

EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK DOYUMU İLE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI VE ALEKSİTİMİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ*

Selin GÜNEŞ**, Seda Gökçe TURAN ***

Gönderim Tarihi: 20.12.2021 - Kabul Tarihi: 10.02.2022

Güneş, S. ve Gökçe Turan, S. (2022). Evli bireylerin evlilik doyumu ile problemlİ internet kullanımı ve aleksitimi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Etkileşim*, 9, 142-168.
doi: 10.32739/etkilesim.2022.5.9.159

Bu çalışma araştırma ve yayın etiğine uygun olarak gerçekteŐirilmiŐtir.

Öz

Bu araştırmanın amacı, evli bireylerin problemlİ internet kullanımı ve aleksitimi (kişinin duygularını fark etme, ayırt etme, tanıma ve ifade etmede zorluk yaşaması) düzeylerinin evlilik doyumuna etkisini incelemektir. Nicel yöntemlerden çıkarımsal araştırma modeliyle tasarlanmış araştırmaya 18-65 yaş aralığında 244 kiŐi katılmıŐtır. Korelasyon ve çoklu regresyon analizleri yapılan araştırmada, aleksitimi düzeyi ve evlilik doyumu puanları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ($r=0.25$, $p< 0.01$), problemlİ internet kullanımı ve evlilik doyumu puanları arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r=0.31$, $p<0.01$) bir ilişki saptanmıştır. Standart regresyon analizi bulguları incelendiğinde model anlamlı bulunmuŐ olup ($p<0.05$) sadece problemlİ internet kullanımının ($t=3.24$, $p=0.00$) evlilik doyumunu yordadığı tespit edilmiştir. Evlilik doyumu düzeyleri, katılımcıların cinsiyetlerine ve çocuk sahibi olma durumuna göre değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmazken katılımcıların yaşlarına göre değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. 30-65 Yaş aralığındaki katılımcıların evlilik doyumu düzeylerinin, 18-30 yaş aralığındaki katılımcıların evlilik doyumu düzeylerinden yüksek olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: evli bireyler, evlilik doyumu, problemlİ internet kullanımı, aleksitimi.

*Bu çalışma 2021 yılında Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile DanıŐmanlıĐı Yüksek Lisans Programında tamamlanan "Evli Bireylerin Evlilik Doyumu ile Problemlİ İnternet Kullanımı ve Aleksitimi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli yüksek lisans tezinden üretilmiŐtir.

**Uzman, Bahçeşehir Üniversitesi, Aile DanıŐmanlıĐı Yüksek Lisans Programı,
selingunes64@gmail.com, Orcid: 0000-0002-1495-7108

***Doktor Öğretim Üyesi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, Bournemouth Üniversitesi Misafir Öğretim Üyesi, sedagokce.turan@vsh.bau.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6563-1378

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MARRIAGE SATISFACTION AND PROBLEMATIC INTERNET USE AND LEVELS OF ALEXITHYMIA AMONG MARRIED COUPLES*

Selin GÜNEŞ**, Seda Gökçe TURAN ***

Received: 20.12.2021 - Accepted: 10.02.2022

Güneş, S. ve Gökçe Turan, S. (2022). Evli bireylerin evlilik doyumu ile problemleri internet kullanımı ve aleksitimi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Etkileşim*, 9, 142-168.
doi: 10.32739/etkileşim.2022.5.9.159

This study complies with research and publication ethics.

Abstract

The purpose of this study is to examine the contribution of problematic internet usage and alexithymia (difficulty in recognizing, distinguishing, recognizing and expressing one's emotions) levels of married individuals to marital satisfaction. 244 people between the ages of 18-65 participated in the study. According to the results, there was a low level of positivity between alexithymia level and marital satisfaction scores ($r = 0.25$, $p < 0.01$), and a moderate positive direction between problematic internet use and marital satisfaction scores ($r = 0.31$, $p < 0.01$). When the standard regression analysis findings were examined, the model was found to be significant ($p < 0.05$) and that only problematic internet use ($t = 3.24$, $p = 0.00$) predicted marital satisfaction. It was found that the marital satisfaction levels of the 30-65 age range participants were higher than the marital satisfaction levels of the 18-30 age group.

Keywords: married individuals, marital satisfaction, problematic internet use, alexithymia.

*This article is derived from the master thesis titled "Examination of the Relationship Between Marriage Satisfaction and Problematic Internet Use and Levels of Alexithymia Among Married Couples" at Bahçeşehir University, Graduate School of Social Sciences, Family Counselling Programme, in 2021.

**Specialist, Bahçeşehir University, Family Counselling Programme,
selingunes64@gmail.com, Orcid: 0000-0002-1495-7108

***Assistant Professor/ PhD, Bahçeşehir University, Vocational School of Health Services and Guest Lecturer in Bournemouth University, sedagokce.turan@vsh.bau.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6563-1378

Giriş

Bir toplumun kültürel, sosyal alanlarda devamlılığının sağlanması, bireylerin bir araya gelerek aile kurmalarıyla mümkün olabilmektedir. Kültürden kültüre değişiklikler gözlemlense de evlilik, bireylerin aile kurmasına vesile olan evrensel bir kurumdur (Çelik ve İnanç, 2009). Bu kurumun sürekliliğinde payı olan etkenlerden biri, içinde bulunulan evlilik ilişkisinden sağlanan doyumdur. Evlilik doyumu tanım olarak, bireylerin evlilik ilişkilerinden ne derece tatmin olduklarını, ilişkiden sağlanan mutluluğun derecesini ifade eder (Çelik ve İnanç, 2009). Evlilik ilişkisinden yüksek düzeyde doyum elde edebilmek, eşlerin beklentilerinin gerçekleşmesiyle ve memnuniyet düzeyleriyle ilişkilidir (Buluş ve Bağcı, 2016). Buluş ve Bağcı'ya (2016) göre, evlilik ilişkisinden sağlanan doyum eşler arasındaki iş birliğini ve evlilik ilişkisinden elde edilen memnuniyet düzeyini etkilemekte, evliliğin sağlıklı bir şekilde devamlılığı açısından önem arz etmekte olduğu için evlilik doyumunu etkileyen değişkenlerin incelenmesinin evlilik ilişkilerinde sağlanan doyumunu olumlu yönde arttırmaya destek olacağı düşünülmektedir. TÜİK verileri incelendiğinde her geçen sene boşanma oranlarında artış olduğu gözlemlenmekte olup bu durum, evlilik doyumunu etkileyen nedenler üzerinde yoğunlaşılmasının önemini ortaya koymaktadır (TÜİK, 2020).

İnternet günlük hayatımızda birçok sebeple kullandığımız, hayatı kolaylaştıran bir araçtır. Günlük işlerin yapılması, iletişim kurulması veya eğlenceli vakit geçirmek gibi birçok amaçla kullanılabilir. Kullanım alanının genişliğine ve sıklığına bakıldığında, internetin problemleri kullanımı olası bir durumdur. İnternetin problemleri kullanımı; beklenenden, planlanandan daha uzun sürelerde internette vakit geçirilmesi ve buna bağlı olarak günlük hayatı olumsuz etkileyebilecek düzeyde fiziksel, sosyal, akademik, mesleki bozulmaların gözlemlenmesi şeklinde ifade edilebilir (DiNicola, 2004). Tanım göz önünde bulundurulduğunda, problemleri internet kullanımının evlilik ilişkilerinden sağlanan doyumunu da etkileyebileceği düşünülmektedir. Evli bireylerin interneti yoğun kullanımı sonucunda ilişkilerinde problemler oluşabilir ve bu durum evliliklerini olumsuz yönde etkileyebilir (Karaca, 2007). Evli bireylerin problemleri internet kullanımları sonucunda eşlerine daha az zaman ayırdıklarını, daha az etkileşimde bulduklarını yapılan araştırmalar ortaya koymaktadır (Karaca, 2007). İnternet kullanımı, evli bireylerin iletişiminde ve taleplerinin karşılanmasında olumsuz etkiler yaratıyorsa, bireylerin evlilik doyumunda azalma söz konusu olabilir. İnternet kullanımına ek olarak evlilik doyumunu etkilediği öngörülen bir diğer kavram da aleksitimidir. Aleksitimi, kişinin duygularını fark etme, ayırt etme, tanıma ve ifade etmede zorluk yaşaması olarak açıklanabilir (Koçak, 2002). Bu tanımdan yola çıkıldığında evli bireylerin, duygularını anlamlandırmada ve ifade etmede güçlük yaşamalarının, ilişki memnuniyetlerini olumsuz yönde etkileyebileceği ve evlilik doyumlarının düşmesine neden olabileceği düşünülmektedir. İlgili literatür tarandığında evlilik doyumunun cinsiyet rolü, eş tutumları, birlikte geçirilen zaman, iletişim, cinsel doyum, mesleki doyum, psikolojik ve fizyolojik sağlık, problem çözme becerisi, ego durumları, sosyo-ekonomik dü-

zey gibi değişkenler ile bir arada çalışıldığı görülmektedir (Hünler ve Genz, 2003). Türkiye’de problemlı internet kullanımı, aleksitimi düzeyi ve bunların evlilik doymu ile ilişkisini bir arada ele alan herhangi bir araştırmaya rastlanmaması sebebiyle bu çalışmada, konuya ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülen evlilik doymu ile problemlı internet kullanımı ve aleksitimi düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Bu araştırmanın amacı problemlı internet kullanımı ve aleksitimi düzeylerinin evlilik doymuna katkılarını incelemektir. Ayrıca araştırma sorularıyla elde edilen bazı sosyodemografik değişkenlere (cinsiyet, yaş, iş durumu, aylık gelir düzeyi, eğitim düzeyi, evlilik süresi, ocuk sahibi olup olmadıkları) göre evlilik doymu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemektir. Bu amaçlar doğrultusunda, aşağıdaki araştırma sorularına cevaplar aranmıştır:

a. Evli çiftlerin evlilik doymunda; problemlı internet kullanımının, aleksitimi düzeylerinin yordayıcı bir rolü var mı?

b. Cinsiyet, yaş, aylık gelir düzeyi, eğitim düzeyi, evlilik süresi, ocuk sahibi olunmasına göre evlilik doymu istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösteriyor mu?

