

**T.C.**  
**BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**EVLİLİK HOŞNUTSUZLUĞU VE MERHAMET KORKUSU**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**GİZEM ŞAHİN**

**BALIKESİR, 2023**



**T.C.**  
**BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**EVLİLİK HOŞNUTSUZLUĞU VE MERHAMET KORKUSU**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**GİZEM ŞAHİN**

**TEZ DANIŞMANI**

**PROF. DR. UĞUR GÜRGAN**

**BALIKESİR, 2023**

**T.C.**  
**BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**TEZ ONAYI**

Enstitümüzün Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı'nda 201912577001 numaralı Gizem ŞAHİN'in hazırladığı "Evlilik Hoşnutsuzluğu ve Merhamet Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu YÜKSEK LİSANS tezi ile ilgili TEZ SAVUNMA SINAVI, Lisansüstü Eğitim Öğretim ve Sınav Yönetmeliği uyarınca 02/05/2023 tarihinde yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda tezin onayına OY BİRLİĞİ/OY ÇOKLUĞU ile karar verilmiştir.

Üye (Başkan) Doç. Dr. İbrahim TANRIKULU

İmza

Üye (Danışman) Prof. Dr. Uğur GÜRGAN

İmza

Üye Doç. Dr. Betül ALATLI

İmza

.../.../2023

Enstitü Onayı

## ETİK BEYAN

Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kuralları'na uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

15/05/2023

Gizem ŞAHİN

## ÖNSÖZ

İlk olarak, benden asla vazgeçmeyen ve beni bu süreçte her konuda destekleyen kıymetli danışman hocam Prof. Dr. Uğur GÜRGAN'a sonsuz teşekkür ederim. Bana hem akademik hem de insanlık anlamında kattıkları için minnettarım.

Sürecimin belki en tatlı aşaması olan savunmamda katkılarını esirgemeyen jüri üyelerim saygıdeğer Doç. Dr. İbrahim TANRIKULU'na ve Doç. Dr. Betül ALATLI'ya teşekkürü bir borç bilirim.

Sadece bu süreçte değil hayatımın her anında bütün varlıklarıyla yanımda olan, beni motive eden ve en kötü zamanlarımda hep yanımda olan biricik annem Günay ŞAHİN ve babam Metin ŞAHİN'e sonsuz teşekkür ederim. İyi ki varsınız.

Sevgili yüksek lisans arkadaşlarım Zeliha YUR, Hilal ÖZDEMİR'e ve Özge ERDEM'e desteklerini, güzel sözlerini ve güler yüzlerini paylaştıkları için çok teşekkür ederim. Son olarak, süreçte yanımda olup beni destekleyen, beni saatlerce dinleyen sevdiklerime, arkadaşlarıma, her hareketi ile beni mutlu eden kedim Ponçik'e ve bu süreci aşabilme dayanıklılığını gösteren kendime teşekkür ederim.

**BALIKESİR, 2023**

**GİZEM ŞAHİN**

## ÖZET

### EVLİLİK HOŞNUTSUZLUĞU VE MERHAMET KORKUSU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ŞAHİN, Gizem

Yüksek Lisans, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Uğur GÜRGAN

2023, 74 sayfa

Evlilik hoşnutsuzluğu, evli çiftlerin birbirinden uzaklaşması veya birbirine yabancılaşması olarak tanımlanmaktadır. Merhamet korkusu ise bireylerin, kendine ve başkalarına merhamet göstermekten ve başkalarının kendine merhamet göstermesinden kaçınmasını ifade etmektedir. Bu bağlamda, bu çalışmada evli bireylerin evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma 18-66 yaş aralığında, 215'i kadın ve 185'i erkek toplam 400 evli katılımcı ile yapılmış olup katılımcılara “Kişisel Bilgi Formu”, “Evlilik Hoşnutsuzluğu Ölçeği” ve “Merhamet Korkusu Ölçeği” uygulanmıştır. Evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu arasındaki ilişkinin tespitinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu kullanılmıştır. Verilerin analizinde cinsiyet, aylık gelir, evlilik şekli için Bağımsız Örneklem T-Testi; yaş, eşin yaşı, çocuk sayısı, eğitim durumu ve evlilik süresi için Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Sonuç olarak, evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde yaşa, eşin yaşına, cinsiyete, çocuk sayısına, aylık gelirine, eğitim durumuna, evlilik şekline ve evlilik süresine göre farklılaşma olup olmadığı ve merhamet korkusu düzeyinde cinsiyete, yaşa, eşin yaşına, çocuk sayısına, aylık gelirine, eğitim durumuna, evlilik şekline ve evlilik süresine göre farklılaşma olup olmadığı araştırılmıştır. Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde cinsiyete, yaşa, eşin yaşına, çocuk sayısına ve evlilik süresine göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Merhamet korkusu düzeyinde evlilik şekline göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Bulgular sonuç bölümünde incelenmiştir.

**Anahtar kelimeler:** Evlilik, Evlilik hoşnutsuzluğu, Merhamet, Merhamet korkusu



## **ABSTRACT**

### **EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN MARITAL DISAFFECTION AND FEAR OF COMPASSION**

**ŞAHİN, Gizem**

**Master Thesis, Department of Educational Sciences**

**Advisor: Prof. Dr. Uğur GÜRGAN**

**2023, 74 pages**

Marital disaffection is the separation or alienation of married couples from each other. Fear of compassion refers to individuals' refraining from showing compassion to themselves and others and from others showing compassion to themselves. In this study, the relationship between marital disaffection and fear of compassion was examined. The research was conducted with 400 married participants, 215 of whom were women and 185 were men, between the ages of 18-66, and the "Personal Information Form", "Marital Disaffection Scale" and "Fear of Compassion Scale" were applied to the participants. Pearson Product-Moment Correlation was used to determine the relationship between marital disaffection and fear of compassion. In the analysis, Independent Samples T-Test was used for gender, monthly income, type of marriage, and a One-Way Analysis of Variance was used for age, spouse's age, number of children, educational status, and duration of the marriage. As a result, a positive and low-level significant relationship was found between marital disaffection and fear of compassion. It was examined whether there is a difference in the level of marital disaffection according to gender, age, spouse's age, number of children, monthly income, educational status, marriage type, and duration of marriage. It was examined whether there is a difference in the level of fear of compassion according to gender, age, spouse's age, number of children, monthly income, educational status, marriage type, and duration of marriage. A significant difference was found in the level of marital disaffection according to gender, age, spouse's age, number of children, and duration of marriage. A significant difference was found in the level of fear of compassion according to the type of marriage. The findings were examined in the conclusion section.

