

**T.C.
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
BİLİM DALI**

**GENÇ YETİŞKİNLERDE EVLİLİK KAYGISININ
PROFİLLERİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Hazırlayan
Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU**

**Danışman
Doç. Dr. Murat AĞIRKAN**

HAZİRAN 2026, ERZİNCAN

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK

“Genç Yetişkinlerde Evlilik Kaygısının Profilleri” başlıklı **“Yüksek Lisans”** tezim tarafımda incelenmiştir. Buna göre tezimde bilimsel etik ihlali ve intihal olarak nitelendirilebilecek herhangi bir durum olmadığını taahhüt ederim. Bu çalışmadaki tüm bilgilerin, akademik ve etik kurallara uygun bir biçimde elde edildiğini; aynı zamanda bu kural ve davranışların gerektirdiği gibi, bu çalışmanın özünde olmayan tüm materyal ve sonuçları tam olarak aktardığımı ve referans gösterdiğimi beyan ederim.

Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU

T.C.
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Ana Bilim Dalı : Eğitim Bilimleri

Program Adı : Tezli Yüksek Lisans

Tez Başlığı : Genç Yetişkinlerde Evlilik Kaygısının Profilleri

Yukarıda bilgileri verilen tez çalışmasının a) Giriş b) Ana bölümler ve c) Sonuç kısımlarından oluşan (Kapak, Ön söz, Özet, İçindekiler ve Kaynakça hariç) toplam 78 sayfalık kısmına ilişkin 11/06/2026 tarihinde Turnitin intihal programından aşağıda belirtilen filtreleme uygulanarak alınmış olan özgünlük raporuna göre tezin benzerlik oranı %11'dir.

Filtrelemeye tırnak içerisindeki alıntılar dahil edilmiştir. Filtrelemede yedi (7) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç tutulmuştur.

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez İntihal Raporu Uygulama Esaslarını inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmasının herhangi bir intihal içermediğini, aksinin tespit edilmesi durumunda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini bilgilerinize arz ederim. 11/06/2026

Danışman: Doç. Dr. Murat AĞIRKAN

Öğrenci: Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU

KILAVUZA UYGUNLUK

“Genç Yetişkinlerde Evlilik Kaygısının Profilleri” başlıklı **“Yüksek Lisans”** Tezi Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırlanmıştır.

Hazırlayan

Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU

Danışman

Doç. Dr. Murat AĞIRKAN

KABUL VE ONAY TUTANAĞI

Doç. Dr. Murat AĞIRKAN danışmanlığında **Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU** tarafından hazırlanan “**Genç Yetişkinlerde Evlilik Kaygısının Profilleri**” adlı bu çalışma jürimiz tarafından Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı’nda **Yüksek Lisans Tezi** olarak oy birliği ile kabul edilmiştir.

11/06/2026

JÜRİ:

Danışman: Doç. Dr. Murat AĞIRKAN

(İmza)

Üye : Doç. Dr. Namık Kemal Haspolat

(İmza)

Üye : Doç. Dr. Ragıp Ümit Yalçın

(İmza)

ONAY:

Bu tezin kabulü Enstitü Yönetim Kurulu'nun/...../2026 tarih ve sayılı kararı ile onaylanmıştır.

..... /...../2026

Doç. Dr. Müge MANGA

Enstitü Müdürü

ÖN SÖZ

Toplumsal yaşamda meydana gelen değişimler ilişkilerin doğasını ve aile kurumunu önemli ölçüde etkilemektedir. Bu değişim süreci bireylerin geleceğe yönelik kararlarında belirsizliklerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Özellikle evlilik gibi uzun süreli yaşam olaylarına yönelik kaygılar artmakta, bireyler kendilerini kaygılandırıran bu durum karşısında evlilik fikrinden uzaklaşmaktadır. Gelişimsel açıdan yakın ilişkiler kurma ve yaşam planı oluşturma sürecinde olan genç yetişkinler evliliğin getireceği sorumluluklara karşı endişelenebilmektedir. Bu durumdan hareketle söz konusu bu çalışma genç yetişkinlerdeki evlilik kaygısının psikolojik ve ilişkisel temellerini incelemeyi amaçlamaktadır.

Araştırma kapsamında genç yetişkinlerde evlilik kaygısı, benlik saygısı, ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma stilleri, depresyon, anksiyete ve stres belirtileri arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir. Bununla birlikte, bireylerin sahip oldukları psikolojik ve ilişkisel özellikler doğrultusunda benzer örüntüler gösteren alt grupların belirlenebilmesi amacıyla gizil profil analizi yönteminden yararlanılmıştır. Tezin giriş bölümünde araştırmanın problem durumu, amacı, önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve temel kavramlar açıklanmıştır. Birinci bölümde evlilik, kaygı, evlilik kaygısı, benlik yapısı, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma örüntüleri ve psikolojik belirtiler başlıkları kuramsal çerçeve doğrultusunda ele alınmıştır. İkinci bölümde araştırmanın yöntemi, çalışma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analizinden bahsedilmiştir. Üçüncü bölümde ise betimsel bulgular, gizil profil analizi ve multinomial lojistik regresyon analizinden elde edilen sonuçlara yer verilmiştir. Araştırma bulguları ilgili alanyazınla tartışılmış elde edilen sonuçlar doğrultusunda araştırmacılara, ruh sağlığı uzmanlarına ve politika geliştiricilere çeşitli öneriler sunulmuştur.

Bu tez çalışması lisansüstü eğitim sürecinde edindiğim akademik birikimin yansımasıdır. Araştırmanın tüm aşamalarında bilimsel etik ilkelerine bağlı kalınmış, katılımcıların gizliliği gözetilerek veriler özenle analiz edilmiştir. Elde edilen bulguların alanyazına katkı sunması temenni edilmektedir.

Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU, Erzincan, 2026

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca danışmanım olmasından onur ve mutluluk duyduğum, kendisini örnek aldığım, bilgisi ve rehberliğiyle yolumu aydınlatan, tezimin her aşamasında sunduğu katkılarla bu süreci benim için en verimli hale getiren kıymetli hocam, tez danışmanım, Doç. Dr. Murat AĞIRKAN'a bu süreçteki desteği, anlayışı ve katkıları için sonsuz teşekkür ediyorum.

Akademik desteğiyle yoluma ışık tutan, yapılan işi en iyi hale getirme düsturunu benimsemiş, verdiği değeri her zaman hissettiren, yolumun kesişmesinden mutluluk duyduğum kıymetli hocam Doç. Dr. Leyla BEKTAŞ ATA'ya en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Lisans öğrenimimden itibaren düzenli ve yoğun çalışmalarıyla örnek aldığım, motivasyonumu her kaybettiğimde beni yapabileceğime inandıran, sağladığı dönütlerle gelişimime katkıda bulunan, değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Emine ER'e çok teşekkür ediyorum.

Tez yazma süreci boyunca hep daha iyisini yapmak için uğraştığımız, eleştiri ve desteklerimizle tezlerimizi geliştirmeye çalıştığımız bu yolda, sınıf arkadaşım, meslektaşım Okan BIÇAK'a çok teşekkür ederim. Akademik hayatında çok başarılı olmanı temenni ederim. Hayatımın her döneminde desteğini hissettiğim, yirmi senelik dostluğumuza birçok başarı ve gurur sığdırdığımız canım arkadaşım, kıymetli dostum Lamianur AYRIÇAY'a sadece bu süreçte değil her daim yanımda olduğu için teşekkür ediyorum. İyi ki varsın.

Eğitim öğretim hayatım boyunca maddi-manevi desteklerini esirgemeyen, çabamı takdir edip benimle gurur duyan biricik anne babama ve yüzümü güldüren, evimize neşe katan kardeşlerime, dualarını esirgemeyen dedem ve anneanneme tüm kalbimle teşekkür ediyorum.

Bu tez çalışmasının ortaya çıkması için gerekli verileri toplamamda yardımcı olan tüm katılımcılara ve katkılarıyla çalışmama ve hayatıma dokunmuş tüm hocalarıma teşekkür ediyorum. Son olarak bugün bu eğitim fırsatına sahip olmamı sağlayan, bir kadın olarak eşit bir eğitim ortamında kendimi geliştirme imkanını sunan Cumhuriyet değerlerine teşekkürü bir borç bilirim.

Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU

GENÇ YETİŞKİNLERİN EVLİLİK KAYGISININ PROFİLLERİ

Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Yüksek Lisans Tezi, Haziran 2026

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Murat AĞIRKAN

ÖZET

Bu araştırmada genç yetişkinlerde evlilik kaygısının benlik saygısı, romantik ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma stilleri ve psikolojik belirtiler bağlamında ortaya çıkan farklı profillerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma 18-29 yaş aralığında yer alan ve evli olmayan 287 kadın (%52,4) ile 261 erkek (%47,6) olmak üzere toplam 548 genç yetişkinle yürütülmüştür. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Evlilik Kaygısı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, İlişki Değerlendirme Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği, Bağlanma Stilleri Ölçeği ve DASS-8 aracılığıyla elde edilmiştir. Verilerin analizinde betimleyici istatistikler, Gizil Profil Analizi, multinomial lojistik regresyon analizi (R3STEP) ve BCH yöntemi kullanılmıştır. Gizil Profil Analizi sonucunda üç profil belirlenmiştir: ilişkisel açıdan uyumlu ve koruyucu psikolojik kaynaklara sahip bireyler (Profil 1); ilişkisel açıdan kısmi uyumlu ve potansiyel riskli bireyler (Profil 2); kırılgan, çoklu semptom gösteren yüksek riskli bireyler (Profil 3). BCH sonuçları profillerin evlilik kaygısı düzeyleri açısından anlamlı biçimde farklılaştığını ve en yüksek evlilik kaygısının Profil 3'te yer aldığını göstermiştir. Multinomial lojistik regresyon analizi sonuçlarına göre cinsiyet, yaş ve romantik ilişki durumunun profil üyeliğini anlamlı düzeyde yordamadığı; aile birlikteliği değişkeninin ise yalnızca Profil 2 ile Profil 3 karşılaştırmasında sınırlı düzeyde ayırt edici olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, bu araştırma evlilik kaygısının genç yetişkinlerde psikolojik kaynaklar, bağlanma örüntüleri, romantik ilişki deneyimleri ve psikolojik belirtilerle birlikte ele alınması gereken çok boyutlu bir yapı olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Evlilik kaygısı, genç yetişkinler, gizil profil analiz

PROFILES OF MARRIAGE ANXIETY OF YOUNG ADULTS

Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU

Erzincan Binali Yıldırım University

Institute of Social Sciences

Master's Thesis, June 2026

Thesis Advisor: Assoc. Prof. Dr. Murat AĞIRKAN

ABSTRACT

This study was aimed to examine the different profiles of marriage anxiety among young adults in the context of self-esteem, romantic relationship satisfaction, gender perception, attachment styles, and psychological symptoms. The study was conducted with a total of 548 unmarried young adults aged between 18 and 29, including 287 women (52.4%) and 261 men (47.6%). Data were obtained through the Personal Information Form, Marriage Anxiety Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale, Relationship Assessment Scale, Gender Perception Scale, Attachment Styles Scale, and DASS-8. Descriptive statistics, Latent Profile Analysis, R3STEP, and the BCH method were used in the analysis of the data. As a result of the Latent Profile Analysis, three profiles were identified: individuals who were relationally well-adjusted and had protective psychological resources (Profile 1) individuals who were partially relationally adjusted and potentially at risk (Profile 2), and individuals who were fragile, showed multiple symptoms, and were at high risk (Profile 3). The BCH results showed that the profiles differed significantly in terms of marriage anxiety levels and that the highest level of marriage anxiety was observed in Profile 3. According to the results of the multinomial logistic regression analysis, gender, age, and romantic relationship status did not significantly predict profile membership; however, family unity was found to be a limited distinguishing variable only in the comparison between Profile 2 and Profile 3. In conclusion, this study revealed that marriage anxiety is a multidimensional construct that should be considered together with psychological resources, attachment patterns, romantic relationship experiences, and psychological symptoms among young adults.

Keywords: Marital anxiety, young adults, latent profile analysis.

İÇİNDEKİLER

GENÇ YETİŞKİNLERDE EVLİLİK KAYGISININ PROFİLLERİ

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK	i
TEZ ÖZGÜNLÜK SAYFASI.....	ii
KILAVUZA UYGUNLUK	iii
KABUL VE ONAY TUTANAĞI.....	iv
ÖN SÖZ	v
TEŞEKKÜR.....	vivi
ÖZET	vviii
ABSTRACT	vviii
İÇİNDEKİLER.....	ixx
KISALTMALAR LİSTESİ	xii
TABLolar LİSTESİ	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ	xiv
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL AÇIKLAMALAR

1.1 Evlilik	10
1.1.1. Evliliğin Biyolojik Nedenleri	12
1.1.2. Evliliğin Psikolojik Nedenleri	12
1.1.3. Evliliğin Sosyal Nedenleri.....	12
1.1.4. Evliliğin Kültürel ve Dini Nedenleri	13
1.1.5. Evliliğin Ekonomik Nedenleri.....	13
1.2. Evlilikle İlgili Kuramlar.....	14
1.2.1. Bağlanma Kuramı.....	14
1.2.2. Nesne İlişkileri.....	15
1.2.3. Davranışçı Yaklaşım.....	15
1.2.4. Psikodinamik Kuram	16

1.2.5. Psikososyal Gelişim Kuramı	16
1.2.6. Sosyal Öğrenme Kuramı	17
1.2.7. Evlilikte Üçgen Modeli	17
1.3. Kaygı	18
1.4. Evlilik Kaygısı	20
1.5. Evlilik Kaygısının Nedenleri	21
1.5.1. Evlilik Kaygısının Bireysel Nedenleri	22
1.5.2. Evlilik Kaygısının Toplumsal Nedenleri	23
1.6. Benlik	24
1.6.1. Benlik Saygısı	25
1.7. İlişki Doyumu	28
1.8. Toplumsal Cinsiyet Algısı	32
1.9. Bağlanma Kuramı	34
1.10. Bağlanma Stilleri	37
1.10.1 Ainsworth vd. (1978)'nin Üçlü Bağlanma Modeli	37
1.10.2. Hazan ve Shaver (1987)'in Üçlü Bağlanma Modeli	38
1.10.3. Bartholomew ve Horowitz (1991)'in Dörtlü Bağlanma Kuralı	39
1.10.4. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma	39
1.11. Psikolojik Semptomlar	40
1.11.1. Depresyon	40
1.11.2. Anksiyete	41
1.11.3. Stres	42

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli (Deseni)	44
2.2. Çalışma Grubu	44
2.3. Veri Toplama Araçları	45
2.4 Verilerin Toplanması	48

2.5. Verilerin Analizi.....	49
-----------------------------	----

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Betimleyici İstatistiklere İlişkin Bulgular.....	51
3.2. Gizil Profil Analizine İlişkin Bulgular.....	53
3.2.1. Gizil Profilleri Karakteristik Özellikleri.....	55
3.2.2 Multinomial Lojistik Regresyon Analizi.....	58

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

4.1. Sonuç.....	62
4.2. Tartışma.....	63
4.2.1.Betimleyici İstatistiklere İlişkin Tartışma	63
4.2.2. Gizil Profil Analizlerine İlişkin Tartışma.....	68
4.2.3. Multinomial Lojistik Regresyon Analizine İlişkin Tartışma.....	71
4.3. Öneriler.....	74
4.3.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler	74
4.3.2. Ruh Sağlığı Uzmanlarına Yönelik Öneriler	76
4.3.3. Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler	77
KAYNAKÇA.....	79
EKLER	94
ÖZ GEÇMİŞ	104

KISALTMALAR LİSTESİ

APA : American Psychological Asociation (Amerikan Psikolojik Birliği)

TDK : Türk Dil Kurumu

TÜBİTAK : Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

UNİCEF : Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu

Vd : Ve diğerleri

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 2.1	: Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	45
Tablo 3.1	: Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler	51
Tablo 3.2	: Gizil Profil Analizinin Model Uyum Değerleri	54
Tablo 3.2.1.:	Standartlaştırılmış Ortalama Puanlara Göre Gizil Profillerin Özellikleri..	57
Tablo 3.2.2:	Multinomial Lojistik Regresyon Analizi (R2STEP)	59
Tablo 3.2.3:	Latent Profillere Göre Evlilik Kaygısı Ortalamalarının Karşılaştırılması (BCH).....	61

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1: Bağlanmanın Öğeleri.....	36
Şekil 3.1: Standardize Edilmiş Ortalama Puanlara İlişkin Üçlü Profilli Çözüm.....	57

GİRİŞ

Bu bölümün amacı okuyucuya mevcut araştırmanın problem durumunu, amacını, önemini, varsayımlarını, sınırlılıklarını ve ele alınan temel kavramların tanımlarını sunmaktır.

Problem Durumu

Genç yetişkinlik dönemi bireylerin kimlik gelişimi, mesleki yönelim, romantik ilişki kurma, bağımsızlaşma ve geleceğe ilişkin kararlar alma gibi temel gelişimsel görevlerle karşı karşıya kaldıkları önemli bir yaşam evresidir. Bu süreçte bireyler yaşamın farklı alanlarına ilişkin belirsizliklerle baş etmeye çalışırken aynı zamanda sorumluluk üstlenme, yakın ilişkiler geliştirme ve yaşamlarını yapılandıracak kararlar alma gereksinimiyle karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu kararlar arasında yer alan evlilik genç yetişkinlik döneminde yakın ilişki kurma, yaşamı bir başkasıyla paylaşma, sorumluluk üstlenme ve geleceğe yönelik yaşam düzenini şekillendirme süreçleriyle yakından ilişkili önemli bir gelişimsel görev olarak değerlendirilmektedir. Ancak evlilik kararının bireysel, ilişkisel, toplumsal ve ekonomik sorumlulukları beraberinde getirmesi bazı genç yetişkinlerde evliliğe yönelik belirsizlik, endişe ve kaygıların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir.

Evlilik kaygısı bireyin evlilik sürecine ilişkin olumsuz beklentiler geliştirmesi, evlilikle ilgili karar alma süreçlerinde zorlanması ve evlilik düşüncesi karşısında endişe yaşamasıyla ilişkili bir kavramdır. Günümüzde evlenme yaşının yükselmesi (TÜİK, 2024; Willoughby ve James, 2017), evlilik oranlarının azalması (Cherlin, 2020; TÜİK, 2024), boşanma oranlarının artması (Karataş ve Sener, 2023; Öztürk, 2020), ekonomik belirsizliklerin belirginleşmesi, toplumsal cinsiyet rollerinde yaşanan dönüşümler (Goldscheider vd., 2015; Kaufman, 2022) ve romantik ilişkilere yönelik beklentilerin farklılaşması genç yetişkinlerin evlilik kurumuna ilişkin bakış açılarını etkileyebilmektedir. Bu değişimler evliliğin yalnızca bireysel bir tercih olarak değil; psikolojik, ilişkisel, kültürel ve toplumsal boyutlarıyla birlikte değerlendirilmesi gereken çok yönlü bir olgu olduğunu göstermektedir. Buna karşın, evlilik kaygısı kavramının literatürde görece yeni bir kavram olması nedeniyle literatürdeki kuramsal açıklamaların ve deneysel çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Mevcut çalışmalar çoğunlukla evlilik kaygısının belirli değişkenlerle ilişkisini ele almakta; ancak genç yetişkinlerin

evlilik kaygısı bakımından hangi alt grup özellikleri sergiledikleri yeterince açıklanamamaktadır (Arslan, 2023; Tatarhan, 2024). Değişken merkezli yaklaşımda, tüm katılımcılar tek bir örneklem olarak ele alınır ve her bir değişkenin etkisi ayrı ayrı incelenir (Onay, 2023) ancak evlilik kaygısı gibi bireyler arası farklılıkların belirgin olabileceği yapılarda bazı sınırlılıklar olabilir (Bergman ve Magnusson, 1997; Laursen ve Hoff, 2006). Bu yaklaşımlar, bireyler arasındaki farklı örüntüleri göz ardı ederek örnekleme tek bir bütün olarak değerlendirebilmekte ve evlilik kaygısına ilişkin farklı risk profillerinin belirlenmesini güçleştirebilmektedir (Magnusson, 2001). Değişken merkezli yaklaşım, bireylerin sahip olduğu özellik örüntülerinden ziyade değişkenler arasındaki ilişkileri incelemeye odaklanmaktadır (Mandara, 2003). Bu doğrultuda evlilik kaygısı araştırmalarında genellikle evlilik kaygısının benlik saygısı, bağlanma örüntüleri veya ilişki doyumu gibi değişkenlerle olan ilişkileri ele alınmaktadır (Beyers ve Seiffge Krenke, 2010; Çıtak ve Başar, 2023; Mikulincer ve Shaver, 2007). Ancak bu yaklaşım, benzer düzeyde evlilik kaygısı yaşayan bireylerin farklı psikolojik profillere sahip olabileceğini yeterince yansıtamayabilmektedir.

Değişken merkezli yaklaşım, evlilik kaygısıyla ilişkili değişkenler arasındaki doğrusal ilişkilerin belirlenmesine odaklanmaktadır. Ancak evlilik kaygısının benlik saygısı, ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma örüntüleri, depresyon, anksiyete ve stres gibi birçok psikolojik faktörün etkileşimi sonucunda şekillenen karmaşık yapısı düşünüldüğünde değişkenlerin birbirinden bağımsız biçimde ele alınması bireyler arasındaki farklı örüntülerin ortaya konulmasını güçleştirebilmektedir. Bu nedenle söz konusu yaklaşım, evlilik kaygısının çok boyutlu doğasını açıklamada sınırlı kalabilir (Magnusson, 2001). Bu durum evlilik kaygısının daha bütüncül ve kişi merkezli bir yaklaşımla incelenmesine duyulan gereksinimi ortaya koymaktadır. Sistem yaklaşımına göre bireylerin davranışları ve yaşantıları, tek bir özelliğin etkisinden önce birbirini etkileyen birçok faktörün ortak sonucudur (Kelso, 2000). Bu bağlamda evlilik kaygısı da yalnızca benlik saygısı, ilişki doyumu ya da bağlanma örüntüleri gibi tek bir değişkenle açıklanabilecek bir olgu değildir. Bireylerin sahip oldukları psikolojik ve ilişkisel özelliklerin bir araya gelerek oluşturduğu örüntüler evlilik kaygısının çok boyutlu yapısına kapsamlı bir bakış açısı sunmaktadır. Bu nedenle mevcut çalışmada, genç yetişkinlerin evlilik kaygısının farklı özellik örüntülerini görebilmek kişi merkezli yaklaşım tercih edilmiştir.

Evlilik kaygısının daha kapsamlı biçimde anlaşılabilmesi için genç yetişkinlerin yalnızca evliliğe yönelik tutumlarının değil, aynı zamanda bireysel, ilişkisel ve psikolojik özelliklerinin de dikkate alınması gerekmektedir. Bu noktada benlik saygısı, romantik ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma stilleri ve psikolojik belirtiler önemli değişkenler olarak öne çıkmaktadır. Bireyin kendisine ilişkin değerlendirmeleri, yakın ilişkilerinden aldığı doyum, evlilikte kadın ve erkek rollerine ilişkin inançları, erken dönem ilişkisel deneyimlerinin etkisiyle gelişen bağlanma örüntüleri ve depresyon, anksiyete, stres gibi psikolojik belirtileri evliliğe ilişkin beklenti ve kaygılarının şekillenmesinde etkili olabilmektedir. Bu nedenle evlilik kaygısının bireysel, ilişkisel ve psikolojik değişkenlerin birlikte oluşturabileceği örüntüler çerçevesinde ele alınmasının kavramın daha bütüncül ve derinlikli biçimde anlaşılmasına katkı sunabileceği düşünülmektedir.

Evlilik kaygısını açıklamada bağlanma kuramı ve sosyal bilişsel kuram önemli bir kuramsal zemin sağladığı görülmektedir. Bağlanma Kuramı'na göre bireylerin erken dönem ilişkisel deneyimleri ilerleyen yaşam dönemlerinde kurdukları yakın ilişkileri ve romantik bağları etkilemektedir (Bowlby, 1973). Bu bağlamda güvensiz bağlanma örüntülerine sahip bireylerin ilişkilerde yakınlık kurma, güven geliştirme ve bağlılığı sürdürme konularında güçlük yaşayabilecekleri; bu güçlüklerin de evliliğe yönelik kaygı düzeylerini artırabileceği düşünülmektedir. Nitekim, Yiğit (2024) tarafından yapılan çalışmada da güvensiz bağlanma örüntülerinin evlilik kaygısını anlamlı derecede yordadığı ve bu örüntülere sahip bireylerin evliliğe ilişkin olumsuz düşünceler ile kaygılarının daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Sosyal Bilişsel Kuram ise bireyin davranışlarını yalnızca kişisel özelliklerle değil, bilişsel değerlendirmeler ve çevresel etmenlerle birlikte açıklamaktadır (Bandura, 1986). Bu doğrultuda toplumsal cinsiyet algısı, romantik ilişki deneyimleri ve psikolojik belirtiler bireyin evlilik kurumuna ilişkin düşüncelerini, beklentilerini ve kaygılarını etkileyebilmektedir. Alanyazındaki güncel çalışmalar da bu doğrultuda toplumsal cinsiyet rollerine yönelik tutumların evlilik rol beklentileri ve evlilik kaygısını anlamlı düzeyde yordadığını (Sönmez, 2022); bireylerin psikolojik anlamda yaşadıkları belirsizliklerin, çatışmaların ve değişen rol modellerinin evliliğe yönelik endişelerin temel kaynağını oluşturduğunu (Öz, 2022) doğrulamaktadır. Her iki kuramsal yaklaşım birlikte değerlendirildiğinde ise evlilik kaygısının yalnızca anlık bir duygu durumu olmadığı; bireysel, ilişkisel, bilişsel ve çevresel etmenlerin karşılıklı etkileşimiyle şekillenen çok boyutlu bir yapı olduğu anlaşılmaktadır.

Bununla birlikte, evlilik kaygısı kavramının genç yetişkinler açısından ne ifade ettiğinin açıklığa kavuşturulması da önem taşımaktadır. Evlilik kaygısı literatürde zaman zaman evlilik korkusu kavramı ile karıştırılmaktadır. Ancak korku ve kaygıyı besleyen kültürel etmenler dikkate alındığında bu iki kavramın Türk toplumunda aynı anlama gelmediği söylenebilir. Aile, Türk kültüründe toplumun temel yapı taşlarından biri olarak kabul edilmekte, sağlıklı ve mutlu ailelerin varlığı toplumsal refah ve mutluluk düzeyiyle ilişkilendirilmektedir. Bu doğrultuda evlilik kurumu da bireyin sosyal, psikolojik ve biyolojik ihtiyaçlarını karşılamada önemli bir rol üstlenmektedir (Tekin-Çatal, 2019). Bununla birlikte, evliliğin yalnızca bireysel bir tercih değil, aynı zamanda toplumsal düzeni sağlayan ve iki farklı yaşam sisteminin uyumunu gerektiren bir yapı olarak görülmesi genç yetişkinler üzerinde evlilik ve eş seçimi konusunda baskı oluşturabilmektedir. Evlilik sadece bireysel bir adaptasyon süreci değil; iki farklı aile sisteminin ve bu sistemlerin taşıdığı kültürel normların yeniden kurulmasını gerektiren bir geçiş evresi niteliğindedir (McGoldrick vd., 2011). Özellikle toplulukçu kültürel dinamiklerin baskın olduğu yapılarda evlilik kurumuna atfedilen toplumsal düzeni koruma rolü ve geniş aile beklentilei, genç yetişkinlerin eş seçimi sürecinde hissettikleri psikososyal baskı ve kaygı düzeyini artırmaktadır (Sunar, 2002). Dolayısıyla, evliliğe yüklenen bu anlam bekâr genç yetişkinlerde eş seçme, evlenme ve evliliği sürdürebilme sorumluluğunu daha belirgin hâle getirerek evliliğe yönelik kaygıların artmasına neden olabilmektedir. Nitekim, Ervüz (2026) tarafından yapılan araştırmada, genç yetişkinlerde evlilik korkusu ve kaygısının temel motivasyon kaynakları incelenmiş, evlilik kurumunun bireye yüklediği rollerin, sorumlulukların ve bu süreçteki endişelerin bireylerin evliliğe ilişkin kaygıyı artırabileceği saptanmıştır.

Bu noktada bir diğer önemli husus evlilik kaygısının tüm genç yetişkinlerde aynı biçimde ortaya çıkmayabileceğidir. Nitekim bazı bireyler güçlü psikolojik kaynaklara, güvenli bağlanma örüntülerine ve doyumlu romantik ilişkilere sahip olmaları nedeniyle evlilik sürecine daha olumlu yaklaşabilirken bazı bireyler düşük benlik saygısı, düşük ilişki doyumu, güvensiz bağlanma ve yüksek psikolojik belirti düzeyleri nedeniyle evliliği daha kaygı verici bir süreç olarak değerlendirebilmektedir (Arslan, 2024; Şener ve Düşünceli, 2024). Bu farklılıklar evlilik kaygısının tek boyutlu ve homojen bir yapı olarak ele alınmasının yeterli olmayabileceğine işaret etmektedir. Bu doğrultuda genç yetişkinler arasında evlilik kaygısı bakımından farklı özelliklere sahip homojen alt

grupların belirlenmesinin kavramın daha derinlikli biçimde anlaşılmasına ve risk gruplarının daha doğru tanımlanmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak, evlilik kaygısının genç yetişkinlerin romantik ilişkilerini, evliliğe yönelik tutumlarını ve psikolojik iyi oluşlarını etkileyebilen önemli bir konu alanı olduğu görülmektedir. Özellikle artan evlenme yaşı, evliliğin ertelenmesi ve aile kurumuna ilişkin toplumsal dönüşümler dikkate alındığında genç yetişkinlerde evlilik kaygısının hangi bireysel, ilişkisel ve psikolojik özelliklerle birlikte ortaya çıktığının incelenmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu ihtiyaç doğrultusunda evlilik kaygısına ilişkin farklı profillerin belirlenmesinin psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri açısından risk gruplarının tanınmasına ve önleyici-destekleyici müdahale programlarının daha hedefli biçimde geliştirilmesine katkı sağlayabileceği öngörülmektedir. Bu çerçevede elde edilecek bulguların hem bireysel ruh sağlığını desteklemeye yönelik uygulamalar hem de aile kurumunu güçlendirmeyi amaçlayan çalışmalar açısından yol gösterici olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı genç yetişkinlerin evlilik kaygı düzeylerine göre homojen alt grupların olup olmadığını, varsa bu profillerin karakteristik özelliklerinin nasıl farklılaştığını belirlemektir. Bu amaçla aşağıda yer alan sorulara yanıt aranmıştır:

- 1- Genç yetişkinlerin evlilik kaygı düzeylerine göre homojen alt gruplar/profiller var mıdır?
- 2- Eğer homojen alt gruplar/profiller varsa bu profillerin benlik saygısı, ilişki değerlendirme, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma stilleri ve psikolojik belirtiler (depresyon, anksiyete ve stres) değişkenleri açısından karakteristik özellikleri nasıldır?
- 3- Belirlenen profiller evlilik kaygısı düzeyleri açısından anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 4- Cinsiyet, yaş, romantik ilişki durumu ve aile birlikteliği değişkenleri profil üyeliğini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

Araştırmanın Önemi

Evlilik kaygısı genç yetişkinlerin evliliğe yönelik değerlendirmelerini, romantik ilişkilere ilişkin beklentilerini ve evlilik kararına yaklaşım biçimlerini anlamada önemli bir kavramsal çerçeve sunmaktadır. Literatüre bakıldığında ise evlilik kaygısına ilişkin çalışmaların çoğunlukla değişkenler arası ilişkileri incelemeye odaklandığı

görülmektedir (Sezer, 2019; Payat, 2021; Yıldız, 2025). Buna karşın evlilik kaygısı yaşayan genç yetişkinlerin hangi özellikler bakımından benzerlik ya da farklılık gösterdiği yeterince açıklığa kavuşturulmamıştır. Bu yönüyle evlilik kaygısının kişi merkezli bir yaklaşımla ele alınması kavramın yalnızca genel bir kaygı düzeyi üzerinden değil bireysel, ilişkisel ve psikolojik örüntüler temelinde değerlendirilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Söz konusu değerlendirme aynı zamanda evlilik kaygısının genç yetişkinlik dönemindeki gelişimsel görevler ve yakın ilişki kurma süreçleriyle birlikte ele alınmasını da gerekli kılmaktadır. Bu bağlamda evlilik kaygısının genç yetişkinlik döneminin gelişimsel özellikleriyle birlikte değerlendirilmesi araştırmanın kuramsal önemini ortaya koymaktadır. Ailenin oluşum sürecinde temel bir adım olarak değerlendirilen evlilik evlenme çağına ulaşmış bireylerin yaşamında önemli dönüm noktalarından biri olarak kabul edilmektedir. Gelişim kuramları açısından değerlendirildiğinde ise ergenlik dönemini tamamlayan genç yetişkinler için romantik ilişki kurma, eş seçimi ve evlilik süreçleri bireysel gelişimin doğal bir parçası olarak görülmektedir. Nitekim Erikson (1968) Psikososyal Gelişim Kuramı kapsamında 18-29 yaş aralığını yakınlığa karşı yalıtılmışlık evresi olarak tanımlamış ve bu dönemde bireylerin temel gelişimsel görevinin anlamlı ve kalıcı yakın ilişkiler geliştirmek olduğunu vurgulamıştır. Bu doğrultuda evlilik ve evliliğe ilişkin süreçler genç yetişkinlerin hem duygusal hem de sosyal gelişimleri açısından merkezi bir öneme sahiptir (Makas ve Çelik, 2018).

Genç yetişkinlik döneminde yakın ilişki kurma ve evliliğe yönelme süreçleri bireyin yalnızca evlilik hakkındaki düşünceleriyle değil, sahip olduğu psikolojik kaynaklar ve ilişkisel deneyimlerle de yakından ilişkilidir (Beyers ve Seiffge-Krenke, 2010). Bu nedenle evlilik kaygısının benlik saygısı, romantik ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma stilleri ve psikolojik belirtilerle birlikte değerlendirilmesi oldukça önem arz etmektedir. Nitekim bu değişkenler bireyin kendilik algısını, romantik ilişkilerden aldığı doyumu, evlilikte üstlenilecek rollere ilişkin inançlarını, yakın ilişkilerdeki bağlanma biçimini ve psikolojik iyi oluş düzeyini yansıtmaktadır. Dolayısıyla söz konusu değişkenlerin bir arada ele alınması evlilik kaygısının hangi bireysel ve ilişkisel özelliklerle birlikte şekillenebileceğine ilişkin daha bütüncül bir değerlendirme olanağı sunabilecektir.

Bu bütüncül değerlendirme evlilik kaygısının genç yetişkinlerde tek tip bir görünüm sergilemediği varsayımından hareketle daha anlamlı hale gelmektedir. Bazı

bireylerde koruyucu psikolojik kaynaklar ve doyumlu romantik ilişkiler daha belirgin olabilirken; bazı bireylerde düşük benlik saygısı, düşük ilişki doyumu, güvensiz bağlanma örüntüleri ve depresyon, anksiyete, stres gibi psikolojik belirtiler ön plana çıkabilmektedir (Gomez Lopez vd., 2019; Pietromonaco ve Beck, 2019). Bu nedenle evlilik kaygısına ilişkin farklı profillerin belirlenmesi bireyler arası farklılıkların daha açık biçimde ortaya konulmasına katkı sağlayacak, böylece literatürdeki değişken merkezli açıklamaların ötesine geçilerek evlilik kaygısının daha ayrıntılı ve açıklayıcı biçimde değerlendirilmesi mümkün olacaktır.

Öte yandan, profillerin belirlenmesi kuramsal ve yöntemsel katkıların yanı sıra psikolojik danışma uygulamaları açısından da işlevsel sonuçlar sunabilecek niteliktedir. Bu sayede uzmanlar genç yetişkinleri yalnızca evliliğe yönelik kaygı düzeyleri üzerinden değil; sahip oldukları psikolojik kaynaklar, ilişki deneyimleri ve belirti örüntüleri çerçevesinde değerlendirme imkânı bulabileceklerdir. Böyle bir değerlendirme risk taşıyan bireylerin daha erken fark edilmesine ve danışma sürecinde öncelikli alanların daha sistematik biçimde belirlenmesine katkı sağlayabilecektir. Bu doğrultuda geliştirilecek müdahalelerin ilişki becerileri, bağlanma farkındalığı, duygu düzenleme, öz değer algısı ve stresle başa çıkma gibi alanlarda daha hedefli biçimde yapılandırılması mümkün hâle gelebilecektir.

Psikolojik danışma hizmetleriyle birlikte evlilik öncesi danışmanlık ve aile danışmanlığı uygulamaları açısından da araştırma bulgularının pratik sonuçlar sunması beklenmektedir. Genç yetişkinlerin evliliğe yönelik kaygılarını artıran ya da azaltan özelliklerin belirlenmesi evlilik öncesi eğitim programlarının daha gerçekçi ve gereksinim odaklı biçimde yapılandırılmasına katkı sağlayabilecektir. Bu sayede aile danışmanları, psikolojik danışmanlar ve ruh sağlığı uzmanları genç yetişkinlerin evlilik kaygılarını yalnızca evlenme isteği ya da evliliğe yönelik genel tutumlar üzerinden değil; ilişki doyumu, bağlanma örüntüleri, benlik algısı ve psikolojik belirti düzeyleriyle birlikte değerlendirme imkânı elde edebilecektir. Bu değerlendirme biçimi aynı zamanda evlilik öncesi süreçlerde bireylerin güçlü yönlerinin ve desteklenmesi gereken alanlarının daha açık biçimde belirlenmesine olanak sağlayabilecektir.