Yöntem

Bu araştırma, dışarıdan herhangi bir müdahale olmadan iki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkinin incelendiği korelasyonel araştırma modelinde tasarlanmıştır (Büyüköztürk vd. 2019) ve araştırmada nicel yöntemler kullanılmıştır. Bu alışma, evlilik doymu ile problemlı internet kullanımı ve aleksitimi arasındaki ilişkinin incelendiği çıkarımsal bir çalışmadır. Aynı zamanda cinsiyet, yaş ve ocuk sahibi olma durumu değişkenlerine göre ilişki doymununun farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiřtir¹.

Araştırmanın bağımlı değişkeni evlilik doymu, bağımsız değişkenleri ise problemlı internet kullanımı ve aleksitimi düzeyidir.

Araştırmaya 122 kadın ve 122 erkek olmak üzere 244 kişi katılmıştır. Örneklem grubu 18-65 yaş aralığındaki bireylerden oluşmaktadır. Katılımcılara ait sosyo demografik bilgiler *Tablo 1*’de, katılımcılara ait tanımlayıcı istatistikler ise *Tablo 2*’de gösterilmiştir.

¹ çalışmanın etik kurul raporu T.C. Bahçeşehir Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunun 2020/01 tarihli toplantısı 20021704-604.01.01 sayı numarasıyla onaylanmıştır.

Tablo 1. Katılımcılara ait demografik bilgiler

Değişkenler	Kategoriler	N	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	122	50.0
	Erkek	122	50.0
Yaş	18-30	122	50.0
	31-65	122	50.0
Çalışma Durumu	Evet	212	86.9
	Hayır	32	13.1
Eğitim Durumu	İlkokul	1	0.4
	Ortaokul	0	0
	Lise	22	9.0
	Yüksekokul	16	6.6
	Üniversite	159	65.2
	Yüksek Lisans/Doktora	46	18.9
Evlilik Süresi	1-5 Yıl	186	76.2
	6-10 Yıl	32	13.1
	11-15 Yıl	12	4.9
	16-20 Yıl	2	0.8
	21 Yıl ve üzeri	12	4.9
Çocuk Sahibi Olma	Evet	103	42.2
	Hayır	141	57.8
Aylık Gelir	0-2000	2	0.8
	2000-4000	29	11.9
	4000-6000	55	22.5
	6000 +	158	64.8
Toplam		244	100

Katılımcıların yüzde 50.6'sı kadın, yüzde 49.4'ü erkek, yüzde 50.2'si 30-65 yaş aralığında, yüzde 49.8'i ise 18-30 yaş aralığında, yüzde 86.5'i çalışmakta, yüzde 64.9'u üniversite mezunu, yüzde 75.7'si 1-5 yıllık evli, yüzde 56.6'sı çocuk sahibi değil ve yüzde 64.1'inin aylık geliri 6000 TL ve üzeridir (Tablo 1).

Tablo 2. Tanımlayıcı istatistikler

Değişkenler	N	Min.	Mak.	Ort. (\bar{x})	Std. Sapma
Evlilik Doyumu	244	13	47	23.40	7.23
Problemlilik İnternet Kullanımı	244	33	154	70.08	28.05
Aleksitimi	244	20	80	50.49	12.44

Ölçek puanlarının ortalamalarına bakıldığında; Evlilik Doyumu Ölçeğinin ortalaması 23.40 ($ss \pm 7.23$), Problemlilik İnternet Kullanımı Ölçeğinin ortalaması 70.08 ($ss \pm 28.05$) ve Toronto Aleksitimi Ölçeğinin ortalaması 50.49 ($ss \pm 12.44$)'dur (Tablo 2).

Veri toplama araçları

Evlilik doyumu ile problemlilik internet kullanımı ve aleksitimi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmanın verileri online olarak toplanmıştır. Çalışma gönüllülük esasına dayalı gerçekleştirilmiştir. Demografik bilgilerinin toplanabilmesi için katılımcılardan sosyo-demografik bilgi formu doldurmaları ve çalışmaya katılan tüm katılımcılardan bilgilendirilmiş onam formu doldurmaları istenmiştir. Problemlilik internet kullanımı ve aleksitimi düzeylerinin evlilik doyumuna katkılarını incelemek amacıyla; Evlilik Doyum Ölçeği, sağlıklı ya da sağlıksız internet kullanımını incelemek amacıyla; problemlilik internet kullanımı ölçeği ve aleksitimik özellikleri kuramsal bilgilere uygun bir biçimde ölçmek amacıyla; Toronto Aleksitimi Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama araçları ile ilgili detaylı bilgiler aşağıdaki gibidir.

Sosyo-demografik bilgi formu

Gereken literatür taraması yapılarak oluşturulan sosyo-demografik bilgi formu, 8 adet sorudan oluşmuş ve sorular araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Formun soruları; cinsiyet, yaş, çalışma durumu, eğitim durumu, evlilik süresi, çocuğun sahibi olma, çocuk sayısı ve aylık gelir durumunu içermektedir. 18-30 yaş aralığı ve 30-65 yaş aralığı ikiye ayrılan yaş değişkeninde, 30 yaş 6 ay ilk gruba 30 yaş 6 aydan sonrası ise ikinci gruba dahil edilerek analiz edilmiştir.

Evlilik doyum ölçeği (EDÖ)

Bu ölçek Çelik ve Yazgan-İnanç (2009) tarafından evlilik doyumunu ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek üç alt ölçekten oluşmaktadır. Birinci alt ölçek;

“aile”, ikinci alt ölçek; “cinsellik” ve üçüncü alt ölçek; “benlik” tir. EDÖ 5’li Likert tipi bir ölçek olup, ifadeler; “bana tamamen uygun” (1), “bana hiç uygun değil” (5) şeklinde derecelendirilmektedir. Toplam 13 maddeden oluşan EDÖ’nün iç tutarlılık katsayısı 0.83 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerin iç tutarlılık kat sayıları; aile için 0.83, cinsellik için 0.81 ve benlik için 0.75 olarak elde edilmiştir. Elde edilen değer, ölçeğin yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir. Buna ek olarak test tekrar test çalışması kapsamında elde edilen 0.83 korelasyon katsayısı ölçeğin güvenilir olduğunun bir diğer göstergesi olarak değerlendirilmiştir. EDÖ’nün alt ölçeklerinin test tekrar test analizleri sonucunda elde edilen katsayıları; aile alt ölçeği için 0.80, cinsellik alt ölçeği için 0.83 ve benlik alt ölçeği için ise 0.74 bulunmuştur (Çelik ve Yazgan-İnanç, 2009). Ölçekteki 8 olumsuz madde; 1., 2., 5., 8., 10., 11., 12. ve 13. maddelerdir ve değerlendirme sırasında bu maddeler ters puanlanması gerekmektedir. Ölçekten en fazla 65 ve en az 13 puan alınabilmektedir.

Problemlili internet kullanımı ölçeği (PIKÖ)

Bu ölçek Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007) tarafından internet kullanımının, sağlıklı ve sağlıksız kullanım düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek üç faktörden oluşmuştur. İlk faktör internetin olumsuz sonuçları, ikinci faktör sosyal fayda/sosyal rahatlık ve üçüncü faktör ise internetin aşırı kullanımı şeklinde belirlenmiştir. Toplam 33 maddeden oluşan PIKÖ’nün iç tutarlılık katsayısı 0.95 olarak bulunmuştur. İç tutarlılık kat sayıları: internetin olumsuz sonuçları (1. Faktör) için 0.94, sosyal fayda/sosyal rahatlık (2. Faktör) için 0.85 ve internetin aşırı kullanım süresi (3. Faktör) için 0.75 olarak elde edilmiştir. Elde edilen değer ölçeğin yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir bulunmuştur. Ayrıca test tekrar test çalışması kapsamında elde edilen 0.83 korelasyon katsayısı ölçeğin güvenilir olduğunun bir diğer göstergesi olarak değerlendirilmiştir. 33 maddelik 5’li Likert tipi olan ölçek kişilerin internet bağımlılığını ölçen bir araç değildir. Ölçekten alınacak en düşük puan 27, en yüksek puan ise 135 olup, 7. ve 10. maddeler tersten puanlanmaktadır. Ölçek sonucunda yüksek puan alındığında internet kullanımının kişiyi sağlıksızlaştırdığını, bu durumdan kişinin yaşantısının da olumsuz etkilenebileceğini ve bağımlılık gibi bir patolojiye meyil olabileceği belirtilir (Ceyhan vd. 2007).