**Keywords:** Marital disaffection, Marriage, Compassion, Fear of compassion

*Her koşulda yanımıda olan anneme ve babama...*

# İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER .....	ix
ÇİZELGELER LİSTESİ .....	xii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xiv
<b>1. GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
1.1. Araştırmanın Problemi .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	3
1.3. Araştırmanın Önemi .....	3
1.4. Araştırmanın Varsayımları .....	5
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	5
1.6. Tanımlar .....	5
<b>2. İLGİLİ ALANYAZIN.....</b>	<b>6</b>
2.1. Kuramsal Çerçeve .....	6
2.1.1. Evlilik Olgusunun Tarihçesi.....	6
2.1.2. Pozitif Psikoloji ve Evlilik.....	7
2.1.3. Evlilik Nedenleri.....	8
2.1.4. Evliliğin Son Buluşu: Boşanma.....	9
2.1.5. Evlilik Hoşnutsuzluğu .....	12
2.1.6. Merhamet.....	14
2.1.7. Merhamet Korkusu .....	16
2.2. İlgili Araştırmalar .....	20
2.2.1. Evlilik Hoşnutsuzluğu ile İlgili Araştırmalar .....	20

2.2.2. Merhamet Korkusu ile İlgili Araştırmalar .....	22
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>25</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	25
3.2. Evren ve Örneklem.....	25
3.3. Veri Toplama Araçları ve Teknikleri .....	27
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu .....	27
3.3.2. Evlilik Hoşnutsuzluğu Ölçeği (EHÖ).....	28
3.3.3. Merhamet Korkusu Ölçeği (MKÖ) .....	28
3.4. Verilerin Toplanma Süreci .....	29
3.5. Verilerin Analizi.....	29
<b>4. BULGULAR VE YORUMLAR.....</b>	<b>31</b>
4.1. Cinsiyete Yönelik Bulgular .....	32
4.2. Yaşa Yönelik Bulgular .....	33
4.3. Eşin Yaşına Yönelik Bulgular .....	34
4.4. Eğitim Durumuna Yönelik Bulgular .....	36
4.5. Aylık Gelire Yönelik Bulgular .....	37
4.6. Çocuk Sayısına Yönelik Bulgular .....	38
4.7. Evlilik Şekline Yönelik Bulgular .....	40
4.8. Evlilik Süresine Yönelik Bulgular .....	41
<b>5. SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>43</b>
5.1. Sonuçlar.....	43
5.2. Öneriler.....	48
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>51</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>68</b>
EK-1. Evlilik Hoşnutsuzluğu Ölçeği İzni.....	68
EK-2. Merhamet Korkusu Ölçeği İzni .....	69

EK-3. Bilgilendirilmiş Onam Formu.....	70
EK-4. Kişisel Bilgi Formu.....	71
EK-5. Evlilik Hoşnutsuzluğu Ölçeği Örnek Maddeler .....	72
EK-6. Merhamet Korkusu Ölçeği Örnek Maddeler .....	73
EK-7. Etik Kurul Onay Belgesi.....	74

## ÇİZELGELER LİSTESİ

Sayfa

<b><u>Cizelge 1.</u></b> Araştırmaya Katılan Çalışma Grubunun İlgili Kişisel Değişkenlerinin Frekans ve Yüzdeler Değerleri.....	26
<b><u>Cizelge 2.</u></b> Evlilik Hoşnutsuzluğu ve Merhamet Korkusu Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları .....	31
<b><u>Cizelge 3.</u></b> Evlilik Hoşnutsuzluğunun Cinsiyete Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Cinsiyete Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları .....	32
<b><u>Cizelge 4.</u></b> Yaşa Göre Betimsel İstatistikler .....	33
<b><u>Cizelge 5.</u></b> Evlilik Hoşnutsuzluğunun Yaşa Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Yaşa Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları .....	34
<b><u>Cizelge 6.</u></b> Eşin Yaşına Göre Betimsel İstatistikler .....	35
<b><u>Cizelge 7.</u></b> Evlilik Hoşnutsuzluğunun Eşin Yaşına Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Eşin Yaşına Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları .....	35
<b><u>Cizelge 8.</u></b> Eğitim Durumuna Göre Betimsel İstatistikler .....	36
<b><u>Cizelge 9.</u></b> Evlilik Hoşnutsuzluğunun Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları.....	37
<b><u>Cizelge 10.</u></b> Evlilik Hoşnutsuzluğunun Aylık Gelire Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Aylık Gelire Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları.....	38
<b><u>Cizelge 11.</u></b> Çocuk Sayısına Göre Betimsel İstatistikler .....	39
<b><u>Cizelge 12.</u></b> Evlilik Hoşnutsuzluğunun Çocuk Sayısına Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Çocuk Sayısına Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları .....	39
<b><u>Cizelge 13.</u></b> Evlilik Hoşnutsuzluğunun Evlilik Şekline Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Evlilik Şekline Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları.....	40
<b><u>Cizelge 14.</u></b> Evlilik Süresine Göre Betimsel İstatistikler .....	41

<b><u>Cizelge 15.</u></b> Evlilik Hoşnutsuzluğunun Evlilik Süresine Göre Farklılaşmaya Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Evlilik Hoşnutsuzluğunun Evlilik Süresine Göre Farklılaşmaya Yönelik ANOVA Sonuçları.....	42
---	----



## KISALTMALAR LİSTESİ

- EHÖ** : Evlilik Hoşnutsuzluğu Ölçeği  
**MKÖ** : Merhamet Korkusu Ölçeği

# 1. GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problem durumu, amacı ve alt amaçları, araştırmanın önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve tanımlar açıklanmıştır.

