usulü evliliklerde kadının ailesi ile görüşmesinin daha çok olduğu, erken ebeveyn olma durumunun ortaya çıktığı, ev içi karar vermede kadının daha etkin olduğu sonucuna varmıştır. İkinci evliliklerini yapanların ilk defa evlenenlere kıyasla evlilik doyumlarının daha yüksek çıktığı ve evlilik içerisinde kalma süresi ile çocukların sayısı ve cinsellikteki problemlerin pozitif yönde ilişkisinin olduğu görülmektedir (Jose ve Alfons, 2007). Flört ederek evlenenlere kıyasla akraba evliliği gerçekleştirenlerin evlilik uyumlarının daha düşük çıktığı belirlenmiştir (Fışiloğlu, 2001). Türkiye'de evliliklerin yarısının geleneksel usul olan görücü usulü olduğunun tahmin edilmesinin yanı sıra eğitim olsun, yaşanan bölge olsun etkili olmaktadır. Hortaçsu (1999), yaptığı çalışmada geleneksel/ görücü

usulü şeklinde evliliklerde bağlanmanın daha düşük olduğunu, geniş aile olarak iletişim halinde olduğunu, eğitim düzeyinin düşük ve çocuk sayısının daha fazla olduğunu gözlemlemiştir.

Batı toplumlarında anlaşarak evlenme biçimi, görücü usulüne göre daha fazla tercih edilmektedir (Hortaçsu, 1990). Geleneksel değerlerin ön planda olduğu toplumlarda ise anlaşarak/ severek evlenme yanında, Batı toplumlarında çok da denk gelinmeyen, ailelerin çocukları adına uygun eş bulma geleneğinin olduğu görücü usulü evlenme biçimi de yaygın bir evlenme şeklidir (Fox, 1975; Hortaçsu, 1999; Fışiloğlu, 2001; Ayan, Beder-Şen, Ünal ve Yurtkuran, 2001). Geleneksel evliliklerde kadınların ev içinde erkeklerin ise ev dışında aktif olduğu roller mevcuttur. Geleneksel olmayan evlenme biçimlerinde kadın ve erkek arasında rol paylaşımı vardır. Daha çok benzerlikleri olması daha fazla çatışmayı da beraberinde getirmektedir. Çatışmaların uygun şekilde ele alınması, evlilikte uyumu ve doyumunu beraberinde getirebilmektedir (Rhoden, 2003).

Hortaçsu (2007) yapmış olduğu başka bir çalışmada şehirli olarak tanımlanan 450 aile ile çalışma yürütmüştür. Geleneksel/ görücü usulü evliliklere oranla severek evlenenlerde daha fazla duygusal bağ olduğunu, daha eşitlikçi ve daha az çatışmaların olduğu evlilikler olduğu sonucuna varmıştır.

Fışiloğlu (2001), yaptığı çalışmada ise akrabalar arası yapılan evliliklerde, evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, akraba evliliğinin Türkiye’de hala rağbet gören evlenme şekli olduğu sonucuna varmıştır. 68’nin akraba, 82’sinin akraba olmayan toplam 150 evli çift ile yürüttüğü çalışmada, akraba evliliği yapanların daha az uyum içinde olduğu sonucuna varmıştır. Bununla beraber akraba evliliği yapan çiftlerde geniş aile daha fazla çatışma olduğu ortaya çıkmıştır.

Günay (2007) ve Akar (2005) yaptıkları çalışmalarda; Günay’ın örnekler grubu Akar’ın kontrol grubu evlilik biçimi sonuçlarına göre, severek evlilik gerçekleştiren bireylerin, görücü usulü evlenenlere kıyasla evlilik uyumlarının daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır.

Çimen (2007), yaptığı çalışmada, görücü usulü ve flört sonrası evlenen çiftler sosyal psikoloji açısından değerlendirildiğinde, severek evlilik grubuna dahil

olan çiftlerin, görücü usulü evlenenlere kıyasla ilişki doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Yine evlenme biçimine göre evlilik doyumu ile ilgili yaptığı çalışmada Kelley (1999), geleneksel yöntemle evlenenlerin severek evlenenlere kıyasla daha az doyum ve uyum içinde olduğu sonucuna varmıştır.

Evlilik uyumu ve evlilik biçimi ile ilgili yapılan literatür incelendiğinde, severek, flört ederek evlenme ile görücü usulü evlenme arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (Kubilay, Oktan, 2005). Bu sonucu destekleyen çalışmalara literatürde denk gelmiştir (Demiray, Ödemiş 2008; Akbası, 2008).

A.B.D’ de anlaşarak, severek, flört ederek evlenmiş bireyler ile Hindistan’da geleneksel yöntemle evlenen çiftler ile yapılan araştırma sonuçlarında evlilik doyumları ile ilgili anlamlı düzeyde farkın olmadığı ortaya çıkmıştır (Myers, Madathil ve Tingle 2005).

Görücü usulü evlenmenin evlilik doyumunu etkilemediği yönünde Buss ve arkadaşları (1990), çalışmalar yapmıştır. Cingisiz (2010) ise yaptığı çalışmalar sonrasında flört ederek evlenen bireylerin, görücü usulüne göre evlenenlere oranla evlilik uyumunun daha yüksek çıktığı sonucuna varmıştır. Çimen’in (2007) yaptığı çalışmada da benzer sonuca ulaşılmıştır. Severek evlilik yapanların, görücü usulü evlilik yapanlara kıyasla evlilik uyumlarının yüksek olduğu belirtilmiştir.

Kubilay ve Oktanlı (2005) yaptığı çalışmada görücü usulü evlilik yapanlarla, flört ederek evlilik yapanlar arasındaki evlilik uyumlarının anlamlı düzeyde farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Yaptıkları çalışmada evlilik uyumu ile diğer tercihleri arasındaki ilişkide, anlamlı olduğuna dair bulgular elde edilmiştir. Eşlerin ortak değerlere sahip olması da evlilik uyumunun oluşmasında etki eden faktörlerdendir (Şener ve Terzioğlu 2002).

Evlilikte uyumun sağlanmasında, eşlerin sevgi ve saygı doyumları, iletişim kuralları, problemleri çözme becerileri, ortak değerler gibi birçok konuda birbirleri ile anlaşabilmeleri gerekmektedir.

Kubilay ve Oktan (2015) yaptığı çalışmada evlilik süresi arttıkça evlilik uyumunda azalma olduğu sonucuna varmıştır. 26- 35 yıl arasındaki evliliklerde ise uyumda tekrar bir artış gözlemlenmiştir. Bu yıllar arasında artış gözükmesini ise çocukların kendi hayatlarını kurmaya başlamalarına, ekonomik

sıkıntılarının azalmış olduğu varsayımına dayandırmışlardır. Yetişkin çiftlerde çocukların evden uzaklaşması ile ilgili yapılan çalışmalar, evlilik memnuniyeti üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermiştir. Memnun olmanın kaynağı olarak da ebeveynlerin streslerinin ortadan kalkmış olması gösterilmektedir. Hem ebeveyn olma hem de ekonomik sıkıntılarının ve yüklerin azalması olduğu gösterilmektedir (Algaç ve Çatay, 2007; Onur, 2000). Literatürdeki kimi çalışmalarda ise evlilik uyumunun evlilik süresinden etkilenmediği sonucuna varılmıştır (Erdoğan, 2007; Jose ve Alfons, 2007; Tutarel-Kışlak ve Çubukça, 2002).

### **3. YÖNTEM**

#### **3.1 Araştırmanın Modeli**

Araştırma İstanbul ili, Beylikdüzü ilçesinde yaşayan 18- 46 yaş arası toplam 200 gönüllü evli birey ile aleksitimi ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemek için ilişkisel tarama modelinde bir çalışmadır. İki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimi ve/ veya ortaya konan değişimin ne derce de olduğunu belirlemek amacıyla kullanılan modele ilişkisel tarama modeli denir. Aralarında ilişki aranması amaçlanan değişkenler ayrı ayrı toplanarak ölçülür (Karasar, 2006).

#### **3.2 Evren- Örneklem**

Araştırmanın evrenini İstanbul ilinde Beylikdüzü ilçesindeki evli bireyler oluşturmaktadır. Bu ilçedeki evli bireyler rastgele örneklem yöntemi ile seçilmiştir. Örneklem 112 (%56) kadın ve 88 (%44) erkek katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 18- 46 ve üstü arasında değişmektedir. Eğitim düzeyleri olarak 63'ü (%31,5) ilköğretim, 52'si (%26) lise, 30'u (%15) yüksek okul ve 55'i (%27,5) üniversite mezunudur.

#### **3.3 Veri Toplama Araçları**

Araştırmaya katılanların sosyodemografik özelliklerini ortaya koymak amacı ile Demografik Soru Formu, evlilik uyumlarını ölçmek amacı ile Evlilik Uyumu Ölçeği, aleksitimi düzeylerini ölçmek amacı ile Toronto Aleksitimi Ölçeği – 20 kullanılmıştır.

##### **3.3.1 Demografik soru formu**

Demografik soru formu araştırmaya katılan evli bireylerin kişisel bilgilerini belirlemek amacı ile araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Bu formda yaş,



cinsiyet, eğitim, meslek, evlenme biçimi, çocuk sayısı ve kaç yıllık evli olduğunu belirlemek amacı ile 7 maddelik soru formu oluşturulmuştur.

### 3.3.2 Toronto aleksitimi ölçeği- 20

Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20) kullanılmıştır. Bagby, Parker ve Taylor ölçeğin kısa formunu 1994 yılında oluşturmuşlardır. Toronto Aleksitimi Ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması Güleç ve arkadaşları tarafından (2009) yapılmıştır. Toronto Aleksitimi Ölçeği, likert tipi, 1-5 arasında (1=hiçbir zaman, 2=nadiren, 3=bazen, 4=sık sık, 5=her zaman) puanlanan, toplam 20 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeği olup, kendini değerlendirme esası üzerinden aleksitiminin saptanması amacıyla geliştirilmiştir (Güleç ve ark., 2004).

Ölçeğin yönergesinde, katılımcılardan her bir cümleyi kabul ya da reddetmelerine göre yanıt vermeleri beklenir. Aynı zamanda Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20) duygularını tanıma zorluğu, duygularını ifade etme zorluğu ve dışı-vuruk düşünce olmak üzere üç alt ölçek ile değerlendirilir: Duygularını tanıma zorluğu; 1, 3, 6, 7, 9, 13, 14 numaralı maddelerle, Duygularını ifade etme zorluğu; 2, 4 (ters), 11, 12, 17 numaralı maddelerle, Dışı-vuruk düşünce; 5 (ters), 8, 10 (ters), 15, 16, 18 (ters), 19 (ters), 20 numaralı maddelerle değerlendirilmektedir (Güleç ve ark., 2004).

Bagby ve arkadaşları (1994), gelişimsel çalışmalarda ölçeğin iç tutarlık kat sayısını  $r=0.81$  olarak bulmuşlardır. Ayrıca üç haftalık bir süreç içerisinde yapılan test- tekrar test güvenilirliğininin  $r=0.77$  olduğunu söylemişlerdir. Faktör analizi çalışmaları üç faktörlü yapının toplam varyansın %31'ini açıkladığını göstermiştir. İlk faktör toplam varyansın %12.6'sını (iç tutarlık,  $r=0.78$ ), ikinci faktör toplam varyansın %10'unu (iç tutarlık,  $r=0.75$ ) ve son olarak üçüncü faktör de toplam varyansın %8.8'ini (iç tutarlık,  $r=0.66$ ) açıklamaktadır (Güleç ve ark., 2004).