Toronto aleksitimi ölçeği (TAÖ-20)

Bagby ve arkadaşları (1988) tarafından aleksitimik özellikleri kuramsal bilgilere uygun bir şekilde ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Güleç ve arkadaşları (2009) tarafından Türkiye’de geçerlik ve güvenilirliği yapılmıştır. Ölçek üç alt ölçekten oluşmaktadır. Bunlar; “duyguları tanımada güçlük” (1. faktör), “duyguları söze dökmeye güçlük” (2. Faktör) ve “dışa dönük düşünme” (3. Faktör) alt ölçekleridir. Toplam 20 maddeden oluşan TAÖ-20’nin iç tutarlılık katsayısı 0.78 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları; 1. faktör içim

0.57, 2 faktör için 0.57 ve 3. faktör için 0.67 olarak saptanmıştır (Güleç vd. 2009). 5'li Likert tipi ölçek olan TAO-20' de 4., 5., 10., 18., ve 19. Maddeler ters biçimde puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek aleksitimik düzeyi gösterir.

Verilerin toplanması

Araştırmada veri toplama araçları olarak, Sosyo-Demografik Bilgi Formu ve Evlilik Doyumu Ölçeği (EDÖ), Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği (PİK) ve Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAO-20) ölçekleri kullanılmıştır. Katılımcılardan kartopu örnekleme modeliyle, çevrimiçi olarak, gönüllük çerçevesi içinde toplanmıştır. İnternete (www.docs.google.com) aktarılmış olan ölçek bataryasıyla, ilk etapta ulaşılabilen evli bireylere e-posta ve sosyal medya aracılığıyla ulaşılmış olup bu katılımcılar aracılığıyla başka evli bireylere de ulaşılarak örnekleme genişletilmiştir. Verilerin toplanmasında çevrimiçi yöntemler kullanılarak daha hızlı bir şekilde daha çok katılımcıya ulaşılması hedeflenmiştir. Ölçek bataryası; çalışmanın amacından, gönüllülük esasından, ölçeklerin kısaca tanıtımından, ölçeklerin doldurulma koşullarından, verilerin kullanılma durumundan, gizlilikten, kimsenin etkisi altında kalınmadan ve boş bırakılmadan doldurulması gerektiğinden bahsedilen bilgiler içeren bir onam formu ile birlikte sunulmuştur. Verilerin toplanması ortalama üç ay sürmüş olup ilk etapta 251 evli katılımcıya ulaşılmıştır.

Verilerin analizi

Katılımcılar veri toplama araçlarını bir arada doldurmuşlardır. Gerçekleştirilen ilk normallik testlerinde ölçüt değişken olan evlilik doyumunun normal dağılım göstermediği saptandığı için ilgili analizler yürütülmüş, uç değerlere sahip 7 katılımcı tespit edilmiş ve örneklemden çıkarılmıştır. Ardından 244 katılımcının verileriyle araştırma sorularına uygun istatistiksel teknikler seçilmiş ve ilgili analizler gerçekleştirilmiştir.

Çalışmanın ölçüt değişkeni evlilik doyumunu, yordayıcı değişkenleri ise problemlı internet kullanımı ve aleksitimi düzeyleridir. Hipotezler test edilmeden önce bu değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediklerine bakılmıştır. Korelasyon ve çoklu regresyon analizleri ile değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. İlk olarak ölçüt değişken ile sürekli yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkilere, normal dağılım gösterdikleri için, *Pearson* korelasyonu ile bakılmıştır. Bu çalışmada, evlilik doyumunun yordayıcıları oldukları düşünülen değişkenlerle ilgili yeterli düzeyde çalışmalara rastlanmamış olması gerekçesiyle, standart regresyon analizinin tercih edilmesi uygun bulunmuştur. Standart regresyon analizi ile ölçüt değişkenin yordayıcı değişkenler bazında varyansının açıklanma yüzdesini ve yordayıcı değişkenlerin toplam varyansı açıklama yüzdesini keşfetmek hedeflenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Ek olarak cinsiyet grupları (kadın, erkek), yaş grupları (18-30, 30-65) ve çocuk sahibi olma durumuna (evet, hayır) göre evlilik doyumu puanları arasında fark olup olmadığına *t testi* uygulanarak bakılmıştır. Analizde kullanılmayacak olan demografik değişkenlere (çalışma durumu, mezuniyet durumu, evlilik süresi ve aylık gelir) çalışma grubunu tanımlamak için yer verilmiş olup, gruplar arasındaki sayı farkları çok olduğu için yanlı bir sonuç elde etmemek adına *t testi* veya *anova* testinin uygulanmamasına karar verilmiştir.

İstatistiksel analizler, SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) 20 paket programı ile yürütülmüştür. Yüzde 95 güven aralığında $p < 0.05$ anlamlılık düzeyi kabul edilmiştir.

Bulgular

Sürekli değişkenler ile bağımlı ölçümsel değişkenin normallik sayılıştırılmasının karşılamasıyla ilgili bulgular

Sürekli değişkenler olan problemlili internet kullanımı, aleksitimi ve bağımlı ölçümsel değişken olan evlilik doyumu puanlarının normal dağılım gösterip göstermedikleri, betimsel istatistikler başlığı altında olan *Skewness-Kurtosis* (çarpıklık-basıklık) değerlerine bakılarak incelenmiştir. Değişkenlerin normal dağılımlarına ilişkin sonuçlara *Tablo 3*'te yer verilmiştir.

Tablo 3. Çalışma değişkenlerinin betimsel istatistik değerleri ve normallik testi sonuçları

Değişkenler	Evlilik Doymu	Problemlili İnternet Kullanımı	Aleksitimi
N	244	244	244
Ortalama	23.49	70.08	50.49
Standart sapma	7.23	28.05	12.44
En küçük değer	13.00	33.00	20.00
En büyük değer	47.00	154.00	80.00
Çarpıklık	0.909	0.920	0.162
Basıklık	0.507	0.123	-0.692

Skewness-Kurtosis (çarpıklık-basıklık) değerlerine bakıldığında evlilik doymunun çarpıklık değeri 0.909, basıklık değeri 0.507 problemlili internet kullanımı çarpıklık değeri 0.920, basıklık değeri 0.123; aleksitiminin çarpıklık değeri 0.162, basıklık değeri -0.692 olarak saptanmıştır. Değişkenler incelendiğinde çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında bulunmasından dolayı, verilerin normal dağıldığı varsayılmıştır. (George ve Mallery, 2010). Bunlara ek olarak hipotez testlerin ve parametrik testlerin kullanımı için olanak sağlayan ve araştırmanın ölçüt değişkeni olan evlilik doyumu ölçütünün normal dağılım göstermesi, bu yöntemlerin kullanımı için uygun olarak kabul edilmiştir (Geor-

ge ve Mallery 2010, Stevens 2009).

Ölçüt ve yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkiler ile ilgili bulgular

Analizi yapılan bağımsız değişkenler (problemlilik internet kullanımı ve aleksitimi) arasında ve bu değişkenlerle ölçüt değişken (evlilik doyumu) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığı *Pearson* korelasyonu ile incelenmiştir. Çoklu regresyon analizinin uygulanabilmesi için bağımsız değişkenler arasında yüksek bir korelasyonun bulunmaması beklenir. Korelasyon katsayısının mutlak değerinin 0.80 ve üzerinde (Garson, 2006) çıkması durumu çoklu bağlantı olduğunu göstermektedir. Korelasyon katsayılarının bu değerin (0.80) altında çıkması, bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı belirtisine rastlanmadığına işaret etmektedir (Alpar, 2003). Ölçüt ve yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkiler ile ilgili analizlere aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 4. Çoklu standart regresyon analizindeki ölçüt değişken ile yordayıcı değişkenler arasındaki Pearson korelasyonları

	1	2	3
1.Evlilik Doyumu	1		
2.Problemlilik İnternet Kullanımı	0.31**	1	
3.Aleksitimi	0.25**	0.63**	1

** $p < 0.01$ * $p < 0.05$

Evlilik doyumu düzeyleri ile problemlilik internet kullanımı puanları arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r=0.31$, $p < 0.01$), aleksitimi seviyeleri ile arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ($r=0.25$, $p < 0.01$) istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmuştur (*Tablo 4*).

Aynı zamanda bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantının bulunup bulunmadığına korelasyon matrisi incelenerek bakılmış olup, bağımsız değişkenler arasında 0.80 ve üzerinde bir korelasyon değerinin olmadığı saptanmıştır. *Tablo 4* incelendiğinde bağımsız değişkenler olan problemlilik internet kullanımı ve aleksitimi seviyesi arasındaki korelasyon değerinin orta düzeyde olduğu bulunmuştur ($r=0.63$, $p < 0.01$).