## 1.1. Araştırmanın Problemi

Evlilik, iki bireyin aile oluşturmak amacıyla hukuk kuralları çerçevesinde bir araya gelmesidir. Oluşan aile kurumu ile beraber bireylerin fiziksel, ekonomik, sosyal ve duygusal işlevleri bulunmaktadır (Gladding, 2018). Bu işlevlerin çiftler tarafından benimsenmesi ve sürdürülmesi evliliğin sağlıklı devam etmesi için önemlidir. Bu sorumluluklardan biri olan aynı ortamı paylaşmak, beraberinde hayatı birleştirmek anlamına da gelmektedir.

Evlilik, bireylerin hayatlarını birleştirdikleri, sevgi ve fedakârlık gerektiren ve toplum tarafından da teşvik edilen uzun vadeli bir oluşumdur (Cott, 2002). Bu oluşumda bireyler ortak alanlar ve anılar paylaşmayı öğrenmekle ve sürdürmekle yükümlü hissederler. Ortak bir yaşam sürme gerekliliği, evli bireylerin mutluluğu paylaştığı gibi, sorunları da paylaşmasını gerektirir (Girgis vd., 2011). Bu işlevlerin aksaması durumunda evlilikte sorunlar oluşabilmektedir. Evlilikte yaşanan fiziksel, psikolojik, cinsel ve iletişimsel problemler bireyleri evlilikten uzaklaşmaya itmekte, eğer sorunlar çözülemezse, eşlere evliliği sorunlara rağmen devam ettirme ya da evliliği bitirme olmak üzere iki seçenek sunmaktadır (Kaysner, 1993).

Evliliği devam ettiren bireylerde, çözülemeyen problemlerin birikmesiyle artış gösteren evlilik hoşnutsuzluğu, evlilik kalitesini olumsuz yönde etkilemektedir. Evlilik kalitesi yüksek bir evlilikte, eşlerin birbirlerinden ve ilişkiden memnun oluşu, eşlerin hem birbiriyle hem de evliliğin gereklilikleriyle uyum içerisinde oluşu, çatışma ile baş edebilmeleri, eşlerin birbirine bağlı ve bütün oluşu beklenmektedir (Cole, 1985). Eşler arası iletişimin niteliği de evlilik kalitesini etkilemektedir. Sağlıklı bir

iletişim içinde olan eşlerin evlilik kalitesinin olumlu yönde etkilendiği bilinmektedir (apraz ve nsan, 2022). Evlilik kalitesi düşük bir evlilikte ise eşler belirtilen niteliklerde aksamalar yaşadıkları için evlilik hoşnutsuzluğu artmaya başlamaktadır. Hoşnutsuzluğun artışıyla beraber sevgi de yitirilmektedir.

Sevgi öğretilbilir ve öğrenilebilir bir olgudur (Fromm, 2020). Eşe yaklaşma biçiminin ğretilbildiği ve öğrenilebildiği bir olgu olarak sevgi, merhamet ile birleşince eş, diğer eşin acı ve üzüntülerini anlamakta ve bu da eşlerin evliliğe karşı olumlu görüşlerini güçlendirmektedir (Neff ve Karney, 2009). Eşlerin birbirlerine nazik ve yargılamadan yaklaşması “merhametli sevgi” olarak ifade edilmektedir. Berscheid (2006), merhametli sevgiyi “başkasının refahı için endişe duyma ve bu endişeyi gidermeye yönelik eylemlerinin kendine gelecekte fayda sağlayıp sağlamayacağına bakmaksızın harekete geçme” olarak tanımlamıştır. Dolayısıyla, eşlerin birbirlerini merhamet ile sevmesi evliliğin gidişatında olumlu bir etki gösterecektir. Nitekim Fehr, Harasymchuk ve Underwood (2014), evlilikte eşlerin birbirine merhametli sevgi göstermesinin ilişkiden alınan doyumla ve ilişkiye olan inançla olumlu bir ilişki gösterdiğini ifade etmiştir. Ayrıca, bu sevginin mutlu ve uzun bir evliliğin işaretçisi olduğunu ifade etmiştir (Fehr, Sprecher ve Underwood, 2009). Bu bağlamda, evlilikte merhamet dikkat çekmektedir. Fakat, bazı insanlar merhamet göstermekten ve görmekten rahatsızlık hissedebilirler. Bu da merhamet korkusu olarak ifade edilmektedir.

Merhamet korkusu, acıyı anlamaktan ve acıyı ortadan kaldırmaya yönelik tepki vermekten kaçınmaktır (Rockliff vd., 2008). Bu kaçınma, kişinin yeterince güvenli ortamlarda bulunamaması ve ruhsal bozukluklarla ilişkilendirilmiştir (Matos, Duarte ve Pinto-Gouveia, 2017). Evliliğin içinde bulunan bireylere güvenli ve huzurlu bir ortam sağlaması gerektiği fakat merhamet korkusunun evliliği olumsuz etkilediği ve huzursuzluğa yol açabileceği düşünülmektedir. Bunlardan hareketle, bu çalışmada evliliklerin kalitesini düşürüp eşleri mutsuzlaştıran ve evliliği zlmeye götüren hoşnutsuzluklar ile evlilik ilişkisinde gerekli olduğu düşünülen merhametten çekinmenin, yani evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

## 1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmada genel olarak, evlilik hoşnutsuzluğu ile merhamet korkusu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Amaç kapsamında şu sorulara cevap aranmıştır:

1. Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde cinsiyete, yaşa, eşin yaşına, eğitim durumuna, aylık gelirine, çocuk sayısına, evlilik şekline ve evlilik süresine göre farklılaşma var mıdır?