20 maddelik ölçeğin aleksitimi değerlendirmede en verimli ölçek olduğu bildirilmiştir (Güleç ve ark., 2009). 20 soruluk Toronto Aleksitimi Ölçeği Türkçeye psikiyatri araştırmacısı Kemal Sayar tarafından çevrilmiştir. Orijinal maddeleri görmeyen bir diğer psikiyatri araştırmacısı Samet Köse, Türkçeye yeniden çeviriyi gerçekleştirmiştir. Bu geri çevrim daha sonra orijinal

versiyonla hata ve tutarsızlıklar değerlendirilerek karşılaştırılmıştır. Tutarsız maddeler tam bir uzlaşma sağlanana kadar tekrar tekrar çevrilmiştir. Son olarak Türkçeye ve İngilizceye hakim bir uzman tarafından asıl envanter versiyonunda kullanılan sözcük grupları incelenmiş ve Türkiye’de envanteri kullanmada hiçbir problem saptanmamıştır. Toplam ölçek Cronbach alfa değeri 0.78, alt ölçeklerin ise sırasıyla 0.80, 0.57 ve 0.63 olarak bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre aleksitiminin üç faktör varlığını sağladığı gösterilmiştir (Güleç ve ark, 2004).

### **3.3.3 Evlilik uyumu ölçeği**

Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ) Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlaması Hunt’ın (1978) ve Freeston ile Plechaty’nin (1997) puanlama sistemleri doğrultusunda gerçekleştirilmiştir. EUÖ 15 maddelik bir ölçektir. EUÖ bir genel uyum sorusu, anlaşma alanlarını ölçen sekiz soru ile çatışma çözme, bağlılık ve iletişimi ölçen altı soruyu içermekte ve ölçekten alınan puanların uyumluluktan uyumsuzluğa doğru azaldığı görülmektedir. Uyumlu ve uyumsuz evliliği olan bireylerin ayırt edilmesini sağlayan kesme noktası ise 43.5 olarak belirlenmiştir (Tutarel-Kışlak, 1999). Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacıyla yapılan işlemlerde iç tutarlık güvenilirlik değeri .90, iki yarım test güvenilirliği .84, test- tekrar test güvenilirliği .57 olarak bulunmuştur. Ölçeğin ölçüt geçerliğini belirlemek amacıyla İlişkilerde Yükleme Ölçeğinden yararlanılmış ve korelasyon katsayısı -.54 olarak bulunmuştur (Tutarel-Kışlak, 1999). Ölçeğin yapı geçerliği çalışması (Tutarel-Kışlak, 1999) sonucunda iki faktör elde edilmiştir. Birinci faktör anlaşma ve anlaşmama durumlarını, ikinci faktör ise ilişki tarzını göstermektedir. Birinci faktör genel uyum ve duygu, cinsellik ve toplumsal kurallar gibi durumlardaki anlaşmaya işaret eden ilk dokuz maddeden oluşmaktadır. İkinci faktör boş zaman etkinlikleri, çatışma çözme ve güven gibi ilişki tarzıyla ilgili son altı maddeyi kapsamaktadır.

Ölçeğin puanlanması şöyledir, 1. soru, 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6 arası puanları almakta, 2-9 arası sorular, 5, 4, 3, 2, 1, 0 puan almaktadır. 10. soru, 0, 0, 1 puan alırken, 11. soru, 3, 2, 1, 0 puanları almakta, 12. soru, (anlaşmazlık: 0 puan) dışarıda bir şeyler yapmak, 1 puan, evde oturmak, 1 puan almaktadır. 13. soru, 0, 1, 2, 3

puan alırken 14. soru, 2, 1, 0 puan, 15. soru, 0, 1, 2, 2 şeklinde puanlanmaktadır (Tutarel-Kışlak, 1999)

Evlilik Uyumu Ölçeği, Kışlak (1999) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Evlilik Uyum Ölçeğinin benzer ölçek geçerlik çalışması, Kişilerarası İlişkiler Ölçeği ve İlişkilerde Yükleme Ölçeği ile gerçekleştirilmiştir. Ölçeğinin güvenilirliğini belirlemek için iç tutarlık katsayısı, test tekrar test güvenilirliği, iki yarım test güvenilirliği ve tüm denekler için madde test korelasyonları hesaplanmış, ayrıca ölçeğin yapı geçerliğinde, ölçeğin orijinali ile aynı faktör yapısı bulunmuştur. Ölçekten elde edilen verilere göre iç tutarlık katsayısı 0,84, iki yarım test güvenilirliği 0,84, olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirliği için on beş gün ara ile kişilere ölçek tekrar uygulanmış ve iki uygulamanın sonucunda korelasyon katsayısı 0,57 olarak bulunmuştur (Tutarel-Kışlak, 1999)

### **3.4 Verilerin Toplanması Ve Analizi**

#### **3.4.1 Verilerin analizi ve kullanılan istatistiksel yöntemler**

Ölçek yoluyla elde edilen veriler araştırmacı tarafından 200 kişi üzerinde yapılmıştır. SPSS 20.0 versiyonu kullanılmıştır.

#### **3.4.2 Verilerin toplanması**

Araştırma verilerinin toplanması amacı ile katılımcılara Demografik Soru Formu, Toronto Aleksitimi Ölçeği- 20, Evlilik Uyumu Ölçeği uygulanmıştır. Uygulama araştırmacının kendisi tarafından yapılmıştır. Uygulamadan önce katılımcılara formların hepsi birlikte verilmiştir. Çalışmanın gönüllülük esasına göre olduğu belirtilmiştir. Ölçekler ile ilgili bilgilendirme yapılmıştır. Ölçekler için uygulama süresi verilmemiştir uygulama yaklaşık 20 dakika sürmüştür.

#### **3.4.3 Verilerin analizi**

Elde edilen verilerin analizi SPSS 20.0 versiyonu ile yapılmıştır. Verilerin analizi yapılmadan önce veri girişinin doğruluğu test edilmiştir. Veride araştırmacının amacı doğrultusunda önce bağımlı değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediği sınıanmıştır. Ölçeklerin ve alt boyut puan ortalamalarının betimleyici istatistik değerleri güvenilirlik analizi ile gösterilmiştir. Ardından ölçekler arası ilişkileri belirtmek amacıyla Spearman Korelasyon Analizi

yapılmıştır. Daha sonra bağımsız değişkenlerin sayı ve yüzde dağılımları tablolar şeklinde sunulmuştur. Ölçek puanları normal dağılım göstermediği için istatistik değerlendirmelerde nonparametrik testler kullanılmıştır. Bunun için niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı Mann-Whitney U testi ve ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır.

### **3.5 Etik Kurallar**

Bu araştırma bilimsel ahlak ve geleneklere uygun bir şekilde yürütülmüştür. Bu bağlamda literatür bölümünde yararlanılan eserlere atıf yapılmış ve kaynaklar metin içerisinde ve çalışmanın sonunda belirtilmiştir. Uygulama sırasında katılımcıların gönüllülüğü esas alınmıştır. Buna ek olarak katılımcıların kişisel verilerin korunmasına özen gösterilmiştir.

#### 4. BULGULARIN ANALİZLERİ

Araştırmanın bu kısmında, araştırmanın amaçları doğrultusunda elde edilen verilerin analiz sonuçlarının yorumlarına yer verilmiştir. Katılımcıların, cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, evlenme biçimi, çocuk sayısı, çalışma durumu ve kaç yıldır evli olduğu gibi değişkenlere ilişkin sayı, yüzde dağılımları verilmiştir.

**Çizelge 4.1:** Katılımcıların Cinsiyet Durumu ve Yaş Grupları Açısından Dağılımı

Değişkenler		Kişi Sayısı	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	112	56,0
	Erkek	88	44,0
Toplam		200	100,0
Yaş	18-25 yaş arasındakiler	17	8,5
	26-35 yaş arasındakiler	94	47,0
	36-45 yaş arasındakiler	57	28,5
	46 yaş ve üzerindeki	32	16,0
Toplam		200	100,0

Katılımcılar, 112 kadın (% 56,0) ve 88 erkek 'den (% 44,0) oluşan evli kişilerdir. 18-25 yaş arasındakiler katılımcılar örneklemin % 8,5 'ini (n=17), 26-35 yaş arasındakiler katılımcılar örneklemin %47,0'ını (n=94), 36-45 yaş arasındakiler katılımcılar örneklemin %28,5'ini (n=57), 46 yaş ve üzerindeki katılımcılar ise örneklemin %16,0'ını (n=32) oluşturmaktadır.

**Çizelge 4.2:** Katılımcıların Yaş Gruplarının Betimleyici İstatistik Değerleri

Değişken	N	En Küçük Değeri	En Büyük Değeri	Ortalama	Standart Sapma
Yaş Grupları	200	18	46	2,55	0,86

Katılımcıların yaş ortalaması 2,55, standart sapma 0,86'dır.

**Çizelge 4.3:** Katılımcıların Eğitim Düzeyi ve Çalışma Durumu Açısından Dağılımı

	<b>Değişkenler</b>	<b>Kişi Sayısı</b>	<b>Yüzde</b>
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	63	31,5
	Lise	52	26,0
	Yüksekokul	30	15,0
	Üniversite	55	27,5
Toplam		200	100,0
Çalışma Durumu	Çalışıyor	127	63,5
	Çalışmıyor	73	36,5
Toplam		200	100,0

Katılımcıların % 31,5'inin (n=63) eğitim düzeyi ilköğretim, %26,0'ının (n=52) eğitimin durumu lise düzeyinde, %15,0'ının (n=30) eğitimin durumu yüksekokul, %27,5'inin (n=55) ise üniversitedeki katılımcılar oluşturmaktadır. Katılımcıların iş durumuna göre, katılımcıların 127'sinin (%63,5) çalıştığı, 73'ünün ise (%36,5) çalışmadığı bulunmuştur.

**Çizelge 4.4:** Katılımcıların Evlenme Biçimi ve Evlilik Süresi Açısından Dağılımı

	<b>Değişkenler</b>	<b>Kişi Sayısı</b>	<b>Yüzde</b>
Evlenme Biçimi	Severek/ Flört Ederek Evlenme	146	74,5
	Görücü Usulü Evlenme	51	25,5
Toplam		200	100,0
Evlilik Süresi	0-5 yıl	63	31,5
	6-15 yıl	79	39,5
	16-25 yıl	32	16,0
	26 yıldan fazla	25	12,5
Toplam		200	100,0

Eşlerin evlenme biçimi göre, 146' si (% 74,5) severek/ flört ederek evlenmediği, 51'i (% 25,5) ise görücü usulü ile evlendiği bulunmuştur. Evlilik süresine göre, 0 ve 5 yıl arası evli olan katılımcılar örneklemin %31,5'ini (n=63), 6 ve 15 yıl arası evli olan katılımcılar örneklemin %39,5'ini (n=79), 16 ve 25 yıl arası evli olan katılımcılar örneklemin %16,0'ını (n=32) ve 26 yıldan fazla evli olan katılımcılar ise örneklemin %12,5'ini (n=25), oluşturmaktadır.

**Çizelge 4.5:** Katılımcıların Sahip Olduğu Çocuk Sayısı Açısından Dağılımı

	<b>Çocuk Sayısı</b>	<b>Kişi Sayısı</b>	<b>Yüzde</b>
Çocuğu Olmayanlar		38	19,0
1 Çocuğu olanlar		69	34,5
2 Çocuğu olanlar		66	33,0
3 Çocuk ve daha fazlası		27	13,5
Toplam		200	100,0

Katılımcıların, çocuk sayısına göre, %19,0'ı (n=38) çocuğu olmayanlar, %34,5'i (n=69) bir çocuğa sahip olanlar, %33,0' ı (n= 66) iki çocuğa sahip olanlar ve %13,5'i ise (n= 27) üç çocuk ve daha fazla çocuğa sahip oldukları tespit edilmiştir (Bk. Tablo 5).

#### 4.1 Verilere Yönelik Analizler

Elde edilen verilere yönelik analizler, temel problem doğrultusunda kullanılmış olan ölçekler kapsamında şekillenmiştir. Toronto Aleksitimi ve Evlilik Uyumu Ölçeği kapsamında, sorulan sorulara alınan cevaplar ışığında, analizler sonuçlanmıştır.

