

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**EVLİ BİREYLERDE TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARIN EVLİLİK
DOYUMUNU YORDAMA GÜCÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SENA ÇALIŞKAN

DANIŞMAN
DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

HAZİRAN 2023

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

EVLİ BİREYLERDE TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARIN EVLİLİK
DOYUMUNU YORDAMA GÜCÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SENA ÇALIŞKAN

DANIŞMAN
DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

HAZİRAN 2023

BİLDİRİM

Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tez Yazım Kılavuzu'na uygun olarak hazırladığım bu çalışmada;

- Tezde yer alan tüm bilgi ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi ve sunduğumu,
- Yararlandığım eserlere atıfta bulunduğumu ve kaynak olarak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklikte bulunmadığımı,
- Bu tezin tamamını ya da herhangi bir bölümünü başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı beyan ederim.

Sena ÇALIŞKAN

ÖN SÖZ

İlk olarak yüksek lisans öğrenimim boyunca öğrettiği her kıymetli bilgi için, yolumu her kaybettiğimde bulmama yardımcı olduğu ve desteğini hiçbir zaman üstümden çekmediği için çok değerli danışman hocam Doç. Dr. Eyüp ÇELİK'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Yüksek lisans eğitimim boyunca desteğini esirgemeyen kıymetli lisans hocalarım Doç. Dr. Okan BİLGİN'e, Dr. Öğr. Üyesi Çağla KARADEMİR'e ve Arş. Gör. Hasan SARICI'ya çok teşekkür ederim.

Eğitimim süresince bilgi ve deneyimlerini benimle paylaşan, öğrencisi olduğum için kendimi çok şanslı hissettiğim tüm hocalarıma teşekkür ederim. Tezimin zor ve sancılı süreçlerinde desteklerini esirgemeyen kıymetli ağabeyim Öğr. Gör. Samet DİRİ'ye teşekkürü bir borç bilirim. Ayrıca tez sürecinde zorlandığım her konuda bana moral ve motivasyon sağlayan değerli arkadaşım Çağdaş Emre AYGEN'e çok teşekkür ederim.

Doğduğum günden bu yana hep yanımda olan, kendi ayakları üzerinde durabilen bir kadın olarak bu hayatı yaşamama fırsat veren, eğitimim boyunca onlardan esirgediğim tüm zamanı anlayışla karşılayan, güven ve desteklerini her zaman hissettiğim canım ailem; annem ve babama sonsuz teşekkürler.

ÖZET

EVLİ BİREYLERDE TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARIN EVLİLİK DOYUMUNU YORDAMA GÜCÜ

Sena ÇALIŞKAN, Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Doç. Dr. Eyüp ÇELİK

Sakarya Üniversitesi, 2023

Bu araştırmada, evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi ve temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunu yordama gücünün belirlenmesi amaçlanmaktadır. Çalışmada ayrıca evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve çocuk sayısı değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir.

Araştırmada ilişkisel tarama yöntemi ile yapılmıştır. Veriler uygun örnekleme yöntemi ile toplanmıştır. Araştırmanın çalışma grubu %58.9'u kadın, %41.1'i erkek olmak üzere toplam 299 evli bireyden oluşmaktadır. Araştırmanın verileri “Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği” ve “İhtiyaç Doyumu Ölçeği” ile toplanmıştır.

Araştırmada evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Evlilik doyumunu temel psikolojik ihtiyaçların yordama gücü de çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Ayrıca cinsiyet ve çocuk sayısına göre evlilik doyumunun anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı t-testi ve tek yönlü varyans analizi ile belirlenmiştir.

Yapılan regresyon analizi sonucunda, evli bireylerde özerklik ihtiyacının anlamlı seviyede evlilik doyumunu yordadığı; yeterlik ve ilişkili olma ihtiyaçlarını ise yordamadığı tespit edilmiştir. Ayrıca evlilik doyumunun cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı görülürken, çocuk sayısına göre anlamlı bir biçimde farklılaştığı tespit edilmiştir. Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan Scheffe testi sonucunda çocuk sahibi olmayan evli bireylerin puan ortalamalarının üç ya da daha fazla çocuğa sahip olan evli bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Evlilik, Aile, Evlilik doyumu, Temel psikolojik ihtiyaçlar

ABSTRACT

THE PREDICTIVE POWER OF BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS ON MARITAL SATISFACTION AMONG MARRIED INDIVIDUALS

Sena ÇALIŞKAN, Master Thesis

Supervisor: Assc. Prof. Eyüp ÇELİK

Sakarya University, 2023

The purpose of this study is to investigate the relationship between marital satisfaction and basic psychological needs among married individuals and determine the predictive power of basic psychological needs on marital satisfaction. Furthermore, the study also examines whether marital satisfaction of married individuals differs according to gender and number of children variables.

The study employed a correlational method. The data were collected using a convenient sampling method. The study sample consisted of a total of 299 married individuals, with 58.9% being female and 41.1% being male. The data for the study were collected using the "Marital Life Satisfaction Scale" and the "Need Satisfaction Scale".

In order to examine whether there is a significant relationship between marital satisfaction and basic psychological needs, Pearson's correlation analysis was conducted in the study. The predictive power of basic psychological needs on marital satisfaction was examined through multiple regression analysis. Additionally, the question of whether marital satisfaction significantly differs according to gender and number of children was determined using t-tests and one-way analysis of variance (ANOVA).

The results of the regression analysis revealed that autonomy need significantly predicted marital satisfaction among married individuals, while competence and relatedness needs did not. Furthermore, it was observed that marital satisfaction did not significantly differ based on gender, but it did significantly differ based on the number of children. Subsequent Scheffe tests were conducted to determine the source of this difference, and it was found that married individuals without children had significantly higher mean scores compared to those with three or more children at a significant level.

Keywords: Marriage, Family, Marital satisfaction, Basic psychological needs

İÇİNDEKİLER

BİLDİRİM.....	i
ÖN SÖZ.....	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ	ix
BÖLÜM I	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem durumu.....	1
1.2. Araştırmanın amacı ve önemi.....	5
1.3. Problem cümlesi.....	6
1.4. Alt problemler	6
1.5. Varsayımlar	6
1.6. Sınırlılıklar	6
1.7. Tanımlar	7
BÖLÜM II.....	8
ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	8
2.1. Evlilik doyumu.....	8
2.1.1. Evlilik doyumu kuramları.....	10
2.1.1.1. Sosyal mübadele kuramı.....	10
2.1.1.2. Bağlamsal model	11
2.1.1.3. Yatırım modeli.....	11
2.1.1.4. Bağlanma kuramı.....	12
2.1.1.5. Sosyal öğrenme kuramı	12

2.1.1.6. Kişiler arası sosyal biliş kuramı	12
2.1.1.7. Psiko-dinamik model.....	13
2.1.1.8 Sistem yaklaşımı.....	13
2.1.1.9. Bilişsel yaklaşım modeli.....	14
2.1.1.10. Sevginin evrimi kuramı	14
2.1.1.11. Romantik aşk kuramı.....	14
2.1.1.12 Yükleme kuramı	15
2.1.2. Evlilik doyumunu etkileyen faktörler.....	15
2.1.2.1. Bilişsel süreçler	15
2.1.2.2. Kişilik özellikleri	16
2.1.2.3. Cinsel yaşam.....	16
2.1.2.4. Ekonomik durum	17
2.2. Temel psikolojik ihtiyaçlar	17
2.2.1. Maslow ihtiyaçlar hiyerarşisi	18
2.2.2. Alderfer'in ERG kuramı	19
2.2.3. Eric Fromm'un ihtiyaçlar kuramı	20
2.2.4. Herzberg'in çift etmen kuramı	20
2.2.5. McClelland'ın başarı ihtiyacı kuramı	21
2.2.6. Hull'un fizyolojik ihtiyaçlar kuramı.....	21
2.2.7. Eşitlik kuramı	21
2.2.8. Beklenti kuramı	22
2.2.9. Transaksiyonel analiz kuramı	22
2.2.10. Seçim teorisi	22
2.2.11. Murray'ın psikolojik ihtiyaçlar kuramı	23
2.2.12. Öz belirleme kuramı	23
2.2.12.1. Özerklik ihtiyacı	25

2.2.12.2. İlişkili olma ihtiyacı.....	26
2.2.12.3. Yeterlik ihtiyacı	27
2.3. İlgili araştırmalar	29
2.3.1. Evlilik doyumu ile ilgili yapılan araştırmalar.....	29
2.3.2. Temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilgili yapılan araştırmalar	37
BÖLÜM III.....	45
YÖNTEM	45
3.1. Araştırmanın yöntemi.....	45
3.2. Araştırmanın alışma grubu.....	45
3.3. Veri toplama araçları ve veri toplama süreçleri.....	45
3.3.1. Evlilik yaşam doyumu ölçeği	46
3.3.2. İhtiyaç doyumu ölçeği	46
3.4. Verilerin analizi.....	48
BÖLÜM IV	49
BULGULAR	49
4.1. Evlilik doyumu ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına ilişkin bulgular	49
4.2. Evlilik doyumunun temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından yordanıp yordanmadığına ilişkin bulgular	49
4.3. Cinsiyet değişkenine göre evlilik doyumunun farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular	51
4.4. Çocuk sayısı değişkenine göre evlilik doyumunun farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular	52
BÖLÜM V.....	54
SONUÇ, TARTIşMA VE ÖNERİLER	54
5.1. Sonuç ve tartişma	54

5.1.1. Evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına ilişkin bulguların tartışılması	54
5.1.2. Evlilik doyumunun temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından yordanıp yordanmadığına ilişkin bulguların tartışılması	56
5.1.3. Cinsiyet değişkenine göre evlilik doyumunun farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması	59
5.1.4. Çocuk sayısı değişkenine göre evlilik doyumunun farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması	61
5.2. Öneriler.....	64
5.2.1. Araştırmanın sonuçlarına dayalı öneriler	64
5.2.2. Gelecek araştırmalara yönelik öneriler.....	64
KAYNAKLAR.....	66
EKLER	105

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Evlilik Doyumu ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler	494
Tablo 2. Regresyon Analizi Sayıltılarına İlişkin Sonuçlar	505
Tablo 3. Temel Psikolojik İhtiyaçların Evlilik Doyumunu Yordama Gücüne İlişkin Bulgular	515
Tablo 4. Evlilik Doyumunun Cinsiyete Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	526
Tablo 5. Evlilik Doyumunun Çocuk Sayısına Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	527
Tablo 6. Çocuk Sayısı Değişkenine Ait Gruplar Arası Evlilik Doyumuna İlişkin Farklılığı Belirlemek İçin Yapılan Scheffe Testi sonucu	538

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem durumu

İnsanlığın var olduğu tarihten itibaren varlığını sürdüren, kültürlerce uygulamada farklılık gösteren ve içinde birçok biyo-psiko-sosyokültürel faktörü barındıran evlilik kavramı; günümüzde hala bu özellikleri taşıması sebebiyle birçok araştırmaya konu olmuştur (Alaçam, 2020; Algan, 2022; Bedir, 2018; Boyle, 2012; Brown, 2013; Carlson, 2012; Chapman, 2014; Demirtaş, 2021; Diako, 2012; Esen Pekşen, 2022; Gassanov, 2010; Gülgün, 2019; İşçioğlu, 2022; Ketenci, 2023; Koyunsever, 2022; Lee, 2014; Öz, 2019; Tüfek, 2023; Uslu, 2022). Toplum ve birey açısından önemini sürdürmesinden dolayı hala keşfedilmesi gereken yönleri olduğu düşünülmektedir; çünkü evliliğin dinamik bir yapısı vardır. Bu bağlamda evliliğin benzeşen ve ayrışan yönlerine dair çeşitli tanımlamaların da yapıldığı görülmektedir. Glenn (1991) evliliği bireylerin kişiliklerinin gelişmesine katkı sunan ve ihtiyaçlarını karşılamalarına olanak sağlayan bir kavram olarak tanımlarken, Fowers (1993) ise evliliği, bireyin kişiliğinin başka bir bireyin kişiliği ile birleşmesine imkân veren ve mutlu olmalarını sağlayan bir kurum olarak görmektedir. Diğer yandan Özgüven (2014)'e göre evlilik, iki bireyin yasalara ve törelere bağlı kalarak hayatlarını birleştirmesi; Kendir ve Demirli (2016)'ye göre evlilik, birbirlerine derin duygular besleyen iki yetişkinin sevmek, sevilme, aidiyet ve mutluluk gibi temel psikolojik ihtiyaçlarını karşıladıkları bir birimdir. Bu tanımlamalar değerlendirildiğinde, evliliğin bireylerin gelişimine olanak sunmasına, temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına ve mutlu olmalarına katkı sunmasına vurgu yapıldığı görülmektedir.

Evliliğin toplumsal yaşamda önemli rolleri vardır. Bireylerin yaşamlarında kolektif düzene uyum sağlamalarını ve toplumsal kurallara uygun hareket etmelerini sağlaması nedeniyle çok önemlidir (Bacanlı, 2001). Evlilik, toplumumuzda kültürel ve yasal olarak onaylanan, kişilerin hayatlarını paylaşmak için başvurduğu en yaygın kurumdur ve kişinin yaşamındaki önemli dönüm noktalarından biridir (Öner, 2013). Geçmişte eş dost aracılığı ile gerçekleşen geleneksel evlilikler yayginken, günümüzde bireylerin kendi seçimleriyle evlilik yapması giderek yaygınlaşmaktadır. Bu nedenle günümüzde artık evliliğin nasıl sürdürüleceğini

gelenekler değil çiftler karar vermektedirler (Dilmaç ve Bakırcıoğlu, 2019). Bireylerin kendi seçimleriyle yaptığı evliliklerin artmasıyla birlikte boşanma oranlarının da arttığı görülmektedir. T.C. Başbakanlık Türkiye İstatistik Kurumunun 2021 yılı “Evlenme ve Boşanma İstatistikleri” verilerine göre; 2020 yılında 136 bin 570 çift boşanır iken 2021 yılında 174 bin 85 çift boşanmıştır (TÜİK, 2022). 2022 yılında ise boşanan çiftlerin sayısı 180 bin 954’e yükselmiştir (TÜİK, 2023). Görüldüğü üzere son yıllarda boşanma oranlarının giderek artması evliliğe etki eden faktörleri düşündürmektedir. Son yıllarda boşanma oranlarının artmasında etkili olan değişkenlerden biri evlilik doyumu olabilir.

Evlilik doyumunda, doyuma yol açan farklı nitelikler (bağlılık, çatışmayı çözme yeteneği, vb.) ile ilgili formüle edilmiş birçok teori vardır (Akbiyık, 2022; Kuru, 2022; Kızılkaya, 2021; Tezer Çakmak, 2022; Yücel, 2013). Bununla birlikte doyum sadece bu niteliklerin mutlak seviyeleri tarafından değil, aynı zamanda eşlerin ilişki beklentilerinin gerçek deneyimleriyle ne ölçüde karşılandığıyla da belirlenebilir. İlişkiler, beklentileri karşılanan bireyler için tatmin edici olacaktır, aksi taktirde ilişkileri beklentileriyle uyumsuz olan insanlar kendilerini tatminsiz hissedeceklerdir (Yiğit, 2022). Bu bağlamda bireylerin beklenti ve ihtiyaçlarının karşılanmasının evlilik doyumları üzerinde yordayıcı bir etkiye sahip olduğu düşünülebilir.

Evlilik doyumu, kişinin partnerine yönelik duygularının pozitifliğinin ve ilişkiye olan çekiciliğinin kişilerarası bir değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Rusbult ve Buunk, 1993). Sosyal Mübadele Kuramı’na göre, bireyler bir ilişkide ödülleri en üst düzeye çıkarmak ve maliyetlerini en aza indirmek istemektedir. İnsanlar, ilişkilerinin sonucunu olumlu ya da olumsuz olarak değerlendirebilmeleri için ödülleri ve maliyetleri zihinsel olarak hesaba katmaktadır. Ödüller maliyetlerden daha yüksek olduğunda sonuç olumludur; tam tersi maliyetler ödüllerden yüksek olduğunda ise sonuç olumsuzdur. İlişkinin olumlu veya olumsuz bir sonucu olup olmadığını bilmenin bu zihinsel notu, insanları tatmin etmek için her zaman yeterli olmayabilir; çünkü insanlar genellikle ilişkinin nasıl olması gerektiğine dair önceden beklentileri vardır. Fakat bazıları ilişkiye daha yüksek beklentiyle başlar, bu nedenle tatmin olmaları için ilişkinin pozitif ilerlemesi gerekmektedir (Kuru, 2022). İlişkideki bu beklentileri hesaba katmak için, Sosyal Mübadele Kuramı’na karşılaştırma düzeyi kavramı dahil edilmiştir. Karşılaştırma düzeyi, bir kişinin bir ilişkide almayı beklediği sonuç türlerinin beklentilerini içermektedir. Bu beklenti, kişinin geçmiş ilişki deneyimlerine ve diğer insanların ilişkilerine ilişkin kişisel gözlemlerine dayanmaktadır (Günay, 2007). Bu tanımlamalar ışığında, ilişkinin çekiciliği, bireyin

ilişkiden olumlu beklentisi ve kendini bu ilişkiye ait hissetmesi evlilik doyumunu arttırmada etkili olabilir.

Ulziisaikhan (2018)'ın yaptığı araştırmada, yüksek düzeyde sosyal koruma stratejileri içeren evliliklerin istikrarlı ve kararlı olma eğiliminde olduğu ve insanların ilişkilerinden daha memnun göründükleri sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre evli bireylerin birbirlerine vakit ayırdığı takdirde ilişkilerine olan bağlılıklarının artacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda bağlılık, bireyler evlilik doyumu yaşadığında, ilişkiye önemli ve çok sayıda kaynak yatırdığında artar. Böyle bir kaynak, partnerlerin ilişkiye ayırdıkları zamandır (Sacher ve Fine, 1996). Çiftlerin baş başa geçirdikleri ve birbirlerine ayırdıkları zaman arttıkça evlilik doyumu da artabilir. Çiftlerin ilişkiye ayırdıkları zaman arttıkça ve bu zaman kaliteli geçirilmeye başlandıkça, bireylerin pek çok psikolojik ihtiyaca yanıt buldukları yapılan araştırmalar sonuçlarında görülmektedir (Birni ve Eryılmaz, 2022; Glenn ve Weaver 1981; Hawkins ve Booth, 2005). Ayrıca temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması bireyin her alanda gelişimi için gereklidir (Deci ve Ryan, 2008).

Deci ve Ryan (2000)'ın Öz Belirleme Kuramı'na göre özerklik, ilişkili olma ve yetkinlik olmak üzere üç temel psikolojik ihtiyacın karşılanması gerekmektedir. Öz Belirleme Kuramı özerkliği, bireyin yaşamını kendi isteğine göre düzenleme ihtiyacı olarak tanımlarken; ilişkili olmayı, çevresindeki kişilerle bağlantıda olma ve aidiyet hissetme ihtiyacı olarak; yetkinliği ise bireyin içinde bulunduğu çevrede kendisini değerli hissetme ihtiyacı şeklinde tanımlamaktadır (Deci ve Ryan, 2000). Özerklik ihtiyacı karşılandığında bireyler daha özgür ve rahat hissedeceklerdir (Costa, Soenens, Gugliandolo, Cuzzocrea ve Larcen, 2015). İlişkisel ihtiyacı giderildiğinde gerçek ve içten ilişkiler kurabileceklerdir. Son olarak yetkinlik ihtiyacı doyurulduğunda ise gerçekleştirdikleri faaliyetlerde kendilerini önemli ve becerikli hissedeceklerdir (Reis, Sheldon, Gable, Roscoe ve Ryan, 2000). Ayrıca psikolojik ihtiyaçların karşılanması bireyin yaşamdan keyif almasını sağlayıp evlilik doyumunu arttırırken; kendini gerçekleştirmesinde de önemli bir adım olarak görülebilir.

Yakın ilişkilerde psikolojik ihtiyaçların karşılıklı olarak doyurulması bireylerde daha açık, doğal bir iletişimi ve beraberinde yüksek ilişki kalitesini getirecektir (Guardia ve Patrick, 2008). Bunu destekler nitelikte ilgili alanyazında evli bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin evlilik doyumunu arttırabileceğine temel oluşturan araştırmalar bulunmaktadır (Belecı, 2022; Candemir Karaburç, 2017; Kulaber Demirci, 2019; Milyavskaya ve Koestner, 2011; Vansteenkiste ve Ryan, 2013). Belecı (2022), bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasının psikolojik iyi oluşu arttırdığını ortaya

koymuştur. Bu bulgu doğrultusunda temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan ve psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek olan bireylerin evlilik doyumlarının da yüksek olacağı düşünülmektedir. Benzer şekilde Milyavskaya ve Koestner (2011) ile Vansteenkiste ve Ryan (2013), temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının bireylerin kırılganlığını azaltıp ilişkilerini iyileştirmedeki motivasyonlarını arttıracadığını vurgulamaktadır. Bu bağlamda ilişkilerini iyi temeller üzerine inşa etme motivasyonuna sahip bireyler, partnerinin ihtiyaçlarını karşılama konusunda hassas davranabilir ve böylelikle evliliklerinden doyum elde edebilir. Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin evlilik doyumunu arttırabileceğine temel oluşturan diğer araştırmalarda ise psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının evlilikte uyumu arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Candemir Karaburç, 2017; Kulaber Demirci, 2019). Bu bulgu ışığında, evlilik uyumu yüksek bireylerin evliliklerinden de yüksek düzeyde doyum elde edecekleri düşünülebilir.

Boşanma oranlarının her geçen yıl artmasında evlilik doyum kavramının etkili olduğu düşünülmektedir. Özellikle psikolojik dayanıklılığın (Canbolat, 2023; Hayırlı Hanay, 2022), yaşam doyumunun (Ger, 2021; Tüfek, 2023), psikolojik iyi oluşun (İşçioğlu, 2022; Koyunsever, 2022; Sedef Timur, 2008) ve evlilik uyumunun (Esen Pekşen, 2022) azalması; depresyon düzeyi (Nergis, 2022; Polatoğlu, 2022; Rink, 2009; Tarı, 2022) ve problemli internet kullanımı (Güneş, 2021; Metin, 2022) gibi değişkenlerin artması evlilik doyumunu olumsuz etkileyebilir. Alanyazın incelendiğinde evlilik doyumunu yordayabilecek değişkenlerden olan temel psikolojik ihtiyaçlar kavramıyla evlilik doyumunun birlikte çalışıldığı çok az araştırmaya rastlanmıştır. Bu açıdan bakıldığında yapılan araştırmada elde edilen bulgular evlilik doyumunun anlaşılabilmesi için önemli olabilir; çünkü bu çalışmada evli bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunu yordama gücü üzerine inceleme yapılmıştır. Evli bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin evlilik doyumunu arttırabileceği düşünülmektedir. Bunun yanı sıra evlilik doyumunun cinsiyet ve ocuk sayısı değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Evlilik doyumı ile ilgili yapılan çalışmaların cinsiyet ve ocuk sayısı değişkenleri açısından tutarlı sonuçlar ortaya koyamaması bu değişkenlerin belirlenmesinde etkili olmuştur.

1.2. Araştırmanın amacı ve önemi

Bu araştırmada evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi ve evlilik doyumunun temel psikolojik ihtiyaçların yordama gücünün belirlenmesi amaçlanmaktadır. Alanyazında evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçların birlikte çalışıldığı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Toplum yapısının günden güne değişmesi dikkate alındığında bu araştırma sonuçlarının çift terapisi alanına katkı sunabilecek nitelikte olduğu düşünülmektedir. Ayrıca araştırmada evlilik doyumunun cinsiyet ve çocuk sayısı değişkenlerine göre anlamlı farklılaşıp farklılaşmadığı da araştırmanın bir diğer amacını oluşturmaktadır. İlgili alanyazın incelendiğinde cinsiyet ve çocuk sayısı değişkenlerine göre evlilik doyumunun farklılaşıp farklılaşmadığını keşfetmeye yönelik yapılan çalışmalarda birbiri ile tutarlı olmayan bulgular elde edildiği söylenebilir. Bu bağlamda yapılan çalışmanın alanyazına katkı sağlaması ve evli bireylerde evlilik doyumu üzerine yapılacak diğer çalışmalara da yol göstermesi bu çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

Bireyin içinde bulunduğu tüm yakın ilişkileri etkileyebilecek öneme sahip olan romantik ilişkilerin, cevap verdikleri tüm psikolojik ihtiyaçların doyumuna katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Romantik ilişkilerin diğer yakın ilişkilerden farklı olarak cinsellik boyutunun da olduğu göz ardı edilmemelidir. Bu da romantik ilişkilerde yaşanan duyguların daha yoğun hissedilmesi ve psikolojik açıdan bireylerin daha fazla etkilenmesi gibi olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Bu sebeple evlilik doyumu kavramı ve evlilik doyumunu etkileyen değişkenlerin incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu düşünceden hareketle alanyazında eksik kalan alanlara ışık tutmak adına temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunu yordayıcı gücü sorgulanmış; aynı zamanda evlilik doyumunun cinsiyet ve çocuk sayısı değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir.

Buluş ve Bağcı (2016)' ya göre, evlilik doyumu arttırılabilir bir özelliktir. Evli bireylerin evlilik doyumlarını arttırabilmek adına bu araştırma bulgularından hareketle temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilgili psiko-eğitim programları düzenlenebilir. Böylece sağlıklı evlilikler inşa edilebilir. Özellikle evliliğe hazırlık aşamasında verilen eğitimlerin içerikleri bu çalışmanın sonuçları doğrultusunda hazırlanabilir. Aynı zamanda evli bireylerle çalışan psikolojik danışmanlara ve ruh sağlığı alanında çalışan uzmanlara faydalı olabileceği

söylenabilir. Ruh sağığı ile ilgilenen her bireye yol gösterebilmesi açısından da bu çalışma önem taşımaktadır.

1.3. Problem cümlesi

Evli bireylerde evlilik doyumu temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından anlamlı bir biçimde yordanmakta mıdır ve evlilik doyumu, cinsiyet ve çocuk sayısı değişkenlerine göre farklılık göstermekte midir?

1.4. Alt problemler

1. Evlilik Doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında ilişki var mıdır?
2. Evlilik doyumu temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından anlamlı bir biçimde yordanmakta mıdır?
3. Evlilik doyumu, cinsiyet ve çocuk sayısı değişkenlerine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?

1.5. Varsayımlar

1. Araştırmada uygulanan ölçeklere tüm katılımcılar, kendilerine uygun cevapları vermiş olup içten ve samimi bir şekilde cevaplamıştır.

1.6. Sınırlılıklar

1. Yapılan araştırmanın bulguları, veri toplamak için kullanılan Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeğı ve İhtiyaç Doyumu Ölçeğı'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Evlilik Doyumu: Kişinin partnerine yönelik duygularının pozitifliğinin ve ilişkiye olan çekiciliğinin kişilerarası bir değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Rusbult ve Buunk, 1993).

Temel Psikolojik İhtiyaçlar: Bireylerin yaşamları için gerekli olan psikolojik bir besindir. Üç alt boyutta incelenmektedir: Özerklik, ilişkili olma ve yeterlik (Ryan, 1995).



BÖLÜM II

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde araştırmanın kuramsal çerçevesi kapsamında evlilik doyumu ve temel psikolojik ihtiyaçlar kavramları ele alınmış olup bu kavramlarla ilgili yurt içi ve yurt dışında yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Evlilik doyumu

Son yıllarda artan boşanma oranları göz önünde bulundurulduğunda evliliklerin bitmesine ilişkin sebeplerin araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu sebeplerden biri olarak görülen evlilik doyumu kavramı; evlilik uyumu ve ilişki doyumu gibi benzer kavramlarla fazlaca karıştırıldığı için tanımlamaların iyi yapılması önemlidir. Evlilik doyumu, kişinin ilişkisini değerlendirmedeki öznel tutum (tatmin) ve duyuşsal deneyim (mutluluk) olarak tanımlanır (Işıloğlu, 2006). Tezer (1996)'e göre evlilik doyumu, bireylerin evliliklerindeki gereksinimlerinin ne derece karşılandığıyla ilgili düşünceleridir. Başka bir tanıma göre ise evlilik doyumu, bireyin evliliğinde eşiyile olan uyumuna dair olumlu ya da olumsuz düşünceleridir (Ketenci, 2023). Evlilik doyumu kavramı alanyazında incelendiğinde, yapılan tanımlamaların birçoğunda evlilik öncesi var olan talep ve beklentilerin evlilikten sonra karşılanmasının önemine vurgu yapıldığı görülmektedir.

Bu konuyla ilgili yapılan araştırmalarda, evli çiftlerde memnuniyetin sebep ve sonuçlarına odaklanılmaktadır (Burman ve Margolin, 1992; Kublay ve Oktan, 2015; Snyder, 1979; Spanier, 1976; Tezer Yörük, 2016). Sübjektif tatmin algısı, evlilik kalitesinin ne derece iyi olduğunu gösterir ve daha az tatmin olan evliliklerin sona ermesi daha muhtemel olduğundan evliliğin uzun ömürlülüğü üzerinde sonuçları vardır. Yapılan analizler, tatmin yapısının kadın ve erkek için farklı olduğunu göstermektedir (Tezer Yörük, 2016). Erkeklerin evlilik doyumu genellikle evlilikteki genel mutluluğa bağlanan bir faktör tarafından belirlenebilir (Örneğin evlilikten pişmanlık duymama, eşleriyle sevgi ve seks konusunda anlaşmazlıkların miktarı). Kadınların evlilik doyumu ise tam tersine iki boyutlu görünmektedir. İlk boyut, erkeklerde olduğu gibi evlilikteki genel mutluluktur. Eşinin ailesiyle ve arkadaşlarıyla

uyumlu davranışlar içinde olmasından çiftin çevrelerindeki insanlarla olan ilişkilerinin kalitesine kadar olan durum ikinci boyutu kapsamaktadır (Kublay ve Oktan, 2015). Yapılan araştırmalar sonucunda evlilik doyumunu etkileyen çeşitli değişkenlerden bahsedilebilir.

Evlilik doyumu kavramı çiftlerin kişilik özelliklerinden de etkilenebilir. Birey kendine en yakın hissettiği kişiyi eş olarak seçmektedir. Dolayısıyla kişinin eşinden beklentisi de üst düzeyde olmaktadır. Bu noktada eşlerin birbirinin kişilik özelliklerini bilmesi önemlidir. Birbirini iyi tanıyan çiftler partnerinin ne gibi durumlarda mutlu olacağını ve nelerden rahatsızlık duyacağını bileceği için sağlıklı iletişim kurabilecektir. Çağ ve Yıldırım (2018)'a göre, kişilik özellikleri benzeyen çiftlerin evlilikten aldığı doyum da artmaktadır. Bu durumda eşler, ihtiyaçlara benzer şekilde cevap vermediğinde evlilik doyumunun azalacağı ifade edilebilir.