2. Merhamet korkusu düzeyinde cinsiyete, yaşa, eşin yaşına, eğitim durumuna, aylık gelirine, çocuk sayısına, evlilik şekline ve evlilik süresine göre farklılaşma var mıdır?

## 1.3. Araştırmanın Önemi

Toplumunu oluşturan en küçük birim olarak ailenin hem toplum hem de bireyler bakımından sürdürülebilir olması önem arz etmektedir. Ailenin korunması ve geliştirilmesi eşler ve çocuklar açısından önemlidir (Bayer, 2013). Bu bağlamda, aileyi çözülmeye iten ve evlilik ilişkisinde eşleri iletişimsizliğe, birbirinden uzaklaşmaya ve ayrılmaya sevk edecek nedenlerin anlaşılması, tanımlanması ve önlenmesine yönelik çalışmalar yapılması gerekmektedir. Hoşnutsuzlukların arttığı evliliklerde eşler, evliliği hem birbirleri için hem de kendileri için katlanılmaz kılabilir. Eşlerin sıklıkla fikir ayrılığı yaşadığı bir evlilik, önemli psikolojik sorunlara neden olabilmektedir (Rao, Nambi ve Chandrashekhar, 2005).

Olumsuz düşünceler sıklıkla kendini göstermeye başlayınca evliliğe olan inanç, eşlerin birbirine bağlılıkları, evliliğe dair umut azalmakta, birbirini ihmal etme ve evlilikte çözüme başlamaktadır (Mohammadi ve Mohammadian, 2018). Olumsuz düşüncelerin artmasıyla gelen çözüme, eşlerin ilişkiye devam etme fedakarlığını göstermemesine, aradaki aşkın ve sevginin gittikçe azalmasına, eşlerin evliliklerinin düzeleceğine ve devam edeceğine olan umudunu yitirmelerine neden olmaktadır (Kayser, 1993; Kersten, 1990). Bu olumsuz düşüncelerin birikimiyle eşin kendini diğer eşe ve evliliğe bağlayan sevgi bağını kaybetmesine, dolayısıyla mutsuz evliliklere ve hatta boşanmalara neden olmaktadır.

Ailedeki problemlerin çözülemeden birikmesi, bireyleri evlilikten memnuniyetsiz ve hoşnutsuz olmaya yöneltmesi bakımından kendine ya da başkasına merhamet edebilme ve başkalarının merhametle yaklaşımlarını kabul edebilmenin evlilik hoşnutsuzluğuna etkisi olduğu düşünülmektedir. Nitekim, merhamet korkusu kendi başına huzursuzluğa neden olmaktadır (Gilbert vd., 2011; Gilbert vd., 2012, Joeng ve Turner, 2015; Miron vd., 2016). Merhametten kaçınma ile gelen korkunun da evli bireylerin evlilik hoşnutsuzluğu ile bir ilişkisi olduğu düşünülmektedir.

Gerek ailenin korunması gerek de ailenin içinde ve dışındaki bireylerin psikolojik sağlıklarının korunması bakımından evlilik hoşnutsuzluğu kavramının araştırılmasının gerekli ve önemli olduğu düşünülmektedir. Ek olarak, evlilikte yetişkinlerin bağlanma biçimi evliliğin sürdürülebilir olması için önemlidir (Crowell, Treboux ve Waters, 2002; Gallo ve Smith, 2001). Yetişkin bağlanmasının temellerinin çocuklukta atıldığı (Fraley ve Roisman, 2019) ve evliliğin kalitesinin eşlerin bağlanma biçimlerinden etkilendiği bilinmektedir (Volling, Notaro ve Larsen, 1998). Eşlerin bağlanması ayrıca ailesel işlevlerini de etkilemektedir (Dickstein vd., 2001). Merhamet korkusunun da çocukluk bağlanması ile ilişkili olduğu ele alındığında (Miron vd., 2016) birey için önemli olduğu kadar evlilik için önemli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda aile yapısının korunması, ailenin sürdürülebilir olması ve evlilik kalitesinin korunması adına merhamet korkusunun evlilik içinde incelemenin önemli olduğu düşünülmektedir.

Evliliği etkileyen bazı değişkenleri incelemenin de evlilik ilişkisini daha iyi tanımlayacağı düşünülmektedir. Evlilikte eşlerin yaşlarının, cinsiyet rolleri (Wheeler ve Gunter, 1987) ve boşanma (Wilson ve Smallwood, 2008) açısından etkili olduğu bilinmektedir. Aynı zamanda yaşın, toplumun yapısına dair bilgi verdiği bilinmektedir (Carmichael, 2011). Eğitim durumunun evliliğe yaklaşımı değiştirdiği ifade edilmiştir (Brien ve Lillard, 1994). Nitekim eşlerin evlilik sürecine uyum sağlamasında eğitim durumu bir belirleyicidir (Yıldız, 2012). Alanyazın incelendiğinde evlilikte eşlerin ilişkisi (Humphrey, 1975) ve evlilik doyumu (Onyishi vd., 2012; Twenge vd., 2003) üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Ayrıca, ailenin gelirinin ev içi cinsiyet rollerini belirlemede etkisi olduğu ifade edilmiştir (Burgoyne, 1990; Woolley, 2000). Evliliğin şeklinin (Arif ve Fatima, 2015) ve süresinin (Hafner ve Spencer, 1988) evlilik doyumu üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Bu bilgiler dikkate alınarak bazı değişkenler çalışmada ele alınmıştır.