##### 4.1.1 Toronto aleksitimine göre dağılım

**Çizelge 4.6:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanı ve Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Betimleyici İstatistik Değerleri

Ölçekler	n	En Küçük Değeri	En Büyük Değeri	Ortalama	Standart Sapma
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	200	29,00	82,00	52,33	10,89
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	200	7,00	35,00	16,80	6,42
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	200	5,00	22,00	12,33	3,57
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	200	12,00	34,00	23,20	3,74
Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	200	1,00	57,00	40,40	11,06

Çalışmaya katılan evli kişilerin en düşük toronto aleksitimi ölçeği toplam puan ortalaması en düşük 29, en yüksek 82'dir. Toronto aleksitimi ölçeği toplam puan ortalaması ise 52,33'tür. TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan ortalaması en düşük 7, en yüksek 35'tir. (ort=16,80). TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan ortalaması en düşük 5, en yüksek 22'dir. (ort=12,33). TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalaması en düşük 12, en yüksek 34'dir. (ort=3,74). Evlilik uyumu toplam puan ortalaması en düşük 1, en yüksek 57' dir. (ort=40,40).

**Çizelge 4.7:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puanı ve Evlilik Uyumu Ölçeği için Güvenilirlik Analizi Sonuçları

Toronto Aleksitimi Ölçeği	N	200
	Madde sayısı (k)	20
	İki yarı arasındaki korelasyon	0,55
	Alpha	0,79
Evlilik Uyumu Ölçeği	N	200
	Madde sayısı (k)	15
	İki yarı arasındaki korelasyon	0,77
	Alpha	0,91

Toronto aleksitimi ölçeği  $\alpha=0,79$  olduğundan dolayı maddeler arası iç tutarlık katsayısı orta düzeydedir. Evlilik uyumu ölçeği  $\alpha=0,91$  olduğundan dolayı maddeler arası iç tutarlık katsayısı yüksektir.

**Çizelge 4.8:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları ile Evlilik Uyumu Ölçeğinden Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi

(n = 200)		Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan Ortalaması
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	r	0,113
	p	0,110
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	0,098
	p	0,166
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	0,085
	p	0,234
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	0,132
	p	0,062

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

Evlilik uyumu ölçeği ile toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı, TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan ortalaması, TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan ortalaması ve TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamalarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon-Analizi yapılmış ve anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [Sırasıyla; r=0.113, p=0.110; r=0.098, p=0.166; r=0.085, p=0.234 ve r=0.132, p=0,062 ; p>0.05] (Bk. Tablo 8).



**Çizelge 4.9:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları ile Evli Kişilerin Yaşlarından Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi

(n = 200)		Yaş
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	r	-0,007
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	p	0,926
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	-0,002
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	p	0,978
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	-0,048
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	p	0,501
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	0,030
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	p	0,674

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

Evli kişilerin yaşları ile toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı, TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan ortalaması, TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan ortalaması ve TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamalarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon-Analizi yapılmış ve anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [Sırasıyla; r=-0,007, p=0,926; r=-0,002, p=0,978; r=-0,048, p=0,501 ve r=0,030, p=0,674 ; p>0.05].

**Çizelge 4.10:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları ile Çocuk Sayısından Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi

(n = 200)		Çocuk Sayısı
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	r	-0,015
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	p	0,832
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	-0,032
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	p	0,654
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	-0,056
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	p	0,432
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	0,022
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	p	0,756

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

Evli kişilerin çocuk sayısı ile toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı, TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan ortalaması, TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan ortalaması ve TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamalarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla

Sperman Korelasyon-Analizi yapılmış ve anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [Sırasıyla;  $r=-0,015$ ,  $p=0,832$ ;  $r=-0,032$ ,  $p=0,654$ ;  $r=-0,056$ ,  $p=0,432$  ve  $r=0,022$ ,  $p=0,756$  ;  $p>0,05$ ].

**Çizelge 4.11:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları ile Evlenme Biçiminden Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi

(n = 200)		Evlenme Biçimi
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	r	0,046
	p	0,520
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	0,013
	p	0,856
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	0,035
	p	0,621
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	r	0,075
	p	0,291

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

Evli kişilerin evlenme biçimleri ile toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı, TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan ortalaması, TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan ortalaması ve TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamalarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Sperman Korelasyon-Analizi yapılmış ve anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [Sırasıyla;  $r=0,046$ ,  $p=0,520$ ;  $r=0,013$ ,  $p=0,856$ ;  $r=0,035$ ,  $p=0,621$  ve  $r=0,075$ ,  $p=0,291$  ;  $p>0,05$ ].

**Çizelge 4.12:** Katılımcıların Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puanı Ortalamasını Altı ve Üzeri Olarak İkiye Bölünmüş ve İki Ayrı Grup Olarak Tanımlanmıştır

Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	Kişi Sayısı	Yüzde
Ortalamanın altı	111	55,5
Ortalamanın üstü	89	44,5
Toplam	200	100,0

Toronto Aleksitimi Ölçeği toplam puanına göre oluşturulan grup incelendiğinde, katılımcıların 111'i (% 55,5) ortalamasının altında ve katılımcıların 89'u (% 44,5) ortalamasının üstündedir.

**Çizelge 4.13:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Puanlarının Ortalamasına Göre Evlilik Uyumu Toplam Puan Ortalaması Açısından Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılma Sonuçları

	n	Ortalama	Standart Sapma	U	Z	P
Evlilik Uyumu	111	99,55	11049,50	4833,50	-261	0,79
	89	101,69	9050,50			

Toronto aleksitimi ölçeği puanlarının ortalamasının altında ve üstünde olan grupları evlilik uyumu ölçeği genel toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U-Testi yapılmıştır ve istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır [U=4833,50, p=.0,79; p>0,05].

**Çizelge 4.14:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Cinsiyet Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

TAÖ(20)	Cinsiyet	n	Ortalama	Standart Sapma	sd	x <sup>2</sup>	p
Toronto Aleksitimi Ölçeği	Kadın	112	102	11,11	1	0,46	0,50
Toplam Puan Ortalaması	Erkek	88	97	10,62			
TAÖ Duyguları Tanımada	Kadın	112	105,85	6,68	1	2,18	0,14
Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Erkek	88	93,70	5,10			
TAÖ Duyguları Söze	Kadın	112	100,48	3,42	1	0,00	0,99
Dökmeye Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Erkek	88	100,53	3,77			
TAÖ Dışa Dönük Düşünme	Kadın	112	100,10	3,55	1	0,01	0,91
Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Erkek	88	101,01	3,98			
Toplam		200					

Bireylerin cinsiyetine göre, toronto aleksitimi ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,46$ , p=.0,50 ; p>0,05). TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 2,18$ , p= 0,14 ; p>0,05). TAÖ duyguları söze dökmeye güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,00$ , p= 0,99 ; p>0,05). TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis

H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,01$ ,  $p= 0,91$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.15:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Yaş Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

TAÖ(20)	Yaş	n	Ortalama	Standart Sapma	sd	$x^2$	p
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	18-25 yaş arasındakiler	17	90,68	13,00	3	1,37	0,71
	26-35yaş arasındakiler	94	105,02	10,41			
	36-45yaş arasındakiler	57	96,28	10,76			
	46 yaş ve üzerindekiiler	32	99,97	11,68			
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	18-25 yaş arasındakiler	17	91,41	8,38	3	1,28	0,73
	26-35yaş arasındakiler	94	105,10	5,35			
	36-45yaş arasındakiler	57	96,89	6,68			
	46 yaş ve üzerindekiiler	32	98,25	7,81			
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	18-25 yaş arasındakiler	17	96,59	4,11	3	1,55	0,67
	26-35yaş arasındakiler	94	105,47	3,51			
	36-45yaş arasındakiler	57	93,80	3,49			
	46 yaş ve üzerindekiiler	32	99,91	3,64			
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	18-25 yaş arasındakiler	17	87,47	3,28	3	1,32	0,72
	26-35yaş arasındakiler	94	102,26	4,05			
	36-45yaş arasındakiler	57	98,40	3,63			
	46 yaş ve üzerindekiiler	32	105,98	3,25			
Toplam		200					

Bireylerin yaş durumuna göre, toronto aleksitimi ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,37$ ,  $p= 0,71$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür( $x^2 = 1,28$ ,  $p= 0,73$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,55$ ,  $p= 0,67$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis

H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,37$ ,  $p=0,72$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.16:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Eğitim Düzeyi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

TAÖ(20)	Eğitim	n	Ortalama	Standart Sapma	sd	$x^2$	p
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	İlköğretim	63	106,66	13,00	3	2,63	0,45
	Lise	52	99,24	10,41			
	Yüksekokul	30	107,18	10,76			
	Üniversite	55	90,99	11,68			
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	İlköğretim	63	109,13	8,39	3	3,76	0,29
	Lise	52	97,15	5,35			
	Yüksekokul	30	107,20	6,68			
	Üniversite	55	90,12	7,81			
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	İlköğretim	63	105,32	4,11	3	1,54	0,67
	Lise	52	94,72	3,51			
	Yüksekokul	30	106,87	3,50			
	Üniversite	55	96,97	3,64			
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	İlköğretim	63	103,67	3,28	3	4,09	0,25
	Lise	52	104,79	4,05			
	Yüksekokul	30	110,15	3,63			
	Üniversite	55	87,55	3,25			
Toplam		200					

Bireylerin eğitim düzeyine göre, toronto aleksitimi ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 2,63$ ,  $p=0,45$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 3,76$ ,  $p= 0,29$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,54$ ,  $p=0,67$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 4,09$ ,  $p=0,25$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.17:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Çalışma Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

TAÖ(20)	Çalışma Durumu	n	Ortalama	Standart Sapma	sd	x <sup>2</sup>	p
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	Çalışıyor	127	97,60	10,19	1	0,87	0,35
	Çalışmıyor	73	105,55	11,98			
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Çalışıyor	127	96,37	5,10	1	1,78	0,18
	Çalışmıyor	73	107,68	7,03			
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Çalışıyor	127	100,46	3,49	1	0,00	0,99
	Çalışmıyor	73	100,58	3,73			
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Çalışıyor	127	97,80	3,92	1	0,76	0,38
	Çalışmıyor	73	105,20	3,40			
Toplam		200					

Bireylerin çalışma durumuna göre, toronto aleksitimi ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,87$ ,  $p=0,35$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,78$ ,  $p=0,18$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,00$ ,  $p= 0,99$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,76$ ,  $p=0,38$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.18:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Evlenme Biçimi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

TAÖ(20)	Evlenme Biçimi	N	Ortalama	Standart Sapma	sd	x <sup>2</sup>	p
Toronto Aleksitimi Ölçeği	Severek/ Flört Ederek	146	97,96	10,81	1	1,13	0,29
Toplam Puan Ortalaması	Evlenme						
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Görücü Usulü	51	107,92	11,07			
TAÖ Duyguları	Severek/ Flört Ederek	146	98,22	6,19	1	0,91	0,34
Toplam Puan Ortalaması	Evlenme						
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Görücü Usulü	51	107,16	7,01			
TAÖ Duyguları	Severek/ Flört Ederek	146	99,69	3,58	1	0,11	0,74
Toplam Puan Ortalaması	Evlenme						
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Görücü Usulü	51	102,85	3,55			
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Evlenme						
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Severek/ Flört Ederek	146	97,86	3,94	1	1,23	0,27
Toplam Puan Ortalaması	Evlenme						
Toplam		200					

Bireylerin evlenme biçimine göre, toronto aleksitimi ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,13$ ,  $p=0,29$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,91$ ,  $p=0,34$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,11$ ,  $p=0,74$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,23$ ,  $p=0,27$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.19:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Çocuk Sayısı Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

TAÖ(20)	Çocuk Sayısı	N	Ortalama	Standart Sapma	sd	$x^2$	p
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	Çocuğu Olmayanlar 1 Çocuğu olanlar 2 Çocuğu olanlar 3 Çocuk ve daha fazlası	38 69 66 27	101,00 99,38 105,47 90,52	13,04 9,58 10,76 11,07	3	1,32	0,72
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Çocuğu Olmayanlar 1 Çocuğu olanlar 2 Çocuğu olanlar 3 Çocuk ve daha fazlası	38 69 66 27	102,63 100,14 103,62 90,80	7,17 5,35 6,77 7,05	3	1,01	0,80
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Çocuğu Olmayanlar 1 Çocuğu olanlar 2 Çocuğu olanlar 3 Çocuk ve daha fazlası	38 69 66 27	102,55 102,55 102,53 87,41	4,32 3,38 3,27 3,67	3	1,61	0,66
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	Çocuğu Olmayanlar 1 Çocuğu olanlar 2 Çocuğu olanlar 3 Çocuk ve daha fazlası	38 69 66 27	100,28 95,20 109,96 91,22	4,28 3,70 3,60 3,18	3	3,06	0,38
Toplam		200					

Bireylerin eğitim düzeyine göre, toronto aleksitimi ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,37$ ,  $p=0,72$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,01$ ,  $p=0,80$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,61$ ,  $p=0,66$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 3,06$ ,  $p=.0,38$  ;  $p>0,05$ ).