Tablo 5. Çoklu standart regresyon analizindeki ölçüt değişken ile yordayıcı değişkenler arasındaki Pearson korelasyonları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.BA	1	0.25**	0.29**	0.05	0.15	0.16	0.12	0.16	0.12
2.AA	0.25**	1	0.08	0.08	0.09	0.05	0.01	0.1	0.01
3.CA	0.29**	0.08	1	0.22**	0.45**	0.37**	0.29**	0.26**	0.22**
4.İAK	0.05	0.08	0.22**	1	0.64**	0.76**	0.43**	0.45**	0.38**
5.SFR	0.15*	0.09	0.45**	0.64**	1	0.66**	0.54**	0.45**	0.46**
6.İOS	0.16*	0.05	0.37**	0.76**	0.66**	1	0.57**	0.52**	0.51**
7.DTG	0.12	0.01	0.29**	0.43**	0.54**	0.57**	1	0.73**	0.46**
8.DSDG	0.16*	0.1	0.26**	0.45**	0.47**	0.52**	0.73**	1	0.53**
9.DDD	0.12	0.01	0.22**	0.38**	0.46**	0.51**	0.46**	0.53**	1

** p<0.01 * p<0.05

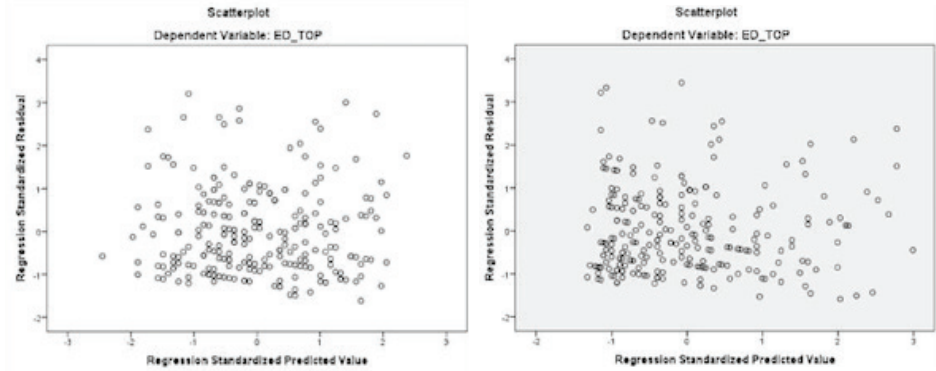
Ölçüt değişken olan evlilik doyumunun benlik alt boyutu puanları ve aile alt boyutu puanları ile bağımsız değişkenler problemleri internet kullanımının (internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda / rahatlık, internetin aşırı kullanımı) ve aleksitiminin (duyguları tanımada güçlük, duyguları söze dökmede güçlük, dışa dönük düşünme) alt boyutları arasında bir ilişki tespit edilmemiştir (Tablo 5). Ölçüt değişken olan evlilik doyumunun cinsellik alt boyutu puanları ile bağımsız değişkenlerden problemleri internet kullanımının internetin aşırı kullanımı alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü ($r=0.22$, $p<0.01$), sosyal fayda / rahatlık alt boyutu ile orta düzeyde pozitif yönlü ($r=0.45$, $p<0.01$), internetin olumsuz sonuçları alt boyutu ile orta düzeyde pozitif yönlü ($r=0.37$, $p<0.01$); bağımsız değişkenlerden aleksitiminin duyguları tanımada güçlük alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü ($r=0.29$, $p<0.01$), duyguları söze dökmede güçlük alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü ($r=0.26$, $p<0.01$), dışa dönük düşünme alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü ($r=0.22$, $p<0.01$) istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmuştur (Tablo 5). Aynı zamanda bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantının bulunup bulunmadığına korelasyon matrisi incelenerek bakılmış olup, bağımsız değişkenler arasında 0.80 ve üzerinde bir korelasyon değerinin olmadığı saptanmıştır (Tablo 4).

Bağımsız değişkenlerin evlilik doyumunu yordamasıyla ilgili bulgular

Çoklu standart regresyon analizlerini gerçekleştirmek için çoklu eş doğrusallık, hataların normal dağılımı, gözlemlerin bağımsızlığı, eşvaryanslılık (*homoscedasticity*) ve uç değerlerin olmaması (Laerd Statistics, 2015) gibi sayılıtların sağlanması amacıyla hazırlayıcı analizler yapılmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkenleri olan problemlı internet kullanımı ve aleksitimi ile ölçüt değişken olan evlilik doyumunu değişkeni arasında, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır (*Tablo 4*). Hataların bağımsızlığı ya da başka bir ifadeyle gözlemlerin bağımsızlığı sayılıtlarının karşılandığını teyit etmek için *Durbin-Watson* istatistiği incelenmiş olup 2.00 değerine yakın bir değer (1.69) olduğu bulunmuştur. Gerçekleştirilen ilk normallik testlerinde ölçüt değişken olan evlilik doyumunun normal dağılım göstermediği görülmüş, ardından veri setindeki ilgili maddelere ilişkin puanlar z puanına dönüştürülerek uç değerler kontrol edilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Aynı zamanda histogram ve kutu çizgi grafiği de incelenerek uç değerlerin tespiti sağlanmıştır. Bu dönüştürme işleminin ardından standart puanları ± 3.00 değerlerini aşan 7 katılımcının örneklemden çıkarılması uygun görülmüştür. Akabinde tekrar uygulanan normallik testlerinde verilerin normal dağılım gösterdiği çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak kabul edilmiştir (*Tablo 3*).

Ölçüt değişken olan evlilik doyumunu ile kurulmuş olan modelde standart regresyon analizi yapılarak *Leveraj* değerlerine ve *Cook'un Uzaklık değerlerine* bakılmıştır. *Leveraj* değerinin 0.20'ye yakın olduğu, *Cook'un Uzaklık değerinin* 1.00'dan yüksek olmadığı saptanmıştır. Ölçüt ve yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkilerin doğrusal olup olmadığını incelemek adına standartlaştırılmış artıklar ile standardize edilmiş yordanmış değerlerin bulunduğu saçılım grafiklerine aşağıda yer verilmiştir (*Şekil 1*).

Şekil 1. Ölçüt ve yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkiler için standartlaştırılmış artıklar ile standardize edilmiş yordanmış değerler arasındaki saçılım grafiği



Saçılım grafiklerine bakıldığında ilişkinin doğrusal olduğu görülmektedir. Bu grafikler, eşvaryanslılık sayılıtlarının da karşılandığını belirtmektedir. Çoklu

eş doğrusallık sayılıtısının karşılanıp karşılanmadığını tespit etmek için ölçüt değişken ve sürekli yordayıcı değişkenler arasındaki *Pearson* korelasyonları incelenerek (Tablo 4) 0.80 değerinden yüksek bir değer olmadığı görülmüştür. Ek olarak yordayıcı değişkenlerin tolerans değerleri incelenmiş olup en küçük tolerans değerinin 0.598 olduğu tespit edilerek 0.1 değerinden yüksek oldukları anlaşılmıştır. Sonuç olarak regresyon analizlerinin gerçekleştirilebilmesi için kontrol edilen temel varsayımların karşılandığı kabul edilmiş ve evlilik doyumunun yordayıcılığı incelenmiştir.

Bağımsız değişken sayısı göz önünde bulundurularak çoklu regresyon modeli kurulmuştur. Ölçüt değişkenin yordanmasında her bir bağımsız değişkenin, diğer bağımsız değişkenlerden farklı olarak ne kadar katkıda bulunduğunu ve ortak etkilerini değerlendirebilmek adına (Tabachnick ve Fidell, 2001), kullanımı diğer yöntemlere nazaran Tabachnick ve Fidell (2013) tarafından önerilen standart çoklu regresyon yöntemi kullanılmıştır. Evlilik doyumunun, problemlerli internet kullanımı ve aleksitimi değişkenleri tarafından yordayıcılığının incelendiği analizi içeren tabloya aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 6. Evlilik doyumunun yordanması ile ilgili standart regresyon analizi bulguları

Değişken	B	SH _b	β	t	p
Sabit	16.31	1.85		8.82	0.00
Problemlerli İnternet Kullanımı	0.07	0.02	0.26	3.24	0.00
Aleksitimi	0.05	0.05	0.08	1.06	0.29

Tablo 6'da yer alan standart regresyon analizi bulguları incelendiğinde model anlamlı bulunmuştur ($p < 0.05$). Yapılan analizlerin gösterdiği üzere, sadece problemlerli internet kullanımının ($t = 3.24$, $p = 0.00$) anlamlı katkı sağladığı tespit edilmiştir. Problemlerli internet kullanımı değişkeni evlilik doyumunu değişkeni varyansının yüzde 100'ünü (düzeltilmiş $R^2 = 0.92$) açıklamıştır. ($F[2;241] = 13.35$, $p = 0.00$) Bu doğrultuda evli bireylerin evlilik doyumlarının yordanması konusunda gerçekleştirilen standart regresyon analizi sonuçlarına göre varyansın yüzde 92'sinin açıklandığı tespit edilerek problemlerli internet kullanımının anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aleksitimi seviyelerinin ise anlamlı bir düzeyde katkı sağlamadığı sonucuna varılmıştır. Standardize edilmiş regresyon katsayısının (β) işareti incelendiğinde, problemlerli internet kullanımı (0.26) ile evlilik doyumunu arasındaki ilişki pozitif yönlüdür (Tablo 6).

Cinsiyete göre evlilik doyumunun farkına ilişkin bulgular

Katılımcıların cinsiyetlerine göre evlilik doyumunun farklılaşp farklılaşmadığı *t testi* uygulanarak tespit edilmiştir. Aşağıda verilen tabloda sonuçlar yer almaktadır.