Bireyin beklentilerinin karşılanma ve ihtiyaçlarının giderilme düzeyine göre evlilik doyumunun değişkenlik göstereceği düşünülmektedir. Bu düşünce Tarhan (2005)'ın yaptığı çalışmayla desteklenmektedir. Sevme ve sevilme ihtiyacı, güvenme ve güvenilme ihtiyacı, ilgi ve desteklendiğini bilme ihtiyacı, güvenlik ve korunma ihtiyacı, cinsel haz ihtiyacı, finansal eşitlik ihtiyacı ve kendini geliştirme ihtiyacı bireylerin evlilikten beklentilerini açıklamaktadır. Bu beklenti ve ihtiyaçların karşılanması bireyin evlilikteki iletişimini ve dolayısıyla evlilik doyumunu etkileyebilir.

Evliliğin bireylere çeşitli şeyler kattığı ifade edilebilir. Örneğin evlilik, bireylere maddi ve manevi bir doyum verip çevreleri tarafından kabul görülmelerine ve çevreleriyle uyum içinde yaşamalarına olanak sağlayabilir. Ayrıca mutlu bir evlilik, çiftler arasında var olan sevgi, saygı ve arkadaşlık duygularıyla pekiştirilmektedir (Gottman, 1994). Bu bağlamda iyi ve sağlam bir evliliğin temelinde çiftler arasındaki dostluk ilişkisinin olduğu söylenebilir.

Evlilik doyumunda etkili olanın eşlerin mi, beklentilerin mi uyumlu olması gerektiği merak konusudur. Tarhan (2005), çiftlerin benzer karakterlere sahip olmalarından çok, evlilikte ortak karar alabilmelerinin ve bu kararları uygulayabilmelerinin evlilik doyumunda daha önemli olduğunu söylemektedir. Bu bağlamda uyumlu çiftlerin değil uyumlu beklentilerin ön plana çıktığı ifade edilebilir.

Çiftler arasında sağlıklı bir iletişim ve etkileşim varsa olumlu bir evlilikten söz edilebilir. Kişi partnerinden gelen sözlü ve sözsüz mesajları alır, bu mesajlar kendisinde kaygı ve stres uyandırmıyorsa iletişimi devam ettirmek ister. Ayrıca çiftler arasında sağlıklı bir iletişim varsa her iki taraf da biyolojik, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını giderir (Hawkins ve Booth,

2005; Özgüven, 2014). Aksi takdirde çiftler iletişimi sürdüremez ve ihtiyaçlarını karşılayamaz hale gelebilirler. Bu durumda evlilik yaşamı stresli, mutsuz, düşük yaşam doyumu ve benlik saygısının olduğu, fiziksel ve psikolojik problemlerin yaşandığı bir yere dönüşebilir. Bireyler arasında sağlıklı ve güçlü bir iletişim varsa evlilik doyumunun da yüksek olacağı ifade edilebilir. Evlilik doyumu yüksek olan bireylerin olumsuzluklara karşı daha dayanıklı, aynı zamanda fiziksel ve ruhsal olarak da sağlıklı oldukları belirtilmektedir (Bradbury, Fincham ve Beach, 2004). Öte yandan iletişim eksikliği yaşayan ve psikolojik ihtiyaçları karşılanmayan bireylerin karşılaştıkları zorluklarla baş etmede zorlanacakları, yaşam memnuniyetlerinin ve evlilik doyumlarının azalacağı söylenebilir.

Araştırmalardan elde edilen bulgulardan hareketle, toplumun yapı taşı olan aile ve evlilik kavramlarının çalışılmasının önemli olduğu düşünülmüştür. Ayrıca evliliğin devamlılığı üzerinde etkili olan evlilik doyumu kavramı da mevcut çalışmanın kuramsal çerçevesi kapsamında ele alınmıştır.

2.1.1. Evlilik doyumu kuramları

Evlilik doyumu herkes tarafından kabul gören bir tanıma sahip değildir. Bu nedenle, bu bölümde evlilik doyumu kavramını açıklayan farklı kuramlara yer verilecektir.

2.1.1.1. Sosyal mübadele kuramı

Thibaut ve Kelley'nin 1959'da geliştirdiği Sosyal Mübadele Kuramı, evlilik doyumuna uyarlanan kuramlardan biridir. Kuram, insanın içinde bulunduğu ilişkilerde minimum etkinlikle maksimum doyum almayı amaçlamaktadır. İlişkiden alınan doyum verilen emekten fazla olduğunda pozitif, verilen emek ilişkiden alınan doyumun önüne geçtiğinde negatif sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir (Emerson, 1976). Genellikle insanlar ilişkiye belirli düzeyde bir beklenti içinde başlamaktadır. Fakat bazıları ilişkiye daha yüksek beklentiyle başlar, bu nedenle tatmin olmaları için ilişkinin pozitif ilerlemesi gerekmektedir (Kuru, 2022). İlişkideki bu beklentileri hesaba katmak için, Sosyal Mübadele Kuramı'na karşılaştırma düzeyi kavramı dahil edilmiştir. Karşılaştırma düzeyi, bir kişinin bir ilişkide almayı beklediği sonuç türlerinin beklentilerini içermektedir. Bu beklenti, kişinin geçmiş

ilişki deneyimlerine ve diğer insanların ilişkilerine ilişkin kişisel gözlemlerine dayanmaktadır (Günay, 2007). Bu kurama göre insanlar mevcut seçenekler arasında kendisine en uygun ilişkiyi seçmektedir. Birey memnun olduğu bir ilişkideyken daha iyi bir seçenekle karşılaştığında onu tercih etmesi daha muhtemeldir. Öte yandan, birey içinde bulunduğu ilişkiden yeterli düzeyde doyum sağlamasa dahi daha iyi bir seçenek yoksa mevcut ilişkiyi devam ettirmektedir (Nord, 1973). Sosyal Mübadele Kuramı bağlamında evlilik doyumu incelendiğinde, mevcut ilişkide doyumun verilen emekten daha büyük olması, evlilikten alınan doyumun maksimum seviyeye ulaşmasını sağlayabilir.

2.1.1.2. Bağlamsal model

Bradbury ve Fincham (1988)'in Bağlamsal Model'i evlilik doyumunu açıklayan bir diğer modeldir. Bu modele göre davranışların temelinde var olan bağlamlar ikiye ayrılır. *Yakın bağlam*, evli çiftlerin içinde bulunduğu durumda oluşan duygusal tepkileri olarak tanımlanırken; *uzak bağlam* ise çiftlerin bireysel özellikleri olarak tanımlanmaktadır (Williams, 2003). Bu tanımlamalardan yola çıkarak yakın bağlamın anlık durumlarda, uzak bağlamın ise kolay değişmeyen durumlarda söz konusu olduğu söylenebilir. Yakın bağlam ile uzak bağlam arasındaki ilişki evlilik doyumu için bir köprü oluşturmaktadır (Bradbury ve Fincham, 1988). Bu sebeple evlilik doyumu, olaylara yüklenen anlamlardan ve cinsiyet rollerinden etkilenebilir.

2.1.1.3. Yatırım modeli

Evlilik doyumunu açıklayan bir diğer kuram Rusbult'un 1983'te ortaya attığı Yatırım Modeli'dir. Diğer kuramlardan farklı olarak evlilik doyumunu ayrı bir kavram olarak ele almaktadır. Bu kuramda da bireyin ilişkisinde ödediği bedel ve aldığı ödül dengesinden söz edilmektedir. Ödülün bedelden fazla olması evlilik doyumunu, bedelin ödülünden fazla olması ise evlilikte memnuniyetsizliği arttırmaktadır (Terzi İlhan ve Işık, 2019).

2.1.1.4. Bağlanma kuramı

Evlilik doyumunu açıklayan bir başka kuram Bowlby'nin (1969) Bağlanma Kuramı'dır. Bu kurama göre kişi bebeklik döneminde birincil bakıcısıyla olan iletişimlerinin kalitesine ve yaşadığı deneyimlere göre zihinsel temsiller oluşturmaktadır. Bu zihinsel temsiller bağlamında ocuk kendisine, insanlara ve ilişkilere karşı birtakım beklentiler geliştirmektedir (Aspelmeier ve Kerns, 2003). Bakıcı ocuğun ihtiyaçlarını zamanında karşıladığı sürece ocuk, kendisine ve dış dünyaya karşı olumlu ve güvenilir bir tutum geliştirmektedir. Tam tersi durumda ise olumsuz ve güvensiz bir tutum geliştirmesi kaçınılmaz olacaktır (Erwin, Salter ve Purves, 2001; Kaynak Malatyalı ve Büyükşahin Sunal, 2020). Çocuğun yaşamının ilk yıllarında geliştirdiğı bu tutumlar yaşam boyu içinde bulunacağı ilişkilerin niteliklerini ve bağlanma stillerini etkilemektedir (Bowlby, 1973). Çocukluk yıllarında birincil bakıcısıyla güvenli bir bağ kuran kişi evlilikten yüksek doyum elde edebilirken, kaygılı bağlanan kişi ise düşük evlilik doyumuna sahip olabilir. Bu bağlamda bireyin bağlanma stilinin evlilikten elde edeceği haz ve doyumunu etkileyebileceğı sylenabilir.

2.1.1.5. Sosyal ğrenme kuramı

Bireyin dünyaya geldiğı günden itibaren çevresindeki kişileri gözlemleyerek bazı davranış kalıplarını ğrendiğı ifade edilebilir. Bu kurama göre kişiler ebeveynlerini rol model olarak almaktadır (Bandura, 1977). Dolayısıyla birey anne ve babasının arasındaki ilişkiye şahit olduğunda kendi evlilik yaşantısına da bunu yansıtabilir. Bu durumda kişinin evlilikten aldığı doyum da boşanması da sosyal öğrenme yoluyla etkilenebilir.

2.1.1.6. Kişiler arası sosyal biliş kuramı

Miller ve Steinberg'in geliştirdiğı Kişiler Arası Sosyal Biliş Kuramı, bireyin diğer kişilerle ilgili ne düşündüğüne odaklanmaktadır. Bu kuram, kişinin eşini olduğu gibi kabul ettiğı ve kök ailesinden aktarılan davranış örüntülerine göre değerlendirmediğı sürece evlilikten alacağı doyumun artacağını ifade etmektedir (Gökmen, 2001).

2.1.1.7. Psiko-dinamik model

Psiko-dinamik Model'in bireyin çocukluk yaşantılarının yetişkinlik döneminde kuracağı ilişkileri belirlemedeki önemine vurgu yaptığı söylenebilir. Bu modelin temelinde, psikanalitik kuram bulunmaktadır. Kişiler eşlerini çocukluk çağında kalan birtakım saplantıların gölgesinde seçmektedir (Kahvecioğlu, 2014). Psiko-dinamik Model'e göre bireyler bencilce kendi ihtiyaçlarını karşılayabilecek partnerler aramaktadır. Başka bir deyişle, birey narsist kişiliğini tatmin edecek ve ihtiyaçlarına hizmet edecek kişileri seçip egolarını evlilik yoluyla tatmin etmeye çalışabilir. Öte yandan partnerler benzer psikolojik ihtiyaçlara sahipse de sağlıklı bir ilişki yaşayıp evlilikten yüksek doyum elde edebilmektedir (Erberk, Yüksel, Boratav ve Karakaş, 2005).

Psiko-dinamik Model'e göre kadınlar, fallik dönemi sağlıklı bir şekilde atlatamazlarsa evlendiklerinde ebeveynlerinden ayrılmada zorluk yaşayabilirler. Bunun yanı sıra, ebeveynlerinden ayrılırken suçluluk hissedip cinsellikten kaçma davranışları da gösterebilmektedir. Erkeklerin ise oedipus karmaşasını sağlıklı bir şekilde çözmemesi durumunda, annelerine benzer bir eş ya da annelerinin tam tersi karaktere sahip partnerler seçebilir.

2.1.1.8 Sistem yaklaşımı

Bu yaklaşıma göre evlilik; eş, anne, baba, çocuk, anne-çocuk ve baba-çocuk gibi alt sistemlerden oluşmaktadır. Bu sistemlerin herhangi birinde problem meydana gelse diğer sistemler de etkilenecektir. Sistemin sorunsuz işleyebilmesi için partnerler birbirlerine sevgi ve şefkatle yaklaşıp ihtiyaçlarını gidermeleri gerekmektedir (Framo, 1992). Alt sistemlerde meydana gelen problemler bireylerde agresifliğe, tahammülsüzlüğe, duygusal ve psikolojik sorunlara yol açabilir. Bu durumda evlilik doyumu da etkilenebilir.

2.1.1.9. Bilişsel yaklaşım modeli

Bilişsel Yaklaşım Modeli'nde bireyin olaylara akılcı olmayan düşüncelerle yaklaşması halinde duygusal sorunların artacağı vurgulanmaktadır. Bu yaklaşımda amaç, bireylerin akılcı olmayan düşüncelerini fark etmelerini sağlayarak bu düşüncelerle başa çıkma stratejilerini öğretmektir (Dattilio ve Bevilacqua, 2000). Akılcı olmayan düşüncelerin eşler arasında iletişim problemlerine yol açacağı ve evlilik doyumunu da olumsuz etkileyeceği söylenebilir. Bu bağlamda çiftlerle akılcı olmayan düşünceler üzerinde çalışılması evlilik doyumunu arttırabilir.

2.1.1.10. Sevginin evrimi kuramı

Wilson'un geliştirdiği Sevginin Evrimi Kuramı, sevginin temelinde koruma, korunma ve cinsel dürtü iç güdülerinin bulunduğunu savunmakta ancak sosyal çevreyi göz ardı etmektedir. *Koruma iç güdüsü*, çiftlerin birbirini yetişkin olmanın yanı sıra çocuk olarak da gördükleri için birbirlerini koruma ihtiyacı duymalarını ifade etmektedir. *Korunma iç güdüsü*, çocukluk yıllarında anneye bağımlılık davranışını hatırlattığı için özellikle erkeklerde anneye benzer eş seçimi eğilimidir. *Cinsel dürtü* ise kadın ve erkeklerde farklı davranışlar olarak ortaya çıkmaktadır. Erkekler en kısa sürede mümkün olduğu kadar çoğalmayı amaçlarken kadınlar, çocuğunun babasını seçme konusunda daha seçici davranırlar (Hortaçsu, 1991). Bu kurama göre sevginin üç iç güdüye evrildiği ve bu iç güdülerin doyurulma düzeylerine göre evlilik doyumunun da etkileneceği söylenebilir.

2.1.1.11. Romantik aşk kuramı

Evlilik doyumunu açıklayan bir diğer kuram Walster'in Romantik Aşk Kuramı'dır. Birey âşık olduğunda ne gibi belirtilerin meydana geldiğini çeşitli kaynaklardan öğrenmekte ve karşısında vücudundaki fizyolojik belirtileri (kalp çarpıntısı, dil tutulması, nefesin kesilmesi gibi) atfedebileceği birini bulduğunda bu fizyolojik belirtileri ona yüklemektedir (Cüceloğlu, 2000). Bu kuram fiziksel görünüşü ve duygusal yoğunluğu ön plana çıkarmaktadır. Bu

bağlamda fiziksel çekicilik ve duygusallık azaldığında evliliği sürdürmek mümkün olmayabilir.

2.1.1.12 Yükleme kuramı

Yükleme Kuramı'nda iki tür yükleme modeli vardır: Nedene bağlı yüklemeler ve sorumluluk yüklemeleri. *Nedene bağlı yüklemeler*, yaşanan olayın nedenini ve o olaya sebep olan şeyin ne olduğunu ifade etmektedir. *Sorumluluk yüklemeleri* ise yaşanan olaydan kimin sorumlu olduğuyla ve bu kişinin bu olayı yaparken var olan niyetiyle ilgilidir (Bradbury ve Fincham, 1990'dan aktaran Anar, 2011). Bu durumda evlilik doyumu yüksek olan bireylerin, olumsuz olayların geçici olduğunu kabul ettikleri, kendilerine ve partnerlerine bu olayın sorumluluğunu daha az yükledikleri söylenebilir.

2.1.2. Evlilik doyumunu etkileyen faktörler

Alanyazın incelendiğinde evlilik doyumunun kişisel ve çevresel faktörlerden etkilendiğini gösteren görüşler mevcuttur. Bu bölümde evlilik doyumunu en çok etkilediği düşünülen unsurlara yer verilmiştir.

2.1.2.1. Bilişsel süreçler

Evlilik doyumunu etkileyen faktörlerden birinin akılcı olmayan inançlar olduğu düşünülmektedir. Ellis (1986) mantıklı olmayan ve katı düşüncelerin evlilik yaşamını olumsuz etkilediğini vurgulamaktadır. Ayrıca Tilden ve Dattilio (2005), akılcı olmayan düşüncelerin duygusal problemlere ve evlilikte sorunlar yaşanmasına sebep olabileceğini öne sürmüştür. İnsanlar yaşamlarını çocukluk yıllarında oluşturdukları şemalara göre şekillendirmektedir. O dönemde karşılanmayan duygusal ihtiyaçlar oluşan şemaları da olumsuz etkilemektedir. Bu şemalar bireyin geçmiş yaşantısını anımsatacak bir durumla karşılaştığında devreye girmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Olumsuz şemalar, bireylerde karşılaşılan durumları olumsuz değerlendirmelerine; bu değerlendirmeler de evlilik doyumunun azalmasına sebep olabilir. Dolayısıyla başkalarıyla kurduğu iletişim

de bu şemalar bağlamında gerçekleşmektedir (Beck, 1979). Birey evliliğe ve ilişkiye dair olumsuz şemalara sahipse eşyle olan iletişimi de bundan olumsuz etkilenebilir.

2.1.2.2. Kişilik özellikleri

Evlilik doyumunu etkileyen bir diğer unsur bireyin kişilik özellikleri olabilir. Kişilik özelliklerinin eş seçiminden cinsel yaşama kadar pek çok alanda etkili olduğu söylenebilir. Blum ve Mehrabian (1999), kişiliği üç boyutta değerlendirmektedir: Hoşluk, uyarılabilirlik ve üstünlük. İlişkilerde beğenilen ve üstünlük kurabilen bireylerin evlilik yaşamlarından memnun olduğu; boyun eğici olan bireylerin ise evlilik hayatından memnun olmadığı ifade edilmektedir (Rauer ve Volling, 2005). Ayrıca sorumluluk alamayan bireylerin de evlilik yaşamlarında mutsuz oldukları belirtilmektedir (Berk, 2009). Sardoğan ve Karahan (2005) da duygusal bir kişiliğe sahip olmanın evlilik doyumunu önemli ölçüde etkilediğini vurgulamaktadır. Evlilik doyumu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiye odaklanan Doğan (2013), evhamlı ve şüpheli bireylerin evlilik yaşamlarını ve eşinin davranışlarını sorgulama eğiliminde olduklarını, dolayısıyla evliliklerinden alacakları doyumun da bu durumdan olumsuz etkileneceğini ifade etmektedir.

Evlilikte yaşanabilecek problemlerle baş etmede kişilik özelliklerinin önemli olduğu düşünülmektedir. Tuzcu (2017), çiftler arasında yaşanan problemlere karşı çözüm arayışında olan ve empati kurabilen bireylerin evlilik doyumlarının yüksek; nevrotik ve sorgulayıcı yaklaşanların ise düşük olduğunu vurgulamaktadır. Bu bağlamda uyumlu ve anlayışlı bireylerin evliliklerinden daha yüksek doyum elde edecekleri ifade edilebilir.

2.1.2.3. Cinsel yaşam

Evlilik, bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını karşıladığı kadar cinsel ihtiyaçlarını da karşıladığı bir ilişki türü olarak görülebilir. Çiftlerin cinsel yaşamlarından aldığı doyum evlilik doyumlarını da etkileyebilir. Evlilikte yaşanan olumsuz cinsel ilişki deneyimi çatışmalara sebep olabilir. Bu düşünceye dayanak olarak McNulty, Wenner ve Fisher (2014), hem kadınların hem erkeklerin cinsel yaşamdan aldıkları doyumun artmasıyla evlilik doyumlarının da artacağını ifade etmektedir. Cinsel ilişki, bireyin en özel alanlarını

partneriyle paylaştığı bir an olarak değerlendirilebilir. Bu bağlamda çiftler cinsel ilişki sayesinde yakınlık kurup ihtiyaçlarının değer gördüğünü ve karşılandığını deneyimlemektedir (Holmes, 2007). Evlilikte cinsel doyumun azalması bireyler arasında anlaşmazlıklara, tahammülsüzlüklere ve öfke nöbetlerine yol açabilir. Dolayısıyla, evlilikten alınan doyum da düşürebilir.

2.1.2.4. Ekonomik durum

Ekonomik durumun evlilik doyumuna olan etkisi ekonomik yetersizlikten ziyade para harcama şekli olabilir. Terzioğlu ve Şener (2002), evlilik yaşamında kazanılan paranın nasıl idare edildiğinin gelir düzeyinden daha etkili olduğunu vurgulamaktadır. Kadınlar, parayı erkeklerin tekelinde yönetilmesinden hoşlanmadıkları gibi bu durumun ilişkilerini olumsuz etkilediğini belirtmektedir (Bilen, 1994). Çiftin ekonomik durumundaki dalgalanmalar, ertelenen bir ihtiyacın belirmesine ve tahammül seviyesinin azalmasına, dolayısıyla çiftler arasında tartışma ortamının oluşmasına sebep olmaktadır (Şentürk, 2006). Öte yandan yüksek gelirin evlilik doyumunu da arttığını dile getiren Polat (2006), çiftin aile gelirine eşit oranda katkı sunmalarının da evlilik doyumunu yükselttiğini vurgulamaktadır. Bu noktada gelir düzeyi ne olursa olsun maddi kazanç ve harcamalar fikir birliğinde yapıldığında evlilik doyumunu olumlu etkileyeceği ifade edilebilir.

Yukarıda bahsedilen faktörler değerlendirildiğinde, genel olarak evlilik doyumunun uyumlu beklentiler doğrultusunda artacağı ifade edilebilir. Ayrıca bireylerin evliliğe belirli beklentiler içinde başladığı düşünülmektedir. Bu beklenti ve ihtiyaçlar karşılandığı süreçte mutlu ve sağlıklı bir evlilikten söz edilebilir. Bu nedenle kişilerin evlilik doyumları temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinden de doğrudan etkilenebilir.

2.2 Temel psikolojik ihtiyaçlar

Büyüme ve zihinsel sağlık için temel psikolojik ihtiyaçlarımızın olup olmadığı sorusu merak uyandırıcıdır. Günlük dilde, *ihtiyaç* teriminin oldukça farklı bir şekilde kullanıldığı düşünülmektedir. Çocuklar yeni bir oyuncığa, yetişkinler işe mola vermeye ve tatile ihtiyaçları olduğunu söyleyebilir. Bu durumlarda ihtiyaç terimi, bireyler arasında geniş

ölçüde değişen arzuların ve tercihlerin varlığı olarak tanımlanabilir. Cüceloğlu (2008) ihtiyacı kişinin hayata devam edebilmesi için gerekli olan şartlardan mahrum kalması olarak tanımlamaktadır. Dolayısıyla ihtiyaç kavramı insanı harekete geçiren ve hareketlerine yön veren davranışlar olarak ifade edilebilir.

İnsanların ihtiyaçları zamana ve duruma göre değişkenlik gösterebilir. Bireyin ihtiyaçlarını içinde bulunduğu çevre, yaşadığı kültür ve fizyolojik özellikleri şekillendirebilir. İnsanların sevmeye, sevilme, ait olma, saygı görme ve kendini gerçekleştirme ihtiyaçları psikolojik ihtiyaçların başında gelmektedir (Halmatov, 2007). Bu ihtiyaçların karşılanması bireyi mutlu edip yaşamdan doyum almasını sağlayabilir.

İhtiyaçlar dürtüsel olarak ortaya çıkabilir ve süreklilik arz edebilir. Başka bir deyişle bir ihtiyaç doyurulsa dahi, bir süre sonra tekrar gereksinim haline gelebilir. İhtiyaçların giderilip giderilmemesi bireylerde mutluluk ya da üzüntü duygularını ortaya çıkarabilir. İhtiyaçları karşılanan birey yaşamdan keyif duyarken; karşılanmayan birey ise acı duyacaktır (Yasul, 2016). İhtiyaçları karşılanan kişiler çevresindekilere daha anlayışlı ve empatik yaklaşabilir. Bu bireylerde rahatlık, mutluluk ve keyif gibi olumlu duygular ortaya çıkabilir.

Her bireyde ihtiyaç sıralaması aynı olmayabilir. Bazı kişiler için sevmeye ve sevilme ihtiyacı baskınken başka biri için güç ihtiyacı baskın olabilir. Her insanın ihtiyacı birbirinden farklı olacağı gibi her birey ihtiyaçlarını farklı yollarla karşılamaktadır (Glasser, 1984). Birey ihtiyacını karşıladıktan sonra rahatlama ve memnuniyet hissedebilir.

Davranışların temelini oluşturan ihtiyaç kavramı, günümüze kadar çeşitli bakış açıları ile incelenmiştir (Alderfer ve Guzzo, 1979; Aytaç, 1997; Bacanlı, 2000; Ball, 2003; Deci ve Ryan, 2000; Glasser, 2003; Herzberg, 1976; Hull, 1937; Maslow, 1943; Meehl, 1992; Pang, 2006; Van Eerde ve Thierry, 1996). Herkes tarafından kabul gören bir tanım olmayan ihtiyaç kavramını açıklayan farklı kuramlara değinilmesi önemli görülmektedir.

2.2.1. Maslow ihtiyaçlar hiyerarşisi

Maslow (1943), ihtiyacı insan davranışının motivasyonu olarak tanımlamaktadır. İhtiyaçları önceliklerine göre kategorize etmiş ve hiyerarşik bir düzende sıralamıştır. Maslow'a göre kişi bir basamakta eksiklik hissederse bir sonraki basamağa geçemez ya da alt basamaklara

geri dönmek zorunda kalabilir (Poston, 2009). İnsanlar hep daha fazlasını isteyebilir ve bu isteklerini önem sırasına göre düzenleyebilir.

Maslow, hiyerarşide ilk sıraya barınma, yeme içme ve cinsellik gibi ihtiyaçları kapsayan *fizyolojik ihtiyaçları* koymaktadır (Şeker, 2014). İkinci sırada *güvenlik ihtiyacı* yer almaktadır. Birey dış dünyadan gelebilecek olan tehlikelere karşı kendini koruma gereksinimi duymaktadır (Smith, Cronje, Brevis ve Vrba, 2011). Kişi kendini bulunduğu ortamda güvende hissettiğinde bu ihtiyacından doyum elde ettiği söylenebilir; fakat olası bir tehlikeyle karşı karşıya kaldığında yeniden bu basamağa geri dönebilir. Üçüncü sırada *sevgi ve ait olma ihtiyacı* vardır. Bireyin yalnız kalmamak ve sosyalleşmek için gösterdiği davranışları kapsamaktadır (Çelikkaleli, 2004). Birey, bu ihtiyacını bir grubun parçası olarak giderebilir. Üçüncü aşamayı tamamlayan birey, dördüncü basamak olan saygınlık ihtiyacını gidermek için harekete geçecektir. Dördüncü ve beşinci basamağın psikolojik ihtiyaçları temsil ettiği ifade edilebilir. *Saygınlık ihtiyacı*; başarı, toplum tarafından tanınma ve saygı görme, statü ve prestij kavramlarını içermektedir (McLeod, 2007). Kişi bu ihtiyacını karşıladığında kendine olan güveninin artacağı ve kendini değerli hissedeceği düşünülmektedir. Karşılanmadığında ise değersiz ve güçsüz hissedebilir. Son aşama olan *kendini gerçekleştirme ihtiyacı* ise hiyerarşinin en üst basamağıdır. Bu ihtiyaç, bireyin potansiyelini fark ettiği, farklı deneyimlere açık olduğu ve diğer insanlara faydalı olmaya çalıştığı bir basamaktır (Huitt, 2017). Bu aşamaya her birey ulaşamayabilir. Hayatının anlamını keşfeden, üreten ve her anını en iyi şekilde değerlendirebilen kişiler bu aşamaya ulaşmış sayılabilir. Kendini gerçekleştirme ihtiyacı hiçbir zaman tam olarak giderilemeyebilir. İnsan ve toplum geliştiği sürece bu ihtiyacın devam edeceği düşünülmektedir.

2.2.2. Alderfer'in ERG kuramı

ERG Kuramı'nda Alderfer, Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi'ni temel almaktadır. İhtiyaçları; var olma, ilişkide olma ve olgunlaşma olarak üç gruba ayıran Alderfer, bu ihtiyaçların birbiriyle ilişkili olduğunu ifade etmektedir (Yang, Hwang ve Chen, 2011). Bireyin bir ihtiyacı tamamlamadan da bir sonraki basamağa geçebileceğini söyleyen Alderfer'in, bu noktada Maslow'dan ayrıştığı ifade edilebilir. *Var olma ihtiyacı*, bireyin fizyolojik bir ihtiyacıdır. Birey stres altındayken tehlikeden kaçma ve saklanma davranışı

göstermektedir. *İlişkide olma ihtiyacı*, sosyal bir ihtiyaçtır. Sevme, sevilme ve ait olma ihtiyaçlarını gidermek için insan davranışının motivasyonunu ifade etmektedir. *Olgunlaşma ihtiyacı* ise bireyin kişisel hedefleridir. Saygınlık kazanma, bilgi sorgulayıcı ve güvenilir insan olma, kendini gerçekleştirme gibi güdülerini kapsamaktadır (Caulton, 2012).

2.2.3. Eric Fromm'un ihtiyaçlar kuramı

Fromm, Maslow ve Alderfer'e ek olarak iki farklı ihtiyaçtan söz etmektedir: *amaç edinme ve dünya görüşü ihtiyacı* (Aytaç, 1997). Bireyler amaç ve ilgi kriterlerine göre gelecek planı yapmaktadır. Bireyin varmak istediği hedefi belirlemesi harekete geçmesi için motivasyon oluşturur. Bu, amaç edinme ihtiyacını ifade etmektedir. Dünya görüşü ihtiyacı ise bireyin var oluş amacını keşfetmesini ve bunun için ortam hazırlayıp harekete geçmesini kapsamaktadır (Candemir Karaburç, 20017). Bu ihtiyaçların karşılanmaması bireyi mutsuz ve tedirgin hissettirebilir.

2.2.4. Herzberg'in çift etmen kuramı

Çift Etmen Kuramı'nda bireysel ihtiyaçlar ve motivasyon üzerine odaklanıldığı ifade edilebilir. Herzberg (1976) ihtiyaç kavramını, herkes için geçerli olmayan, bireyin içinden gelen kendi değerlerinin sağladığı kazanç olarak tanımlamaktadır. Motivasyon ise hijyen ve motivasyon faktörleri olarak ikiye ayrılmaktadır. *Hijyen faktörleri*, memnuniyetsizlikten ve huzursuzluktan kaçma olarak adlandırılırken; *motivasyon faktörleri*, başarı, statü ve sorumluluk olarak adlandırılmaktadır (Venugopalan, 2007). Stello (2011)'ya göre insanlarda memnuniyet ve memnuniyetsizlik kavramları aynı anda gözlemlenmemektedir. Bu kuram bağlamında, birey kendi motivasyon kaynaklarını belirleyebilir ve ihtiyaçlarını karşılayabilmek için harekete geçebilir. Hijyen ve motivasyon faktörleri göz önünde bulundurulduğunda memnuniyetin artacağı düşünülmektedir.