#### 1.4. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmada, katılımcıların ölçekleri samimi bir biçimde yanıtladıkları ve incelenen çalışma grubunun evrenin görüşünü yansıtabildiği varsayılmıştır.

#### 1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma, veri toplama araçlarından elde edilen bilgilerle sınırlıdır. Evlilik hoşnutsuzluğu ölçeğini Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapan Çelik (2013, s. 253)'e göre çalışmada evlilik hoşnutsuzluğunun ölçülmesinde, ölçülen yapının mahrem oluşu ve evliliklerini daha olumlu ve yolunda göstermek konusunda sosyal beğenirlik endişesi yaşayabileceklerinden katılımcıların samimi cevap vermeyebilecekleri göz önüne alarak katılımcıların cevapları ile sınırlandırılmıştır. Araştırmadaki katılımcılar Erzurum ilinden belirlendiği için çalışma bu il ile sınırlıdır.

#### 1.6. Tanımlar

**Evlilik Hoşnutsuzluğu:** Evlilikte eşler arasında sevgi, bağlılık ve yakınlığın azalması ile beraber eşlerin birbirlerine karşı duyarsız ve ilgisiz davranması ve evlilik ilişkisinin çözülmesi süreci olarak tanımlanmaktadır (Çelik, 2013; Kayser, 1993; 1996)

**Merhamet Korkusu:** Bireyin kendinin ya da başkalarının acısını görmede, anlamada ve acıyı hafifletmeye dönük harekete geçmesinde rahatsız ve endişeli hissetmesidir (Rockliff vd., 2008).

**Evlilik Şekli:** Evlenme sürecini ifade eden bu kavram, bireylere eş seçiminde aile ve çevre tarafından tanınan özgürlüğün seviyesine göre geleneksel ya da gelenek dışı olarak ayrılmaktadır (Poyraz-Tacoğlu, 2011). Geleneksel evliliklerdeki eş seçimlerinde ailenin ve çevrenin kararı bireyin kararından önceliklidir (Günen ve Poyraz-Tacoğlu, 2017). Modern evliliklerde ise tam tersi durum görülmektedir (Perse Pavitt ve Burggraf, 1990).

## 2. İLGİLİ ALANYAZIN

### 2.1. Kuramsal Çerçeve

Bu bölümde pozitif psikoloji ve evlilik, evlilik olgusunun tarihçesi, evlilik ve nedenleri, boşanma, evlilik hoşnutsuzluğu, merhamet ve merhamet korkusu kavramları incelenmiştir.

#### 2.1.1. Evlilik Olgusunun Tarihçesi

M.Ö. 700-480 yıllarında, Arkaik Yunan toplumunda evlilikle ilgili anlatılara rastlanmaktadır. Bunlardan dikkat çeken Hermafrodit ile Salmakis arasında geçen, günümüzdeki paylaşma ve bağlılık temelli evlilik anlayışına benzeyen bir anlatıdır. Bu anlatıya göre Hermafrodit ve Salmakis özel bir bağ ile bağlanmış ve bir yatağın paylaşımçıları olarak nitelendirilmiştir (Romano, 2009). Çeşitli toplumlarda da farklı gelenek, görenek ve anlamlarla ifade edilen evlilik, Coontz (2005)'a göre insanlar, avcı-toplayıcı çağlarda takas yöntemini kullanırken bu yöntemi daha etkili kullanmak için evlilikle grup oluşturmuştur. Toplumdaki erkeklerin, üreme ihtiyacını karşılamak için yiyecek karşılığında kadınların doğurganlığından yararlandığını ifade eden Coontz (2005), bu paylaşımın artışının iki cinsiyetin birbirine yakın yaşamasına, erkeğin ve kadının iki farklı yapı ve beceriye sahip oldukları için karşılıklı fayda sağlamalarına sebep olduğunu, toplu yaşam başladıktan sonra da kabilelerin birleştirici gücünün eklenmesiyle politik bir hedef de kazandığını belirtmektedir. Paylaşma ve bütünleştirme temellerinde insanlar tarafından olgu haline getirilen evlilik, toplumsal statüsünü kazanarak günümüze gelmiştir (Coontz, 2005).

Psikoloji alanyazımında evliliği anlamak ve evlilikteki sorunlara farklı bakış açılarıyla yaklaşmakla ilgili girişimler ivme kazanmıştır (Fincham ve Bradbury, 1990). Toplum tarafından önemli görülen evlilik (Cohn, 2013), çeşitli yaklaşımlar açısından da incelenmektedir. Evliliği inceleyen yaklaşımlardan biri Pozitif Psikoloji'dir.

### 2.1.2. Pozitif Psikoloji ve Evlilik

Kavram olarak ilk defa Abraham Maslow tarafından öne sürülen Pozitif Psikoloji, kurucuları Martin Seligman ve Mihaly Csikszentmihalyi tarafından, yaşamın biyolojik, kişisel, ilişkisel, kurumsal, kültürel ve küresel boyutlarında pozitif insan işleyişinin ve gelişiminin bilimsel anlamda incelenmesi olarak tanımlamaktadır (Lopez, 2009). Sheldon ve King (2001) ise “sıradan insan insanların, grupların ve kurumların halihazırda var olan güçlerinin ve erdemlerinin bilimsel çalışması” olarak tanımlamaktadır. Peterson (2008)’a göre Pozitif Psikoloji, hayatı en çok yaşanmaya değer kılan şeyin bilimsel çalışmasıdır. Amerikan Psikoloji Derneği (APA)’ne göre pozitif psikoloji, psikolojik durumlara (örneğin, memnuniyet, neşe), bireysel özelliklere veya karakter güçlerine (örneğin, yakınlık, bütünlük, fedakârlık, bilgelik), öznel refahı artıran ve hayatı yaşanmaya değer kılan sosyal kurumlara odaklanan psikolojik teori ve araştırma alanıdır (Tambe, 2022).