Tablo 7. Katılımcıların cinsiyetlerine göre evlilik doymu düzeylerinin farkına ilişkin t testi sonuçları

Cinsiyet	Sayı	Ortalama	Levene			sd	t	P
			Std. varyans	denkliği testi				
			Sapma _____	F	p			
Kadın	122	23.81	7.28					
Erkek	122	22.99	7.20	0.255	0.614	242	0.885	0.377

Evlilik doymu düzeyleri, katılımcıların cinsiyetlerine göre değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($t(242)=0.885$; $p=0.377>0.05$) (Tablo 7).

Yaşa göre evlilik doymunun farkına ilişkin bulgular

Katılımcıların yaşlarına göre evlilik doymunun farklılaşıp farklılaşmadığı t testi uygulanarak tespit edilmiştir. Aşağıda verilen tabloda sonuçlar yer almaktadır.

Tablo 8: Katılımcıların yaşlarına göre evlilik doymu düzeylerinin farkına ilişkin t testi sonuçları

Yaş	Sayı	Ortalama	Levene			sd	t	P
			Std. varyans	denkliği testi				
			Sapma _____	F	p			
18-30	122	21.89	6.82					
30-65	122	24.92	7.32	1.274	0.260	242	-3.343	0.001

Evlilik doymu düzeyleri, katılımcıların yaşlarına göre değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($t(242)=-3.343$; $p=0.001<0.05$) (Tablo 8). Bu tabloya göre, 30-65 yaş aralığındaki katılımcıların evlilik doymu düzeyleri ($\bar{X}=24.92$), 18-30 yaş aralığındaki katılımcıların evlilik doymu düzeylerinden ($\bar{X}=21.89$) yüksektir.

Çocuk sahibi olunması durumuna göre evlilik doyumunun farkına ilişkin bulgular

Katılımcıların çocuk sahibi olma durumlarına göre evlilik doyumunun farklılaşp farklılaşmadığı *t testi* uygulanarak tespit edilmiştir. Aşağıda verilen tabloda sonuçlar yer almaktadır:

Tablo 9. Katılımcıların çocuk sahibi olma durumlarına göre evlilik doyumu düzeylerinin farkına ilişkin *t testi* sonuçları

Levene Std. Çocuk Sahibi olma durumu	Sayı	varyans Sapma _____ denkliği testi			sd	t	P		
		p							
Evet	122	24.09	7.26						
Hayır	122	22.90		1.021	0,313	7.19	242	1.267	0.206

Evlilik doyumu düzeyleri, katılımcıların çocuk sahibi olma durumlarına göre değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($t(242)=1.267$; $p=0.206>0.05$) (Tablo 9).

Tartışma

Bu çalışmada, bağımsız değişkenler olan problemlerli internet kullanımı ve aleksitimi ile evlilik doyumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemek için korelasyon analizleri yapılmıştır. Bu doğrultuda ölçüt değişken olan evlilik doyumu ile anlamlı bir ilişkisi olduğu tespit edilen bağımsız değişkenlerin yordayıcılığına bakılmıştır. Araştırmada standart regresyon analizi yürütüldüğü için evlilik doyumunun yordayıcıları olarak düşünülen değişkenler hakkında bir buluş yapılması amaçlanmış, yordayıcı değişkenlerin teker teker sağladığı katkıya ve toplam varyanstaki payına bakılmıştır. Ek olarak yaşa, çocuk sahibi olma durumuna ve cinsiyete göre evlilik doyumu seviyesinin farklılaşp farklılaşmadığı *t testi* analiziyle incelenmiştir.

Ölçüt ve yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik bulguların yorumlanması

Bu çalışmada ölçüt değişken evlilik doyumu ile bağımsız değişkenler; problemlerli internet kullanımı ve aleksitimi düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı

bir ilişkiye sahip oldukları saptanmıştır. Katılımcıların evlilik doymu puanları ile problemlı internet kullanımı puanları arasında orta düzeyde pozitif yönlü, aleksitimi seviyesi puanları arasında ise zayıf düzeyde pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmuştur. Aynı zamanda evlilik doymu cinsellik alt boyutu ile problemlı internet kullanımının internetin aşırı kullanımı alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü, sosyal fayda / rahatlık alt boyutu ile orta düzeyde pozitif yönlü ve internetin olumsuz sonuçları alt boyutu ile orta düzeyde pozitif yönlü; aleksitiminin duyguları tanımada güçlük alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü, dışa dönük düşünme alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon tespit edilmiştir. İlgili yurtiçi ve yurt dışı literatür taraması yapıldığında bu araştırmada elde edilen evlilik doymu ile problemlı internet kullanımı ve alt boyutları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğuna dair bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu sebeple elde edilen sonucun olası nedenleri üzerine aşağıda tartışılmıştır.

Literatür incelendiğinde, internet bağımlılığının sosyalleşme ile ilişkisi olduğunu tespit eden araştırmalar (Grohol, 1999; Suler, 1996; Chou ve Hsiao; 2000) bulunmaktadır. Kişinin sosyal ağları kullanarak birtakım ihtiyaçlarını (aidiyet hissi, sosyal olarak biliniyor olma ve sosyal destek ihtiyacı) giderdiği gözlenmiştir. Bu çalışmanın sonucuna göre çiftlerin bu ihtiyaçlarını birbirleriyle ya da çevresindekilerle giderdikleri ve bu durumun evlilik doymularını olumlu bir şekilde etkilediği düşünülebilir. Katılımcıların interneti birlikte vakit geçirme amacıyla da yoğun bir biçimde kullandıkları ve bu yüzden çiftler arasında bu durumun sorun teşkil etmediği düşünülebilir.

Erberk ve arkadaşları (2005), evlilik doymu tanımını, kişilerin evliliklerinde hissetmiş oldukları bireysel mutluluk ve hoşnutluk olarak ifade etmektedir. Bu çalışmaya göre çiftlerin evliliklerinde öznel mutluluğu ve hoşnutluğu hissediyor olduğu, birbirlerine özel alan yarattıkları ve internet kullanımını sorun etmedikleri varsayılırsa çiftlerin evlilik doymularının olumsuz etkilenmediği düşünülebilir.

Araştırmanın diğer bulgusu, aleksitimi düzeyi ile evlilik doymu puanları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğudur. Aleksitiminin tanımı ve iki değişken arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar dikkate alındığında çıkan sonuç beklenmedik bir sonuçtur. İlgili literatür tarandığında aleksitimi ile evlilik doymu arasında negatif yönde ilişki tespit eden araştırmalara rastlanmıştır (Panahi vd. 2018; Bingöballı, 2020). Bu araştırmada elde edilen sonucun olası nedenlerinden biri; katılımcıların bir kısmının duygularını anlamlandırmada, ifade etmede güçlük yaşamalarına rağmen, bu güçlüğü fark edemeyip evlilik ilişkilerini olumlu olarak değerlendirerek yüksek doym sağladıklarını düşünmeleri ve bu doğrultuda cevaplar vermeleri olabilir.

Sonuçlar bireysel olarak değerlendirilmeyerek ortalamalarla yapılan işlemler neticesinde ilişkili çıkmıştır. Aleksitimi seviyesi bireysel olarak yüksek çıkan bir katılımcının evlilik doymunu orta veya düşük düzeyde bildirmiş olma olasılığı da mevcuttur. Farklı bir bakış açısıyla bakıldığında; bireysel bazda aleksitimi

puanları çok yüksek olmayabilir. Dolayısıyla ilişkiler değerlendirilirken sosyal desteğin varlığı, yakınlık algılanmış, doyum bildirmelerine yeterli düzeyde hissedilmiş olabilir. Bazı araştırmacılara (Lesser 1985; Beştepe 1997) göre aleksitimi sosyo-kültürel bir durumdur. Katılımcıların kültürel açıdan yetiştirilme tarzları göz önünde bulundurulduğunda aleksitimi düzeyleri açısından yanıltıcı bir sonuç elde edilmiş olabilir. Duyguların ifade edilmesini örseleyici bir yetiştiriliş tarzı benimsenmiş ailelerde yetişmiş olabilirler. Bu ailelerde yetişen bireyler duygularını anlamlandırabilse bile ifade etme konusunda öğrendikleri şekilde kendilerini engelleyebilirler. Kültürel etkiler altında güçlü bir imaj çizebilmek için olumsuz duygularını saklama eğiliminde olabilirler. Türkiye, Batı ülkelerine göre toplulukçu kültürün özelliklerini gösteren bir ülkedir. 1980 yılından itibaren Türkiye’de toplulukçu kültürden bireysel kültüre doğru bir değişim yaşanmasına rağmen (Göregenli, 1995; İmamoğlu, 1998; Kağıtçıbaşı, 1998), Türkiye’de hâlâ toplulukçu kültürün etkisinin hakim olduğu belirtilmektedir (Hofstede, 1980; Kağıtçıbaşı, 2010; Mesquita, 2001; Uskul vd. 2004). Toplulukçu kültürün hakim olduğu topluluklarda kişiler kendi duygularından ziyade çevresindekilerin duygularına hassasiyet göstermektedirler. Türk kültürü göz önünde bulundurulduğunda duyguların ifade edilmesi ve duygular hakkında konuşulması çok yaygın bir durum değildir (Dökmen, 1995; Kağıtçıbaşı, 1998). Bu çalışma sonucunda çiftler, duygularını ifade etmeye ihtiyaç duymadıklarını, bu durumun normal olduğunu ve bu konuyla ilgili herhangi bir problem yaşamadıklarını düşünmüş olup, sorulara buna yönelik cevap vermiş olabilirler.