2.2.5. McClelland'ın başarı ihtiyacı kuramı

McClelland'a göre bireyin üç temel ihtiyacı bulunmaktadır: Başarı, güç ve yakın ilişki kurma ihtiyacı (Pang, 2006). *Başarı ihtiyacı*, bireyin davranışlarının motivasyon kaynağıdır. Başarı odaklı bireyler, çok çalışmakta ve karşılaştığı zorlukları aşmak için çaba göstermektedir (Uduji ve Ankeli, 2013). *Güç ihtiyacı*, bireyin diğer insanları kontrol edebilme gereksinimidir. Bu ihtiyacı karşılamak için motive olmuş kişiler lider konumunda bulunabilir. Son olarak, *yakın ilişki kurma ihtiyacı* ise bireyin bir gruba ait olmak istemesi ve o gruba dair olumlu duygular beslemesi olarak tanımlanmaktadır (Ball, 2003). Bu kurama göre; kendini başarılı ve güçlü hisseden, çevresindeki insanlarla yakın ilişkiler kurabilen bireylerin motivasyonlarının ve memnuniyetlerinin arttığı ifade edilebilir.

2.2.6. Hull'un fizyolojik ihtiyaçlar kuramı

Hull'a göre; davranışın sebebi motivasyondur. Birey, davranışın sonucu kendisi için rahatsız ediciyse o davranıştan kaçınacaktır; tam tersi davranıştan memnun edici bir sonuç aldıysa davranışı kabul edecek ve pekiştirecektir (Skinner, 1989). Hull, yeme içme, barınma, cinsellik gibi fizyolojik ihtiyaçlara odaklanmıştır. Davranışın sebebini de bu ihtiyaçların giderilmesiyle ilişkilendirmiştir (Hull,1937). Bu kuramda, ihtiyaçların sadece fizyolojik olarak değerlendirildiği ifade edilebilir.

2.2.7. Eşitlik kuramı

Adams'ın geliştirdiği Eşitlik Kuramı'na göre, bireyin gelirleri ile giderleri arasında bir eşitlik söz konusuysa birey memnuniyet duyacaktır. Aksi halde birey huzursuz ve tedirgin hissedecektir (Ball, 2003). Eğitim, çevre ve sosyal ilişkiler gelirleri; işe verilen emek ve ödüller de giderleri ifade etmektedir. Kişinin verdiği emekle aldığı sonuç uyuşursa eşitlik; uyuşmazsa eşitsizlik meydana gelmektedir (Venugopalan, 2007). Bu durumun bireyin memnuniyetini ya da memnuniyetsizliğini belirlediği ifade edilebilir.

2.2.8. Beklenti kuramı

Vromm, geliştirdiği kuramda bireyin beklentilerine göre çaba sarf ettiğini vurgulamaktadır. Bu çabalarından alacakları sonuç da onların bu sonuçlara atfedecekleri değerini belirlemektedir (Van Eerde ve Thierry, 1996). Beklenti Kuramı üç alt boyutta incelenebilir: Beklenti, enstrmentalite ve değerlilik. *Beklenti*, bireyin gösterdiği çabanın ve performansın sebebidir. Yüksek beklenti fazla çaba demektir. *Enstrmentalite*, kişinin gösterdiği çabayla sonuca ulaşabileceğine dair inancıdır. *Değerlilik* ise ulaşılan sonuca bireyin verdiği değerdir (Lunenburg, 2011). Bireyin performansından bağımsız, her sonuç değerli olabilir ve her değerli sonuç bireyi daha çok beklentiye yönlendirebilir.

2.2.9. Transaksiyonel analiz kuramı

Eric Berne, ihtiyaçları ifade ederken açlık kavramını kullanmayı tercih etmektedir. Çevreden gelecek uyarıcılara karşı duyulan ihtiyaç *uyarıcı açlığı*; evre tarafından bilinme ihtiyaı *tanınma açlığı*; hayatın anlamını bulma ihtiyaı *yapılandırma açlığı* olarak nitelendirilmektedir (Bacanlı, 2000).

2.2.10. Seçim teorisi

İnsanlar yaşamak için mücadele vermektedir ve bu mücadelede fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamaları gerekmektedir. Fizyolojik ihtiyaçların yanı sıra psikolojik ihtiyaçlar da doyurulmak için beklemektedir. Bu sebeple Glasser ihtiyaçları beş kategoride değerlendirmektedir: Hayatta kalma, sevgi, ait olma, g ve özgürlük ihtiyaı (Glasser, 2003). *Hayatta kalma ihtiyaı* nefes alma, yeme içme ve barınma gibi fizyolojik ihtiyaçları; *sevgi ihtiyaı* cinsellik ve bağlılık ihtiyaçlarını; *ait olma ihtiyaı* değer görme, sevmeye ve sevilme ihtiyaçlarını; *g ihtiyaı* ilişkilerde lider olmayı ve bir işte yeterli hissetmeyi; *zgrlk ihtiyaı* ise karar alırken zgr davranabilmeyi ve bağımsız olmayı ifade etmektedir (Glasser, 1999).

2.2.11. Murray'ın psikolojik ihtiyaçlar kuramı

Murray, ihtiyaı bireyin gelişmesine olanak sağlayan davranışlar olarak tanımlamaktadır. Bu sebeple ihtiyaçlar hayat boyu gelişmekte ve değişmektedir (Meehl, 1992). Yaşamda bireyin devamlılığını sağlayan *birincil ihtiyaçlar*; duygusal iyi olmayı sağlayan *ikincil ihtiyaçlar*; çevreden gelen uyaranlara verilen tepkileri içeren *reaktif ihtiyaçlar*; çevreden bağımsız olan *proaktif ihtiyaçlar*; motor davranışlarda gözlemlenebilen *açıkça görülen ihtiyaçlar* ve bireyin hayal dünyasında var olan *gizil ihtiyaçlar* olmak üzere altı ihtiyaçtan bahsedilmektedir (Fabellon, Hernandez ve Lanik, 2011).

2.1.12. z belirleme kuramı

Deci ve Ryan'ın geliştirdiği z Belirleme Kuramı'nda, birey içsel ve çevresel yaşantılarıyla birlikte bir bütün olarak değerlendirilebilir. Murray'a benzer bir şekilde psikolojik büyüme ve gelişim için ihtiyaçların karşılanmasının gerekli olduğu ifade edilebilir. Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması kişinin hayatında etkili ve işlevsel olmasını sağlarken; ihtiyaçların karşılanmaması olumsuz sonuçlara sebep olabilir.

Ryan ve Deci (2000), z belirlemeyi bireyin çevresinden etkilenmeden zgr ve istekli bir şekilde kararlarını vermesi olarak tanımlamaktadır. Spereitzer, Kızılos ve Nason (1997) ise insanın yaşamında söz sahibi olması ve davranışlarını kontrol edebilmesi olarak ifade etmektedir. z Belirleme Kuramı'nda psikolojik ihtiyaçlar üç alt boyuttan oluşmaktadır: Özerklik, ilişkili olma ve yeterlik (Deci ve Ryan, 2000). *zerklik*, irade ve isteklilik deneyimini ifade etmektedir. Kişi memnun olduğunda hareket, düşünce ve duygularının kendi kendini onayladığı zamanki gibi bir duygu bütünlüğü yaşarken; memnun olmadığında genellikle istenmeyen bir yöne itilmiş gibi bir baskı duygusu ve çatışma yaşamaktadır. *İlişkili olma*; akrabalık, sıcaklık, bağlanma ve bakım deneyimini ifade etmektedir. Birey başkalarıyla bağlantı kurarak ve onlar için önemli hissederek tatmin olmaktadır. İlişkili olma ihtiyaı karşılanmadığında hayal kırıklığı, sosyal yabancılaşma, dışlanma ve yalnızlık duygusuyla karşılaşılmaktadır. *Yeterlik*, etkinlik ve ustalık deneyimiyle açıklanmaktadır. Kişi beceri ve uzmanlığı kullanmak ve genişletmek için faaliyetlere ve deneyimlere yetenekli bir şekilde katıldıkça tatmin olmaktadır. *Yeterlik* ihtiyaı karşılanmadığında kişi

etkisizlik hatta başarısızlık ve çaresizlik duygusu yaşamaktadır (Vansteenkiste ve Ryan, 2013).

Bu üç psikolojik ihtiyacın karşılanması kişilik gelişimini etkilediği kadar bireyin ilişkilerini ve yaşam doyumunu da etkilemektedir. Gelişim için bu ihtiyaçlardan birkaçının değil her birinin belli düzeylerde karşılanmış olması gerekmektedir. Bunun için çevresel koşulların da bireyin gelişiminde destekleyici olması beklenmektedir (Kasser ve Ryan, 1999). Ancak bu şartlar sağlandığında kişilerin sosyal ve psikolojik açıdan gelişim göstereceği ifade edilebilir.

Temel psikolojik ihtiyaçların ilk olarak ebeveynler tarafından karşılandığı söylenebilir. Kişiler büyüdükçe bu ihtiyaçlarını ikili ilişkilerle karşılama gereksinimi duyabilir. Bu sebeple çiftler, birbirlerinin ihtiyaçlarına karşı duyarlı davrandıkları takdirde evliliklerinden doyum elde edebilir. Yakın ilişkiler açısından değerlendirildiğinde Öz Belirleme Kuramı'nda, bireyler evliliklerinde özerklik, ilişkili olma ve yeterlik ihtiyaçlarının doyurulmasını istemektedir. Bireyler ihtiyaçlarının karşılanmasını isteyip aynı zamanda partnerlerinin ihtiyaçlarını karşılamakla yükümlüdür (Ryan ve Deci, 2001). Bu durum evliliğin kalitesini artırıp çiftlerin birbirleriyle uyum yakalamalarını sağlayabilir.

İnsanlar içinden gelerek ve özgürce davranabiliyorlarsa, davranışlarını düzenleme konusunda sorumluluk alabiliyorlarsa öz belirlenmiş hissederler. Çevresel etkiler altında kalan ve davranışlarını istemeden gerçekleştiren bireylerin psikolojik gelişimleri sekteye uğramaktadır (Whetten ve Cameron, 2010). Öz belirleme düzeyi yüksek olan bireylerde dört temel davranış gözlemlenmektedir: Bağımsız hareket etme, davranışlarının sorumluluğunu alma, olumsuz durumlarda psikolojik olarak güçlü kalabilme ve kendini gerçekleştirmek için çabalama (Wehmeyer, Agran ve Hughes, 2000). Bu davranışlar değerlendirildiğinde öz belirleme düzeyi yüksek olan bireylerin özerk hareket ettikleri ve öz düzenlemeye sahip oldukları söylenebilir; ancak davranışın meydana gelme şekli yaş, cinsiyet ve kültür gibi değişkenlere bağlı olarak değişebilir.

Öz Belirleme Kuramı'na göre insan davranışları içsel ve dışsal olarak iki tür motivasyonla meydana gelmektedir. İçsel motivasyon, bireyin ilgilerini, değerlerini ve meraklarını kapsarken; dışsal motivasyonlar somut ödül ve cezaları kapsamaktadır. Birey davranışlarını içselleştirdiği takdirde öz belirleme düzeyini arttırmaktadır. Öz belirlemesi yüksek olan kişiler tek başlarına bir işe başlama ve işi sürdürme konusunda da başarılıdır (Ryan ve Deci, 2017). Bu kuram bağlamında öz belirleme düzeyinin üç temel psikolojik ihtiyacın

karşılanma düzeyinden etkilendiği düşünülmektedir. Dolayısıyla özerklik, ilişkili olma ve yeterlik ihtiyaçlarını detaylı olarak incelemek önemli görülmektedir.

2.2.12.1. Özerklik ihtiyacı

Özerklik kavramı için alanyazında farklı tanımlamalar yapılmaktadır. Belecı (2022) özerkliği bireyin kendi istekleri doğrultusunda davranışlarına yön vermesi olarak tanımlamaktadır. Başka bir deyişle, kişinin davranışlarına özgürce ve istediği şekilde düzenlemesidir (Ryan ve Deci, 2017). Deci ve Ryan (2000)'a göre özerlik, bireyin kendi davranışlarını düzenlemesi ve sahiplenmesidir. Friedman (2003) ise özerkliği kişinin kendi davranışlarını düzenleme yetkisine sahip olması olarak tanımlamaktadır. Yapılan tanımlamalar değerlendirildiğinde, özerklik kavramı için bireyin kendi davranışlarının sorumluluğunu almasına, özgür ve öz düzenlemeye sahip olmasına vurgu yapıldığı söylenebilir.

Özerklik ile bağımsızlık kavramları karıştırılabilir. Özerklik, çevredeki kişilerden ayrılma ve bağımsız olma olarak değil, bireyin kendi davranışlarına yön vermesi olarak tanımlanabilir. Kişinin özerklik ihtiyacının doyurulması, diğerleriyle ilişki içinde olmalarını engellememelidir; çünkü insanı dış dünyadan tamamen soyutlamak mümkün değildir (Deci ve Ryan, 2000). İnsanlar aynı anda hem özerklik hem de ilişkili olma ihtiyacını karşılayabilmektedir (Patrick, Knee, Canevello ve Lonsbary, 2007). Bağımsızlık ve özerkliği ayıran nokta, bireyin bir davranışı gerçekleştirirken başkalarının isteklerini dikkate alsa dahi kendi iradesiyle karar vermesi olabilir.

Ryan ve Lynch (1989) özerkliği, üç alt kategoride incelemiştir: Duygusal, davranışsal ve değerlerde özerklik. *Duygusal özerklik*, bireyin yakın çevresindekilerle güçlü bağlar kurmasına rağmen onların korumasına ihtiyaç duymamasıdır. *Davranışsal özerklik*, bireyin çevresel etmenlere takılmadan kendi isteğine göre hareket etmesidir. *Değerlerde özerklik* ise bireyin yetiştiği çevrenin değerlerinden bağımsız bir şekilde kendi değerlerini belirleyebilmesidir (Wehmeyer, 1999).

Kişinin özerklik ihtiyacı doyurulduğunda gösterdiği davranışların sorumluluğunu alması beklenirken; doyurulmadığında ise kararlarının baskılandığını ve engellendiğini hissetmeleri beklenmektedir. Bu durum bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini de olumsuz bir şekilde etkilemektedir (Ryan, 1995). Bireyler özerk olduklarında kendilerini daha mutlu ve üretken

hissedebilir ve yaşam doyumları yükselebilir. Özerkliği düşük olan bireyler ise çevresel etmenlerden etkilenebilir ve kendilerini engellenmiş hissedebilirler.

Özerklik ihtiyacının ilk olarak ebeveynler tarafından karşılandığı düşünülmektedir. Erken dönemde birey kendi başına yürümeye ve hareket etmeye başladığında ebeveyn desteği görürse özerkliği pekişmiş olacaktır. Ebeveynlerin çocukları ile vakit geçirip oyun oynamaları bireyin özerklik ihtiyacına hizmet edecektir (Schultz ve Schultz, 1998). Aksi halde ilgisiz, cezalandırıcı ve baskıcı ebeveynlere sahip bireylerin özerklik ihtiyacının doyurulmayacağı söylenebilir. Demokratik tutumla çocuklarına yaklaşan ebeveynler çocuklarının özerkliğini pekiştirirken otoriter tutumla çocuklarına yaklaşan ebeveynler çocuklarının özerklik gelişimine ket vurabilirler.

Öz Belirleme Kuramı içerisinde en önemli ihtiyacın özerklik ihtiyacı olduğu ifade edilebilir. Bireyin özerklik ihtiyacı, çocukluk yıllarında giymek istediği kıyafeti seçmesine izin verilerek, istediği oyunu oynamasına imkân tanınarak ya da benzeri uygulamalarla desteklenebilir. Özerklik ihtiyacı karşılanan bireylerin ileriki yaşlarda da çevresinin etkisinde kalmadan karar verebildikleri, davranışlarının sorumluluğunu alabildikleri söylenebilir.

2.2.12.2. İlişkili olma ihtiyacı

Deci ve Ryan (2008) ilişkili olmayı, çevredeki kişilerle ilişki ve bağlantı içinde olmak, ait hissetmek olarak tanımlarken; Andreasson ve Pallesen (2014) ise ilişkili olmaktan, bireyin içinde bulunduğu çevrede kabul edilmesi, saygı duyulması ve güven hissetmesi olarak bahsetmektedir. Ayrıca ilişkili olma sosyal bir gruba ait olmak, insanlarla iletişime girmek ve kendini çevresindekilerle yakın hissetmek olarak da tanımlanmaktadır (Hofer ve Bush ve Kartner, 2011). Andersen, Chen ve Carter (2000) ilişkili olmaktan bahsederken birey için değerli olan kişiler tarafından değer görmesinin ve desteklenmesinin önemine değinmektedir. İlişkili olma ihtiyacına dair yapılan tanımlamalarda aidiyet duygusuna vurgu yapıldığı düşünülmektedir. Tüm bu tanımlamalardan yola çıkarak, ilişkili olma ihtiyacı insanın çevresindeki kişilerle bağ kurması ve birliktelik içinde yaşaması olarak nitelendirilebilir.

İnsan doğası gereği çevresinde bulunan kişilerle ilişki kurmaya meyillidir. Birey değer gördüğünü, önemsendiğini ve bir gruba ait olduğunu hissettiğinde ilişkili olma ihtiyacını

karşılayabilir. İlişkili olma ihtiyacı karşılanan bireyler, kendisine saygı duyulduğunu ve önemli olduğunu hissederken; karşılanmayan bireyler reddedilme, yabancılaşma ve önemsiz hissetme eğilimindedir (Andersen ve diğerleri, 2000; Costa ve diğerleri, 2015). Bu bağlamda ilişkili olma ihtiyacının giderilmesi insanın hayatta kalmasını ve soyunu devam ettirebilmesini sağlayabilir.

Özerklik ihtiyacı ile ilişkili olma ihtiyacının zıt kavramlar olduğu düşünülebilir; ancak birey iki ihtiyaç arasındaki dengeyi koruyabilir. Nitekim kişi hem öz düzenlemeye sahip olup davranışlarının sorumluluğunu alabilir hem de çevresindeki kişilerle duygusal bağlarını güçlendirebilir. Kişilerin ilişkili olma ihtiyacı, çevresindeki insanların davranışlarını içselleştirme isteklerinden kaynaklanmaktadır. Bir davranışı içselleştirmek hem ilişkili olma ihtiyacını hem de özerklik ihtiyacını karşılamaktadır (Ryan ve Deci, 2017). İlişkili olma ihtiyacı karşılanan bireyler bulunduğu ortamda kendini güvende ve mutlu hissederken karşılanmayan bireyler yalnız ve toplumdan soyutlanmış hissedebilirler.

İlişkili olma ihtiyacının ilk olarak ebeveynler tarafından karşılandığı düşünülmektedir. Erken dönemde birey birincil bakıcıyla güvenli bir bağ kurduğunda aidiyet ve güven duygusu gelişmektedir (Ekşi, 1990). Oluşan bu güven duygusu bireyin ileriki dönemlerde kuracağı ilişkileri de etkileyebilir. Güvenli bağlanan bireylerin ilişkili olma ihtiyacı doyurulduğundan öz belirlemelerinin de yüksek olacağı düşünülmektedir. Öz belirleme düzeyi yüksek olan bireylerin gelişimlerinin daha sağlıklı ilerlediği ifade edilebilir. Birey ileriki dönemlerde ilişkili olma ihtiyacını sosyal çevresinden ve eşinden karşılamaktadır (Cihangir Çankaya, 2005). Evli bireylerde ilişkili olma ihtiyacının karşılanma düzeyi evlilik doyumunu etkileyebilir; ancak yalnızca ilişkili olma ihtiyacının karşılanması evlilik doyumunu arttırmayabilir. Bunun yanı sıra, özerklik ve yeterlik ihtiyacının da minimum düzeyde doyurulması gerekebilir.

2.2.12.3. Yeterlik ihtiyacı

Yeterlik kavramının tanımına dair alanyazında farklı görüşler mevcuttur. Bunlardan biri, kişinin bulunduğu çevrede yeteneklerini ortaya koyma fırsatı bulması ve çevresinden destek görmesidir (Ryan ve Deci, 2017). Deci ve Ryan (2000) yeterlik ihtiyacını bireyin vakit geçirdiği kişiler için değerli olduğunu hissetmesi olarak ifade etmektedir. Broeck, Ferris, Chang ve Rosen (2016) yeterlik ihtiyacından bireyin konuşma ve soyut düşünme gibi

becerileri geliştirmesi için bir motive aracı olarak bahsederken; Deci ve Moller (2005) merak etme ve etkili olma çabası olarak tanımlamaktadır. Niemiec ve Ryan (2009) ise yeterliği, bireyin elde etmek istediği sonuca nasıl ulaşacağını bilmesi olarak nitelendirmektedir. Bu tanımlamaların yeterlik ihtiyacının gelişime açıklık, motivasyon ve farkındalık boyutlarına vurgu yaptığı söylenbilir.

Yeterlik ihtiyacı sosyal çevreden etkilenebilir. Bireyin davranışları bulunduğu evre tarafından onaylanır ve olumlu dönütler verilirse yeterlik ihtiyacı giderilmektedir. Aksine utanma, olumsuz geribildirim ve eleştiriler yeterliği engellemektedir (Deci ve Moller, 2005). Bu bağlamda bireyin yeterlik ihtiyacının doyurulmasının sosyal çevreden aldığı dönütlerle ilişkili olduğu ifade edilebilir.

Bireyin yeterlik duygusunun oluşmasının çocukluk yıllarına dayandığı düşünülmektedir. Çocukluk yıllarında desteklenen birey takdir görmüş olarak yeterlik duygusunu geliştirebilir. Ebeveynlerin baskıcı ve korumacı tutumu bireyin yeterlik ihtiyacının giderilmesini engellemektedir. Öte yandan demokratik ve destekleyici bir tutum sergileyen ebeveynlerin çocukları yeterlik ihtiyacını karşılamakta güçlük çekmemektedir (Grolnick, Ryan ve Deci, 1991). Bu sebeple yeterlik ihtiyacının ebeveyn tutumundan ve bulundukları çevreden bağımsız olarak değerlendirilmemesi gerektiği düşünülmektedir.

Alanyazın zerklik ihtiyacı ile yeterlik ihtiyacı arasındaki ilişkiye dikkat çekmiştir. Özerklik ihtiyacının karşılanması kişinin yaptığı işe içsel motivasyonla devam etmesini sağlarken; yeterlik ihtiyacının karşılanmasının da başarılı olacağına inanmasını sağladığı söylenbilir. Öğrenilen her beceri bireye başta eğlenceli gelmekte ve yeterlik ihtiyacına cevap vermektedir; fakat tekrarlandıkça yeterlik hissi azalmaya başlamakta ve birey yeni beceriler öğrenmeye yönelmektedir (Deci ve Moller, 2005). Sheldon ve Kasser'ın (2001) araştırmasında bu düşünceye paralel şekilde, kişinin yeterlik ihtiyacı karşılandıkında bir işe başlarken başarılı olacağına dair inancının arttığı sonucuna varılmıştır. Dolayısıyla yeterlik ihtiyacı karşılanan bireylerin kendilerini önemli ve değerli hissedeceklerdir. Bu bağlamda yeterlik ihtiyacının karşılanması bireyin yaşamdan yüksek doyum elde etmesini sağlayabilir.

Sonuç olarak, bu üç psikolojik ihtiyacın birbiriyle ilişkili olduğu ve karşılanmasının birey için hayati önem taşıdığı ifade edilebilir. Deci ve Ryan (2014) bu üç temel psikolojik ihtiyacı yeterli düzeyde karşılayamayan bireylerin tedirgin ve öfkeli olabileceklerini ifade etmektedir. Bu ihtiyaçlardan sadece birinin karşılanması yeterli değildir. Hepsini minimum düzeyde karşılanmış olması bireyi iyi oluş açısından olumlu etkilemektedir (Deci ve Ryan,

2000). Temel psikolojik ihtiyaçların evrensel olduğu düşünülebilir; ancak ihtiyaçların karşılanma biçimleri kültürden kültüre farklılık gösterebilir. Bireyin kültürel normları temel olarak psikolojik ihtiyaçlarını karşılaması işini kolaylaştırabileceği gibi; kültür normlarından bağımsız olarak, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının bireyin sağlıklı gelişimi için önemli olduğu söylenebilir.

2.3. İlgili araştırmalar

Bu bölümde evlilik doyumu ve temel psikolojik ihtiyaçlar kavramlarıyla ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

2.3.1. Evlilik doyumu ile ilgili yapılan araştırmalar

Evli bireyler üzerinde yapılan evlilik doyumu konulu çalışmalarda, evlilik doyumu; psikolojik iyi oluş (Akdağ, 2014; Aydoğan, 2021; Birni, 2021; Darcan Ayer, 2016; Dede, 2020; Hüsrevoğlu, 2019; İşçioğlu, 2022; Kamp Dush, Taylor ve Kroeger, 2008; Kaplan, 2021; Keçeli, 2020; Kim ve McKenry, 2002; Köseoğlu, 2021; Muşdal elebi, 2019; z, 2019; Proulx, Helms ve Buehler, 2007; Timur, 2008; Uçar, 2018), problem çözme becerileri (Alp, 2021; Güven ve Sevim, 2007; Kayış, 2019; Kiecolt-Glaser ve Newton, 2001; Sidhu, 2009; Taş, 2016; zerek, 2020; Whisman ve Baucom, 2012), cinsel yaşam kalitesi (Ak, 2022; ağ ve Yıldırım, 2018; Dede, 2020; McNulty ve diğerleri, 2014; Rabuş, 2022; Whisman ve Baucom, 2012), etkili iletişim becerileri (Buluş ve Bağcı, 2016; alık, 2022; Seider, Hirschberger, Nelson ve Levenson, 2009), z- şefkat (Aras, 2021; Bber, 2022; Salebci, 2020; Terzi, 2015; Tüfek, 2023), psikolojik dayanıklılık (Bradley ve Hojjat, 2017; Köseoğlu, 2021; ziş, 2016), bilişsel süreçler (Aras, 2020; Bolat, 2016; Kervancioğlu, 2016; Sarı, 2012; şahin, 2021; Toksöz, 2018; Yalçın Koçkan, 2015), kişilik zellikleri (Aksoy, 2017; apkın, 2012; Erişti, 2010; Feeney, 2002; Fincham ve Bradbury, 1992; Tolan, 2015; Tuzcu, 2017; Uçak, 2015; Villa ve Del Prette, 2013), dindarlık (Balcı Arvas, 2017; Büyük, 2019; Hünler, 2002; Schramm, Marshall, Harris ve Lee, 2012; rkmez, 2005; Yılmaz, 2018), evlenme biçimi (Arif ve Fatima, 2015; Berk, 2009; imen, 2007; Gündoğdu, 2007; Kanburoğlu, 2019; Kubat, 2012; Kublay ve Oktan, 2015; ztahtacı, 2017; Tmz, 2018;

Zeytinoğlu, 2013; Güngör Houser, 2009; Xiaohe ve Whyte, 1990), eş desteği (Brock ve Lawrence, 2009; Cobb, Davila ve Bradbury, 2001; Kabasakal ve Soylu, 2016; Keçebaş, 2020; Yedirir ve Hamarta, 2015), çocuk sayısı (Callan, 1983; Çağ ve Yıldırım, 2018; Foster, Campbell ve Twenge, 2003; Gaygusuz Daşdemir, 2021; Glenn, 1991), ekonomik durum (Archuleta, Britt, Tonn ve Grable, 2011; Çağ ve Yıldırım, 2018; Çelik ve Tümkeya, 2012; Polat, 2006), evlilik süresi (Çağ ve Yıldırım, 2018; Jose ve Alfons, 2007; Taşköprü, 2013; Toprak Gültekin, 2019), sosyal medya bağımlılığı (Block, 2008; Dalan, 2020; Kerkhof, Finkenauer ve Muusses, 2011; Suler, 2005; Tozan, 2019), depresyon (Bowling ve Kirkendall, 2012; Demirtaş, 2021; Öz, 2019; Özahtacı, 2017; Polatoğlu, 2022; Sandberg, Yorgason, Miller ve Hill, 2012; Tarı, 2022; Taşdemir, 2014; Yıldız, 2018), bağlanma stilleri (Altun, 2015; Çelebi, 2021; Erdoğan Taycan ve Çepik Kuruoğlu, 2014; Gaygusuz Daşdemir, 2021; Girgin, 2018; Gündoğan, 2015; Keçebaş, 2020; Kılıç, 2017; Muşdal Çelebi, 2019; Nazlı, 2019; Özahtacı, 2017; Saraç, 2021; Sarı, 2012; Sığircı, 2010; Taş, 2016; Toprak Ayyıldız, 2020; Turanlı, 2010; Uluyol, 2014) ve temel psikoloji ihtiyaçlar (Besharat, Hooshmand, Rezazadeh ve Gholamali Lavasani, 2018; Ger, 2020; Güleç, 2020; Naemi, 2018) gibi kavramlarla birlikte çalışılmıştır.

Evlilik doyumu ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri arttıkça evlilik doyumlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Akdağ, 2014; Aydoğan, 2021; Bırni, 2021; Darcın Ayer, 2016; Hüsrevoğlu, 2019; İşçioğlu, 2022; Kaplan, 2021; Kamp Dush, Taylor ve Kroeger, 2008; Keçeli, 2020; Kim ve McKenry, 2002; Köseoğlu, 2021; Muşdal Çelebi, 2019; Öz, 2019; Proulx ve diğerleri, 2007; Timur, 2008; Uçar, 2018). Akdağ (2014) evlilik doyumunun psikolojik iyi oluşu yordadığını ifade etmektedir. Bu araştırmanın sonucuna benzer şekilde evlilik doyumu ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu destekleyen çalışmalar da mevcuttur (Aydoğan, 2021; Bırni, 2021; İşçioğlu, 2022; Kamp Dush ve diğerleri 2008; Keçeli, 2020; Kim ve McKenry, 2002; Köseoğlu, 2021; Proulx ve diğerleri, 2007; Uçar, 2018). Ancak Timur (2008) yaptığı araştırmada evlilik doyumu ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki tespit edememiştir.

Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireylerin problem çözme becerileri arttıkça evlilik doyumlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Alp, 2021; Dede, 2020; Güven ve Sevim, 2007; Kayış, 2019; Kiecolt-Glaser ve Newton, 2001; Sidhu, 2009; Taş, 2016; Üzerek, 2020; Whisman ve Baucom, 2012). Güven ve Sevim'in (2007) araştırmasında evlilik doyumunu yordayan değişkenlerden problem

özme becerileri ilk sırada yer alırken; ikinci sırada ise bilişsel çarpıtmalar değişkeni yer almaktadır. Alp (2021) ve üzerek (2020) de benzer şekilde problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordadığını tespit etmiştir. Whisman ve Baucom (2012) ise evlilik doyumunu düşük olan bireylerin problem çözme becerilerinin de düştüğünü vurgulamaktadır. Bir başka araştırma sonucuna göre de problem çözme becerilerinin yetersiz kalması çiftlerin sorunları aşamamasına ve dolayısıyla evlilik doyumlarının düşmesine neden olmaktadır (Kiecolt-Glaser ve Newton, 2001). Dede (2020) da evlilik doyumunu ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmektedir.