Uygulama alanına ilişkin bu katkılar aile ve sosyal hizmetler kapsamında yürütülecek önleyici çalışmalar açısından da önem taşıyabilmektedir. Genç yetişkinlerin evlilik kaygısı bakımından farklı gereksinimlere sahip olması tek tip uygulamalar yerine bu gereksinimlere duyarlı psikoeğitim programlarının geliştirilmesini gerekli

kılmaktadır. Bu gereklilik aynı zamanda sağlıklı romantik ilişki geliştirme, evliliğe hazırlık, aile yaşamına ilişkin farkındalık kazanma ve psikolojik iyi oluşu güçlendirme gibi alanlarda yürütülecek çalışmalar için bilimsel bir dayanak oluşturulabilecektir. Böylelikle evlilik kaygısı yalnızca bireysel düzeyde ele alınan bir sorun olmaktan çıkarak aile kurumunu desteklemeye yönelik koruyucu hizmetlerin planlanmasında da dikkate alınabilecek bir değişken hâline gelebilecektir.

Sonuç olarak, evlilik kaygısının farklı profiller temelinde incelenmesi kuramsal, yöntemsel ve uygulamaya dönük katkılar sunabilecek niteliktedir. Kuramsal açıdan evlilik kaygısının çok boyutlu yapısının anlaşılmasına, yöntemsel açıdan kişi merkezli analizlerin kullanımına, uygulama açısından ise risk gruplarının belirlenmesine ve gereksinimlere uygun müdahale programlarının geliştirilmesine katkı sağlaması beklenmektedir. Bu yönüyle elde edilecek bulguların genç yetişkinlerin psikolojik iyi oluşunu desteklemeye, sağlıklı romantik ilişkilerin gelişimine katkı sunmaya ve aile kurumunu güçlendirmeye yönelik çalışmalara yol gösterici olabileceği düşünülmektedir.

Varsayımlar

- Araştırmaya katılan bireylerin veri toplama araçlarını kendi yaşantılarını, evliliğe ilişkin algılarını ve psikolojik durumlarını yansıtacak şekilde içtenlikle yanıtladıkları varsayılmıştır.
- Araştırmaya dâhil edilen 18-29 yaş aralığındaki katılımcıların medeni durumlarına ilişkin öz bildirimleri temel alınmış; bu doğrultuda katılımcıların araştırmanın ölçütlerine uygun olarak evli olmadıkları varsayılmıştır.
- Veri toplama sürecinde katılımcıların yanıtlarını etkileyebilecek dışsal koşulların araştırma sonuçlarını anlamlı düzeyde bozacak bir etki oluşturmadığı varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırma 18-29 yaşları arasındaki evli olmayan bireyler ile sınırlandırılmıştır.
- Araştırmada elde edilen bulgular, kullanılan ölçme araçlarının değerlendirdiği psikometrik yapılar ile sınırlıdır.
- Araştırma verilerinin öz bildirim tekniğiyle toplanmış olması katılımcıların yanıtlarında sosyal istenirlik eğilimi, hatırlama hataları ve bilişsel çarpıtmalar gibi yanlılıkların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir.

Tanımlar

Evlilik Kaygısı

Bireylerin evlilik konusunun gündeme gelmesi durumunda endişe duymalarına ve evlilikle ilişkili durumlardan kaçınma davranışı sergilemelerine yol açan, olumsuz duygusal ve bilişsel içeriklerin eşlik ettiği yoğun bir uyarılmışlık durumudur (Çelik ve Erkilet, 2019).

Benlik Saygısı

Bireyin kendisine yönelik kabul, değer verme ve saygı duyma düzeyini yansıtan öz değer algısına ilişkin değerlendirmeleridir (Rosenberg, 1965).

Romantik İlişki Doyumu

Bireyin partneriyle olan ilişkisine yönelik duyuşsal, bilişsel ve davranışsal değerlendirmeleri sonucunda deneyimlediği genel tatmin düzeyidir (Hendrick, 1988).

Toplumsal Cinsiyet

Bireylerin toplum tarafından üstlenmeleri beklenen sosyal rolleri, sorumluluk alanlarını ve toplumsal konumlarını belirleyen sosyokültürel kalıp yargılardır (Kandiyoti, 1997).

Bağlanma

Bireyin güvenlik, yakınlık ve korunma gereksinimleri doğrultusunda belirli figürlere yönelik geliştirdiği, süreklilik gösteren duygusal yönelim ve ilişki örüntüsüdür (Bowlby, 1977).

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL AÇIKLAMALAR

Bu bölümde araştırma kapsamında ele alınan evlilik, kaygı, evlilik kaygısı, benlik saygısı, ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma stilleri, depresyon, anksiyete ve stres kavramları hakkında kuramsal açıklamalara yer verilmiştir.

1.1 Evlilik

Günümüzde evlilik belirli ilke ve kurallar çerçevesinde tanımlanan bir kurum olmakla birlikte tarihsel kökenleri insanlık tarihinin oldukça eski dönemlerine uzanmaktadır. Evlilik, insanlık tarihi boyunca farklı toplumlarda çeşitli biçimlerde varlığını sürdürmüş ve sosyal yaşamın temel kurumlarından biri olara kabul edilmiştir. Tarihsel açıdan incelendiğinde evliliğin yalnızca iki bireyin bir araya gelmesini ifade eden özel bir ilişki biçimi olmadığı aynı zamanda ekonomik, kültürel ve toplumsal işlevler üstlenen bir yapı olduğu görülmektedir (Coontz, 2004). Toplumların süreç boyunca evliliğe yükledikleri bazı önemli işlevler mevcuttur; akrabalık ilişkilerinin düzenlenmesi, neslin devamının sağlanması ve toplumsal düzenin korunması bunlardan bazılarıdır (Coontz, 2004). Bununla birlikte, evlilik kurumunun anlamı ve uygulanış biçimi tarih boyunca sabit kalmamış, farklı toplumların sosyal, kültürel ve hukuki yapıları doğrultusunda değişiklikler göstermiştir. Evliliğin ne olduğuna ve hangi ilişkilerin evlilik olarak kabul edileceğine ilişkin anlayışın zaman içerisinde dönüşüme uğradığı belirtilmektedir (Karras, 2006). Bu nedenle evlilik, yalnızca bireyler arasındaki bir birliktelik değil aynı zamanda toplumsal yapıyla etkileşim içerisinde şekillenen dinamik bir kurum olarak değerlendirilmektedir.

Evlilik farklı disiplinler ve yaklaşımlar tarafından çeşitli biçimlerde tanımlansa da temelde bireylerin ortak bir yaşam kurma, deneyimlerini paylaşma, çocuk sahibi olma ya da çocuk koruma altına alma gibi amaçlarla oluşturdukları hukuki niteliğe sahip bir birliktelik olarak değerlendirilmektedir (Özgüven, 1992; Strong vd., 2011). Bu yönüyle evlilik yalnızca sosyal ve psikolojik bir birliktelik olarak değil aynı zamanda hukuki

düzenlemelerle sınırları belirlenmiş bir kurum olarak ele alınmaktadır. Nitekim Türk Medeni Kanunu (2001)'na göre evlilik evlenebilme iradesine sahip olan ve yasal yaş koşullarını sağlayan iki bireyin tanıklar huzurunda özgür iradeleriyle gerçekleştirdikleri ve yaşamlarını birleştirmelerine olanak sağlayan hukuki bir sözleşme niteliği taşımaktadır.

Evlilik sahip olduğu olumlu yönlerin yanı sıra beraberinde getirdiği güçlüklerle birlikte bireylerin önemli bir kısmının yaşamlarında deneyimlemeyi arzu ettikleri bir yaşam biçimi olarak değerlendirilmektedir (Geçtan, 1984). Ailenin toplumun en temel yapı taşlarından biri olarak kabul edilmesi ve bu yapının büyük ölçüde evlilik yoluyla oluşması evlilik ile aile arasındaki güçlü ilişkiyi ortaya koymaktadır (Yıldırım, 2023). Bu nedenle evlilik aile kurumunun varlığını sürdüren temel unsurlardan biri olarak görülmektedir. Evliliğin aile kurumunun oluşumunda belirleyici bir rol üstlenmesi bu sürecin hem bireysel hem de toplumsal açıdan dikkat ve özen gerektirdiğini göstermekte, bu durum da bireyin evlilik kararının önemini daha belirgin hâle getirmektedir.

Tüm bu özelliklerle birlikte bireylerin bu denli önemli bir kararı vermelerinde çeşitli nedenler etkili olabilmektedir. Özgüven (2000)'e göre evlilik kurumunun temel işlevleri arasında cinsel yaşamın toplumsal olarak düzenlenmesi, soyun devamlılığının sağlanması, cinsiyet rollerinin ve aile içi sorumlulukların belirlenmesi ile ekonomik üretim ve tüketim süreçlerinin düzenlenmesi yer almaktadır. Bu yönüyle evlilik yalnızca iki bireyin birlikteliğini ifade eden bir yapı değil, aynı zamanda toplumsal düzenin sürdürülmesine katkı sağlayan bir kurum niteliği taşımaktadır.

Evlilik kurumunun bir diğer amacı ise bireylerin biyolojik, sosyal ve psikolojik gereksinimlerinin karşılanmasına olanak sağlamasıdır (Aydın, 2024). Biyolojik açıdan değerlendirildiğinde fizyolojik gereksinimlerin karşılanması evliliğin önemli işlevlerinden biri olarak kabul edilmektedir. Sosyal açıdan bakıldığında eşler evlilik birliği içerisinde güven duygusu geliştirme, korunma, dayanışma içinde olma, geleceğe güvenle bakabilme ve toplum içinde belirli bir statü elde etme gibi gereksinimlerini karşılayabilmektedir. Psikolojik açıdan ise sevmeye, sevilme ve beğenilme gibi temel duygusal gereksinimler bu ilişki içerisinde deneyimlenebilmektedir. Bu süreçte eşler birbirlerine bağlılık geliştirmekte, yaşamın olumlu ve olumsuz deneyimlerini paylaşmakta ve birlikte olmanın getirdiği doyumunu yaşamaktadırlar (Canel, 2007). Dolayısıyla bireylerin evlilik kararı almalarında bireysel ve toplumsal etkenlerin birlikte rol oynadığı; bu kararın kültürel, dini, sosyal, psikolojik, biyolojik ve ekonomik birçok

faktörden etkilendiği görülmektedir. Bu faktörler içerisinde biyolojik gereksinimler evliliğin tarihsel ve toplumsal işlevlerini anlamada önemli bir başlangıç noktası oluşturmaktadır.

1.1.1. Evliliğin Biyolojik Nedenleri

Evliliğin ortaya çıkışını açıklayan temel yaklaşımlardan biri biyolojik gereksinimler ve evrimsel süreçlerle ilişkilidir. Evrimsel bakış açısına göre bireylerin üreme, soylarını devam ettirme ve genetik özelliklerini sonraki kuşaklara aktarma eğilimi insan davranışlarının önemli güdülerinden biri olarak değerlendirilmektedir. Bu çerçevede çiftleşme ve üreme isteği evlilik kurumunun biyolojik temellerinden biri olarak kabul edilmektedir. Bireylerin sahip oldukları genetik özellikleri gelecek nesillere aktarma isteği onların evlilik yönünde karar almalarında etkili olabilmektedir (Buss, 1989). Benzer şekilde, cinsel ihtiyaçların karşılanması ve çocuk sahibi olunarak neslin devamının sağlanması gibi biyolojik faktörler bireylerin evlilik kararında belirleyici olabilmektedir (Tekin-Çatal, 2019). Bu nedenle evlilik yalnızca toplumsal ya da duygusal bir birliktelik olarak değil, aynı zamanda insanın biyolojik devamlılığını destekleyen bir kurum olarak da ele alınmaktadır.

1.1.2. Evliliğin Psikolojik Nedenleri

Bireylerin evlenme kararlarında biyolojik etkenlerin yanı sıra psikolojik gereksinimler de önemli bir yer tutmaktadır. Bu gereksinimlerin başında sevgi, sadakat, güven, yakınlık kurma ve yaşamı bir başkasıyla paylaşma isteği gelmektedir. Evlilik ilişkisi bireyler arasında güven duygusunun gelişmesine ve aidiyet hissinin güçlenmesine katkı sağlayan önemli bir bağ olarak değerlendirilmektedir (Karney ve Bradbury, 1995). Evlilik içerisinde eşler birbirlerine duygusal destek sunmakta, bu destek günlük yaşamın beraberinde getirdiği kaygı, stres ve zorluklarla başa çıkma sürecinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu yönüyle evlilik bireylerin yalnızca sosyal yaşamlarını düzenleyen bir kurum değil; aynı zamanda psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına, duygusal doyum sağlamalarına, kendilerini güvende hissetmelerine ve yaşamlarını daha anlamlı biçimde sürdürebilmelerine katkı sağlayan önemli bir ilişki biçimidir (Umberson vd., 2006).

1.1.3. Evliliğin Sosyal Nedenleri

Bireylerin evlilik düşüncesine yönelmesinde sosyal etkenler de önemli bir rol oynamaktadır. Evlilik toplum içerisinde sosyal kabulün artmasına ve bireylere belirli bir statü kazandırılmasına katkı sağlayan bir kurum olarak değerlendirilmektedir. Toplumsal

yaşamda evli olmak birçok kültürde bireyin yetişkinlik sorumluluklarını üstlendiğinin ve toplumun beklentilerine uyum sağladığının bir göstergesi olarak algılanabilmektedir. Bu nedenle evlilik bireylerin sosyal çevreleri tarafından daha fazla kabul görmelerine ve saygınlık kazanmalarına katkı sağlayabilmektedir. Toplumsal normlara uyum sağlama ve sosyal çevrede kabul görme isteği evliliği bireyler açısından önemli bir seçenek hâline getirmektedir (Cherlin, 2004). Yetişkinliğe geçişle birlikte bireyler ebeveynlerinden bağımsız bir yaşam sürmeye başlamakta ve yaşamlarını yalnız devam ettirmemek amacıyla karşı cinsle yakınlık kurma ihtiyacı hissedebilmektedir (Geçtan, 1984). Bu durum evliliğin düşünülmesine yol açan nedenlerden biri olarak değerlendirilmektedir.

1.1.4. Evliliğin Kültürel ve Dini Nedenleri

Kültürel değerler ve dini inançlar birçok toplumda bireylerin evlilik kararlarını belirlemede önemli bir etkiye sahiptir. Evliliğin nasıl algılandığı, evlilik yaşamının nasıl şekillendiği ve eşlerden beklenen roller büyük ölçüde toplumsal normlar, gelenekler ve değerler tarafından yönlendirilmektedir (Haviland vd., 2011). Birçok kültürde evlilik bireylerin yaşam döngüsünde tamamlanması beklenen önemli bir aşama olarak görülmekte; bazı toplumlarda dini inançlar ve ritüellerle de doğrudan ilişkilendirilmekte; aile kurmak manevi açıdan değerli ve gerekli bir sorumluluk olarak kabul edilmektedir. Bu bağlamda evlilik sosyal statü sağlamanın yanında manevi bir yükümlülük niteliği de kazanabilmektedir (Myers vd., 2005). Benzer şekilde, Türk kültüründe de evlilik kültürel ve dini nedenlerle önemli ve kutsal kabul edilmekte, genç bireyler çoğu zaman aileleri ve sosyal çevreleri tarafından evliliğe teşvik edilmektedir (Süleymanlı vd., 2025). Bu durum aynı zamanda evlilik sayesinde yaşamlarının daha düzenli, güvenli ve toplumsal değerlere uygun biçimde sürdürülebileceği düşüncesini de desteklemektedir.

1.1.5. Evliliğin Ekonomik Nedenleri

Evlilik kararında etkili olan bir diğer önemli unsur ekonomik nedenlerdir (Keldal, 2026). Ekonomik güvence sağlama isteği bireylerin evlilik kararı almasında öne çıkan faktörlerden biridir. Evlilik bireylerin maddi kaynaklarını birleştirmelerine olanak tanıyarak finansal güvenlik ve destek ihtiyaçlarının karşılanmasına katkı sağlamaktadır (Çalışkan, 2025). Bu durum özellikle yaşam standartlarını koruma, ekonomik sorumlulukları paylaşma ve geleceğe yönelik daha güvenli bir yaşam kurma isteğiyle ilişkilidir. Finansal açıdan güvenlik ve destek arayışında olan bireyler evlilik aracılığıyla ekonomik kaynaklarını bir araya getirerek yaşamlarını daha planlı ve sürdürülebilir

biçimde düzenlemeyi tercih edebilmektedirler (Waite ve Gallagher, 2000). Evlilik içerisinde gelir, gider, barınma, çocuk bakımı ve gelecek planlaması gibi ekonomik sorumlulukların paylaşılması bireylerin maddi yüklerini azaltabilmektedir. Bu nedenle evlilik yalnızca duygusal ve sosyal bir birliktelik değil, aynı zamanda ekonomik dayanışmayı mümkün kılan bir yaşam ortaklığı olarak da değerlendirilmektedir.

1.2. Evlilikle İlgili Kuramlar

Psikoloji biliminin insan davranışını biyopsikososyal model çerçevesinde açıklamayı amaçladığı göz önünde bulundurulduğunda ilişkilere yönelik kuramların birey davranışlarını anlamada önemli bir işlev üstlendiği görülmektedir. Evlilik ilişkisi de bireylerin geliştirdiği yakın ilişkilerin özel bir biçimi olduğundan literatürde yer alan bazı kuramlar evlilik sürecinin açıklanmasında önemli bir yere sahiptir.

1.2.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı insan davranışını anlamaya yönelik kuramsal yaklaşımlardan biridir. Bowlby (1980) bağlanmayı bireylerin doğuştan sahip oldukları güçlü duygusal bağlar olarak tanımlamakta ve bu bağların üç temel içgüdü çerçevesinde şekillendiğini ileri sürmektedir. Bowlby 'ye göre bu içgüdülerin ilki bireyin erken yaşantılarında anne figürü aracılığıyla deneyimlediği korunma ihtiyacını eş seçiminde yansıtmasıdır. İkincisi eşe karşı koruma ve bakım sağlama eğilimi olarak ortaya çıkarken, üçüncüsü ise içgüdü ve cinsel ihtiyaçların karşılanması ile ilgilidir.

Yetişkilik döneminde bu üç içgüdüsel davranış sisteminin (korunma, bakım sağlama ve cinsel ihtiyaçlar) birbiriyle olan etkileşimi romantik ilişkilerde kurulan bağların ve evliliklerin psikolojik temelini inşa etmektedir (Hazan ve Shaver, 1994). Bowlby (1979)'nin vurguladığı erken çocukluk dönemindeki korunma ve güvenli sığınak arayışı yetişkinlikte partnerin ulaşılabilirliğine ve güvenilirliğine yönelik içsel çalışan modellere dönüşmektedir. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip genç yetişkinler eş seçimi ve evlilik konularında bu üç sistemi dengede tutarken güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip genç yetişkinler bu dengeyi koruyamamaktadır (Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2007). Yakın ilişkilerde duygusal yakınlık kurma sürecinde güçlük yaşayan, kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip bireyler ile reddedilme, terk edilme ve duygusal olarak korunmasız kalma korkusunu deneyimleyen kaygılı bağlanma örüntüsündeki bireyler açısından evlilik sorumlulukların ve beklentilerin arttığı bir süreçtir (Bowlby,

1980; Shaver ve Brennan, 1992). Bu süreç bireylerin evlilik kaygısı yaşamada önemli bir etken olabilir.

1.2.2. Nesne İlişkileri

Nesne ilişkileri teorisi çerçevesi bireylerin yakın ilişkilere katılım düzeyleri ile bu ilişkilerden duydukları memnuniyetin iyi ve kötü içsel nesnelerle bütünleşme düzeyleri ile bağlantılı olduğunu vurgulamaktadır (Sperling ve Berman, 1994). Nesne ilişkileri kuramının öncülerinden Fairbairn (1952) ve Klein (1946) bireylerin erken çocukluk dönemlerinde anne veya bakım verenle kurduğu etkileşimlerin kendilik ve nesne tasarımlarını oluşturduğunu ortaya koymaktadırlar. “Yeterince iyi anne” kavramı da erken dönemde bakım veren tarafından ihtiyaçları zamanında ve sağlıklı biçimde karşılanmayan bireylerin başkasıyla derin ve uzun süreli yakın ilişkiler kuramamasını açıklamaktadır (Winnicott, 1965).

Olumsuz, güven vermeyen ya da hayal kırıklığına uğratması muhtemel nesne ilişkileri oluşturan bireyler evliliğin getireceği yakınlığı, ortak sorumlulukları ve bağlılığı kendileri için bir tehdit veya incinebilecekleri bir alan olarak görebilirler (Fairbairn, 1952; Winnicott, 1965). Nesne ilişkileri kuramı açısından bu durum bireyin erken dönem ilişkilerinden kaynaklanan nesne tasarımlarındaki bütünleşme sorunlarından kaynaklanmakta; kırılgan yapılar yakın ilişkilerde bireyler arasındaki güven duygusunu zayıflatabilmekte ve evlilik kaygısına neden olabilmektedir.

1.2.3. Davranışçı Yaklaşım

Davranışçı yaklaşım bireylerin evliliğe yönelik tutumlarının yaşamları boyunca deneyimledikleri ödül ve ceza sistemleri aracılığıyla şekillenen öğrenme süreçleri sonucu oluştuğunu öne sürmektedir (Uzunoglu, 2006). Bilişsel davranışçı yaklaşım bireylerin otomatik düşüncelerini rasyonel düşüncelerle yeniden yapılandırmaları yoluyla tutum ve algılarını olumlu yönde geliştirebileceklerini ve bu gelişimin evliliğe yönelik tutumlar ile evlilik ilişkisi üzerinde olumlu etkiler yaratacağını vurgulamaktadır (Baucom vd., 2008).

Skinner (1953) bireyin içerisinde yetiştiği çevrede şahit olduğu evlilik modellerinin ve bu modellere yönelik maruz kaldığı pekiştiricilerin genç yetişkinlik dönemindeki tutumlarını şekillendirdiğini ileri sürmektedir. Davranışçı yaklaşıma göre evlilik kaygısı bireyin geçmişteki olumsuz yaşantılarına ve çevresel gözlemlerine dayanarak gelecekteki evlilik yaşantısına dair geliştirdiği olumsuz inançların birleşmesi sonucunda ortaya çıkmaktadır (Baucom vd., 2008; Beck, 1988). Öte yandan bilişsel

davranışçı yaklaşıma göre bireylerin sağlıklı yakın ilişki kurmaları için daha esnek ve gerçekçi düşüncelerle inançlarını yeniden yapılandırmaları gerekmektedir. Bu yaklaşım bireylerin akılcı olmayan düşüncelerini rasyonel düşüncelerle yeniden yapılandırmaları sonucunda algı ve tutumlarında olumlu değişimler meydana gelebileceğini ve bu gelişimin evlilik ilişkisi üzerinde pozitif etkiler yaratacağını ileri sürmektedir (Sezer, 2019).

1.2.4. Psikodinamik Kuram

Psikodinamik kuram çerçevesinde bireyler bilinç veya bilinçdışı düzeyinde kendi ihtiyaçlarını karşılayabilecek eşler aramaktadır (Eraslanlı ve Kalkan, 2008). Bu yaklaşıma göre bireylerin genç yetişkinlik dönemindeki nesne ve eş seçimleri narsistik ve analitik olmak üzere iki temel bilinçdışı eğilim üzerinden açıklanmaktadır. Analitik eş seçiminde bireyler bilinçdışı düzeyde kendisine erken çocukluk döneminde bakım veren, onu koruyan ve besleyen anne ve babasının benzerlerini romantik ilişkilerinde aramaktadırlar (Freud, 1914; 1957). Bununla birlikte, bireyler kök ailelerinde ebeveynler arasındaki çatışmalar, reddedilme örüntüleri ve istikrarsız iletişimler varsa biliçdışında evliliği tehlikeli ve zarar verici bir yapı olarak şekillendirebilmektedirler. Freud (1957) bu durumu “tekrarlama zorunluluğu” olarak kavramsallaştırmakta; bireylerin çocuklukta yaşadıkları acı verici ebeveyn çatışmalarını kendi romantik ilişkilerinde yeniden üretme çabası olarak değerlendirmektedir. Nitekim bu içsel çatışmalar bireylerin evlilik dönemine geldiklerinde kaygı yaşamasına neden olabilmektedir.

1.2.5. Psikososyal Gelişim Kuramı

Erikson’un psikososyal gelişim kuramına göre birey ergenlik dönemini tamamlayarak kimlik gelişimini sağladıktan sonra yakınlığa karşı yalıtılmışlık evresine geçmektedir (Erikson, 1968). Bu aşamada arkadaşlık ve romantik ilişkiler aracılığıyla yakın ilişkiler kurmayı, sevgi almayı ve sevgi göstermeyi öğrenmektedir. Dönemin sağlıklı bir şekilde tamamlanabilmesi için ise meslek edinme ve evlilik gibi psikososyal görevlerin yerine getirilmesi gerekmektedir. Kurulan yakın ilişkilerin sağlıklı yönetilmesi bu ödevlerin başarısını destekler, aksi halde birey yalıtılmışlık duygusu ile karşılaşabilir (Çam vd., 2017). Bu evreyi sağlıklı bir biçimde tamamlayamayan ve yalıtılmışlık duygusu yaşayan bireyler yakın ilişkilerde benlik kaybı, reddedilme ya da hayal kırıklığına uğrama korkusu yaşayabilir ve bu yüzden bağlılık gerektiren yakın ilişkilerden kaçınabilir (Erikson, 1968).

Psikososyal gelişim kuramı kapsamında değerlendirildiğinde bireyler önceki gelişim dönemlerinde deneyimledikleri güvensizlik, değersizlik ya da yetersizlik duygularını genç yetişkinlik döneminde kuracakları romantik bağlara da yansıtabilmektedir. Bu dönemde bulunan yakınlık kurma ile ilgili çatışmalarını çözümlenememesi ve yalıtılmışlık eğilimlerinin baskın olması ise evlilik kaygısının oluşmasına neden olabilir (Beyers ve Seiffge-Krenke, 2010).

1.2.6. Sosyal Öğrenme Kuramı

Sosyal öğrenme kuramına göre ilişkiden alınan doyum ve ilişkiye bağlı olma kavramları ayrı ayrı ele alınmakta; birey ilişkisini sürdürme veya sonlandırma kararını verirken bu kavramları karşılaştırmalı bir şekilde değerlendirmektedir. Kuram insanların sosyalleştikleri çevrelerde gözlemledikleri diğer ilişkilerin kalitesini kendi ilişkileriyle karşılaştırarak artı-eksi analizi yaptıklarını ve bu değerlendirme sonucunda ilişkinin devamına veya sonlandırılmasına karar verdiklerini öne sürmektedir (Gökmen, 2001).

Genç yetişkinler geleceğe yönelik evlilik kararlarını değerlendirirken yaptıkları bu maliyet-fayda analizi aynı zamanda yatırım modellerini ortaya koymaktadır (Rusbult, 1983). Yatırım modeline göre bireyler bir ilişkiye bağlı kalma veya o ilişkiyi sonlandırma kararlarını üç temel faktör üzerinden açıklamaktadır; ilişkiden elde edilen doyum düzeyi, mevcut ilişkiye yapılan yatırımlar ve alternatiflerin kalitesi. Bu kapsamda çevresinde yüksek maliyetli, düşük doyumlulu, çatışmalı evlilikleri gözlemleyen genç yetişkinler evliliğin kendi kişisel özgürlükleri, kariyerleri veya psikolojik iyi oluşları üzerinde olumsuz bir yatırım-maliyet dengesi oluşturacağını düşünebilmektedirler (Rusbult, 1983).

1.2.7. Evlilikte Üçgen Modeli

Larson (2002) tarafından geliştirilen evlilikte üçgen modeli evliliğin oluşumunu etkileyen faktörleri üç başlık altında toplamaktadır. Birinci faktör bireysel özellikleri kapsamakta olup; esneklik, benlik saygısı, kendini ifade edebilme, duygusal kontrol, dürtüsellik, kaygı, çekingenlik ve şikâyet eğilimi gibi kişisel nitelikleri içermektedir. İkinci faktör çiftin uyumunu belirleyen özellikleri kapsamaktadır. Bu kapsamda destek olma, iletişime açıklık, problem çözme becerisi, yakınlık gösterme ve ortak noktalarda uzlaşabilme yetenekleri ön plana çıkmaktadır. Üçüncü faktör ise çevresel etmenleri içermekte olup; bireylerin kök ailelerinden ayrışma düzeyi, kök ailenin ilişki dinamikleri,

sağlık durumu, akraba ve arkadaş ilişkileri ile üstlenilen sorumluluklar ve yükler gibi unsurlar evliliğin işleyişini etkilemektedir (Öz, 2022).

Sonuç olarak, evliliği ve yakın ilişkileri açıklamaya yönelik kuramlar, bireylerin evliliğe ilişkin tutum ve beklentilerinin erken dönem yaşantıları, psikolojik yapıları, romantik ilişki deneyimleri ve çevresel faktörlerin etkileşimi sonucunda şekillendiğini ortaya koymaktadır. Bağlanma ve nesne ilişkileri kuramları erken dönem ilişki deneyimlerinin önemini vurgularken, davranışçı ve sosyal öğrenme yaklaşımları da bireyin gözlem ve öğrenme süreçlerini vurgulamaktadır. Psikodinamik ve psikososyal gelişim kuramları bireyin içsel çatışmaları ile gelişimsel görevlerinin yakın ilişkiler üzerindeki etkisini açıklamaktadır. Bu doğrultuda, bireyin sahip olduğu risk ve koruyucu faktörler evliliğe ve yakın ilişkilere yönelik algılarını şekillendirebilmektedir. Erken dönem yaşantılar, psikolojik özellikle ve ilişki deneyimlerinin olumsuz deneyimlenmesi, bireylerin geleceğe ilişkin belirsizlikler ve olası sonuçlar karşısında daha fazla endişe yaşamasına neden olabilmektedir. Bu durum bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları önemli kararlar karşısında ortaya çıkabilen kaygı kavramının anlaşılmasını gerekli kılmaktadır.

1.3. Kaygı

Kaygı beklenen olumsuz bir duruma ilişkin endişe ve nedeni tam olarak belirlenemeyen gerginlik hâli olarak tanımlanmaktadır. Psikoloji literatüründe ise kaygı bireyin geleceğe yönelik tehdit algısı, belirsizlik ve kontrol edememe düşünceleriyle ilişkili duygusal, bilişsel ve fizyolojik bir uyarılmışlık durumu olarak ele alınmaktadır (Fletcher, 2018; Wolman, 1994). Bu süreçte birey gerginlik, korku, huzursuzluk, başarısızlık beklentisi, belirsizlik ve yargılanma endişesi gibi duygusal tepkiler yaşayabilmekte; bu tepkilere nefes alışverişinde hızlanma, terleme, mide bulantısı ve bedensel gerilim gibi fizyolojik belirtiler eşlik edebilmektedir (Cüceloğlu, 2006).

Kaygının daha iyi anlaşılabilmesi için korku kavramıyla arasındaki ayrımın ortaya konulması önem taşımaktadır. Korku mevcut ve belirgin bir tehlikeye karşı verilen tepki olarak değerlendirilirken; kaygı çoğunlukla gelecekte ortaya çıkması beklenen, belirsiz ya da kesinliği olmayan bir duruma yöneliktir. Bu nedenle korku daha çok nesnel ve dışsal bir tehditle ilişkiliyken, kaygı bireyin öznel algıları, bilişsel değerlendirmeleri ve içsel süreçleriyle şekillenmektedir (Manav, 2011). Salecl (2004)'a göre kaygının

korkudan daha rahatsız edici bir duygu olarak yaşanmasının temel nedeni de tehdidin belirgin olmaması ve birey tarafından tam olarak tanımlanamamasıdır.

Kaygının belirsizlikle ilişkili yapısı onun ortaya çıkmasında etkili olan faktörleri de çeşitlendirmektedir. Gelecekte ne olacağını bilememe, destekleyici çevrenin yetersizliği, sürekli olumsuz sonuç beklentisi ve bireyin içsel tutarsızlıkları kaygının gelişmesine zemin hazırlayabilmektedir (Cüceloğlu, 2006). Bununla birlikte kaygı her durumda işlevsiz bir duygu olarak değerlendirilmemelidir. Normal düzeyde yaşanan kaygı bireyi olası risklere karşı hazırlayarak uyum sağlayıcı bir işlev görebilmektedir. Ancak kaygı düzeyinin artması, bireyin gerçekte var olmayan ya da olduğundan daha büyük algıladığı tehditlere yoğun anlam yüklemesi ve günlük yaşam işlevselliğinin bozulması durumunda patolojik bir nitelik kazanabilmektedir. Bu bağlamda kaygı normal ve patolojik kaygı olmak üzere iki düzeyde ele alınmaktadır (APA, 2013; Geçtan, 1997; Uzbay, 2002).

Kaygının sürekliliği ve ortaya çıktığı bağlam dikkate alındığında ise durumluk kaygı ve sürekli kaygı olmak üzere iki temel boyuttan söz edilmektedir (Bozanoğlu, 2004). Sürekli kaygı bireyin dışsal bir tehdit bulunmadığında dahi kendisini tehdit altında hissetmesine yol açan kalıcı bir yatkınlık olarak tanımlanmaktadır (Spielberger, 1966). Durumluk kaygı ise belirli bir olay ya da koşul karşısında ortaya çıkan, geçici ve duruma özgü gerilim hâlini ifade etmektedir (Aral, 1997; Bozanoğlu, 2004). Bu ayrım kaygının kimi bireylerde genel bir kişilik eğilimi olarak, kimi bireylerde ise belirli yaşam olayları karşısında ortaya çıkabildiğini göstermesi bakımından önemlidir.

Bu doğrultuda kaygı hemen hemen tüm bireylerin yaşamın farklı dönemlerinde deneyimleyebildiği yaygın bir duygudurum olarak değerlendirilmektedir (Özakkaş, 2014). Bununla birlikte, kaygının yöneldiği alan ve ortaya çıkış biçimi bireyden bireye farklılaşabilmektedir. Bazı bireylerde kaygı birçok durum ve çevrede görülen yaygın bir eğilim şeklinde ortaya çıkarken, bazı bireylerde yalnızca belirli yaşam olayları ya da durumlarla sınırlı olarak yaşanabilmektedir. Bu durum özgül kaygı kapsamında değerlendirilmektedir (Öner-Koruklu vd., 2006). Genç yetişkinlik döneminde önemli bir gelişimsel karar alanı olan evlilik kurumuna yönelik yaşanan evlilik kaygısı da bu kapsamda ele alınmakta ve özgül kaygı türlerinden biri olarak değerlendirilmektedir (Çelik ve Erkilet, 2019).

1.4. Evlilik Kaygısı

Evlilik kaygısının temelleri Burgess ve Wallin (1953)'nin "Engagement and Marriage" adlı çalışmasına dayandırılabilir. Evlilik öncesi çiftlerin dinamikleri inceleyen bu çalışma doğrudan evlilik kaygısı kavramını içermese de evlilik öncesindeki dönemi ele almaktadır. Bu yönüyle evlilik öncesi dönemdeki belirsizlikleri ve korkuları bilimsel temellere dayandıran ilk çalışma olarak bilinmektedir (Larson ve Holman, 1994). Türkiye'de ise evlilik kaygısı kavramının tanımlanması ve ölçülmesi daha güncel olup, daha çok evlilik uyumu ve evlilik doyumu konularına dikkat çekilmiştir. Dolayısıyla araştırmalar daha çok evli bireylerin uyumunu incelemek üzerinedir. Bu kapsamda Fıfıloğlu (1992), Çift Uyum Ölçeğini Türkçe'ye uyarlayarak öncü bir rol oynamıştır. Benzer şekilde, Erbek vd. (2005)'nin Locke-Wallace Evlilik Uyum Ölçeğinin uyarlamasını yapması da literatüre önemli katkılar sağlamış; evlilik ve çift arasındaki sorunların incelenmesi gerektiğinin önemini vurgulamıştır. Evlilik kaygısının spesifik bir kavram olarak incelenmesi ise evlilik kaygısı ölçeğinin geliştirilmesi ile beraber olmuştur (Çelik ve Erkilet, 2019). Evlilik kaygısı ölçeğinin geliştirilmesi literatürde evlilik kaygısının incelenmesine yönelik çalışmaların yapılmasına hız kazandırmıştır.

Evlilik kaygısı bireylerin evlilik konusunun gündeme gelmesi durumunda endişe duymalarına ve evlilikle ilişkili durumlardan kaçınma davranışı sergilemelerine yol açan; olumsuz duygusal ve bilişsel içeriklerin eşlik ettiği yoğun bir uyarılmışlık durumu olarak tanımlanmaktadır (Çelik ve Erkilet, 2019). Evliliğe ilişkin olumsuz sonuçlarla karşılaşabileceğini düşünen bireyler evlilik kararı alma sürecinde zorlanabilmekte ve kendilerini evliliğe hazır hissetmeyerek evlilik düşüncesinden uzaklaşma eğilimi gösterebilmektedir. Bu durum bireyin yalnızca evlenme kararına ilişkin geçici bir endişesi olarak değil, evlilik kurumuna yönelik algı, beklenti ve değerlendirmeleriyle ilişkili özgül bir kaygı türü olarak ele alınmaktadır. Bu durum aynı zamanda evliliğin bireyin yaşamında önemli bir değişim alanı oluşturmasıyla yakından ilişkili görülmüştür (Keldal, 2022). Öyle ki, Holmes ve Holmes (1970)'in çalışmasında evlilik bireylerin yaşamında stres yaratan ilk on yaşam olayı arasında gösterilmesi bu düşünceyi destekler niteliktedir.