Pozitif Psikoloji ile ilgili çalışmalar insan yaşamında etkili olan ilişkileri de incelemektedir çünkü bu kuram doyumu yüksek bir yaşamı amaçlamaktadır (Carr, 2022). Çalışmalar ilişkilerin yaşam doyumu ve yaşam amacında önemli bir konumda olduğunu göstermektedir (Berscheid ve Reis, 1998; Diener vd., 1999; Little, 1989). Seligman (2011) olumlu duyguların, yaşamsal süreçlere aktif katılımın, ilişkilerin ve yaşam anlamının bireylerin iyi oluşunu dolayısıyla yaşam doyumunu oluşturan temel bileşenler olduğunu ifade etmiştir. İyi oluşta ilişkilerin öneminden hareketle Peterson (2006), pozitif psikolojiyi “diğer insanların değerli olduğunu kabul etmek” olarak ifade etmektedir. Diğer insanların değerli olması gerektiği bir ilişki biçimi de evliliğdir. Vaillant (2002) yaşlı yetişkinlerle ilgili kapsamlı araştırmasında, sağlıklı yaşlanmanın belirleyicilerini sigara içmemek veya gençken sigarayı bırakmak, olumlu başa çıkmaya çalışmak, alkolü fazla tüketmemek, sağlıklı bir kiloyu korumak, istikrarlı bir evliliğe sahip olmak, ara sıra egzersiz yapmak ve eğitilmiş olmak şeklide ifade etmiştir. Dolayısıyla evlilik, pozitif psikoloji açısından ele alınması gereken bir olgudur.

Pozitif Psikoloji’ye göre uzun süren, mutlu ve doyumu yüksek bir evlilikte eşlerin birbirleriyle uyumlu olması, görüş ayrılıklarının ortak değerlendirilip, çatışmaya dönüşmemesi beklenmektedir (Lopez, 2009). Gottman’a göre evlilikte eşler birbirlerinden “saygı ve sevgi” beklemektedir. Pozitif psikolojiye göre bu beklentilerin karşılanamaması evlilik ilişkisi için sorunlar doğurmaktadır. Veroff, Kulka ve Douvan (1981)’in bir araştırmasına göre katılımcılar başlarına gelen en son kötü şeyi önemli



bir ilişkilerinde bozulma olarak ifade etmişlerdir. Eşin ölümünün en travmatik yaşam olaylarından biri olduğu (Holmes ve Rahe, 1967), psikolojik ve fiziksel sağlığı derinden etkilediği bilinmektedir (Stroebe ve Stroebe, 1987). Eşin fiziksel olarak kaybı büyük sorunlara yol açarken sorunlu ilişkiler de psikoterapide en yaygın ortaya çıkan sorun olmakla beraber, istenilen şekilde bir ilişki yaşayamama da hayatın tüm dönemlerinde yıkıcı etkilere sahiptir (Keyes ve Haidt, 2003).

### **2.1.3. Evlilik Nedenleri**

Evlilik tüm toplumlarda görülen, bireylere resmi bir davranış statüsü ve sorumluluk getiren bir olgudur (Gündüzalp, 2018). Eşlerin aynı ortam ve koşulları paylaşmasını gerektiren evlilikte, eşler birlikte yaşamaya başladıklarında evlilik öncesinde dikkat çekmeyen bireysel özellikleri görünür hale gelip ilişkiyi etkilemektedir (Abbasi ve Alghamdi, 2017). Sonu belirsiz bir süreç olmasına rağmen günümüzde birçok insan evlenerek hayatlarını birleştirmektedir. Bireylerin evlenmesine katkı sağlayan çeşitli nedenler bulunmaktadır.

Evlilik, eşlerin hem fiziksel hem de duygusal iyi oluşuna katkı sağlamaktadır (De Vaus, 2002; Drefahl, 2012; Gove, Hughes ve Style, 1983; Kim ve McKenry, 2016). Sağladığı bu katkıdan dolayı evliliğin oluşumu ve sürdürülmesi yöneticiler ve toplum tarafından desteklenmektedir (Johnson, 2012). De Paulo ve Morris (2005) evliliğin iyi oluşa etkisini toplumun evliliğe atfettiği olumlu anlamın yansıması olarak ele almaktadır. England, White ve Gallagher (2001) ise evlilikte eşlerin birbirlerine sağladığı duygusal desteğin, bireylere kattığı yaşam anlamının, ekonomik ve duygusal yönetim becerisinin, ulaşılabilir bir cinsel partnere sahip oluşun evli bireylerin mutluluğunun veya yaşam doyumunun daha yüksek oluşuna katkı sağladığını ifade etmiştir.

Evliliğin nedenleri üç açıdan incelemek mümkündür: Biyolojik, sosyal ve psikolojik (Özgüven, 2000). Biyolojik yön evlilikte hem üreme hem de doyum bakımından cinselliği vurgulamaktadır. Cinselliğin eş ilişkisi ile bir bütün olarak ele alınması ve evlilik olgusuyla beraber ele alınması gerekmektedir (Gülsün, Ak ve Bozkurt, 2009; Young vd., 1998). Sosyal desteğin tanıdık ve benzer sorunlarla karşılaşan kimselerden gelmesi desteği daha etkili kıldığı için (Dehle, Larsen ve

Landers, 2001; French vd., 2010; Revenson, 1994) kişiler ortak bir hayatın yürütüldüğü evlilik ilişkisi içine girebilmektedir. Sürekliliği sağlanan evliliklerde, eşlerin birbirine karşı kabul etme, güven duyma ve paylaşma davranışlarının psikolojik sağlıkları üzerinde önemli bir etkisi bulunmaktadır (Soulsby ve Bennett, 2015). Evliliğin nedenleri arasında gösterilen psikolojik nedenler ile birey, evlilik kurumu içinde doyuma ulaşmayı ve kendine yer edinebilmeyi amaçlamaktadır (Gündüzalp, 2018). Bu neden incelendiğinde, evlenen bireylerin hem kadın hem erkek ele alındığında, evliliklerinin psikolojik iyi oluş düzeylerini olumlu etkilediği bilinmektedir (Horwitz, White ve Howell-White, 1996; Simon, 2002; Williams, 2003).