**Çizelge 4.20:** Toronto Aleksitimi Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanlarının Evlilik Süresi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

TAÖ(20)	Evlilik Süresi	n	Ortalama	Standart Sapma	sd	x <sup>2</sup>	p
Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	0-5 yıl	63	93,99	12,30	3	1,41	0,70
	6-15 yıl	79	103,81	9,00			
	16-25 yıl	32	105,30	12,58			
	26 yıldan fazla	25	96,32	10,95			
TAÖ Duyguları Tanımada Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	0-5 yıl	63	92,29	6,63	3	0,98	0,80
	6-15 yıl	79	101,94	5,41			
	16-25 yıl	32	106,13	7,10			
	26 yıldan fazla	25	92,88	6,87			
TAÖ Duyguları Söze Dökmede Güçlük Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	0-5 yıl	63	96,41	4,30	3	0,47	0,93
	6-15 yıl	79	102,12	3,04			
	16-25 yıl	32	98,98	3,20			
	26 yıldan fazla	25	103,64	3,74			
TAÖ Dışa Dönük Düşünme Alt Boyut Toplam Puan Ortalaması	0-5 yıl	63	90,43	3,89	3	2,90	0,41
	6-15 yıl	79	106,66	3,50			
	16-25 yıl	32	102,83	4,18			
	26 yıldan fazla	25	99,46	3,43			
Toplam		200					

Bireylerin evlilik süresine göre, toronto aleksitimi ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,41$ ,  $p=0,70$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları tanımada güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,98$ ,  $p=0,80$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ duyguları söze dökmede güçlük alt boyut toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,47$ ,  $p=0,93$  ;  $p>0,05$ ). TAÖ dışa dönük düşünme alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla

Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 2,90$ ,  $p=0,41$  ;  $p>0,05$ ).

#### 4.1.2 Evlilik uyumuna göre dağılım

**Çizelge 4.21:** Evlilik Uyumu Ölçeği ile Yaş, Çocuk Sayısı ve Evlenme Biçiminden Aldıkları Puanların Spearman Korelasyon Analizi İle İlişkinin İncelenmesi

(n = 200)		Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan Ortalaması
Yaş	r	-0,021
	p	0,767
Çocuk Sayısı	r	-0,009
	p	0,901
Evlenme Biçimi	r	0,004
	p	0,955

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

Evlilik uyumu ölçeği ile kişilerin yaşı, çocuk sayısı ve evlenme biçimlerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon-Analizi yapılmış ve anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [Sırasıyla; r=-0,021, p=0,767; r=-0,009, p=0,901 ve r=0,004, p=0,955 ; p>0.05].

**Çizelge 4.22:** Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Cinsiyet Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

	Cinsiyet	n	Ortalama	Standart Sapma	Sd	x <sup>2</sup>	p
Evlilik Uyumu Ölçeği	Kadın	112	107,72	12065,00		3,97	0,05
Toplam Puan Ortalaması	Erkek	88	91,31	8035,00	1		
Toplam		200					

Bireylerin cinsiyetine göre, evlilik uyumu ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür (x<sup>2</sup> = 3,97, p=0,05 ; p>0,05).

**Çizelge 4.23:** Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Yaş Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

	Yaş	n	Ortalama	Standart Sapma	Sd	x <sup>2</sup>	p
Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	18-25 yaş arasındakiler	17	75,59	3,31		4,34	0,23
	26-35 yaş arasındakiler	94	105,90	0,85			
	36-45 yaş arasındakiler	57	96,89	1,43	3		
	46 yaş ve üzerindeki	32	104,28	2,79			
Toplam		200					

Bireylerin yaşlarına göre, evlilik uyumu ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 4,34$ ,  $p=0,23$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.24:** Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Eğitim Düzeyi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

	Eğitim Düzeyi	n	Ortalama	Standart Sapma	Sd	x <sup>2</sup>	p
Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	İlköğretim	63	100,48	11,19		2,17	0,54
	Lise	52	91,61	12,66			
	Yüksekokul	30	109,60	11,31	3		
	Üniversite	55	103,96	8,94			
Toplam		200					

Bireylerin eğitim düzeylerine göre, evlilik uyumu ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 2,17$ ,  $p=0,54$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.25:** Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Çalışma Durumu Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

	Çalışma Durumu	n	Ortalama	Standart Sapma	Sd	x <sup>2</sup>	p
Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	Çalışıyor	127	101,80	10,98		0,18	0,67
	Çalışmıyor	73	98,23	11,26	1		
Toplam		200					

Bireylerin çalışma durumuna göre, evlilik uyumu ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla

Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,18$ ,  $p=0,67$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.26:** Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Evlenme Biçimi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

	Evlenme Biçimi	n	Ortalama	Standart Sapma	Sd	$x^2$	p
Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	Severek/ Flört Ederek	146	99,45	10,68	1	0,19	0,66
	Görücü Usulü Evlenme	51	103,57	12,20			
Toplam		200					

Bireylerin evlenme biçimine göre, evlilik uyumu ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 0,19$ ,  $p=0,66$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.27:** Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Çocuk Sayısı Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

	Çocuk Sayısı	n	Ortalama	Standart Sapma	Sd	$x^2$	p
Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	Çocuğu Olmayanlar	38	111,46	10,47	3	3,63	0,30
	1 Çocuğu olanlar	69	90,62	11,33			
	2 Çocuğu olanlar	66	103,93	10,80			
	3 Çocuk ve daha fazlası	27	101,94	11,87			
Toplam		200					

Bireylerin çocuk sayısına göre, evlilik uyumu ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 3,63$ ,  $p=.0,30$  ;  $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.28:** Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanlarının Evlilik Süresi Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

	Evlilik Süresi	n	Ortalama	Standart Sapma	Sd	x <sup>2</sup>	p
Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	0-5 yıl	63	92,61	10,88		1,76	0,62
	6-15 yıl	79	103,47	9,47			
	16-25 yıl	32	100,06	9,93	3		
	26 yıldan fazla	25	107,58	16,30			
Toplam		200					

Bireylerin evlilik süresine göre, evlilik uyumu ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis H-Testi yapılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $x^2 = 1,76$ ,  $p=0,62$  ;  $p>0,05$ ).

## 5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada temel amaç evli bireylerde aleksitiminin evlilik uyumu arasında ilişki olup olmadığı incelenmektedir. Çalışmanın diğer bir amacıysa sosyodemografik özellikler ile aleksitimi ve evlilik uyumu arasında ilişki olup olmadığını araştırmaktır. Araştırma sonuçlarına göre aleksitimi ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yapılan çalışma sonrasında elde edilen bulgular, literatür taraması sonrası elde edilen bulgular çerçevesinde değerlendirilecektir.

Araştırma 200 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, 112 kadın 88 erkek ile oluşan evli kişilerdir. Katılımcı yaş aralığı 18- 46 ve üstü yaş aralığı olarak belirlenmiştir (Çizelge 3.1). Katılımcıların yaş ortalaması 2,55 ve standart sapma 0,86'dır (Çizelge 3.2). Katılımcıları eğitim düzeyi ve çalışma durumu açısından ele aldığımızda; yüksekokul oranı ilköğretim, lise ve üniversite eğitim düzeyine göre daha yüksek çıkmıştır. İş durumlarına göre ele aldığımızda katılımcıların 127'sinin çalıştığı, 73'ünün ise çalışmadığı bulunmuştur (Çizelge 3.3).

Katılımcıların evlenme biçimi ve evlilik süresi açısından ele aldığımızda 146'sının flört ederek, 51'inin ise görücü usulü evlendiği bulunmuştur. Evlilik süresine göre incelediğimizde 6- 15 yıl arası evli olan katılımcıların çoğunluğu oluşturduğu sonucuna ulaşılmıştır (Çizelge 3.4).

Katılımcıların sahip olduğu çocuk sayısı açısından dağılımına baktığımızda 1 çocuğa sahip olanların yüzdesi, hiç çocuğu olmayan ve 2 çocuk ve daha üzeri çocuğa sahip olanlara göre daha fazla bulunmuştur (Çizelge 3.5).

Toronto aleksitimi ve evlilik uyumu ölçeği için güvenilirlik analiz sonuçları incelendiğinde, Toronto aleksitimi ölçeği maddeler arası iç tutarlılık katsayı orta düzeyde, evlilik uyumu ölçeği maddeler arası iç tutarlılık yüksek çıkmıştır (Çizelge 3.7). Toronto aleksitimi ölçeği toplam puanlarının ortalamasının altında ve üstünde olan grupları evlilik uyumu ölçeği toplam puan ortalamaları arasında

istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U-Testi yapılmıştır ve istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır (Çizelge 3.13).

Evli bireylerde aleksitiminin evlilik uyumu üzerindeki etkisinin incelendiği araştırmada aleksitimi ve sosyodemografik ilişki incelendiğinde aralarında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Aleksitimi ile ilgili yapılan literatür incelendiğinde büyük bir kısmı klinik ağırlıklı olup sosyodemografik değişkenlerin çok az incelendiğine rastlanmıştır. Aleksitimi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür (Çizelge 3.14). Literatür taramasında kadınlarda ve erkeklerde aleksitimik kişilik özellikleri ile ilgili elde edilen bulgular incelendiğinde Aleksitimik kişilik özelliklerin erkeklerde, kadınlara oranla daha sık görüldüğünü gösteren başka çalışmalar da yayınlanmıştır (Smith 1983, Feiguine ve ark.,1988). Ancak eşler arasında büyük farkların bulunmadığını gösteren çalışmalar oldukça fazladır (Kleiger ve Jones 1980, Krystal ve ark., 1986, Martin ve Pihl 1986, Wise ve ark., 1988). Yapılan çalışmaların bazılarında aleksitiminin erkekler katılımcılarda kadın katılımcılara oranla daha fazla görüldüğü saptanırken bazı çalışmalarda ise, cinsiyetler arası bir farklılığın olmadığı sonucuna varılmıştır (Batıgün ve Büyükaşahin, 2008). Cooper ve Halmstrom (1984), aleksitimi ve psikosomatik şikayetlerle ilgili yaptıkları çalışmada kadınlardaki aleksitimi oranlarının erkelere oranla daha fazla görüldüğü sonucuna varmışlardır.

Araştırma sonucunda aleksitimi ile eğitim düzeyi açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür (Çizelge 3.16), Aleksitimi ile çocuk sayısı (Çizelge3.19) Açısından anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Çalışmamızı destekleyen sonuçlar mevcuttur. Krystal ve arkadaşları (1986), yaptıkları araştırmada öğrenim düzeyi ve aleksitimi arasında bir ilişki bulunmadığını bildirmiştir. Bununla beraber aleksitimik özelliklerin öğrenim düzeyinin artmasına bağlı olarak azaldığını gösteren çalışmalarda vardır. (Faryna ve ark.,1986, Rodenhouser ve ark.,(1986). Paulson (1985), Martin ve Pihl (1986). Kadın ve erkeklerin eğitim düzeyi ile aleksitimi arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sosyo-ekonomik seviye düştükçe aleksitiminin arttığı sonucuna varılmıştır. Evdeki çocuk sayısının ailenin kaçınıcı çocuğu olduğunun aleksitimi ile ilişkisi olduğu bulgularına ulaşılmamıştır. Aleksitimik kişilik özellikleri ile

kardeş sayısındaki çoğalma ile arasında ilişki olduğu belirtilmiştir (Yemez, 1991).