Evlilik öncesi dönemden başlayarak evlenme süreci ve evlilik sonrasını kapsayan aşamalarda karşılaşılabilecek belirsizlikler bireyler açısından stres ve kaygı oluşturabilecek unsurlar arasında yer almaktadır (Shams, 2018). Bununla birlikte, günümüzde evlilik kaygısının anlaşılmasında toplumsal değişimlerin de dikkate alınması

gerekmektedir. Kadın ve erkek cinsiyet rollerinde meydana gelen dönüşümler, internet, sosyal medya ve akıllı telefon kullanımının yaygınlaşması, boşanma oranlarındaki artış ve ortalama ilk evlenme yaşının yükselmesi gibi gelişmeler bireylerin evliliğe yönelik değerlendirmelerini etkileyebilmektedir (Çelik ve Erkilet, 2019). Nitekim TÜİK (2024) verilerine göre 2023 yılında 567 bin 11 olan evlenen çift sayısı 2024 yılında 568 bin 395 olarak gerçekleşmiş, kaba evlenme hızı ise binde 6,65 düzeyinde kalmıştır. Buna karşılık kaba boşanma hızı 2023 yılında binde 2,03 iken 2024 yılında binde 2,19'a yükselmiş; aynı dönemde boşanan çift sayısı 173 bin 342'den 187 bin 343'e çıkmıştır. Dolayısıyla evlenme hızındaki durağanlık, boşanma hızındaki artış ve ortalama ilk evlenme yaşının yükselmesi genç yetişkinlerin evlilik kurumuna ilişkin daha temkinli değerlendirmeler yapmasına zemin hazırlayabilecek toplumsal göstergeler olarak değerlendirilebilmektedir.

Evlilik kaygısına ilişkin literatürde yapılan çalışmalar da kavramın farklı psikolojik ve ilişkisel değişkenlerle bağlantılı olduğunu göstermektedir. Araştırmalarda evlilik kaygısının akılcı olmayan inançlar (Sezer, 2019), mutluluk korkusu (Payat, 2021), beden algısı, cinsel benlik şeması ve ana babaya bağlanma stilleri (Kestir, 2021), evliliğe yüklenen anlam ve evlilik beklentileri (Güler, 2021), toplumsal cinsiyet rolleri ve psikolojik esneklik (Öz, 2022), bilişsel çarpıtmalar ve benlik saygısı (Yılmaz, 2023), ilişkilerde karar verme becerileri ve bağlanma stilleri (Onay, 2023), evlilik doyumu ve yaşam doyumu (Arslan, 2024) ile ilişkili olabileceği belirtilmektedir. Bu bulgular evlilik kaygısının genç yetişkinlik döneminde yalnızca evlilik kararına yönelik bir tereddüt olarak değil; bireyin psikolojik kaynakları, ilişki deneyimleri ve toplumsal bağlamıyla birlikte değerlendirilmesi gereken çok yönlü bir yapı olduğunu göstermektedir. Bu çerçevede evlilik kaygısının hangi boyutlarda ortaya çıktığının daha sistematik biçimde ele alınması önem taşımaktadır.

1.5. Evlilik Kaygısının Nedenleri

Evlilik kaygısı bireyin evlilik kararına ilişkin değerlendirmelerinde hem kişisel yaşantılarından hem de içinde bulunduğu toplumsal yapıdan etkilenebilmektedir. Bu nedenle araştırma kapsamında evlilik kaygısının nedenleri bireysel ve toplumsal nedenler olmak üzere iki temel boyutta ele alınmaktadır.

1.5.1. Evlilik Kaygısının Bireysel Nedenleri

Bireylerin evliliğe yönelik kaygı geliřtirmelerinde kiřisel deneyimler ve psikolojik etmenler önemli bir rol oynayabilmektedir. Özellikle geçmiř romantik iliřkilerde yařanan olumsuz deneyimler bireylerin yeni iliřkilere ve evlilik sürecine yönelik güven duygusunu zayıflatabilmektedir. Aldatılma, terk edilme ya da yoğun hayal kırıklığı gibi yařantılar bireylerin ileride kuracakları evlilik iliřkisinde de benzer sorunlarla karřılařabileceklerine iliřkin dūřuncelerini gūlendirebilmektedir (Knopp vd., 2017). Bu durum bireyin evliliğı güvenli ve sūrdūrūlebilir bir iliřki biçimi olarak deęerlendirmesini gūleřtirebilmektedir. Benzer řekilde, çocukluk dūneminde yařanan istismar, ihmal ya da kayıp gibi travmatik deneyimler bireyin psikososyal geliřimini etkileyerek yetiřkinlikte kurduğı yakın iliřkiler üzerinde belirleyici olabilmektedir (Yıldız, 2025). Bu tūr yařantılar bireyin güven geliřtirme, yakınlık kurma, duygusal baę oluřturma ve iliřkiyi sūrdürme becerilerini olumsuz yūnde etkileyerek evlilik kararına yönelik kaygıyı artırabilmektedir (Knopp vd., 2007; Mikulincer ve Shaver, 2007). Dolayısıyla bireyin erken dūnem yařantıları ve geçmiř iliřki deneyimleri evliliğe iliřkin beklenti ve deęerlendirmelerinin řekillenmesinde önemli bir yere sahiptir.

Bireysel nedenler kapsamında evlilik olgunluğu da dikkate alınması gereken bir diğer kavramdır. Evlilik olgunluğu bireyin karar verme sürecinde istek ve beklentilerinin farkında olması, duruma gerçekçi bir bakış açısıyla yaklaşabilmesi, kararlarını sağlıklı biçimde yūnlendirebilmesi ve aldığı kararların sonuçlarıyla bař edebilme yeterliliğine sahip olması şeklinde tanımlanmaktadır (Keldal, 2022). Evlilik kararının sağlıklı biçimde verilebilmesi ise bireyin sorumluluk bilinci geliştirmesi ve fiziksel, duygusal, ekonomik ve toplumsal koşulları gerçekçi biçimde değerlendirebilmesiyle ilişkili gūrūlmektedir (Cūceloęlu, 2022).

Evlilik karar sürecinde kaygı oluřturabilecek önemli faktōrlerden biri de eř seçimidir. Bireyler eř seçimi yaparken kendi duygusal deneyimleri, bireysel tercihleri ve aileden gelen beklentiler arasında ikilem yařayabilmektedir (Tutarel ve Kıřlak, 1999). Payat'ın (2021), genç yetiřkinlerle yūrttūęu arařtırmada, iliřkilerle ilgili olumsuz yařantılara sahip bireylerin evlilik kaygısı dūzeylerinin daha yūksek olduęu ve evlilik kaygısının mutluluk korkusuyla pozitif iliřkili olduęu bulunmuřtur. Bu baęlamda bireysel nedenler evlilik kaygısının bireyin geçmiř yařantıları, iliřki deneyimleri, baęlanma örūntūleri ve karar verme sūreleriyle iliřkili olarak geliřebileceğini gūstermektedir.

1.5.2. Evlilik Kaygısının Toplumsal Nedenleri

Evlilik kaygısının oluşumunda toplumsal beklentiler, kültürel normlar ve ekonomik koşullar da etkili olabilmektedir. Toplumsal cinsiyet rolleri, evlenme yaşına ilişkin beklentiler, çocuk sahibi olma düşüncesi ve evlilikle ilişkili sosyal normlar bireylerin kendi istek ve hazır oluş düzeylerini değerlendirmelerini güçleştirebilmektedir (Fiskin ve Sarı, 2020). Özellikle toplum tarafından uygun görülen yaş aralığında evlenmeyen bireyler kendilerini yetersiz ya da başarısız hissedebilmekte ve bu durum evlilik kararına yönelik baskı algısını artırabilmektedir. Bu duruma ailelerin evlilik konusundaki beklentilerinin bireyin kendi istekleriyle çatışmasının da eşlik etmesi psikolojik gerilim ve kaygı oluşturabilmektedir (Yıldız, 2025). Evlilik birçok toplumda yalnızca iki bireyin birlikteliği olarak değil, aileleri ve sosyal çevreyi de içine alan bir süreç olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle birey evlilik kararı alırken yalnızca kendi duygusal ve ilişkisel hazır oluşunu değil; ailesinin beklentilerini, toplumsal kabulleri ve çevresel değerlendirmeleri de dikkate almak durumunda kalabilmektedir. Bu durum özellikle bireysel tercihleri ile toplumsal beklentiler arasında çatışma yaşayan genç yetişkinlerde evlilik kaygısını artırabilmektedir.

Evlilik aynı zamanda bireyin yaşamında önemli değişimlere yol açan bir süreç olarak değerlendirilmektedir. Yeni bir konuta taşınmak, sosyal çevrenin yeniden şekillenmesi, ailelerle ilişkilerin farklı bir boyut kazanması ve kariyer planlarının gözden geçirilmesi gibi değişimler bireylerde belirsizlik duygusunu artırabilmektedir. Özellikle kişisel bağımsızlığını korumak isteyen ya da evlilikle birlikte üstlenilecek yeni rollere uyum sağlama konusunda zorlanacağını düşünen bireyler evlilik kararını erteleyebilmekte veya bu süreçte çekimser davranabilmektedir.

Toplumsal nedenler içerisinde ekonomik koşullar da önemli bir yer tutmaktadır. Evlilik yalnızca duygusal ve sosyal bir birliktelik değil aynı zamanda ekonomik sorumlulukların paylaşıldığı bir yaşam ortaklığıdır. Bu nedenle gelir düzeyindeki yetersizlikler, iş güvencesine ilişkin belirsizlikler, barınma ve geçim sorumlulukları, ortak giderler ve geleceğe yönelik maddi kaygılar evlilik kararını zorlaştırabilmektedir. Özellikle ekonomik kriz dönemlerinde ya da çiftler arasında gelir düzeyi bakımından belirgin farklılıkların bulunduğu durumlarda ekonomik endişeler evlilik kaygısını güçlendiren bir unsur hâline gelebilmektedir (Yıldız, 2025). Bu yönüyle ekonomik koşullar bireysel bir yetersizlik alanından çok toplumsal yapı ve yaşam koşullarıyla ilişkili bir etken olarak değerlendirilmelidir.

1.6. Benlik

Benlik kavramı literatürde bireyin kendisine ilişkin algılarını ve değerlendirmelerini açıklamak amacıyla ele alınan temel kavramlardan biridir. Farklı kuramsal yaklaşımlar benliği değişik yönleriyle ele almış ve bu doğrultuda çeşitli tanımlar ortaya koymuştur. Bu nedenle literatürde benlik kavramına ilişkin tek bir tanımdan söz etmekten ziyade benliği farklı bakış açıları çerçevesinde açıklandığı görülmektedir. Benlik, en genel tanımıyla bireyin kendisine ilişkin sahip olduğu inanç ve algıların bütünü olarak ifade edilebilir. Modern psikoloji literatüründe benlik kavramına yönelik ilk kapsamlı açıklamalardan biri William James tarafından yapılmıştır. James (2007) *Principles of Psychology* adlı eserinde benliği bireyin kendisi hakkında dile getirdiği tüm düşünce ve değerlendirmelerin tamamı olarak ele almış ve benliği dört temel boyutta incelemiştir. Bu boyutlar maddesel benlik, sosyal benlik, ruhsal benlik ve saf ego olarak tanımlanır.

Ayrıca, James benliği iki yönlü bir yapı olarak değerlendirerek “bilen ben” ve “bilinen ben” ayrımını ortaya koymuştur. Bu yaklaşıma göre özne konumunda bulunan bilinen ben maddesel, sosyal ve ruhsal benlik boyutlarını kapsarken; nesne konumunda bulunan bilinen ben ise saf ego ile ilişkilendirilmektedir. Bilinen ben bireyin kendisine ilişkin düşüncelerini yani kişinin kendisini hangi özelliklerle tanımladığına ve kendisi hakkında geliştirdiği öznel algılara karşılık gelmektedir. Bilen ben ise kim olduğunu, geçmişte ve şu anda gerçekleştirdiği davranışları değerlendiren ve bu deneyimler üzerine düşünen yönünü ifade etmektedir (James, 2007).

Benlik algısının oluşumu yaşam boyu devam eden ve bireyin yakın çevresinden başlayarak daha geniş sosyal çevrelere kadar uzanan çok yönlü bir süreçtir. Yaşamın ilk dönemlerinde fiziksel, duygusal ve bilişsel ihtiyaçlarını karşılamak için ebeveynlerine bağımlı olan bireyin benlik gelişimi öncelikle aile ortamında temellenmektedir (Kılıç ve Çamlıgüney, 2024). Bununla birlikte, bireyin kendisine yönelik değerlendirmeleri, geçmiş deneyimleri ve geleceğe ilişkin beklentileri de benlik algısının şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Aydın, 2013). Adler (1997) benlik kavramını bireyin doğuştan taşıdığı aşağılık duygusu ile ilişkilendirerek açıklamıştır. Adler’e göre birey bu duyguyu aşma ve kendini geliştirme çabası içerisinde benlik yapısını şekillendirmektedir. Bu süreçte bireyin desteklenmesi ve güçlendirilmesi sağlıklı bir benlik gelişimi açısından önemli görülmektedir. Nitekim benlik kavramı bireyin hem fiziksel hem de psikososyal iyilik halinin korunması ve sürdürülmesinde merkezi bir role sahiptir (Stein, 1995).

Bu çok boyutlu ve dinamik yapının en çok üzerinde durulan bileşenlerinden biri de benlik saygısıdır. Araştırmalar düşük benlik saygısının psikopatolojik belirtilerle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir (Zeigler- Hill, 2011). Bu noktada benlik ile benlik saygısı arasındaki ayrım kritik bir öneme sahiptir. Birey hakkında bilinen tüm bilgiler benliği oluştururken, kişinin kendisine ilişkin değerlendirme ve yargıları benlik saygısını temsil etmektedir (Heatherton ve Wyland, 2003).

1.6.1. Benlik Saygısı

Benlik saygısı bireyin kendisine yönelik olumlu ve olumsuz değerlendirmelerini kapsayan çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır (Haspolat ve Kağan, 2017; Rosenberg, 1965). Bu yapı bireyin kendisini değerli, yeterli ve kabul edilebilir bir varlık olarak algılama düzeyiyle yakından ilişkilidir. Bireyin kendisine ilişkin geliştirdiği değerlendirmeler yalnızca içsel bir algı biçimi olarak kalmamakta; davranışlarını, tutumlarını, karar alma süreçlerini ve sosyal ilişkilerini de önemli ölçüde etkilemektedir (Wang vd., 2018). Bu yönüyle benlik saygısı bireyin psikolojik uyumunu ve kişilerarası ilişkilerdeki işlevselliğini açıklamada önemli değişkenlerden biri olarak kabul edilmektedir.

Yüksek düzeyde benlik saygısı olumlu psikolojik belirtilere kaynaklık edebilirken düşük düzeyde benlik saygısı bireyin psikolojik ve sosyal işlevselliği üzerinde çeşitli olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir. Bu durum kaygı ve depresyon gibi duygusal sorunların yanı sıra beden algısına ilişkin memnuniyetsizlik, yeme bozuklukları, iş yaşamında performans düşüklüğü ve yakın ilişkilerde güçlüklerle ilişkili olabilmektedir (Liu vd., 2015; Tirlea vd., 2016). Özellikle evlilik gibi uzun süreli bağlılık, sorumluluk ve uyum gerektiren karar süreçlerinde bireyin kendisine yönelik algısı daha da belirleyici hâle gelebilmektedir. Kendine güven düzeyi düşük olan genç yetişkinler evlilik kararını almakta zorlanabilmekte, partnerleriyle sağlıklı iletişim kurma konusunda güçlük yaşayabilmekte ve evliliğin beraberinde getireceği sorumluluklar ya da olası çatışmalar karşısında daha yoğun kaygı hissedebilmektedir. Ayrıca düşük benlik saygısına sahip bireylerin ilişkiyi zedeleyici davranışlar sergileme eğiliminde olmaları sosyal bağları ve yakın ilişkileri üzerinde olumsuz etkiler oluşturabilmektedir (Orth vd., 2012). Bu nedenle benlik saygısı genç yetişkinlerde evlilik kaygısını etkileyebilecek temel psikolojik değişkenlerden biri olarak değerlendirilebilir.

Öte yandan, bireyin kendisine ilişkin değerlendirmeleri yaşam alanlarına ve içinde bulunduğu bağlama göre değişkenlik gösterebilmektedir (De Ruirter vd., 2017). Örneğin birey sosyal ilişkilerinde kendisini yeterli ve değerli hissederken evlilik gibi uzun süreli sorumluluk gerektiren bir ilişki söz konusu olduğunda aynı düzeyde güven duygusu hissedemeyebilmektedir. Böyle bir durumda bireyin evliliğe ilişkin yeterlilik algısı zayıflayabilmekte ve evliliğe yönelik kaygısı artabilmektedir. Buna karşılık kendisini değerli ve yeterli algılaması durumunda başkalarıyla daha etkili iletişim kurabilmekte, güçlü sosyal bağlar geliştirebilmekte ve sosyal yeterliliklerini daha olumlu değerlendirebilmektedir (Kamran vd., 2024).

Kavramın sosyal çevreyle ilişkisi benlik saygısının yalnızca bireyin içsel değerlendirmelerinden oluşmadığını göstermektedir. James (1890) bireyin sosyal benliğine ilişkin algılarının ve başkaları tarafından nasıl değerlendirildiğine yönelik düşüncelerinin benlik saygısını etkileyebileceğini ileri sürmüştür. Bu doğrultuda sosyal çevre tarafından kabul görme ya da reddedilme deneyimleri bireyin kendisine ilişkin değerlendirmelerinin şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Nitekim deneysel çalışmalar da benlik saygısının algılanan sosyal kabul ve reddedilme deneyimlerinden etkilendiğini ortaya koymaktadır (Leary vd., 1995). Bu açıdan benlik saygısı bireyin içsel değerlendirmeleri ile sosyal çevreden aldığı geri bildirimlerin etkileşimi sonucunda biçimlenen dinamik bir yapı olarak ele alınmaktadır.

Bununla birlikte, bu dinamik yapının açıklanmasında durumsal benlik saygısı kavramı önemli bir yer tutmaktadır. Genel benlik saygısı daha kalıcı bir kişilik özelliği olarak değerlendirilirken durumsal benlik saygısı bireyin içinde bulunduğu koşullara ve yaşadığı deneyimlere bağlı olarak değişebilmektedir (Heatherton ve Polivy, 1991). Bu nedenle birey evlilikle ilgili bir konuşma sırasında kendisini yeterli, hazır ya da değerli hissetmediğinde o ana özgü benlik saygısında düşüş yaşayabilmekte ve bu düşüş evlilik kararına ilişkin kaygıları artırabilmektedir. Benzer deneyimlerin tekrarlanması ise zamanla daha kalıcı bir benlik değerlendirmesine dönüşebilmektedir. Diğer bir ifadeyle durumsal benlik saygısına ilişkin tekrar eden yaşantılar bireyin genel benlik saygısının şekillenmesinde etkili olabilmektedir (Donnellan vd., 2012).

Öte yandan, benlik saygısı gelişimsel, demografik ve psikososyal değişkenlerle ilişkili olması nedeniyle literatürde farklı değişkenlerle birlikte ele alındığı görülmektedir. Benlik saygısı ile cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar kadınların benlik saygısı düzeylerinin erkeklere kıyasla daha düşük olduğunu

göstermektedir. Ayrıca cinsiyet farklılığının özellikle orta ergenlik döneminde belirginleştiği ve 16 yaş civarında en yüksek düzeye ulaştığı belirtilmektedir (Clay vd., 2005; Cribb ve Haase, 2015). Bu bulgular bireyin kendisine yönelik değerlendirmelerinin yalnızca kişisel özelliklerle değil, gelişimsel süreçler ve toplumsal değişkenlerle de bağlantılı olduğunu göstermektedir.

Benzer şekilde, romantik ilişkiler bağlamında yapılan boylamsal çalışmalar benlik saygısının yakın ilişkiler açısından önemini ortaya koymaktadır. Luciano ve Orth (2017)'un gerçekleştirdiği 9069 katılımcının dâhil olduğu üç yıllık boylamsal araştırmada romantik ilişkilere ilişkin geçişlerin bireylerin benlik saygısı üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırmada ilişkiye başlama, evlenme ve ayrılma gibi kritik deneyimlerin benlik saygısındaki değişimlerle ilişkisi test edilmiş; dört ayrı ara ölçümden elde edilen bulgular yeni bir romantik ilişkiye başlamanın benlik saygısını artırdığını ve ilişkinin en az bir yıl sürmesi durumunda bu artışın devam ettiği gözlemlenmiştir. Araştırmada ayrıca ilişkinin sona ermesinin benlik saygısında geçici bir düşüşe yol açtığı, ancak bu etkinin yaklaşık bir yıl içinde azaldığı görülmüştür. Araştırmada dikkat çekici bir diğer bulgu olarak ise evlenmenin benlik saygısında anlamlı bir değişim yaratmadığı; buna karşın benlik saygısının ilişki kararlarını etkilediği, yüksek benlik saygısının yeni bir ilişkiye başlama olasılığını artırırken düşük benlik saygısının ilişkiyi sonlandırma eğilimiyle ilişkili olduğu saptanmıştır.

Öte yandan, yaşam boyu gelişim açısından değerlendirildiğinde de benlik saygısının bireylerin farklı yaşam alanlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Orth vd. (2012) tarafından yürütülen araştırmada benlik saygısının yaşam boyu gelişimi ile ilişki memnuniyeti, iş doyumu, mesleki statü, gelir, olumlu ve olumsuz duygular, depresyon ve fiziksel sağlık gibi değişkenler üzerindeki etkileri incelenmiştir. Çalışmada, 16-19 yaş aralığında bulunan 1824 katılımcı 12 yıllık süreçte toplam beş ayrı veri toplama döneminde değerlendirilmiştir. Büyüme eğrisi analizleri benlik saygısının ergenlikten orta yetişkinliğe kadar arttığını, 50 yaş civarında en yüksek düzeye ulaştığını ve yaşlılıkla birlikte azaldığını ortaya koymuştur. Ayrıca benlik saygısının duygusal deneyimler ve depresyon üzerinde orta düzeyde, ilişki ve iş doyumu üzerinde düşük-orta düzeyde, sağlık üzerinde ise sınırlı etkilerinin bulunduğu belirlenmiştir. Bu etkilerin farklı kuşaklarda gözlemlenmesi benlik saygısının yaşam deneyimleri ve kişilik gelişimi üzerinde ileriye dönük belirleyici bir rol üstlendiğini göstermektedir.

Bununla birlikte, literatürdeki bulgular genel olarak değerlendirildiğinde düşük benlik saygısının bireylerde çeşitli psikolojik, sosyal ve ilişkisel güçlüklerle ilişkili olduğu; yüksek benlik saygısının ise psikolojik iyi oluşu, sosyal uyumu ve yakın ilişkilerde işlevselliği destekleyen koruyucu bir değişken olduğu görülmektedir (Ali ve Shoukry, 2017; Bulam, 2019; Okcu, 2020; Tonga ve Halisdemir, 2017). Bu nedenle bireyin kendisine yönelik değerlendirmelerinin genç yetişkinlerde romantik ilişkilere, evlilik kararına ve evliliğe yönelik beklentilere ilişkin algıları etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda benlik saygısı evlilik kaygısının anlaşılmasında dikkate alınması gereken merkezi değişkenlerden biri olarak ele alınmaktadır.

1.7. İlişki Doyumu

Romantik ilişkilerde bireylerin algıları, tutumları ve davranışları ilişkinin niteliğini, sürdürülebilirliğini ve bireyler üzerindeki etkisini doğrudan şekillendirebilmektedir. Bu bağlamda ilişki doyumu romantik ilişkilerin sağlıklı, istikrarlı ve tatmin edici olup olmadığını değerlendirmede temel göstergelerden biri olarak ele alınmaktadır. Literatürde ilişki doyumu çiftlerin birbirleriyle olan etkileşimlerinden aldıkları memnuniyet ve tatmin duygusu olarak tanımlanmakta; romantik ilişki çalışmalarında sıklıkla incelenen değişkenlerden biri olarak değerlendirilmektedir (Arıcıoğlu ve Kaya, 2023; Graham vd., 2011). Ayrıca bireyin ilişkisine dair öznel değerlendirmeleri bu kavramın temelini oluşturmakta; ihtiyaçlarının, beklentilerinin ve isteklerinin ne ölçüde karşılandığına ilişkin algısı ilişkiden aldığı doyum düzeyini belirlemektedir (Graham vd., 2011; Keizer, 2014; Ogan ve Öz Soysal, 2022; Topkaya vd., 2023).

Bu yönüyle ilişki doyumu ilişkinin sabit ve nesnel bir özelliğinden çok bireylerin ilişkiye ilişkin algı ve deneyimlerine dayanan öznel bir değerlendirme sürecidir. Aynı ilişki içerisinde yer alan partnerlerin doyum düzeylerinin farklılaşabilmesi de bu öznel niteliği göstermektedir (Keizer, 2014). Dolayısıyla ilişki doyumu bireylerin ilişkiye yönelik düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını kapsayan bilişsel, duyuşsal ve davranışsal bileşenlerden oluşan çok boyutlu bir yapı olarak değerlendirilmektedir. Bu noktada bireyin ilişkisini olumlu biçimde algılaması ve ilişkiden memnuniyet duyması romantik ilişkinin daha sağlıklı ve sürdürülebilir biçimde ilerlemesine katkı sağlamaktadır (Ogan ve Öz Soysal, 2022).

Bununla birlikte, ilişki doyumunun anlaşılabilmesi için yakın ilişki ve romantik ilişki kavramlarının da dikkate alınması gerekmektedir. Yakın ilişkiler iki birey arasında karşılıklı bağlılığın kurulduğu, psikolojik gereksinimlerin karşılandığı ve görece uzun süreli biçimde devam eden kişilerarası ilişkiler olarak tanımlanmaktadır (Kassin vd., 2013). Bireyler gelişim süreçleri boyunca ebeveynler, kardeşler, akrabalar, eğitimciler ve arkadaşlar gibi farklı kişilerle ilişki kurmakta; bunun yanı sıra sevgili, eş ya da flört gibi romantik partnerlerle geliştirdikleri bağlar aracılığıyla sosyal yaşamlarını sürdürebilmektedirler (Morsünbül ve Çok, 2011). Zaman içinde artan iletişim, karşılıklı etkileşim ve duygusal yakınlık ise kişilerarası ilişkilerin romantik nitelik kazanmasına ve yakın ilişkilere dönüşmesine zemin hazırlayabilmektedir (Çoban, 2021). Özellikle gençlik ve genç yetişkinlik döneminde romantik ilişkiler bireyin günlük yaşamını, sosyal etkileşimlerini ve gelişimsel görevlerini etkileyen önemli bir deneyim alanı hâline gelebilmektedir (Berger vd., 2005). Bu nedenle romantik ilişkilerden elde edilen doyum genç yetişkinlerin hem psikolojik iyi oluşları hem de geleceğe yönelik ilişki ve evlilik kararları açısından belirleyici olabilmektedir.

Genç yetişkinlik döneminde özellikle üniversite yıllarında deneyimlenen romantik ilişkilerin bireylerin gelişimleri üzerinde önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir (Kılınçer ve Tuzgöl-Dost, 2013). Erikson (2018) 'a göre bu dönem "yakınlığa karşı yalıtılmışlık" gelişim evresiyle ilişkilidir ve bireyin temel gelişimsel görevi diğer bireylerle yakın, anlamlı ve güvene dayalı bağlar kurabilmesidir. Bu bağlamda yakınlık bireyin kendini kaybetme ya da reddedilme kaygısı yaşamadan karşılıklı destek ve güven içeren sağlıklı romantik ilişkiler geliştirebilmesini ifade etmektedir (Sarı ve Korkut-Owen, 2016). Dolayısıyla romantik ilişkiler genç yetişkinlerin yakınlık kurma becerilerini geliştirdikleri, bağlanma ve güven deneyimlerini şekillendirdikleri önemli bir gelişimsel alan olarak değerlendirilebilir.

Öte yandan, bu gelişimsel süreçte ilişkiden alınan doyum romantik ilişkinin sağlıklı ve tatmin edici biçimde sürdürülmesinde temel belirleyicilerden biri olarak öne çıkmaktadır (Saraç vd., 2015). Fletcher vd. (2015) romantik ilişkilerin yalnızca bireysel mutluluğu artırmadığını, aynı zamanda genel iyi oluş düzeyini destekleyerek bireylerin yaşamda var olabilme kapasitelerini güçlendirdiğini vurgulamaktadır. Genç yetişkinler romantik ilişkiler aracılığıyla kimliklerini inşa etmekte, ilişki becerilerini geliştirmekte, karşı cinse yakınlık gösterebilmekte, arzu ve isteklerini sağlıklı biçimde yönetebilmektedirler (Yaşar Kılıç, 2025). Nitekim birey ilişkisinden yüksek düzeyde

doym sağladıkça partnerine ve ilişkiye yönelik beklenti ve gereksinimlerini karşılamayı sürdüröbilmekte; ilişkinin devamlılığına ve istikrarına daha fazla önem verebilmektedir (Hendrick, 2006).

Bu noktada kapsamlı bir açıklama, romantik ilişkilerde doyumunu açıklamaya yönelik geliştirilen ilişki yatırımı modeli'dir. Rusbult (1983) tarafından geliştirilen bu model bireylerin romantik ilişkilerde partnerlerine yönelik bağlılık düzeylerini ilişkiden elde edilen doyum, mevcut alternatifler ve ilişkiye yapılan yatırımlar çerçevesinde açıklamaktadır. Modele göre ilişkiden alınan doyum ilişkinin gücünü ve sürekliliğini belirleyen temel unsurlardan biridir. Bu doyum yalnızca bireyin ilişkiden genel memnuniyetini değil, aynı zamanda partnerinden beklediği güvenlik, aidiyet ve diğer duygusal ihtiyaçların karşılanma düzeyini de kapsamaktadır. İlişkide bu gereksinimlerin yeterince karşılanmadığı algısı bireyin alternatif ilişki olasılıklarını değerlendirmesine yol açabilmektedir. Mevcut partnerin sunduğu olanaklar ve ihtiyaçları karşılama düzeyi olası alternatiflerle kıyaslandığında daha doyurucu bulunuyorsa ilişki sürdürölmekte; aksi durumda birey tatminsizlik ve belirsizlik duygularıyla karşı karşıya kalabilmektedir. Bu belirsizlik özellikle evlilik gibi uzun vadeli bağlılık kararları söz konusu olduğuunda evlilik kaygısının ortaya çıkmasında etkili olabilecek bir unsur olarak değerlendirilmektedir (Büyökmumcu, 2025; Le ve Agnew, 2003; Rusbult, 1983).

Literatürde romantik ilişkilerde doyumun yaşı ve ilişki süresine göre nasıl değiştiiğine ilişkin kapsamlı çalışmalar da bulunmaktadır. Böhler vd. (2021) yaşıam boyu ilişki doyumunu değerlendirdikleri meta-analiz çalışmasında 165 bağımsız örneklemden elde edilen 165.039 katılımcı verisini incelemişılerdir. Bulgular ilişki doyumunun 20-40 yaşı aralığında azaldığını, 40 yaşı civarında en düşıük düzeeye ulaştığını ve 65 yaşına kadar yeniden artış gösterdiğini ortaya koymuştur. İlişki süresi açısından değerlendirildiğinde ise memnuniyetin ilk 10 yılda düştüğu, 10-20 yıl arasında yükseldiği ve ardından tekrar azaldığı belirlenmiştir. Bu bulgular özellikle genç yetişkinlik döneminde ilişki doyumunun değerşken bir yapıya sahip olduğunu ve bu değerşkenliğin bireylerin geleceğe yönelik ilişki kararlarını etkileyebileceğini göstermektedir.

İlişkiden alınan doyumun yalnızlık ve iletişim kalitesiyle bağlantısı da bu çerçevede önemlidir. Aziz vd. (2021) romantik ilişkilerde doyum ve yalnızlık algısı arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada katılımcıların %80'i ilişkilerinden yeterince tatmin olmadığını, %64'ü kendilerini yalnız hissettiğini ve %94'ü ilişkilerinden memnun olmadıklarını bildirmiştir. Bulgular ilişkide doyum düzeyinin azaldığı durumlarda

yalnızlık duygularının arttığını ve iletişim kalitesinin olumsuz etkilendiğini göstermektedir. Bu durum özellikle genç yetişkinler açısından anlamlıdır; çünkü evlilik öncesi romantik ilişkilerde yaşanan doyum eksikliği bireylerin ilişkinin geleceğine yönelik daha fazla belirsizlik yaşamalarına neden olabilmektedir. Yalnızlık duygusu ve iletişim sorunları da bu belirsizliği güçlendirerek evlilik kararına yönelik kaygıları artırabilmektedir.

Romantik ilişkilerin farklı aşamalarına göre doyum düzeylerinin nasıl değiştiği de literatürde ele alınan bir diğer konudur. Cassepp-Borges vd. (2023) tarafından yürütülen çalışmada 756 kadın ve 346 erkek olmak üzere toplam 1102 Brezilyalı katılımcıdan elde edilen veriler analiz edilmiş ve ilişkiler karşılıksız aşktan evliliğe uzanan bir süreç içinde sınıflandırılmıştır. Bulgular ilişkinin ilerleyen aşamalarında tutku düzeyinin ilişki doyumunu üzerinde daha belirgin bir etkiye sahip olduğunu, buna karşılık bağlılığın etkisinin görece daha sınırlı kaldığını ortaya koymuştur. Bu sonuçlar genç yetişkinlik döneminde romantik ilişkinin farklı evrelerinde yaşanan doyum değişimlerinin bireylerin evlilik gibi uzun vadeli bağlanma kararlarına yönelik algılarını etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalar da romantik ilişki doyumunun ilişkiyi sürdürme süreçlerindeki rolünü desteklemektedir. Ogan ve Öz Soysal (2022) tarafından gerçekleştirilen çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu ve öz yeterlilik düzeylerinin ilişki sürdürme stratejileri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Katılımcı grubunda yer alan 406 üniversite öğrencisinden elde edilen verilerin analiz edilmesi sonucunda ilişki doyumunu ve öz yeterliliğin ilişki sürdürme stratejilerinin yaklaşık %53'ünü açıkladığı belirlenmiştir. Bu bulgu bireylerin ilişkilerinde doyum ve yeterlilik algılarının artmasının ilişkiyi devam ettirme becerilerini güçlendirdiğini göstermektedir. Genç yetişkinlik döneminde bu becerilerin yetersiz olması ise ilişkide istikrarın sağlanmasını zorlaştırabilmekte ve bireylerin evlilik gibi uzun vadeli bağlılık kararlarına yönelik belirsizlik yaşamalarına neden olabilmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde romantik ilişki doyumunun bireylerin ilişkilerini sürdürme biçimleri, duygusal deneyimleri ve uzun vadeli bağlanma kararları üzerinde belirleyici bir rol oynadığı görülmektedir. Literatürde yer alan bulgular bu yapının yaş, ilişki süresi, bireysel özellikler, iletişim kalitesi, yalnızlık algısı ve ilişki dinamikleri gibi çok sayıda değişkenden etkilendiğini göstermektedir. Özellikle genç yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerden elde edilen doyum bireylerin evliliğe yönelik

algılarını şekillendirebilmekte; düşük doyum düzeyleri ise belirsizlik, güvensizlik ve ilişkiye dair olumsuz beklentiler üzerinden evlilik kaygısını artırabilmektedir. Bu bağlamda ilişki doyumu evlilik kaygısının anlaşılmasında ve açıklanmasında önemli değişkenlerden biri olarak değerlendirilmektedir.

1.8. Toplumsal Cinsiyet Algısı

Cinsiyet biyolojik temellere dayanan ve görece sabit özellikleri ifade ederken; toplumsal cinsiyet toplumların kültürel ve sosyal yapıları doğrultusunda şekillenen, zamana ve bağlama göre değişebilen bir kavram olarak ele alınmaktadır (Johnson ve Repta, 2012; Lips, 2020; Wood ve Eagly, 2002). Bu yönüyle toplumsal cinsiyet bireylerin yalnızca biyolojik özelliklerine dayalı olarak değil, içinde bulundukları kültürün kadın ve erkeklere attığı rol, davranış ve beklentiler çerçevesinde şekillenen toplumsal bir yapı olarak tanımlanmaktadır (İçli, 2018).

Toplumsal cinsiyet kavramı bireylerin kadın ya da erkek olarak nasıl var olduklarından çok bu kimliklerin hangi toplumsal süreçler aracılığıyla oluşturulduğuna odaklanmaktadır. Bu nedenle kavram kadınlık ve erkeklik rollerinin, kimliklerinin ve deneyimlerinin toplumsal bağlamda nasıl biçimlendiğini açıklamaya yönelik kuramsal bir çerçeve sunmaktadır. Toplumsal cinsiyetin yalnızca biyolojik farklılıklara dayanmadığını, sosyal ve kültürel süreçler aracılığıyla inşa edildiğini vurgulayan bu yaklaşım bireylere atfedilen rol, sorumluluk, davranış ve beklentilerin toplum tarafından üretildiğini göstermektedir (Lindsey, 2012). Butler (1999)'ın toplumsal cinsiyeti bir performans olarak kavramsallaştırması da bu kimliğin sabit bir özden ziyade tekrar eden söylemler, gündelik pratikler ve sosyal etkileşimler aracılığıyla sürekli yeniden üretildiğini ortaya koymaktadır. Benzer şekilde West ve Zimmerman (1987) tarafından geliştirilen “doing gender” yaklaşımı toplumsal cinsiyetin doğuştan getirilen değişmez bir özellik olmadığını, bireylerin gündelik sosyal etkileşimleri içinde sürekli olarak üretilen ve pekiştirilen bir süreç olduğunu ileri sürmektedir.