Türkiye’de evlilik toplumsal ve bireysel faaliyetlerin sürdürülebilmesi açısından önemli bir durumdur (Başkaya ve Ünal, 2017). TÜİK (2022)’e göre 2011-2020 yılları arasında düşüşte olan kaba evlenme hızı (bin kişiye düşen evlenme sayısı), 2020-2022 yılları arasında yükselişe geçmiştir. Artan evliliklerin yanı sıra boşanmalarda da artış görülmektedir. Kaba evlenme hızının artışa geçtiği zaman diliminde kaba boşanma hızının da artışta olduğu görülmektedir.

#### **2.1.4. Evliliğin Son Buluşu: Boşanma**

Evlilik birbirine uyum sağlama ve adaptasyon süreci ile başlar (Gladding, 2018). Bu süreçte bireyler kendilerini ev içerisindeki ve dışındaki ortak sorumluluklara, birbirlerini ve yeni eklenen akrabaları kabullenmeye çalışmaktadır. İletişimsizlik, aile içindeki ve dışındaki sıkıntılar ve çocuk ile ilgili kararlar eşler arasında çatışmalara neden olabilmektedir (Peterson ve Jenni, 2003). Bu çatışmalar eşler arasındaki fiziksel ve sözel saldırganlık olarak ifade edilmektedir (Kitamura vd, 1998; 1998; Yılmaz, 2001). Eşlerin birbirine alışmasını takip eden süreçte, çocuk, sosyo-ekonomik, akrabalarından kaynaklanan, dinsel, cinsel ve zaman yönetimi ile ilgili nedenler aile içerisindeki çatışmaları tetiklemekte (Öner, 2013), dolayısıyla evlilikte çatışmaların zaman geçtikçe artışı görülebilmektedir. Çatışmalardaki artış ve sorunlardaki birikim eşleri boşanmaya itebilmektedir.

Boşanma, evli eşlerin evlilik durumunu sonlandırma ve yeniden ayrı hayatlar yaşama isteğinin resmi ifadesidir. Doğan (1998), boşanmayı duygusal, yasal ve toplumsal olarak üç aşamada incelemiştir: (1) Duygusal boşanma, sevgi, güven ve

saygının azalmaya başladığı dönem, (2) Yasal boşanma, problemlerin yargıya taşındığı ve ayrışmanın başladığı dönem ve (3) Toplumsal boşanma, toplumun boşanmış kişiyi kabulü ve o kişiye karşı bakış açısı. Boşanma nedenleri bu üç aşamada, bireyin boşanma kararını almasının, bu kararı kendine, ailesine, topluma ve hukuki süreçlerde açıklamasının ifadesidir.

Türkiye İstatistik Kurumu (2021) Aile Yapısı Araştırması verilerine göre, en az bir kez boşanmış bireylerin boşanma nedenleri incelendiğinde; %32.2 ile sorumsuz ve ilgisiz davranma birinci sırada, %30.2 ile evin ekonomik olarak geçimini sağlayamama ikinci sırada ve %24.3 ile eşlerin ailelerine karşı saygısız davranması üçüncü sıradadır. Boşanma nedenleri cinsiyete göre incelendiğinde en önemli boşanma nedeni her iki cinsiyette de sorumsuz ve ilgisiz davranmadır. Genel olarak Bennett, Lashley ve Golden (2020), boşanmanın olası sebeplerini eşlerin kopuk bağılıkları, aldatma, çatışmalar ve kavgalar, erken evlilik, ekonomik problemler, madde bağımlılığı, aile içi şiddet, sağlık problemleri ve inanç uyumsuzluğu olarak sınıflamıştır. Bu sınıflamadan yola çıkarak boşanma nedenlerini ifade edebilmek mümkündür:

a. Kopuk bağılıklar: Eşlerin birbirlerine olan zayıf bağılıkları, eşleri birbirlerinden vazgeçmeye itebilmektedir.

b. Aldatma: Aldatma, evlilik doyumunu olumsuz etkiler ve aynı zamanda evlilik doyumundan olumsuz olarak etkilenmektedir (Previti ve Amato, 2004). Yani, evlilik doyumunun düşüklüğü aldatma ile sonuçlanabilirken aldatma evlilik doyumunu düşürebilir. Kaplan vd. (2018)'nin 2000-2018 yılları arasındaki boşanma nedenlerini derleme çalışmasına göre “aldatılma” ve “şiddet” en dikkat çeken boşanma nedenleridir. Fakat, Spring (2013)'e göre kadınların aldatıldıktan sonra ilişkiye devam etme oranı erkeklerden yüksek bulunmuştur.

c. Çatışmalar ve kavgalar: Eşlerin birbirlerine olan desteği bireylerin evlilik doyumunu etkilemektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Çatışmalarda bireylerin birbirlerine destek sağlayamıyor oluşunun evlilik doyumunu düşürdüğü ve boşanmalara zemin hazırladığı düşünülebilir.

d. Erken evlilik: Orçan ve Kar (2008)'in çalışmasında erken evliliklerde dikkat çeken bir sorun katılımcıların gerçek hayatları ile beklentilerindeki hayat arasındaki farktır. Türkiye’de 18 yaşından önce gerçekleşen evliliklerin oranı incelendiğinde 18 yaşından önce evlenen erkeklerin oranı %4.4 iken kadınların oranı %24.2 olarak

bulunmuştur (TÜİK, 2021). Erken yaşta evliliklerin kadınlarda önemli bir oran ifade etmesiyle beraber erken evliliklerin boşanma olasılıkları, geç yaşta evlenenlere göre daha yüksek olduğu bilinmektedir (Bumpass, Martin ve Sweet, 1991).