Ayrıca cinsel yaşam ile evlilik doyumunu arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda ise bireylerin cinsel yaşamlarının tatmin edici olmasının evlilik doyumlarını da arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Ak, 2022; ağ ve Yıldırım, 2018; Dede, 2020; McNulty ve diğerleri, 2014; Rabuş, 2022; Whisman ve Baucom, 2012). ağ ve Yıldırım (2018), çiftlerin cinsel yaşamlarından memnun olmalarının hem kadınlarda hem erkeklerde evlilik doyumunu arttırdığını belirtmektedir. Başka bir araştırmada da benzer şekilde evlilik doyumunu ile cinsel yaşam arasında pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır (Ak, 2022; McNulty ve diğerleri, 2014; Rabuş, 2022). Whisman ve Baucom (2012) da cinsel yaşamı sağlıklı olmayan çiftlerin evlilik doyumlarının düştüğünü vurgulamaktadır. Dede (2020) da evlilik doyumunu ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmektedir.

Evlilik doyumunu ile etkili iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireyin etkili iletişim becerilerine sahip olmasının evlilik doyumunu arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Buluş ve Bağcı, 2016; alık, 2022; Seider ve diğerleri, 2009). Buluş ve Bağcı (2016), evlilik doyumunu ile etkili iletişim becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu; ayrıca etkili iletişim becerilerinin evlilik doyumunu %21 oranında yordadığını ifade etmektedir. Seider ve diğerleri (2009) de çiftlerin sen dili yerine biz dilini kullanmalarının evlilik doyumlarını arttıracığını belirtmektedir. Ancak alık'ın (2022) araştırmasında iletişim becerileri ile evlilik doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Evlilik doyumunu ile öz-şefkat arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireylerin öz şefkati ile evlilik doyumlarının ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Aras, 2021; Büber, 2022; Salebci, 2020; Terzi, 2015; Tüfek, 2023). Büber (2022), kadınlarda babaya bağlanma stillerinin evlilik doyumuna etkisini öz-şefkat aracılığıyla incelemiştir. Araştırma sonucuna göre kadınların babalarına güvenli bağlandığı takdirde evliliklerinden daha fazla doyum elde ettikleri söylenmektedir. Terzi (2015) de benzer şekilde hem kadınların hem erkeklerin öz-

şefkate sahip olmalarının evlilik doyumları ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Aras (2021), Salebci (2020) ve Tüfek (2023) de evlilik doyumu ile öz şefkatin ilişkili olduğunu belirtmektedir.

Ayrıca psikolojik dayanıklılık ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda ise bireylerin psikolojik dayanıklılığının yüksek olmasının evlilik doyumlarını da arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Bradley ve Hojjat, 2017; Köseoğlu, 2021; Öziş, 2016), bilişsel süreçler (Aras, 2020; Bolat, 2016; Kervancıoğlu, 2016; Sarı, 2012; Şahin, 2021; Toksöz, 2018; Yalçın Koçkan, 2015). Köseoğlu (2021), evlilik doyumu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu vurgulamaktadır. Bradley ve Hojjat (2017) ve Öziş (2016) evlilik doyumu ile psikolojik dayanıklılığın ilişkili olduğunu belirtmektedir.

Alanyazında bilişsel süreçlerin evlilik doyumu üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Aras, 2020; Bolat, 2016; Kervancıoğlu, 2016; Sarı, 2012; Şahin, 2021; Toksöz, 2018; Yalçın Koçkan, 2015). Sarı (2012) otomatik düşüncelerin evlilik doyumu üzerindeki etkisini araştırdığı çalışmasında otomatik düşüncelerin evlilik doyumunu olumsuz etkilediğini tespit etmiştir. Toksöz (2018) de bilişsel esneklik ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiş; bilişsel esnekliğe sahip bireylerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Uyumsuz şemaların evlilik doyumuna olan etkisinin incelendiği çalışmada ise uyumsuz şemaların evlilik doyumuyla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Bolat, 2016). Bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumunu olumsuz etkilediğini gösteren araştırmalar da mevcuttur (Aras, 2020; Kervancıoğlu, 2016; Şahin, 2021; Yalçın Koçkan, 2015).

Alanyazında kişilik özelliklerinin evlilik doyumu üzerinde etkili olup olmadığına dair farklı sonuçlar bulunmaktadır (Aksoy, 2017; Fincham ve Bradbury, 1992; Çapkın, 2012; Erişti, 2010; Feeney, 2002; Tolan, 2015; Tuzcu, 2017; Uçak, 2015; Villa ve Del Prette, 2013). Feeney'ye (2002) göre suçlayıcı ve eleştirel davranışlar evlilik doyumunu olumsuz etkilemektedir. Fincham ve Bradbury (1992) de olumsuz davranışa olumsuz şekilde karşılık veren çiftlerin daha mutsuz olduğunu dolayısıyla evlilik doyumlarının da düşük olduğunu vurgulamaktadır. Aksoy (2017) ise eşlerin sorumluluk sahibi, iş birlikçi ve uyumlu kişiliğe sahip olmasının evlilik doyumunu arttırdığını; olumsuz kişilik özelliklerinin evlilik doyumunu azalttığını söylemektedir. Çapkın (2012) duygusal kıskançlığın evlilik doyumunu etkilediğini vurgulamaktadır. Tolan (2015) da evlilik doyumu ile olumsuz kişilik özellikleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmektedir. Uçak'a (2015) göre

evlilik doyumu ile vicdanlılık arasında pozitif; Tuzcu'ya (2017) göre evlilik doyumu ile nevroitiklik arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır. Villa ve Del Prette (2013) tarafında yürütülen bir çalışmada, bireylerin partnerleriyle empati kurma düzeyleri arttıkça evlilik doyumlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Ancak Erişti'ye (2010) göre evlilik doyumu ile kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Alanyazında dindarlığın evlilik doyumu üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Balcı Arvas, 2017; Büyük, 2019; Hünler, 2002; Schramm ve diğerleri, 2012; Ürkmez, 2005; Yılmaz, 2018). Hünler (2002), dindarlığın evlilik doyumunda anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ifade etmektedir. Balcı Arvas (2017) da dindarlığın evlilik doyumunu yordadığını belirtmektedir. Ürkmez (2005) çiftlerin dindarlık düzeylerinin eşit olmasının evlilik doyumunu olumlu etkilediğini belirtmektedir. Benzer şekilde Schramm ve diğerleri (2012) de eşlerin benzer düzeyde dini değerlere sahip olmasının evlilik doyumunu arttırdığını tespit etmiştir. Yürütülen başka çalışmalar ise çiftlerin evlilik doyumu ile dindarlık arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Büyük, 2019; Yılmaz, 2018).

Alanyazında evlilik biçiminin evlilik doyumu üzerinde etkili olup olmadığına dair farklı sonuçlar bulunmaktadır (Arif ve Fatima, 2015; Berk, 2009; Çimen, 2007; Gündoğdu, 2007; Güngör Houser, 2009; Kanburoğlu, 2019; Kubat, 2012; Kublay ve Oktan, 2015; Öztahtacı, 2017; Tümöz, 2018; Zeytinoğlu, 2013; Xiaohe ve Whyte, 1990). Arif ve Fatima (2015), aşk evliliği yapan kişilerin görücü usulü evlenen kişilere göre daha düşük evlilik doyumu yaşadıkları sonucuna ulaşmıştır. Güngör Houser (2009) ise birisinin aracılığıyla evlenen kadınların evlilik doyumlarının kendi istediği kişiyle evlenen kadınların evlilik doyumlarına göre daha düşük olduğunu belirtmektedir. Yürütülen başka araştırmalarda da partnerini kendi seçen bireylerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu vurgulanmaktadır (Çimen, 2007; Kanburoğlu, 2019; Xiaohe ve Whyte, 1990). Ancak alanyazında evlilik doyumu ile evlilik biçimi arasında anlamlı ilişki saptanamayan araştırmalara da rastlanmaktadır (Berk, 2009; Gündoğdu, 2007; Kubat, 2012; Kublay ve Oktan, 2015; Öztahtacı, 2017; Tümöz, 2018; Zeytinoğlu, 2013).

Evlilik doyumu ile eş desteği arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireylerin eşlerinden gördükleri destek arttıkça evlilik doyumlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Brock ve Lawrence, 2009; Cobb ve diğerleri, 2001; Kabasakal ve Soylu, 2016; Keçebaş, 2020; Yedirir ve Hamarta, 2015). Kabasakal ve Soylu'nun (2016) evlilik doyumu ile eş desteği arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmasında, eş desteği ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Cobb ve diğerleri (2001), evlilik doyumu ile eş desteği

arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu savunmaktadır. Yedirir ve Hamarta'ya (2015) göre de benzer şekilde bireylerin eşlerinden gördükleri destek evlilik doyumlarını olumlu etkilemektedir. Bir diğer araştırma sonuçlarına göre de çiftler arasındaki desteğin azalması evlilik doyumlarını da düşürmektedir (Brock ve Lawrence, 2009; Keçebaş, 2020).

Evlilik doyumu ile çocuk sayısı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireylerin sahip oldukları çocuk sayısı arttıkça evlilik doyumlarının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Callan, 1983; Çağ ve Yıldırım, 2018; Foster ve diğerleri, 2003; Gaygusuz Daşdemir, 2021; Glenn, 1991). Callan'ın (1983) çalışmasında evlilik doyumunun çocuk sahibi olmakla ilişkili olduğu bulunmuş ve çocuk sayısı arttıkça evlilik doyumu azaldığı ortaya konmuştur. Benzer şekilde Glenn (1991) de evlilik doyumu ile çocuk sahibi olma arasındaki ilişkiyi incelemiş ve araştırma sonucunda çocuğu olmayan çiftlerin çocuğu olan çiftlere göre daha yüksek evlilik doyumu yaşadığı sonucuna varılmıştır. Foster ve diğerleri (2003)'nin araştırmasında da bu iki çalışma sonuçlarına paralel bir şekilde az çocuklu çiftlerin evlilik doyumlarının çok çocuklu çiftlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yapılan başka bir çalışmada, çocuk sahibi olmayan bireylerin en yüksek evlilik doyuma sahip olduğu, ilk çocuktan sonra evlilik doyumunun düşmeye başladığı saptanmıştır. Ayrıca erkeklerin evlilik doyumlarının üçüncü çocuktan sonra arttığı, kadınların ise çocuk sahibi olmaya başladıktan sonra evlilik doyumlarının çocuk sayısı ile paralel bir şekilde azaldığı vurgulanmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2018). Tüm bu araştırmalardan farklı olarak Gaygusuz Daşdemir (2021) ise evlilik doyumu ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığını savunmaktadır.

Alanyazında ekonomik durumun evlilik doyumu üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Archuleta ve diğerleri, 2011; Çağ ve Yıldırım, 2018; Çelik ve Tümkeya, 2012; Polat, 2006). Archuleta ve diğerleri (2011), daha az maddi sıkıntı yaşayan bireylerin evlilik doyumlarının yüksek olduğunu belirtmektedir. Polat'ın (2006) yürüttüğü çalışmada da evlilik doyumu ile ekonomik durum arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Eşlerin aile gelirine olan katkısının evlilik doyumuna olan etkisinin incelendiği araştırmada ise aynı oranda katkı sağlayan çiftlerin diğerlerine göre evliliklerinden daha yüksek doyum elde ettiği sonucuna ulaşılmıştır (Çağ ve Yıldırım, 2018). Çelik ve Tümkeya (2012) da ekonomik olarak problem yaşamayan çiftlerin evlilik doyumlarının yüksek olduğunu vurgulamaktadır.

Alanyazında evlilik süresinin evlilik doyumu üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2018; Jose ve Alfons, 2007; Taşköprü, 2013; Toprak Gültekin, 2019). Çağ ve Yıldırım (2018), evliliğinin başında olan çiftlerin evlilik doyumunu

en üst düzeyde yaşadığını tespit etmiştir. Bir başka çalışmada ise eşlerin evlilik doyumlarının bazı sorunların aşılmasıyla evliliklerinin otuzuncu yılından sonra arttığı bulunmuştur (Jose ve Alfons, 2007).

Alanyazında sosyal medya bağımlılığının evlilik doyumu üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Block, 2008; Dalan, 2020; Kerkhof ve diğerleri, 2011; Suler, 2005; Tozan, 2019). Dalan (2020), evlilik doyumu ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu; evlilik doyumunun sosyal medya bağımlılığını %41,1 oranında yordadığını tespit etmiştir. Tozan (2019) ise bireylerin sosyal medyada geçirdikleri zamanı ailelerine ayırdıklarında evlilik doyumlarının artacağını ifade etmektedir. Alanyazında bu araştırmalarla paralel sonuçlara ulaşılan başka araştırmalar da mevcuttur (Block, 2008; Kerkhof ve diğerleri, 2011; Suler, 2005).

Evlilik doyumu ile depresyon arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireylerin depresyon düzeyleri arttıkça evlilik doyumlarının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Bowling ve Kirkendall, 2012; Demirtaş, 2021; Öz, 2019; Öztahtacı, 2017; Polatoğlu, 2022; Sandberg ve diğerleri, 2012; Tarı, 2022; Taşdemir, 2014; Yıldız, 2018). Yıldız (2018) depresyon düzeyinin düşmesiyle evlilik doyumunun arttığını belirtmektedir. Tarı (2022) depresyonun evlilik doyumunu düşürdüğünü ifade etmektedir. Ayrıca çalışmada yalnızlık, depresyon ve anksiyetenin evlilik doyumunu %18 oranında yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Polatoğlu (2022) da benzer şekilde çiftlerin evlilik doyumlarının artmasının depresyon belirtilerini azalttığını vurgulamaktadır. Bowling ve Kirkendall (2012), Öz (2019), Öztahtacı (2017), Sandberg ve diğerleri (2012) ve Taşdemir (2014) de evlilik doyumu ile depresyon arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu söylemektedir. Son olarak evlilik doyumu ile depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen Demirtaş (2021), depresyonun evlilik doyumunu %1 oranda yordadığını ifade etmektedir.

Alanyazında bağlanma stillerinin evlilik doyumu üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Altun, 2015; Çelebi, 2021; Erdoğan Taycan ve Çepik Kuruoğlu, 2014; Gaygusuz Daşdemir, 2021; Gündoğan, 2015; Girgin, 2018; Keçebaş, 2020; Kılıç, 2017; Muşdal Çelebi, 2019; Nazlı, 2019; Öztahtacı, 2017; Saraç, 2021; Sarı, 2012; Sığırcı, 2010; Taş, 2016; Toprak Ayyıldız, 2020; Turanlı, 2010; Uluyol, 2014). Girgin (2018) yürüttüğü çalışmada kaçınan bağlanmanın evlilik doyumunu anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Altun (2015), kaçınan bağlanan kişilerin evlilik doyumlarının düşük olduğunu tespit etmiştir. Çelebi (2021) ise güvenli bağlanan bireylerin evlilik doyumunun yüksek olduğunu belirtmektedir. Gaygusuz Daşdemir (2021) bağlanma stillerinin evlilik

doyumunu yordama gücünü incelediği çalışmasında, bağlanma stillerinin evlilik doyumunu %2 oranında yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Bir başka çalışmada ise saplantılı bağlanma stili evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilediği ifade edilmektedir (Keçebaş, 2020). Ayrıca evlilik doyumunu üzerinde bağlanma stillerinin etkili olduğunu ifade eden birçok çalışma da mevcuttur (Kılıç, 2017; Muşdal Çelebi, 2019; Nazlı, 2019; Öztahtacı, 2017; Saraç, 2021; Sarı, 2012; Taş, 2016; Toprak Ayyıldız, 2020). Bazı araştırmalarda da bireyin kaygılı ve kaçınan bağlanmasının içine kapanmasına ve eşiyle iletişim kurmaktan çekinmesine sebep olacağı, bu durumun da evlilik doyumunu düşüreceği sonucuna ulaşılmıştır (Erdoğan Taycan ve Çepik Kuruoğlu, 2014; Gündoğan, 2015; Sığırcı, 2010; Turanlı, 2010; Uluyol, 2014).

Alanyazında temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunu üzerinde etkili olduğunu belirten az sayıda araştırma bulunmaktadır (Besharat ve diğerleri, 2018; Ger, 2020; Güleç, 2020; Naemi, 2018). Besharat ve diğerleri (2018), temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının evlilik doyumunu etkilediğini belirtmektedir. Naemi (2018) de temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunu pozitif yönde etkilediğini; özerklik ve ilişkili olma ihtiyacının evlilik doyumunu yordadığını belirtmektedir. Güleç (2020) ise temel psikolojik ihtiyaçların romantik ilişkilerde doyumunu yordadığını ifade etmektedir. Ger'in (2021) araştırmasında, kadınların hatırladıkları anne-baba kabul-reddi ile evlilik doyumunu arasındaki ilişkide; erkeklerin ise sadece hatırladıkları baba kabul-reddi ile evlilik doyumunu arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların tam aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Evlilik doyumuyla ilgili son yıllarda yapılan araştırmalar incelendiğinde; evlilik doyumunun en çok psikolojik iyi oluş, problem çözme becerileri, cinsel yaşam kalitesi, etkili iletişim becerileri, öz-şefkat, psikolojik dayanıklılık, bilişsel süreçler, kişilik özellikleri, dindarlık, evlenme biçimi, eş desteği, çocuk sayısı, ekonomik durum, evlilik süresi, sosyal medya bağımlılığı, bağlanma stilleri ve depresyon gibi kavramlarla birlikte çalışılmıştır. Temel psikolojik ihtiyaçlar değişkeninin ise evlilik doyumunu ile birlikte çalışıldığı sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde evlilik uyumu ile evlilik doyumunu kavramlarının aynı anlamda kullanıldığı tespit edilmiştir (Gökmen, 2001; İmamoğlu, 1995). Temel psikolojik ihtiyaçlar ile evlilik uyumu kavramının birlikte çalışıldığı araştırmalar olduğu görülmüştür (Candemir Karaburç, 2017; Kulaber Demirci, 2019). Alanyazında temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunu ile ilişkisini ele alan az sayıda çalışma bulunmaktadır.

Evlilik doyumunun bireylerin mutluluğunu ve evlilik yaşantısını önemli düzeyde etkilediği söylenebilir. Birey evliliğinden memnun olduğunda hayatın her alanında daha pozitif ve

retken olabilir. Bu bağlamda evlilik doyumu üzerine çalışmalar yapılmasının alanyazına katkı sağlayacağı düşünülebilir.

2.3.2. Temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilgili yapılan araştırmalar

Alanyazında temel psikolojik ihtiyaçlar üzerine yapılan çalışmalarda, temel psikolojik ihtiyaçlar; iyi oluş (Acun, 2018; Chen, Jing, Hayes ve Lee, 2013; Chirkov, Ryan, Kim ve Kaplan, 2003; Cihangir ankaya, 2009; Gn, 2022; Gündoğdu ve Yavuzer, 2012; İlhan ve zbay, 2010; Patrick ve diğerleri, 2007; Vansteenkiste ve Ryan, 2013), spor yapma (Atıcı, 2023; Balaguer ve diğerleri, 2012; ırak, 2017; Kılınç ve Gürer, 2019; Kirkland, Karlin, Stellino ve Pulos, 2011; şirin, 2023), sosyal medya bağımlılığı (Andreassen, 2015; Banyai ve diğerleri, 2017; Bozkurt, 2021; Erdem, 2022; Ferrell, 2011; Kürker, 2021; Masur, Reinecke, Ziegele ve Quiring, 2014; Sevinçli ve Eğer Aydoğmuş, 2022), yaşam doyumu (Biçener, 2020; Ger, 2021; Wang ve diğerleri, 2021; Nishimura ve Suzuki, 2016; Philippe, Koestner, Beaulieu Pelletier ve Lecours, 2011; Ryan, Lynch, Vansteenkiste ve Deci, 2011; şimşek ve Koydemir, 2012; Yarkın, 2014), ilişki doyumu (Deci, La Guardia, Moller, Scheiner ve Ryan, 2006; Karamehmetoğlu emberci, 2019; Ryan ve diğerleri, 2011; Yarkın, 2014), problemli internet kullanımı (Anderson, 2018; Balkaya etin, 2014; Bayoğlu, 2019; Candemir Karacaburç, 2017; alışkan, 2023; Dursun ve Eraslan apan, 2018; Okur, 2019; Sevinçli ve Eğer Aydoğmuş, 2022; Stepanikova, Nie ve He, 2010; Vansteenkiste ve Ryan, 2013; Zhao, Lu, Wang ve Huang, 2011), zorbalık (alık, zbay, zer, Kurt ve Kandemir, 2009; Emiroğlu, 2018; Eşici, 2014; Gök, 2017; Inguglia, Ingoglia, Liga, Lo Coco ve Lo Cricchio, 2014; Kışlal, 2022; şahin ve Korkut Owen, 2009; Tuğran, 2020), bağlanma stilleri (Fraley, Heffernan, Vicary ve Brumbaugh, 2011; Karataş, 2016; Leak ve Cooney, 2001; Ryan ve Deci, 2000; Wei, Shaffer, Young ve Zakalik, 2005; Yeter, 2016), egzersiz bağımlılığı (Arayıcı, 2020; Berczik ve diğerleri, 2012; Cicioğlu, Demir, Bulęay ve etin, 2019; Demir ve Türkeli, 2019; Güler, 2020; Kaşka, 2022), nomofobi (Aşık, 2018; Gnl, 2021; Maeng ve Arbeau, 2018; Mert, ağlayan ve Akgl, 2018; Yıldıırım, 2019), mizah tarzları (DiDomenico, 2012; Fidanoğlu, 2006; Kulaber Demirci, 2019) ve yaşamda anlam (Alparslan, Yastioğlu, Işık ve arıkı zgl, 2022; alışkan, 2023; Eakman, 2013; Steger, Kashdan, Sullivan ve Lorentz, 2008) gibi kavramlarla birlikte çalışılmıştır.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ile iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları karşılandıkça iyi oluş düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Acun, 2018; Chen, Jing, Hayes ve Lee, 2013; Chirkov, Ryan, Kim ve Kaplan, 2003; Cihangir ankaya, 2009; Gn, 2022; Gündoğdu ve Yavuzer, 2012; İlhan ve zbay, 2010; Patrick ve diğerleri, 2007; Vansteenkiste ve Ryan, 2013). Gn (2022), temel psikolojik ihtiyaçların mental iyi oluş üzerine etkisini incelediği çalışmasında, mental iyi oluş ile temel psikolojik ihtiyaç doymu arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Vansteenkiste ve Ryan (2013) da mental iyi oluş ile ihtiyaç doymu arasında pozitif bir korelasyon ortaya koymuştur. Chen ve diğerleri (2013)'nin yürüttüğü çalışmada psikolojik ihtiyaç doymunun mental iyi oluşu yordadığı ifade edilmektedir. Üniversite ğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ve temel psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada, öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının artmasıyla öznel iyi oluşlarının da arttığı bulunmuştur (Acun, 2018). Gündoğdu ve Yavuzer (2012) de niversite öğrencilerinden kadınların öznel iyi oluş düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Cihangir ankaya (2009), ğretmen adaylarının öznel iyi oluş ile psikolojik ihtiyaç doymu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda, temel psikolojik ihtiyaçların öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. İlhan ve zbay (2010) ise niversite ğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaç doymuları arttıkça öznel iyi oluş düzeylerinin de arttığı sonucunu ortaya koymuştur. Benzer şekilde Patrick ve diğerleri (2007) ihtiyaç doymu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, bireylerin ihtiyaç doymu noktasında tatmine ulaştıklarında öznel iyi oluşlarının da artacağı sonucuna ulaşılmıştır. Chirkov ve diğerleri (2003) dört farklı kültürde yürüttüğü araştırmada katılımcıların özerklik ihtiyacının giderilmesiyle öznel iyi oluş düzeylerinin arttığını ifade etmiştir. Sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ile öznel iyi oluşlarının değerlendirildiği çalışmada, temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan sporcuların öznel iyi oluşları etkilenmekte ve bu etki pozitif yönde olmaktadır (etin, 2017). Evli bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada ise özerklik ihtiyacının psikolojik iyi oluşu yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Beleci, 2022).

Alanyazında spor yapmanın temel psikolojik ihtiyaçlar üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Atıcı, 2023; Balaguer ve diğerleri, 2012; ırak, 2017; Kılınç ve Gürer, 2019; Kirkland ve diğerleri, 2011; şirin, 2023). Atıcı (2023) ortaöğretim ğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasında motor beceri düzeylerinin etkili olduğunu belirtmektedir. Çırak (2017) ise bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarını

karşılanmasının spor yapmaktan geçtiğini vurgulamaktadır. Kılınç ve Gürer (2019) da doğa sporlarının temel psikolojik ihtiyaç doyumunu arttırdığını söylemektedir. Lise öğrencilerinin beden eğitimi dersine olan tutumlarını ve temel psikolojik ihtiyaçlarını inceleyen Şirin (2023), öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi arttıkça beden eğitimi dersine olan pozitif tutumlarının da arttığını; temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin beden eğitimi dersine olan tutumlarını %19 oranında yordadığını ifade etmektedir. Balaguer ve diğerlerine (2012) göre bireyin özerklik ihtiyacını karşılayabileceği bir ortamda spor yapması ihtiyaç doyumunu açısından iyi sonuçlar almasını sağlayacaktır. Kirkland ve diğerleri (2011) de egzersiz yapan bireylerin yapmayanlara göre temel psikolojik ihtiyaçlarını daha fazla doyurduklarını ifade etmektedir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları karşılandıkça sosyal medya bağımlılığı puanlarının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Andreassen, 2015; Banyai ve diğerleri, 2017; Bozkurt, 2021; Erdem, 2022; Ferrell, 2011; Kürker, 2021; Masur ve diğerleri, 2014; Sevinçli ve Eger Aydoğmuş, 2022). Üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, özerklik ihtiyacının sosyal medya bağımlılığını %13,9 oranında yordadığı saptanmıştır (Erdem, 2022). Ferrell (2011), temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan bireylerin sosyal medyada geçirdikleri zamanın azaldığını belirtmektedir. Masur ve diğerleri (2014) tarafından yürütülen çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlar ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonuçları doğrultusunda bireyin temel psikolojik ihtiyaçları giderilmediği takdirde eksikliği gidermek amacıyla yeni ortam arayışına girdiği ve bu davranışın sosyal medya bağımlılığına sebebiyet verdiği söylenebilir. Bozkurt (2021) üniversite öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlar ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişki bulmuştur. Öğretmen adaylarının katılımıyla gerçekleştirilen çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlarının doyurulmamasının sosyal medya bağımlılığını arttırdığı ifade edilmektedir (Kürker, 2021). Alanyazında temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi arttıkça sosyal medya bağımlılığının düştüğünü savunan birçok çalışma vardır (Andreassen, 2015; Banyai ve diğerleri, 2017).

Alanyazında temel psikolojik ihtiyaçların yaşam doyumunu üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalarda bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları karşılandıkça yaşam doyumunu düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Biçener, 2020; Ger, 2021; Wang ve diğerleri, 2021; Nishimura ve Suzuki, 2016; Philippe ve diğerleri, 2011; Ryan ve diğerleri, 2011;

Şimşek ve Koydemir, 2012; Yarkın, 2014). Ger (2021)'in araştırmasında, kadınların hatırladıkları anne-baba kabul-reddi ile; erkeklerinse sadece hatırladıkları baba kabul-reddi ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların tam aracılık ettiği belirtilmektedir. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolünü inceleyen Biçener (2020), temel psikolojik ihtiyaçların yaşam doyumu ile kişilik özelliklerinden özdenetim ve uyumluluk arasında güçlü bir aracı rol üstlendiğini saptamıştır. Şimşek ve Koydemir (2012) tarafından yürütülen çalışmada da kişilik özellikleri ile yaşam doyumu, temel psikolojik ihtiyaçlar bağlamında ilişkili bulunmuştur. Nishimura ve Suzuki (2016), yaşam doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında ilişki olduğunu tespit etmiştir. Philippe ve diğerleri (2011) de temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasıyla yaşam doyumu arasında pozitif yönlü ilişki bulmuştur. Wang ve diğerleri (2021)'nin psikolojik ihtiyaçların karşılanması ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi mükemmellik çabaları açısından değerlendirdiği çalışmanın bulguları, yaşam doyumu ile mükemmeliyetçilik çabaları arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğunu; ayrıca mükemmellik çabalarının, psikolojik ihtiyaçlar ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi açıklamada önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Yarkın (2014)'in çalışmasında temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin yaşam doyumuna olan etkisi incelenmiştir. Araştırma bulguları, özerklik ihtiyacı karşılandıkça yaşam doyumunun da arttığını göstermektedir. Ryan ve diğerleri (2011) de yaşam doyumunda özerklik ihtiyacının daha büyük öneme sahip olduğunu vurgulamaktadır. Okur (2019) lise öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlar ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit etmiştir.

Alanyazındaki temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları karşılandıkça ilişki doyumlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Cihangir Çankaya, 2009; Deci ve diğerleri, 2006; Karamehmetoğlu Çemberci, 2019; Ryan ve diğerleri, 2011; Yarkın, 2014). Karamehmetoğlu Çemberci (2019) yürüttüğü çalışmada kadınların ilişkili olma ve yeterli ihtiyaçlarının; erkeklerinse özerklik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının karşılanmasının ilişki doyumunu arttırdığını tespit etmiştir. Cihangir Çankaya (2009)'ya göre de kadınların ilişkili olma ihtiyacının karşılanması ilişki doyumunu daha fazla arttırmaktadır. Ryan ve diğerleri (2011) ise ilişkili olma ve yeterli ihtiyacından ziyade özerklik ihtiyacının karşılanmasının ilişki doyumuyla ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Bu araştırma sonucuna benzer şekilde Yarkın (2014) da özerklik ihtiyacı ile ilişki doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki bulmuştur. Öz

Belirleme Kuramı bağlamında yürütülen başka bir araştırmada, özerklik ihtiyacının doyurulmasıyla çift uyumunun ve ilişki doyumunun artacağı tespit edilmiştir (Deci ve diğerleri, 2006).