Toplumsal cinsiyetin tarihsel gelişimi feminist hareketin ilerleyişi ve toplumsal cinsiyet çalışmalarının dönüşümüyle yakından ilişkilidir. Bu süreç feminist hareketin farklı dönemlerde ortaya çıkan dalgalarıyla paralel bir seyir izlemiştir. Tarihsel olarak kadınlar farklı toplum ve kültürlerde çeşitli biçimlerde toplumsal baskılara maruz kalmış; kimlikleri, rolleri ve yaşam alanları sınırlandırılarak temel hak ve özgürlüklerden yoksun bırakılmıştır (Mohajan, 2022). Bu durum toplumsal cinsiyetin yalnızca bireysel

kimliklerle ilişkili bir kavram olmadığını, aynı zamanda güç ilişkileri, toplumsal eşitsizlikler ve kültürel normlarla bağlantılı bir yapı olduğunu göstermektedir.

Toplumsal cinsiyetin açıklanmasında önemli kavramlardan bir diğeri toplumsal cinsiyet kalıp yargılarıdır. Bu kavram bireylere cinsiyetlerine uygun görülen belirli niteliklerin, rollerin ve özelliklerin atfedilmesini ifade etmektedir (UNICEF, 2024). Toplumsal gruplara ilişkin yaygın inanışları içeren kalıp yargılar bireylerin rollere, sınıflara ve statülere göre genellenmiş özelliklerle değerlendirilmesine yol açmaktadır. Cinsiyet temelli bu genellemeler toplumun çoğunluğu tarafından kız ve erkek çocukları için uygun görülen davranış ve özellikler üzerinden biçimlenmekte ve toplumsal cinsiyet kalıp yargıları olarak adlandırılmaktadır (Acar-Erdol, 2019; Saygan ve Uludağlı, 2021). Bu kalıp yargılar özellikle aile yaşamı ve evlilik bağlamında bireylerin üstlenmesi beklenen rollerin belirlenmesinde etkili olabilmektedir. Cinsiyete ilişkin kalıp yargılar aile kurumunun devamına yönelik sorumlulukları çoğunlukla kadınlara yüklemekte ve kadını kamusal alandan çok özel alanla, yani ev içi rollerle ilişkilendirmektedir. Bu çerçevede aileye ilişkin konuların çoğu zaman kadın odaklı bir bakış açısıyla ele alındığı görülmektedir (Erol, 2008; Yükselbaba, 2011).

Doğumdan itibaren aile etkisiyle şekillenmeye başlayan ve ilerleyen süreçte toplumun değerler sistemi doğrultusunda pekiştirilen toplumsal cinsiyet rolleri tutum açısından eşitlikçi ve geleneksel olmak üzere iki temel kategoride değerlendirilmektedir (Akkaş, 2019). Geleneksel toplumsal cinsiyet rolü anlayışı kadın ve erkek rollerinin belirgin biçimde ayrılmasını esas almaktadır. Bu anlayışa göre kadının konumu daha çok ev içi işler, çocuk bakımı ve aile sorumluluklarıyla; erkeğin konumu ise iş yaşamı, kamusal alan ve ailenin ekonomik geçimini sağlama sorumluluğuyla ilişkilendirilmektedir (Bakioğlu ve Türküm, 2019; İmamoğlu, 2012). Böylece kadınlara ev işlerini yürütme, çocuk bakımı ve yetiştirme gibi roller yüklenirken erkeklere ailenin geçimini sağlama ve karşılaşılan güçlüklerle baş etme sorumluluğu atfedilmektedir. Bu yaklaşım kadınların yaşamın farklı alanlarında geri planda kalmasına ve aile içi sorumluluk paylaşımında erkeklerle eşit görülmemesine neden olabilmektedir.

Buna karşılık, eşitlikçi toplumsal cinsiyet rolü anlayışı mesleki, ailevi, evlilik ve eğitimle ilgili sorumlulukların kadın ve erkek arasında daha dengeli paylaşılmasını desteklemektedir. Bu yaklaşım bireylerin yalnızca cinsiyetlerinden dolayı yaşamlarını sınırlayan kalıp yargılara maruz kalmasını önlemeyi amaçlamakta ve kadın ile erkeğin farklı yaşam alanlarında eşit fırsatlara sahip olmasını vurgulamaktadır (King vd., 1994;

Vefikuluçay vd., 2007). Bu bağlamda eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısı bireylerin hem özel hem de kamusal alanda daha esnek, adil ve paylaşımcı roller üstlenmelerine katkı sağlayabilmektedir.

Bu eşitliğin sağlanmadığı durumlarda ise -özellikle geleneksel cinsiyet rollerinin hâkim olduğu ilişkilerde- bireyler evlilik kararı, eş seçimi, evlilik beklentileri ve aile içi sorumlulukların paylaşımı gibi konularda toplumsal baskılarla karşılaşabilmektedir. Bu durum bireylerin evliliğe ilişkin değerlendirmelerini etkileyerek evlilik kaygısının artmasına zemin hazırlayabilmektedir. Özellikle kadınlar açısından değerlendirildiğinde ev içi sorumlulukların adil biçimde paylaşılmayacağına ilişkin beklentiler, evlilik sonrasında kamusal alandaki rollerin sınırlanacağı düşüncesi ve aile yaşamına ilişkin yükümlülüklerin büyük ölçüde kadınlardan bekleneceği algısı evliliğe karşı olumsuz tutumların gelişmesine neden olabilmektedir. Bu nedenle geleneksel toplumsal cinsiyet algısı evlilik kararını daha fazla sorumluluk, sınırlanma ve rol yüküyle ilişkilendiren bireylerde evlilik kaygısını artırabilecek bir etken olarak değerlendirilebilir. Buna karşılık eşitlikçi bir toplumsal cinsiyet yaklaşımı evlilik ilişkisinde sorumlulukların paylaşılmasını, bireysel tercihlerin dikkate alınmasını ve her iki partnerin de yetenekleri doğrultusunda yaşamını sürdürebilmesini destekleyerek evlilik kaygısını azaltıcı bir rol üstlenebilir.

1.9. Bağlanma Kuramı

Doğumdan itibaren bakım ve korunmaya ihtiyaç duyan bebek fiziksel ve duygusal gereksinimlerini karşılayacak bir bakım verene yönelmektedir. Duygusal ihtiyaçların karşılanması güven duygusunun gelişimini desteklerken, fiziksel ihtiyaçların karşılanması bireyin hayatta kalması ve sağlıklı gelişimi açısından kritik bir önem taşımaktadır. Bu nedenle bireyin kendi türüyle bir arada olma isteği ve temel gereksinimlerini karşılayacak bir figüre yönelmesi bağlanma kavramının temelini oluşturmaktadır (Soysal vd., 2005; Yıkıcı, 2023).

Bağlanma davranışı insan yaşamında doğumdan itibaren görülmeye başlamakta ve özellikle bebeğin ikinci aydan itibaren bakım verene yönelen tepkiler geliştirmesiyle belirginleşmektedir. Bu süreçte bebek başını çevirme, emme ve tutma refleksleri aracılığıyla bakım verene etkileşim kurmakta, beslenme düzenine uyum sağlama gibi davranışlar da bu dönemde artış göstermektedir. Bebeğin bakım verene gülümsemesi ve onu diğer bireylerden ayırt edebilmesi ilgisini bakım verene yöneltmesine ve onun

varlığında güven duymasına katkı sağlamaktadır. Yedinci aydan itibaren ise bebek sosyal çevresini ve etkileşimlerini daha bilinçli biçimde algılamaya başlamakta ve somut nesnelere ve çevresindeki kişilerle kurduğu ilişkilere daha fazla dikkat yöneltmektedir. Bu dönemden sonra bakım verenle kurulan bağ bebeğin sosyal çevresiyle bütünleşmekte ve ilerleyen dönemlerde güvenli ilişkiler geliştirebilmesinin temelini oluşturmaktadır (Turan-Akdağ, 2011; Winnicott, 1953).

Bebeklerin bakım verenleriyle kurdukları ilişkileri ve bu kişilere yönelik ihtiyaçlarını inceleyen Bowlby (1980) özellikle bakım verenin yokluğunda bebeklerin sergilediği tepkilere dikkat çekmiştir. Bu çalışmalarda bakım verenin ortamdan ayrılması durumunda bebeklerin kaygı düzeyinde belirgin bir artış olduğu gözlemlenmiştir. Ainsworth (1989) ise bağlanmayı bebeklik döneminde bireyin fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarının birincil bakım veren tarafından karşılanmasıyla başlayan etkileşimler süreci olarak tanımlamaktadır. Bu süreç zamanla bebeğin bakım verenini arama, onunla yakınlık kurma ve onun varlığında güven duyma gereksinimiyle şekillenen yoğun bir duygusal bağa dönüşmektedir.

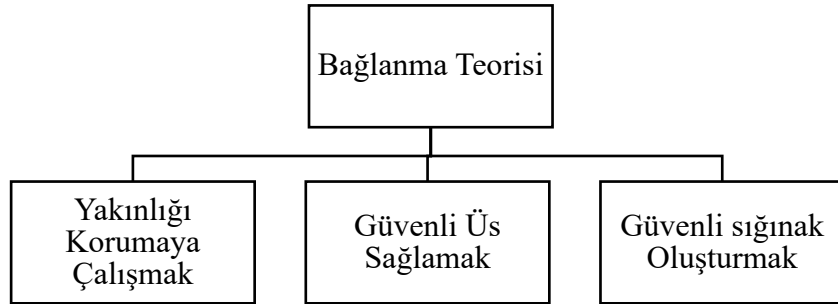
Erken dönemde bakım verenle kurulan bu bağın yalnızca çocuklukla sınırlı kalmadığı, yaşamın ilerleyen dönemlerindeki ilişkiler üzerinde de etkili olduğu düşünülmektedir. Bebeklik döneminde tekrarlayan etkileşimler ve deneyimler bireyin zihinsel temsillerini ve bağlanma kalıplarını şekillendiren içsel çalışan modellerin oluşumuna temel oluşturmaktadır (Bowlby, 1979). Bu durum bebeğin temel ihtiyaçlarını karşılayan birincil bakım verene yönelirken zihinsel ve duygusal düzeyde belirli kodlamalar geliştirmesi olarak açıklanabilir. Söz konusu kodlamalar çocuğun hem kendisine hem de diğerlerine ilişkin olumlu ya da olumsuz algılarının temelini oluşturmakta ve “içsel çalışan modeller” ya da “zihinsel temsiller” olarak kavramsallaştırılmaktadır (Bowlby, 1973).

Bireylerin kendilerine ve çevrelerine ilişkin oluşturdıkları içsel çalışan modeller yaşamlarında karşılaştıkları olaylara nasıl tepki vereceklerini, dikkatlerini hangi deneyimlere yönelteceklerini ve yeni deneyimlerden ne tür çıkarımlar elde edeceklerini belirlemektedir (Bartholomew, 1990). Bununla birlikte, bebeklik döneminde şekillenen içsel çalışan modeller yaşam boyunca pekiştirilerek yetişkinlik dönemine taşınmakta ve zamanla değişime karşı dirençli hale gelebilmektedir. Bu nedenle katılaşmış içsel çalışan modeller yetişkinlikte kurulan ilişkilerde ve bireyin sağlıklı kişilik gelişiminde belirleyici bir rol oynayabilmektedir (Yıkıcı, 2023). Bu bağlamda içsel çalışan modeller bağlanma

sisteminin temel yapı taşlarından biri olarak değerlendirilmektedir. Söz konusu modellerin bireyin kendisine, başkalarına ve yakın ilişkilere yönelik algılarını şekillendirmesi bağlanma kuramının yalnızca erken çocukluk dönemini değil, yetişkinlikte kurulan romantik ilişkileri ve evlilik sürecini de açıklamada önemli bir kuramsal zemin sunduğunu göstermektedir.

Bowlby'nin bağlanma kuramı bireylerin başkalarıyla güvene dayalı ve yakın ilişkiler geliştirmelerinin psikolojik gelişim açısından önemini vurgulamaktadır. Kurama göre bağlanma depresyon, anksiyete, stres ve bazı kişilik bozukluklarının anlaşılmasında önemli bir çerçeve sunmaktadır (Bowlby, 1979). Bunun yanı sıra bağlanma kuramı bireylerin kısa ve uzun süreli ilişkilerde sergiledikleri davranışları ve ilişkisel dinamiklerin psikolojik temellerini açıklamaya yardımcı olmaktadır (Schafer, 2020). Bu yönüyle bağlanma örüntüleri romantik ilişkiler ve evlilik süreci bağlamında bireylerin yakınlık kurma, güven geliştirme, bağlılığı sürdürme ve kaygıyı düzenleme biçimlerini anlamada önemli bir değişken olarak ön plana çıkmaktadır.

Şekil 1.1: Bağlanmanın Ögeleri



Not: Hazan ve Shaver (1994) çalışmasından uyarlanmıştır.

Bowlby'ye göre bağlanmanın üç temel ögesi bulunmaktadır (Şekil 1.1). Bunlar yakınlığı korumaya çalışma, güvenli üs sağlama ve güvenli sığınak oluşturmaktır (Hazan ve Shaver, 1994). Yakınlığı koruma bireyin bağlanma figürüne fiziksel ya da duygusal olarak yakın olma eğilimini ifade ederken; güvenli üs bireyin çevreyi keşfetme sürecinde bağlanma figüründen aldığı destek ve güven duygusunu belirtmektedir. Güvenli sığınak ise bireyin tehdit, stres ya da kaygı yaşadığı durumlarda bağlanma figürüne yönelerek rahatlama ve korunma arayışını ifade etmektedir. Bu ögeler bağlanmanın yalnızca

çocukluk döneminde değil yetişkinlikte kurulan romantik ilişkilerde de güven ve yakınlık ihtiyacını açıklayan temel bileşenler olduğunu göstermektedir.

1.10. Bağlanma Stilleri

Bağlanma stillerinin temellerinin çocukluk döneminde atıldığı kabul edilmektedir. Erken dönemde bakım verenle kurulan ilişkinin niteliği bireyin yaşamı boyunca yakın ilişkilerinde, duygusal düzenleme biçimlerinde ve sosyal etkileşimlerinde etkili olabilmektedir (O'Brien vd., 2000). Bu örüntüler bireyin romantik ilişkilerde yakınlık kurma, güven geliştirme, çatışmalarla başa çıkma ve ilişkisel tehditleri değerlendirme biçimini şekillendirmektedir. Bu nedenle bağlanma stilleri evlilik gibi uzun süreli bağlılık ve güven gerektiren ilişkilerin anlaşılmasında önemli bir kuramsal zemin sunmaktadır.

Bağlanma kuramına katkı sağlayan araştırmacılar bağlanma örüntülerini farklı modellerle açıklamışlardır. Ainsworth vd. (1978) bebeklik döneminde bakım verenden ayrılma ve yeniden birleşme durumlarında ortaya çıkan tepkilere odaklanarak güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stillerini tanımlamıştır. Hazan ve Shaver (1987) bu sınıflandırmayı yetişkin romantik ilişkilerine uyarlamış; Bartholomew ve Horowitz (1991) ise yetişkin bağlanmasını bireyin kendisine ve başkalarına ilişkin olumlu ya da olumsuz algıları temelinde dört boyutlu bir yapıyla açıklamıştır.

1.10.1 Ainsworth vd. (1978)'nin Üçlü Bağlanma Modeli

Ainsworth'un üçlü bağlanma modeli Bowlby'nin bağlanma kuramına dayanmakta ve bebeklerin bakım verenlerinden ayrılma ve yeniden birleşme durumlarında verdikleri tepkiler üzerinden şekillenmektedir. Ainsworth vd. (1978) tarafından geliştirilen “Yabancı Ortam Deneyi”nde bebeklerin anneden ayrılma, yabancı biriyle karşılaşma ve annenin geri dönmesi durumlarındaki davranışları gözlemlenmiştir. Bu gözlemler sonucunda güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma olmak üzere üç temel bağlanma stili tanımlamışlardır.

Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bebekler bakım veren ortamdan ayrıldığında belirli düzeyde huzursuzluk yaşasa da bakım verenin geri dönmesiyle kolayca sakinleşmekte ve yeniden yakınlık kurmaktadır (Ainsworth vd., 1978). Bu örüntü ilerleyen dönemlerde bireyin ilişkilerinde daha yapıcı, güvene dayalı ve açık iletişime yatkın tutumlar geliştirmesine katkı sağlayabilmektedir (Öztürk vd., 2020). Kaygılı-kararsız bağlanma örüntüsünde bebekler bakım veren ortamdan ayrıldığında yoğun kaygı

yaşamakta ve bakım veren geri döndüğünde de tam anlamıyla sakinleşememektedir. Bu örüntü yetişkinlikte romantik ilişkilerde partnerin ilgisini sürekli sorgulama, terk edilme olasılığına karşı aşırı duyarlılık geliştirme ve ilişkide güvence arama davranışlarıyla kendini gösterebilmektedir. Kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip bebekler ise bakım verenin ayrılığına belirgin bir kaygı tepkisi göstermemekte geri dönüşünde ise yakınlık kurma girişimlerine karşı mesafeli kalabilmektedir (Ainsworth vd., 1978). Yetişkinlikte bu örüntü romantik ilişkilerde duygusal yakınlıktan kaçınma, ilişkinin derinleşmesini sınırlama ve bağımsızlığı koruma eğilimiyle ilişkili olabilmektedir.

1.10.2. Hazan ve Shaver (1987)'in Üçlü Bağlanma Modeli

Bağlanma kuramı başlangıçta erken çocukluk dönemindeki bakım veren ilişkilerini açıklamak amacıyla geliştirilmiş olsa da zamanla yetişkin romantik ilişkilerini anlamada da kullanılmaya başlanmıştır. Hazan ve Shaver (1987) bebeklik döneminde oluşan bağlanma örüntülerinin yetişkinlikteki romantik ilişkilerde de benzer biçimde sürdüğünü ileri sürmüş ve yetişkin romantik ilişkilerinde bağlanma stillerini güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma olmak üzere üç kategoriye ayırmışlardır.

Güvenli bağlanma stiline sahip yetişkinler romantik ilişkilerde yakınlık kurmayı daha doğal ve güvenli bir süreç olarak deneyimlemektedirler. Bu bireyler terk edilme korkusu yaşamadan bağlanabilmekte, ilişkilerinde güven geliştirmekte ve duygusal yakınlığı daha rahat sürdürebilmektedirler (Shaver & Brennan, 1992; Sümer ve Güngör, 1999). Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip bireyler romantik ilişkilerde yoğun bağlılık, sahiplenme ve onay arayışı gösterebilmektedir. Kendilerine ve ilişkinin sürekliliğine ilişkin güvenleri daha düşük olduğundan reddedilme ya da terk edilme ihtimalini yoğun biçimde kaygı verici olarak algılayabilmektedirler (Çalışır, 2009). Bu durum evlilik gibi uzun süreli bağlılık gerektiren ilişkilerde belirsizlik ve terk edilme kaygısını artırabilmektedir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler ise duygusal yakınlık kurmakta, kendilerini açmakta ve samimi ilişkiler sürdürmekte güçlük yaşayabilmektedirler (Liu vd., 2020). Bu bireyler ilişkilerde mesafe koyma, geri çekilme ve bağımsızlığı koruma eğilimi gösterebilmektedirler (Cooper vd., 1998). Evlilik bağlamında bu örüntü yakınlık ve bağlılık gerektiren ilişki yapısına karşı çekimserlik ya da kaygı geliştirilmesine zemin hazırlayabilmektedir.

1.10.3. Bartholomew ve Horowitz (1991)'in Dörtlü Bağlanma Kuralı

Bartholomew ve Horowitz (1991) yetişkin bağlanma stillerini bireyin kendisine ve başkalarına ilişkin olumlu ya da olumsuz algıları temelinde açıklamışlar; bağlanma stillerini güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma olmak üzere dört grupta ele almışlardır. Modelin temelinde bireyin benlik algısı ile başkalarına yönelik algısının yakın ilişkilerdeki tutum ve davranışlarını belirlediği düşüncesi yer almaktadır (Çalışır, 2009).

Güvenli bağlanma stilinde birey hem kendisini hem de başkalarını olumlu değerlendirmektedir. Bu kişiler kendilerini sevgiye değer görmekte, başkalarını ise güvenilir ve ulaşılabilir olarak algılamaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu nedenle yakın ilişkilerde güven geliştirmeleri ve duygusal yakınlık kurmaları daha kolay olabilmektedir. Saplantılı bağlanma stilindeki bireyler kendilerini olumsuz, başkalarını ise olumlu değerlendirme eğilimindedirler. Bu durum ilişkilerde sürekli onay ve güven arayışına yol açabilmekte; terk edilme, reddedilme ya da yeterince sevilme kaygılarını artırabilmektedir (Fraley ve Shaver, 2000). Kayıtsız bağlanma stilindeki bireyler kendisini olumlu, başkalarını ise olumsuz değerlendirmektedirler. Bu bireyler yakın ilişkilerden kaçınabilmekte, bağımsızlığı korumaya önem verebilmekte ve duygusal yakınlığı sınırlayıcı bir durum olarak algılayabilmektedirler (Bartholomew ve Shaver, 1998). Korkulu bağlanma stilindekiler ise hem kendilerini hem de başkalarını olumsuz değerlendirme eğilimindedirler. Kendilerini değersiz ve yetersiz, başkalarını ise güvenilmez ya da reddedici olarak algılayan bireyler yakın ilişkilerden kaçınabilmekte ve duygusal mesafe koyabilmektedirler (Sümer ve Güngör, 1999). Bu örüntü evlilik gibi yakınlık ve güven gerektiren ilişkilerde hem ilişki kurma isteği hem de reddedilme kaygısı arasında çatışma yaşanmasına neden olabilmektedir.

1.10.4. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma

Çocuklukta oluşan bağlanma deneyimleri yetişkinlik döneminde romantik partnerler, yakın arkadaşlar ve sosyal gruplar aracılığıyla yeniden ortaya çıkabilmektedir. Bazı bireylerde romantik partner ikinci önemli bağlanma figürü haline gelebilmektedir (Bowlby, 2012). Araştırmalar çocuklukta oluşan bağlanma biçimlerinin yetişkinlikteki ilişkiler için güçlü bir temel oluşturduğunu ve bireylerin partnerleriyle kurdukları duygusal yakınlık, güven ve iletişim biçimlerini etkilediğini göstermektedir (Bozkurt, 2006). Bu bağlamda güvenli bağlanma stiline sahip bireyler evlilik ilişkilerinde duygusal ihtiyaçlarını daha rahat ifade edebilmekte, partnerleriyle sağlıklı iletişim kurabilmekte ve

çatışmaları daha yapıcı biçimde çözebilmektedir. Buna karşılık kaygılı-kararsız ya da saplantılı bağlanma örüntüleri reddedilme ve terk edilme korkusu üzerinden evlilik kaygısını artırabilmektedir. Kaçınan, kayıtsız ya da korkulu bağlanma örüntüleri ise duygusal yakınlıktan kaçınma, bağımsızlığı koruma ya da ilişkiye güven duymakta zorlanma biçiminde ortaya çıkarak evlilik kararına ilişkin belirsizlikleri güçlendirebilmektedir.

Bu açıklamalar doğrultusunda bağlanma örüntülerinin evlilik ilişkisinde duygusal güvenin kurulması, yakınlığın sürdürülmesi ve kaygının düzenlenmesi açısından belirleyici olduğu söylenebilir. Güvenli bağlanma bireyin evlilik kaygısını yönetme becerisini destekleyebilirken; güvensiz bağlanma örüntüleri evlilik kararına ilişkin kaygı, belirsizlik ve ilişkiyi sürdürmemeye endişesini artırabilmektedir. Bu nedenle bağlanma stilleri genç yetişkinlerde evlilik kaygısının anlaşılmasında dikkate alınması gereken temel değişkenlerden biri olarak değerlendirilmektedir.

1.11. Psikolojik Semptomlar

Evliliğe yönelik belirsizlikler artan sorumluluklara ilişkin düşünceler ve olası olumsuz evlilik beklentileri bireylerde çeşitli psikolojik semptomların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir. Nitekim romantik ilişkiler ve yakın ilişki süreçleri ile ilgili araştırmalar, ilişkilerde yaşanan belirsizlik ve olumsuz beklentilerin psikolojik iyi oluşun azalması, depresif belirtiler ve kaygı düzeylerinin artmasıyla ilişkili olduğunu göstermektedir (Braithwaite vd., 2010; Gomez-Lopez vd., 2019). Psikolojik semptomlar bireylerin ruhsal durumlarına ilişkin yaşadıkları belirtiler olarak tanımlanmakta ve çoğu zaman ruh sağlığına ilişkin sorunların önemli göstergeleri arasında değerlendirilmektedir (Türkçapar, 2004). Bu doğrultuda evlilik kaygısının depresyon, anksiyete ve stres gibi psikolojik semptomlarla birlikte incelenmesi bireylerin duygusal ve bilişsel süreçlerinin daha kapsamlı biçimde anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Psikolojik semptomların birçok türü bulunmakla birlikte bu çalışmada evlilik kaygısıyla ilişkili olduğu düşünülen depresyon, anksiyete ve stres kavramları ele alınmaktadır.

1.11.1. Depresyon

Depresyon bireyde yoğun üzüntü, ilgi ve haz kaybı ile umutsuzluk duygularının ön planda olduğu ve günlük işlevselliği olumsuz yönde etkileyen bir ruhsal durumdur. Bu durum bazı zamanlarda yaşam olaylarına verilen geçici bir duygusal tepki olarak ortaya çıkabilirken, bazı durumlarda klinik düzeyde değerlendirilmesi gereken psikiyatrik

bir bozukluk niteliği taşıyabilmektedir (Türkçapar, 2004). Depresyonun kişilerarası ilişkilerle yakından ilişkili olması evlilik ve romantik ilişki süreçlerinde yaşanan sorunların psikolojik belirtiler üzerindeki etkisini önemli hâle getirmektedir. Nitekim Ünal vd. (2002)'nin uzman hekime başvuran depresif hastalar üzerinde yaptıkları çalışmada kadın hastaların sıklıkla evlilik sorunları ve karşı cinsle ilgili problemler bildirdikleri saptanmıştır. Bebbington (1998)' in evliliğin özellikle kadınlar üzerinde daha olumsuz etkiler oluşturabileceğini belirttiği çalışma da bu bulguları desteklemektedir. Benzer şekilde Sarımurat (1993) kadınların evlilik yaşamında karşılaştıkları sorunlara dikkat çekmiş, Ilfeld (1977) ise evlilikle ilgili problemlerin psikolojik semptomlarla yüksek düzeyde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Bu bulgular evlilik sürecine ilişkin yaşanan sorunların yalnızca evli bireyler için değil evlilik kararı alma aşamasındaki bireyler için de psikolojik açıdan önemli olabileceğini göstermektedir. Bekar bireylerde evlilik sorumluluğundan çekinme, evlenecekleri kişiyle uyum sağlayıp sağlayamayacaklarına ilişkin belirsizlikler ve evliliğin getireceği değişimlere yönelik olumsuz beklentiler evlilik kaygısına zemin hazırlayabilmektedir. Nitekim Tutarel-Kışlak ve Göztepe (2012) yaptıkları çalışmada evlilik uyumu azaldıkça depresyon düzeyinin arttığını gözlemlemişlerdir. Bu durum evliliğin önemli bir kişilerarası ilişki biçimi olduğunu ve romantik ilişkilerde yaşanan ya da yaşanması beklenen sorunların bireyin psikolojik iyi oluşunu etkileyebileceğini göstermektedir. Dolayısıyla depresif belirtiler bireylerin evliliğe yönelik beklentilerini, ilişki uyumuna ilişkin değerlendirmelerini ve evlilik kararına dair algılarını olumsuz yönde etkileyerek evlilik kaygısıyla ilişkili bir psikolojik değişken olarak değerlendirilebilir.

1.11.2. Anksiyete

Depresyon gibi olumsuz duygusal durumların yanı sıra evlilik kaygısıyla ilişkili olarak ele alınabilecek bir diğer önemli psikolojik semptom anksiyetedir. Anksiyete korku, gerginlik ve endişe hâliyle kendini gösteren, çoğu zaman bedensel belirtilerin de eşlik ettiği bir durum olarak tanımlanmaktadır. Göğüs sıkışması, kalp çarpıntısı, terleme, baş ağrısı ve mide rahatsızlıkları gibi fizyolojik tepkiler anksiyetenin yaygın belirtileri arasında yer almaktadır. Bunun yanında huzursuzluk, yerinde duramama ve sürekli tedirginlik hissi de anksiyete sürecinde sıkça gözlemlenebilmektedir (Türkçapar, 2004). Evlilik gibi bireyin geleceğine, sorumluluklarına ve ilişki düzenine yönelik önemli

kararlar içeren süreçlerde belirsizliklerin artması kaygı belirtilerinin daha belirgin hale gelmesine neden olabilmektedir.

Romantik ilişkilerde yaşanan belirsizlikler, karar verme güçlükleri ve ilişkiye ilişkin sorunlar da anksiyete belirtileriyle yakından ilişkilidir. Önel ve Buran (2023) üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde belirsizliğe tahammülsüzlük, karar verme ve kaygı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında romantik ilişkilerde ortaya çıkan problemlerin tek bir nedene indirgenemeyeceğini, bu problemlerin farklı etkenlere bağlı olarak gelişebileceğini ve anksiyete gibi patolojik belirtilere yol açabileceğini ortaya koymuşlardır. Bu doğrultuda romantik ilişkilerde yaşanan belirsizliklerin bireyin evlilik kararına ilişkin değerlendirmelerini etkileyebileceği ve evlilik kaygısını artırabileceği söylenebilir.

Anksiyete düzeyinin cinsiyete göre farklılaşabildiğini gösteren bulgular da evlilik kaygısının anlaşılması açısından önem taşımaktadır. Literatürde yer alan çalışmalar kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek düzeyde kaygı deneyimleyebildiklerini göstermektedir. Yıldız ve Doğu (2022) tarafından yapılan çalışmada kadınların kaygı düzeylerinin erkek katılımcılardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Göksu ve Kumcağız (2020) da kadınların algıladıkları stres ve anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Bu bulgular kadınların evliliğe ilişkin beklentiler, toplumsal rollerin getirdiği sorumluluklar ve ilişkiye yüklenen anlam çerçevesinde evlilik kaygısını daha yoğun deneyimleyebileceklerini düşündürmektedir. Dolayısıyla anksiyete evlilik kaygısının psikolojik boyutunu açıklamada dikkate alınması gereken önemli semptomlardan biri olarak değerlendirilebilir.

1.11.3. Stres

Depresyon ve anksiyetenin yanı sıra bireylerin ruhsal durumunu belirleyen bir diğer önemli semptom strestir. Stres bireyin fiziksel ve psikolojik dengesini tehdit eden durumlar karşısında ortaya çıkan bir uyum süreci ve başa çıkma çabası olarak tanımlanmaktadır (Budak, 2000; Öztürk ve Uluşahin, 2008). Lazarus ve Folkman (1984)'a göre stres uyarıcı ve tepki olmak üzere iki temel boyut çerçevesinde ele alınmaktadır. Uyarıcı boyutta stres bireyin karşılaştığı çevresel durumların ne ölçüde zorlayıcı ya da tehdit edici algılandığıyla ilişkilidir. Bu açıdan evlilik kararı alma süreci toplumsal cinsiyet algısının beraberinde getirdiği sorumluluklar, umutsuzluk ve geleceğe ilişkin belirsizlikler birey için potansiyel stres kaynakları olarak değerlendirilebilir.

Stresin tepkisel boyutunda ise bireyin bu tür durumlara verdiği duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkiler ön plana çıkmaktadır. Bu boyut psikolojik stres olarak adlandırılmakta ve bireyin yaşadığı durumu kişisel iyi oluşunu tehdit eden ya da başa çıkma kaynaklarını zorlayan bir durum olarak algılaması sonucunda ortaya çıkmaktadır (Gözeler, 2018). Bu bağlamda evliliğe ilişkin süreçlerin birey tarafından nasıl algılandığı ve yorumlandığı stres düzeyinin belirlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Bazı bireyler evliliği güven, destek ve yaşamı paylaşma açısından olumlu bir adım olarak değerlendirebilirken bazı bireyler için bu süreç belirsizlik, sorumluluk artışı ve toplumsal baskı unsuru olarak algılanabilmektedir. Bu farklı değerlendirmeler bireylerin evlilik sürecine ilişkin stres düzeylerini ve buna bağlı olarak evlilik kaygısını farklı biçimlerde deneyimlemelerine neden olabilmektedir.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizi hakkında bilgiler sunulmuştur.

2.1. Araştırma Modeli (Deseni)

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel model kullanılmıştır. İlişkisel model iki veya daha fazla değişkenin birlikte değişip değişmediğini ve bu ilişkinin yönünü/derecesini inceleyen araştırma yöntemidir (Creswell, 2014; Karasar, 2016).

2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 18-29 yaş aralığında yer alan, bekar ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden genç yetişkin bireyler oluşturmuştur. Çalışma grubunun belirlenmesinde amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yaklaşımı tercih edilmiştir. Ölçüt örnekleme araştırmanın amacı doğrultusunda önceden belirlenen belirli ölçütleri karşılayan bireylerin çalışma grubuna dahil edilmesine dayanan bir örnekleme yaklaşımıdır. Bu doğrultuda araştırmaya dâhil edilme ölçütleri; katılımcıların 18-29 yaş aralığında olması, evli olmaması ve gönüllü katılım sağlaması olarak belirlenmiştir. Araştırmanın amacı doğrultusunda evli olmayan genç yetişkin bireylere ulaşılması hedeflenmiş; veri toplama süreci sonunda toplam 562 katılımcıdan veri elde edilmiş ancak ön analizler kapsamında araştırmaya dâhil edilme ölçütlerini karşılamadığı, eksik ya da hatalı yanıtlar içerdiği veya veri setinin güvenilirliğini olumsuz etkileyebilecek nitelikte olduğu belirlenen 14 katılımcıya ait veriler analiz dışında bırakılmıştır. Bu işlemin ardından araştırmanın nihai çalışma grubu 287 kadın ve 261 erkek olmak üzere toplam 548 bekar bireyden oluşmuştur. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin ayrıntılı bilgiler Tablo 2.1’de sunulmuştur.

Tablo 2.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	287	52.4
	Erkek	261	47.6
Yaş	18-20	83	15.1
	21-25	371	67.7
	26-39	94	17.2
Romantik	İlişkisi var	263	48.0
İlişki Durumu	İlişkisi yok	285	52.0
Ebeveyn	Anne baba birlikte	494	90.1
Birliktelik	Anne baba ayrı- boşanmış	33	6.0
Durumu	Anne ve/veya baba hayatta değil	21	3.8

Tablo 2.2 incelendiğinde araştırmaya katılan bireylerin %52.4'ünün kadın, %47.6'sının erkek olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaş dağılımı değerlendirildiğinde en yüksek oranın %67.7 ile 21-25 yaş grubunda yer aldığı; bunu %17.2 ile 26-29 yaş grubu ve %15.1 ile 18-20 yaş grubunun izlediği tespit edilmiştir. Romantik ilişki durumu açısından katılımcıların %48.0'inin romantik bir ilişkisinin olduğu, %52.0'sinin ise romantik bir ilişkisinin bulunmadığı görülmektedir. Ebeveyn birliktelik durumu incelendiğinde ise katılımcıların büyük çoğunluğunun anne ve babasının birlikte olduğu (%90.1), %6.0'sının anne ve babasının ayrı ya da boşanmış olduğu, %3.8'inin ise anne ve/veya babasının hayatta olmadığı anlaşılmaktadır. Genel olarak tablo çalışma grubunun cinsiyet ve romantik ilişki durumu açısından görece dengeli bir dağılım gösterdiğini; yaş ve ebeveyn birliktelik durumu bakımından ise belirli gruplarda yoğunlaştığını ortaya koymaktadır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler Kişisel Bilgi Formu, “Evlilik Kaygısı Ölçeği (EKÖ)”, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)”, “İlişki Değerlendirme Ölçeği (İDÖ)”, “Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği (TCAÖ)”, “Bağlanma Stilleri Ölçeği (BSÖ)” ve “Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS)” aracılığıyla toplanmıştır. Veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların cinsiyeti, yaşı, mevcut romantik ilişki durumu, romantik ilişki deneyimi ve ebeveynlerinin birliktelik durumu hakkında bilgi sağlamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

2.3.2. Evlilik Kaygısı Ölçeği (EKÖ)

Bekar bireylerin evliliğe ilişkin kaygı düzeylerini belirlemek amacıyla Çelik ve Erkilet (2019) tarafından geliştirilmiş, 13 maddeden oluşan 4'lü Likert tipi bir ölçeğe sahiptir. Ölçekte yer alan maddeler “Kesinlikle katılmıyorum” (0), “Katılmıyorum” (1), “Katılıyorum” (2) ve “Tamamen katılıyorum” (3) şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek toplam puan 0 ile 39 arasında değişmekte olup puanların yükselmesi evlilik kaygısı düzeyinin arttığını göstermektedir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçeğin orijinal geliştirme çalışmasındaki güvenirlik analizlerinde Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .93, test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise .79 olarak raporlanmıştır. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .94 olarak hesaplanmıştır.