Aleksitimik özellikler ile sosyo-ekonomik ilişkilerin incelendiği çalışmalar da mevcuttur. Aleksitimik özellikler ile sosyo-ekonomik düzey arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırma sonuçlarının birbirini tutmadığını belirtmiştir. İki değişken arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını bildiren araştırmaları mevcuttur. Aslan ve ark. (1996), yaptığı çalışmada aleksitimi ile sosyo-ekonomik seviye arasında ilişki bulunmaz iken eğitim düzeyi düştüğü aleksitiminin arttığı gözlenmiştir. Blanchard ve arkadaşları (1981) ve Smith (1983) ise düşük sosyal statüdeki popülasyondan gelenler arasında aleksitimik özelliklerin daha sık görüldüğünü bildiren çalışmalar olduğunu belirtmiştir.

Yapılan araştırmada evlilik uyumu ile sosyodemografik değişkenlerden cinsiyet durumu açısından Kruskal Wallis H testi ile yapılan karşılaştırmada, bireylerin cinsiyetlerine göre, evlilik uyumu ölçeği toplam puan arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür (Çizelge 3.22). Literatür taramasında bu konu ile ilgili benzer çalışmalara rastlamakla beraber farklı sonuçlara ulaşıldığı da görülmüştür. Akar (2005), Çelik (2006) ve Günay (2007) yaptıkları çalışmada evlilik uyumu ile ilgili cinsiyetler arası farklılık bulamadıklarını bildirmişlerdir. Farklılık bulunmadığını belirten çalışmalar başka çalışmalar da mevcuttur (Çelik ve Tümkaya, 2012; Çakırlar, 2012; Kabasakal ve Soylu, 2016; Tüfekçi, Hoşgör, 2013).

Evlilik uyumunun cinsiyet açısından farklılık belirttiği sonuçlar da mevcuttur (Şendil ve Kızıldağ, 2004). Araştırmacılar, toplumda kadınlara yüklenen anlamlardan dolayı cinsiyet rolleri açısından kadınların, erkeklere kıyasla daha özverili turum sergiledikleri, hem ev içinde hem de ev dışında daha idareci davranışlar ortaya koymalarından dolayı daha çok sorumluluk almak zorunda kalarak evlilikte erkelere oranla daha fazla şikayet ettiklerini ve buna bağlı olarak da cinsiyet açısından kadınların uyum düzeylerinin daha düşük çıkmış olabileceklerini belirtmişlerdir.

Evli bireylerde aleksitiminin evlilik uyumuna üzerine etkisi araştırmasında, evli bireylerin yaşlarına göre evlilik uyumu ölçeği toplam puan arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Çizelge 3.23). Yapılan çalışmalarda evlilik uyumu ile yaş arasında ilişki olduğuna dair tam tersi



bulgulara rastlanmıştır. Sosyo-demografik değişkenler, evlilik uyumu üzerinde etkili faktörlerdir. Bireylerin yaşları, ne kadar süredir evlilik içinde oldukları, geniş aile ziyaretlerinin gerçekleşme sıklığı gibi değişkenlerle evlilik uyumu arasında ilişkiler mevcuttur (Demiray, 2006).

Sosyodemografik değişkenlerden eğitim düzeyi ile evlilik uyumu incelendiğinde aralarında anlamlı farklılık bulunmamıştır (Çizelge 3.24). Evlilik uyumu ve eğitim düzeyi ile ilgili yapılan literatür çalışmasında farklı sonuçlarla da karşılaşılmaktadır. Kamo (1993) evli bireylerin demografik değişken açısından incelendiğinde eğitim düzeyleri baz alınarak değerlendirme yaptığında, eğitim seviyesi düşük olan bireylerin evliliklerinde sorunlar meydana geldiği ifade edilmiştir.

Evli bireylerde aleksitiminin evlilik uyumuna etkisi çalışmasında, evlilik uyumu ile çalışma durumu arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı farklılık bulunmamıştır (Çizelge 3.25). Konu ile ilgili literatür taramasında destekler çalışmalar bulunmuştur. Demiray (2006), Erdoğan (2007), Tutarel, Kışlak ve Çubukçu (2002) meslek grubu ve evlilik uyumu ile ilgili çalışmalar yürütmüşlerdir ve meslek grubuna göre evlilik uyumunun farklılaşmadığı sonucuna varmışlardır. Literatür taramasında özellikle kadınları iş hayatında olmaları ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara denk gelinmiştir ve çalışmalardan bazıları çalışma hayatında yer alan kadınların daha uyumlu evlilikleri oldukları sonucuna varmıştır (Çili ve arkadaşları 2004; Nahawat ve Mathur, 1992 Sezer 2005).

Bireylerin evlenme biçimlerine göre evlilik uyumları arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür (Çizelge 3.26). Literatür taramasında evlenme biçimi ile evlilik uyumu arasındaki ilişki incelendiğinde araştırma sonuçlarımızı destekler sonuçlara rastlanıldığı gibi evlenme biçimi ve evlilik uyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğu ya da uyumların düşük çıktığı araştırmalara da rastlanmıştır. Evlilik uyumu ve evlilik biçimi ile ilgili yapılan literatür incelendiğinde, severek, flört ederek evlenme ile görücü usulü evlenme arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (Kubilay, Oktan, 2005). Bu sonucu destekleyen çalışmalara literatürde denk gelmiştir (Demiray, Ödemiş 2008; Akbası, 2008). A.B.D’ de anlaşarak, severek, flört ederek evlenmiş bireyler ile Hindistan’da geleneksel yöntemle evlenen çiftler ile yapılan

araştırma sonuçlarında evlilik doyumları ile ilgili anlamlı düzeyde farkın olmadığı ortaya çıkmıştır (Myers, Madathil ve Tingle 2005). Görücü usulü evlenmenin evlilik doyumunu etkilemediği yönünde Buss ve arkadaşları (1990), çalışmalar yapmıştır. Kubilay ve Oktanlı (2005) yaptığı çalışmada görücü usulü evlilik yapanlarla, flört ederek evlilik yapanlar arasındaki evlilik uyumlarının anlamlı düzeyde farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Yaptıkları araştırmada evlilik uyumu ile diğer tercihleri arasındaki ilişkide, anlamlı olduğuna dair bulgular elde edilmiştir. Çimen (2007), yaptığı çalışmada, görücü usulü ve flört sonrası evlenen çiftler sosyal psikoloji açısından değerlendirildiğinde, severek evlilik grubuna dahil olan çiftlerin, görücü usulü evlenenlere kıyasla ilişki doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Yine evlenme biçimine göre evlilik doyumunu ile ilgili yaptığı çalışmada Kelley (1999), geleneksel yöntemle evlenenlerin severek evlenenlere kıyasla daha az doyum ve uyum içinde olduğu sonucuna varmıştır.

Evlilik uyumu ile evlilik süresi arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Çizelge 3.28). Literatür taramasında çalışmamızı destekler çalışmalar bulunmuştur. Literatürdeki kimi çalışmalarda ise evlilik uyumunun evlilik süresinden etkilenmediği sonucuna varılmıştır (Erdoğan, 2007; Jose ve Alfons, 2007; Tutarel-Kışlak ve Çubukça, 2002). Kubilay ve Oktan (2015) yaptığı çalışmada evlilik süresi arttıkça evlilik uyumunda azalma olduğu sonucuna varmıştır.

Evli bireylerde aleksitiminin evlilik üzerine etkisini araştırdığımız çalışmada, aleksitimi ile evlilik uyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki çıkması beklenmekteydi. Araştırma sonunda aleksitimi ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır.

Aleksitimi ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara rastlanmamıştır. Aleksitimi ile ilgili yapılan çalışmaların çoğu klinik odaklı olmakla beraber evlilik uyumu ile ilgili çalışmaların büyük bir kısmı bağlanma, bağımlılık ve bilişsel çarpıtmalarla ilgili olduğu gözlemlenmiştir. Yaptığımız çalışmada bu faktörler değerlendirilmemiştir. Aleksitimi ve evlilik uyumu arasındaki ilişki üzerinde durulmuştur.

Yaptığımız çalışmada aleksitimi ve evlilik uyumu üzerinde anlamlı ilişki çıkmamasının pek çok nedeni olabilir. İlişki çıkmama nedenlerinden biri empati

faktörünün değerlendirilmemesi olabilir. Özgüven (2002), evliliğin uyumlu bir şekilde yürütülebilmesi için, kadın ve erkeğin birbirlerindeki farklılığı kabullenebilmeleri gerekliliğini vurgularken; anlayış, ilgi ve sevgilerini birbirlerine aktarabilmelerinin önemini belirtirken, empati eksikliğinin evlilik içerisinde sorun yaratan en büyük faktör olduğunu vurgular. Epstein ve Mehrabain (1972), empatiyi, karşısındaki bireyin duygusal tecrübelerine karşılık verebilme olarak tanımlarken, Davise ve Oathout (1987) ve Long ve Andrews (1990), empatiyi, karşısındaki kişinin bakış açısıyla bakabilmek olarak tanımlamaktadır ve bu durumu evlilik uyumunu ve evlilik doyumunu etkileyen bir faktör olarak nitelendirmektedir.

Araştırmada evlilik uyumu ile aleksitimi arasında anlamlı ilişki bulunamamasının bir diğer nedeni kişilik özelliklerinin çalışmada değerlendirilmemiş olması olabilir. Eşlerin kişilik özellikleri, yetiştirildikleri alanlar ve koşullar, aileden aldıkları görgüler, evlilik için yükledikleri anlamlar, eğitim seviyeleri, edindikleri meslekler, dini inançlar, psikolojik özellikler bu faktörlerden bir kısmı olarak belirtilir. (Dilmaç ve Ekşi, 2007). Aleksitiminin de hastalıktan ziyade kişilik yetersizlik olduğu görüşünü benimseyenler vardır. Taylor (1984) ve Sifneos'a (1988) göre aleksitimi bir rahatsızlık değil daha çok kişilikle ilgilidir.

Aleksitimik kişilik özelliğine sahip bireylerin sorunlar karşısında faydacı bir yol izledikleri için evlilik uyumu üzerinde etkisi yoktur. Aleksitimik bireyler, bir olay karşısında ya hissizleşir ya da sözcüklere dökme konusunda zorluk çekerler (Dökmen, 2000). Kendi içlerinde robot gibi bir yaşantıyı devam ettirmeleri, karşılaştıkları sorunlar konusunda da faydacı bir yol izlemelerine neden olmaktadır. Sorunların temeline inmiyor olmaları aslında duygularını analiz etme konusunda yetersiz olmalarından ileri gelmektedir. Zihinsel faaliyetleri konusunda da dış merkezli bir yapı sergilemektedirler. Çevreleri ile olan ilişkilerinde uyum sağlama eğilimi içindedirler (Batıgün, 2008).

Aleksitimi ile evlilik uyumu arasında anlamlı ilişki çıkmama nedenlerinden biri de bilişsel çarpıtmalarının ele alınmamış olmaması olabilir. Lazarus (1982), bilişsel değerlendirmelerin duyguların temelini oluşturduğunu belirtir. "Duygularımı gizli tutmak zorundayım, duyguların ifade edilmesi ayıptır, duygularımı belirttiğim de ters tepki alırım, başım derde girer ve aşağılanırım,

yalnız kalmaya mahkum olurum, insanlara güven duymuyorum, bundan dolayı duygularımı ifade etmemem gerekir” düşüncelerine bağlı olarak otomatik düşünceler oluşur. Bu düşünceler sonrası birey duygularını fark edememeye başlar, ifade etmekte zorlanır. Duygularını belirtmek yerine fiziksel rahatsızlıklar ortaya çıkar ve aleksitimik özelliklere bağlı belirtiler kendini gösterir (Koçak, 2002). Aleksitimil kişiler bağımlı olma özelliği gösterirler. Narsistik, pasif agresif veya bağımlı kişilik özellikleri gösterebilirler, hassas değlerdir ince düşünmeden davranma eğilimi gösterirler (Sifneos, 1988; Krystal, 1979).