Duygusal zekâ kuramı çerçevesinde bakıldığında, ilişkiden sağlanan doyum, duyguların doğru bir şekilde anlamlandırılabilmesi ve ifade edilebilmesiyle ilişkilidir (Mayer Caruso ve Salovey, 2000). Bu çalışmada aleksitimi seviyelerinin ve evlilik doyum puanlarının pozitif yönde ilişkili oluşu, katılımcıların duygularını yeterli düzeyde anlamlandıramayıp ifade edememelerinden kaynaklı olabilir. Buna bağlı olarak katılımcılar evlilik ilişkilerindeki doyum düzeyini de yanlış değerlendirmiş olabilirler.

Bağımsız değişkenlerin evlilik doyumunu yordamasıyla ilgili bulguların yorumlanması

Yapılan analizler sonucunda evli bireylerin evlilik doyumunu yordamada aleksitimi değişkeninin katkısı bulunmazken problemlerli internet kullanımı değişkeninin evlilik doyumunu yordadığı bulunmuştur. Elde edilen bulgular ışığında evlilik doyumunu değişkeninin, problemlerli internet kullanımı ($\beta=0.26$) tarafından güçlü bir değerle, pozitif yönde yordandığı tespit edilmiştir. Bu değişken için, toplam varyansın büyük bir kısmını (%0.92) açıklayarak önemli bir veri oluşturduğu söylenebilir. Elde edilen sonuçla, problemlerli internet kullanımı davranışı puanlarının artmasının evlilik ilişkisinden sağlanan doyumun artmasına katkı sağladığı sonucuna ulaşılmaktadır.

Elde edilen sonuç ilgili literatür de tarandığında farklı ve beklenmedik bir sonuçtur çünkü yapılan araştırmaların sonuçları problemlı internet kullanımı davranışının evlilik ilişkisinden sağlanan doymu azalttığı yönündedir (Aylıkçı, 2018). Bu sebeple araştırmanın sonucu literatüre farklı bir bakış açısı sunabilir. Bu bulgu doğrultusunda, araştırmaya katılan evli bireylerin, problemlı internet kullanımı davranışlarına rağmen aşağıda bahsedilecek olan olası sebeplerden dolayı evliliklerinden sağladıkları doymun pozitif yönde yordandığı söylenebilir. Ölçüt değişkenler ile yordayıcı değişken arasındaki ilişkiyi yorumlarken bahsedilen olası sebeplere ek olarak bahsedilebilecek sebeplere aşağıda değinilecektir.

Miller ve Steinberg (1975) tarafından ortaya atılan 'Kişilerarası İletişime Dair Sosyal Biliş Kuramı'na göre; insanlar çevrelerindeki bireyler hakkındaki inançlarını, edindikleri bilgileri, onlara yönelik tutumlarını kapsayan "bilgi bankası" adını verdikleri deneyimlerinden yola çıkarak iletişime geçmektedirler. Bu sürecin evli çiftler arasında kurulan iletişimde de bu şekilde ilerlediğini belirtmektedirler (Miller ve Steinberg, 1975).

Partnerini olduğu haliyle kabul eden, geleneksel rollerden sıyrılmış bir şekilde görebilen çiftlerin, evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu, çünkü partnerinin otantik özelliklerinin kabul görüyor olmasının, eşler arasında uyumlu ve eşitlikçi bir ilişkinin varlığını işaret etmesinin olası olduğunu düşündürebilir. Bu araştırmada da eşlerden sadece birinin problemlı internet kullanımı puanı yüksek olabilir; yani uzun süreler internette vakit geçiriyor olabilir ve diğer eş, partnerinin bu davranışını yargılamayarak anlayışla karşılıyor ve kabulleniyor olabilir. Bu sayede karşılıklı anlayışın olduğunu ve sınır ihlalinin algılanmadığını düşündüren bu kabul, evlilik doymunu olumlu yönde etkiliyor olabilir. Kişilerin kendi davranışlarının sorumluluğunu almasının kabul görülmesi, kişilerin eşlerinin davranışlarına karşı kontrolcü bir tutum sergilemeyerek suçlamıyor olmaları ve partnerlerini olduğu gibi kabul etmeleri; partnerlerden herhangi birinin problemlı internet kullanımı puanının yüksek çıkmasına rağmen evliliklerinden sağladıkları doymu olumsuz etkilemediği düşünülebilir. Partnerlerden en az birinin güvenli bağlanmaya sahip olması olasılığı neticesinde eşinin yoğun internet kullanımına rağmen, kendisine karşı ilgi ve sevgisinden şüphelenmiyor olduğu ve ilişkisinin olumlu taraflarına, ilişkinin bütününe odaklanabildiği, bu sayede evlilik ilişkisinden sağlanan doymun da yüksek çıktığı düşünülebilir (Brassard vd. 2009). Bu çıkarımı destekleyebilecek bir araştırma Hamamcı (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın sonucu, evli bireylerin gerçekçi olmayan ilişki inançları ile evlilik doymu arasındaki ilişkide, evlilik doymu düzeyi yüksek olan katılımcıların, evlilik doymu düzeyi düşük olan katılımcılara göre daha az gerçekçi olmayan inançlara sahip olduklarını ortaya koymuştur (Hamamcı, 2005).

Sosyal bir varlık olan insan için iletişim kurmak temel bir ihtiyaçtır. Dolayısıyla evlilik kurumunun birleştirdiği bireyler de sürekli olarak sözlü ya da sözsüz bir şekilde birbirleriyle iletişim kurma ihtiyacı hissederler. Bir evlilik iliş-

kisinin doyurucu olduğundan bahsedebilmek için; eşler arasındaki iletişimin niteliğine, ne düzeyde bir etkileşime sahip olduklarına bakılması önemlidir (Özügürlü, 2013). Bu doğrultuda mevcut iletişim becerileri eşler arasındaki uyumu ve dolayısıyla evlilik ilişkisinden sağlanan doyumunu etkileyebilmektedir (Yalçın, 2014). Bu çalışmada da partnerlerden en az birinin problemleri internet kullanımı puanının yüksek olması, uzun süre internette vakit geçiriyor olması; eşler arasındaki iletişimin niteliğini olumsuz yönde etkilemiyor olabilir ve birbirleriyle ihtiyaç duydukları düzeyde, yeterli ve sağlıklı bir iletişim kurmaya devam ediyor olabilirler. Eşler arasındaki bu nitelikli iletişim de evliliklerinden sağladıkları doyumunu olumlu yönde etkiliyor olabilir.

Bu çalışmanın pandemi sürecinde yapılmış olması göz önünde bulundurulduğunda, kişilerin internet kullanımının yoğun olmasında pandemi sürecinin etkisinden söz edilebilir. İnternetin erişilebilir olması, alışveriş, eğlence ve iş gibi alanlarda internetin sunmuş olduğu imkanlar değerlendirildiğinde, bu etkilerin internet kullanımını artırmış olduğu ve bunun bir problem olarak değerlendirilmediği düşünülebilir.

Cinsiyete göre evlilik doyumunun farkına ilişkin bulguların yorumlanması

Bu çalışmada katılımcıların evlilik doyumunu düzeylerinin, cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların ve erkeklerin evliliklerinden sağladıkları doyumun benzer düzeyde olduğu, cinsiyet değişkeninin evlilik doyumunu ile anlamlı bir farklılaşma göstermediği bulunmuştur.

Literatür tarandığında bu çalışmanın sonucuyla benzer sonuca ulaşan araştırmalara rastlanmıştır (Fışıloğlu, 1992; Tezer, 1994; Çelik, 2006; Acar, 1998; Güven, 2005; Soyer, 2006). Bu çalışmalardan biri Kabasakal ve Soylu'nun (2016) evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelemek amacıyla İzmir'de 522 evli bireyin katılımıyla gerçekleştirdikleri çalışmadır. Çalışmada evlilik doyumunun cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğeri Taşköprü'nün (2013) Türkiye'nin farklı illerinde yaşamını sürdüren 323 katılımcıdan oluşan evlilik doyumunu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelendiği araştırma sonucunda, cinsiyete göre evlilik doyumunu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Literatür incelendiğinde bu çalışmanın sonucundan farklı sonuca ulaşan yani evlilik doyumunun cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği çalışmalar da mevcuttur. Kadınların evlilik doyumunu düzeylerinin erkeklerin evlilik doyumunu düzeylerine göre daha düşük bulunduğu (Hasta, 1996; Gökmen, 2001; Arvas, 2017) araştırmalara rastlanmıştır. Bingölballı (2020) yapmış olduğu çalışmada erkeklerin evlilik doyumunu düzeylerinin kadınlara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yaş göre evlilik doymunun farkına ilişkin bulguların yorumlanması

Bu araştırmada katılımcıların evlilik doymu düzeylerinin, yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. 30-65 yaş aralığındaki katılımcıların evliliklerinden sağladıkları doymun, 18-30 yaş aralığındaki katılımcıların evliliklerinden sağladıkları doymdan yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

İlgili literatür tarandığında, Tezer (1994) tarafından evlilik ve iş doymu arasındaki ilişkide bazı demografik değişkenlerin rolünü incelemek amaçlı yapılan araştırmada bu sonucu destekleyen bir sonuca ulaşıldığı görülmüştür. Araştırmada, evliliğin ilk üç yılında çocuk sahibi olunmasıyla evlilik doymunun azalmasını ilişkili bulmuşlar ancak yaş ilerledikçe yani çocuk yetişkin olduğunda evli partnerlerin her ikisinin de evlilik ilişkilerinden sağladıkları doymda artış olduğu gözlemlenmiştir (Tezer, 1994). Evli bireyler yaşları ilerledikçe, birlikte geçirilen zaman arttıkça ilişkilerine yapmış oldukları yatırımın etkisiyle daha fazla emek harcama eğiliminde olabilmektedirler ve bu doğrultuda ileriki yaşlarda evlilik ilişkilerinden sağladıkları doym da artabilmektedir (Heaton ve Albrecht, 1991).