2.3.3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

Bireylerin benlik saygısı düzeylerini değerlendirmek amacıyla Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Çuhadaroglu (1986) tarafından yapılmıştır. Ölçek bireylerin kendilerine ilişkin olumlu ve olumsuz değerlendirmelerini içeren ifadelerden oluşmakta ve 4'lü Likert tipi derecelendirme sistemiyle puanlanmaktadır. Ölçeğin orijinal formu 12 alt boyut ve toplam 63 maddeden oluşmakta olup bu çalışmada benlik saygısını ölçmeye yönelik 10 maddelik alt ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin geçerlik katsayısı .71, güvenirlik katsayısı .75 ve Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .88 olarak raporlanmıştır. Ölçekte 1., 2., 4., 6. ve 7. maddeler olumlu; 3., 5., 8., 9. ve 10. maddeler ise olumsuz yönde düzenlenmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmasında yer alan puanlama sistemine göre 0-1 puan aralığı yüksek, 2-4 puan aralığı orta, 5-6 puan aralığı ise düşük benlik saygısını ifade etmektedir. Bu doğrultuda ölçekten alınan düşük puanlar yüksek benlik saygısına, yüksek puanlar ise düşük benlik saygısına işaret etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .89 olarak hesaplanmıştır.

2.3.4. İlişki Değerlendirme Ölçeği (İDÖ)

Romantik ilişkilerde bireylerin ilişkilerinden duydukları memnuniyet düzeyini değerlendirmek amacıyla Hendrick (1988) tarafından geliştirilmiş ve Curun (2001) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 7 maddeden oluşan 7'li Likert tipi bir ölçme aracıdır. Maddeler “Hiç/Kesinlikle katılmıyorum” (1) ile “Çok katılıyorum/Her zaman” (7) arasında derecelendirilmektedir. Ölçekte 4. ve 7. maddeler ters puanlanmakta olup, ölçekten alınan yüksek puanlar romantik ilişkiye yönelik doyumun arttığını göstermektedir. Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .86 olarak raporlanmıştır. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .91 olarak hesaplanmıştır.

2.3.5. Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği (TCAÖ)

Bireylerin toplumsal cinsiyete ilişkin algılarını belirlemek amacıyla Altınova ve Duyan (2013) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 10'u olumlu ve 15'i olumsuz yönde düzenlenmiş toplam 25 maddeden oluşmaktadır. Beşli Likert tipi derecelendirmeye sahip olan ölçekte maddeler “Tamamen katılıyorum” (5), “Katılıyorum” (4), “Kararsızım” (3), “Katılmıyorum” (2) ve “Tamamen katılmıyorum” (1) şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekte yer alan 2., 4., 6., 9., 10., 12., 15., 16., 17., 18., 19., 20., 21., 24. ve 25. maddeler olumsuz ifadelerden oluşmakta ve ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek toplam puanlar 25 ile 125 arasında değişmekte olup yüksek puanlar toplumsal cinsiyet algısının daha olumlu olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geliştirme çalışmasında .87 olarak raporlanan Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı bu çalışmada .92 olarak hesaplanmıştır.

2.3.6. Bağlanma Stilleri Ölçeği (BSÖ)

Feeney vd. (1994) tarafından geliştirilen 40 maddelik ölçeğin kısa formu Karantzaz vd. (2010) tarafından oluşturulmuştur. Oluşturulan kısa form Çelik ve Türk (2024) tarafından Türk kültürüne uyarlanmış, geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Bireylerin bağlanma stillerini değerlendirmeyi amaçlayan ölçek güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma olmak üzere üç alt boyuttan ve toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Her bir alt boyutta dört madde yer almakta ve maddeler 6'lı Likert tipi derecelendirme sistemiyle puanlanmaktadır. Ölçek toplam puan üzerinden değerlendirilmemekte, her alt boyut kendi içinde ele alınmaktadır. Bu doğrultuda bir alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 24'tür. Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları güvenli bağlanma boyutu için .75, kaygılı bağlanma

boyutu için .75 ve kaçınan bağlanma boyutu için .82 olarak raporlanmıştır. Bu araştırmada ise sırasıyla .94, .88 ve .86 olarak hesaplanmıştır.

2.3.7. DASS-8 (Depresyon, Anksiyete, Stres)

DASS-21'in psikometrik açıdan güçlü ve daha kısa bir formunu oluşturmak amacıyla Ali vd. (2021) tarafından geliştirilen ölçek Türk vd. (2025) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Ölçek depresyon, anksiyete ve stres olmak üzere üç alt boyuttan ve toplam 8 maddeden oluşmaktadır. Depresyon ve anksiyete alt boyutlarında üçer madde, stres alt boyutunda ise iki madde yer almaktadır. Dörtlü Likert tipi derecelendirmeye sahip olan ölçek “Hiç uymuyor” (0) ile “Çok fazla/çoğu zaman uyuyor” (3) arasında puanlanmaktadır. Ölçekte toplam puan yerine alt boyut puanları dikkate alınmakta ve her bir alt boyuttan alınan yüksek puan ilgili alandaki psikolojik belirti düzeyinin arttığını göstermektedir. Türkçe uyarlama çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları depresyon alt boyutu için .81, anksiyete alt boyutu için .81 ve stres alt boyutu için .78 olarak raporlanmıştır. Bu araştırmada ise depresyon, anksiyete ve stres alt boyutlarına ilişkin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .87, .89 ve .85 olarak hesaplanmıştır.

2.4 Verilerin Toplanması

Verilerin toplanması için ilk olarak Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurul Komisyon'undan gerekli izin alınmıştır. Ardından araştırma için kişisel bilgi formu ve ölçme araçlarından oluşan online anket formu oluşturulmuştur. Anket formu sosyodemografik bilgiler, Evlilik Kaygısı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, İlişki Değerlendirme Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği, Bağlanma Stilleri Ölçeği ve DASS-8 olmak üzere yedi bölümden oluşmaktadır. Araştırma formları doldurulmadan önce katılımcılara çalışma hakkında bilgi verilmiş ve onam sorusu yöneltilmiştir. Ardından hazırlanan anket formları Mart 2026- Nisan 2026 tarihleri arasında ölçüt örnekleme yöntemi ile belirlenen ve araştırmaya gönüllü olarak katılma onayı veren genç yetişkinlere uygulanmıştır. Katılımcıların anket formunu tamamlaması yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Veri toplama süreci sonunda belirlenen kabul ölçütlerini karşılayan 548 katılımcıdan oluşan veri seti elde edilmiş ve bu veri seti bilgisayar ortamında depolanmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırmanın amaçları doğrultusunda verilerin analizi bir dizi istatistiksel işlem çerçevesinde gerçekleştirilmiştir. Analiz sürecinin ilk aşamasında değişkenlerin dağılım özellikleri çarpıklık ve basıklık katsayıları üzerinden incelenmiş, elde edilen değerler doğrultusunda normallik varsayımının kabul edilebilir sınırlar içinde karşılandığı görülmüştür. Ardından değişkenlere ilişkin temel eğilim ve yayılım ölçülerini ortaya koymak amacıyla betimleyici istatistikler hesaplanmış, değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı ile incelenmiştir.

Analizin ikinci aşamasında genç yetişkinlerde evlilik kaygısıyla ilişkili olabilecek bireysel, ilişkisel ve psikolojik özelliklerin birlikte oluşturduğu örüntüleri belirlemek amacıyla Gizil Profil Analizi kullanılmıştır. Gizil Profil Analizi gözlenen sürekli değişkenlerden hareketle örneklem içinde doğrudan gözlenemeyen homojen alt grupların belirlenmesine olanak sağlayan kişi merkezli bir analiz yaklaşımıdır. Bu yöntem değişken merkezli analizlerden farklı olarak bireyleri tek tek değişkenler arasındaki ilişkiler üzerinden değil, birden fazla değişkenin birlikte oluşturduğu örüntüler temelinde sınıflandırmaktadır. Bu yönüyle Gizil Profil Analizi psikolojik ve sosyal bilimlerde bireyler arasındaki benzerlik ve farklılıkları daha bütüncül biçimde ortaya koymak amacıyla kullanılan güçlü bir istatistiksel yöntem olarak değerlendirilmektedir (Muthén ve Muthén, 2000; Spurk vd., 2020).

Bu kapsamda benlik saygısı, romantik ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma, depresyon, anksiyete ve stres değişkenleri profil göstergeleri olarak Gizil Profil Analizi analizine dahil edilmiştir. Söz konusu değişkenlerin seçiminde evlilik kaygısının yalnızca tek bir bireysel ya da ilişkisel değişkenle açıklanamayacağı; bireyin kendilik algısı, romantik ilişki deneyimleri, toplumsal rollere ilişkin değerlendirmeleri, bağlanma örüntüleri ve psikolojik belirti düzeyleriyle birlikte ele alınması gerektiği yönündeki kuramsal çerçeve temel alınmıştır. Evlilik kaygısı ise belirlenen profillerin ayırt edici niteliğini değerlendirmek amacıyla son aşamada sonuç (distal) değişkeni olarak ele alınmıştır.

Gizil profil sayısının belirlenmesi amacıyla bir profil modelden başlanarak profil sayısı aşamalı biçimde artırılmış ve farklı profil çözümleri karşılaştırılmıştır. Modellerin karşılaştırılmasında Akaike Bilgi Kriteri (AIC), Bayesyen Bilgi Kriteri (BIC), örneklem büyüklüğüne göre düzeltilmiş Bayesyen Bilgi Kriteri (ABIC), entropi değeri, Vuong-Lo-

Mendell-Rubin Olabilirlik Oranı Testi (VLMR) ve Lo-Mendell-Rubin Düzeltilmiş Olabilirlik Oranı Testi (LMR) dikkate alınmıştır. AIC, BIC ve ABIC değerlerinin düşük olması daha iyi model uyumuna işaret ederken, entropi değerinin yüksek olması bireylerin profillere daha doğru biçimde sınıflandırıldığını göstermektedir. VLMR ve LMR testlerinin anlamlı olması ise test edilen modelin bir önceki daha az profilli modele kıyasla daha iyi uyum sağladığını göstermektedir. Bununla birlikte nihai profil çözümünün belirlenmesinde yalnızca istatistiksel uyum indeksleri esas alınmamış; profillerin kuramsal olarak açıklanabilirliği, profil büyüklüklerinin yeterliliği ve sınıfların ayırt edici niteliği uyumu birlikte değerlendirilmiştir.

En uygun profil çözümü belirlendikten sonra profillerin karakteristik özellikleri incelenmiştir. Bu aşamada her bir profilin benlik saygısı, romantik ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma stilleri ve psikolojik belirtiler açısından gösterdiği ortalama örüntüler değerlendirilmiştir. Profillerin birbirinden hangi değişkenler bakımından ayrıştığını daha açık biçimde ortaya koymak amacıyla standartlaştırılmış ortalama puanlardan yararlanılmıştır. Böylece belirlenen profillerin psikolojik kaynaklar, ilişkisel özellikler ve psikolojik belirti düzeyleri bakımından nasıl farklılaştığı açıklanmış ve profiller baskın özellikleri doğrultusunda adlandırılmıştır.

Analizin üçüncü aşamasında belirlenen gizil profillerin demografik ve ilişkisel değişkenler tarafından yordanıp yordanmadığını incelemek amacıyla multinomial lojistik regresyon analizi (R3STEP) gerçekleştirilmiştir. Bu analizde cinsiyet, yaş, romantik ilişki durumu ve aile birlikteliği değişkenleri yordayıcı değişkenler olarak ele alınmış; söz konusu değişkenlerin profil üyeliğini anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığı değerlendirilmiştir. R3STEP yönteminin tercih edilmesinin nedeni yordayıcı değişkenlerin mevcut gizil profil yapısını değiştirmeden modele dahil edilmesine ve profil üyeliğine ilişkin sınıflandırma hatasının dikkate alınmasına olanak sağlamasıdır. Analiz sonuçları regresyon katsayıları, standart hatalar, olasılık oranları ve anlamlılık değerleri doğrultusunda yorumlanmıştır. Son aşamada belirlenen gizil profillerin evlilik kaygısı düzeyleri açısından anlamlı biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla BCH yöntemi kullanılmıştır. BCH yöntemi distal (sonuç) değişkenlerin gizil profiller arasında karşılaştırılmasında sınıflandırma hatasını dikkate alan ve profil yapısının bozulmasını önleyen bir yöntem olarak değerlendirilmektedir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Betimleyici İstatistiklere İlişkin Bulgular

Tablo 3.1 araştırmada kullanılan değişkenlerin Pearson moment çarpım korelasyon katsayılarını, aritmetik ortalama puanlarını, standart sapma, minimum, maksimum, basıklık, çarpıklık ve Cronbach alfa değerlerini sunmaktadır.

Tablo 3.1: Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Evlilik Kaygısı	—									
2. Benlik Saygısı	-0.14**	—								
3. İlişki Doyumu	-0.39**	0.09*	—							
4. Toplumsal Cinsiyet A.	0.05	-0.02	-0.01	—						
5. Güvenli Bağlanma	-0.17**	0.33**	0.26**	0.11*	—					
6. Kaygılı Bağlanma	0.26**	-0.37**	-0.19**	-0.07	-0.38**	—				
7. Kaçınan Bağlanma	0.30**	-0.28**	-0.14**	-0.05	-0.31**	0.52**	—			
8. Depresyon	0.26**	-0.44**	-0.17**	-0.05	-0.27**	0.48**	0.42**	—		
9. Anksiyete	0.27**	-0.38**	-0.12**	0.05	-0.25**	0.45**	0.41**	0.66**	—	
10. Stres	0.21**	-0.34**	-0.08	0.06	-0.18**	0.36**	0.38**	0.61**	0.68**	—
Ortalama ($\bar{x}$)	11.41	28.77	32.27	92.02	16.88	11.32	13.43	3.72	3.71	3.19
Minimum – Maksimum	0-39	15-49	7-49	41-125	4-24	4-24	4-24	0-9	0-9	0-6
Standart sapma	9.52	4.26	11.37	18.10	4.67	4.83	5.30	2.37	2.62	1.78
Basıklık	0.80	-0.86	-0.31	-0.29	-0.48	0.48	0.09	0.45	0.29	-0.11
Çarpıklık	-0.05	0.36	-0.97	-0.64	-0.10	-0.12	-0.69	-0.41	-0.80	-0.85
Cronbach Alpha	0.94	0.89	0.91	0.92	0.94	0.88	0.86	0.87	0.89	0.85

Not. * = $p < .05$, ** = $p < .001$

Tablodaki korelasyon değerleri incelendiğinde evlilik kaygısı ile benlik saygısı arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bulgu bireylerin benlik saygısı düzeyleri arttıkça evlilik kaygılarının azalma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, evlilik kaygısının ilişki doyumu ve güvenli bağlanma ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. Bu bulgular bireylerin

romantik ilişkilerinden aldıkları doyumun ve güvenli bağlanma düzeylerinin artmasının evliliğe yönelik kaygılarını azaltabileceğini düşündürmektedir. Öte yandan evlilik kaygısının kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma, depresyon, anksiyete ve stres ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar bağlanma örüntülerindeki güvensizliğin ve psikolojik belirti düzeyindeki artışın evlilik kaygısını artırabilecek önemli değişkenler olduğunu göstermektedir. Evlilik kaygısı ile toplumsal cinsiyet algısı değişkeni arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Psikolojik semptomlar açısından değerlendirildiğinde evlilik kaygısının depresyon, anksiyete ve stres ile anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç evliliğe yönelik kaygının bireylerin genel ruh sağlığıyla yakından ilişkili olabileceğine işaret etmektedir. Ayrıca depresyon ile anksiyete arasında yüksek düzeyde pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Benzer şekilde depresyon ile stres arasında da güçlü ve pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Anksiyete ile stres arasındaki ilişkinin de yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular psikolojik semptomların birbirinden bağımsız değişkenler olmaktan çok birbirini besleyen ve birlikte artış gösterebilen bir yapı içerisinde değerlendirilebileceğini ortaya koymaktadır.

Öte yandan benlik saygısının depresyon, anksiyete ve stres ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu durum benlik saygısı yüksek olan bireylerin daha düşük düzeyde depresyon, anksiyete ve stres belirtileri gösterebileceğini düşündürmektedir. Benlik saygısı ayrıca güvenli bağlanma ile pozitif yönde anlamlı ilişkilidir. Buna karşılık benlik saygısının kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Bu bulgular bireyin kendilik algısı güçlendikçe güvenli bağlanma eğiliminin artabileceğini, kaygılı ve kaçınan bağlanma eğilimlerinin ise azalabileceğini göstermektedir.

Tablodaki diğer değişkenler arasındaki ilişkiler de dikkat çekicidir. Benlik saygısı ile ilişki doyumu arasında ise pozitif yönde ve düşük düzeyde bir ilişki bulunmaktadır. İlişki doyumu ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bu bulgu güvenli bağlanma düzeyi arttıkça bireylerin ilişkilerinden aldıkları doyumun da artabileceğini düşündürmektedir. Buna karşılık ilişki doyumu kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma, depresyon ve anksiyete ile negatif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. İlişki doyumu ile stres arasındaki ilişki ise negatif yönde olmakla birlikte anlamlı değildir. Bu bulgular ilişki doyumunun özellikle güvenli bağlanma ve psikolojik iyi oluşla ilişkili olduğunu, kaygılı ve kaçınan bağlanma eğilimleri ile

depresyon ve anksiyete düzeylerindeki artışın ilişki doyumunu azaltabileceğini göstermektedir.

Bağlanma boyutları incelendiğinde güvenli bağlanmanın kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma ile negatif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği görülmektedir. Bu durum güvenli bağlanma düzeyi arttıkça güvensiz bağlanma örüntülerinin azalabileceğine işaret etmektedir. Kaygılı bağlanma ile kaçınan bağlanma arasında ise pozitif ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bu bulgu güvensiz bağlanma boyutlarının birbirleriyle ilişkili olabileceğini göstermektedir. Ayrıca kaygılı bağlanmanın depresyon, anksiyete ve pozitif yönde anlamlı ilişkiler içerisinde olduğu görülmektedir. Benzer şekilde kaçınan bağlanma da depresyon, anksiyete ve stres ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Bu sonuçlar güvensiz bağlanma örüntülerinin psikolojik semptomlarla yakından ilişkili olduğunu ve bireylerin ruhsal iyi oluşunu olumsuz yönde etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Toplumsal cinsiyet algısı değişkeni açısından değerlendirildiğinde ise güvenli bağlanma ile düşük düzeyde fakat anlamlı bir ilişki gösterdiği belirlenmiştir. Buna karşılık evlilik kaygısı, benlik saygısı, ilişki doyumu, kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma, depresyon, anksiyete ve stres ile anlamlı düzeyde ilişkili olmadığı görülmektedir. Bu bulgu toplumsal cinsiyet algısı değişkeninin yalnızca güvenli bağlanma ile sınırlı ve düşük düzeyde bir ilişkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Öte yandan betimleyici istatistiklere ilişkin diğer veriler incelendiğinde çarpıklık ve basıklık değerlerinin tüm değişkenler için ± 1 sınırları içerisinde yer alması verilerin normal dağılım varsayımını karşıladığını göstermektedir. Ayrıca tüm değişkenlere ilişkin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayılarının .85 ile .94 arasında olması kullanılan ölçme araçlarının güvenilirlik düzeylerinin oldukça yüksek olduğunu göstermektedir.

3.2. Gizil Profil Analizine İlişkin Bulgular

Tablo 3.2’de gizil profil analizlerinde model uyumunu değerlendirmek için referans alınan parametrelere (AIC, BIC, ABIC, VLMR ve LMR) ilişkin değerler sunulmuştur.

Tablo 3.2: Gizil Profil Analizinin Model Uyum Değerleri

Latent Profiller	Parametreler							
	AIC	BIC	ABIC	Entropy	VLMR	P	LMR	p
1 profil	29339.795	29417.308	29360.169	-	-	-	-	-
2 profil	28477.166	28597.742	28508.859	.792	882.629	<.05	868.851	<.05
3 profil	28185.707	28349.346	28228.718	.817	311.459	<.05	306.597	<.05
4 profil	28116.220	28322.922	28170.550	.775	89.487	>.05	88.090	>.05
5 profil	28037.891	28287.655	28103.540	.791	98.329	>.05	96.794	>.05

Not. AIC= Akaike Information Criteria; BIC = Bayesian Information Criteria; ABIC = Adjusted Bayesian Information Criteria; VLMR = Vuong-Lo-Mendell-Rubin Likelihood Ratio Test; LMR = Lo-Mendell-Rubin Adjusted Likelihood Ratio Test.

Analiz bir profilli modelden başlanarak beş profilli modele kadar olan seçenekler arasında yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre iki profilli modelde AIC, BIC ve ABIC değerlerinin tek profilli modele göre daha düşük olduğu görülmektedir (AIC = 28477.166, BIC = 28597.742, ABIC = 28508.859). Ayrıca iki profilli modelde VLMR (882.629, $p < .05$) ve LMR (868.851, $p < .05$) testlerinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu iki profilli modelin tek profilli modele kıyasla daha iyi model uyumu sağladığını göstermektedir.

Analize üç profilli modelle devam edilmiş ve bu modelde AIC, BIC ve ABIC değerlerinin iki profilli modele göre düştüğü görülmüştür (AIC = 28185.707, BIC = 28349.346, ABIC = 28228.718). Üç profilli modelde VLMR (311.459, $p < .05$) ve LMR (306.597, $p < .05$) testlerinin de istatistiksel açıdan anlamlı olması üç profilli modelin iki profilli modele göre daha iyi uyum sağladığını ortaya koymaktadır. Ayrıca üç profilli modelin entropi değeri (.817) profillerin yeterli düzeyde ayrıştığını ve sınıflandırma doğruluğunun kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir.

Analizin devamında dört ve beş profilli modeller de denenmiştir. Dört profilli modelde AIC, BIC ve ABIC değerleri üç profilli modele göre daha düşük olmakla birlikte (AIC = 28116.220, BIC = 28322.922, ABIC = 28170.550), VLMR (89.487, $p > .05$) ve LMR (88.090, $p > .05$) testlerinin istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmüştür. Benzer şekilde, beş profilli modelde de AIC, BIC ve ABIC değerlerinin düşmesi (AIC = 28037.891, BIC = 28287.655, ABIC = 28103.540); ancak VLMR (98.329, $p > .05$) ve

LMR (96.794, $p > .05$) testlerinin anlamlı olmaması bu modellerin önceki modele kıyasla istatistiksel olarak anlamlı bir iyileşme sağlamadığını göstermektedir.

Tablo 3.2’te yer alan üç profilli modele ilişkin profil üyeliğinin ortalama olasılıkları incelendiğinde ise bireylerin ait oldukları profillere yüksek olasılıkla sınıflandırıldığı görülmektedir. Buna göre birinci profilde yer alan bireylerin kendi profillerine atanma olasılığı .931, ikinci profilde yer alan bireylerin kendi profillerine atanma olasılığı .909 ve üçüncü profilde yer alan bireylerin kendi profillerine atanma olasılığı .899’dur. Bu değerler de ayrıca üç profilli modelde sınıflandırma doğruluğunun yüksek olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak, gizil profil analizinden elde edilen uyum değerleri, anlamlılık testleri, entropi değeri ve profil üyeliği olasılıkları birlikte değerlendirildiğinde üç profilli modelin en uygun model olduğuna karar verilmiştir.

3.2.1. Gizil Profilleri Karakteristik Özellikleri

Şekil 3.1, standartlaştırılmış ortalama puanlar (Z puanları) temel alınarak elde edilen üç profilli çözümün grafiğini içermektedir. Profiller benlik saygısı, ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma, depresyon, anksiyete ve stres değişkenleri açısından farklılaşmaktadır.

Profil 1’de yer alan bireyler genel olarak psikolojik açıdan daha olumlu özelliklere sahip ve ilişkisel açıdan daha uyumlu bireyler olarak değerlendirilebilir. Bu profilde benlik saygısı ve ilişki doyumu puanları ortalamanın üzerindedir. Bu durum bu bireylerin kendilerine yönelik algılarının daha olumlu olduğunu ve ilişkilerinden daha fazla doyum aldıklarını göstermektedir. Toplumsal cinsiyet algısı puanı ise ortalamaya oldukça yakındır. Bağlanma örüntüleri açısından incelendiğinde güvenli bağlanma puanının ortalamanın üzerinde olduğu görülmektedir. Buna karşılık kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma puanları ortalamanın altındadır. Bu bulgular Profil 1’deki bireylerin daha güvenli bağlanma özellikleri gösterdiğini ve güvensiz bağlanma eğilimlerinin düşük olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca depresyon, anksiyete ve stres puanlarının belirgin biçimde düşük olması bu bireylerin psikolojik belirti düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. Bu nedenle Profil 1, psikolojik iyi oluşu yüksek ve ilişkisel açıdan daha güvenli grup olarak tanımlanabilir.

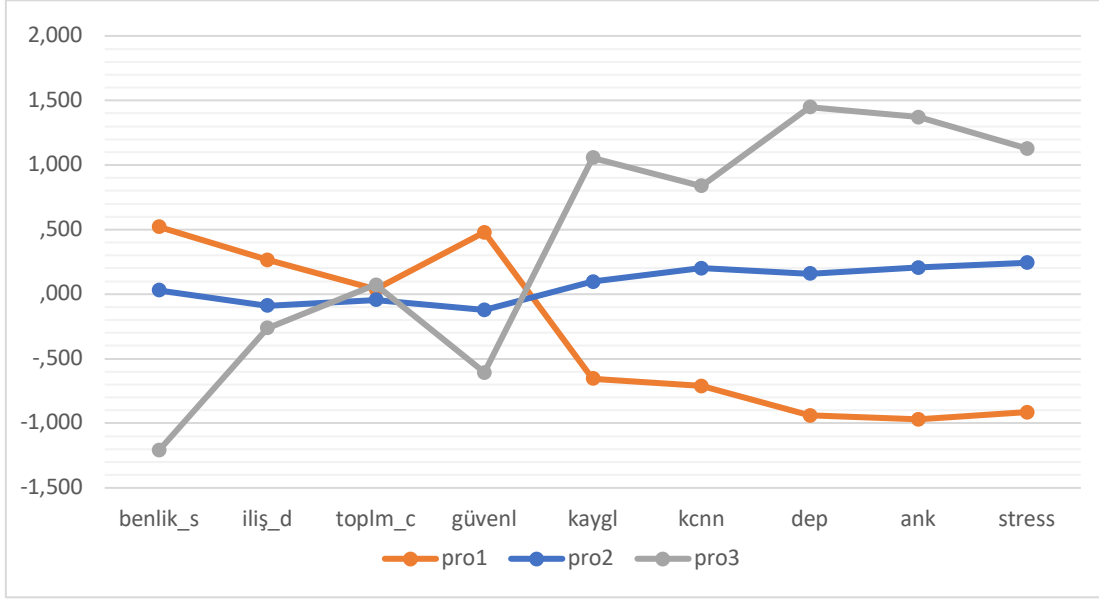
Profil 2’de yer alan bireyler genel olarak ortalamaya yakın değerlere sahip olmakla birlikte bazı değişkenlerde hafif düzeyde risk gösteren bireylerden oluşmaktadır. Bu profilde benlik saygısı puanı ortalamaya oldukça yakındır. İlişki doyumu ve toplumsal

cinsiyet algısı puanları ise ortalamanın altındadır. Güvenli bağlanma puanının da nispeten düşük olduğu görülmektedir. Buna karşılık kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma puanları ortalamanın biraz üzerindedir. Bu durum Profil 2'deki bireylerin güvenli bağlanma özelliklerinin sınırlı düzeyde azaldığını, kaygılı ve kaçınan bağlanma eğilimlerinin ise hafif düzeyde arttığını göstermektedir. Psikolojik belirtiler açısından ise depresyon, anksiyete ve stres puanlarının ortalamanın biraz üzerinde olduğu görülmektedir. Bu bulgular Profil 2'nin belirgin bir yüksek risk grubu olmamakla birlikte psikolojik belirti ve güvensiz bağlanma açısından izlenmesi gereken orta düzeyde risk taşıyan bir grup olduğunu göstermektedir.

Profil 3'te yer alan bireyler psikolojik açıdan en kırılgan ve ilişkisel açıdan en riskli grup olarak değerlendirilebilir. Bu profilde benlik saygısı puanı belirgin biçimde düşüktür. Bu durum bu bireylerin kendilerine yönelik algılarının daha olumsuz olduğunu göstermektedir. İlişki doyumu puanı da ortalamanın altındadır. Bu da bu bireylerin ilişkilerinden daha düşük düzeyde doyum aldıklarına işaret etmektedir. Toplumsal cinsiyet algısı puanı ise ortalamaya oldukça yakındır. Bağlanma örüntüleri açısından Profil 3'te güvenli bağlanma puanı düşük düzeydedir. Buna karşılık kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma puanları belirgin biçimde yüksektir. Bu bulgular Profil 3'teki bireylerin güvensiz bağlanma özelliklerinin daha baskın olduğunu göstermektedir. Psikolojik belirtiler açısından ise depresyon, anksiyete ve stres puanları oldukça yüksektir. Bu durum Profil 3'teki bireylerin psikolojik zorlanma düzeylerinin yüksek olduğunu ve özellikle depresyon, anksiyete ve stres açısından en riskli grubu oluşturduğunu ortaya koymaktadır.

Genel olarak değerlendirildiğinde üç profilli çözüm bireylerin benlik saygısı, ilişki doyumu, bağlanma örüntüleri ve psikolojik belirti düzeyleri açısından anlamlı biçimde ayrıştığını göstermektedir. Profil 1 yüksek benlik saygısı, güvenli bağlanma, düşük kaygılı ve kaçınan bağlanma ile düşük depresyon, anksiyete ve stres düzeyleriyle en uyumlu grup olarak öne çıkmaktadır. Profil 2, değişkenlerin çoğunda ortalamaya yakın değerlere sahip olmakla birlikte hafif düzeyde psikolojik belirti ve güvensiz bağlanma eğilimleri gösteren orta riskli grup olarak değerlendirilebilir. Profil 3 ise düşük benlik saygısı, düşük ilişki doyumu, düşük güvenli bağlanma, yüksek kaygılı ve kaçınan bağlanma ile yüksek depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri nedeniyle en kırılgan ve en yüksek riskli grup olarak tanımlanabilir.

Şekil 3.1: Standardize Edilmiş Ortalama Puanlara İlişkin Üçlü Profilli Çözüm



Not. benlik_s: benlik saygısı; iliş_d: ilişki doyumu; toplm_c: toplumsal cinsiyet algısı; güvenli: güvenli bağlanma; kaygl: kaygılı bağlanma; kcnn: kaçınan bağlanma; dep: depresyon; ank: anksiyete; stress: stres.

Üç gizil profilin özelliklerini daha ayrıntılı biçimde özetlemek amacıyla Tablo 3.2.1’de profil büyüklükleri ile ilişki doyumu, benlik saygısı, toplumsal cinsiyet algısı, güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma, depresyon, anksiyete ve stres değişkenlerine ilişkin ortalama puanlar sunulmuştur. Bu tablo her bir profilin araştırma değişkenleri açısından görece konumuna ilişkin genel bir görünüm sağlamakta ve profillerin ayırt edici puan örüntülerine dayalı olarak yorumlanmasını desteklemektedir.

Tablo 3.2.1: Standartlaştırılmış Ortalama Puanlara Göre Gizil Profillerin Özellikleri

	Profil 1 (N= 180; %32.85)	Profil 2 (N= 283; %51.64)	Profil 3 (N= 85; %15.51)
1. İlişki Doyumu	35.09	31.40	29.16
2. Benlik Saygısı	31.00	28.83	23.90
3. Toplumsal Cinsiyet A.	92.79	91.27	92.87
4. Güvenli Bağlanma	19.01	16.41	13.93
5. Kaygılı Bağlanma	8.22	11.76	13.93
6. Kaçınan Bağlanma	9.74	11.48	17.90
7. Depresyon	1.58	4.10	7.07
8. Anksiyete	1.23	4.25	7.21
9. Stres	1.60	3.62	5.16

3.2.2 Multinomial Lojistik Regresyon Analizi

Gizil profil üyeliğini yordayan değişkenleri incelemek amacıyla R3STEP yöntemi kullanılarak multinomial lojistik regresyon analizi yapılmıştır. Analizde cinsiyet, yaş, romantik ilişki durumu ve aile birlikteliği değişkenlerinin profil üyeliğini yordayıp yordamadığı değerlendirilmiştir.

Tablo 4’te yer alan bulgular incelendiğinde Profil 1 ile Profil 2 karşılaştırmasında cinsiyetin profil üyeliğini anlamlı düzeyde yordamadığı görülmektedir ($B = 0.365$, $SE = 0.232$, $OR = 1.441$, %95 GA [0.19, 2.27]). Benzer şekilde, yaş değişkeni de Profil 1 ile Profil 2 ayrımında anlamlı bir yordayıcı değildir. Romantik ilişki durumunun da profil üyeliğini ayırt etmediği belirlenmiştir ($B = 0.008$, $SE = 0.232$, $OR = 1.008$, %95 GA [0.64, 1.59]). Aile birlikteliğine ilişkin iki karşılaştırmada da bu değişkenlerin Profil 1 ile Profil 2 arasında anlamlı bir ayrım oluşturmadığını göstermektedir.

Profil 1 ile Profil 3 karşılaştırmasında da cinsiyet, yaş, romantik ilişki durumu ve aile birlikteliği değişkenlerinin profil üyeliğini anlamlı düzeyde yordamadığı görülmektedir. Cinsiyet değişkeni için elde edilen değerler kadınların Profil 1 yerine Profil 3’te yer alma olasılığında anlamlı bir artış olmadığını göstermektedir ($B = 0.158$, $SE = 0.295$, $OR = 1.171$, %95 GA [0.66, 2.09]). Yaş değişkenine ilişkin katsayılar da anlamlı değildir. Romantik ilişki durumu açısından da Profil 1 ve Profil 3 arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($B = 0.237$, $SE = 0.297$, $OR = 1.267$, %95 GA [0.71, 2.27]). Benzer biçimde aile birlikteliğine ilişkin değişkenler de Profil 1 ile Profil 3 üyeliğini anlamlı biçimde ayırt etmemektedir.

Profil 2 ile Profil 3 karşılaştırmasında cinsiyet, yaş ve romantik ilişki durumu değişkenlerinin profil üyeliğini anlamlı düzeyde yordamadığı görülmektedir. Cinsiyet değişkeni için elde edilen değerler kadın olmanın Profil 2 yerine Profil 3’te yer alma olasılığını anlamlı biçimde artırmadığını göstermektedir ($B = -0.207$, $SE = 0.299$, $OR = 0.813$, %95 GA [0.45, 1.46]). Yaş değişkenine ait iki kategori de anlamlı bir yordayıcı değildir. Romantik ilişki durumu da Profil 2 ile Profil 3 arasında anlamlı bir ayrım oluşturmamaktadır ($B = 0.229$, $SE = 0.301$, $OR = 1.257$, %95 GA [0.70, 2.27]).

Tabloda dikkat çeken bulgu Profil 2 ile Profil 3 karşılaştırmasında ebeveyn birliktelik durumu değişkeninin “anne-babanın ayrı/boşanmış olması” kategorisine ilişkindir. Bulgular bu kategoride yer alan katılımcıların Profil 3 yerine Profil 2’de yer alma olasılığının daha düşük olduğunu göstermektedir ($B = -1.058$, $SE = 0.621$, $OR =$

0.347). Diğer bir ifadeyle anne-babası ayrı ya da boşanmış olan bireylerin Profil 2'ye kıyasla Profil 3'te yer alma olasılıklarının görece daha yüksek olabileceği söylenebilir. Bu sonuç ebeveynlerin ayrı ya da boşanmış olmasının Profil 2 ile Profil 3 arasında ayırt edici bir değişken olarak değerlendirilebileceğine işaret etmektedir. Bununla birlikte, güven aralığının geniş olması nedeniyle bulgunun dikkatli yorumlanması gerekmektedir (%95 GA [0.10, 1.17]). Genel olarak R3STEP analizi sonuçları incelendiğinde cinsiyet, yaş, romantik ilişki durumu ve ebeveyn birliktelik durumuna ilişkin diğer kategorilerin gizil profil üyeliğini anlamlı düzeyde yordamadığı görölmektedir. Ebeveyn birliktelik durumu değişkeni yalnızca Profil 2 ile Profil 3 karşılaştırmasında ve “anne-babanın ayrı/boşanmış olması” kategorisi açısından sınırlı düzeyde ayırt edici bir özellik göstermektedir. Bu bulgular demografik ve ilişkisel değişkenlerin genel olarak profil üyeliğini güçlü biçimde açıklamadığını ancak ebeveynlerin ayrı ya da boşanmış olmasına ilişkin farklılığın özellikle orta düzey özellikler gösteren Profil 2 ile daha yüksek risk özellikleri taşıyan Profil 3 arasında ayrıştırıcı olabileceğini düşündürmektedir.