Bu çalışmada bazı kısıtlamalar bulunmaktadır. Ktılımcıların klinik olarak değerlendirilmemesi ve psikiyatrik tanıları elde edilememesidir. Buna ek olarak empati, kişilik özellikleri, bilişsel çarpıtmalar, bağımlılık bu çalışmada araştırılmamıştır. Bu kısıtlılıklar başka bir çalışmada ele alınabilir. Ayrıca, bu çalışma İstanbul’da Beylikdüzü bölgesinde uygulanmış olup çalışmayı genelleme açısından uygulama yerinde sınırlılık vardır.

## KAYNAKLAR

- Abdel Khalek, A. M.** (2006). Measuring happiness with a single-item scale. *Social Behavior and Personality*, 34(2), 139-150.
- Acitelli, L. K., Kenny, D. A. ve Weiner, D.** (2001). The importance of similarity and understanding of partners' marital ideals to relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 8, 167-185.
- Akar, H.** (2005). Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi.
- Akbaş, M.** (2008). Endüstri meslek liselerinde görev yapan öğretmenlerin evlilik uyumları ile öğretmenlik tutumları arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Algaç, G. ve Çatay, Z.** (2007). Evlilik süresinin ilişki yürütme tutumlarına ve evlilik memnuniyetine etkisi, IV. Ulusal Aile ve Evlilik Terapileri Kongresi, 16-18 Mart, İstanbul.
- Apfel RJ, Sifneos P** (1979) Alexithymia: Concept and measurement. *Psychother. Psychosom.* 32: 180-190.
- Arthur, H ve Morn, C.**(1990) "Perceived Intimacy Of Expressed Emotion", *The Journal of Social Psychology*, 130(4), 476-486.
- Aslan, H ve ark.** (1996). "Psikiyatrik, Psikosomatik Hastalarda Aleksitimi", *Nöropsikiyatri Arşivi*, 33 (1), 13-18.
- Ayan, D., Beder-Şen, R., Ünal, G. & Yurtkuran, S.** (2001). Ankara'da akraba evliliği. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4( 1).
- Batıgün, A. ve Büyükşahin, A.** (2008). Aleksitimi: Psikolojik Belirtiler ve Bağlanma Stilleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*. 11:105-114.
- Bayazid, G.** (1996). Psikodramanın Kontrol Odaklı, Aleksitimi ve Empatik Eğilim Düzeyine Etkisi, *Marmara Üni. Atatürk. Eğit. Bil. Fak. II. Ulusal Eğitim Sempozyumu Bildirisi Özetleri*, İstanbul.
- Beach, M.** (1994). Alexithymia and Somatization: Relationship to DSM III-R. Diagnoses", *Journal of Psychosomatic Research*, 38(6),529-535)
- Beck, J.S.** (1995). *Cognitive Therapy. Basics and Beyond*, New York: The Guilford Press.
- Bener, M.,** 2011, Dindarlık Eş Seçimi İlişkisi (SDÜ ÖRNEĞİ), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Isparta.
- Berenbaum, H.** (1993). "Alexithymia And Movie Preference", *Psychotherapy Psychosomatics*, 59, 173-178.
- Berksun, O.** (1992). Şizofrenide Aile Faktörü: Expressed Emotion (EE): Ölçek Geliştirme ve Uygulama Denemesi. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Ankara.

- Bird, G. ve Melville, K.** (1994). *Families and Intimate Relationships*. London: McGraw-Hill Inc.
- Blanchard, B.E., Arena, J.G., Pallmeyer, J.P.** (1981). "Psychosometrik Properties Of a Scale to Measure Alexithymia", *Psychother Psychosom*, 35, 67-71.
- Blum, J.S., & Mehrabain, A.** (1999). Personality and temperament corelates of marital satisfaction. *Journal of Personality*. 67(1),93-120.
- Boyatzis, J.** (1992). "Preschool Children's Decoding Of Facial Emotions", *The Journal Of Genetic Psychology*, 15(3), 375-382.
- Bradbury, T. N. ve Karney, B. R.** (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66, 862-879.
- Bradbury. T.N., Fincham, F.D., & Beach, S.R.H,** (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964-980.
- Bucci, W.** (1997). *Psychoanalysis and Cognitive Science: A multiple code theory*. NY: Guilford Press.
- Buss, D. M., Abbatt, M., Anglestner, A., Biaggla, A., Blanco, A. ve Bruchan, M.** (1990). "International Preferences in Selecting Mates": A study of 37 cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21, 5- 47.
- Candansayar, S ve Ark.** (1993). "Genç Erişkin Sağlıklı Gönüllülerde Aleksitimi Prevalansı", XXIX: Ulusal Psikiyatri Kongresi, Bursa: Sava Ofset.
- Cheng, H. ve Furnham, A.** (2004). Perceived parental rearing style, self-esteem and self-criticism as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 5, 1-21.
- Cingisiz, N.** (2010). Ortaöğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin duygusal zekaları ile evlilik doyumları arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Cingisiz, N. ve Murat, M.** (2010). Evlenmek için birbirlerini tercih eden çiftlerin duygusal zeka düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Gaziantep Sosyal Bilimler Dergisi*, 9 (1), 99-114.
- Civan, A.** (2011). Eşlerin Duygu Dışavurum Tarzları İle Algılanan Evlilik Kalitesinin İlişkisi ve Duygusal Farkındalığın Rolü. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin.
- Congar, R.D., Ructer, M.A. & Elder, G.H.** (1999). Couple resilience to economic pressure. *Journal of Personality and Social Psychology* 76(1), 54-71.
- Cooper, E.D., Holmstrom, R.W.** (1984).; "Relation Ship Between Alexihmia and Somatic Complaints in Normal Sample", *Psychother Psychosom*, 41, 20-24.
- Cosci, F., Londi, I., Patussi, V, Sirigatti, S.** (2011). Expressed emotion and parental attitude toward children of alcoholics. *European Psychiatry*, 26(1), 17.
- Creamer M, Campbell IM:** The role of interpersonal perception in dyadic adjustment. *Journal of Clinical Psychology*, 44: 424-430, 1988.
- Cruise, R.C., Sheeber, L.B., & Tampuson, M.C** (2011). Behavioral corelates of maternal expressed emotion in interaction task. *Journal of Family Psychology*, 25 (5), 781-784.
- Çelik, M.** (2006). Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması. Yayınlanmamış doktora tezi Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çelik, M., Tümkaya, S.** (2012). Öğretim Elemanlarının Evlilik Uyumu ve

- Çili, S. A., Kaya, N., Bodur, S., Özkan, İ. ve Kucur, R.** (2004). Ev kadınlarında ve çalışan evli kadınlarda psikolojik belirtilerin karşılaştırılması. Genel Tıp Dergisi, 14, 1-5.
- Çimen, E.Ş.** (2007). Görücü usulü ve anlaşarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Davis, M.H. & Oathout, H.A.** (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence. Journal of Personality and Social Psychology, 53(2), 397-413.
- Demiray, Ö.** (2006). Evlilikte Uyumun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Diyarbakır.
- Dereboy, F.** (1990).; “Alesitimi Özbildirim Ölçeklerinin Psikometrik Özellikleri Üzerine Bir Çalışma”, (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Dilmaç, B. ve Ekşi, H.** (2007). Değerler eğitimi: Temel tartışmalar ve yaklaşımlar. İlköğretmen Dergisi, 14, 21–29.
- Direk, N.** (2008). Miyofasiyal ağrı sendromu hastalarında kişilik bozukluğu, öfke ve aleksitimi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Douglass, F. M.** (1995). The marital problems questionnaire: A short screening instrument for marital therapy. Family Relations, 44(3), 238-245
- Dökmen, Ü.** (2000). Yarına Kim Kalacak? Evrenle Uyumlaşma Sürecinde Varolmak Gelişmek Uzlaşmak. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dryer, D. C. ve Horowitz, M.** (1997). When do opposites attract? Interpersonal complementarity versus similarity. Journal of Personality and Social Psychology, 72(3), 592-603.
- Düzgün, G.** (2009). Evli Kişilerde Depresyon, İlişkiye İlişkin İnanç, Kendini Ayarlama Düzeyinin Evlilik Uyumunu İle İlişkisi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara
- Ebriç, S., Çetin, M., Başoğlu, C., Yücel Ağargün, M., Seçil, M., Can, S., ve diğer** (2001). Şizofren hasta ve ailelerinde aile işlevselliği, sosyal destek ve duygu dışavurumunun incelenmesi. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 2(1), 5-14.
- Epstein, N., & Mehrabian, A.** (1972). A measure of emotional empathy. Journal of Personality, 40, 525-543.
- Erdoğan, S.** (2007). Evlilik Uyumunu İle Psikiyatrik Rahatsızlıklar, Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Ana Bilim Dalı. Uzmanlık Tezi. Ankara.
- Erişti, A.,** 2010, Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Uyumunu Arasındaki İlişki, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Faryna A., Rodenhauer P., Torem M.** (1986).; Development of an Analog Alexithymia Scale. Psycychoter Psychosom. 45, 201- 206.
- Feiguine RJ, Jones NF, Kassel P.A-** (1988) Distribution of alexithymic characteristics within an adult outpatient population. Psychother. Psychosom. 50: 61-67.
- Fışıoğlu, (2001).** Consanguineous marriage and marital adjustment in Turkey. The Family Journal. 9,215-222.

- Fıfıloğlu, H. & Lorenzetti, A.F.** (1994). The relation of family cohesion to marital adjustment. *Contemporary Family Therapy*, 16(6), 539-552.
- Fidanoğlu, O.** (2007). Evlilik Uyumu İle Eşlerin Somatizasyon Düzeyleri Arasındaki İlişki Ve Diğer Sosyodemografik Değişkenler Açıısından Karşılaştırılması. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Tezi. İstanbul.
- Finn PR, Martin J, Pihl RO** (1987) Alexithymia in males at high genetic risk for alcoholism. *Psychother. Psychosom.* 47: 18-21.
- Fişek, G.O.& Seherler, KR.** (1996). Toplumsal değişim ve eşler: Cinsiyet senaryolarının sınırlarını genişletme amaçlı bir terapi yaklaşımı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(36), 1-11.
- Fowers, B. J.** (1993). Psychology as public philosophy: An illustration of the moraldimension of psychology with marital research. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 13, 124-136.
- Fox, G. L.** (1975). Love match and arranged marriage in a modernizing nation: Mate selection in Ankara, Turkey. *Journal of Marriage and the Family*, 37(1), I 80-193.
- Freedman M. B., Sweet B. S.** (1954). "Some Specific Features of Group Psychotherapy and Their Implications for Selection Patients", *International Journal of Group Psychotherapy*, 4, 355-368.
- Freyberger H.** (1977). Supportive Psycho Therapeutic Techniques in Primary and Secondary Alexithymia", *Psychotherapy Psychosomatic*, 28, 337-342
- Fricchione G, Howanitz E** (1985) Aprosodia and alexithymia - A case report. *Psychother. Psychösom.* 43: 156-160.
- Gavazzi, S.M., Mc Kenry, P.C., Jacobson, J.A., Julian, T.W., & Lohman, B.** (2000). Modelling the effects of expressed emotion, psychiatric symptomology, and marital quality levels on male and female verbal aggression. *Journal of Marriage and Family*, 62, 669-682.
- Gordon KC, Baucom DH:** The interaction between marital standarts and communication patters: how does it contribute to marital adjustment. *Journal of Marital and Family Therapy*, 25(2): 211-223, 1999.
- Gottman, J. M. & Notarius, C. 1.** (2000). Decade review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage & the Family*, 26(4), 927-948.
- Gottmann, J.M and Kroff, L.J.,** 1992, "Marital Process Predictive of Later Dissolution: Behavior, Physiology and Health" *Journal of Personality and Social Psychology*, 63: s.s. 221-233.
- Guerro, L.K., La Valley, A.G., & Farinelli, L.** (2008). The experience and expression of anger, guilt, and sadness in marriage: An equity theory explanation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(5), 699-724.
- Günay, S.** (2007). Evlilik çatışması, nedensellik-sorunlulukyüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler, yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gürkan, S.B** (1996). "Aleksitimi", *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, (14). 99-103.
- Güz, H., Ay, M., Dilbaz, N.** (2001). Bir Grup Dermatolojik Hastalarda Aleksitimik, Depresyon ve Anksiyete. *Düşünen Adam*, 14 (2), 99-103.
- Haley, J.** (1988). *Psikolojik Sorunlar ve Psikoterapi.* (Uzunöz, A, Çev.) Ankara: Çark Kitabevi Yayınları.