Bir diğer olası sebep, sosyo duygusal seçicilik kuramı ile açıklanabilir. Bu kuramda, yaşlı ve genç bireylerin kendilerine koymuş oldukları amaçların birbirinden farklı olduğu; gençlerin bilgi eğilimli amaçlar koyarken yaşlı bireylerin amaçlarının duygusal eğilimli olduğu belirtilmiştir (Carstensen ve Charles, 1999). Carstensen (1992) tarafından geliştirilen kuramda, yaş ilerledikçe bireylerin, duygusal doyma daha fazla önem verdikleri için, partnerleriyle birlikte vakit geçirmekten mutlu oldukları, tanıdıkları kişilerle zaman geçirmeyi tercih ettikleri ifade edilmektedir. Bu açıklamadan yola çıkarak bu araştırmanın sonucu için katılımcıların yaşları ilerledikçe partnerlerine ve ilişkilerine odaklanmış olabilecekleri, 30-65 yaş aralığındaki katılımcıların evlilik doymlarının bu durumdan olumlu yönde etkilenmiş olabileceği, bu yüzden daha yüksek bir sonuç elde edilmiş olabileceği söylenebilir.

Erikson (1963) tarafından geliştirilen psikososyal gelişim kuramına göre, hayat evreleri sekize ayrılmıştır ve her bir evrede çeşitli hedeflerin tamamlanması gerektiği öne sürülmüştür. Bu hedefleri tamamlama süreci beraberinde çatışmaları ve sonuçlarını da getirebilmektedir. Erikson'a (1963) göre 20-30 yaş arasındaki bireylerin gelişim evresi, yakınlık karşısında yalnızlıktır. Bu evredeki bireyler, sosyal ilişkiler kurma ve sürdürme eğilimindedirler. Aile kurma, cinsel yaşam, iş ve statü sahibi olma gibi yüksek sorumluluk gerektiren hedefleri barındırmaktadır. Bu evrede bireyler, yalnız kalma kaygısıyla birlikte kendilerine zarar vereceğini düşündükleri ortamlardan uzaklaşmayı isteyebilirler. Bu kaygı halinden uzaklaşabilmesi için kişilerin aile kurma, güven duyma, çevresine faydalı olma gibi hedefleriyle birlikte iş hayatındaki başarı ve statü sahibi olma gibi hedefleri arasında bir denge ilişkisi kurması gerekmektedir (Erikson, 1982). Bu araştırmaya katılmış olan 18-30 yaş aralığındaki katılımcıların evlilik doymu düzeylerinin 30-65 yaş aralığındaki katılımcılardan daha

düşük çıkmasının sebeplerinden biri, bu katılımcıların evlilik ilişkileriyle diğer hedefleri arasında bir denge oluşturamamalarından ve bu yüzden içsel bir çatışma yaşamalarından kaynaklı olabilir. 18-30 yaş arası bireylerin hayata dair farklı uğraş öncelikleri olması; yeni iş hayatına atılma ve devamlılık sağlama, yeni bir düzen, ekonomik kaygılar gibi olası nedenler evlilik ilişkilerindeki dengelerini etkilemiş, önceliklerini farklılaştırmış ve farklı çatışmalara girmelerine neden olmuş olabilir. Bu süreç de evlilik doyumu düzeylerinin daha düşük çıkmasına katkı sağlamış olabilir. Yine aynı kurama göre Erikson (1982) 30-60 yaş arasındaki bireylerin gelişim evresi, üretkenlik karşısında durağanlaşmadır. Bu araştırmaya katılmış 30-65 yaş arasındaki bireyler, bir önceki yakınlığa karşı yalnızlık evresini tatminkar bir şekilde tamamlayabilmiş, iş hayatı ve evlilik hayatı gibi hedefleri arasındaki dengeyi sağlayabilmiş olabilirler (Erikson, 1983). Bu sayede şu andaki evlilik ilişkilerinden diğer yaş grubuna göre daha yüksek doyum sağlıyor olabilirler.

Bu çalışmanın sonucundan farklı olarak Taşköprü'nün (2013), 183 kadın 140 erkek evli katılımcıyla gerçekleştirdiği araştırmasında yaş değişkeni ve evlilik doyumu arasındaki fark incelendiğinde; 21-30 yaş arası kişilerin evlilik doyumlarının 41-50 ve 51-60 yaş gruplarına göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna ek olarak, 31-40 yaşındaki kişilerin evlilik doyumlarının 41-50 yaş grubuna kıyasla daha yüksek olduğu sonucu da elde edilmiştir.

Çocuk sahibi olma durumuna göre evlilik doyumunun farkına ilişkin bulguların yorumları

Bu araştırmada katılımcıların evlilik doyumu düzeylerinin, çocuk sahibi olma durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Çocuk sahibi olan katılımcılarla çocuk sahibi olmayan katılımcıların evliliklerinden sağladıkları doyumun benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Alan yazın taraması yapıldığında, bu araştırmanın sonucuna benzer şekilde çocuk sahibi olanlar ile olmayanların evlilik doyumu düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulmayan araştırmalara rastlanmıştır (Glenn, 1990; Yıldırım, 1992; Acar, 1998; Berk, 2009). Bu araştırmalardan biri, Güngör (2007) tarafından 1024 evli bireyin katılımıyla evlilik doyumunu ile evliliğe hazır oluş düzeyi, evlilikte özyeterlilik, psikolojik belirtiler, streste başa çıkma tarzları, duygusal tutarsızlık, özenetim ve yumuşak başlılık gibi kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yürütülmüş ve bu araştırmanın sonucuna benzer bir sonuç elde edilerek çocuk sahibi olanlar ile olmayanların evlilik doyumu puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Bu araştırmada elde edilen sonuçtan farklı olarak çocuk sahibi olanların evlilik doyumu puanlarının daha yüksek bulunduğu (Yavuzer, 2004), ya da çocuk sahibi olmayanların evlilik doyumu puanlarının daha yüksek bulunduğu (Belsky, 1990; Algaç ve Çatay 2007) araştırmalara da rastlanmıştır. Bu araştırmalardan

biri, Callan (1984) tarafından 50 çocuk sahibi olmayan ve 41 çocuk sahibi olan çiftin katılımıyla gerçekleştirilmiş olup çocuk sahibi olan çiftlerin evlilik doym puanları çocuk sahibi olmayan çiftlerin puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Çocuk sahibi olan çiftlerin evlilikleriyle ilgili daha az sorun yaşayıp, boşanma durumunu daha az söyledikleri belirtilmiştir. Bir diğer Kore ve Amerikalı 230 çiftin katılımıyla gerçekleştirilen çalışma sonucunda, çocuk sahibi olmayan kadınların evlilik doymu, çocuk sahibi olan kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Erkek katılımcılarda ise çocuk sahibi olanlar ile olmayanların evlilik doymu puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir. Bunun sebebi olarak ise; erkeklerin çocuk bakımını üstlenmemeleri ve kadınların çocuk bakımı sorumluluğunu almaları olduğu ifade edilmiştir (Rho, 1989'dan akt. Çınar, 2008). 1785 erkek ve 2241 kadın katılımcıyla yapılan bir diğer çalışmada ise benzer sonuçlar elde edilmiştir. Çocuk sahibi olmayı istemedikleri için çocuğu olmayan katılımcıların evlilik doymuları, çocuk sahibi olan katılımcılardan yüksek olduğu saptanmıştır (Kukay, 2005'ten akt. Çınar, 2008).

Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada evli bireylerin problemlı internet kullanımı davranışlarının ve aleksitimi düzeylerinin evlilik doymunu yordayıcı rolü incelenmiştir. 122'si kadın, 124'ü erkek, 18-65 yaş aralığında toplam 244 katılımcıyla çalışma yürütülmüş, aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir.