Tablo 3.2.2: Multinomial Lojistik Regresyon Analizi (R3STEP)

Profiller	Değişkenler	B	SHP	OR	95% CI
PRF1 vs. PRF2	Cinsiyet [erkek=0, kadın=1]	0.365	0.232	1.441	[0.19, 2.27]
	Yaş ^a	-0.435	0.317	0.647	[0.35, 1.20]
	Yaş ^b	0.612	0.395	1.844	[0.85, 4.00]
	Romantik İlişki [evet=0, hayır=1]	0.008	0.232	1.008	[0.64, 1.59]
	Aile Birliktelik ^a	0.806	0.557	2.239	[0.75, 6.67]
	Aile Birliktelik ^b	-0.343	0.627	0.710	[0.21, 2.43]
PRF1 vs. PRF3	Cinsiyet [erkek=0, kadın=1]	0.158	0.295	1.171	[0.66, 2.09]
	Yaş ^a	-0.409	0.434	0.664	[0.28, 1.56]
	Yaş ^b	-0.049	0.505	0.952	[0.35, 2.56]
	Romantik İlişki [evet=0, hayır=1]	0.237	0.297	1.267	[0.71, 2.27]
	Aile Birliktelik ^a	-0.252	0.493	0.777	[0.30, 2.04]
	Aile Birliktelik ^b	-0.041	0.844	0.960	[0.18, 5.02]
PRF2 vs. PRF3	Cinsiyet [erkek=0, kadın=1]	-0.207	0.299	0.813	[0.45, 1.46]
	Yaş ^a	0.026	0.443	1.026	[0.43, 2.45]
	Yaş ^b	-0.661	0.549	0.516	[0.18, 1.51]
	Romantik İlişki [evet=0, hayır=1]	0.229	0.301	1.257	[0.70, 2.27]
	Aile Birliktelik ^a	-1.058*	0.621	0.347	[0.10, 1.17]
	Aile Birliktelik ^b	0.302	0.881	1.353	[0.24, 7.60]

Not. B = Unstandardized logit coefficient; SHP = Standart hata; OR = Odds ratio; CI = confidence interval. * p < .05, ** p < .001.

Analizlerde son olarak gizil profillerin evlilik kaygısı açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla BCH yöntemi kullanılmıştır. BCH profil üyeliğindeki sınıflandırma hatasını dikkate alarak profillerin dışsal (sonuç) bir değişken bakımından karşılaştırılmasına olanak tanıyan bir analiz yöntemidir. Bu doğrultuda evlilik kaygısı değişkeninin üç gizil profil arasında anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı test edilmiştir.

Analiz sonuçları evlilik kaygısı puanlarının gizil profiller arasında anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir, $\chi^2(2) = 51.13$, $p < .001$. Tablo 5'te görüldüğü üzere Profil 1'de yer alan bireylerin evlilik kaygısı ortalaması en düşük düzeydedir ($M = 7.43$, $SE = 0.72$). Profil 2'de yer alan bireylerin evlilik kaygısı ortalaması daha yüksek bulunmuştur ($M = 12.25$, $SE = 0.57$). Profil 3'te yer alan bireylerin ise evlilik kaygısı ortalaması en yüksek düzeydedir ($M = 17.08$, $SE = 1.33$).

BCH ikili karşılaştırma sonuçları üç profilin evlilik kaygısı açısından birbirinden anlamlı biçimde ayrıştığını göstermektedir. Buna göre Profil 1 ile Profil 2 arasında, $\chi^2 = 24.685$, $p < .001$; Profil 1 ile Profil 3 arasında, $\chi^2 = 41.307$, $p < .001$; Profil 2 ile Profil 3 arasında ise $\chi^2 = 10.146$, $p = .001$ düzeyinde anlamlı fark bulunmaktadır. Bu bulgular psikolojik ve ilişkisel açıdan daha olumlu özellikler gösteren Profil 1'de evlilik kaygısının daha düşük olduğunu; buna karşılık psikolojik belirti düzeyi ve güvensiz bağlanma eğilimleri daha yüksek olan Profil 3'te evlilik kaygısının belirgin biçimde arttığını göstermektedir. Genel olarak sonuçlar evlilik kaygısının gizil profil yapısıyla ilişkili olduğunu ve profillerin evlilik kaygısı bakımından sıralı biçimde farklılaştığını ortaya koymaktadır.

Tablo 3.2.3.: Latent Profillere Göre Evlilik Kaygısı Ortalamalarının Karşılaştırılması
(BCH)

	Profil 1	Profil 2	Profil 3			İkili
Değişken	Ortalama (SHP)	Ortalama (SHP)	Ortalama (SHP)	$\chi^2(df)$	p	karşılaştırmalar
Evlilik Kaygısı	7.43 (0.72) ^a	12.25 (0.57) ^b	17.08 (1.33) ^c	51.13 (2)	< .001	1 < 2 < 3

Not. SHP = standart hata. Farklı üstsimge harfler profiller arasında anlamlı fark olduğunu göstermektedir. BCH ikili karşılaştırmalarına göre Profil 1 ile Profil 2 arasında, $\chi^2 = 24.685$, $p < .001$; Profil 1 ile Profil 3 arasında, $\chi^2 = 41.307$, $p < .001$; Profil 2 ile Profil 3 arasında, $\chi^2 = 10.146$, $p = .001$ düzeyinde anlamlı fark vardır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular alanyazın çerçevesinde tartışılmış; araştırmacılara, ruh sağlığı uzmanlarına ve politika yapıcılara yönelik önerilerde bulunulmuştur.

4.1. Sonuç

- Genç yetişkinlerde evlilik kaygısının homojen bir yapı göstermediği, bireylerin psikolojik ve ilişkisel özellikleri doğrultusunda farklı profiller altında sınıflandığı belirlenmiştir.

- Gizil Profil Analizi sonucunda üç profil elde edilmiştir: ilişkisel açıdan uyumlu ve koruyucu psikolojik kaynaklara sahip bireyler (Profil 1), kısmi uyumlu ve potansiyel risk özellikleri gösteren bireyler (Profil 2) ve kırılgan, çoklu psikolojik belirti gösteren yüksek riskli bireyler (Profil 3).

- Profillerin evlilik kaygısı düzeyleri açısından anlamlı biçimde farklılaştığı; evlilik kaygısının en düşük düzeyde Profil 1’de, en yüksek düzeyde ise Profil 3’te yer aldığı sonucuna ulaşılmıştır.

- Düşük benlik saygısı, düşük romantik ilişki doyumu, güvensiz bağlanma örüntüleri ile yüksek depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin evlilik kaygısı açısından risk artırıcı özellikler olduğu görülmüştür.

- Yüksek benlik saygısı, yüksek romantik ilişki doyumu ve güvenli bağlanma örüntüsünün ise evlilik kaygısı açısından koruyucu psikolojik ve ilişkisel özellikler olduğu belirlenmiştir.

- Cinsiyet, yaş ve romantik ilişki durumunun profil üyeliğini anlamlı düzeyde yordamadığı, ebeveyn birliktelik durumunun ise yalnızca Profil 2 ile Profil 3 karşılaştırmasında sınırlı düzeyde ayırt edici olduğu saptanmıştır.

- Genel olarak araştırma bulguları, evlilik kaygısının genç yetişkinlerde benlik saygısı, romantik ilişki doyumu, bağlanma stilleri ve psikolojik belirtilerle birlikte değerlendirilmesi gereken çok boyutlu bir yapı olduğunu ortaya koymaktadır.

4.2. Tartışma

4.2.1. Betimleyici İstatistiklere İlişkin Tartışma

Araştırmadan elde edilen bulgular evlilik kaygısı ile benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bulgu benlik saygısının evlilik kaygısı açısından koruyucu bir psikolojik kaynak olabileceğini düşündürmektedir. Alanyazında da benlik saygısı ile evlilik kaygısı arasında çoğunlukla negatif yönlü ilişkiler bulunduğu görülmektedir. Benlik saygısı yüksek bireylerin romantik ilişkilerde kendilerini daha yeterli, değerli ve güvende hissettikleri; bu nedenle evlilik sürecine ilişkin belirsizlikleri ve sorumlulukları daha az tehdit edici algıladıkları ifade edilmektedir. Buna karşılık düşük benlik saygısına sahip bireylerin reddedilme, ilişki içerisinde yetersiz kalma, evlilikte başarısız olma ya da evliliği sürdürememe gibi endişeleri daha yoğun yaşayabildikleri belirtilmektedir (Harris ve Orth, 2020; Murray vd., 2006). Dolayısıyla mevcut araştırmanın bulguları benlik saygısının evlilik kaygısını açıklamada önemli bir değişken olduğunu ortaya koyan önceki araştırmalarla uyumludur.

Benlik saygısının romantik ilişkiler ve yakın ilişki süreçleriyle ilişkisi de mevcut bulguların yorumlanmasında önem taşımaktadır. Evlilik ve yakın ilişkiler alanında yapılan araştırmalarda benlik saygısının ilişki doyumu, bağlanma stilleri ve yakın ilişkilerdeki uyumla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Karataş, 2022; Yıldız ve Baytemir, 2016). Bağlanma stilleri üzerine yapılan çalışmalar ise düşük benlik saygısının güvensiz bağlanma örüntüleri ve ayrılık anksiyesiyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; McCarthy ve Taylor, 1999). Bu bağlamda kendilik değerini daha olumlu algılayan bireylerin romantik ilişkilerde daha güvenli ve yeterli hissettikleri; bunun da evliliğe yönelik kaygıyı azaltabileceği söylenebilir. Buna karşılık düşük benlik saygısı, bireylerin ilişkilere ve evliliğe yönelik olumsuz beklentilerini artırarak evlilik kaygısının yükselmesine zemin hazırlayabilir.

Benlik saygısının psikolojik belirtilerle ilişkisi de araştırmanın genel bulgularını desteklemektedir. Alanyazında düşük benlik saygısına sahip bireylerin depresyon, anksiyete ve stres gibi psikolojik belirtileri daha yoğun yaşadıkları; yüksek benlik saygısının ise psikolojik iyi oluş açısından koruyucu bir faktör olduğu vurgulanmaktadır. Seki ve Dilmaç (2020) tarafından gerçekleştirilen meta-analiz çalışmasında benlik saygısı ile depresyon, anksiyete ve stres arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Çalışmada depresyon ile benlik saygısı arasında orta düzeyde negatif ilişki,

stres ile benlik saygısı arasında orta düzeyde negatif ilişki ve anksiyete ile benlik saygısı arasında negatif yönde ilişki rapor edilmiştir. Araştırmacılar düşük benlik saygısının psikolojik kırılganlığı artırabileceğini ve ruh sağlığı açısından önemli bir risk faktörü oluşturabileceğini vurgulamaktadır. Benzer şekilde Arslan vd. (2016) tarafından genç yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencileriyle yürütülen çalışmada depresyon ve anksiyete belirtilerindeki artışın benlik saygısındaki azalmayla ilişkili olduğu saptanmıştır. Bu durumda yüksek benlik saygısının depresyon ve anksiyeteye karşı önleyici bir faktör olduğunu söyleyebiliriz.

Alanyazında ayrıca benlik saygısının bireylerin psikolojik semptomları üzerindeki koruyucu rolü sıklıkla vurgulanmaktadır. Düşük benlik saygısına sahip ergen ve genç yetişkinlerin daha yüksek depresif ve anksiyete belirtileri gösterdiği bilinmektedir (Özcan vd., 2013). Bu durum stres bağlamında değerlendirildiğinde de düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin stresli yaşam olaylarını tehdit edici algılamaya eğilimli oldukları görülmektedir. Nitekim benlik saygısının algılanan stres düzeyi üzerinde doğrudan ve anlamlı bir etkisinin bulunduğu, düşük benlik saygısının sosyal kaygı eğilimleri ile birleştiğinde bireylerin stres düzeyini artırabileceği görülmektedir (Eren-Gülle, 2018). Bu bulgular yüksek benlik saygısının depresyon, anksiyete ve strese karşı koruyucu rol oynayan temel faktörlerden biri olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu bağlanma stilleri ile evlilik kaygısı arasındaki ilişkilere yöneliktir. Bulgulara göre güvenli bağlanma ile evlilik kaygısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken, kaygılı ve kaçınan bağlanma ile evlilik kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu sonuç erken dönem bakım veren ilişkilerinin yetişkinlikteki romantik ilişkilere yansıdığını ileri süren bağlanma kuramı açısından beklenen bir bulgudur. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin yakın ilişkilerde güven, bağlılık ve duygusal yakınlığı daha kolay deneyimledikleri; güvensiz bağlanma örüntülerine sahip bireylerin ise yakınlık kurma, bağlılığı sürdürme ve ilişkiye güven duyma konusunda daha fazla zorlanabildikleri söylenebilir.

Alanyazındaki çalışmalar bu bulguyu desteklemektedir. Şener ve Düşünceli (2024) tarafından gerçekleştirilen araştırmada evli olmayan bireylerde evlilik kaygısının bağlanma stillerine göre anlamlı biçimde farklılaştığı belirlenmiştir. Araştırma bulgularına göre kaygılı-kararsız bağlanma düzeyi arttıkça evlilik kaygısı artmakta, güvenli bağlanma düzeyi arttıkça ise evlilik kaygısı azalmaktadır. Benzer biçimde Çıtak

ve Başar (2023) ile Onay (2023) tarafından yürütülen çalışmalarda da bağlanma stillerinin evlilik kaygısının anlamlı yordayıcıları olduğu belirlenmiştir. Özellikle kaçınan bağlanmanın evlilik kaygısı ile güçlü ilişki göstermesi dikkat çekicidir. Yakınlıktan kaçınan ve bağımsızlığını kaybetmekten endişe duyan bireyler için evlilik bireysel özgürlüğün sınırlandığı ya da kişisel alanın daraldığı bir süreç olarak algılanabilir. Kestir (2021)'in çalışmasında romantik ilişkisi olan bireylerden kaçınan bağlanma stili geliştirenlerin evlilik kaygısı düzeylerinin daha yüksek bulunması da bu yorumu desteklemektedir.

Bağlanma stillerinin psikolojik belirtilerle ilişkisi de mevcut araştırmanın bulgularını açıklamada önemlidir. Mikulincer ve Shaver (2007) güvenli bağlanmanın psikolojik iyi oluş açısından koruyucu bir rol üstlendiğini, güvensiz bağlanma örüntülerinin ise depresif belirtiler, kaygı ve duygusal sorunlarla ilişkili olduğunu belirtmektedir. Marganska vd. (2013) tarafından gerçekleştirilen meta-analiz çalışmasında da güvensiz bağlanma stillerinin depresyon ve anksiyete ile güçlü düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır. Özellikle kaygılı bağlanmanın anksiyete belirtileriyle, kaçınan bağlanmanın ise depresif belirtiler ve yakın ilişkilerden uzaklaşmayla ilişkili olduğu belirtilmiştir. Sümer ve Güngör (1999) ile Sümer vd. (2009) tarafından yürütülen araştırmalar da güvenli bağlanmanın psikolojik dayanıklılığı artırdığını; güvensiz bağlanmanın ise depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini anlamlı biçimde yordadığını göstermektedir. Bu sonuçlar güvenli bağlanmanın bireyleri hem psikolojik belirtilere hem de evlilik kaygısına karşı koruyabileceğini düşündürmektedir.

Araştırmada evlilik kaygısı ile en güçlü ilişkilerden birinin romantik ilişki doyumu değişkeniyle olduğu görülmektedir. Bulgular romantik ilişkilerinden daha fazla doyum alan bireylerin evliliğe yönelik daha düşük düzeyde kaygı yaşadıklarını göstermektedir. Bu sonuç mevcut romantik ilişkisini doyum verici, güvenli ve destekleyici olarak değerlendiren bireylerin evliliğe ilişkin belirsizlikleri ve sorumlulukları daha az tehdit edici algıladıklarını düşündürmektedir. Alanyazında evlilik kaygısı ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen çalışmalar sınırlı olmakla birlikte romantik ilişkilerde yaşanan olumsuz deneyimlerin evlilik kaygısını artırabileceğine ilişkin bulgular bulunmaktadır. Payat (2021) geçmiş romantik ilişkilerinde olumsuz deneyimler yaşayan bireylerin evlilik kaygısı ve mutluluk korkularının daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Arslan (2024) ise romantik ilişkilerde

evlilik doyumu ve genel yaşam doyumunun evlilik kaygısıyla yakından ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Uluslararası alanyazındaki bulgular da romantik ilişki doyumunun evliliğe yönelik tutum ve kaygılarla ilişkili olabileceğini göstermektedir. Orth ve Robins (2014) kendi değerinin farkında olan ve ilişkisinde güvende hisseden bireylerin evliliğe yönelik daha olumlu tutumlar geliştirdiklerini belirtmektedir. Proulx vd. (2007)'nin meta-analiz çalışmasında ilişki doyumu düşük olan bireylerin psikolojik iyi oluşlarının olumsuz etkilendiği ve ilişkiye yönelik daha fazla kaygı yaşadıkları bildirilmiştir. Willoughby vd. (2015) ise ilişki doyumu yüksek bireylerin evliliğe ilişkin daha olumlu inançlara sahip olduklarını, düşük ilişki doyumuna sahip bireylerin ise evlilik sürecine ilişkin daha fazla kaygı ve kararsızlık yaşayabildiklerini belirtmiştir. Bununla birlikte Stanley vd. (2006) genç yetişkinlerde yüksek ilişki doyumunun her zaman düşük evlilik kaygısı anlamına gelmeyebileceğini; evliliğin yasal ve resmî statüsünün mevcut ilişki dinamiğini değiştireceği düşüncesinin kaygı yaratabileceğini vurgulamaktadır. Ancak mevcut araştırmada ilişki doyumu ile evlilik kaygısı arasındaki negatif yönlü ilişki bu örneklemede romantik ilişkiden alınan doyumun evliliğe yönelik daha olumlu ve güvenli değerlendirmelerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir.

İlişki doyumunun olumlu ruh sağlığıyla ilişkili olması da bu bulguyu desteklemektedir. Cantürk (2014) tarafından üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen çalışmada ilişki niteliğinin depresyon, anksiyete ve stres ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre sosyal destek düzeyi arttıkça depresyon ve anksiyete düzeyleri azalırken; ilişkilerde yaşanan çatışma depresyon, anksiyete ve stres ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Bu bağlamda romantik ilişki doyumunun yalnızca evlilik kaygısını değil bireylerin genel ruh halini de destekleyen önemli bir koruyucu değişken olduğu söylenebilir.

Araştırma bulguları depresyon, anksiyete ve stres belirtilerinin evlilik kaygısı ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiğini ortaya koymuştur. Bu sonuç evliliğe yönelik kaygının bireylerin genel ruh sağlığıyla yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Psikolojik belirti düzeyi yüksek, stres toleransı düşük ve anksiyete eğilimi belirgin olan bireylerin evliliği daha fazla sorumluluk, belirsizlik ve kontrol kaybı içeren bir süreç olarak algılamaları olasıdır. Alanyazında da psikolojik belirti düzeyi yüksek bireylerin evlilik kurumuna yönelik daha fazla kaygı taşıdığı, evliliği bir tehdit ya da başarısızlık riski olarak değerlendirebildikleri belirtilmektedir (Çelik ve Erkilet, 2019; Curtis ve

Susman, 1994; Saragi vd., 2025; Whisman, 2004). Benzer şekilde, Bitgi ve Çitil-Akyol (2025) tarafından yürütülen çalışmada da evlilik öncesi dönemde yüksek anksiyete ve yoğun stres yaşayan bireylerin geleceğe yönelik evlilik kaygılarının da daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgular psikolojik açıdan zorlanma yaşayan bireylerin evlilik gibi uyum, sorumluluk ve bağlılık gerektiren geçiş süreçlerini daha kaygı verici değerlendirebileceklerini göstermektedir.

Araştırmada toplumsal cinsiyet algısının yalnızca güvenli bağlanma ile düşük düzeyde fakat anlamlı bir ilişki gösterdiği; buna karşılık evlilik kaygısı, benlik saygısı, ilişki doyumu ve psikolojik belirtilerle anlamlı bir ilişki göstermediği belirlenmiştir. Toplumsal cinsiyet algısının özellikle yakın ilişkiler ve bağlanma örüntüleriyle ilişkili olabileceğini belirten çalışmalar bu sonucu desteklemektedir. Bununla birlikte, toplumsal cinsiyet algısının evlilik kaygısı ve diğer psikolojik değişkenlerle ilişkili olmaması, modern yakın ilişkilerin dönüşümü bağlamında değerlendirilebilir. Giddens'in (1992) saf ilişki kavramına göre geç modern toplumlarda romantik ilişkiler ve evlilikler zamanla geleneksel toplumsal cinsiyet rollerinden bağımsızlaşmakta, ilişkilerin sürdürülmesinde karşılıklı duygusal doyum, bireysel tercihler, iletişim ve mutluluk gibi unsurlar ön plana çıkmaktadır.

Bu doğrultuda genç yetişkinlerin evliliğe ilişkin değerlendirmelerinin yalnızca kadınlık ve erkeklik rollerine ilişkin algılarından değil, ilişkinin niteliği, bireysel istekleri ve psikolojik gereksinimleri gibi daha kişisel faktörlerden etkileniyor olması olasıdır. Gross ve Simmons (2002), modern ilişkilerde geleneksel rol beklentilerinden çok ilişki doyumunun ve ilişki kalitesinin belirleyici olduğunu orta koymuşlardır. Elde edilen bulgular, toplumsal cinsiyet algısının evlilik kaygısı ve psikolojik belirtiler gibi bireysel değişkenlerden çok bireylerin yakın ilişkilerde geliştirdiği ilişki örüntüleriyle bağlantılı olabileceğini düşündürmektedir. Nitekim, Ak (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmada güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin daha eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısına sahip oldukları bildirilmiştir. Güvenli bağlanmanın yakın ilişkilerde karşılıklı güven, empati ve eşitlikçi tutumları desteklemesi toplumsal cinsiyet algısının daha olumlu biçimde gelişmesine katkı sağlayabilir.

Benzer şekilde, Burns ve Ward (2005) çalışmalarında geleneksel erkeklik rollerini benimsemenin kaçınan bağlanma örüntüsü geliştirmeye neden olabileceği, bu bireylerin yakınlık kurmayı tehdit olarak algılayabileceklerini ve kaçınan bağlanma örüntüsü geliştirebilecekleri düşünülmektedir. Bu düşünceyi destekler nitelikte, Wong

vd. (2017)'un gerçekleştirdiği katı cinsiyet normlarının sosyal ve ilişkisel işlevselliği bozduğunu ortaya koyan meta-analiz çalışmasında geleneksel cinsiyet normlarına sahip olan bireylerin sosyal işlevselliklerinin azaldığı ve yakın ilişkilerinde de uyumsuz oldukları ortaya konulmuştur.

Öte yandan bazı araştırmalar toplumsal cinsiyet algısının psikolojik belirtiler ve ilişki doyumu ile ilişkili olabileceğini ortaya koymaktadır. Bayraktarlı ve Kılıç (2022) geleneksel toplumsal cinsiyet rollerini benimseyen bireylerin duygu düzenleme güçlüğü yaşayabildiklerini ve bu durumun depresyon, anksiyete ve somatizasyon gibi psikolojik belirtileri artırabileceğini belirtmiştir. Benzer şekilde, Dülcek vd. (2025) tarafından yetişkinlerle yürütülen çalışmada katı toplumsal cinsiyet rollerine sahip bireylerin anksiyete düzeylerinin anlamlı biçimde daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Bu doğrultuda mevcut araştırmada toplumsal cinsiyet algısının evlilik kaygısı ve ilişki doyumu ile anlamlı ilişki göstermemesi alanyazındaki bazı bulgulardan farklılaşmaktadır. Bu farklılık örneklemin özellikleriyle ya da genç yetişkinlerin evliliğe ilişkin değerlendirmelerinde geleneksel toplumsal beklentilerden çok bireysel anlamlara ve kişisel uyuma odaklanmalarıyla ilişkili olabilir. Nitekim Güneş ve Bilek (2026) üniversite öğrencilerinin evliliğe yönelik niyetlerini belirlerken geleneksel toplumsal beklentilerden ziyade evliliğe yükledikleri kişisel anlamları dikkate aldıklarını, bu içsel uyumun sağlanamamasına ilişkin düşüncelerin ise evlilik kaygısına neden olabileceğini belirtmektedir.

4.2.2. Gizil Profil Analizlerine İlişkin Tartışma

Araştırmada genç yetişkinlerin benlik saygısı, romantik ilişki doyumu, toplumsal cinsiyet algısı, bağlanma stilleri, depresyon, anksiyete ve stres değişkenleri temelinde üç farklı gizil profil altında sınıflandığı belirlenmiştir. Bu bulgu genç yetişkinlerin psikolojik ve ilişkisel özelliklerinin homojen bir yapı göstermediğini, farklı risk ve koruyucu faktörlerin bir araya gelmesiyle birbirinden ayrışan profiller oluşturduğunu ortaya koymaktadır. Profil çözümünün ardından BCH yöntemiyle yapılan karşılaştırmalar belirlenen profillerin evlilik kaygısı düzeyleri bakımından anlamlı biçimde farklılaştığını göstermiştir. Bu sonuç evlilik kaygısının yalnızca tekil değişkenlerle değil; bireyin benlik algısı, romantik ilişki deneyimleri, bağlanma örüntüleri ve psikolojik belirti düzeylerinin birlikte oluşturduğu örüntülerle açıklanması gerektiğini düşündürmektedir.

Birinci profil, “koruyucu psikolojik kaynaklara sahip, ilişkisel açıdan uyumlu bireyler” olarak tanımlanmıştır. Bu profilde yer alan bireylerin yüksek benlik saygısı, yüksek ilişki doyumu, yüksek güvenli bağlanma ve düşük psikolojik belirti düzeyleri gösterdikleri belirlenmiştir. Bu özellikler söz konusu grubun hem bireysel hem de ilişkisel açıdan güçlü kaynaklara sahip olduğunu göstermektedir. Benlik saygısının yüksek olması bireyin kendisini değerli ve yeterli algılamasına katkı sağlarken; güvenli bağlanma yakın ilişkilerde güven, bağlılık ve duygusal yakınlığın sağlıklı biçimde kurulmasını desteklemektedir. Romantik ilişkiden alınan doyumun yüksek olması ise bireyin evlilik sürecine ilişkin belirsizlikleri daha yönetilebilir algılamasına yardımcı olabilmektedir. Bu profilde evlilik kaygısının en düşük düzeyde görülmesi koruyucu psikolojik ve ilişkisel kaynakların evlilik kaygısını azaltıcı bir rol oynayabileceğini göstermektedir.

İkinci profil “ilişkisel açıdan kısmi uyumlu, potansiyel riskli bireyler” olarak adlandırılmıştır. Bu gruptaki bireylerin benlik saygılarının ortalamaya yakın olduğu; ancak romantik ilişki doyumu ve toplumsal cinsiyet algılarının ortalamanın altında kaldığı görülmüştür. Güvenli bağlanma düzeyinin ortalamanın altında, kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeylerinin ise ortalamanın üzerinde olması bu bireylerin yakın ilişkilerde zaman zaman güvensizlik, reddedilme endişesi, mesafe koyma ya da bağlılığı sürdürme konusunda kararsızlık yaşayabileceklerini düşündürmektedir. Ayrıca depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin ortalamanın üzerinde seyretmesi bu profilin psikolojik açıdan bütünüyle koruyucu bir örüntüye sahip olmadığını göstermektedir. Bu nedenle Profil 2, Profil 1’e kıyasla daha riskli; ancak Profil 3’e kıyasla daha sınırlı kırılabilirlik gösteren ara bir grup olarak değerlendirilebilir. Bu grupta evlilik kaygısının orta düzeyde olması da söz konusu ara konumu desteklemektedir.

Üçüncü profil “kırılgan, çoklu semptom gösteren yüksek riskli bireyler” olarak tanımlanmıştır. Bu profilde yer alan bireylerin düşük benlik saygısı, düşük romantik ilişki doyumu, düşük güvenli bağlanma ve yüksek kaygılı-kaçınan bağlanma düzeyleriyle karakterize olduğu görülmüştür. Ayrıca depresyon, anksiyete ve stres puanlarının ortalamanın belirgin biçimde üzerinde olması bu bireylerin birden fazla psikolojik belirtiyi eş zamanlı olarak deneyimleyebildiklerini göstermektedir. Düşük benlik saygısı bireyin kendisine yönelik olumsuz değerlendirmelerini artırırken düşük ilişki doyumu ve güvensiz bağlanma örüntüleri yakın ilişkilerin daha tehdit edici ve belirsiz algılanmasına neden olabilir. Bu nedenle Profil 3’te yer alan bireylerin evlilik kaygısı açısından en

yüksek risk grubunu oluşturmaları beklenen bir bulgudur. BCH sonuçlarında evlilik kaygısının en yüksek düzeyde bu profilde yer alması psikolojik belirti yükü ve ilişkisel kırılganlık arttıkça evliliğe ilişkin kaygının da yükseldiğini göstermektedir.

Alanyazında yakın ilişkilerde bağlanma örüntülerini kişi merkezli yaklaşımla inceleyen çalışmalar mevcut araştırmanın profil yapısını desteklemektedir. Yastıbaş-Kaçar vd. (2025) tarafından evli bireylerin yetişkin bağlanma kalıplarının incelendiği araştırmada güvenli, korkulu ve küçümseyici olmak üzere üç profil belirlenmiştir. Güvenli profil içerisinde yer alan bireylerin ilişki doyumlarının anlamlı düzeyde yüksek olması mevcut araştırmadaki Profil 1 ile örtüşmektedir. Korkulu bağlanma profilinde yer alan bireylerin ilişki doyumlarının düşük olması ve daha uyumsuz psikolojik davranışlar sergilemesi ise mevcut araştırmadaki Profil 3 ile benzerlik göstermektedir.

Mehulic vd. (2021) tarafından romantik ilişki dinamiklerinin gizil profil analizi yöntemiyle incelendiği çalışmada ilişki özellikleri ile depresyon, anksiyete ve stres belirtileri arasındaki bağlantılar değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre şefkatli ve sevgi dolu ilişki profiline sahip bireylerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri en düşük düzeydeyken; düşmanca ve çatışmalı ilişki profiline sahip bireylerin psikolojik belirti düzeyleri en yüksek düzeydedir. Bu bulgu mevcut araştırmada Profil 1'in düşük psikolojik belirti ve yüksek ilişki doyumu özellikleriyle, Profil 3'ün ise yüksek psikolojik belirti ve düşük ilişki doyumu özellikleriyle uyumludur. Bu doğrultuda romantik ilişkinin niteliğinin bireylerin psikolojik iyi oluşu üzerinde önemli bir rol üstlenebileceği söylenebilir.

Benzer şekilde, Chen (2015) tarafından romantik ilişki kalitesinin gizil profil analiziyle incelendiği çalışmada bireyler düşük, orta ve yüksek ilişki kalitesi olmak üzere üç profil altında sınıflandırılmıştır. Araştırmada yüksek ilişki kalitesine sahip genç yetişkinlerin daha fazla partner desteği aldıkları, daha olumlu kişilik özellikleri gösterdikleri ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Buna karşılık düşük ilişki kalitesine sahip profilde psikolojik dayanıklılığın azaldığı ve psikolojik semptomların arttığı belirtilmiştir. Bu sonuçlar mevcut araştırmada düşük ilişki doyumu ile yüksek depresyon, anksiyete ve stres belirtilerinin bir arada görüldüğü Profil 3'ün kırılgan yapısıyla paralellik göstermektedir.

Öte yandan benlik saygısı, bağlanma örüntüleri ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkinin birlikte ele alındığı çalışmalar da mevcut profil yapısını

desteklemektedir. Erol ve Orth (2013) tarafından romantik ilişkisi bulunan çiftlerden oluşan beş farklı örneklem üzerinde yürütülen kapsamlı araştırmada bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olmalarının yalnızca kendi ilişki doyumlarını değil, partnerlerinin ilişki doyumlarını da artırdığı belirlenmiştir. Ayrıca benlik saygısının ilişki doyumu üzerindeki etkisinde güvenli bağlanmanın aracı rol oynadığı vurgulanmıştır. Bu bulgu mevcut araştırmada Profil 1'in yüksek benlik saygısı, güvenli bağlanma ve yüksek ilişki doyumu özellikleriyle uyumludur.

Imran ve Jackson (2022) tarafından genç yetişkinler üzerinde yürütülen çalışmada bağlanma örüntüleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide benlik saygısının anlamlı bir aracı rol üstlendiği belirlenmiştir. Araştırma bulgularına göre güvenli bağlanma örüntüsüne sahip genç yetişkinlerin benlik saygısı düzeyleri daha yüksek olmakta ve bu durum psikolojik belirtilerin azalmasına katkı sağlamaktadır. Buna karşılık güvensiz bağlanma örüntülerine sahip bireylerde benlik saygısındaki düşüş psikolojik belirtilerin artmasıyla ilişkili bulunmuştur. Bu sonuçlar mevcut araştırmada Profil 1'in yüksek benlik saygısı, güvenli bağlanma ve düşük psikolojik belirti özellikleriyle; Profil 3'ün ise düşük benlik saygısı, güvensiz bağlanma ve yüksek psikolojik belirti düzeyleriyle uyum göstermektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde gizil profil analizi bulguları genç yetişkinlerde evlilik kaygısının yalnızca evliliğe yönelik bireysel bir duygu durumu olarak açıklanamayacağını göstermektedir. Yüksek benlik saygısı, güvenli bağlanma ve yüksek ilişki doyumu evlilik kaygısı açısından koruyucu bir örüntü oluştururken; düşük benlik saygısı, güvensiz bağlanma, düşük ilişki doyumu ve yüksek psikolojik belirti düzeyleri daha kırılgan ve riskli bir profilin göstergeleri olarak değerlendirilebilir. Bu bağlamda araştırma bulguları genç yetişkinlerin evlilik kaygılarının anlaşılabilmesi için bireysel, ilişkisel ve psikolojik değişkenlerin bir arada ele alınması gerektiğini göstermektedir.

4.2.3. Multinomial Lojistik Regresyon Analizine İlişkin Tartışma

Araştırmada profil üyeliğini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla gerçekleştirilen multinomial lojistik regresyon analizi sonuçları cinsiyet, yaş ve romantik ilişki durumunun gizil profil üyeliğini anlamlı düzeyde yordamadığını göstermiştir. Bu bulgu genç yetişkinlerin psikolojik ve ilişkisel özellikler temelinde ayrışan profillere dahil olmalarında söz konusu demografik değişkenlerin belirleyici bir rol üstlenmediğine işaret etmektedir. Başka bir ifadeyle bireylerin kadın ya da erkek olması, yaş grubu ya da

romantik ilişkisinin olup olmaması bu araştırma kapsamında koruyucu, potansiyel riskli ya da yüksek riskli profillerde yer alma olasılığını anlamlı biçimde açıklamamaktadır. Payat (2021)'ın genç yetişkinlik çağındaki bireylerin evlilik kaygıları ile mutluluk korkuları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmaya rastgele seçilen 207 kadın, 93 erkek olmak üzere 300 genç yetişkinlik çağındaki henüz evlenmemiş bireyler katılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre mutluluk korkusu ile evlilik kaygısı arasındaki ilişkinin düzeyi cinsiyete ve ekonomik düzey değişkenine göre farklılık göstermemektedir. Çalışmada yaş gruplarının mutluluk korkusu açısından da 18-21 ve 22-24 yaş arasında anlamlı farklılık gösterdiği, 25 ve üzeri yaş grubunda anlamlı bir fark göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyet ve yaşın evlilik kaygısını yordamadığına dair bir diğer çalışma da Güler (2021) tarafından yapılmıştır. Araştırmasında evli olmayan bireylerin evlilik kaygısı ile evliliğe yükledikleri anlam ve evlilik beklentileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmaya 18-25 yaş aralığındaki 454 evli olmayan birey katılmıştır. Evlilik kaygısı değişkenin cinsiyete ve yaşa göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmada genç yetişkinlerin romantik ilişkiye sahip olup olmamaları evlilik kaygısı açısından anlamlı biçimde farklılık göstermemektedir. Bu bulgu, Rusbult'un (1983) İlişki Yatırım Modeli çerçevesinde değerlendirildiğinde, bireylerin evliliğe yönelik değerlendirmelerinin sadece romantik ilişki içerisinde bulunmalarıyla açıklanamayacağını düşündürmektedir. Yatırım Modeline göre ilişkilerin sürdürülmesi ve geleceğe taşınması; ilişkiden edilecek doyum düzeyi, mevcut alternatiflerin niteliği ve ilişkiye yapılan yatırımlar gibi temel bileşenlerin etkileşimi sonucunda şekillenmektedir. Nitekim, Le ve Agnew'in (2003) 52 çalışmadan oluşan meta-analiz çalışmasında, ilişki doyumunun bağlılıkta en güçlü yordayıcı olduğu, yatırımlar ve alternatiflerin niteliğinin ise bağlılığı anlamlı düzeyde açıkladığını ortaya koymaktadır. Bu durum, romantik bir ilişkiye sahip olmanın tek başına evlilikle ilgili değerlendirmeleri belirlemediğini, ilişkinin niteliği, bireylerin ilişkiden aldıkları doyum ve ilişkiye yükledikleri anlamın daha belirleyici olabileceğini göstermektedir. Dolayısıyla romantik ilişkinin varlığından ziyade ilişkinin kalitesi ve bireyin ilişkiyi nasıl deneyimlediği evlilik kaygısında daha önemli bir rol oynamaktadır.

Bu sonuç evlilik kaygısıyla ilişkili profil üyeliğinin daha çok bireyin benlik saygısı, bağlanma örüntüleri, romantik ilişki doyumu ve psikolojik belirti düzeyi gibi psikolojik ve ilişkisel özellikler çerçevesinde şekillendiğini düşündürmektedir. Özellikle

betimleyici bulgularda evlilik kaygısının benlik saygısı, ilişki doyumu, bağlanma stilleri ve psikolojik belirtilerle anlamlı ilişkiler göstermesi; buna karşılık cinsiyet, yaş ve romantik ilişki durumu gibi değişkenlerin profil üyeliğini yordamaması evlilik kaygısının daha çok bireyin içsel ve ilişkisel kaynaklarıyla bağlantılı olduğunu göstermektedir. Bu bakımdan mevcut bulgular kişi merkezli analiz yaklaşımının önemini desteklemektedir.