- Haviland MG, Shaw DG, Mac Murray JP ve ark.** (1988) Validation of Toronto Alexithymia Scales with substance abusers. *Psychother. Psychosom.* 50: 81-87.
- Hawkins, D. N. ve Booth, A.** (2005). Unhappily ever after: Effects of long term, low quality marriages on well-being. *Social Forces*, 84(1), 445- 465.
- Hayward, M. ve Zhang, Z.** (2006). Gender, the marital life course, and cardiovascular disease in late midlife. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 639-657.
- Hazan, C. ve Shaver, P.,** 2000, "Bağlanma: Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar
- Hoppe K.D., Bogen J.E.** (1977). Alexithymia in Twelve Commissurotomed Patients, *Psychotherapy Psychosomatics*, 28, 148-155
- Hortaçsu, N.** (1999) The first year of family- and couple-initiated marriages of a Turkish sample: a longitudinal investigation. *International Journal of Psychology*, 34, 29-41.
- Hortaçsu, N.** (2007). Family- versus couple-initiated marriages in Turkey: Similarities and differences over the family life cycle. *Asian Journal of Social Psychology*, 10, 103-116.
- Hünler, O. S. ve Gençöz, T.** (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Ingoldsby, B.B., Horlacher, G.T., Schvaneveldt, P.L., & Matthews, M.** (2005). Emotional expressiveness and marital adjustment in Ecuador. *Marriage and Family Review*, 38(1), 25-44.
- Araştırmalar için Bir Çerçeve (Çev., A. Dönmez). *Türk Psikoloji Bülteni* 16(7): ss. 29-50.
- İlnem, C., Çete, T., Deniz, H. ve Yener, F.** (1998). Şizofreni ve depresyonda yaşam olayları ile bireyin algıladığı duygu dışavurum düzeyi. *Düşünen Adam*, 11(4), 12-20.
- Jose, O. ve Alfons, V.** (2007). Do demographics affect marital satisfaction?. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 33, 73-85.
- Kalkan, M.** (2002). Evlilik İlişisini Geliştirme Programının, Evlilerin Evlilik Uyum Düzeyine Etkisi. Doktora Tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kalkan, M.** (2002). Evlilik İlişisini Geliştirme Programının, Evlilerin Evlilik Uyum Düzeyine Etkisi. Doktora Tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kaplan CD, Wogan M.** (1976/77) Management of pain through cerebral activation: An experimental analog of alexithymia. *Psychother. Psychosom.* 27: 144-153.
- Karasar, N.** (2006). Bilimsel Araştırma Yöntemi. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kelley, D.L.** (1999). Relational expectancy fulfillment as an explanatory variable for distinguishing couple types. *Human Communication Research*, 25(3), 420-443.
- Kılıç, E.** (2009). Aile terapileri. *Psikoterapi Yöntemleri. içinde* (229-271). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Kinnunen, U., & Feldt, T.** (2004). Economic stress and marital adjustment among couples: Analyses at the dyadic level. *European Journal of Social Psychology*, 34, 519-532.
- Kleiger JH, Jones NF.** (1980) Characteristics of alexithymic patients in a chronic respiratory illness population. *J Nerv Ment Dis* 168: 465-470.

- Klinetob NA, Smith DA:** (1996) Demand-withdraw communication in marital interaction: tests of interspousal contingency and gender role hypothesis. *Journal of Marriage and the Family*, 58: 945-958,
- Kocadere, M.** (1995). İyi ve Kötü Evliliklerin Özelliklerini Belirlemeye Yönelik Betimsel Bir Çalışma. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir.
- Koçak, R.** (2002). Aleksitimi: Kuramsal Çerçeve Tedavi Yaklaşımları ve İlgili Araştırmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 35(1- 2):183-212.
- Koçak, R.** (2003). Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimi ve Yalnızlığın Bazı Değişkenler Açısından Karşılatırılması ve Aralarındaki İlişkinin incelenmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 11 (19), 15-24.
- Kokkonen, P., Karvonen, J.T. Veijola, J.** (2001). Prevalence and Sociodemographic Correlates of Alexithymia in Population Sample of Young Adults, *Comprehensive Psychiatry*, 42, 471- 476.
- Koydemir, S., Selşik, Z. E. ve Tezer, E.** (2005). Evlilik uyumu ve mükemmeliyetçilik boyutları arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (23), 65-74.
- Kropp, F., Lavack, M. A. ve Silvera, D. H.** (2005). Values and collective self-esteem as predictors of consumer susceptibility to interpersonal influence among university students. *International Marketing Review*, 22( 1), 7-33.
- Krystal H, Raskin H** (1970) *Drug Dependence* Detroit, Wayne State University Press.
- Krystal JH, Güler EL, Cichetti DV** (1986) Assessment of alexithymia in posttraumatic stress disorder and somatic illness-Introduction of a reliable measure. *Psychosom. Med* 48: 84-94.
- Krystal, H.J.** (1968). "Massive Psychological Trauma". New York: International Universities Press.
- Krystal, H.J.** (1979). Alexithymia and Psychotherapy", *American Journal of Psychotherapy*, 33 (1), 17-31.
- Krystal, H.J.** (1982). Alexithymia and Effectiveness of Psychoanalytic Treatment. *International Journal of Psychoanalytic Psychotherapy*. 9, 353-378.
- Krystal, H.J.** (1988). On Some Roots Of Creativity. *Psycho. Clinic.N. Am.* 11, 475-491.
- Lane RD, Schwartz GE** (1987) Levels of emotional awareness: A cognitive - developmental theory and its application to psychopathology. *Am J Psychiatry* 144:133-143.
- Lane, R.D, Ahern, G.L., Schwrtz, G.D.** (1997). Alexithymia The Emotional Equivalent of Blindsight? *Biological Psychiatry*, 834-844.
- Lane, R.D., Schwatz, G.E.** (1987). Levels of Emotional Awareness: A Cognitive Development Theory and Its Application to Psychopathology. *American Journal of Psychiatry*, 144, 133-143.
- Laos, G.** (1995). "Prevalence Of Alexithymia In a General Population", *Annual Medical Psychology*, 153(5), 355-357.
- Lazarus, R.S.** (1982). Thoughts on The Relation Between Emotion and Cognition. *American Psychologist*, 37, 1019-1024.
- Leff JP** (1973) Culture and differentiation of emotional states. *Br. J Psychiatry* 123: 299-306.

- Lesser, I.M. (1981).** “A Review of the Alexithymia Concept”, *Psychosomatic Medicine*, 43, (6), 531-543.
- Lesser, I.M. (1985).** “Current Concepts In Psychiatry: Alexithymia”, *The New England Journal Of Medicine*, 312, (11), 690-694.
- Lesser, I.M. (1985).** A Critique of Contributions to The Alexithymia Symposium. *Psychotherapy Psychosomatic*, 44:82-88.
- Long, E.C.J. (1994).** Maintaining a stable marriage: Perspective taking as a predictor of a propensity to divorce. *Journal of Divorce and Remarriage*, 21, 121-138.
- Long, E.C.J., & Andrew, D.W. (1990).** Perspective taking as a predictor of marital adjustment. *Journal of Personality An Social Psychology*, 59(1), 126-131.
- Luminet, D. (1995).** “Psychosomatic Medicine The Future of An Illusion (Review)”, *Ann. Med. Psycholl.* 44, (11), 367-371.
- Lumley, A.M and Roby, K. (1994).** “Alexithymia and Negative Affect: Relationship to Cigarette Smoking, Noticing Dependence And Smoking Cessation”, *Psycho-therapy. Psychosomatic*, 61, 156-162.
- Lyubomirsky, S. ve Lepper, H.S. (1999).** A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 37-155.
- MacLean, P.D. (1949).** Psychosomatics Disease and The Visceral Brain, *Psychosomatic. Medicine*, 11, 338-353.
- Martin, B. J. and Pihl, O.R. (1986).** Influence of Alexithymia Characteristics on Psychological and Subjective Stress Responses In Normal Individuals”, *Psychotherapy Psycho-somatic*. 45, 66- 77.
- Mc Dougall, J. (1982).**; Alexithymia; A Psychoanalytic Viewpoint, *Psychotherapy Psychosomatics*. 38,81-90.
- Mc Farlane, W.R., & Cook, W.L. (2007).** Family expressed emotion prior to onset of psychosis. *Family Process*, 46 (2).
- Meezon, W. ve Rauch, J. (2005).** Gay marriage, same-sex parenting, and America's children. *Future of Children*, 15(2), 97-115.
- Montreuil, M and Pedinielli, J.L. (1995).** Parallel Visual Processing Characteristics In Healthy Alexithymia Subjects”, *Ecephale*, 21(5).
- Möller AT, Zyl PDV:** Relationship beliefs, interpersonal perception and marital adjustment. University of Stellenbosch, 1962.
- Myers, J. E., Madathil, J. ve Tingle, L. (2005).** Marriage satisfaction and wellness in India and United States: A preliminary comparison of arranged marriages and marriages of choice. *Journal of Counseling and Development*, 83, 183- 190.
- Nacar, O., 1995,** Evlilik Uyumu Kişisel Düşünme Modelleri Arasındaki İlişki,
- Nahawat, S. S. ve Mathur, A. (1992).** Marital adjustment and subjective well-being in Indianeducated housewives and working women. *The Journal of Psychology*, 127 (3), 353-358.
- Nemiah, J.C. (1975).** Denial Revisited: Ref-lection on Psychosomatic Theory, *Psychotherapy Psychosomatics*, 26, 140-147.
- Nemiah, J.C., Sifnoes P. E. (1970).** “Psychosomatic Illness: A Problem In Communication. *Psychotherapy. Psychoso-matic*. 18, 150-160.
- Noller, P. (Ed.) (2002).** Understanding marriage: Developments in the study of couple interaction. New York: Cambridge University Press, 1-5.

- Okyavuz, U., Çevik, A., Gürcan, F.** (1989). Psikosomatik Serviste Yatarak Tedavi Gören Hastaların Bazı MMPI Bulgularının Aleksitimik Özellikler Açısından ncelenmesi. XXV. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi. Ankara.
- Onur, B.** (2000). Gelişim psikolojisi. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Ödemiş, H.** (2008). İlköğretim öğretmenlerinin iş tatminleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özgüven, İ.E.** (2000). Evlilik ve Aile Terapisi. Ankara: PDREM Yayınları.
- Özügürlü, B.,** Evlilik ve Aile, Nobel Yayınları, 1990.
- Özügürlü, K.,** Evlilik Raporu, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1990.
- Paez, D., Basebe, N., Voldoseda, M.** (1977). Confrontation: Inhibition, Alexithymia and Health In James W. Pennebaker, Emotion, Disclosure and Health, 2. Edition
- Parker, J.D. and Ark.** (1989). The Alexithymia Construct: Relationship with Sociodemographic Variables And Intelligence, Comprehensive Psychiatry. 30.
- Parker, J.D. and Ark. (1993).** Alexithymia And The Recognition Facial Expressions of Emotion”, Psychotherapy. Psychosomatic, 59, 197-202.
- Parker, J.D. and Ark.** (1998). Alexithymia: Relationship with Ego Defense And Coping Styles”, Comprehensive Psychiatry, 39(2), 91- 98.
- Paulson JE** (1985) State of the art of alexithymia measurement. Psychother. Psychosom. 44: 57-64.
- Pektaş, Ö ve Ark.** (1991). “Eroin Bağımlılarında Aleksitimi”, XXVII. Ulusal Psikiyatrik Bilimler Kongresi, Antalya.
- Pennebaker, J.W.** (1989). Confession Inhibition and Disease. Advances in Experimental Social Psychology. 22, 211-244.
- Rhoden, J.L.** (2003). Marital cohesion, flexibility, and communication in the marriages of nontraditional and traditional women. The Family Journal, 11 (3), 248-256.
- Ruesch J** (1948) The infantile personality: The core problem of psychosomatic medicine. Psychosom. Med 10: 134-144.
- Sabatelli, R. M.** (1988). Measurement issues in marital research: A review and critique of contemporary survey instruments. Journal of Marriage and the Family, 50, 891-915.
- Schwartz, S. H.** (1994). Are there universal aspects in the structure and contents of human values? Journal of Social Issues, 4, 19-45.
- Sezer, Ö.** (2005). Kadınların uyum düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(23), 87-98.
- Shipko S, Alvarez. WA, Noviello N.** (1983) Towards a teleological model of alexithymia: Alexithymil and posttraumatic stress disorder. Psychother. Psychosom. 39:122-126.
- Sifneos P.E., Apfel, S.R., Frankel, F.H.** (1977). “The Phenomenon of Alexithymia,” Psychotherapy Psychosomatic. 28, 47-57.
- Sifneos, P. E** (1972). Is Dynamic Psychotherapy Contraindicated For A Large Number of Patients With Psychosomatics Disease? Psychotherapy Psychosomatics, 21, 133- 136.