Alanyazında problemli internet kullanımının temel psikolojik ihtiyaçlar üzerinde etkili olup olmadığına dair farklı sonuçlar bulunmaktadır (Anderson, 2018; Balkaya Çetin, 2014; Bayoğlu, 2019; Candemir Karacaburç, 2017; Çalışkan, 2023; Dursun ve Eraslan Çapan, 2018; Okur, 2019; Sevinçli ve Eğer Aydoğmuş, 2022; Stepanikova, Nie ve He, 2010; Vansteenkiste ve Ryan, 2013; Zhao, Lu, Wang ve Huang, 2011). Çalışkan (2023) üniversite öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlar ile problemli internet kullanımı arasında negatif yönlü bir ilişki bulmuştur. Candemir Karacaburç (2017) da evli bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları karşılanmazsa problemli internet kullanımı davranışlarının artış gösterdiğini ifade etmektedir. Sevinçli ve Eğer Aydoğmuş (2022)'un yaptığı çalışmada video oyunlarının temel psikolojik ihtiyaç doyumuna olan etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda bireylerin video oyunları oynayarak psikolojik ihtiyaçlarını karşıladığı belirtilmektedir. Bireyin oyun içindeki dönütlerle özerklik ihtiyacını; bölümleri geçerek yeterlik ihtiyacını, bir grupta birlikte oynayarak da ilişkili olma ihtiyacını karşıladığı tespit edilmiştir. Bir başka araştırmada da bireylerin online oyun oynayarak temel psikolojik ihtiyaçlarını karşıladığı vurgulanmaktadır (Vansteenkiste ve Ryan, 2013). Okur (2019) lise öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlar ile problemli internet kullanımı arasında negatif yönlü bir ilişki tespit etmiştir. Balkaya Çetin (2014) ve Stepanikova ve diğerleri (2010) de problemli internet kullanımının temel psikolojik ihtiyaçları olumsuz etkilediğini ifade etmektedir. Benzer şekilde iki değişkenin ilişkili olduğunu gösteren birçok çalışma mevcuttur (Anderson, 2018; Bayoğlu, 2019; Dursun ve Eraslan Çapan, 2018; Zhao ve diğerleri, 2011). Canoğulları ve Güçray (2017) ise problemli internet kullanımı ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı bir ilişki saptayamamıştır.

Alanyazında zorbalığın temel psikolojik ihtiyaçlar üzerinde etkili olup olmadığına dair farklı sonuçlar bulunmaktadır (Çalık, Özbay, Özer, Kurt ve Kandemir, 2009; Emiroğlu, 2018; Eşici, 2014; Gök, 2017; Inguglia ve diğerleri, 2014; Kışlal, 2022; Şahin ve Korkut Owen, 2009; Tuğran, 2020). Tuğran (2020) lise öğrencilerinin ilişkili olma ihtiyacının zorbalık davranışını yordadığını belirtmektedir. Başka bir deyişle, bireylerin ilişkili olma ihtiyacı karşılandıkça zorba ya da mağdur olma ihtimali azalmaktadır. Çalık ve diğerlerine (2009) göre ise temel psikolojik ihtiyaçlar ile zorbalık davranışı arasında bir ilişki yoktur. Gök (2017) zorbalık davranışını cinsiyete göre değerlendirmiş, erkeklerde özerklik ve ilişkili

olma ihtiyacının karşılanmamasının; kadınlarda ise sadece özerklik ihtiyacının karşılanmamasının zorbalık davranışını tetiklediği sonucuna ulaşmıştır. Kışlal (2022) lise öğrencilerinde zorbalık mağduriyetinin yordayıcılarını belirlemek için yaptığı araştırmada temel psikolojik ihtiyaçların zorbalık mağduriyetini yordadığını tespit etmiştir. Şahin ve Korkut Owen (2009) da zorbalık davranışı üzerinde özerklik ihtiyacının etkisinin olmadığını; ilişkili olma ve yeterlik ihtiyacının ise zorbalık davranışını etkilediğini ifade etmektedir. Ayrıca ilişkili olma ihtiyacının doyurulmamasının zorbalık davranışını arttırdığı da yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur (Emiroğlu, 2018; Eşici, 2014; Inguglia ve diğerleri, 2014).

Alanyazında bağlanma stillerinin temel psikolojik ihtiyaçlar üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Fraley ve diğerleri, 2011; Karataş, 2016; Leak ve Cooney, 2001; Ryan ve Deci, 2000; Wei ve diğerleri, 2005; Yeter, 2016). Karataş (2016) ergenlerde anneye kaçınan bağlanan bireylerin kimliklerini belirlemede temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolü olduğunu tespit etmiştir. Wei ve diğerleri (2005), yürüttüğü çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlarla bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Kaygılı ve kaçınan bağlanma stili temel psikolojik ihtiyaç doyurumunu olumsuz yönde etkilediğini tespit edilmiştir. Fraley ve diğerleri (2011) ise kaçınan bağlanan bireylerin daha çekingen ve içine kapanık olmasının sebebini temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmaması olarak görmektedir. Ryan ve Deci (2000) de güvenli bağlanan ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasından dolayı sağlıklı bir kişilik geliştireceklerini belirtmektedir. Üniversite öğrencilerinin katıldığı bir araştırmada, korkulu bağlanma stili ile yeterlik ihtiyacı arasında negatif; güvenli bağlanma stili ile özerklik, ilişkili olma ve yeterlik ihtiyacı arasında ise pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır (Yeter, 2016). Leak ve Cooney (2001) de benzer şekilde üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyinin artmasıyla güvenli bağlanmalarının da artacağını vurgulamaktadır.

Alanyazında egzersiz bağımlılığının temel psikolojik ihtiyaçlar üzerinde etkili olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Arayıcı, 2020; Berczik ve diğerleri, 2012; Cicioğlu ve diğerleri, 2019; Demir ve Türkeli, 2019; Güler, 2020; Kaşka, 2022). Güler (2020) bireyin egzersiz bağımlısı olmasında yeterlik ihtiyacını karşılanma arzusu olduğunu belirtmektedir. Ayrıca egzersizini kişisel eğitmen eşliğinde yapan bireylerin temel psikoloji ihtiyaçlarıyla egzersiz bağımlılıkları arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır. Arayıcı (2020)'ya göre egzersiz bağımlılığı riski taşıyan bireylerin temel psikolojik ihtiyaç doyumu puanları risk taşımayanlara göre çok daha düşüktür. Ayrıca araştırma sonucunda, temel psikolojik

ihtiyaçlar ile egzersiz bağımlılığı arasında negatif yönlü bir iliğki olduğu ve ihtiyaç doyumunun egzersiz bağımlılığını %17 oranında yordadığı ifade edilmektedir. Berczik ve diğerleri (2012) ise erkeklerin kadınlardan daha çok egzersiz bağımlılığı yağadığını belirtmektedir. Benzer ėekilde Cicioğlu ve diğerleri (2019) ve Demir ve Türkeli (2019) de arağtırmalarında egzersiz bağımlılığının erkekler lehine farklılağtığı sonucuna ulağmığtır. Kağka (2022) ise temel psikolojik ihtiyaçların karėılanmasının egzersiz bağımlılığını %32.7 oranında yordadığını ifade etmektedir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ile nomofobi arasındaki iliğkinin incelendiği arağtırmalarda bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları karėılandıka nomofobi belirtilerinin azaldığı sonucuna ulağılmığtır (Açık, 2018; Gnl, 2021; Maeng ve Arbeau, 2018; Mert ve diğerleri, 2018; Yıldıırım, 2019). Yıldıırım (2019) ergenlerle yürüttüğü alığmada nomofobi ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında negatif yönlü bir iliğki tespit etmiğtir. Aynı zamanda Mert ve diğerleri (2018) temel psikolojik ihtiyaçların yeterince karėılanamamasından dolayı nomofobi ile yağam doyumunu arasında olumsuz bir iliğki saptamığtır. Açık (2018) da benzer ėekilde psikolojik ihtiyaç doyumundaki artığın nomofobi belirtilerini azalttığını belirtmektedir. Gnl (2021) psikolojik ihtiyaçlar ile nomofobi arasında negatif bir iliğki bulunduğunu ifade etmektedir. Maeng ve Arbeau (2018)'ya göre ise nomofobi ile özerklik ve yeterli ihtiyaç arasında anlamlı bir iliğki bulunmaktadır.

Alanyazında mizah tarzlarının temel psikolojik ihtiyaçlar üzerinde etkili olduğunu belirten arağtırmalar bulunmaktadır (DiDomenico, 2012; Fidanoğlu, 2006; Kulaber Demirci, 2019). Kulaber Demirci (2019) evli bireylerle yürüttüğü alığmada temel psikolojik ihtiyaç doyumunu uyumlu mizah tarzlarının olumlu; uyumsuz mizah tarzlarının ise olumsuz yönde etkilediğini belirtmektedir. Fidanoğlu (2006) uyumlu mizah tarzlarının psikolojik ihtiyaçları karėılamada etkili olacağını belirterek evlilik uyumunu arttıracadıını ifade etmektedir. DiDomenico'ya (2012) göre uyumlu mizah tarzları evliliği, dolayısıyla ihtiyaç doyumunu olumlu etkilemektedir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ile yağamda anlam arasındaki iliğkinin incelendiği arağtırmalarda bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları karėılandıka yağamlarında anlam deneyimlerinin de arttığı sonucuna ulağılmığtır (Alparslan ve diğerleri, 2022; alığkan, 2023; Eakman, 2013; Steger ve diğerleri, 2008). alığkan (2023) yağamda anlam ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında olumlu bir iliğki olduğunu belirtmektedir. Steger ve diğerleri (2008) psikolojik ihtiyaçları doyurulan bireylerin yağamlarında anlam deneyimlerinin arttığını ifade etmektedir. Alparslan ve diğerleri (2022) de psikolojik ihtiyaçların karėılanma düzeyleriyle

yaşamda anlam değişkeni arasında pozitif ilişki bulmuş, bu durumun da psikolojik iyi oluşu arttırdığını saptamıştır. Eakman'ın (2013) yürüttüğü çalışmada tüm bu sonuçlara paralel olarak yaşamda anlam ile temel psikolojik ihtiyaçların anlamlı düzeyde ilişkili olduğu söylenmektedir.

Temel psikolojik ihtiyaçlarla ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde; genellikle çocuklar, ergenler ve üniversite öğrencileri üzerinde çalışmalar yürütüldüğü görülmektedir. Toplumu oluşturan ailenin ve özellikle aileyi oluşturan bireylerin sağlıklı bir şekilde hayatlarına devam edebilmeleri için evli bireyler üzerinde yapılacak çalışmaların önem arz ettiği ifade edilebilir. Evli çiftler de birbirlerinin psikolojik ihtiyaçlarını karşıladıkları düzeyde pozitif bir evlilik hayatı yaşayabilir. Bu sebeple evli bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların giderilmesine yönelik çalışmalar ile ilgili alanyazın taraması yapılmış ve sınırlı sayıda çalışmaya ulaşılmıştır. Bu bağlamda evli bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması üzerine çalışmalar yapılmasının alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın yöntemi

Bu araştırmada evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi ve evlilik doyumunu temel psikolojik ihtiyaçların yordama gücünün belirlenmesi amacıyla ilişkisel araştırma yöntemi kullanılmıştır. İlişkisel araştırma yöntemi, en az iki değişkenin birbiriyle olan istatistiksel ilişkilerini ve bu ilişkinin derecesini belirlemede kullanılan bir araştırma modelidir (Karasar, 2015).

3.2. Araştırmanın çalışma grubu

Araştırma verileri uygun örnekleme yoluyla elde edilmiştir. Uygun örnekleme, zaman ve maddi koşullar açısından verimliliği artırmak amacıyla örneklemin kolay ulaşılabilir çevrelerden oluşturulduğu bir örnekleme biçimidir (Büyüköztürk, 2012). Araştırmanın çalışma grubunu 299 evli birey oluşturmaktadır. Katılımcıların %58.9'unun kadın, %41.1'inin erkeklerden oluştuğu; %27.3'ünün 20-30, %38.7'sinin 31-40, %21'inin 41-50, %13'ünün 51 ve üzeri yaş aralığında yer aldığı görülmektedir. Ayrıca çalışma grubununun %33.3'ünün 1-5, %19'unun 6-10, %17.7'sinin 11-15, %12.3'ünün 16-20 ve %17.7'sinin 21 ve üzeri yıl evlilik süresine ve %30.1'inin 0, %24.3'ünün 1, %29.3'ünün 2, %16.3'ünün ise 3 ya da üzeri çocuğa sahip olduğu görülmektedir. Son olarak %22'sinin ortaokul ve altı, %78'inin lise ve üzeri eğitime sahip olan bireylerin %26'sının gelirinin giderinden az, %74'ünün ise gelirinin giderinden fazla olduğu tespit edilmiştir.

3.3. Veri toplama araçları ve veri toplama süreçleri

Gerekli etik izinler alınarak araştırmaya başlanmıştır. Araştırma için veriler toplanırken katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmış olup katılımcılara çalışmanın amacından

bahsedilmiştir. Araştırma verileri Google Forms ile toplanmıştır. Ölçme araçlarını doldurmaya ilişkin yönergeler de formlarda yer almaktadır. Araştırma verilerinin saklanacağı ve sadece bilimsel araştırmada kullanılacağı katılımcılara açıklandıktan sonra gönüllü olan 299 kişi ile çalışma başlatılmıştır.

Araştırmada evlilik doyumu ölçmek amacıyla “Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği”, temel psikolojik ihtiyaçları (yeterlik, özerklik, ilişkili olma) ölçmek için ise “İhtiyaç Doyumu Ölçeği” kullanılmıştır.

3.3.1. Evlilik yaşam doyumu ölçeği

Orijinali Ward, Lundberg, Zabriskie ve Berrett’e (2009) ait olan, Çelik (2014)’in geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını yaparak Türk kültürüne uyarladığı Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği (*Ek 2*), evli bireylerin evlilik yaşam doyumu düzeylerini belirlemeyi amaçlamaktadır. 5 maddeden oluşan ölçek, 7’li likert tipindedir. Ölçeğe verilen yanıtlar doyumsuzluktan doyum yönüne doğru 1 ile 7 arasında değişmektedir. Ölçek tek boyutludur ve toplam puan vermektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5 en yüksek puan 35’tir. Ölçekten alınan yüksek puan bireyin evlilik doyumunun ne derece yüksek olduğunu gösterirken alınan düşük puan ise evlilik doyumunun düşük olduğunu göstermektedir.

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin orijinalindekine benzer şekilde 5 maddeli tek boyutlu bir ölçek olacağı belirlenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ise ki-kare değerinin ($X^2 = 7.08$ SD = 5, $p = 0.21$) anlamlı, diğer uyum indekslerinin de (RMSEA = .03, AGFI = .97, NFI = .99, NNFI = 1.00, CFI = 1.00, IFI = 1.00, RFI = .99, GFI = .99 ve SRMR = .01) kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir. Ölçeğin güvenirliğinin tespiti için yapılan Cronbach Alpha formülü analizi sonucunda iç tutarlılık katsayısı .85 bulunmuştur. Bu değer ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayısının yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir (Çelik, 2014).

3.3.2. İhtiyaç doyumu ölçeği

Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen, Bacanlı ve Cihangir Çankaya’nın (2003) Türkçe’ye uyarladığı İhtiyaç Doyumu Ölçeği (*Ek 3*), katılımcının üç temel psikolojik

ihtiyacını ölçen 21 maddelik likert tipli bir ölçektir. Ölçek üç alt boyuttan oluşmaktadır: Özerklik, ilişkili olma ve yeterlik. Ölçekte özerklik alt boyutuna ait yedi, ilişkili olma alt boyutuna ait dokuz ve yeterlik alt boyutuna ait altı madde bulunmaktadır. Ölçek toplam puan vermekte olup tersine dönmüş ifadeleri de içermektedir. Katılımcıların ölçekten yüksek puan alması psikolojik ihtiyaçlarının doyurulduğunu, aldığı puanın düşmesi ise ihtiyaç doyumunun düştüğünü göstermektedir.

Bacanlı ve Cihangir Çankaya (2003) tarafından test tekrar test güvenilirliği için ölçek aynı kişilere iki hafta arayla iki kere uygulanmış, toplam ve alt boyutlarına ait iç tutarlık katsayıları ise Cronbach Alpha yöntemiyle hesaplanmıştır. Ölçeğin korelasyon değeri .89; alt boyutlarında özerklik için .82; ilişkili olma için .81; yeterlik için .80 bulunmuştur. İç tutarlık katsayılarının ise özerklik alt boyutu için .71; ilişkili olma alt boyutu için .74; yeterlik alt boyutu için .60 ve toplamda ölçek için ise .83 olarak bulunduğu söylenebilir. Ölçeğin madde toplam korelasyon değerleri ise .33 ile .64 arasında değişmektedir.

Ölçeğin geçerlik çalışmaları incelendiğinde; faktör analizi, ayırt edici geçerlik ve ölçüt geçerliği yöntemlerinin kullanıldığı tespit edilmiştir. Ölçeğin orijinalinde bulunan üç alt boyutunun geçerli olup olmadığını belirlemek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yöntemi kullanılmıştır. Ölçek hem iki hem de üç alt boyutta sınanmış fakat arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ölçeğin orijinaline sadık kalmak için ölçek üç alt boyutlu olarak kabul edilmiştir. Üç alt boyutlu modelin uyum istatistikleri; RMSEA: 0.07, GFI: 0.86, AGFI: 0.82, CFI: 0.82, NNFI: 0.80 şeklindedir. İstatistikler doğrultusunda; .30 ile .77 arasında değişen faktör yükleri, bütün değerlerin anlamlı olduğunu göstermektedir. Bir sonraki geçerlik analizi olan ayırt edici geçerlik analizi sonuçlarına göre; değerlerin 3.964 ile 11.454 arasında değiştiği ve tüm değerlerin anlamlı olduğu ortaya çıkmıştır. Son olarak ölçeğin ölçüt geçerliği analizinde, özerklik alt boyutu için Sosyotropi-otonomi Ölçeği'nin otonomi alt boyutu, ilişkili olma alt boyutu için UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Yeterlik alt boyutu için Genelleştirilmiş Öz-yetki Beklentisi Ölçeği kullanılmıştır. İhtiyaç Doyumu Ölçeği'nin Özerklik alt boyutu ile Sosyotropi-otonomi Ölçeği'nin Otonomi alt boyutu arasında .199, ilişkili olma alt boyutu ile UCLA Yalnızlık Ölçeği arasında -.705 ve Yeterlik alt boyutu ile Genelleştirilmiş Öz-yetki Beklentisi Ölçeği arasında ise .506'lık bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Bacanlı ve Cihangir Çankaya, 2003).

3.4. Verilerin analizi

299 evli bireyden elde edilen verilerin tamamı analize dahil edilmiştir. Araştırmanın analizleri SPSS 25 paket programı ile yapılmıştır. Verilerin analizi ölçek puanlarının ortalamaları alınarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Evlilik doyumunu temel psikolojik ihtiyaçların yordama gücü de çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Ayrıca cinsiyet ve çocuk sayısına göre evlilik doyumunun anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı t-testi ve tek yönlü varyans analizi ile belirlenmiştir.



BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Evlilik doyumu ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına ilişkin bulgular

Evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmış ve elde edilen bulgular Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1

Evlilik Doyumu ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler

Değişken	a	b	c	d
a: Evlilik Doyumu	1			
b: Özerklik	.337**	1		
c: Yeterlik	.278**	.695**	1	
d: İlişkili Olma	.249**	.663**	.684**	1

** $p < .01$

Tablo 1 incelendiğinde evlilik doyumu ile özerklik ihtiyacı ($r = .33, p < .01$), yeterlik ihtiyacı ($r = .27, p < .01$) ve ilişkili olma ihtiyacı ($r = .24, p < .01$) arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Aynı zamanda tabloda değişkenler arasındaki korelasyon değerinin .80’den düşük olması çoklu bağlantı problemi olmadığını göstermektedir (Büyüköztürk, 2023).

4.2. Evlilik doyumunun temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından yordanıp yordanmadığına ilişkin bulgular

Araştırmanın amacı kapsamında evli bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemek amacıyla Çoklu Doğrusal

Regresyon Analizi yapılmıştır. Regresyon analizi öncesi veriler regresyon analizi sayıltıları açısından incelenmiş olup daha sonrasında ortalama, standart sapma, çarpıklık, basıklık değerleri ve histogram grafiği birlikte değerlendirilmiştir. Çarpıklık değerlerinin -.40 ile .33, basıklık değerlerinin ise -.64 ile .18 arasında yer aldığı tespit edilmiştir. Bu değerlerin ise kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2023). Ayrıca VIF değerleri sırasıyla özerklik ihtiyacı için 2.21, yeterli ihtiyacı için 2.33 ve ilişkili olma ihtiyacı için 2.15 olarak; CI değerleri ise sırasıyla özerklik ihtiyacı için 15.98, yeterli ihtiyacı için 21.94 ve ilişkili olma ihtiyacı için 25.23 olarak tespit edilmiştir. VIF değerlerinin 10'dan; CI değerlerinin de 30'dan düşük olması veri setinin çoklu bağlantı problemi olmadığını göstermektedir (Albayrak, 2005; Büyüköztürk, 2023). Aynı zamanda Durbin-Watson değerinin .15 olduğu ve genellikle 1.5-2.5 civarında bir Durbin-Watson testi değeri otokorelasyon olmadığını göstermektedir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2023). Regresyon analizi sayıltılarına ilişkin bilgiler Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2

Regresyon Analizi Sayıltılarına İlişkin Sonuçlar

Değişken	N	En Düşük	En Yüksek	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık	VIF	CI	Durbin-Watson
Evlilik Doyumu	299	1.00	7.00	4.66	1.45	-.404	-.644		1.00	
Özerklik	299	2.00	5.00	3.47	.59	.330	-.077	2.218	15.98	.156
Yeterlik	299	2.00	5.00	3.48	.56	.229	.180	2.337	21.94	
İlişkili Olma	299	2.50	5.38	3.88	.53	.174	-.124	2.157	25.23	

Tablo 2 incelendiğinde araştırmada kullanılan veri setinin regresyon sayıltılarını karşıladığı görülmektedir. Bu bağlamda evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerini temel psikolojik ihtiyaçlar değişkeninin yordama düzeyi regresyon analizi ile incelenmiş olup sonuçlar Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3

Temel Psikolojik İhtiyaçların Evlilik Doyumunu Yordama Gücüne İlişkin Bulgular

	<i>B</i>	Standart Hata	β	<i>t</i>	<i>p</i>	Düzeltilmiş R^2	<i>F</i>
Sabit	1.503	.604		2.490	.013		
Özerklik	.662	.198	.273	3.349	.001	.108	13.057
Yeterlik	.199	.215	.078	.928	.354		
İlişkili Olma	.041	.221	.015	.188	.851		

Tablo 3 incelendiğinde temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumundaki varyansın %10'unu açıkladığı görülmektedir ($R^2 = .108$). Yordayan değerler tek tek incelendiğinde yalnızca özerklik ihtiyacının ($\beta = .27$, $t = 3.349$, $p < .01$) evlilik doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu, yeterlik ihtiyacının ($\beta = .07$, $t = .928$, $p > .05$) ve ilişkili olma ihtiyacının ($\beta = .01$, $t = .188$, $p > .05$) ise evlilik doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir.

4.3. Cinsiyet değişkenine göre evlilik doyumunun farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular

Evli bireylerde evlilik doyumunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem için *t*-testi yapılmıştır. Bu çerçevede öncelikle Levene testi ($F = 1.060$, $p = .304$) ile verilerin homojen dağılıma sahip olup olmadığı incelenmiş ve verilerin homojen dağılıma sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Daha sonra evlilik doyumunun cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı *t*-testi ile incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4

Evlilik Doyumunun Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

	Levene's Test		t-test			Grup İstatistikleri			
	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	df	<i>p</i>	Cinsiyet	<i>N</i>	$\bar{x}$	ss
Evlilik Doyumu	1.060	.304	-.715	297	.475	Kadın	177	4.61	1.481
						Erkek	122	4.73	1.404

Tablo 4 incelendiğinde evli bireylerin evlilik doyumu puan ortalamalarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir ($t = -.715, p > .05$).

4.4. Çocuk sayısı değişkenine göre evlilik doyumunun farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular

Evli bireylerde evlilik doyumunda çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve elde edilen bulgular Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5

Evlilik Doyumunun Çocuk Sayısına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

	<i>N</i>	$\bar{x}$	ss	Sh	Sd	<i>F</i>	<i>p</i>
Çocuk Yok	90	4.94	1.36	.14			
Tek Çocuk	72	4.82	1.36	.16			
İki Çocuk	88	4.48	1.61	.17	3/342	41.605	.00
Üç ya da Daha Fazla	49	4.21	1.34	.19			
Toplam	299	4.66	1.45	.08			

Tablo 5 incelendiğinde evli bireylerde evlilik doyumunun çocuk sayısı değişkenine göre anlamlı farklılaştığı görülmektedir ($F = 41.605, p < .05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla sosyal bilimlerde daha çok tercih edilen Scheffe testi yapılmış (Büyüköztürk, 2023) ve elde edilen bulgular Tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6

Çocuk Sayısı Değişkenine Ait Gruplar Arası Evlilik Doyumuna İlişkin Farklılığı Belirlemek İçin Yapılan Scheffe Testi sonucu

(I) Çocuk Sayısı	(J) Çocuk Sayısı	Ortalama Fark (I-J)	SH	p
Yok	Tek	.12000	.22645	.964
	İki	.45586	.21471	.214
	Üç ya da daha fazla	.73406*	.25426	.041
Tek	Yok	-.12000	.22645	.964
	İki	.33586	.22759	.537
	Üç ya da daha fazla	.61406	.26523	.150
İki	Yok	-.45586	.21471	.214
	Tek	-.33586	.22759	.537
	Üç ya da daha fazla	.27820	.25528	.756
Üç ya da daha fazla	Yok	-.73406*	.25426	.041
	Tek	-.61406	.26523	.150
	İki	-.27820	.25528	.756

Tablo 6 incelendiğinde çocuk sahibi olmayan evli bireylerin puan ortalamalarının üç ya da daha fazla çocuğa sahip olan evli bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç ve tartışma

Çalışmanın bu bölümünde araştırma bulguları ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

5.1.1. Evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Mevcut çalışmada evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Analiz sonuçlarında ise evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçların alt boyutları olan özerklik, ilişkili olma ve yeterlik ihtiyacı arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda evlilik doyumu ölçeğinden yüksek puan alanların ihtiyaç doyumu ölçeğinden de yüksek puan aldığı söylenebilir. Başka bir deyişle bireyin temel psikolojik ihtiyaçları karşılandığında evlilik doyumu da artabilir. Alanyazın incelendiğinde, evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçların birlikte çalışıldığı az sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Naemi (2018) öğretmenlerle yürüttüğü araştırmada temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunu pozitif yönde etkilediğini belirtmektedir. Güleç (2020) de temel psikolojik ihtiyaçlar ve romantik ilişkilerde doyumun ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Evliliğin de bir romantik ilişki olduğu düşünüldüğünde (Kabasakal ve Soylu, 2016), bu çalışmaların sonuçları araştırmanın bulguları ile tutarlılık göstermektedir.

Evlilik doyumu ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceleyen bazı çalışmalarda, evlilik doyumları ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu ve psikolojik iyi oluş düzeyi arttıkça evlilik doyumunun da arttığı sonucu tespit edilmiştir (Aydoğan, 2021; Bırni ve Eryılmaz, 2022). Belecı (2022) evli bireylerin temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi arttıkça psikolojik iyi oluş düzeylerinin de arttığını belirtmiştir. Bu çalışmalar bağlamında, yapılan araştırma sonucuna da paralel bir şekilde, evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde

ilişki olduğu görülmektedir. Başka bir deyişle psikolojik ihtiyaçlar yeterli düzeyde karşılanırsa evlilik doyumu da artabilir.

Alanyazında evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi inceleyen yeterli çalışma bulunmamaktadır. Ancak evlilik uyumu ile evlilik doyumu kavramlarının aynı anlamda kullanıldığı (Gökmen, 2001; İmamoğlu, 1995) ya da farklı değişkenler olarak ele alınsa dahi iki değişken arasında yüksek korelasyon bulunduğu tespit edilmiştir (Aydoğan, 2021; Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpkan, 2005; Halford, Kelly ve Markman, 1997). Bu nedenle bulgular, evlilik uyumu değişkeninin çalışıldığı araştırmalarla da tartışılacaktır. Evlilik uyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada ise iki değişken arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu ifade edilmiştir (Candemir Karaburç, 2017). Yani temel psikolojik ihtiyaçların doyurulmasıyla birlikte bireylerin evlilik uyumlarının da artabileceği söylenebilmektedir. Benzer şekilde birçok araştırma bulguları evlilik uyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki olduğunu destekler niteliktedir (Buunk ve Nauta, 2000; Ger, 2021; Patrick ve diğerleri, 2007).

Bireylerde yaşam doyumunun yüksek olması hayatının her alanına etki edebilmektedir. Ceylan'ın (2022) yürüttüğü çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlar ile yaşam doyumu arasında pozitif bir ilişkili olduğu saptanmıştır. Bireylerin yaşam doyumları arttıkça evlilik uyumları da artmaktadır (Perrone McGovern, Boo ve Vannatter, 2012). Bu bağlamda evlilik uyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında yüksek düzeyde korelasyon olduğu söylenebilir.

Ercegovic ve Bubic (2015), fizyolojik ihtiyaçlarının doyurulmasının ve evlilik beklentilerinin karşılanmasının evlilikte doyumu etkileyen faktörler arasında yer aldığını belirtmektedir. Ayrıca araştırmada temel fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçların doyurulmasının evlilik doyumunu arttırdığı da ifade edilmektedir. Bireylerin evliliğe beklenti ve ihtiyaçlarla başladığı göz önünde bulundurulduğunda (Young ve Klosko, 2016), bu beklentilerin ve ihtiyaçların karşılanmamasının evlilik doyumunu olumsuz yönde etkileyebileceği düşünülebilmektedir. Evlilik yaşamında ihtiyaç doyumunun önemini destekleyen araştırmalar da mevcuttur (Koerner, Tallon ve Kusec, 2015; Yan, Wang, Yu, He ve Oei, 2018). Yetişkinlerde psikolojik ihtiyaç doyumu ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada da temel psikolojik ihtiyaçların yaşam kalitesiyle pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Doğan, 2017). Yaşam kalitesinin artmasıyla evlilik doyumu da artmaktadır (Demir Erbil, 2016). Bu nedenle bulgular, yapılan araştırmayla tutarlılık göstermektedir.

Yarkın (2014) özerklik ihtiyacı ile ilişki doyumunu pozitif yönde ilişkili bulmuştur. Yani özerklik ihtiyacı doyurulan bireylerin ilişkilerinden elde ettiği doyumun da artacağı söylenebilir. Arslan'ın (2020) çalışmasında da romantik ilişki doyumu ile özerklik ihtiyacı arasında pozitif yönde bir ilişki bulunurken; ilişkili olma ve yeterli ihtiyacı arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Karamehmet Çemberci'nin (2019) yürüttüğü çalışmanın bulgularına göre de kadınların ilişkili olma ve yeterli; erkeklerin ise özerklik ve ilişkili olma ihtiyaçları karşılandığında ilişkiden elde ettikleri doyum artmaktadır. Bu bağlamda sadece özerklik ihtiyacının karşılanmasının ilişki doyumunu arttıracığı ifade edilebilir. Bu sonuçlar, araştırma bulgularıyla kısmi olarak tutarlılık göstermektedir.

Sonuç olarak alanyazın değerlendirildiğinde, evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiye yönelik bulguların bu çalışmadaki sonuçlara benzer nitelikte olduğu söylenebilir. Aynı zamanda araştırma bulgularının tersini ortaya koyan bir çalışmaya da rastlanmamıştır. Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi evlilik doyumunu etkilese de tek başına ilişkiyi açıklayamayabilir. Evlilik doyumunu etkileyen diğer değişkenler önceki bölümlerde vurgulanmıştır. Buradan hareketle, evlilik doyumunun birincil bakıcıyla kurulan bağlanma stilinden erken çocukluk döneminde oluşan şemalara dek etkilendiği söylenebilir. Bu açıdan bakıldığında bu çalışmada elde edilen bulgular da evlilik doyumunun anlaşılabilmesi için önemli olabilmektedir. Çünkü bu çalışmada evli bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunu yordama gücü üzerine inceleme yapılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgular gelecek çalışmalara ışık tutabilir.