Ebeveyn birliktelik durumu açısından ise yalnızca Profil 2 ile Profil 3 karşılaştırmasında sınırlı düzeyde ayırt edici bir bulgu elde edilmiştir. Buna göre anne-babası ayrı ya da boşanmış olan bireylerin Profil 2'ye kıyasla Profil 3'te yer alma olasılıklarının görece daha yüksek olabileceği görülmektedir. Bu durum ebeveynlerin ayrı ya da boşanmış olmasının bazı genç yetişkinlerde ilişkisel güven, bağlanma örüntüleri ve psikolojik iyi oluş üzerinde etkili olabileceğini; dolayısıyla daha kırılgan ve yüksek riskli profil özellikleriyle ilişkilenebileceğini düşündürmektedir. Bununla birlikte, bu bulgunun sınırlı düzeyde olması ve güven aralığının genişliği nedeniyle sonucun temkinli yorumlanması gerekmektedir. Bu nedenle ebeveyn birliktelik durumunun profil üyeliği üzerinde güçlü ve genellenebilir bir yordayıcı olduğu değil, yalnızca Profil 2 ile Profil 3 ayrımında dikkate değer olabilecek sınırlı bir değişken olduğu söylenebilir.

Öte yandan, literatürdeki çalışmaların bazıları ebeveyn birliktelik durumunun önemli bir değişken olduğunu ortaya koymaktadır. Riggio (2004) tarafından Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan 566 bekar genç yetişkin ile yapılan çalışmada genç yetişkinlerin bazılarının ebeveynleri boşanmış bazılarının ise ebeveynleri ile beraber olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada ayrıca ebeveynleri boşanmış veya birlikte olmasının genç yetişkinlerinin gelecekteki romantik ilişkilerine yönelik kaygıları ve önceki ilişki deneyimlerini kendi evlilik beklentilerine yansıtma olasılıkları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre ebeveynleri boşanmış genç yetişkinlerin gelecekte yaşayacakları ilişkiler hakkında daha yüksek düzeyde kaygı duydukları ve bu kaygıları ileride yaşayacakları ilişkiye yansıtma olasılıklarının ebeveynleri birlikte olan genç yetişkinlere kıyasla daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur.

Benzer bir çalışmada Miles ve Servaty-Seib (2010) ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan genç yetişkinlerin evliliğe ilişkin tutumlarını incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 18-24 yaş aralığındaki 191 kadın 119 erkek olmak üzere toplam 310 bekar üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre ebeveynleri boşanmış olan öğrencilerin ebeveynleri birlikte olanlara kıyasla evliliğe ilişkin daha olumsuz tutumlar geliştirdiği ve olumsuz tutum sergileyen bireylerin evlilikten kaçınma

eğilimi gösterdiği ortaya konmuştur. Öte yandan Goslin (2014) tarafından yapılan araştırmada genç yetişkinlerin evlilikle ilgili tutumlarının ebeveynlerinin evli veya boşanmış olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya konmuştur.

4.3. Öneriler

4.3.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Araştırma kesitsel bir çalışma niteliğindedir. Bu nedenle genç yetişkinlerin evlilik kaygısına ilişkin profillerinin zaman içerisindeki seyrini ortaya koyacak boylamsal araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Araştırmada belirlenen profillerin ilişkinin ilerleyen aşamalarında, örneğin nişanlılık sürecinde ya da evliliğin ilk yıllarında nasıl bir dönüşüm göstereceği henüz bilinmemektedir. Bu doğrultuda benlik saygısı, ilişki doyumu, bağlanma stilleri ve psikolojik semptomların evlilik kaygısıyla olan etkileşiminin zaman içerisinde izlenmesi evlilik kaygısının gelişimsel ve ilişkisel dinamiklerinin daha kapsamlı biçimde anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

Araştırma sonucunda elde edilen evlilik kaygısı profillerine özgü önleyici müdahale ve evlilik öncesi psikolojik danışmanlık programlarının geliştirilmesi önemli görülmektedir. Bulgular profillerin psikolojik kaynaklar, ilişkisel işlevsellik ve risk düzeyi bakımından birbirinden farklılaştığını göstermektedir. Bu nedenle genç yetişkinlere yönelik evlilik öncesi psikoeğitim programlarının tek tip bir içerikle değil, profil temelli ihtiyaçlara göre yapılandırılması önerilmektedir. Özellikle kırılgan ve yüksek riskli gruplar için benlik saygısını güçlendirmeye, güvenli bağlanma kapasitesini desteklemeye, ilişki doyumunu artırmaya ve psikolojik semptomları azaltmaya yönelik koruyucu ve önleyici müdahalelerin geliştirilmesi önem taşımaktadır.

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Gelecekte yapılacak araştırmalarda nitel yöntemlerin de sürece dâhil edilmesi ve karma yöntem desenlerinden yararlanılması evlilik kaygısının daha derinlikli biçimde anlaşılmasına olanak sağlayabilir. Özellikle güvensiz bağlanma örüntülerine sahip, benlik saygısı düşük ve evlilik kaygısı yüksek olan kırılgan profillerin evliliğe yükledikleri anlamları, aile içi çatışma veya boşanma öykülerini, romantik ilişki deneyimlerini ve psikolojik iyi oluşlarına ilişkin öznel değerlendirmelerini anlamak açısından derinlemesine görüşmeler ve odak grup çalışmaları yararlı olabilir. Böylece nicel bulgularla ortaya konan profil farklılıklarının arkasındaki bireysel, ailesel ve kültürel açıklamalar daha ayrıntılı biçimde incelenebilir.

Evlilik kaygısının çok boyutlu yapısı dikkate alındığında ilerleyen araştırmalarda mevcut çalışmada ele alınan değişkenlere ek olarak farklı bireysel, ailesel ve ilişkisel değişkenlerin de modele dâhil edilmesi önerilmektedir. Bu araştırmada benlik saygısı, ilişki doyumu, bağlanma örüntüleri, toplumsal cinsiyet algısı ve psikolojik semptomlar ele alınmıştır. Gelecek çalışmalarda kök ailede boşanma, aile içi çatışma, kayıp yaşantıları, ekonomik kaygılar, romantik ilişkilerde çatışma çözme stilleri, algılanan ebeveyn tutumları ve aile aidiyeti gibi değişkenlerin evlilik kaygısı profilleriyle doğrudan ve dolaylı ilişkilerinin incelenmesi literatüre katkı sağlayabilir. Bu değişkenlerin modele dâhil edilmesi evlilik kaygısının yalnızca bireysel psikolojik özelliklerle değil, aynı zamanda aile geçmişi, ilişki deneyimleri ve sosyokültürel bağlamla birlikte değerlendirilmesine olanak tanıyacaktır.

Araştırma bulguları koruyucu psikolojik kaynakların evlilik kaygısının anlaşılmasında önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir. Özellikle yüksek benlik saygısı ve güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin daha olumlu ilişkisel özellikler sergilediği ve evlilik kaygısı açısından daha düşük risk taşıdığı görülmektedir. Bununla birlikte mevcut araştırmanın kesitsel deseni nedeniyle bu ilişkilerin nedensel yönü hakkında kesin bir çıkarımda bulunmak mümkün değildir. Bu nedenle genç yetişkinlerde benlik saygısını artırmaya, güvenli bağlanma kapasitesini desteklemeye ve sağlıklı ilişki becerilerini güçlendirmeye yönelik terapötik müdahalelerin evlilik kaygısı üzerindeki etkisinin deneysel araştırmalarla test edilmesi önerilmektedir.

Türkiye’de romantik ilişkiler ve evlilik kaygısı alanında gerçekleştirilen araştırmaların büyük ölçüde değişken odaklı yaklaşımlara ve genel tarama modellerine dayandığı görülmektedir. Ancak bu araştırmanın bulguları genç yetişkinlerin evlilik kaygısı, bağlanma örüntüleri, psikolojik belirtiler ve ilişkisel işlevsellik açısından homojen bir yapı sergilemediğini; aksine farklı psikolojik ve ilişkisel özelliklere sahip belirli profiller oluşturduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum evlilik kaygısının anlaşılmasında bireysel farklılıkların ve heterojen yapıların dikkate alınmasının önemini göstermektedir. Bu nedenle gelecekte kişi merkezi yöntemlerin kullanılması genç yetişkinlerin farklı risk ve koruyucu faktör örüntülerine göre sınıflandırılmasına ve bu gruplara özgü psikolojik danışma müdahalelerinin geliştirilmesine katkı sağlayacaktır.

4.3.2. Ruh Sağlığı Uzmanlarına Yönelik Öneriler

Araştırmanın sonuçları evlilik kaygısının tek boyutlu bir yapı olarak ele alınmasının yetersiz kalabileceğini göstermektedir. Bulgular evlilik kaygısının bireylerin benlik saygısı, bağlanma örüntüleri, ilişki doyumu ve psikolojik belirtileriyle birlikte değerlendirilmesi gereken çok boyutlu bir yapı olduğunu ortaya koymaktadır. Dolayısıyla özellikle düşük benlik saygısına ve güvensiz bağlanma örüntülerine sahip olan, potansiyel riskli ve yüksek riskli profillerde yer alan genç yetişkinlerle çalışan psikoterapist ve psikolojik danışmanların yalnızca evlilik kavramına ya da evlilik kararına odaklanmaları sınırlı kalabilir. Bu gruplarda evlilik kaygısının değersizlik inançları, reddedilme ve terk edilme korkuları, yakın ilişkilerde güven kurma güçlükleri ve erken dönem bağlanma deneyimleriyle ilişkili olabileceği dikkate alınmalıdır. Bu nedenle psikolojik danışma ve psikoterapi süreçlerinde evlilik kaygısının altında yer alan temel psikolojik ihtiyaçların, işlevsel olmayan inançların ve bağlanma örüntülerinin ele alınması daha işlevsel görünmektedir.

Araştırma sonucunda mevcut romantik ilişkisinden aldığı doyumu düşük olan genç yetişkinlerin evliliğe yönelik kaygılarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgu evlilik kaygısına yönelik müdahalelerin yalnızca bekâr bireylerle sınırlı tutulmaması gerektiğini göstermektedir. Romantik ilişkisi olan ya da nişanlılık döneminde bulunan çiftlere yönelik önleyici psikoeğitim programlarının geliştirilmesi önem taşımaktadır. Bu programlarda çatışma çözme becerileri, ilişkide empati kurma, duygu ve ihtiyaçları açık biçimde ifade etme, güven ilişkisi geliştirme ve evlilikte rol beklentilerini yönetme gibi konulara ağırlık verilmesi önerilmektedir. Çiftlerin mevcut ilişkilerinde güvenli ve destekleyici bir ilişki iklimi oluşturabilmeleri evliliğe ilişkin sorumlulukları daha gerçekçi biçimde değerlendirmelerine ve evliliği tehdit edici bir yaşam olayı olarak algılamamalarına katkı sağlayabilir.

Bir diğer araştırma bulgusu depresyon, anksiyete ve stres belirtilerinin evlilik kaygısıyla ilişkili olduğunu ve bireyleri daha kırılgan bir konuma getirebildiğini göstermektedir. Bu durum bazı bireylerin evlilikten doğrudan korktukları için değil, mevcut psikolojik belirtiler nedeniyle uzun vadeli ilişki ve yaşam kararları almaktan kaçınabildiklerine işaret etmektedir. Bu nedenle evlilik öncesi psikolojik danışmanlık hizmeti almak isteyen bireylerin yalnızca evlilik tutumları ya da ilişki beklentileri açısından değil, genel psikolojik iyi oluşları bakımından da değerlendirilmesi önerilmektedir. Gerekli durumlarda evlilik öncesi danışmanlık sürecinden önce ya da bu

sürece paralel olarak depresyon, anksiyete ve stres belirtilerine yönelik psikolojik danışma veya psikoterapi sağlanması daha uygun olabilir. Böylece evlilik kaygısının yalnızca ilişkisel bir sorun olarak değil, bireyin genel psikolojik işlevselliğiyle bağlantılı çok boyutlu bir yapı olarak ele alınması mümkün olacaktır.

4.3.3. Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler

Araştırma sonuçları yüksek benlik saygısı ve güvenli bağlanma örüntülerinin evlilik kaygısına karşı koruyucu bir işlev üstlendiğini göstermektedir. Bu doğrultuda genç yetişkinlerin psikolojik dayanıklılıklarını, iletişim becerilerini ve sağlıklı ilişki kurma kapasitelerini destekleyen önleyici müdahalelerin geliştirilmesi önemli görülmektedir. Özellikle Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Gençlik ve Spor Bakanlığı ile üniversitelerin psikolojik danışma ve rehberlik birimlerinin iş birliği içerisinde genç yetişkinlere yönelik psikoeğitim programları tasarımları önerilmektedir. Bu programlarda iletişim becerileri, duygusal farkındalık, öz-değer, öz-şefkat, güvenli bağ kurma, ilişki sınırlarını belirleme ve romantik ilişkilerde sağlıklı karar verme gibi içeriklere yer verilmesi yararlı olabilir. Üniversite öğrencileri ve genç yetişkinler için kolay erişilebilir ve ücretsiz biçimde sunulacak bu tür destek programlarının bireylerin evlilik ve romantik ilişkilere yönelik kaygılarını azaltmada koruyucu bir rol üstlenebileceği düşünülmektedir.

Toplumda yaygın biçimde sürdürülen geleneksel ve katı toplumsal cinsiyet rol beklentileri genç yetişkinlerin evlilik ve yakın ilişkilere yönelik tutumlarını etkileyebilmekte ve bazı bireyler üzerinde psikolojik baskı oluşturabilmektedir. Bu nedenle evlilik ve romantik ilişkilere ilişkin sağlıklı tutumların geliştirilmesi yalnızca bireysel değil, aynı zamanda toplumsal düzeyde ele alınması gereken bir konudur. Bu bağlamda Millî Eğitim Bakanlığı bünyesindeki eğitim programlarında gençlere yönelik önleyici rehberlik çalışmalarında ve sivil toplum kuruluşlarının faaliyetlerinde eşitlikçi tutumlar, karşılıklı sorumluluk paylaşımı, sağlıklı iletişim, duygusal emek ve demokratik aile ilişkileri gibi temalara daha fazla yer verilmesi önerilmektedir. Bireylerin erken dönemlerden itibaren eşitlikçi romantik ilişkiler, karşılıklı saygı ve demokratik aile tutumları konusunda farkındalık kazanmalarının evliliğe yönelik gerçek dışı beklentileri ve cinsiyet kalıplarından kaynaklanan baskıları azaltabileceği düşünülmektedir.

Türkiye’de aile ve evlilik kurumuna yönelik geliştirilecek sosyal politikaların genelleyici yaklaşımlar yerine bilimsel verilere dayalı olarak planlanması önem

taşımaktadır. Bu araştırmada kullanılan kişi merkezli analizler genç yetişkinlerin evlilik kaygısı bakımından homojen bir grup oluşturmadığını; aksine farklı düzeylerde risk ve koruyucu faktör örüntülerine sahip profiller sergilediğini göstermiştir. Bu doğrultuda Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, TÜBİTAK ve üniversitelerin araştırma merkezleri tarafından desteklenecek boylamsal ve uygulamalı araştırmaların artırılması önerilmektedir. Özellikle psikolojik açıdan daha kırılgan grupların belirlenmesi bu gruplara özgü koruyucu ve önleyici müdahalelerin geliştirilmesi ve müdahalelerin etkililiğinin bilimsel yöntemlerle değerlendirilmesi genç yetişkinlerin evlilik ve romantik ilişkilere yönelik daha sağlıklı tutumlar geliştirmelerine katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Acar Erdol, T. (2019). *Toplumsal cinsiyet eşitliği eğitimi*. Eğiten Kitap.
- Adler, A. (1997). *İnsanı Tanıma Sanatı* (6. Baskı). Çev. K. Şipal. İstanbul: SayYayıncılık.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. Ve Wall, S. (1978). Patterns of Attachment: APsychological Study of the Strange Situation, *Psychology Press*.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716.
- Akbaş, M., Gökyıldız, Ş., Onat Köroğlu, C. , Öztürk, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin evlilik tutumlarını etkileyen faktörler. *Cukurova Medical Journal*, 44(1), 93-100.
- Ali, S., ve Shoukry, E. (2017). Quality of life (QoL), aggressive behavior, and self-esteem among employed never-married (spinster) women. *IOSR Journal of Nursing and HealthScience*, 6(4), 85-94.
- Ali, A. M., Alkhamees, A. A., Hori, Kim, Y., ve Kunugi, H. (2021). The Depression AnxietyStress Scale 21: Development and validation of the Depression Anxiety Stress Scale 8-Item in psychiatric patients and the general public for easier mental health measurementin a post COVID-19 world. *International Journal of Environmental Research andPublic Health*,18(19), Article 10142. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910142>
- Altınova, H. H., ve Duyan, V. (2013). Toplumsal cinsiyet algısı ölçeğinin geçerlik güvenirlikçalışması. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 24(2), 9-22. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tsh/issue/48480/614123>
- Ak, G. (2021). *Evli bireylerde bağlanma stillerinin benlik saygısı, toplumsal cinsiyet rolleri veayrılık anksiyetesi üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi.
- Akkaş, İ. (2019). Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet kavramları çerçevesinde ortaya çıkan toplumsal cinsiyet ayrımcılığı. *EKEV Akademi Dergisi*. ICOAEF Özel Sayısı, 97-118.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Psikiyatride hastalıkların tanımlanması ve sınıflandırılması el kitabı* (DSM-5) (E. Köroğlu, Çev.Ed.). Hekimler Yayın Birliği.
- American Psychological Association (APA) (2018). Anxiety. In *APA Dictionary of Psychology*. 10 Şubat 2026 tarihinde <https://dictionary.apa.org/anxiety> adresinden erişilmiştir.
- American Psychological Association (APA) (2018). Depression. In *APA Dictionary of Psychology*. 10 Şubat 2026 tarihinde <https://dictionary.apa.org/depressionn> adresinden erişilmiştir.
- American Psychological Association (APA) (2018). Stress. In *APA Dictionary of Psychology*. 10 Şubat 2026 tarihinde <https://dictionary.apa.org/stress> adresinden erişilmiştir.
- Aral, N. (1997). *Fiziksel İstismar ve Çocuk*. Tekışık Web Ofset Yayıncılık.
- Aricioglu, A., ve Kaya, S. (2023). Abusive behaviours in relationships, need satisfaction, conflict styles and relationship satisfaction: Mediation and moderation roles. *BMC Psychology*, 11(160), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01202-6>
- Arslan, E. (2024). *Yetişkinlerdeki benlik ayrımlaşmasının evlilik kaygısı, evlilik doyumu ve yaşam doyumuyla olan ilişkisi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi] <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>

- Arslan, H., Mergen, H., Erdoğan Mergen, B., Arslan, E., ve Ayyıldız, Ü. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin depresyon, anksiyete ve benlik saygısı puanlarının farklı değişkenler açısından değerlendirilmesi. *NWSA-Medical Sciences*, 11(1), 1-13. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/nwsamed/article/213491>
- Aydın, B. (2013). Benlik Kavramı ve Ben Şemaları. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8(8), Article 8. <https://izlik.org/JA97JF98RM>
- Aydın, E. (2024). Üniversite öğrencilerinin evlilik tutumları ile eş seçme stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yüksek lisans tezi], İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. <https://doi.org/10.32709/akusosbil.1180251>
- Aziz, S., Chaudhary, A., ve Ali, N. (2021). To study the relationship satisfaction and degree of loneliness in romantic relationships. *Indian Journal of Physiotherapy and Occupational Therapy* Print-(ISSN 0973-5666) and Electronic-(ISSN 0973-5674), 15(4), 109-119.
- Bakioğlu, F. ve Türküm, A. S. (2019). Toplumsal cinsiyet rolleri ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlaması. Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 27(2), 717-725. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.2697>.
- Balcı Çom, M. (2023). Yetişkin bireylerde evlilik kaygısı, bilişsel çarpıtmalar ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi], Bahçeşehir Üniversitesi. Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Bartholomew, K. (1990). "Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective", *Journal of Social and Personal Relationships*, cilt 7, sayı 2, ss. 147-178.
- Bartholomew, K., ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Bartholomew, K. ve Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment: Do they converge? J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Ed.), *Attachment theory and close relationships* içinde (s. 25-45). Guilford Press.
- Baucom, D. H., Epstein, N. B., LaTaillade, J. J., ve Kirby, J. S. (2008). Cognitive-behavioral couple therapy. In A. S. Gurman (Ed.), *Clinical handbook of couple therapy* (4th ed., pp. 31-58). The Guilford Press.
- Baş, E. (2021). Evlilik: Modernleşme sürecinde kuşaklararası yaşanan değişim. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 20(2), 821-845. <https://doi.org/10.21547/jss.823131>
- Bayraktarlı, E. N. ve Kılıç, N. (2022). Toplumsal cinsiyet, duygu düzenleme güçlüğü ve psikolojik belirtilerarası ilişkide benlik kurgularının rolü. *Nesne*, 10(25), 487-506. <https://doi.org/10.7816/nesne-10-25-08>
- Bebbington P.E. (1998) Sex and depression. *Psychological Medicine*, 28(1), 1-8.
- Berger, L., McMakin, D., ve Furman, W. (2005). The language of love: Romantic relationships in adolescence. In A. Williams ve C. Thurlow (Eds.), *Talking adolescence: Perspectives on communication in the teenage years*, New York, Peter Lang Publishing.
- Bergman, L. R., ve Magnusson, D. (1997). A person-oriented approach in research on developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 9(2), 291-319. <https://doi.org/10.1017/s095457949700206x>

- Beyers, W., ve Seiffge-Krenke, I. (2010). Does identity precede intimacy? Testing Erikson's theory on romantic development in emerging adults of the 21st century. *Journal of Adolescent Research*, 25(3), 387–415. <https://doi.org/10.1177/0743558410361370>
- Bitgi, S., ve Çitil Akyol, M. (2025). Evlilik öncesi çift danışmanlığında bağlanma. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 8(1), 22-44.
- Bozanoğlu, İ. (2004). *Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Dayalı Grup Rehberliğinin Akademik Risk Altındaki Öğrencilerin Akademik Alandaki Güdülenme, Benlik Saygısı, Başarı ve Sınav Kaygısı Düzeylerine Etkisi* [Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma*. (T. V. Soylu, Çev.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık. (Orijinal eserin basım tarihi 1969).
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss*, Vol. 2: Separation: Anxiety and anger. USA: Basic Books.
- Bowlby, j. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *The British Journal of Psychiatry*, 130(3), 201-210. <https://doi.org/10.1192/bjp.130.3.201>
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.
- Bowlby, J. (1980). By ethology out of psycho-analysis: An experiment in interbreeding. *Animal Behaviour*, 28(3), 649-656.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma ve Kaybetme-1, Bağlanma*. (T. V. Soylu, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Braithwaite, S. R., Delevi, R., ve Fincham, F. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships*, 17(1), 1–12. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x>
- Budak, S. (2000). *Psikoloji sözlüğü*. Bilim ve Sanat Yayınları.
- Bulam, N. (2019). *Kadınlardaki benlik saygısı ve depresyonun eğitim düzeyiyle ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi] . İstanbul Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Programı, İstanbul. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Burn, S. M., ve Ward, A. Z. (2005). Men's conformity to traditional masculinity and relationship satisfaction. *Psychology of Men & Masculinity*, 6(4), 254–263. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.6.4.254>
- Burgess, E. W. ve Wallin, P. (1953). *Engagement and marriage*. Philadelphia: J.B. Lippincott.
- Buss, D.M.(1989). Sex differences in human mate preferences :Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures.*Behavioral and Brain Sciences*, 12, 1-49.
- Butler, J. (1999). *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. Routledge.
- Bühler, J. L., Krauss, S., ve Orth, U. (2021). Development of relationshipsatisfaction across the life span: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 147(10), 1012.
- Büyükmumcu, S. B. (2025). *Flört Şiddetinin İlişkisel Bağlamda İncelenmesi: İlişki Doyumu, Kıskançlık, Güç ve Çatışma Çözme Stratejileri* [Doktora Tezi] . Gazi Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Bozkurt, S. (2006). *Temas Biçimleriyle Bağlanma Stilleri ve Kişilerarası şemalar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, [Doktora Tezi] . Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Canel, A. N. (2007). *Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması* [Doktora Tezi]. Marmara Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>

- Cantekin, Ö. F. ve Kunduracı, N. F. (2024). Marriage anxiety of university students in terms of family belonging and parental attitude. *International Journal of Religion*, 5(3), 377-385.
- Cantürk, H. (2014). *Üniversite öğrencilerinin ilişki niteliklerinin depresyon, stres ve anksiyete ile ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Fatih Üniversitesi, İstanbul. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Cassepp-Borges, V., Gonzales, J. E., Frazier, A., ve Ferrer, E. (2023). Love and relationship satisfaction as a function of romantic relationship stages. *Trends in Psychology*, 1-16.
- Chen, S. (2015). *A latent profile analysis of romantic relationship quality and its associations with personality, partner support, and psychological well-being* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Western University. <https://ir.lib.uwo.ca/etd/2977/>
- Cherlin, A. J. (2004). The deinstitutionalization of American marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 848–861. <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2004.00058.x>
- Clay, D., Vignoles, V. L., ve Dittmar, H. (2005). Body Image and Self-Esteem Among Adolescent Girls: Testing the Influence of Sociocultural Factors. *Journal Of Research on Adolescence*, 15(4), 451-477. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2005.00107.x>
- Cooper, M. L., Shaver, F. R. Ve Collins, N. L. (1998). “Attachment Styles, Emotion Regulation and Adjustment in Adolescence”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), ss. 1380-1397.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Cribb, V. L., ve Haase, A. M. (2015). Girls feeling good at school: School gender environment, internalization and awareness of socio-cultural attitudes associations with self-esteem in adolescent girls. *Journal of Adolescence*, 46, 107-114. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.10.019>
- Curran, M. A., Hazen, N. L. ve Mann T. (2009). Representations of marriage and expectations of parenthood: Predictors of supportive coparenting for first-time parents. *Parenting: Science and Practice*, 9(1–2), 101–122. <https://doi.org/10.1080/15295190802656794>
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çev.). Mentis Yayıncılık. (Orijinal eserin basım tarihi 2009, 8. bs.)
- Coontz, S. (2004). The world historical transformation of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 974–979. <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2004.00067.x>
- Curun, F. (2001). *The effects of sexism and sex role orientation on romantic relationship satisfaction* [Yüksek lisans tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi] , Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Curtis, J. M., ve Susman, V. M. (1994). Factors Related to Fear of Marriage. *Psychological Reports*, 74(3), 859-863. Curtis, J. M., ve Susman, V. M. (1994). Evlilik korkusuyla ilgili faktörler. *Psikolojik Raporlar*, 74(3), 859-863. <https://journals.sagepub.com/doi/10.2466/pr0.1994.74.3.859>
- Cüceloğlu, D. (2006). *İnsan ve Davranışı* (15. Bs.). Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2022). *Evlenmeden Önce* (21. bs.). Kronik Kitap.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3), 240-255.
- Çalışkan, B. (2025). *Beliren Yetişkinlerin Evlilik ve Eş Seçimine İlişkin Algılarının*

- İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi] . Ulusal Tez Merkezi.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Çam, M. O., Engin, E., ve Uguryol, M. (2017). Üniversite Öğrencilerinde Benlik Gelişimi Ve Güven Duygusu. *Journal Of International Social Research*, 10(51).
- Çelik, E. ve Erkilet, G. (2019). Evlilik Kaygısı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Ege Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 47-57.
- Çelik, M., ve Türk, N. (2024). Bağlanma Stilleri Ölçeği Kısa Formu'nun psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 17(73), 3121-3141.
<https://doi.org/10.29228/joh.78675>
- Çıtak, Ş. ve Başar, A. (2023). Evlilik kaygısında bağlanma stillerinin yordayıcılığı. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 13(Sosyal Bilimler Lisansüstü Öğrenci Sempozyumu Özel Sayısı), 185–204.
<https://doi.org/10.48146/odusobiad.1186297>
- Çoban, Y. (2021). “Öz-Şefkat ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”,*Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, cilt 1, sayı, 2, ss. 128-139.
- Çuhadaroglu, F. (1986). *Adölesanlarda benlik saygısı* [Yayınlanmamış tıpta uzmanlık tezi] .Hacettepe Üniversitesi, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- De Ruiter, N. M., Van Geert, P. L. ve Kunnen, E. S. (2017). Explaining the “how” of self-esteem development: The self-organizing self-esteem model. *Review of General Psychology*, 21(1), 49-68.
- Donnellan, M. B., Kenny, D. A., Trzesniewski, K. H., Lucas, R. E. ve Conger, R. D. (2012). Using trait–state models to evaluate the longitudinal consistency of global self-esteem from adolescence to adulthood. *Journal of research in personality*, 46(6), 634-645.
- Dölçek, S., Polat, E. Z., ve Ateş, D. (2025). The relationship of gender role attitudes towards men with depression, anxiety, stress. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14(1), 74-80. <https://doi.org/10.53424/balikesirsbd.1544869>
- Eraslanlı, K., Kalkan, M. (2008). *Evlilik İlişkilerini Geliştirme Kuram ve Uygulama*. (1.baskı), Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., ve Alpkan, L. (2005). Evlilik uyumu ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 18(1), 39-47.
- Eren-Gülle, T. (2018). *Benlik saygısının, algılanan stres durumu üzerindeki etkisi ve sosyal kaygı ve kaçınmayla ilişkisi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Erıkson, E. H. (2018). *İnsan Yaşamının Sekiz Evresi*, Ankara, Okuyanıs Yayınları.
- Erol, M. (2008). Toplumsal cinsiyetin tutumlar üzerindeki etkisi. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 32 (2), 199-219.
<http://eskidergi.cumhuriyet.edu.tr/makale/1838.pdf>.
- Erol, R. Y., ve Orth, U. (2013). Actor and partner effects of self-esteem on relationship satisfaction and the mediating role of secure attachment between the partners. *Journal of Research in Personality*, 47(1), 26-35.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.11.003>
- Ervüz, C. (2026). Gençler arasında algılanan sosyal desteğin evlilik korkusu üzerindeki etkisini incelemek. *Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 417-438. <https://doi.org/10.30561/sinopusd.1835241>
- Feeney, J. A., Noller, P., ve Hanrahan, M. (1994). Assessing adult attachment. In M. B. Sperling ve W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adulthood: Clinical and developmental perspectives* (pp. 128-152). Guilford Press.

- Fıfıloğlu, H. (1992). Çift Uyum Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 3-7.
- Fiskin, G., ve Sarı, E. (2021). Evaluation of the relationship between youth attitudes towards marriage and motivation for childbearing. *Children and Youth Services Review*, 121, 105856. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105856>
- Fletcher, G.J., Simpson, J.A., Campbell, L., ve Overall, N.C. (2015). Pair-bonding, romantic love, and evolution: The curious case of Homo sapiens. *Perspectives on Psychological Science*, 10(1), 20-36.
- Fletcher, L. (2018). *Anxiety And Phobia Workbook: A Guide to Breaking Free from Anxiety, Phobias, and Worry* (1. bs.). Zen Mastery.
- Fraley, R. C., ve Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4, 132-154.
- Freud, S. (1957). On narcissism: An introduction. In J. Strachey (Ed & Trans.), The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 14, pp. 67-102). Hogarth Press. (Original work published 1914).
- Geçtan, E. (1984). *Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar* (3. bs.). Maya Yayınları.
- Geçtan, E. (1997). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar* (13. bs.). Remzi Kitabevi.
- Goldscheider, F., Bernhardt, E., ve Lappegård, T. (2015). The second demographic transition theory and a gender-egalitarian revolution into the family. *Demographic Research*, 33, 119–140. <https://doi.org/10.4054/DemRes.2015.33.5>
- Gómez-López, M., Viejo, C., & Ortega-Ruiz, R. (2019). Well-being and romantic relationships: A systematic review in adolescence and emerging adulthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(13), 2415. <https://doi.org/10.3390/ijerph16132415>
- Goslin, O. (2014). *Gender differences in attitudes towards marriage among young adults*. [Unpublished master's thesis]. Dublin Business School. <https://esource.dbs.ie/handle/10788/2300>
- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirine yönelik kontrolcülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Göksu, Ö., ve Kumcağız, H. (2020). Covid-19 Salgınında Bireylerde Algılanan Stres Düzeyi ve Kaygı Düzeyleri. *Electronic Turkish Studies*, 15(4).
- Gözeler, P. S. (2018). *Algılanan stres düzeyi ve ilişkilerde yüklemelerin evlilik uyumu ile ilişkisi*. [Yüksek lisans tezi] .Maltepe Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Graham, J. M., Diebels, K. J., ve Barnow, Z. B. (2011). The reliability of relationship satisfaction: A reliability generalization meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 25(1), 39–48. <https://doi.org/10.1037/a0022441>
- Güler, K. (2021). *Evli olmayan bireylerin evlilik kaygısı ile evliliğe yükledikleri anlam ve beklentileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Kent Üniversitesi] . Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Gülaydın, T., ve Semerci, B. (2019). Romantik ilişkilerde güvenli bağlanma, benlik saygısı ve ilişki doyumu arasındaki döngüsel ilişkiler. *İlişki Psikolojisi Dergisi*, 7(2), 112-128.
- Güneş, H. N., ve Bilek, G. (2026). Üniversite öğrencilerinde evliliğe yüklenen anlamlar, evlilik kaygısı ve evlenme niyeti arasındaki ilişkiler: Bitlis örneği. *İmgelem*, 18, 87-120. <https://doi.org/10.53791/imgelem.1842167>

- Harris, H. K., ve Orth, U. (2020). The link between self-esteem and social relationships: A meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(6), 1459–1477. <https://doi.org/10.1037/pspp0000265>
- Haspolat, N. K. ve Kağan, M. (2017). Sosyal fobinin yordayıcıları olarak beden imajı ve benlik saygısı. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2). <https://doi.org/10.17556/erziefd.322327>
- Haviland, Prins, McBride ve Walrath. (2011). Cultural Anthropology. The Human Challenge. Belmont: Watsworth.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Attachment As An Organizational Framework For Research On Close Relationship, *Psychological Inquiry*, 5(1), 1- 22.
- Hazan, C., ve Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.52.3.511>
- Heatherton, T. F. ve Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social psychology*, 60(6), 895.
- Heatherton, T. F., ve Wyland, C. L. (2003). Assessing self-esteem. İçinde *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (ss. 219-233). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10612-014>
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93-98. <https://doi.org/10.2307/352430>
- Hendrick, S. S. (2016). *Yakın ilişkiler psikolojisi* (A. Dönmez ve A. Büyükaşahin, Çev.). Ankara, Türkiye: Nobel Yayınları.
- Hendrick, S. S., ve Hendrick, C. (2006). “Measuring respect in closerelationships”, *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(6), 881-899. <https://doi.org/10.1177/0265407506070471>
- Holmes, T. S. ve Holmes, T. H. (1970). *Short-term intrusions into the life style routine*. *Journal Of Psychosomatic Research*, 14(2), 121-132. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(70\)90022-x](https://doi.org/10.1016/0022-3999(70)90022-x)
- Hortaçsu, N. (1991). Evlilik ve boşanma nedenlerine verilen önemi etkileyen faktörler olarak değerlendirme yaklaşımı, cinsiyet ve medeni durum. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1).
- Ilfeld, FW. (1977). Current social stressors and symptoms of depressions. *Am J Psychiatry*, 134:161-166.
- İçli, G. (2018). *Toplumsal cinsiyet eşitsizliği ve kadına yönelik şiddet*. Nobel Yayınları.
- İmamoğlu, O. (2012). Değişen aile-içi roller. *Kadın Araştırmaları Dergisi*, 0 (1). <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iukad/issue/729/7875>.
- James, W. (1890). *The principles of psychology*, Vol. 1. Henry Holt and Co. <https://doi.org/10.1037/10538-000>
- Johnson, JL ve Repta, R. (2012). *Sex and gender: Beyond the binaries*, https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/40428_Chapter2.pdf.
- Kamran, M., Saab, M., Niaz, U., Aslam, S. ve Amjad, A. I. (2024). Impact of self-esteem and overall life satisfaction on perceived social competence in university students. *International Journal of Evaluation and Research Education*, 13(2), 1111-1118.
- Kandiyoti, D. (1997). *Cariyeler, bacılar, yurttaşlar: Kimlikler ve toplumsal cinsiyet* (A. Bora, F. Saygılıgil ve Ş. Tekeli, Çev.). İletişim Yayınları.
- Karantzias, G. C., Feeney, J. A., ve Wilkinson, R. (2010). Is less more? Confirmatory factor analysis of the Attachment Style Questionnaire. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(6), 749-780. <https://doi.org/10.1177/0265407510373756>

- Karney, B.R., ve Bradbury, T.N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method and research [Elektronik Version]. *Psychological Bulletin*, 118(1): 3-34.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (31. bs.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karataş, L. (2022). *Evli bireylerde cinsel doyum ve evlilik uyumunun benlik saygısı ile ilişkisinin araştırılması* [Yüksek lisans tezi] . İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Karras, R. M. (2006). The history of marriage and the myth of Friedelehe. *Early Medieval Europe*, 14(2), 119–151. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0254.2006.00168.x>
- Kassin, S., Fein, S., & Markus, H. R. (2013). *Social Psychology*, USA, CengageLearning.
- Kaufman, G. (2022). Gender roles and marriage commitment among emerging adults. *Journal of Family Issues*, 43(8), 2115–2138.
- Keizer, R. (2014). Relationship satisfaction. A. C. Michalos (Ed.), *Encyclopedia of quality of life research* içinde (ss. 5437–5443). Springer-Verlag. https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_2455
- Keldal, G. (2022). Factors associated with marital readiness among Turkish young adults. *Family Relations*, 71(5), 2342–2360. <https://doi.org/10.1111/fare.12619>
- Keldal, G. (2026). Türkiye'de gelişmekte olan yetişkinlerde evlilik hazırlığı: Ailesel faktörlerin rolü. *Sosyal Ortamda İnsan Davranışı Dergisi*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/10911359.2026.2653643>
- Kelso, J. S. (2000). Principles of dynamic pattern formation and change for a science of human behavior. In L. R. Berg- man, R. B. Cairns, L.-G. Nilsson, & L. Nystedt (Eds.), *Developmental science and the holistic approach* (pp. 63– 83). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781410605405-11>
- Kestir, K. (2021). *Evlilik kaygısının yordayıcısı olarak beden algısı, cinsel benlik şeması ve ana babaya bağlanma stilleri* [Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi] . Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Kılıç, Z. ve Çamlıgüney, A. F. (2024). Okul Öncesi Çocuklarda Uygulanan Fiziksel Aktivite Programının Beden İmaj Algısına Etkisi. *International Primary Education Research Journal*, 8(1), 83-97.
- Kılınçer, Ç. U., ve Tuzgöl Dost, M. (2013). Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği'nin Geliştirilmesi, *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 4(1), 15-32.
- Kırıt, G. (2017). *Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerin ilişki doyumlarının bağlanma stilleri, benlik saygısı ve kişilerarası ilişki tarzları açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi] . Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- King, L. A., King, D. W., Carter, D. B., Surface, C. R. ve Stepanski, K. (1994). Validity of the sex-role egalitarianism scale: Two replication studies. *Sex roles: A Journal of Research*, 31(5-6), 339–348. <https://doi.org/10.1007/BF01544593>
- Knopp, K., Scott, S., Ritchie, L., Rhoades, G. K., Markman, H. J., ve Stanley, S. M. (2017). Once a cheater, always a cheater? Serial infidelity across subsequent relationships. *Archives of Sexual Behavior*, 46, 2301–2311. <https://doi.org/10.1007/s10508-017-1018-1>
- Larson, J. H., ve Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43(2), 228-237. <https://doi.org/10.2307/585327>
- Larson, J. H. (2002). The marriage triangle: A conceptual model for counseling married couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(4), 497-508.
- Laursen, B.P. ve Hoff, E. (2006). Boylamsal Verilere Kişi Merkezli ve Değişken Merkezli Yaklaşımlar. *Merrill-Palmer Üç Aylık Bülten* 52(3), 377-389. <https://dx.doi.org/10.1353/mpq.2006.0029>

- Lazarus, S., ve Folkman, S., (1984). *Stress, Appraisal and Coping* (ss.444). New York: Springer.
- Le, B., & Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, 10(1), 37-57.
- Leary, M. R., Schreindorfer, L. S. ve Haupt, A. L. (1995). The role of low self-esteem in emotional and behavioral problems: Why is low self-esteem dysfunctional? *Journal of social and clinical psychology*, 14(3), 297-314.
- Leonhardt, N.D., Willoughby, B.J., Carroll, J.S. Astle, S. ve Powner, S. (2020). ‘We want to be married on our own terms’: non-university emerging adults’ marital beliefs and differences between men and women, *Journal of Family Studies*, 28(4), 1450-1467. <https://doi.org/10.1080/13229400.2020.1747520>
- Lindsey, L.L. (2012). *Gender roles: A sociological perspective*. New York: Routledge.
- Lips, H.M. (2020). *Sex & Gender*. America: Waveland.
- Liu, M., Wu, L., ve Ming, Q. (2015). How does physical activity intervention improve self-esteem and self-concept in children and adolescents? Evidence from a meta-analysis. *PLOS ONE*, 10(8), Article e0134804-e0134804. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0134804>
- Liu, J. Q., Li, X., Liu, Y. ve Zhong, Z. B. (2020). Review of Adult Attachment. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 466, 1130-1134.
- Luciano, E. C., ve Orth, U. (2017). Transitions in romantic relationships and development of self-esteem. *Journal of personality and Social Psychology*, 112(2), 307.
- Magnusson, D. (2001). The holistic-interactionistic paradigm: Some directions for empirical developmental research. *European Psychologist*, 6(3), 153–162. <https://doi.org/10.1027//1016-9040.6.3.153>
- Makas, S. ve Çelik, E. (2018). Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Electronic Journal of Social Sciences*, 17(67), 926-937.
- Manav, F. (2011). Kaygı kavramı. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 5(9), 201-211.
- Mandara, J. (2003). The typological approach in child and family psychology: A review of theory, methods, and research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 6, 129–146. <https://doi.org/10.1023/a:1023734627624>
- Marganska, A., Gallagher, M., ve Miranda, R. (2013). Adult attachment, emotion dysregulation, and symptoms of depression and generalized anxiety disorder. *American Journal of Orthopsychiatry*, 83(1), 131–141. <https://doi.org/10.1111/ajop.12001>
- Mehulić, J., Kamenov, Ž., Šević, S., ve Štulhofer, A. (2021). Mental health in affectionate, antagonistic, and ambivalent relationships during the COVID-19 pandemic: A latent profile analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 631615. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.631615>
- Meissner, W. W. (1978). The conceptualization of marriage and family dynamics from a psychoanalytic perspective. In T. J. Paolino & B. S. McCrady (Eds.), *Marriage and marital therapy: Psychoanalytic, behavioral and systems perspectives* (pp. 25-88). Brunner/ Mazel.
- McCarthy, G., ve Taylor, A. (1999). Avoidant/ambivalent attachment style as a mediator between abusive childhood experiences and adult relationship difficulties. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40(3), 465–477. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10190347/>
- McGoldrick, M., Carter, B., ve Garcia-Preto, N. (2011). *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives* (4th ed.). Allyn & Bacon.