- Sifneos, P.E.** (1988). Alexithymia and Its Relationship to Hemispheric Specialization Affect and Creativity”, *Psychiatric Clinics of North America*, 11(3),287-293.
- Sifneos, P.E.** (1996). Alexithymia, Past and Present, *American Journal of Psychiatry*, 153(7).
- Skipko, S.** (1982). Alexithymia and Somatizasyon”, *Psychotherapy Psychosomatic*, 37, 193-201.
- Smith G Jr.** (1983) Alexithymia in medical patients referred to a consultation / liason service *Am J Psychiatry* 140: 99-101.
- South, S.J. & Lloyd, K.M.** (1995). Spousal alternatives and marital dissolution. *American Sociological Review*, 60, 21-35.
- Spanier, G. B.** (1976). Measuring dyadic adjustment: new scale for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and The Family*, 38, 15-28.
- Stack, S,& Eshleman, J.R.** (1998), Marital status and happiness: A 17- Nation study. *Journal of Marriage & The Family*, 60 (2), 527-537.
- Stoudemire, A.** (1991). Somatothymia, Part 1 and 2”, *Psychosomatics*, 32, (4), 365-381.,
- Subandi, M.A.** (2011). Family expressed emotion in Japanese (?). *Culture, Medicine and Psychiatry*, 35(3), 331-346
- Suslow, T and Jounghonns, K.** (2002). Impairments of Emotion Priming Alexithymia. *Personality and Individual Differences*, Feb. 32, 541-550.
- Şahin, R.A.** (1992). Peptik Ülserli Hastalarda Aleksitimil Özellikler. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 3 (1), 26-30.
- Şendil, G. & Kızıldağ, Ö.** (2004). Çocuk ve ergenlerde ebeveyn evlilik çatışması algısı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 10, 58-66.
- Şener, A. ve Terzioğlu, R. S.** (2002). Ailede eşler arasında uyuma etki eden faktörlerin araştırılması. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı.
- Tarhan, N.** (2013). Kendinizle Barışık Olmak. Duyguların Eğitimi. 20. Baskı. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taylor, G.J.** (1984). Alexithymia Concept, Measurement and Implications For Treatment”, *American Journal of Psychiatry*, 141(6), 725-732
- Taylor, G.J.** (1992). Is Alexithymia And Somatic Complaints Psychiatric Out Patients”, *Journal of Psychosomatic Research*, 36(5), 417-424.
- Taylor, G.J., Bagby, R.M., Parker, J.D.** (1991). Alexithymia Construct, A Potential Paradigm for Psychosomatic Medicine”, *The Academy of Psychosomatic Medicine*, 32 (2), 153-163
- Taylor, J.G., Bagby, R.M.** (1988). Creation Validity of the Toronto “Alexithymia Scale”, *Psychosomatic Medicine*, 50, 500509
- Troisi ve Ark.** (1996). Nonverbal Behavior and Alexithymic Traits in Normal Subjects, *Individual Differences in Encoding Emotions. Journal Of Mental Disorders*, 184(4).
- Tutarel-Kışlak, Ş.** (1997). Evlilik uyumu ile nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 12(40), 55-64.
- Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çabukça, F.** (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum*, 2(5), 35-42.
- Tüfekçi, E. Hoşgör,** (2013) Evli çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi Enstitüsü. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Aile Eğitimi Ve Danışmanlığı Anabilim Dalı.

- Türk, M.** (1992). “Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimik Özellikler İle Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki”, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bil. Enst.
- Tüzer, V., Zincir, S., Başterzi, A., Aydemir, Ç., Kısa C. ve Göka, E.** (2003). Klinik Psikiyatri, 6, 198- 203.
- Üncü, S.** (2007). Duygusal Zeka ve Evlilik Doyumu İlişkisi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.
- Ünlü, Seda.** *Aile Yapısı ve İlişkileri*. Vol. 3. İstanbul: Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi , 2007.
- Vingerhoets, J. A.** (1992). Weeping Associations With Personality Coping and Subjective Health Status”, Person. Individ. Differ, 14(1).
- VonRad, M.** (1984). Alexithymia and Symp-tom Formation. Psychotherapy Psychosomatics, 28,337-342.
- Waite, L. J. ve Gallagher, M.** (2000). The case for marriage. Why married people are happier, healthier, and better off financially. Portland: Broadway Books.
- White SG, Hatcher C:** (1984), Couple complementary and similarity. American Journal of Family Therapy, 12: 15-25.
- Whitson, S. & El-Sheikh, M.** (2003). Marital conflict and health: Processes and protective factors, Aggression a/id Violent Behavior, 8 (3), 83-312.
- Wise TN, Jani NN, Kass E ve ark.** (1988) Alexithymia : Relationship to severity of medical illness and depression. Psychother. Psychosom. 50: 68-71.
- Wise, T. N., Mann, L.S.** (1994). The Relationship Between Somatosensory Amplification Alexithymia and Nevrotizmin. Journal of Psychosomatic Research, 38 (6), 68-71.
- Wolf, H.** (1977). The Contribution of The Interview Sitation to The Restriction of Fantasy Life and Emotional Experience in Psychosomatics Patients. Psychotherapy Psychosomatics, 28, 58-67.
- Yaşam Doyumlarının İş Değişkenleri İle İlişkisi. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 13(1), 223-238.
- Yemez, B.** (1991). Psikosomatik, Somato-form ve Diğer Bozukluklarda Alekteksitimi Üzerine Kontrollü Bir Çalışma”, (Uzmanlık Tezi), zmir: Ege. Üniver. Sos. Bil. Enst.
- Yemez, B.,** (2001), Aleksitimi ile Demografik Özellikler Arasında İlişki Araştırılması. Antalya: XXVII. Ulusal Psikiyatri Kongresi, Özet Kitabı, 2001.
- Yıldırım, İ.,** 1993, “Evli Bireylerin Uyum Düzeni” 3P Psikiyatri, Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi, 1(3): ss. 249-257.
- Ziotkowski, M.** (1995). Does Alexithymia In Male Alcoholics Constitute A Negative Factor for Maintaining Abstinence, Psychotherapy. Psychosomatic, 63, 169- 173.

## **EKLER**

### **EK-1 Demografik Bilgi Formu**

#### **1. Cinsiyetiniz:**

Kadın ( )

Erkek ( )

#### **2. Yaşınız:**

18-25 ( )

26-35 ( )

36-45 ( )

46-55 ( )

55 ve üzeri ( )

#### **3. Eğitim Düzeyi:**

İlkokul ( )

Ortaokul ( )

Lise ( )

Yüksekokul ( )

Üniversite ( )

Y.Lisan/ Doktora ( )

#### **4. Mesleğiniz:**

Çalışıyor ( )

Çalışmıyor ( )

Mesleğinizi Yazınız ( )

#### **5. Eşinizle Evlenme Biçiminiz:**

Severek/ Flört Ederek ( )

Görücü Usulü ( )

#### **6. Çocuk Sayısı:**

Yok ( )

1 ( )

2 ( )

3 ( )

4 ( )

5 ve üzeri ( )

#### **7. Kaç Yıldır Evlisiniz:**

0-5 ( )

6- 15 ( )

16- 25 ( )

26- 35 ( )

36 ve üzeri ( )

## EK-2. Toronto Aleksitimi Ölçeği (Taö-20)

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler bulunmaktadır. İfadelerin her birini dikkatle okuyun ve sizin için en uygun olanı işaretleyin. Her bir ifade için size uygun tek bir seçim yapın.

1. Hiç katılmıyorum
2. Katılmıyorum
3. Kararsızım
4. Katılıyorum
5. Tamamen katılıyorum

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



### EK-3 Evlilik Uyumu Ölçeği

Aşağıda eşlerin evlilik ilişkileri ile ilgili olarak 15 madde bulunmaktadır her maddeyi dikkatlice okuduktan sonra size uygun olan seçeneği işaretleyiniz lütfen hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız. İçten ve doğru verdiğiniz yanıtlar için teşekkür ederiz.

1) Ölçeğin birinci maddesinde, evliliğinizdeki mutluluk düzeyini tüm yönleri ile en iyi tanımladığına inandığınız noktayı daire içine alınız. Ortadaki “mutlu” sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil etmekte ve ölçek kademeli olarak sol ucunda evliliğinde çok mutsuz olan küçük bir azınlığı, sağ ucunda ise evliliğinde çok büyük bir doyum ve mutluluk duyan küçük bir azınlığı temsil ederek derecelendirilmiş bulunmaktadır.

( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( )  
Çok mutsuz Mutlu Çok mutlu

Aşağıdaki maddelerde verilen konulara ilişkin olarak, siz ve eşiniz arasındaki anlaşma ya da anlaşmazlık derecesini yaklaşık olarak belirtiniz. Lütfen her maddeyi belirtiniz. Yukarıdaki ilk maddeyi atlamayınız.

	Her zaman anlaşırız	Hemen her zaman anlaşırız	Ara sıra anlaşamadığımız olur	Sıklıkla anlaşamayız	Hemen Her zaman anlaşamayız	Hiç anlaşamayız
2.Aile bütçesini idare etme						
3.Boş zaman etkinlikleri						
4.Duyguların ifadesi						
5. Arkadaşlar						
6.Cinsel ilişkiler						
7. Toplumsal kurallara uyma (doğru,iyi veya uygun davranış)						
8.Yaşam felsefesi						
9.Eşin akrabaları ile anlaşma						

Lütfen aşağıdaki maddelerde evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabı işaretleyiniz.

10) Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle

Erkeğin susması ile  Kadının susması ile  Karşılıklı anlaşmaya varılarak sonuçlanır

11) Ev dışı faaliyetlerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?

Hepsini  Bazılarını  Çok azını  Hiçbirini

12) Boş zamanlarınızda aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

Dışarıda bir şeyler yapmayı  Evde oturmayı

Eşinizle genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

Dışarıda bir şeyler yapmayı  Evde oturmayı

13) Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?

Sık sık  Arada sırada  Çok seyrek  Hiçbir zaman

14) Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz,

Aynı kişiyle evlenirdiniz  Farklı kişiyle evlenirdiniz

15) Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

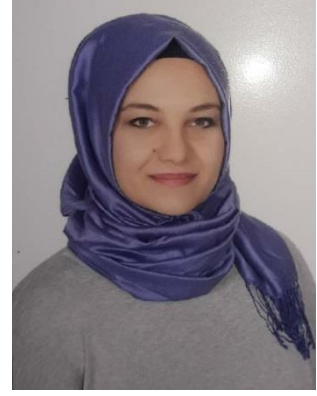
Hemen hemen hiçbir zaman  Nadiren  Çoğu konularda  Her konuda

## ÖZGEÇMİŞ

**Adı Soyadı:** Burcu KOPAR

**Doğum Yeri / Tarihi :** Polatlı - Ankara / 09.01.1985

**E-posta** : brckpr@gmail.com



### Eğitim Bilgileri

**Yüksek Lisans :**İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji İstanbul / Türkiye

**Lisan** Anadolu Üniversitesi (Örgün) Sosyoloji İstanbul / Türkiye - 2009