5.1.2. Evlilik doyumunun temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından yordanıp yordanmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Bu çalışmada evli bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumu için yordayıcı olup olmadığı incelenmiş; temel psikolojik ihtiyaçların alt boyutlarından olan özerklik ihtiyacının evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Özerklik ihtiyacının karşılanması, katılımcıların evlilik doyumu puanı düzeylerini %10 varyans oranıyla yükseltmektedir. Başka bir deyişle evlilik doyumunda meydana gelen değişimin %10'u temel psikolojik ihtiyaçlarla açıklanabilmektedir. Ayrıca ilişkili olma ve yeterli ihtiyacının evlilik doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı tespit edilmiştir. Bireyin ilişkide öncelikli olarak kendi istekleri doğrultusunda davranışlarına yön verme özgürlüğüne sahip

olmak istemesi (Ryan ve diğerkleri, 2011), evlilik doyumunu yordamada en önemli ihtiyacın özerklik ihtiyacı olduğunu düşündürmektedir. Bu nedenle ilişkili olma ve yeterlik ihtiyacı evlilik doyumunu yordamamış olabilir.

Alanyazın incelendiğinde, evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçların birlikte çalışıldığı az sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Naemi (2018) öğretmenlerle yürüttüğü çalışmada, temel psikolojik ihtiyaçların alt boyutları olan özerklik, ilişkili olma ve yeterlik ihtiyaçlarının evlilik doyumunu pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Bu alt boyutlar arasından da ilişkili olma ihtiyacının evlilik doyumunu en güçlü şekilde yordadığı ifade edilmektedir. Güleç (2020) de temel psikolojik ihtiyaçların romantik ilişkilerde doyumu yordadığını ifade etmektedir. Bu çalışmaların sonuçları, araştırmının bulguları ile farklılık göstermektedir. Bu farklılık, çalışma örnekleminin farklı olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Alanyazında araştırma konusuyla ilgili az sayıda çalışmaya rastlanmakla birlikte, bazı çalışmalar araştırma bulgularını desteklemektedir. Yarkın (2014) çalışmasında katılımcıların ilişki doyumuna temel psikolojik ihtiyaçların ne düzeyde karşılandığının katkısını belirlemek için analizler yapmış, sonuçları ise bu çalışmadaki bulgulara paralel olarak anlamlı bulmuştur. Başka bir deyişle bireylerin özerklik ihtiyacının karşılanma düzeyi arttıkça ilişkilerinden aldığı hazzın da arttığı tespit edilmiştir. Güleç (2020) ise temel psikolojik ihtiyaçların romantik ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordadığını belirtmektedir. İlişki doyumunun evlilik doyumunu kapsadığı düşünüldüğünde çalışmanın bulgularıyla paralellik olduğu söylenebilir.

Benzer şekilde Doğan ve Eryılmaz (2013) bireylerin romantik ilişkilerden aldığı doyumun temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından yordandığını ifade etmektedir. La Guardia ve Patrick (2008) de ilişki doyumunu yordamada psikolojik ihtiyaç doyumunun en önemli etkiye sahip olduğunu saptamıştır. Romantik ilişki doyumunda özerklik ihtiyacının doyurulmasının etkili olduğunu belirten bir diğerk çalışma da Hadden, Rodriguez, Knee ve Porter'ın (2015) evli bireylerle yürüttüğü araştırmadır. Ceylan (2022) ise yürüttüğü çalışmada psikolojik iyi oluşun %37'sinin temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından yordandığını saptamıştır. Psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek olan bireylerin evlilikten aldıkları doyumun da yüksek olacağı düşünülmektedir. Deci ve Ryan (2014) ilişkilerde psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının çiftler arasındaki güveni, anlayışı ve yakınlığı arttıracakğını söylemektedir. Bu durumun da evli çiftlerde bağlılığı ve mutluluğu, dolayısıyla evlilik doyumunu arttıracakğı da söylenebilmektedir.

Çiftlerin evlilik hayatında psikolojik olarak iyi hissetmelerinin evlilik doyumlarını olumlu etkileyeceği düşünülmektedir. Evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin evlilik doyumunu yordama düzeyinin incelendiği bir çalışmada psikolojik iyi oluşun evlilik doyumunu önemli ölçüde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Aydoğan, 2021). Bireyin evliliğinde kendisini daha güvende ve mutlu hissetmesi, psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması ve empati kurabilmesi psikolojik iyi oluş düzeyini arttıracak bilindiğinden (Bilir, 2017), evlilikten aldığı doyumun da artacağı söylenebilir. Bir başka çalışmada da farklı kültürlerde temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin iyi oluşa olan etkisi incelenmiş; ihtiyaç doyumunun iyi oluşu olumlu düzeyde yordadığı saptanmıştır (Chirkov, Ryan, Kim ve Kaplan, 2003). Bu araştırma sonucunda kültürel değerler farklı olsa dahi psikolojik ihtiyaçların karşılanmasında ve evlilik doyumunda benzer unsurların önemli olduğu dikkat çekmektedir.

Acıitelli, Kenny ve Weiner'ın (2001) yürüttüğü araştırmanın bulgularına göre evlilik doyumunun yordayıcısı ihtiyaç doyumundan çok bireylerin sahip oldukları öznel değerlerdeki benzerliktir. Evlilik doyumunu yordayan değişkenlerin incelendiği bir çalışmada ise partnerlerin beklentilerinin benzerliği ilişki doyumunu daha fazla öngördüğü ortaya koyulmuştur (Demaris, Sanchez ve Krivickas, 2012). Kasapoğlu, Kutlu ve Durmuş'a (2017) göre de evlilikte kendini yeterli hissetme, evlilikten alınan doyumu arttıran bir diğer unsurdur. Yetişkinlerde psikolojik ihtiyaç doyumu ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada temel psikolojik ihtiyaçların yaşam kalitesini anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Doğan, 2017). Yaşam kalitesinin artmasıyla evlilik doyumu da artmaktadır (Demir Erbil, 2016). Bu bağlamda bulguların yapılan araştırmayla tutarlılık gösterdiği söylenebilir.

Kulaber Demirci (2019), psikolojik ihtiyaçlar ile uyumlu mizah tarzları arasında olumlu bir ilişki tespit etmiştir. Aynı çalışmada uyumlu mizah tarzlarının evlilik uyumunu %25 varyans oranında açıkladığı da saptanmıştır. Bu araştırma kapsamında psikolojik ihtiyaçların da evlilik uyumunu yordayabileceği söylenebilir. Shollenberger (2001) evli bireylere çiftler arasındaki iletişimi arttırabilecek bir eğitim vermiş; eğitimin sonucunu değerlendirmiştir. Verilen eğitimin evlilik uyumunu anlamlı düzeyde yükselttiği fark edilmiş; iletişim becerilerinin evlilik uyumunu yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. İletişim becerileri yüksek olan bireyler birbirlerini daha iyi anlayıp partnerinin ihtiyaçlarına cevap vermektedir (Simpson, 1990). Hacı (2011) da aile içi iletişimin evlilik uyumunu yordadığını dile

getirmektedir. İletişimleri kuvvetli, psikolojik ihtiyaçları karşılanan çiftlerin evlilik uyumlarının da yüksek olacağı düşünülebilir.

Son olarak alanyazın değerlendirildiğinde, temel psikolojik ihtiyaçların evlilik doyumunu yordamasına ilişkin yapılan araştırmaların bulgularının bu çalışmadaki sonuçlara benzer nitelikte olduğu söylenebilir. Aynı zamanda araştırma bulgularının tersini ortaya koyan bir çalışmaya da rastlanmamıştır. Temel psikolojik ihtiyaçlar evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordasa dahi tek başına nedenselliği açıklayamayabilir. Buradan hareketle evlilik doyumunu bireylerin beklentilerinden kültürel değerlere kadar çeşitli değişkenler evlilik doyumunu yordayabilir. Diğer taraftan psikolojik ihtiyaçların karşılanmaması bireylerde huzursuzluk, anlaşılmama ve yalnızlık hissini körükleyebilmektedir. Bu durum da evlilik doyumuna olumsuz etki edebilmektedir. Bu açıdan bakıldığında bu çalışmada elde edilen bulgular da evlilik doyumunu yordayan değişkenlerin anlaşılabilmesi için önemli olabilmektedir.

5.1.3. Cinsiyet değişkenine göre evlilik doyumunun farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Yapılan çalışmada evli bireylerin evlilik doyumu puan ortalamalarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Ortalamalar incelendiğinde erkeklerin ortalamaları kadınların ortalamalarından daha yüksektir. Buradan hareketle, kadınların evlilik doyumu düzeylerinin daha düşük olduğu söylenebilir. Evlilik doyumu düzeyi çeşitli faktörlerden etkilenebilir. Kadınların daha detaycı ve mükemmelliyetçi olması evlilik doyumlarını olumsuz etkilemiş olabilir. Bu çalışmada katılımcıların evlilik doyumu ortalamaları arasında az bir fark saptanmış olsa da alanyazında evlilik doyumunun cinsiyete göre farklılık gösterdiği çalışmalar mevcuttur (Aydoğan, 2021; Balcı Arvas, 2017; Canbolat, 2023; Eagly, 1987; Ekşi, 2021; Güngör, 2007; Üncü, 2007). Eagly (1987) yaptığı çalışmada evlilik doyumunu etkileyen bir değişken olarak kadınsı cinsiyet rolünden bahsetmiştir. Çalışmada Batı kültüründe kadınların itaatkârlık ve duyarlılık ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Bu nedenle, bireyin kadınsı cinsiyet özelliği göstermesinin evlilik doyumu ile ilişkili olması söylenebilmektedir. Canbolat (2023) evlilik doyumu düzeylerinde kadınlar lehine anlamlı bir farklılık tespit etmiştir. Benzer şekilde Ekşi (2021) de kadınların evlilik doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Alanyazında evlilik doyumu düzeyinin kadınlar lehine farklılaştığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Altıparmak, 2020;

Kodan, 2013; Koyunsever, 2022; Nguyen, Karney ve Bradbury, 2017; Tekin, 2017; Tozan, 2019; Wang ve diğerleri, 2021).

Bazı araştırmalarda ise evlilik doyumunun erkek katılımcılarda daha yüksek olduğu saptanmıştır (Aydoğan, 2021; Balcı Arvas, 2017; Çalık, 2022; Güngör, 2007; Köseoğlu, 2021; Üncü, 2007). Aydoğan (2021) evli bireylerde evlilik doyumunun erkekler lehine farklılık gösterdiğini ifade etmektedir. Balcı Arvas (2017) benzer şekilde erkeklerin evlilik doyumu puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Üncü (2007) ve Güngör (2007) de evlilik doyumunda erkeklerin daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğunu saptamıştır. Çalık (2022) ise evlilik doyumunu demografik değişkenlere göre incelemiş ve evlilik doyumunun erkekler lehine farklılaştığını ortaya koymuştur. Bu sonuçlara göre evlilik doyumunun erkeklerde daha yüksek olduğu söylenebilmektedir. Kadınların daha depresif eğilimler gösterdiği ve daha duygusal bir yapıya sahip olduğu bilinmektedir (Ayten ve Sağır, 2014). Diğer yandan kadının evdeki sorumluluğunun fazla olması, erkeklerin iş hayatının stresinden kaçıp evdeki yaşama sığınması, evlilik doyumunda cinsiyete göre farkın erkekler lehine olmasına sebebiyet vermiş olabilir.

Öte yandan bu çalışmada evlilik doyumu düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemiş olması bazı araştırmaların bulgularıyla paralellik göstermektedir (Bildirici, 2016; Çetin, 2010; Daş, 2019; Esen Pekşen, 2022; Güven ve Sevim, 2007; Hüsrevoğlu, 2019; Khumalo, Temane ve Wissing, 2012; Kubat, 2012; Tütüncü, 2012). Yeşiltepe (2011) evli öğretmenlerle yürüttüğü çalışmada evlilik doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığını dile getirmiştir. Evli ve çocuk sahibi yetişkin bireylerle yürütülen bir çalışmada da evlilik doyumunun cinsiyete göre değişiklik göstermediği tespit edilmiştir (Ger, 2021). Uzel (2015) araştırmasına katılan yetişkinlerin evlilik doyumu düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını ifade etmektedir. Benzer şekilde evlilik doyumunun cinsiyet değişkeni ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmada ise evlilik doyumunun cinsiyetle ilişkisine rastlanmamıştır (Jackson, Miller, Oka ve Henry, 2014). Kabasakal ve Soylu (2016) da evli bireylerle yürüttüğü çalışmada evlilik doyumunun cinsiyete göre değişkenlik göstermediğini belirtmiştir. Çağ ve Yıldırım (2013), Çınar (2008), Günay (2007), Soylu ve Kağnıcı (2015), Tuzcu (2017) ve Yiğit (2018) tarafından yapılan araştırmalarda da kadın ve erkeklerin evlilik doyumu puanlarının farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırma bulgularına paralel şekilde Ketenci (2023) evlilik doyumunda cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığını; ancak erkeklerin puan ortalamalarının kadınlarınkine göre daha yüksek olduğunu ifade etmektedir. Devecioğlu (2023) evlilik doyumunda cinsiyet değişkeninin etkili olmadığını

saptamıştır. Güven (2005) ve Lippitt (2005) de evlilik doyumu ile cinsiyet değişkeninin birbirleri üzerinde bir etkisi olmadığını belirtmektedir. Güngör (2019) cinsiyet ile evlilik doyumunun ilişkili olmadığını belirtmektedir. Özbek (2016) ve Taşköprü (2013) evlilik doyumunu etkileyen değişkenler arasına cinsiyeti koymamaktadır. Gülersoy'a (2021) göre evlilik doyumu ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Aynı şekilde Denli (2016) de evlilik doyumu ile cinsiyetin ilişkili olmadığını savunmaktadır. Kavak (2018) çeşitli demografik değişkenlere göre evlilik doyumunu test etmiş; ancak cinsiyet ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Yine evlilik doyumu ile cinsiyetin ilişkisinin araştırıldığı çalışmalarda iki değişken arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır (Sarı, 2012; Urgancı, 2018; Yanar Güngör, 2019).

5.1.4. Çocuk sayısı değişkenine göre evlilik doyumunun farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Bu araştırmada evli bireylerde evlilik doyumunun çocuk sayısı değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve çocuk sayısına göre evlilik doyumunun farklılaştığı tespit edilmiştir. Farkın kaynağını belirlemek amacıyla Scheffe testi yapılmış olup: analiz sonucuna çocuk sahibi olmayan evli bireylerin puan ortalamalarının üç ya da daha fazla çocuğa sahip olan evli bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Araştırma bulgularına göre çocuk sahibi olmak evlilik doyumunu etkileyen önemli bir değişkendir. Bu sonuçlardan hareketle çiftlerin çocuk sahibi olduktan sonra birbirlerine karşı olan görev ve sorumluluklarını aksatabileceği öngörülmektedir. Aksayan görev ve sorumlulukların bir süre sonra çiftlerin uyumlarını ve dolayısıyla evlilik doyumlarını olumsuz yönde etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu durumda çocuk sayısının artmasıyla ebeveynlerin sorumluluğunun arttığı ve baş başa geçirdikleri zamanın azaldığı göz önünde bulundurulduğunda çocuk sayısına bağlı olarak evlilik doyumunun azalması olağan bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Evlilik doyumu ile çocuk sayısı değişkeni arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmalar incelendiğinde, eşlerin çocuk sahip olduktan sonra ve çocuk sayısı arttıkça evlilik doyumlarının azaldığı görülmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013; Çınar, 2008; Kubat, 2012; Yeşiltepe, 2011; Yıldız, 2018). Tuzcu (2017) tarafından yürütülen çalışmada araştırma bulgularına benzer şekilde çocuğa sahip olmayan bireylerin puan ortalamalarının en yüksek

olduğu tespit edilmiştir. Ardından sırayla üç çocuk ve üzeri, iki çocuk ve tek çocuk sahibi olan bireylerin puan ortalamaları takip etmektedir. Sevinç ve Garip (2010) evlilikte çocuk sahibi olmanın hem iyi hem de kötü yanları olduğunu ifade etmektedir. Çiftlerin çocuklar üzerinde ortak sorumluluklarının olmasının evlilik doyumunu olumlu; bazı konularda fikir ayrılığının yaşanması ve sorumlulukların artmasıyla anlaşmazlık yaşanabileceği için de evlilik doyumunu olumsuz etkileyebileceğinden bahsetmektedir. Çalık (2022) iki, üç, dört ve daha fazla çocuğa sahip olan bireylerin evlilik doyumlarının; çocuk sahibi olmayan ve bir çocuğa sahip olan bireylerin evlilik doyumlarına göre daha düşük olduğunu belirtmektedir. Evlilik doyumu ile çocuk sayısının ilişkili olduğunu belirten Ketenci (2023), en yüksek puan ortalamasına sahip olan grubun çocuk sahibi olmayan bireyler olduğunu söylemektedir. Çocuk sayısının evlilik doyumunu etkileyip etkilemediğini inceleyen diğer çalışmalarda da bireyin çocuk sahibi olmasıyla evlilik doyumunun olumsuz etkilendiği ve azaldığı ortaya konmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013; Çınar, 2008; Kubat, 2012).

Araştırma bulgularını destekleyici alanyazın incelendiğinde, Glenn (1991) çocuk sahibi olmanın evlilik doyumunu düşürdüğünü; benzer şekilde Pletchaty, Couturier, Cote ve Roy (1996) da evlilik doyumu ile çocuk sayısının negatif yönlü bir ilişkisi olduğunu belirtmiştir. Çelik'in (2018) yaptığı çalışmada da paralel şekilde çocuk sayısı değişkeninin evlilik doyumuyla negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Evlilik doyumu ile çocuk sayısı arasındaki ilişkinin incelendiği bir başka çalışmada da evlilik doyumunun hem kadınlarda hem de erkeklerde çocuk sayısı ile negatif yönde ve anlamlı olarak ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Kaynak Malatyalı ve Büyükşahin Sunal, 2020). Yine Ketenci'nin (2023) çalışmasında çocuk sahibi olmayan bireylerin evlilik doyumlarının; iki-üç ve dört-beş çocuk sahibi olan bireylerin evlilik doyumlarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kubat (2012) ve Taşköprü'ye (2013) göre çocuk sayısı evlilik doyumunu olumsuz etkilemektedir. Araştırmada çocuk sayısı attıkça evlilik doyumunun azalacağı sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka çalışmada evlilik doyumunun çocuk sahibi olmakla olumsuz bir ilişki içerisinde olduğu bildirilmektedir (Foster ve diğerleri, 2003). Balcı Arvas (2017) da çocuk sahibi olmayan bireylerin diğer gruplara göre daha yüksek evlilik doyumuna sahip olduğunu belirtmektedir. Bu durumun modern dünyada bireylerin ben merkezci olmasından, çocuk sahibi olmakla sorumlulukların artmasından ve çocuk bakımında yetersiz olma korkusuyla huzursuzluğun artmasından kaynaklandığı düşünülebilmektedir. Ayrıca, çocuk sahibi olmanın maddi bir yükümlülüğü de bulunduğundan, bireyler çocuk sahibi olmayı hayat standartlarının düşmesi olarak da

yorumlayabilir. Bu bağlamda belirtilen çalışmalar araştırma bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Öte yandan evlilik doyumunun çocuk sayısından etkilenmediğini ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur (Aktaş, 2009; Aydoğan, 2021; Hatipoğlu, 1993; Yiğit, 2018). Hatipoğlu'na (1993) göre evlilik doyumu çocuk sayısından etkilenmemektedir. Aydoğan (2021) da çocuk sayısı ile evlilik doyumunun ilişkili olmadığını saptamıştır. Yiğit (2018) evlilik doyumu düzeylerinin çocuk sayısından etkilenmediğini savunmaktadır. Aktaş (2009) yürüttüğü çalışmada evlilik doyumunun çocuk sahibi olma değişkeni açısından farklılaşmadığını ifade etmektedir. Tarı (2022) da evlilik doyumunun çocuk sayısı değişkeninden etkilenmediğini belirtmektedir. Devecioğlu'nun (2023) yaptığı çalışmada evlilik doyumu ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir fark bulunamasa da en yüksek evlilik doyumu ortalamasına sahip grubun çocuk sahibi olmayan bireyler olduğu saptanmıştır. Uzel (2015) de evlilik doyumunun çocuk sayısı değişkeninden etkilenmediğini vurgulamaktadır. Benzer şekilde Erdoğan (2007), Güler (2015), Jose ve Alfons (2007) da evlilik doyumunda çocuk sahibi olmanın etkili olmadığını desteklemektedir.

Tüm bu sonuçlar çerçevesinde bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyinin evlilik doyumunu belirlemede önemli bir yeri olduğu görülebilir. Psikolojik ihtiyaçları eşleri tarafından yeteri kadar karşılanan bireylerin evlilikten aldıkları doyumun da artacağı düşünülebilir. Bu sonuç, çocuk sayısının artmasının evlilik doyumunu azalttığı bulgusuyla birleştirildiğinde, çocuk sahibi olmanın evlilik doyumu açısından önemini ortaya koymaktadır. Çocuk sahibi olmak kişinin sorumluluklarını arttıracığı için evlilik doyumunu olumsuz etkileyebilmektedir. Aynı zamanda çocuğun bakımını üstlenmek, maddi açıdan imkân sağlamak, gerektiği zaman kendi önceliklerinden taviz vermek bireyde olumsuz duygulara sebep olabilmektedir. Bu durumda da çiftlerin evlilik yaşamları olumsuz etkilenebilmektedir. Diğer taraftan çocuk sahibi olmak durağan giden bir evlilik yaşamını hareketlendirebilir. Çiftlerin çocukları için ortak hareket etmeleri, aynı amaç için çabalamaları ve sorumlulukları bölüşmeleri evlilik yaşamını olumlu etkileyebilir. Bu durum da evlilik doyumunu arttırabilir. Evlilik doyumunun arttırılması konusunda belirleyici olabilecek unsurların incelenmesi önemli görülmektedir. Evlilik doyumu, geçmişten günümüze farklı kültürleri ve nesilleri ilgilendirdiği kadar gelecekte de evliliklerin sağlıklı bir şekilde devam etmesi için araştırılması gereken bir konu olduğu söylenebilir. Bu bağlamda, evlilik doyumu kavramının gelecekte sağlıklı evlilikler inşa edilmesi ve boşanmaların azalması için önemli bir kavram olduğu söylenebilir.

5.2. Öneriler

5.2.1. Araştırmanın sonuçlarına dayalı öneriler

1. Araştırmada evli bireylerde evlilik doyumu ile özerklik, ilişkili olma ve yeterlik ihtiyacı arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular doğrultusunda, alanında uzman kişilerin uygulayacağı tedavi ve süreçleri bu bulguyu göz önünde bulundurarak planlaması önerilebilir.
2. Araştırmada temel psikolojik ihtiyaçların alt boyutlarından olan özerklik ihtiyacının evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Bu bulgu doğrultusunda, bireylere evlilik doyumunu arttırabilecek özerklik ihtiyacı odaklı bilgilendirici çalışmalar yapılabilir.
3. Bu araştırmada evli bireylerin evlilik doyumu puan ortalamalarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda her iki bireye de kaliteli vakit geçirme, karşı cinsi anlama ve isteklerine cevap verebilme konularında psikoeğitim ve grupla danışma programları hazırlanabilir.
4. Yapılan araştırmada evli bireylerde çocuk sayısının artmasıyla evlilik doyumunun düştüğü görülmektedir. Bu konuda sağlık kuruluşları ve ruh sağlığı alanında çalışan kişiler, evliliğe hazırlanan ve yeni evlenen çiftleri bilinçlendirerek aile planlamasının yapılması konusunda yardımcı olabilirler.

5.2.2. Gelecek araştırmalara yönelik öneriler

1. Araştırmada özerklik ihtiyacının evlilik doyumu düzeylerini %10 varyans oranıyla açıkladığı tespit edilmiştir. Kalan varyansı açıklayan araştırmalar yapılabilir.
2. Bu araştırmada yeterlik ve ilişkili olma ihtiyacının evlilik doyumu ile anlamlı ilişkisi olmasına rağmen evlilik doyumunu yordamadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu doğrultusunda, yeterlik ve ilişkili olma ihtiyacı ile evlilik doyumu arasında ilişki olmasına etki eden diğer değişkenlerin keşfedilmesi için araştırmalar yapılabilir.

3. Alanyazın incelendiğinde, evli bireylerde evlilik doyumu ile temel psikolojik ihtiyaçların birlikte çalışıldığı çok az araştırmaya rastlanmıştır. Bu kavramlar arasındaki ilişkinin daha iyi açıklanabilmesi için daha fazla araştırma yapılabilir.
4. Bu araştırmada evlilik doyumu cinsiyet ve çocuk sayısı değişkenleri ile çalışılmıştır. Bunun yanı sıra yaş, evlilik süresi ve gelir düzeyi gibi değişkenler de analiz sürecine dahil edilebilir.
5. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmış olup araştırmacının ulaşabildiği çalışma grubunda veriler toplanmıştır. Araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkileri ve bu ilişkilere etki eden faktörleri ortaya koyabilmek için deney ve kontrol grubu oluşturulup bir gruba temel psikolojik ihtiyaçların giderilmesine yönelik psikoeğitimler verilerek evlilik doyumuna olan etkisi deneysel araştırma yöntemleriyle belirlenebilir.

KAYNAKLAR

- Acitelli, L. K., Kenny, D. A. ve Weiner, D. (2001). The importance of similarity and understanding of partners' marital ideals to relationships satisfaction. *Personal Relationships*, 8(2), 167-185. doi: 10.1111/j.1475-6811.2001.tb00034.x
- Acun, A. (2018). *Sporcu ve sedanter üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve temel psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 509271).
- Akbıyık, E. (2022). *Evli bireylerdeki evlilik uyumu ile özgecilik ve empatik eğilim arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 722837).
- Akdağ, F. (2014). *Evli bireylerde psikolojik iyi oluşun kök aile ile ilişkiler, benlik saygısı ve evlilik doyumu açısından yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 378591).
- Aksoy, A. (2017). *Boşanma sürecindeki kadın ve erkeklerin adil dünya inançlarının karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 478748).
- Aktaş, S. (2009). *Eşlerden birini kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 250434).
- Alaçam, S. (2020). *Evli bireylerde evlilik doyumu, aldatma eğilimi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 646352).
- Albayrak, A. S. (2005). Çoklu doğrusal bağlantı halinde en küçük kareler tekniğinin alternatifi yanlı tahmin teknikleri ve bir uygulama. *Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), 15-126. Erişim adresi: <https://www.acarindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423937309.pdf>
- Alderfer, C. ve Guzzo, R. (1979). Life experiences and adults enduring strength of desires in organizations. *Administrative Science Quarterly*, 24(3), 347-361. doi: 10.2307/2392234

- Algan, G. (2022). *Predictive role of family communication patterns and personality traits on marital satisfaction of married* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 740353).
- Alp, A. (2021). *Evli bireylerin duygusal zekâ özellikleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 67008).
- Alparslan, A. M., Yastioğlu, S., Işık, Ü. ve Çarıkçı Özgül, D. N. (2022). Yaşamın anlam kaynakları ve psikolojik iyi oluş ilişkisi: üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 42, 30-51. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbe/issue/69752/1012282>
- Altıparmak, F. (2020). *Evli bireylerin çocukluk çağı travmaları ve bilinçli farkındalık düzeyleri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 671078).
- Altun, G. (2015). *Evli bireylerde bağlanma tarzları ve erken dönem uyum bozucu şemaların evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 427604).
- Anar, B. (2011). *Evli ve çalışan yetişkinlerin toplumsal cinsiyet rolleri ile evlilik doyumu ve iş doyumu ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Andersen, S., Chen, S. ve Carter, C. (2000). Fundamental human needs: making social cognition relevant. *Psychological Inquiry*, 11(4), 269-318. doi: 10.1207/S15327965PLI1104_02
- Anderson, A. H. (2018). *Journal of the european pentecostal theological association*. New York: Macmillan.
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184. doi: 10.1007/s40429-015-0056-9
- Andreassen, C. S. ve Pallesen, S. (2014) Social network site addiction-an overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20, 4053-4061. doi: 10.2174/13816128113199990616
- Aras, E. (2021). *Bağlanma boyutları ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide öz-şefkatin aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 631692).

- Aras, E. N. (2020). *Kadınlarda evlilik doyumunun cinsel yaşam kalitesi ve bilişsel çarpıtmalar bağlamında incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 627038).
- Arayıcı, S. G. (2020). *Çocukluk çağı travmatik deneyimleri, temel psikolojik ihtiyaçlar ve duygu düzenleme güçlüğüne egzersiz bağımlılığı üzerindeki etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 678242).
- Archuleta, K. L., Britt, S. L., Tonn, T. J. ve Grable, J. E. (2011). Financial satisfaction and financial stressors in marital satisfaction. *Psychological Reports*, 108(2), 563-576. doi: 10.2466/07.21.PR0.108.2.563-576
- Arif, N. ve Fatima, I. (2015). Marital satisfaction in different types of marriages. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 13(1), 36-40. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/328163056_Marital_satisfaction_in_different_types_of_marriages
- Arslan, A. (2020). *Romantik ilişkilerde ilişki doyumu, irrasyonel inanışlar ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 643685).
- Aspelmeier, J. E., & Kerns, K. A. (2003). Love and school: Attachment/exploration dynamics in college. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(1), 5-30. doi: 10.1177/0265407503020001185
- Aşık, E. (2018). *The moderator role of coping strategies on the effects of intimate partner violence on depression* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 785827).
- Atıcı, A. R. (2023). *Ortaokullarda öğrenim gören mülteci ve göçmen çocukların motor beceri düzeyleri ve beden eğitimi temel psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 784337).
- Aydoğan, G. (2021). *Evli bireylerin evlilik doyumlarının psikolojik iyi oluş, eş desteği, bilinçli farkındalık düzeyleri ve bazı kişisel değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 677699).
- Aytaç, S. (1997). *Çalışma yaşamında kariyer: Yönetimi planlaması geliştirilmesi sorunları*. İstanbul: Epsilon Yayınları.