- Mikulincer M., ve Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York, Guilford Press.
- Miles, N. J. ve Servaty-Seib, H. L. (2010). Parental marital status and young adult offspring's attitudes about marriage and divorce. *Journal of Divorce and Remarriage*. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1080/10502551003597865>.
- Mohajan, H. K. (2022). Four waves of feminism: a blessing for global humanity. *Studies in Social Science ve Humanities*, 1(2), 1-8. <https://doi.org/10.56397/sssh.2022.09.01>
- Morsünbül, Ü., Çok, F. (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., ve Collins, N. L. (2006). Optimizing assurance: The risk regulation system in relationships. *Psychological Bulletin*, 132(5), 641-666. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.5.641>
- Muthen, B. O., ve Muthen, L. K. (2000). Integrating person-centered and variable-centered analyses: Growth mixture modeling with latent trajectory classes. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 24(6), 882-891. <https://doi.org/10.1111/j.1530-0277.2000.tb02070.x>
- Myers, J. E., Madathil, J., ve Tingle, L. R. (2005). Marriage satisfaction and wellness in Indiaand the United States: A preliminary comparison of arranged marriages and marriages of choice. *Journal of Counseling & Development*, 83(2), 183-190. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2005.tb00595.x>
- O'brien, K. M., Friedman, S. M., Tipton, L. C. Ve Linn, S. G. (2000). "Attachment, Separation and Wo men's Vocational Development: A Longitudinal Analysis", *Journal of Counseling Psychology*, 47(3), 301.
- Ogan, S., ve Soysal, F. S. Ö. (2022). Üniversite öğrencilerinde ilişkileri sürdürmes stratejilerinin yordayıcıları olarak romantik ilişki doyumu ve romantikilişkilerde öz yeterlik. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(12), 271-288.
- Okcu, C. (2020). Benlik Saygısı ve İyi Olma Halleri Arasındaki İlişkilerin Yapısal Eşitlik Modellemesiyle İncelenmesi. *İstanbul Kent Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 1(1), 52-69.
- Onay, S. (2023). *Yetişkin bireylerdeki evlilik kaygısı ve ilişkideki karar verme becerilerinin bağlanma stilleri ile ilişkisi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi] . Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Orth, U., Robins, R. W., ve Widaman, K. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271-1288. <https://doi.org/10.1037/a0025558>
- Orth, U., ve Robins, R. W. (2014). The Development of Self-Esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381-387.
- Orth, U. ve Robins, R.W. (2014). Benlik Saygısının Gelişimi. *Psikoloji Biliminde Güncel Yönergeler*, 23(5), 381-387. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0963721414547414>
- Önel, F. ve Buran, A. (2023). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Karar verme ve Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *ISPEC International Journal of Social Sciences & Humanities*, 7(2), 547-593. <http://doi.org/10.5281/zenodo.7992258>
- Öner Koruklu, N., Öner, H. C. (2006). Sınav kaygısı ile başa çıkma programının sınav kaygısına etkisine yönelik deneysel bir çalışma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (19), 05-11.
- Öz Soysal, F. S., Uz Baş, A. ve Aysan, F. (2016). Evlilik tutumu ölçeğinin Türkçe'ye

- uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(4), 1951–1964.
- Öz, F. (2022). *Evlilik kaygısının evliliğe yüklenen anlam, toplumsal cinsiyet rolleri tutumu ve psikolojik esneklik ile ilişkisi* [Yüksek lisans tezi, İbn Haldun Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, Ş. C., ve Yıldız, M. (2013). Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve anksiyete ilişkisi. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-113. <https://doi.org/10.5455/jmood.20130507015148>
- Özakkaş, T. (2014). *Anksiyete Bozuklukları ve Tedavisi* (1. Bs.) Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Özgüven, İ. E. (1992). Üniversite öğrencilerinin sorunları ve baş etme yolları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (7), 5-13.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- Öztürk, O. ve Uluşahin, A. (2008). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları II*. (10. Baskı). Nobel Tıp Kitabevi.
- Öztürk E, Türel Fİ, Oğur E. (2020). *Psikotarih ve bağlanma kuramı*. Öztürk E, editör. Psikotarih. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri. 63-71.
- Payat, Ş. (2021). *Genç Yetişkinlik Çağındaki Bireylerin Evlilik Kaygısı ile Mutluluk Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi], Samsun
- Pearlin LI, Schooler C (1978) The structure of coping. *J Health Soc Behav* 19, 2-21.
- 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. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Riggio, H. R. (2004). Parental marital conflict and divorce, parent-child relationships, social support, and relationship anxiety in young adulthood. *Personal Relationships*, 11(1), 99–114. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00073.x>
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and commitment therapy. Measures package*, 61(52), 18.
- Rosenberg, M (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University
- Rusbult, C.E. (1983). Yatırım modelinin boylamsal bir testi: Heteroseksüel ilişkilerde memnuniyet ve bağlılığın gelişimi (ve bozulması). *Kişilik ve Sosyal Psikoloji Dergisi*, 45(1), 101–117. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.45.1.101>
- Press.Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101.
- Pietromonaco, P. R., & Beck, L. A. (2019). Adult attachment and physical health. *Current Opinion in Psychology*, 25, 115–120. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.04.004>
- Salecl, R. (2004). *On Anxiety* (1. bs.). Routledge.
- Saraç, A., Hamamcı, Z., Gürçay, S. (2015). Üniversite Öğrencilerinin İlişki Doyumunu Yordaması, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 69-81.
- Saragi, O., Febryany, A., Dewa, E.G., Putra, A.I.D. ve Marpaung, W. (2025). Kırık ev aile geçmişlerinden gelen erken erişkin kadınlarda evlilik kaygısının tanımı. *Sosyo eğitim: eğitim ve sosyal bilimler bilimsel dergisi*, 14(4), 3663–3673. <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/sosioedukasi/article/view/6596>
- Sarı, T., Korkut Owen, F. (2016). Romantik ilişkilerde Akılcı Olmayan İnançların ve Bağlanma Boyutlarının İlişki Doyumu Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesi, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 37(1), 204-216.

- Sarımurat, N. (1993). Psikiyatri polikliniğine başvuran evli kadınlar ve ortak özellikleri. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 30(3),302-308.
- Saygan, B. B. ve Uludağlı, N. P. (2021). Yaşam boyu toplumsal cinsiyet rollerinin gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13 (2), 354-382.
- Seki, T., ve Dilmaç, B. (2020). Benlik saygısı ve ilişkisel faktörler: Bir meta-analiz çalışması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(2), 853-873. <https://doi.org/10.37217/tebd.735112>
- Sezer, S. (2019). *Evli Olmayan Bireylerde Evlilik Kaygısı ile Romantik İlişkilerdeki Akılcı Olmayan İnançlar ve Umutsuzluk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi] . <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Schafer, G. (2020). Critical Aspects of Attachment Theory: Empirical Research Findings and Current Applications, J. Parker ve S. A. Crabtree (Ed.), *Human Growth and Development in Adults*, Policy Press, 103-104.
- Shams, Z. (2018). The relationship between personality traits and situational anxiety about marriage in young people at the age of marriage. *Global Journal of Guidance and 130 Counseling in Schools*, 8(2), 86–91.
- Shaver, P. ve Brennan, K.A. (1992). Attachment Styles and The ‘Big Five’ Personality Traits: Their Connections with Each Other and with Romantic Relationship Outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18 (5), 536-545.
- Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E., ve Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8(2), 88-99.
- Sönmez, N. (2022). *Evlenmemiş Genç Bireylerin Toplumsal Cinsiyet Rollerine Yönelik Tutumları, Evlilik Tutumları ve Evlilik Kaygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi], Ankara
- Spurk, D., Hirschi, A., Wang, M., Valero, D., ve Kauffeld, S. (2020). Latent profile analysis: A review and “how to” guide of its application within vocational behavior research. *Journal of Vocational Behavior*, 120, Article 103445. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103445>
- Sperling, M. B., ve Berman, W. H. (Eds.). (1994). *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives*. Guilford Press.
- Spielberger, C. D. (1966). Theory and research on anxiety. C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety and Behavior*, 1. bs., ss. 3–19. Academic Press.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., ve Markman, H. J. (2006). Sliding versus deciding: Inertia and the premarital cohabitation effect. *Family Relations*, 55(4), 499–509. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2006.00418.x>
- Stein, K. F. (1995). Schema Model of the Self-Concept. Image: *The Journal of Nursing Scholarship*, 27(3), 187-193. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1995.tb00857.x>
- Strong, B., DeVault, C. ve Cohen, T. F. (2011). *The marriage and family experience: Intimate relationships in a changing society* (11. Baskı). Linda Schreiber-Ganster.
- Süleymanlı, E., Doğan, H., & Ashimova, A. (2025). Türk Cumhuriyetleri’nde Üniversite Gençliğinin Aile ve Evlilik Kurumuna İlişkin Değer ve Tutumları. *Bilig*, 114, 145-173. <https://doi.org/10.12995/bilig.7645>
- Sunar, D. (2002). Change and continuity in the Turkish family. In R. Liljeström & Ö. Özdalga (Eds.), *Autonomy and dependence in the family: Turkey and Sweden in critical perspective* (pp. 59-78). Swedish Research Institute in Istanbul.
- Sümer, S. (2017). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi] , Gaziantep. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>

- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (44), 35-58.
- Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R., ve Çekem, B. (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif kompulsif bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 38-45.
- Şahin, M. (2019). Korku, kaygı ve kaygı (anksiyete) bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117–135.
- Şener, B., ve Düşünceli, B. (2024). Evlilik kaygısının bağlanma stillerine göre incelenmesi. *Ege Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 54-70. <https://doi.org/10.58637/egebad.1564185>
- Tatarhan, M. (2024). Evli olmayan bireylerin algılanan ebeveyn ilişki tutumları, evlilik rolbeklentileri ve evlilik kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Amasya Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Tatarhan, M., ve Terzi İlhan, S. (2025). Bekâr bireylerin algılanan ebeveyn ilişki tutumları, evlilik rol beklentileri ve evlilik kaygısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Anadolu Kültürel Araştırmalar Dergisi*, 9(3), 596-617. <https://ankad.org/index.php/ankad/article/view/263>
- Tekin Çatal, M. (2019). *Evli bireylerin evlilik değerleri, evlilik doyumu ve evlilik tipleri arasındaki ilişki*. [Doktora Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi] , Samsun. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Tirlea, L., Truby, H., ve Haines, T. P. (2016). Pragmatic, randomized controlled trials of the Girls on the Go! Program to improve self-esteem in girls. *American Journal of Health Promotion*, 30(4), 231-241. <https://doi.org/10.1177/0890117116639572>
- Tonga, Z. ve Halisdemir, D. (2017). Ergen öznel iyi oluşu ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 4(12), 1214-1221.
- Topkaya, N., Şahin, E., ve Mehel, F. (2023). Relationship-specific irrational beliefs and relationship satisfaction in intimate relationships. *Current Psychology*, 42(2), 1257–1269. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01426-y>
- Turan Akdağ, S. (2011). Ergenlerin Bağlanma Stilleri İle Ebeveynlerinin Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki, [Uzmanlık tezi] Akdeniz Üniversitesi, Antalya. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Tutarel-Kışlak, Ş . (1999). Evlilik uyum ölçeğinin güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(1), 50-57. <https://doi.org/10.29228/mukatcad.2>
- Tutarel- Kışlak, Ş. ve Göztepe, I. (2012). Duygu Dışavurumu, Empati, Depresyon ve Evlilik Uyumunu Arasındaki İlişkiler. *Ankyra: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 27-43. https://doi.org/10.1501/sbeder_0000000044
- Türk, N., Özmen, M., ve Derin, S. (2025). Psychological strain and suicide rumination among university students: Exploring the mediating and moderating roles of depression, perceived social support and resilient coping. *Healthcare*, 13(15), Article 1875. <https://doi.org/10.3390/healthcare13151875>
- Türkçapar, H. (2004). Anksiyete bozukluğu ve depresyonun tanısall ilişkileri. *Klinik Psikiyatri*, 4, 12-16.
- Türk Dil Kurumu. (2025). Güncel Türkçe Sözlük. <https://sozluk.gov.tr/>
- Türk Medeni Kanunu (TMK), *Resmî Gazete* 24607 (8 Aralık 2001). Kanun No. 4721, md. 185. <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/1.5.4721.pdf>
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2024). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri.

<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2022-49437>

- Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Liu, H., ve Needham, B. (2006). You Make Me Sick: Marital Quality and Health Over the Life Course. *Journal of Health and Social Behavior* 47(1). <https://doi.org/10.1177/002214650604700101>
- UNICEF. (2024). *Gender glossary: Terms and concepts*. <https://www.unicef.org/gender-equality/gender-glossary-terms-and-concepts>
- Uzbay, İ. T. (2002). Anksiyetenin nörobiyolojisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5(1), 5–13.
- Uzunoglu, S. (2006). *Kişiliğin deşifresi*. Morpa Kültür Yayınları.
- Ünal, S., Küey, L., Güleç, C., Bekaroğlu, M., Evlice, Y. E. ve Kırılı, S. (2002). Depresif Bozukluklarda Risk Etmenleri. *Klinik Psikiyatri*, 5, 8-15.
- Vefikuluçay, A. D. , Zeyneloğlu, A. S. , Eroğlu, P. K. ve Taşkın, P. L. (2007). Kafkas Üniversitesi son sınıf öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin bakış açıları. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 14(2), 26-38. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/hunhemsire/issue/7846/103312>.
- Waite, L. J. ve Gallagher, M. (2000). *The Case for Marriage: Why Married People are Happier, Healthier, and Better Off Financially*. Broadway Books.
- Wilcox, W. B. ve Nock, S. L. (2007). "Her" marriage after the revolutions. *Sociological Forum*, 22(1), 103–110. <https://doi.org/10.1111/J.1573-7861.2006.00007.X>
- Willoughby, B. J., Carroll, J. S., Vitas, J. M., ve Hill, L. M. (2015). "I'm looking for a market, not a marriage": Marital beliefs among emerging adults. *Journal of Family Issues*, 36(11), 1485–1511.
- Willoughby, B. J., ve James, S. L. (2017). *The marriage paradox: Why emerging adults love marriage yet push it aside*. SAGE Publications.
- Wang, Y., Wu, W., Song, H., Wu, M., ve Cai, H. (2018). The development of implicit self-esteem during emerging adulthood: A longitudinal analysis. *Social Psychological and Personality Science*, 9(7), 835-843.
- West ve Zimmerman (1987). Doing gender. *Gender and Society*, 1(2), 125-151. <https://www.jstor.org/stable/189945>.
- Winnicott, D. W. (1953). Transitional objects and transitional phenomena: A study of the first not-me possession. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 34, 89-97.
- Wolman, B. B. (1994). Defining anxiety. B. B. Wolman ve G. Stricker (Ed.), *Anxiety And Related Disorders* içinde (ss. 14–27). John Wiley ve Sons.
- Wong, Y. J., Ho, M. H. R., Wang, S. Y., ve Miller, I. S. (2017). Meta-analysis of the relationship between conformity to masculine norms and mental health-related outcomes. *Journal of Counseling Psychology*, 64(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/cou0000176>
- Wood, W. ve Eagly, A. H. (2002). A cross-cultural analysis of the behavior of women and men: Implications for the origins of sex differences. *Psychological Bulletin*, 128(5), 699–727. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.5.699>
- Yastibaş Kaçar, C., Araz, A., Güngör, D., ve Dirik, G. (2025). Adult attachment profiles and correlates of relationship quality and emotional expression styles in Turkish married individuals. *Current Psychology*, 44, 12491-12504. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-08043-z>
- Yaşar Kılıç, R. N. (2025). *Anneden Algılanan Narsistik Özellikler ile Aleksitimi Arasındaki İlişkide İlişki Doyumunun Düzenleyici Rolü*. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Yıkıcı, N. B. (2023). Bağlanma Kuramı Perspektifinden Yetişkinlik Döneminde Eş Seçiminin İncelenmesi. *Premium e-Journal of Social Sciences (PEJOSS)*, 7(37), 1814-1828.

- Yıldırım, İ. (2023). *Evlilik öncesi psikolojik danışma ve güncel konular*. Nobel Yayınevi.
- Yıldız, A. B. ve Doğu, G. A. (2022). Covid-19 pandemisinde sporcuların depresyon ve kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(1), 105- 112.
- Yıldız, M. A. ve Baytemir, K. (2016). Evli Bireylerde Evlilik Doyumu ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracı Rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1). <https://doi.org/10.17679/iuefd.17181627>
- Yıldız, Z. D. (2025). *Üniversite Öğrencilerinde Duygusal Kıskançlık ve Evlilik Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Yılmaz, H. A. (2016). Bir derleme: benlik kavramına ilişkin bazı yaklaşımlar vetanımlamalar. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 48, <https://dergipark.org.tr/en/pub/dpusbe/issue/26800/283169>
- Yılmaz, B. N. (2023). *Bilişsel çarpıtmalar ile kadınların benlik saygısı ve evlilik kaygısı arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi, İbn Haldun Üniversitesi] . Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Yılmaz, M. S. (2024). *Ergenlerde Beden Algısı ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Benlik Saygısı ve Öz Şefkatin Aracı Rolü* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi] .Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Yükselbaba, Ü. (2011). Kamusal alan modelleri ve bu modellerin bağlamları. *Journal of İstanbul University Law Faculty*, 66 (2), 227-271. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iuhfm/issue/9184/11500.1>.
- Zeigler-Hill, V. (2011). The Connections Between Self-Esteem and Psychopathology. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 41(3), 157-164. <https://doi.org/10.1007/s10879-0109167-8>

EKLER

Ek-1.: Etik Kurul Onayı

Bu çalışma için etik kurul onayı Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'nun (Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu) 30/01/2026 tarihli ve 01/01 protokol numaralı kararı ile alınmıştır.



T.C

ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
İNSAN ARAŞTIRMALARI EĞİTİM BİLİMLERİ
ETİK KURULU KARARI

Etik Kurul Toplantı Tarihi	30/01/2026
Protokol No	01/01
Araştırma Başlığı	Genç Yetişkinlerde Evlilik Kaygısının Profilleri
Araştırma Türü	Nicel araştırma
Araştırmacılar	Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU (Sorumlu Araştırmacı) Doç. Dr. Murat AĞIRKAN (Danışman)
Karar	Başvuru dosyanıza ait araştırmanız etik açıdan uygun bulunmuştur.
Açıklama: <i>Etik Kurul Onayı, uygulama ve/veya veri toplama için araştırmacının ilgili kurum veya kuruluşlardan izin alma sorumluluğunu ortadan kaldırmaz.</i> <i>Kurul üyelerine ait araştırma önerileri görüşülürken, ilgili yönerge gereğince, öneri sahibi üye görüşmelere katılmamış ve oy kullanmamıştır.</i>	

e-imzalıdır

Prof. Dr. Güldem DÖNEL AKGÜL
İnsan Araştırmaları Eğitim Bilimleri
Etik Kurul Başkanı

Ek-2.: Ölçek Kullanım İzinleri

İlişki Değerlendirme Ölçeği

Merhaba,
Ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçek ve ilgili bilgiler ekteki master tezimde.
İyi dileklerle

Bağlanma Stilleri Ölçeği- Kısa Formu

Bağlanma Stilleri Ölçeği Kısa Formu

Kullanım İzni

Geliştirdiğim(iz) / uyarladığım(iz) ölçeğin atıf gösterilmesi ve [bilimsel](#) araştırmalarla sınırlı olmak kaydıyla kullanılmasına izin veriyorum/z/. İzin için ayrıca e-posta gönderilmesine gerek yoktur.

[Ölçek geliştirme](#)

Dass-8

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği Kısa Formu (DASS-8)

Kullanım İzni

Geliştirdiğim(iz) / uyarladığım(iz) ölçeğin atıf gösterilmesi ve bilimsel araştırmalarla sınırlı olmak kaydıyla kullanılmasına izin veriyorum/z/. İzin için ayrıca e-posta gönderilmesine gerek yoktur.

[Ölçek geliştirme](#)

Ek-3.: Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu (Öğrenci)

T.C.

ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ

İNSAN ARAŞTIRMALARI EĞİTİM BİLİMLERİ ETİK KURULU

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU (BGOF)

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda, Doç. Dr. Murat AĞIRKAN danışmanlığında yürütülmekte olan yüksek lisans tez çalışması kapsamında bir araştırma yürütülmektedir. Bu araştırma doğrultusunda hazırlanan anket formu, çalışmanın veri toplama sürecinde kullanılmak üzere tasarlanmıştır.

Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Ankete vereceğiniz yanıtlar, çalışmanın bilimsel amaçlarına ulaşabilmesi açısından önem arz etmektedir. Bu nedenle, formda yer alan tüm soruları herhangi bir yönlendirme ya da baskı olmaksızın, içtenlikle ve size en uygun biçimde yanıtlamanız beklenmektedir.

Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelmektedir. Ancak dilediğiniz takdirde çalışmaya katılmayabilir ya da katılım sağladıktan sonra herhangi bir aşamada araştırmadan çekilebilirsiniz. Çalışmaya katılmamanız ya da katılımınızı sonlandırmanız, herhangi bir hak kaybına veya olumsuz bir duruma neden olmayacaktır.

Araştırma kapsamında elde edilecek veriler yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacak, kişisel bilgiler hiçbir şekilde kimlik belirleyici unsurlar içermeyecek biçimde analiz edilecek ve gizlilik ilkesi doğrultusunda korunacaktır. Araştırmanın amacı veya süreci hakkında daha fazla bilgi almak isterseniz, sorumlu araştırmacı Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU ile adresi üzerinden iletişime geçebilirsiniz.

Ek-4.: Kişisel Bilgi Formu

Bu araştırma kapsamında geliştirilen ölçme aracı, kişisel bilgilere yönelik sorular içermektedir. Lütfen her madde için size en uygun seçeneği işaretleyiniz. Katılımınız ve ilginiz için teşekkür ederim.

Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU

Cinsiyetiniz?

☐ Kadın ☐ Erkek

Yaşınız?

☐ 18-20

☐ 21-25

☐ 26-30

Hangi Fakültede Öğrenim Görmektesiniz?

.....

Romantik İlişki Durumunuz?

☐ İlişkim var

☐ İlişkim yok

Daha Önce Romantik İlişkiniz Oldu mu?

☐ Evet ☐ Hayır

Anne Baba Birliktelik Durumunuz?

☐ Anne baba beraber

☐ Anne baba ayrı yaşıyor/ boşanmış

☐ Anne ve/veya baba hayatta değil

Ek- 5.: Evlilik Kaygısı Ölçeği

EVLİLİK KAYGISI ÖLÇEĞİ (EKÖ)

Bu ölçek bireylerin evlilik kaygısını belirlemek için hazırlanmıştır. Değerlendirme ile ilgili ifadeye 0 kesinlikle katılmadığınızı, 3 ise kesinlikle katıldığınızı göstermektedir. Lütfen maddeleri dikkatlice okuyarak size en yakın gelen seçeneği işaretleyiniz.

0-----1-----2-----3
Kesinlikle Katılmıyorum Katılıyorum Katılıyorum Tamamen katılıyorum

1. Evlilik konuşulurken huzursuz olurum.	0	1	2	3
2. Evliyken kendimi güvende hissetmeyeceğimi hissediyorum.	0	1	2	3
3. Evlilikle ilgili konular keyfimi kaçırır.	0	1	2	3
4. Evlilikten dolayı başıma geleceklere endişe ederim.	0	1	2	3
5. Evlenirsem keyfim kaçır.	0	1	2	3
6. Evlilik bana mutsuzluk getirir.	0	1	2	3
7. Evlilikle ilgili olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder.	0	1	2	3
8. Evlilik ilişkiyi sürdüremeyeceğimden endişelenirim.	0	1	2	3
9. Evlilikle ilgili konuşmaktan kaçınırım.	0	1	2	3
10. Evliliğin hayatımı sınırlandıracağını düşündüğüm için evlilikten kaçınırım.	0	1	2	3
11. Mecbur kalmadıkça evlenmem.	0	1	2	3
12. Bulunduğum ortamda evlilikle ilgili bir konu açıldığında oradan uzaklaşıyorum.	0	1	2	3
13. Hiçbir zaman evliliğe tam olarak hazır olduğumu hissedemem.	0	1	2	3

Ek-6.: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Adı Soyadı:

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

D – 1

MADDE 1

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 2

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar birşeyler yapabilirim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
5. Kendimde gurur duyacak fazla birşey bulamıyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 3

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 4

7. Genel olarak kendimden memnunum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 5

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 6

9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

D – 2

11. Kendiniz hakkındaki düşünceleriniz değişkenlik gösterir mi, yoksa her zaman aynı mıdır ?
a.ÇOK DEĞİŞİR b.ZAMAN ZAMAN DEĞİŞİR c.ÇOK AZ DEĞİŞİR d.HİÇ DEĞİŞMEZ

Ek-7.: İlişki Değerlendirme Ölçeği

Madde No	Madde	Dereceleme (1-7)
1	Sevgiliniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?	1 = Hiç karşılamıyor, 7 = Çok iyi karşılıyor
2	Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?	1 = Hiç memnun değilim, 7 = Çok memnunum
3	Diğerleri ile karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi?	1 = Çok daha kötü, 7 = Çok daha iyi
4	Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamış olmayı istiyorsunuz?	1 = Hiçbir zaman, 7 = Her zaman
5	İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentilerinizi karşılıyor?	1 = Hiç karşılamıyor, 7 = Tamamen karşılıyor
6	Sevgilinizi ne kadar seviyorsunuz?	1 = Hiç sevmiyorum, 7 = Çok seviyorum
7	İlişkinizde ne kadar problem var?	1 = Hiç yok, 7 = Çok fazla problem var

Ek-8.: Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği

Aşağıda yer alan ifadelere ne derece katıldığınızı “Kesinlikle katılmıyorum”, “Kısmen katılmıyorum”, “Kararsızım”, “Kısmen katılıyorum”, “Kesinlikle katılıyorum” seçeneklerinden birini (x) işareti ile belirtiniz. Lütfen hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

		Tamamen katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1.	Evlilik, kadının çalışmasına engel olmaz.	()	()	()	()	()
2.	Kadın sadece ailesinin ekonomik sıkıntısı varsa çalışmalıdır	()	()	()	()	()
3.	Çalışan kadın da çocuklarına yeterince zaman ayırabilir.	()	()	()	()	()
4.	Kadınlar anne olduktan sonra çalışmamalıdır.	()	()	()	()	()
5.	Kadın siyasetçiler de başarılı olabilir.	()	()	()	()	()
6.	Kadınlar evlendikten sonra çalışmamalıdır.	()	()	()	()	()
7.	Çalışma hayatı kadının ev işlerini aksatmasına neden olmaz.	()	()	()	()	()
8.	Çalışan bir kadın hayattan daha çok zevk alır.	()	()	()	()	()
9.	Kadınlar erkekler tarafından her zaman korunmalıdır.	()	()	()	()	()
10.	Kocasını izin vermiyorsa kadın çalışmamalıdır.	()	()	()	()	()
11.	Kadınlar yönetici olabilir.	()	()	()	()	()
12.	Çalışan bir kadın kazandığı geliri eşine vermelidir.	()	()	()	()	()
13.	Çalışan bir kadın çocuklarına daha iyi anne olur.	()	()	()	()	()
14.	Erkekler de çamaşır bulaşık gibi ev işlerini yapmalıdır.	()	()	()	()	()

		Tamamen katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
15.	Kocasız kadın sahipsiz eve benzer.	()	()	()	()	()
16.	Bir ailenin gelirini erkekler sağlamalıdır.	()	()	()	()	()
17.	Kadınlar kendi başına ticarethane gibi yerler (kafe, market, emlakçı gibi) açmamalıdır.	()	()	()	()	()
18.	Kadınların birinci görevi ev işlerini üstlenmektir.	()	()	()	()	()
19.	Bir kadın kocasından fazla para kazanmamalıdır.	()	()	()	()	()
20.	Erkek her zaman evin reisi olmalıdır.	()	()	()	()	()
21.	Toplumsal liderliği genellikle erkeklerin elinde olmalıdır.	()	()	()	()	()
22.	Kız çocuklarına da erkek çocuklar kadar özgürlük verilmelidir.	()	()	()	()	()
23.	Bir kadın kendi haklarına sahip olabilmesi için gerekirse kocasına karşı çıkabilmelidir.	()	()	()	()	()
24.	Kadın kocasından yaş olarak daha küçük olmalıdır.	()	()	()	()	()
25.	Ailedeki önemli kararları erkekler vermelidir.	()	()	()	()	()

Ek-9.: Bağlanma Stilleri leği- Kısa Formu

Bağlanma Stilleri leği Kısa Formu

Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuduktan sonra 1-6 arasındaki derecelendirilmiş seçeneklerden size en uygun olanı işaretleyiniz.

- 1= Hiç katılmıyorum
2= çoğunlukla katılmıyorum
3= Kısmen katılmıyorum
4= Kısmen katılıyorum
5= çoğunlukla katılıyorum
6= Tamamen katılıyorum

- 1- İhtiyaç duyduğumda diğer insanların yanımda olacağından eminim.
2- Diğer insanlarla yakın ilişki kurmayı oldukça kolay buluyorum.
3- Diğer insanlarla ilişki kurma konusunda kendime güveniyorum.
4- Diğer insanların beni seveceğinden ve saygı duyacağından eminim.
5- Diğer insanlar, benim onlara yakın olmayı istediğim kadar bana yakın olmayı istemezler.
6- Başkalarının beni, benim onları nemsemiğim kadar nemsemeyeceğinden endişe ediyorum.
7- İlişkilerim ile ilgili çok endişeleniyorum.
8- Kendimi genellikle dışlanmış ya da yalnız hissediyorum.
9- Diğer insanlardan uzak durmayı tercih ederim
10- Başka insanlara güvenmekte zorlanıyorum.
11- Başkalarına yakın olmak konusunda çelişkili duygularım var.
12- Başkalarıyla yakınlamak istesem bile, bu konuda kendimi huzursuz hissediyorum.

Not: Güvenli bağlanma maddeleri: 1, 2, 3, 4

Kaygılı bağlanma maddeleri: 5, 6, 7, 8

Kaçınan bağlanma maddeleri: 9, 10, 11, 12

Ek-10.: DASS-8 (Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeği)

DASS-8

Lütfen aşağıdaki her bir ifadeyi okuyun ve ifadenin **geçen hafta** için size ne kadar uyduğunu belirtiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifade üzerinde çok fazla zaman harcamayın.

- 0- Hiçbir Zaman
- 1- Bazen ve Ara sıra
- 2- Oldukça Sık
- 3- Her Zaman

1- Çok fazla stres altında olduğumu hissettim. (Stres)
2- Panikleyip kendimi aptal durumuna düşüreceğim durumlar nedeniyle endişelendim. (Anksiyete)
3- Gelecekle ilgili hiçbir beklentim olmadığını hissettim (Depresyon)
4- Kendimi gevşetip rahatlatmakta zorlandım. (Stres)
5- Kendimi moralsiz ve hüzünlü hissettim (Depresyon)
6- Panik haline yakın olduğumu hissettim (Anksiyete)
7- Hiçbir konuda heyecanlanmıyordum (Depresyon)
8- Geçerli bir neden olmadığı halde korktuğumu hissettim (Anksiyete)

Not: DASS-8, depresyon, anksiyete ve stres olmak üzere 3 alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin hem alt boyutlarının hem de genelinin toplam puanı alınabilmektedir. Depresyon ve anksiyete için kesme noktaları normal (0-3), orta (4-6) ve şiddetli (7-9) iken, stres için kesme noktaları normal (0-2), orta (3-4) ve şiddetli (5-6) olarak varsayılmaktadır.

ÖZ GEÇMİŞ

Ad Soyad: Zeyneb Seval TAHTALIOĞLU	
Eğitim Bilgileri	
Lisans	
Üniversite	Kafkas Üniversitesi
Fakülte	Dede Korkut Eğitim Fakültesi
Bölümü	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Yüksek Lisans	
Üniversite	
Enstitü Adı	
Ana Bilim Dalı	
Programı	
Makale ve Bildiriler (Varsa)	
1. Üniversite Gençliğinde Dijital Bağımlılığın Akademik Erteleme, Gelecek Kaygısı Ve Algılanan Stres Düzeyi Değişkenleri Açısından İncelenmesi 2. Tek Ebeveynli Aileler: Türkiye’deki Lisansüstü Tezlerin Sistematiik Bir İncelemesi 3. Genç Yetişkinlerde Evlilik Kaygısı Ve Evliliği Erteleme Eğilimleri: Kavramsal Bir Derleme	