Sonuçlar

- a. Problemlı internet kullanımı ile evlilik doymu arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır.
- b. Aleksitimi düzeyi ile evlilik doymu arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır.
- c. Cinsellik ile internetin aşırı kullanımı, sosyal fayda/ rahatlık ve internetin olumsuz sonuçları aralarında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.
- d. Cinsellik ile duyguları tanımda güçlük, duyguları söze dökmede güçlük ve dışa dönük düşünme arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.
- e. Benlik ve aile puanları ile internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/ rahatlık, internetin aşırı kullanımı ve duyguları tanımda güçlük, duyguları söze dökmede güçlük ve dışa dönük düşünme arasında bir ilişki tespit edilmemiştir.
- f. Evli bireylerin evlilik doymununun yordanmasında aleksitimi düzeyinin anlamlı bir katkısı olmadığı tespit edilmiştir.
- g. Problemlı internet kullanımı değişkeninin evli bireylerin evlilik doymunu yordamada anlamlı katkı sağladığı, bu yordayıcının açıklayıcı varyansı-

nın önemli bir yüzdeye sahip olduğu tespit edilmiştir.

h. Problemlili internet kullanımını puanı arttıkça evlilikten sağlanan doyumun arttığı bulunmuştur.

i. Katılımcıların evlilik doyumu düzeylerinin, cinsiyete ve çocuk sahibi olma durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

j. Katılımcıların evlilik doyumu düzeylerinin, yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği; 30-65 yaş aralığındaki bireylerin evlilik doyumu puanlarının, 18-30 yaş aralığındaki bireylerin evlilik doyumu puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur.

Öneriler

Yurt içi ve yurt dışı literatür tarandığında, araştırmada incelenmiş olan değişkenlerin hepsini bir arada içeren bir araştırmaya rastlanmamıştır. Problemlili internet kullanımı ve aleksitimi değişkenlerini inceleyen araştırmaların sınırlı olması, bu alanda yapılacak daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir. Bu araştırmada sadece evli bireylerin evlilik doyumu düzeyleri üzerinden değişkenler incelenmiştir. Aynı değişkenlerin, sadece evli çiftlerle değil romantik ilişkiye sahip bireylerle de incelenmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Acar, H. (1998). *Ankara'da sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme kurumu genel müdürlüğüne bağlı sosyal hizmet kuruluşlarında çalışan üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumları* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Algaç, G. ve Çatay, Z. (2007). Evlilik süresinin ilişki yürütme tutumlarına ve evlilik memnuniyetine etkisi. *IV. Ulusal Aile ve Evlilik Terapileri Kongresi*, (16-18). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi.
- Aylıkçı, Ç. (2018). *Evli bireylerin problemlili internet kullanımı ile evlilik doyumu arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Belsky, J. (1990). Children and marriage. E. D. Fincham ve T. N. Bradbury (ed.), *The psychology of marriage* (172-200). Guilford Press.
- Berk, M. (2009). *Evli öğretmenlerin yüklenme tarzları ve evlilik doyum algılarının bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Beştepe, E.E. (1997). *20 soruluk Toronto Aleksitimi Skalası geçerlik ve güvenirlik çalışması* (Yayımlanmamış uzmanlık tezi). Ankara: Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Enstitüsü.

tırma Hastanesi.

- Bingöballı, E. (2020). *Evli çiftlerde aleksitimik özelliklerin evlilik doyumuyla ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Brassard, A., Lussier, Y. ve Shaver, P. R. (2009). Attachment, perceived conflict, and couple satisfaction: Test of a meditational dyadic model. *Family Relations*, 58, 634-646.
- Bucci, W. (1997). *Psychoanalysis and cognitive science: A multiple code theory*. NY: Guilford Press.
- Buluş, M., ve Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumı: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40), 136-152.
- Büyükköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2019). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Callan, V. J. (1984). Childless and marital adjustment. *Journal of Marriage and The Family*. 5(4), 210-214.
- Carstensen, L. (1992). Social emotional patterns in adulthood: Support for socioemotional selectivity theory. *Psychology and aging*. 7(3), 331-338.
- Carstensen, L. ve Charles, C. (1999). Taking time seriously: A theory of socio emotional selectivity. *American Psychologist*, 54(3), 165.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürçan, A. (2007). Problemlı internet kullanımı ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 387-416.
- Chou, C. ve Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college students' case. *Computers & Education*, 35(1), 65-80.
- Çelik, M. ve İnanç, B. Y. (2009). Evlilik doyum ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(2), 247-269.
- Çelik, C. K. (2006). *Eğitim yöneticilerinin mesleki tükenmişlikleri ile evlilik doyumları arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Tokat: Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Çınar, L. (2008). *Evlilik doyumı: Cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- DiNicola, M. D. (2004). *Pathological internet use among college student: The prevalence pathological internet use ve its correlates* (Yayımlanmamış doktora tezi). The Faculty of The College of Education of Ohio University.
- Dökmen, Ü. (2000). *Yarına kim kalacak? Evrenle uyumlama sürecinde varolmak gelişmek uzlaşmak*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

- Erberk, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam Dergisi*, 18(1), 39-47.
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed*. New York: W. W. W. Norton and Co, 32-33.
- Erikson, E. H. (ed.). (1963). *Youth: Change and challenge*. Basic books.
- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisansüstü öğrencilerin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7, 16-23.
- Glenn, N. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980's: A critical view. *Journal of Marriage and the Family*, 52(4), 818-831.
- Gökmen, A. (2001). *Evlü eşlerin birbirlerine yönelik kontrolçülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Göregenli, M. (1995). Kültürümüz açısından bireycilik-toplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(35), 1-14.
- Grohol, J. (1999). Too much time online: Internet addiction or healthy social interactions? *CyberPsychology & Behaviour*, 2(1), 395-401.
- Güngör, H. C. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*, 33(4), 313-328.
- Hasta, D. (1996). *Ev işi paylaşımı ve ev işi paylaşımında hakkaniyet algısı ile evlilik doyumu ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Heaton, T. B. ve Albrecht, S. L. (1991). Stable unhappy marriages. *Journal of Marriage and the Family*, 747-758.
- Hofstede, G. (1980). *Culture's consequences: International differences in work-related values*. Beverly Hills, CA.: SAGE.
- Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Imamoğlu, O. (1998). Individualism and collectivism in a model and scale of balanced differentiation and integration. *Journal of Psychology*, 132(1), 95-105.
- Kabasakal, Z. ve Soylu, Y. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 208-214.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1998). *Kültürel psikoloji: Kültür bağlamında insan ve aile*. İstanbul: Evrim Yayınevi.

- _____ (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi kültürel psikoloji*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Karaca, M. (2007). *Sosyolojik bir olgu olarak internet gençliği: Elaziğ örneği* (Yayımlanmamış doktora tezi). Elaziğ: Fırat Üniversitesi.
- Koçak, R. (2002). Aleksitimi: Kuramsal çerçeve tedavi yaklaşımları ve ilgili araştırmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 35(1), 183-212.
- Lesser, I. M. (1985). Current concepts in psychiatry: Alexithymia. *The New England Journal of Medicine*, 312(11), 690-694.
- Mesquita, B. (2001). Emotion in collectivist and individualist contexts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(1), 68-74.
- Mayer, J. D., Salover, P. ve Caruso, D. (2000). *Models of emotional intelligence*. R. J. Sternberg (ed.), *The Handbook of intelligence* (396-429). New York: Cambridge University Press.
- Miller, G. R. ve Steinberg, M. (1975). *Between people*. Chicago: Science Research Associates
- Özüğurlu, K. (2013). *Evlilik raporu*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Panahi, M. S., Hoseinzadeh, A., Razaghpour, M. ve Hosieni, N. (2018). Formulating a model for the relationship between alexithymia, social support, loneliness, and marital satisfaction: Path analysis model. *Journal of family medicine and primary care*, 7(5). 1068.
- Soyer, A. (2006). *An exploration of masculinity, femininity, sexual fantasy and masturbation as predictors of marital satisfaction* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Suler, J. (1996). Why is this thing eating my life? Computer and cyberspace addiction at the "palace". <http://www.usr.rider.edu/~suler/psyber/eatlife.html>. 05 Temmuz 2021.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics*. Needhan Heights, Boston, MA: Allyn and Bacon.
- _____ (2013). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson Education.
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tezer, E. (1994). Evlilik ve iş doyumu ilişkisi: İkili çatışmalar ve bazı demografik değişkenlerin rolü. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(1), 1-12.
- Uşkul, A. K., Hynie, M. ve Lalonde, R. N. (2004). Interdependence as a mediator between culture and interpersonal closeness for Euro-Canadians and Turks. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 174-191.

Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 250-261.

Yıldırım, İ. (1992). *Evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler* (Yayınlanmamış Doktora tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Onam Bilgisi: Katılımcılar işlem öncesinde bilgilendirilmiş, onam formu imzalatılmıştır.

Etik Kurul Onayı: T. C. Bahçeşehir Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 20021704-604.01.01 sayılı numaralı etik kurul onayı bulunmaktadır.

Çıkar çatışması: Çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal destek: Finansal destek bulunmamaktadır.

Yazar Katkı Oranları: Selin Güneş (%50), Seda Gökçe Turan (%50).

Participant informed consent: Participants were informed before the data collection and they were asked to sign a form of consent.

Ethics committee approval: The ethics committee approval has been obtained from T. C. Bahçeşehir University Scientific Research and Publication Ethics Committee with report number 20021704-604.01.01.

Conflict of interest: There are no conflicts of interest to declare.

Financial support: No funding was received for this study.

Author contribution rate: Selin Güneş (50%), Seda Gökçe Turan (50%).