- Ayten, A. ve Sağır, Z. (2014). Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriyeli Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 47, 5-18. doi: 10.15370/muifd.86222
- Bacanlı, H. (2000). *Gelişim ve öğrenme*. (3.Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bacanlı, H. (2001). Eş tercihleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 15(2), 7-16. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/21435/229710>
- Bacanlı, H. ve Cihangir Çankaya, Z. (2003). *İhtiyaç doyumu ölçeği uyarlama çalışması*. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Malatya.
- Balaguer, I., González, L., Fabra, P., Castillo, I., Mercé, J. ve Duda, J. L. (2012). Coaches' interpersonal style, basic psychological needs and the well-and ill-being of young soccer players: A longitudinal analysis. *Journal of Sports Sciences*, 30(15). doi: 10.1080/02640414.2012.731517
- Ball, J. (2003). *Understanding Herzberg's motivation theory*. London: ACCA Global Qualification.
- Balcı Arvas, F. (2017). *Dindarlığın evlilik doyumu üzerindeki etkileri ve değerlerin, dindarlık ve evlilik doyumu ilişkisi üzerindeki arabulucu rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 481454).
- Balkaya Çetin, A. (2014). *Ergenlerin internet ve problemleri internet kullanım davranışlarının bazı psiko-sosyal özellikler açısından incelenmesi* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 361709).
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Banyai, F., Zsila, A., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., ... Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLoS One*, 12(1). doi: 10.1371/journal.pone.0169839
- Bayoğlu, F. (2019). *Şema başa çıkma biçimleri ile psikolojik yardım alma tutumu arasındaki ilişkide yardım alma deneyiminin ve benlik yapılarının düzenleyici rolü* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 589064).
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.

- Bedir, İ. (2018). *Evli bireylerde evlilik doyumunu yordayan değişkenlerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 505223).
- Belecı, S. N. (2022). *Evli bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları, evlilikte çatışma çözüm stilleri ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 719065).
- Berczik, K., Szabó, A., Griffiths, M. D., Kurımay, T., Kun, B., Urbán, R. ve Demetrovics, Z. (2012). Exercise addiction: symptoms, diagnosis, epidemiology, and etiology. *Substance Use & Misuse* , 47(4), 403-17. doi: 10.3109/10826084.2011.639120
- Berk, M. (2009). *Evli öğretmenlerin yükleme tarzları ve evlilik doyum algılarının bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 294426).
- Besharat, M. A., Hooshmand, S. N., Rezazadeh, S. M. R. ve Gholamali Lavasani, M. (2018). The moderating role of basic psychological needs satisfaction on the relationship between parenting styles and children's marital satisfaction. *Psychology Family*, 4(2), 3-18. Erişim adresi: https://www.ijfpjournal.ir/article_245528_280fb0a15bf445fb1696b898aab906a8.pdf?lang=en
- Birni, G. (2021). *Evli bireylerin psikolojik iyi oluşları ile evlilik doyumu, öz-anlayış ve mutluluğu artırma stratejileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 680956).
- Birni, G. ve Eryılmaz, A. (2022). Enhancing well-being of the married: Investigating marital satisfaction, self-compassion and happiness increasing strategies. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 12(67), 650-669. doi: 10.17066/tpdrd.12061408
- Bıçener, E. (2020). *Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu, kişilik ve temel psikolojik ihtiyaçlar* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 646550).
- Bildirici, A. (2016). *Evlilik süresinin, cinsel yaşama ve evlilik uyumuna etkisi ve sonuçların sosyo demografik özelliklere göre karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 428047).
- Bilen, M. (1994). *Sağlıklı insan ilişkileri*. (7. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.

- Bilir, A. (2017). *Yetişkinlerde psikolojik ihtiyaç doyumunun yaşam kalitesi ve mental iyi oluşla ilişkisinin incelenmesi (Beykoz İlçesi örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 485520).
- Block, J. J. (2008). Issues for the DSM-V: Internet addiction. *The American Journal of Psychiatry*, 165, 306-307. doi: 10.1176/appi.ajp.2007.07101556
- Blum, J. S. ve Mehrabian, A. (1999). Personality and temperament correlates of marital satisfaction. *Journal of Personality*, 67, 93-125. doi: 10.1111/1467-6494.00049
- Bolat, Ş. A. (2016). *Erken dönem uyumsuz şemaların evlilik doyumu ile ilişkisi: Duygulanımın aracı değişken rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 454182).
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowling, N. A. ve Kirkendall, C. (2012). Workload: A review of causes, consequences, and potential interventions. J. Houdmont, S. Leka, ve R. R. Sinclair (Ed.), *Contemporary occupational health psychology: Global perspectives on research and practice* (ss. 221-238). New Jersey: Wiley Blackwell.
- Boyle, J. (2012). *Shared money, less conflict, stronger marriages: The relationship between money ownership perceptions, negative communication, financial satisfaction, marital satisfaction and marital instability* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Kansas State University, Manhattan.
- Bozkurt, İ. (2021). *Sosyal medya bağımlılık düzeyi ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 669832).
- Bradbury, T. N. ve Fincham, F. D. (1988). Individual difference variables in close Relationships: A contextual model in marriage as an integrative framework. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 54(4), 713-721. doi: 10.1037/0022-3514.54.4.713
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. ve Beach, S. R. H. (2004). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964-980. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x

- Bradley, J. M. ve Hojjat, M. (2017). A model of resilience and marital satisfaction. *The Journal of Social Psychology*, 157(5), 588-601. doi: 10.1080/00224545.2016.1254592
- Brock, R. L. ve Lawrence, E. (2009). Too much of a good thing: underprovision versus overprovision of partner support. *Journal of Family Psychology*, 23(2), 181-192. doi: 10.1037/a0015402
- Broeck, A., Ferris, D. L., Chang, C. H. ve Rosen, C. C. (2016). A review of Self-Determination Theory's basic psychological needs at work. *Journal of Management*, 42(5), 1195-1229. doi: 10.1177/0149206316632058
- Brown, M. (2013). *Benevolent sexism, perceived fairness, decision-making, and marital satisfaction: Covert power influences* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Antioch University, New England.
- Buluş, M. ve Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40), 0-0. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/26849/282356>
- Burman, B. ve Margolin, G. (1992). Analysis of the association between marital relationships and health problems: An interactional perspective. *Psychological Bulletin*, 112(1), 39-63. doi: 10.1037/0033-2909.112.1.39
- Buunk, B. P. ve Nauta, A. (2000). Why intraindividual needs are not enough: Human motivation is primarily social. *Psychological Inquiry*, 11(4), 279-283. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/2001-03012-004>
- Büber, Ö. (2022). *Kadınlarda baba bağlanmasından evlilik doyumuna giden yollar: Öz güven ve öz şefkatin seri aracı rolleri* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 790303).
- Büyük, Ş. (2019). *Evli bireylerde dindarlık ve cinsel mitlere inanç düzeyinin, evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 545162).
- Büyüköztürk, Ş. (2012, Mayıs). *Örnekleme yöntemleri*. Erişim adresi: <http://w3.balikesir.edu.tr/~msackes/wp/wp-content/uploads/2012/03/BAY-Final-Konulari.pdf>
- Büyüköztürk, Ş. (2023). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum*. (30. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.

- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2023). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. (34. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Callan, V. J. (1983). The voluntarily childless and their perceptions of parenthood and childlessness. *Journal of Comparative Family Studies*, 14(1), 87-96. Erişim adresi: <https://www.jstor.org/stable/41601329>
- Canbolat, P. (2023). *Çocukluk çağı travmatik yaşantılarının psikolojik dayanıklılık ve evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 791651).
- Candemir Karaburç, G. (2017). *Evli bireylerin problemli internet kullanımı, evlilik uyumu, eş tükenmişliği ve temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 470252).
- Canoğulları, Ö. ve Güçray, S. S. (2017). İnternet bağımlılık düzeyleri farklı ergenlerin cinsiyetlerine göre psikolojik ihtiyaçları, sosyal kaygıları ve anne baba tutum algılarının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(1), 42-57. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/cusosbil/issue/31939/350941>
- Carlson, N. R. (2012). *Physiology of behavior*. (11. Baskı). London: Pearson.
- Caulton, J. R. (2012). The development and use of the theory of ERG: A literature review. *Emerging Leadership Journeys*, 5(1), 2-8. Erişim adresi: <https://www.regent.edu/journal/emerging-leadership-journeys/alderfers-erg-theory-of-motivation/>
- Ceylan, T. (2022). *Spor yöneticilerinin psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu ve psikolojik ihtiyaç doyumunda denge düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 756799).
- Champman, A. R. (2014). *Marital power and marital satisfaction among American Muslims* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). George Mason University, ABD.
- Chen, F. F., Jing, Y., Hayes, A. ve Lee, J. M. (2013). Two concepts or two approaches? A bifactor analysis of psychological and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 14(3), 1033-1068. doi: 10.1007/s10902-012-9367-x

- Chirkov, V., Ryan, R. M., Kim, Y. ve Kaplan, U. (2003). Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 97-110. doi: 10.1037/0022-3514.84.1.97
- Cicioğlu, H. İ., Demir, G. T., Bulğay, C. ve Çetin, E. (2019). Elit Düzeyde sporcular ile spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı düzeyleri. *Bağımlılık Dergisi*, 20(1), 12-20. Erişim adresi: https://dergipark.org.tr/tr/pub/bagimli/issue/40920/514502#article_cite
- Cihangir Çankaya, Z. (2005). *Öz Belirleme modeli: Özerklik desteği, ihtiyaç doyumu ve iyi olma*. (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 159269).
- Cihangir Çankaya, Z. (2009). Öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve iyi olma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(3), 691-711. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/tebd/issue/26108/275077>
- Cobb, R. J., Davila, J. ve Bradbury, T. N. (2001). Attachment security and marital satisfaction: The role of positive perceptions and social support. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(9), 1131-1143. doi: 10.1177/0146167201279006
- Costa, S., Soenens, B., Gugliandolo, M. C., Cuzzocrea, F. ve Larcan, R. (2015). The mediating role of experiences of need satisfaction in associations between parental psychological control and internalizing problems: A study among italian college students. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 1106-1116. doi:10.1007/s10826-014-9919-2
- Cüceloğlu, D. (2000). *İnsan ve davranışı*. (7. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2008). *Korku kültürü-niçin “mış gibi” yaşıyoruz?* (2. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23. Erişim adresi: <https://www.acarindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423931694.pdf>
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2018). Bazı sosyo-demografik değişkenlere göre evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri: Bir profil çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67) 1027-1042. doi: 10.17755/esosder.341296

- Çalık, A. K. (2022). *Evlilik doyumunun değerler, iletişim becerileri ve sosyodemografik değişkenler bağlamında incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 747617).
- Çalık, T., Özbay, Y., Özer, A., Kurt, T. ve Kandemir, M. (2009). İlköğretim okulu öğrencilerinin zorbalık statülerinin okul iklimi, prososyal davranışlar, temel ihtiyaçlar ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 60(60), 555-576. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/kuey/issue/10337/126668>
- Çalışkan, E. (2023). *Üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımlarının yaşamda anlam, temel psikolojik ihtiyaçlar ve bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 784636).
- Çapkın, M. (2012). *Romantik kıskançlığın, bağlanma stilleri, benlik saygısı, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu açısından yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 358163).
- Çelebi, E. N. (2021). *Güvenli bağlanma ve evli bireylerde evlilik doyumu arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 722600).
- Çelik, E. (2014). The validity and reliability of the Turkish version of the Married Life Satisfaction Scale. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 3(4), 1-9. doi: 10.1177/1038416215583563
- Çelik, E. (2018). *Öğretmenlerin internet, sosyal medya bağımlılıkları ile evlilikte uyum ve aile işlevleri arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 520091).
- Çelik, M. ve Tümkaya, S. (2012). Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 223-238. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/kefad/issue/59493/855103>
- Çelikkaleli, Ö. (2004). *Lise öğrencilerinde sosyal yetkinlik beklentisi ve psikolojik ihtiyaçlar* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 147323).
- Çetin, B. T. (2010). *Evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 262145).

- Çetin, C. (2017). *Öznel iyi oluş ve motivasyonun algılanan özerklik desteği ve temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ile modellenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 470481).
- Çınar, L. (2008). *Evlilik doyumu: Cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 219551).
- Çırak, M. F. (2017). *Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasının incelenmesi (Ağrı ve Konya ili örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 481240).
- Çimen, S. E. (2007). *Görücü usulü ve anlaşılarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 191540).
- Dalan, U. (2020). *Evli bireylerde sosyal medya bağımlılığının evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerindeki etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 656248).
- Darcan Ayer, F. (2016). *Evlilik doyumunun, eş desteği, evlilik iletişim şekilleri ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 450027).
- Daş, M. (2019). *Evli bireylerin evlilikte uyum ve eş destek düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 582621).
- Deci, E. L., La Guardia, J. G., Moller, A. C., Scheiner, M. J. ve Ryan, R. M. (2006). On the benefits of giving as well as receiving autonomy support: mutuality in close friendships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(3), 313-327. doi: 10.1177/0146167205282148
- Deci, E. L. ve Moller, A. C. (2005). The concept of competence: A starting place for understanding intrinsic motivation and self-determined extrinsic motivation. A. J. Elliot ve C. S. Dweck (Ed.), *Handbook of competence and motivation* (ss. 579-597). New York: Guilford Publications.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. doi: 10.1207/S15327965PLI1104_01

- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182-185. doi: 10.1037/a0012801
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2014). Autonomy and need satisfaction in close relationships: relationships motivation Theory. *Human Motivation and Interpersonal Relationships*, 53-73. doi: 10.1007/978-94-017-8542-6_3
- Dede, S. (2020). *Evli bireylerde çatışma çözme becerileri, evlilik doyumu ve cinsel yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 640537).
- Demaris, A., Sanchez, L. A. ve Krivickas, K. (2012). Developmental patterns in marital satisfaction: Another look at covenant marriage. *The Journal of Marriage and Family*, 74(5), 989-1004. doi: 10.1111/j.1741-3737.2012.00999.x.
- Demir, G. T. ve Türkeli, A. (2019). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı ve zihinsel dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 10-24. doi: 10.25307/jssr.505941
- Demir Erbil, D. (2016). *Evli ve çalışan bireylerin çalışma yaşam kalitesinin evlilik uyumuna etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 434329).
- Demirtaş, E. (2021). *Evli bireylerde eş desteği, evlilik doyumu, sorun çözme becerileri ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 665205).
- Denli, Ö, S. (2016). *Evli çiftlerde eşler arasında algılanan kişilik benzerliğinin evlilik uyumu ve evlilik doyumuyla ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 428341).
- Devecioğlu, B. (2023). *Evli bireylerde, evlilik doyumunun psikolojik iyi oluş ve affetme davranışıyla ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 793353).
- Diako, D. M. (2012). *Discourses on autonomy and marital satisfaction among black women in dual-career marriages* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). University of Pretoria, Pretoria.

- DiDomenico, S. R. (2012). *Laughing matters: The impact of family humor on associations between family communication environments and family satisfaction*. USA: ProQuest LLC.
- Dilmaç, B. ve Bakırcıoğlu, A. (2019). Evli bireylerin sahip oldukları değerler, iletişim becerileri ve evlilik uyumu arasındaki yordayıcı ilişki. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), 110-122. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/pub/neueefd/issue/48214/574675>
- Doğan, A. (2017). *Bağlanma ile depresyon ilişkisinde ontolojik iyi oluş ve duygusal zekanın aracılık rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 463133).
- Doğan, T. ve Eryılmaz, D. A. (2013). Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 107-117. doi: 10.9779/PUJE434
- Doğan, İ. (2009). *Dünden bugüne Türk ailesi*. Ankara: Atatürk Kültür Merkez Yayınları.
- Dursun, A. ve Eraslan Çapan, B. (2018). Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Psikolojik İhtiyaçlar. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 128-140. doi: 10.17679/inuefd.336272
- Eagly, A. H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social-role interpretation*. London: Psychology Press.
- Eakman, A. M. (2013). The meaningful activity wants and needs assessment: A perspective on life balance. *Journal of Occupational Science*, 2, 1-18. doi: 10.1080/14427591.2013.769405
- Ekşi, A. (1990). *Çocuk, genç, ana babalar*. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Ekşi, H. (2021). *Çocukluk çağında yaşanan travma yaşantılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 654983).
- Ellis, A. (1986). Rational-emotive therapy applied to relationship therapy. *Journal of Rational-Emotive Therapy*, 4(1), 4-21. doi: 10.1007/BF01073477
- Emerson, R. M. (1976). Social exchange theory. *Annual Review of Sociology*, 2, 335-362. doi: 10.1146/annurev.so.02.080176.002003

- Emiroğlu, Z. (2018). *Examining the effects of basic psychological needs and life satisfaction levels on tendencies to violence of 10-14 aged middle school students* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 512209).
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam Dergisi*, 18(1), 39-47. Erişim adresi: <https://dusunenadamdergisi.org/storage/upload/pdfs/1587721786-en.pdf>
- Erberk, N., Yüksel, N., Boratav, C. ve Karakaş, S. (2005). Şizofreni, depresyon ve alkol bağımlılığında frontal bölge işlevselliğinin değerlendirilmesi. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 15(3), 93-103. Erişim adresi: <https://app.trdizin.gov.tr/makale/TIRnM05EWTI>
- Ercegovic, I. R. ve Bubic, A. (2015). Basic psychological needs predict participants' attitudes and expectations towards marriage. *Nordic Psychology* 68(2), 1-14. doi: 10.1080/19012276.2015.1071200
- Erdem, S. (2022). *Sosyal medya bağımlılığının yordayıcıları olarak temel psikolojik ihtiyaçlar ve utangaçlık* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 738502).
- Erdoğan, S. (2007). *Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Tıpta Uzmanlık Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 195096).
- Erdoğan Taycan, S. ve Çepik Kuruoğlu, A. (2014). Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(1), 9-18. Erişim adresi: <https://kutuphane.dogus.edu.tr/mvt/pdf.php>
- Erişti, A. (2012). *Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 298927).
- Erwin, P. G., Salter, K. ve Purves, D. G. (2001). Attachment style family and romantic relationships. *Psychological Reports*, 88(3_suppl), 1251-1252. doi: 10.2466/PRO.88.3.1251-1252
- Esen Pekşen, M. (2022). *Evli bireylerde erken dönem uyum bozucu şemaların evlilik uyumu ve evlilik doyumuna etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 763298).

- Eşici, H. (2014). *Romantik ilişki kalitesinin erken dönem uyumsuz şemalar, bağlanma ve psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmesi* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 381535).
- Fabellon, L. P., Hernandez, M. A. ve Lanic, P. J. (2011). *Henry Alexander Murray's theory of personology* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). University of Santo Tomas, Florida.
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction, and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships*, 9(1), 39-55. doi: 10.1111/1475-6811.00003
- Ferrell, J. D. (2011). *A functional role of Facebook: Psychological and social needs* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). University of Central Oklahoma, Oklahoma.
- Fidanoğlu, O. (2006). *Evlilik uyumu, mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 205965).
- Fincham, F. D. ve Bradbury, T. N. (1992). Assessing attributions in marriage: The relationship attribution measure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 457-468. doi: 10.1037/0022-3514.62.3.457
- Foster, J. D., Campbell, W. K. ve Twenge, J. M. (2003). Individual differences in narcissism: Inflated self-views across the lifespan and around the world. *Journal of Research in Personality*, 37(6), 469-486. doi: 10.1016/S0092-6566(03)00026-6
- Fowers, B. J. (1993). Psychology as public philosophy: An illustration of the moral dimension of psychology with marital research. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 13(2), 124-136. doi: 10.1037/h0091114
- Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M. ve Brumbaugh, C. C. (2011). The experiences in close relationships-relationships structures questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment*, 23(3), 615-625. doi: 10.1037/a0022898
- Framo, J. L. (1992). *Family of origin theory: An intergenerational approach*. New York: Brunner-Routledge.
- Friedman, K. (2003). Theory construction in design research: Criteria: Approaches, and methods. *Design Studies*, 24, 507-522. doi: 10.1016/S0142-694X(03)00039-5

- Gassanov, M. A. (2010). *Romantic relationship trajectories: Correlates and consequences for marital quality among low-income couples* (Doktora Tezi, Ohio State Üniversitesi). Erişim adresi: http://rave.ohiolink.edu/etdc/view?acc_num=osu1261145480
- Gaygusuz Daşdemir, S. (2021). *Evli bireylerde bağlanma stillerinin, ayrılık kaygısı ve evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 674151).
- Ger, S. (2021). *Hatırlanan anne-baba kabul ve reddi ile ebeveyn öz yeterliği, evlilik doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 677781).
- Ginsberg, B. G. (2000). Relationship enhancement couples therapy. F. M. Dattilio ve L. J. Bevilacqua (Ed.), *Comparative treatments for relationship dysfunction* (ss. 273-298). New York: Springer Publishing.
- Girgin, B. (2018). *Çatalca'da yaşayan evli bireylerin bağlanma stilleri, romantik kıskançlık düzeyi ve evlilik doyumu arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 519198).
- Glasser, W. (1984). *Control therapy*. New York: Harper and Row Publication.
- Glasser, W. (1999). *Kişisel özgürlüğün psikolojisi*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Glasser, W. (2003). *Seçim teorisi*. (Çev. M. İzmirli). İstanbul: Hayat Yayınları.
- Glenn, N. D. (1991). The recent trend in marital success in the United States. *Journal of Marriage and The Family*, 53(2), 261-270. Erişim adresi: <https://agris.fao.org/agris-search/search.do?recordID=US201301739707>
- Glenn, N. D. ve Weaver, C. N. (1981). The contribution of marital happiness to global happiness. *Journal of Marriage and the Family*, 161-168. doi: 10.2307/351426
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates
- Gök, F. (2017). *Lise öğrencilerinde akran zorbalığına maruz kalma: Temel psikolojik ihtiyaçlar ve anne-babaya duygusal erişilebilirlik* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 485616).

- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolcülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gönç, Y. (2022). *The effect of basic psychological needs and ways of coping on mental well-being and psychopathology: A cross-cultural study in Turkey, Brazil and Switzerland* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 750377).
- Güleç, S. (2020). *Romantik ilişkilerde doyum modeli: Temel psikolojik ihtiyaçlar, bilinçli farkındalık, ilişki niteliği, yükleme tarzları* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 625216).
- Güler, A. (2015). *Evli kadınların eşleriyle ilişkilerindeki doyum düzeyleri ile depresyon ve anksiyete arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 425085).
- Güler, F. (2020). *Temel psikolojik ihtiyaçlar ile egzersiz bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi: Kişisel eğitmen ile çalışan yetişkinler örneği* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 645587).
- Gülersoy, G. (2021). *18-30 yaş arası evli çiftlerde ayrılık anksiyetesinin evlilik doyumu üzerine etkisinin kadın ve erkeklerdeki ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 684614).
- Gülgün, S. (2019). *Evli bireylerde yaşanan çatışma ve affetme durumlarının evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 649471).
- Günay, S. (2007). *Evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 191541).
- Gündoğan, M. (2015). *Eşlerin bağlanma tarzları ile çift uyum düzeyi arasındaki ilişkinin araştırılması* (Tıpta Uzmanlık Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 377123).
- Gündoğdu, A. (2007). *Relationship between self-construals and marital quality* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 218059).

- Gündoğdu, R. ve Yavuzer, Y. (2012). Öğretmen adaylarının öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 115-131. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/19396/206025>
- Güneş, S. (2021). *Evlilik doyumu ile problemleri internet kullanımı ve aleksitimi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 728046).
- Güngör, H. C. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 211681).
- Güngör Houser, A. (2009). *Evli bireylerin sahip oldukları iletişim çatışması türü, romantik kıskançlık ve duygusal zekâ düzeylerinin evlilik doyumları üzerine etkisi* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 250099).
- Güngör, Z. Y. (2019). *Evli bireylerde yaşam doyumunun yordayıcısı olarak evlilik doyumu ve bağlanma boyutları* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 537659).
- Günlü, A. (2021). *Üniversite öğrencilerinde nomofobinin temel psikolojik ihtiyaçlar doyumu, öz kontrol ve duygu düzenleme değişkenleriyle modellenmesi* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 687786).
- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 204580).
- Güven, N. ve Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 49-61. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200151>
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (1991). Inner resources for school achievement: Motivational mediators of children's perceptions of their parents. *Journal of Educational Psychology*, 83(4), 508-517. doi: 10.1037/0022-0663.83.4.508
- Hacı, Y. (2011). *Evlilik uyumunun empatik eğilim, algılanan aile içi iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 286574).

- Hadden, B. W., Rodriguez, L. M., Knee, C. R. ve Porter, B. (2015). Relationship autonomy and support provision in romantic relationships. *Motivation and Emotion*, 39, 359-373. doi: 10.1007/s11031-014-9455-9
- Halford, W. K., Kelly, A. ve Markman, H. J. (1997). The concept of a healthy marriage. W. K. Halford ve H. J. Markman (Ed.), *Clinical handbook of marriage and couples interventions* (ss. 3-12). New York: John Wiley.
- Halmatov, S. (2007). *Türkiye’de eğitim görmekte olan yabancı uyruklu öğrenciler ile T.C. uyruklu öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılaştırılmalı olarak incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 229110).
- Hatipoğlu, Z. (1993). *Kadın ve erkeklerin evlilik doyumlarında evlilik çatışmasının ve bazı demografik değişkenlerin rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Hayırlı Hanay, B. (2022). *Çocukluk çağı travmaları, algılanan sosyal destek ve evlilik doyumu ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 725551).
- Hawkins, D. N. ve Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on well-being. *Social Forces*, 84(1), 451-471. doi: 10.1353/sof.2005.0103
- Herzberg, F. (1976). *The managerial choice: To be efficient and to be human*. Chicago: Homewood.
- Hofer, J., Bush, H. ve Kartner, J. (2011). Self-regulation and well-being: The influence of identity and motives. *European Journal of Personality*, 25(3), 211-224. doi: 10.1002/per.789
- Holmes, B. M. (2007). In search of my “one-and-only”: romance-related media and beliefs in romantic relationship destiny. *The Electronic Journal of Communication*, 17(3/4), 1-29. Erişim adresi: https://www.academia.edu/1320541/IN_SEARCH_OF_MY_ONE_AND_ONLY_ROMANCE_RELATED_MEDIA_AND_BELIEFS_IN_ROMANTIC_RELATIONSHIP_DESTINY
- Hortaçsu, N. (1991). Evlilik ve boşanma nedenlerine verilen önemi etkileyen faktörler olarak değerlendirme yaklaşımı, cinsiyet ve medeni durum. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1). Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/spcd/issue/21106/227316>

- Huitt, W. (2017). Hierarchy of needs. F. Moghaddam (Ed.), *The SAGE encyclopedia of political behavior* (ss. 356-357). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Hull, C. L. (1937). Mind, mechanism and adaptive behavior. *The Psychological Review*, 44(1), 1-32. doi: 10.1037/h0058294
- Hünler, O. S. (2002). *The Effects religiousness on marital satisfaction and the mediator role of perceived marital problem solving abilities between religiousness and marital satisfaction relationship* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 123047).
- Hüsrevoğlu, M. (2019). *Psikolojik iyi oluş ile evlilik doyumu arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 599812).
- Inguglia, C., Ingoglia, S., Liga, F., Lo Coco, A. ve Lo Cricchio, M. G. (2014). Autonomy and relatedness in adolescence and emerging adulthood: Relationships with parental support and psychological distress. *Journal of Adult Development*, 22(1), 1-13. doi: 10.1007/s10804-014-9196-8
- İşiloğlu, B. (2006). *Anksiyete ve depresyon tanısı ile izlenen evli kadınlarda aile içi şiddetin sosyo-demografik faktörler, çift uyumu ve hastalıkla ilişkisi* (Yayımlanmamış uzmanlık tezi). T.C. Sağlık Bakanlığı Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.
- İlhan, T. ve Özbay, Y. (2010). Yaşam Amaçlarının ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34), 109-116. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/21454/229787>
- İmamoğlu, E. O. (1995). Değişim sürecinde aile: Evlilik ilişkileri, bireysel gelişim ve demokratik değerler. *1994 Aile kurultayı*, 33-51. Ankara: Aile Araştırma Kurumu.
- İşçioğlu, N. (2022). *Evli bireylerde evlilik doyumu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide ilişkisel ihtiyaçların aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 790258).
- Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M. ve Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 76(1), 105-129. doi: 10.1111/jomf.12077

- Jose, O. ve Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33(1), 73-85. doi: 10.1080/00926230600998573.
- Kahvecioğlu, C. (2014). *Eş seçiminin, terkedilme şeması, baskın nöral sistemler, evlilik mitleri ve bağlanma stilleri açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 427625).
- Kabasakal, Z. ve Soylu, Y. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 208-214.
- Kamp Dush, C. M., Taylor, M. G. ve Kroeger, R. A. (2008). Marital happiness and psychological well-being across the life course. *Family Relations*, 57(2), 211-226. doi: 10.1111/j.1741-3729.2008.00495.x
- Kanburoğlu, B. (2019). *Evli kadınlarda evlilik yaşı ve evlenme biçiminin evlilik doyumu ve depresyon düzeyine olan etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 579685).
- Kaplan, Ş. (2021). *Çalışan evli bireylerde evlilik doyumu ve psikolojik iyi oluş düzeyleri ile bazı demografik değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 685608).
- Karamehmetoğlu Çemberci, M. (2019). *Eşlerde ilişki doyumunun belirleyicileri olarak yaşam pozisyonları ve temel psikolojik ihtiyaçlar* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 554165).
- Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (37. basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karataş, S. (2016). *Ergenlerde bağlanma ve kimlik statüleri: Temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolünün incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 447857).
- Kasapoğlu, F., Kutlu, M. ve Durmuş, E. (2017). Evli bireylerde kişilerarası ilişki tarzı ile evlilik doyumu arasındaki ilişki: Evlilikte özyeterlik algısının aracı rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5(11), 470-487. doi: 10.7816/nesne-05-11-07
- Kasser, V. M. ve Ryan, R. M. (1999). The relation of psychological needs for autonomy and relatedness to health, vitality, well-being and mortality in a nursing home. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(5), 935-954. doi: 10.1111/j.1559-1816.1999.tb00133.x

- Kaşka, F. (2022). *Fitness egzersizi yapan bireylerde temel psikolojik ihtiyaçlar ve egzersiz bağımlılığı* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 745761).
- Kavak, A. (2018). *Evli bireylerde çatışma yönetimi ve evlilik doyumu* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 515691).
- Kayış, T. (2019). *Evlilik doyumunun sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ve problem çözme becerisi ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 543724).
- Kaynak Malatyalı, M. ve Büyükşahin Sunal, A. (2020). Evli çiftlerde bağlanma boyutları ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide evlilik gücünün aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(85), 65-78. doi: 10.31828/tpd1300443320181219m000016
- Keçebaş, H. (2020). *Yeni evlenen ve uzun süreli evli çiftlerin bağlanma stillerinin ve eş desteğinin evlilik doyumu üzerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 659763).
- Keçeli, A. (2020). *Bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyinin ve sosyal medya bağımlılığının evlilik doyumu açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 634192).
- Kendir, M. E. ve Demirli, C. (2016). Evlilik doyumu üzerinde anne baba tutumunun etkisinin incelenmesi. *Education Sciences*, 11(3), 96-113. doi: 10.12739/NWSA.2016.11.3.1C0656
- Kerkhof, P., Finkenauer, C. ve Muusses, L. D. (2011). Relational consequences of compulsive internet use: A longitudinal study among newlyweds. *Human Communication Research*, 37(2), 147-173. doi: 10.1111/j.1468-2958.2010.01397.x
- Kervancıoğlu, H. (2016). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumunu yordama gücü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 454203).
- Ketenci, H. (2023). *Evlilik doyumunun evlilikte güç algısı ve bağışlayıcılık açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 774591).
- Khumalo, I. P., Temane, Q. M. ve Wissing, M. P. (2012). Socio-demographic variables, general psychological well-being and the mental health continuum in an African

context. *Social Indicators Research*, 105(3), 419-442. doi: 10.1007/s11205-010-9777-2

Kılıç, Ş. H. (2017). *Bipolar bozukluk sahibi ebeveynle büyümüş olan bireylerin bağlanma stilleri ile evlilik doyumu arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 485515).

Kılınç, Z. ve Gürer, B. (2019). Doğa sporları yapanların temel psikolojik ihtiyaçlarının zihinsel dayanıklılığa etkisi. *Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 222-233. doi: 10.33459/cbubesbd.576242

Kışlal, Y. D. (2022). *Zorbalık mağduriyetinin yordayıcıları olarak öz-şefkat, çocukluk deneyimleri ve temel psikolojik ihtiyaçlar: Bir karma yöntem araştırması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 773145).

Kızılkaya, O. (2021). *The role of attachment and conflict resolution styles on romantic relationship commitment of emerging adults: Investment model perspective* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 663183).

Kiecolt-Glaser, J. K. ve Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin*, 127(4), 472-503. doi: 10.1037/0033-2909.127.4.472

Kim, H. K. ve McKenry, P. C. (2002). The relationship between marriage and psychological well-being: A longitudinal analysis. *Journal of Family Issues*, 23(8), 885-911. doi: 10.1177/019251302237296

Kirkland, R., Karlin, N., Stellino, M. ve Pulos, S. (2011). Basic psychological needs satisfaction, motivation, and exercise in older adults. *Activities, Adaptation & Aging*, 35(3), 181-196. doi: 10.1080/01924788.2011.596764

Kodan, S. (2013). *Evli bireylerin evlilik kalitesi toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 331738).

Koerner, N., Tallon, K. ve Kusec, A. (2015). Maladaptive core beliefs and their relation to generalized anxiety disorder. *Cognitive Behaviour Therapy*, 44(6), 441-455. doi: 10.1080/16506073.2015.1042989

Koyunsever, V. S. (2022). *Evlilik doyumunun yordanmasında psikolojik iyi oluş, öz anlayış, bilinçli farkındalık ve eş tükenmişliğinin rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 714615).

- Köseoğlu, E. (2021). *Evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve psikolojik dayanıklılıklarının evlilik doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 675441).
- Kubat, D. E. (2012). *Evli bireylerde aldatma eğilimi ve evlilik doyumu ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 342420).
- Kublay, D. ve Oktan, V. (2015). Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 25-35. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/42746/515941>
- Kulaber Demirci, M. (2019). *Evli bireylerin öznel iyi oluş düzeyleri ile mizah tarzları, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve evlilik uyumu arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 546364).
- Kuru, E. K. (2022). *Üniversite öğrencilerinde ilişki doyumu ve romantik obsesyon ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 745786).
- Kürker, F. (2021). *Öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ile akademik erteleme arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolünün incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 676787).
- La Guardia, J. G. ve Patrick, H. (2008). Self-determination theory as a fundamental theory of close relationships. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 49(3), 201. doi: 10.1037/a0012760
- Leak, G. K. ve Cooney, R. R. (2001). Self-determination, attachment styles, and well-being in adult romantic relationships. *Representative Research in Social Psychology*, 25, 55-62. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/2001-11746-007>
- Lee, S. (2014). *Comparing marital satisfaction, acculturation, and personality across Asian-mixed couples and Asian couples in the United States* (Doktora Tezi, Texas A&M Üniversitesi). Erişim adresi: <http://hdl.handle.net/1969.6/503>
- Lippitt, J. (2005). Is a sense of humour a virtue? *The Monist*, 88(1). doi: 10.2307/27903917
- Lunenburg, F. C. (2011). Expectancy theory of motivation: Motivating by altering expectations. *International Journal of Management, Business and Administration*, 15(1), 1-6. Erişim adresi:

<http://www.nationalforum.com/Electronic%20Journal%20Volumes/Luneneburg,%20Fred%20C%20Expectancy%20Theory%20%20Altering%20Expectations%20IJMB A%20V15%20N1%202011.pdf>

Maeng, S. ve Arbeau, K. J. (2018). *#Thestruggleisreal: Fear Of Missing Out (FoMO) and nomophobia can, but do not always, occur together*. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/327477166_TheStruggleIsReal_Fear_of_missing_out_FoMO_and_nomophobia_can_but_do_not_always_occur_together

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396. doi: 10.1037/h0054346

Masur, P. K., Reinecke, L., Ziegele, M. ve Quiring, O. (2014). The interplay of intrinsic need satisfaction and Facebook specific motives in explaining addictive behavior on Facebook. *Computers in Human Behavior*, 39, 376-386. doi: 10.1016/j.chb.2014.05.047

McLeod, S. (2007). Maslow's hierarchy of needs. *Simply Psychology*, 1. Erişim adresi: <https://www.simplypsychology.org/maslow.html>

McNulty, J. K., Wenner, C. A. ve Fisher, T. D. (2014). Longitudinal associations among relationship satisfaction, sexual satisfaction and frequency of sex in early marriage. *Archives of Sexual Behavior*, 45(1), 85-97. doi: 10.1007/s10508-014-0444-6

Meehl, P. E. (1992). Needs (Murray, 1938) and state-variables (Skinner, 1938). *Psychological Reports*, 70(2), 1-37. doi: 10.2466/pr0.1992.70.2.407

Mert, A., Çağlayan, R. ve Akgül, A. (2018). *Öğretmenlerin nomofobi düzeyleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. XX. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Samsun.

Metin, G. (2022). *Akıllı telefon bağımlılığının evli çiftlerde yaşam kalitesi ve evlilik doyumu üzerindeki etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 722848).

Milyavskaya, M. ve Koestner, R. (2011). Psychological needs, motivation, and well-being: A test of self-determination theory across multiple domains. *Personality and Individual Differences*, 50(3), 387-391. doi: 10.1016/j.paid.2010.10.029

- Muşdal Çelebi, B. (2019). *Çocukluk çağı travmatik yaşantıları, yetişkin bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşun evlilik doyumu üzerindeki etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 566501).
- Naemi, A. M. (2018). Relationship between basic psychological needs satisfaction with resilience and marital satisfaction in teachers. *International Journal of Educational and Psychological Researches*, 4(2), 78-83. Erişim adresi: https://www.ijepjournal.org/temp/IntJEducPsycholRes4278-4983101_135031.pdf
- Nazlı, B. (2019). *Konya ilinde yaşayan evli öğretmenlerin duygusal zekâ ve bağlanma stillerinin evlilik doyumuna etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 558918).
- Nergis, T. (2022). *Sosyal medya kullanım süresi ile evlilik doyumu ve depresif belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 763508).
- Nguyen, T. P., Karney, B. R. ve Bradbury, T. N. (2017). Childhood abuse and later marital outcomes: Do partner characteristics moderate the association? *Journal of Family Psychology*, 31(1), 82-92. doi: 10.1037/fam0000208
- Niemiec, C. P. Ve Ryan, R. M. (2009). Autonomy, competence, and relatedness in the classroom applying Self-Determination Theory to educational practice. *Theory and Research in Education*, 7, 133-144. doi: 10.1177/1477878509104318
- Nishimura, T. ve Suzuki, T. (2016). Aspirations and life satisfaction in Japan: The big five personality makes clear. *Personality and Individual Differences*, 97, 300-305. doi: 10.1016/j.paid.2016.02.070
- Nord, W. (1973). Adam smith and contemporary social exchange theory. *The American Journal of Economics and Sociology*, 32(4), 421-436. doi: 10.1111/j.1536-7150.1973.tb02440.x
- Okur, S. (2019). *Lise öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları ile problemli internet kullanımları arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracılık rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 587200).
- Öner, D. Ş. (2013). *Evli bireylerin evlilik çatışması, çatışma çözüm stilleri ve evlilik uyumlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 342346).

- Öz, T. (2019). *Çiftlerde depresyon, mutluluk ve psikolojik iyi oluş ile evlilik doyumu arası ilişkilerde evlilik süresinin aracı rolünün incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 559768).
- Özbek, M. (2016). *Evli bireylerde yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşlarının çeşitli* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 429710).
- Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve aile terapisi*. (3. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Öziş, G. (2016). *Evlilik yaşam doyumunun algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 431347).
- Öztahtacı, D. (2017). *Evli kadınlarda evlilik doyumu, yetişkin bağlanma stilleri ve depresyon düzeyinin ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 486238).
- Pang, M. F. (2006). The use of learning study to enhance teacher professional learning in Hong Kong. *Teaching Education*, 17, 27-42. doi: 10.1080/10476210500527915
- Patrick, H., Knee, C. R., Canevello, A. ve Lonsbary, C. (2007). The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A selfdetermination theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(3), 434-457. doi: 10.1037/0022-3514.92.3.434
- Perrone McGovern, K. M., Boo, J. N. ve Vannatter, A. (2012). Marital and life satisfaction among gifted adults. *Roeper Review: A Journal on Gifted Education*, 34(1), 46-52. doi: 10.1080/02783193.2012.627552
- Philippe, F. L., Koestner, R., Beaulieu-Pelletier, G. ve Lecours, S. (2011). The role of need satisfaction as a distinct and basic psychological component of autobiographical memories: A look at well-being. *Journal of Personality*, 79(5), 905-938. doi: 10.1111/j.1467-6494.2010.00710.x
- Pléchaty, M., Couturier, S., Cote, M., Roy, M. A., Massicotte, J. ve Freeston, M. H. (1996). Dimensional analysis of past and present satisfaction in relation to present marital satisfaction. *Psychological Reports*, 78(2), 657-658. doi: 10.2466/pr0.1996.78.2.65

- Polat, D., (2006). *Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 186979).
- Polatoğlu, M. F. (2022). *Kadınlarda evlilik doyumu, depresyon ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 722734).
- Poston, B. (2009, Ağustos). Maslow's hierarchy of needs. *The Surgical Technologists*, 347-353. Erişim adresi: <https://www.ast.org/articles/2009/2009-08-308.pdf>
- Proulx, C. M., Helms, H. M. ve Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576-593. doi: 10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x
- Rabuş, A. (2022). *Kadınların cinsel yaşam kalitesinin evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 725021).
- Rauer, A. J. ve Volling, B. L. (2005). The role of husbands' and wives' emotional expressivity in the marital relationship. *Sex Roles*, 52(9-10), 577-587. doi: 10.1007/s11199-005-3726-6
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J. ve Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 419-435. doi: 10.1177/0146167200266002
- Rink, J. E. (2009). *Designing the physical education curriculum: Promoting active lifestyles*. Boston, MA: McGraw-Hill Education.
- Rusbult, C. E. ve Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(2), 175-204. doi: 10.1177/026540759301000202
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality*, 63, 397-427. doi: 10.1111/j.1467-6494.1995.tb00501.x
- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.68

- Ryan, D. ve Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual reversal Psychology*, 52, 141-166. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryan, R. M., ve Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. New York: The Guilford Press.
- Ryan, R. M. ve Lynch, J. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60(2), 340-356. doi: 10.2307/1130981
- Ryan, R. M., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M. ve Deci, E. L. (2011). Motivation and autonomy in counseling, psychotherapy, and behavior change: A look at theory and practice. *The Counseling Psychologist*, 39(2), 193-260. doi: 10.1177/0011000009359313
- Sacher, J. A. ve Fine, M. A. (1996). Predicting relationship status and satisfaction after six months among dating couples. *Journal of Marriage and the Family*, 58(1), 21-32. doi: 10.2307/353374
- Salepci, S. (2020). *Evli bireylerde öz şefkat, benlik saygısı ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 651897).
- Sandberg, J. G., Yorgason, J. B., Miller, R. B. ve Hill, E. J. (2012). Family-to-work spillover in Singapore: Marital distress, physical and mental health, and work satisfaction. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 61(1), 1-15. doi: 10.1111/j.1741-3729.2011.00682.x
- Saraç, E. (2021). *Evli bireylerde cinsel tutum ve bağlanma stillerinin evlilik doyumuna etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 680308).
- Sardoğan, M. ve Karahan, F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programının evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 89-102. Erişim Adresi: <https://app.trdizin.gov.tr/publication/paper/detail/TmpRM05UYzM=>

- Sarı, T. (2012). *Evli bireylerin ebeveyn algıları, otomatik düşünceleri ve bağlanma stillerinin evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 342433).
- Schramm, D. G., Marshall, J. P., Harris, V. W. ve Lee, T. R. (2012). Religiosity, homogamy, and marital adjustment: An examination of newlyweds in first marriages and remarriages. *Journal of Family Issues*, 33(2), 246-268. doi: 10.1177/0192513X11420370
- Schultheiss, O. ve Brunstein J. (2010). The achievement motive: A review of theory and assessment of achievement, hope of success, and fear of failure. J. S. Pang (Ed.), *Implicit motives* (ss. 30-70). New York: Oxford University Press.
- Schultz, D. E. ve Schultz, H. F. (1998). Transitioning marketing communication into the twenty-first century. *Journal of Marketing Communications*, 4(1), 9-26. doi: 10.1080/135272698345852
- Sedef Timur, M. (2008). *Boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 234652).
- Seider, B. H., Hirschberger, G., Nelson, K. L. ve Levenson, R. W. (2009). We can work it out: age differences in relational pronouns, physiology, and behavior in marital conflict. *Psychol Aging*, 24(3), 604-13. doi: 10.1037/a0016950.
- Sevinç, M. ve Garip, E.S. (2010). A study of parents' child raising styles and marital harmony. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2, 1648-1653. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.03.252
- Sevinçli M. C. ve Eğer Aydoğmuş M. (2022). Öz belirleme kuramı temelinde bir müdahale aracı olarak video oyunları. *Psikiyatri Güncel Yaklaşımlar*, 14(2), 207-220. doi: 10.18863/pgy.974968
- Sharma, J. ve Sidhu, R. (2009). Differential stress and subjective well-being as determinants of quality of life among aged. *Indian Journal of Gerontology*, 23(2), 183-192. Erişim adresi: <http://www.gerontologyindia.com/pdf/vol-23-2.pdf>
- Sheldon, K. M. ve Kasser, T. (2001). Getting older, getting better? Personal strivings and psychological maturity across the life span. *Developmental Psychology*, 37(4), 491-501. doi: 10.1037/0012-1649.37.4.491

- Shollenberger, M. A. (2001). *Increasing marital adjustment in graduate students and their spouses through relationship enhancement* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). State University, Virginia.
- Sığırcı, A. (2010). *Evli bireylerde bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançların evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 270785).
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971-980. doi: 10.1037/0022-3514.59.5.971
- Skinner, B. F. (1989). Review of Hull's principles of behavior. *Journal of The Experimental Analysis of Behavior*, 51(2), 287-290. doi: 10.1901/jeab.1989.51-287
- Smith, P. J., Cronje, G. J., Brevis, T. ve Vrba, M. J. (2011). *Management principles: A contemporary edition for Africa*. Cape Town: Africa Juta Company.
- Snyder, M. (1979). Self-monitoring processes. *Advances in Experimental Social Psychology*, 12, 85-128. doi: 10.1016/S0065-2601(08)60260-9
- Soylu, Y. ve Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 44-54. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/21463/230061>
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and Family*, 38, 15-28. doi: 10.2307/350547
- Spereitzer, G., Kızılos, M. ve Nason, S. (1997). A dimensional analysis of the relationships between psychological empowerment and effectiveness, satisfaction and strain. *Journal of Management*, 23(5), 679-704. doi: 10.1177/014920639702300504
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199-228. doi: 10.1111 / j.1467-6494.2007.00484.x
- Stello, C. M. (2011). Herzberg's two-factor theory of job satisfaction: An integrative literature review. *Journal of Education and Human Development*, 1-32. Erişim adresi: <https://www.semanticscholar.org/paper/Herzberg-%E2%80%99s-Two-Factor->

Theory-1-Herzberg-%E2%80%99-s-of-%3A-
Stello/5c203ef79d233a1788ee4e9c433af1b71db55ade

- Stepanikova, I., Nie, N. H. ve He, X. (2010). Time on the Internet at home, loneliness, and life satisfaction: Evidence from panel time-diary data. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 329-338. doi: 10.1016/j.chb.2009.11.002
- Suler, J. (2005). Contemporary media forum: The online disinhibition effect. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 2(2), 184-188. doi: 10.1002/aps.42
- Şahin, B. (2021). *Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerde suçluluk-utanç düzeyi, yılmazlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 694136).
- Şahin, E. S. ve Korkut Owen, F. (2009). Psikolojik ihtiyaçları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 4(32), 64-67. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200200>
- Şeker, S. E. (2014). Dijitalleşme. *Yönetim Bilişim Sistemleri Ansiklopedisi*, 1(1), 6-8. Erişim adresi: https://www.ybsansiklopedi.com/wp-content/uploads/2014/10/m3_p7_8_dijitallesme.pdf
- Şentürk, Ü. (2006). *Parçalanmış aile çocuk ilişkisinin sebep olduğu sosyal problemler (Malatya uygulaması)*. (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 190182).
- Şimşek, Ö. F. ve Koydemir, S. (2012). Linking metatraits of the big five to well-being and ill-being: do basic psychological needs matter? *Social Indicators Research*, 112, 221-238. Erişim adresi: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-012-0049-1>
- Şirin, İ. (2023). *Lise öğrencilerinin beden eğitiminde temel psikolojik ihtiyaçlarının ve beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 785934).
- Tarhan, N. (2005). *Kadın psikolojisi*. İstanbul: Nesil Basım Yayın.
- Tarı, N. (2022). *Yalnızlık, depresyon ve anksiyetenin evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 748287).

- Taş, Y. (2016). *Evli bireylerde yaşanan çatışmalar, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 438557).
- Taşdemir, E. (2014). *Evlilik doyumu ile bilişsel şemalar arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 429602).
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 332630).
- Tekin, N. İ. (2017). *Boşanmış kadınların yaşam doyumlarının yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 485670).
- Terzi, H. (2015). *The interplay between self-compassion, attachment security & relational attributions on marital functioning* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 733761).
- Terzioğlu, R.G. ve Şener, A. (2002). *Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması*. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Terzi İlhan, S. ve Işık, Ş. (2019). Evliliğin ilk yıllarında evlilik yaşamı deneyimi ve evliliğe ilişkin algılar: Sorunlar, zorluklar ve ihtiyaçlar. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 1430-1448. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/enad/issue/49738/638089>
- Tezer, E. (1996). Conflict-handling behavior toward spouses and supervisors. *The Journal Of Psychology*, 130(3), 281-292. doi: 10.1080/00223980.1996.9915009
- Tezer Çakmak, R. (2022). *The roles of attachment behaviors and conflict resolution styles in relationship satisfaction: A comparison of long-distance and geographically close romantic relationships* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 758925).
- Tezer Yörük, N. (2016). *Examining marital satisfaction in binational marriages, from an ecosystem perspective* (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Tilden, T. ve Dattilio, F. M. (2005). Vulnerability schemas of individuals in couples relationships: A cognitive perspective. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 27(2), 139-162. doi: 10.1007/s10591-005-4036-4
- Timur, M. S. (2008). *Boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 234652).
- Toksöz, İ. (2018). *Evli bireylerde bağlanma stilleri ve bilişsel esnekliğin ilişki doyumuna etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 512469).
- Tolan, Ö. Ç. (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması (Diyarbakır ili örneği)* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 384745).
- Toprak Ayyıldız, S. (2020). *Bağlanma stilleri ve duygu dışavurumunun evlilik doyumu üzerindeki etkileri* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 659766).
- Toprak Gültekin, D. (2019). *Evlenme biçimi ve evlenme süresi bağlamında evlilik öncesi sürecin kadınlardaki evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 579428).
- Tozan, S. Y. (2019). *Çocukluk çağı travmalarının evlilik uyumu ve evlilik doyumuna etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 537130).
- Tuğran, A. Z. (2020). *Lise öğrencilerindeki akran zorbalığının yordayıcıları olarak anne baba tutumu ve temel psikolojik ihtiyaçlar* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 656561).
- Turanlı, P. (2010). *Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 278776).
- Tuzcu, A. (2017). *Evli bireylerde kişilik özelliklerinin evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerine etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Tüfek, A. (2023). *İleri yetişkin evli bireylerde başarılı yaşlanmanın evlilik doyumu, öz-şefkat ve yaşam doyumu bakımından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 778804).
- Tümöz, E. D. (2018). *Kadınlarda evlilik doyumunun kadınların kişilik özellikleri, yalnızlık algıları ve eş değerlendirmeleri bağlamında incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 531738).
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2022). *Evlenme ve boşanma istatistikleri* (Rapor No. 45568). Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2021-45568>
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2023). *Evlenme ve boşanma istatistikleri* (Rapor No. 49437). Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bo%C5%9Fanma-%C4%B0statistikleri-2022-49437&dil=1#:~:text=Evlenen%20%C3%A7iftlerin%20say%C4%B1s%C4%B1%202021%20y%C4%B1l%C4%B1nda,binde%206%2C76%20olarak%20ger%C3%A7ekle%C5%9Fti.&text=Bo%C5%9Fanan%20%C3%A7iftlerin%20say%C4%B1s%C4%B1%202021%20y%C4%B1l%C4%B1nda,y%C4%B1l%C4%B1nda%20180%20bin%20954%20oldu>.
- Tütüncü, M. (2012). *Yönetici ve çalışanların psikolojik iyi olma ve stres düzeyleri açısından karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 314116).
- Uçak, D. (2015). *Evli çiftlerin kişilik özelliklerinin evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 425065).
- Uçar, E. (2018). *Psikolojik iyi oluş yordayıcısı olarak dindarlık, evlilik doyumu ve problem çözme* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 504159).
- Uduji, J. I. ve Ankeli, M. O. (2013). Needs for achievement, affiliation, and power: The possible sales manager's actions for exceptional salesforce performance. *Research Journal of Finance and Accounting*, 4(9), 96-103. Erişim adresi: <https://www.iiste.org/Journals/index.php/RJFA/article/view/6713/7122>
- Urgancı, Ç. (2018). *İstanbul 112 acil sağlık hizmetleri çalışanlarının mesleki tükenmişlik düzeyleri, algılanan stres düzeyi ve stresle başa çıkma stillerinin evlilik doyumunu*

- yordama gücü (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 515684).
- Uslu, S. (2022). *Evli bireylerde öz eleştirelilik seviyesi ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 770253).
- Uluyol, F. M. (2014). *Bağlanma örüntüleri, eşe yönelik kişilerarası şemalar ve evlilik sorunlarıyla başa çıkabilme düzeyleri arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 365023).
- Ulcısaıkhon, U. (2018). *Moğolistan'da sosyal koruma bağlamında aile politikaları* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 502579).
- Uzel, A. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisinde çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 410230).
- Üncü, S. (2007). *Duygusal zekâ ve evlilik doyumu ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 232064).
- Ürkmez, E. (2005). *Dini inanç, tutum ve davranışların eşler arası iletişime etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 161736).
- Üzerek, İ. (2020). *Evli bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 698820).
- Van Eerde, W. ve Thierry, H. (1996). Vroom's expectancy models and work-related criteria: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 81(5), 575-586. doi: 10.1037/0021-9010.81.5.575
- Vansteenkiste, M. ve Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(3), 263-280. doi: 10.1037/a0032359
- Venugopalan, O. (2007). *Maslow's theory of motivation its relevance and application among non-managerial employees of selected public and private sector undertakings in Keral* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). University of Calicut, Hindistan.

- Villa, M. B. ve Del Prette, Z. A. P. (2013). Marital satisfaction: The role of social skills of husbands and wives. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 23(56), 379-388. doi: 10.1590/1982-43272356201312
- Wang, Z., Hung, J., Wang, L., Liu, Y., Liu, W., Zhao, S. ve Liu, Z. (2021). Cation-tuning induced d-band center modulation on co-based spinel oxide for oxygen reduction/evolution reaction. *Angewandte Chemie International Edition*, 61(16). doi: 10.1002/anie.202114696
- Ward, P. J., Lundberg, N. R., Zabriskie, R. B. ve Berrett, K. (2009). Measuring marital satisfaction: A comparison of the Revised Dyadic Adjustment Scale and the Satisfaction with Married Life Scale. *Marriage & Family Review*, 45(4), 412–429. doi: 10.1080/01494920902828219
- Wehmeyer, M. (1999). A functional model of Self Determination: Describing development and implementing instruction. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 14(1), 53-62. doi: 10.1177/108835769901400107
- Wehmeyer, M. L., Agran, M. ve Hughes, C. (2000). A national survey of teachers' promotion of self-determination and student-directed learning. *The Journal of Special Education*, 34(2), 58–68. doi: 10.1177/002246690003400201
- Wei, M., Shaffer, P. A., Young, S. K. ve Zakalik, R. (2005). Adult Attachment, Shame, Depression, and Loneliness: The Mediation Role of Basic Psychological Needs Satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 591-601. doi: 10.1037/0022-0167.52.4.591
- Whetten, D. A. ve Cameron, K. S. (2010). *Developing management skills*. (5. Baskı). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Whisman, M. A. ve Baucom, D. H. (2012). Intimate relationships and psychopathology. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 15(1), 4-13. doi: 10.1007/s10567-011-0107-2
- Williams, K. (2003). Has the future of marriage arrived? A contemporary examination of gender, marriage and psychological well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 44(4), 470-487. doi: 10.2307/1519794
- Xiaohe, X. ve Whyte, M. K. (1990). Love matches and arranged marriages: A Chinese replication. *Journal of Marriage and the Family*, 52(3), 709-722. doi: 10.2307/352936

- Yalçın Koçkan, S. (2015). *Evli çiftlerde otomatik düşüncelerin ve bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumuna etkisinin değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 429601).
- Yan, Y., Wang, J., Yu, W., He, L. ve Oei, T. P. S. (2018). Young schema questionnaire: factor structure and specificity in relation to anxiety in chinese adolescents. *The Psychiatry Investigation*, 15(1), 41-48. doi: 10.4306/pi.2018.15.1.41.
- Yanar Güngör, Z. (2019). *Evli bireylerde yaşam doyumunun yordayıcısı olarak evlilik doyumu ve bağlanma boyutları* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 537659).
- Yang, C. L, Hwang, M. ve Chen, Y. (2011). An empirical study of the existence, relatedness, and growth (ERG) theory in consumer's selection of mobile value added services. *African Journal of Business Management*, 5(19), 7885-7898. doi: 10.5897/AJBM10.1586
- Yarkın, E. (2014). *Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin ilişki doyumu ve yaşam doyumu düzeyine katkısının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 375352).
- Yasul, Y. (2016). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 440458).
- Yedirir, S. ve Hamarta, E. (2015). Emotional expression and spousal support as predictors of marital satisfaction: The case of Turkey. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 15(6), 1549-1558. doi: 10.12738/estp.2015.6.2822
- Yeşiltepe, S. S. (2011). *Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluş ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 299921).
- Yeter, Ö. (2016). *Bağlanma stilleri, temel psikolojik ihtiyaçlar doyumu ve kıskançlık ilişkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde araştırma* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No:441302).
- Yıldırım, E. (2019). *Çevrimiçi oyun bağımlılığının algılanan sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçlarla ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 554183).

- Yıldız, Ö. Z. (2018). *Evlilik doyumunun öncülleri ve sonuçları: Depresyon, kaygı, erken dönem uyumsuz şemalar* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 508895).
- Yılmaz, Z. S. (2018). *Eşler arası uyum ve dindarlık (Kahramanmaraş örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 489217).
- Yiğit, E. (2018). *Evli kadınlarda aile içi şiddet ile evlilik doyumu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 526704).
- Yiğit, M. Ç. (2022). *Yetişkinlerin ilişki rol beklentilerinin yordanmasında aile iklimi ve romantik ilişkideki bağlanma stilinin rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 747102).
- Young, J. E. ve Klosko, J. S. (2014). *Hayatı yeniden keşfedin*. (5. Baskı). İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. (2003). Schema therapy: Conceptual model. J. Young, J. Klosko, ve M. Weishaar (Ed), *Schema therapy: A practitioner's guide* (ss. 1-62). New York: Guilford Press.
- Yücel, F. G. (2013). *Examining the relationship between projective identification, gender roles, conflict resolution styles and marital satisfaction* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 333974).
- Zeytinoğlu, E. (2013). *Evli bireylerin benlik saygısı, kıskançlık düzeyi, evlilikteki çatışmalar ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 353282).
- Zhao, L., Lu, Y., Wang, B. ve Huang, W. (2011). What makes them happy and curious online? An empirical study on high school students' Internet use from a self-determination theory perspective. *Computers & Education*, 56(2), 346-356. doi: 10.1016/j.compedu.2010.08.006

EKLER

Ek.1 Etik Kurul Onay Belgesi

KARAR

14. Sena ÇALIŞKAN'ın “ Evli Bireylerde İlişki Doyumu ile Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Reddedilme Duyarlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ” başlıklı çalışması görüşmeye açıldı.

Yapılan görüşmeler sonunda Sena ÇALIŞKAN'ın “ Evli Bireylerde İlişki Doyumu ile Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Reddedilme Duyarlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ” başlıklı çalışmasının Etik açıdan **uygun** olduğuna oy birliği ile karar verildi.

Ek.2 Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği

1	2	3	4	5	6	7							
Kesinlikle katılmıyorum			Kesinlikle Katılıyorum										
1	Evlilik hayatım çoğu açıdan ideale yakın bir hayattır.						1	2	3	4	5	6	7
2							1	2	3	4	5	6	7
3	Evlilik hayatım tatmin edicidir.						1	2	3	4	5	6	7
4							1	2	3	4	5	6	7
5	Eğer evlilik hayatımı bitirirsem, <u>hemem</u> hemen hiçbir şeyi değiştirmem.						1	2	3	4	5	6	7



Ek.3 İhtiyaç Doyumu Ölçeği

Aşağıda bireylerin ihtiyaçlarını doyurma biçimlerine dair ifadeler verilmiştir. Lütfen her bir ifadeyi okuduktan sonra, ifadelerin size uygunluk derecesini belirtiniz.

	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç doğru değil			Biraz doğru			Çok doğru
1.							
2. Etkileşimde bulunduğum insanlardan gerçekten hoşlanıyorum.							
3.							
4. Hayatımda kendimi baskı altında hissediyorum.							
5. Tanıdığım insanlar yaptığım şeylerde iyi olduğumu söylerler.							
6.							
7. Daha çok kendi başıma yarımdır ve çok fazla sosyal etkileşime girmem.							
8.							
9. Düzenli olarak etkileşimde bulunduğum insanları arkadaşım olarak görürüm.							
10. Son zamanlarda yeni ve ilginç beceriler öğrendim.							
11.							
12. Hayatımdaki insanlar benimle ilgilenirler.							
13.							
14. Günlük yaşamımda etkileşimde bulunduğum insanlar duygularımı dikkate alırlar.							
15. Hayatımda ne kadar yetenekli olduğumu gösterme şansını bulamıyorum.							
16.							
17. Günlük yaşamımda kendi benliğimi ortaya koyabildiğimi hissediyorum.							
18.							
19. Kendimi çoğu zaman becerikli hissetmem.							
20.							
21.							