e. Ekonomik problemler: Ekonomik krizlerin yaşandığı ve takip eden birkaç yılda boşanma sayılarının artarken evlenme sayılarının düşmektedir (Kılıç, Savrul ve Bayar, 2015). Ev içerisinde paranın takibi ve harcanma planı da fikir ayrılıklarına sebep olabileceği için boşanmaya zemin hazırladığı düşünülebilir. Nitekim, TÜİK (2021) Aile Yapısı Araştırması verilerine göre evli bireylerin %5.6'sı gelir-gider, %5.5'i ailece beraber vakit geçirememeye, %4.9'u gelirinin aileyi destekleyebilecek yeterlilikte olmaması ve %3.7'si ev ile ilgili sorumlulukların düzeni ve paylaşımı konularıyla ilgili sıklıkla anlaşmazlık yaşamıştır.

f. Madde bağımlılığı: Vücudun fonksiyonlarını negatif yönde etkileyen maddelerin birey zarar gördüğü halde ısrarla kullanılması ve bırakılmamasıdır (Yeşilay, 2022). Madde bağımlılığı çeşitli anormal davranışlara sebep olabilmektedir. Collins, Ellickson ve Klein (2007)'in genç yetişkinlerin boşanması üzerine yaptığı araştırmasında sık alkol kullanımının ileride boşanmaya neden olduğunu bulmuştur.

g. Aile içi şiddet: Eşlerden birinin ya da her ikisinin çocuğa, aynı evde yaşayan kişilere veya evlilik birliği devam ederken mahkeme kararı ile ya da istek ile ayrı evlerde yaşanırken diğer eşe uyguladığı fiziksel, psikolojik, cinsel ve ekonomik olarak geçici ya da kalıcı hasar bırakan her türlü davranıştır (Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü, 2008).

h. Sağlık problemleri: Hem mental hem de fiziksel açıdan sağlıklı olmak ilişkilerin devamlılığı önemli bir role sahiptir. Özellikle, eşlerden birinin ya da her ikisinin infertilite problemi olması bir boşanma sebebi olarak düşünülürken 4721 sayılı Türk Medeni Kanunu'na göre tek başına bir boşanma nedeni değildir (Türk Medeni Kanunu, 2001).

i. İnanç uyuşmazlığı: Booth vd. (1995)'ne göre din ile evlilik arasındaki ilişki negatif yönde ve zayıftır. Türkiye'nin çoğunluğun İslamiyet dinine mensup olan bir ülke olarak algılanması evlilikte inanç uyuşmazlığının düşük olması beklenebilir fakat dinin uygulanışı ve ibadet hususlarında çeşitli fikir ayrılıklarının aile bütünlüğünü etkilediği düşünülebilir.

Bahsedilen boşanma nedenleri incelendiğinde, eşleri evlilik ilişkisini bitirmeye itecek çatışmalar olduğu görülmektedir. Bu çatışmalar, evlilik hoşnutsuzluğu

açısından dikkat çekmektedir. Evlilik hoşnutsuzluğu tanımlarında ortak olarak görülen duygusal uzaklaşma/yabancılaşma (German, 2013) evlilik hoşnutsuzluğunu “duygusal boşanma” olarak da ifade etmemize olanak sağlamaktadır (Barry, Lawrance ve Langer, 2008). Dolayısıyla, Doğan (1988)’ın ifade ettiği duygusal boşanma evresini, eşler arasındaki saygı, güven kaybı ve eşten uzaklaşma süreci olmasından evlilik hoşnutsuzluğu süreciyle benzetmek mümkündür.

### **2.1.5. Evlilik Hoşnutsuzluğu**

Evliliklerin yasal olması fikri ortaya atılmadan önce de insanlar, ilk çağlardan beri evlilik ve aile hayatını sürdürmekte, beraber yaşamakta (co-habitate) hatta bu ilişkilerinde günümüz evlilik problemlerine benzer problemlerle karşılaşmaktaydı (Coontz, 2004). Bu problemler günümüze yakın şekliyle temel ihtiyaçların karşılanması için birbirine zorunlu bağlı durumda olan eşlerde sorunlara rağmen ilişkiyi devam ettirme davranışı, ayrılma veya boşanmanın gerçekleşebileceği ortamlarda ise eşlerin birbirlerinden ayrılması davranışları olarak görülebilmektedir. Canel (2012), evlilikte yaşanabilecek problemleri, eşlerin evlilikteki çatışmaları ve stresi yönetememesi, eşlerin birbirleriyle evdeki rol paylaşımı, akraba ilişkileri ve cinsellik üzerine uzlaşamaması, eşlerin yetersiz ve sağlıklı bir iletişim kurması, çocukla ilgili kararlarda zorluk, eşlerin farklılıklarını kabullenememesi, eşlerden birinin ruhsal sorunlar yaşaması veya çeşitli bağımlılıklara sahip olması olarak ifade etmektedir. Bu problemlerle karşılaşan eşler ilişkiyi sürdürebilirler ya da bitirebilirler.

Bir seçenek olarak sürdürme, eşlerin evlilikte yaşadığı problemlerini çözmesi, görmezden gelmesi ya da erteleme ile evlilik birliğinin devam ettirilmesiyle gerçekleşebilir. Problemlerin çözülmesi dışında devam eden evliliklerde bireyler sorunları biriktirdikçe birbirlerinden fiziksel ve duygusal olarak uzaklaşmaya başlayabilmektedir. Bu uzaklık eşlerin çözülemeyen problemlerinin yoğunluğunun daha da artmasına, çözüm üzerindeki etkilerinin azalmasına (Keyser, 1996), dolayısıyla da evliliğin eşler için gerektirdiği sorumlulukların yerine getirilememesine neden olmaktadır. Bu bağlamda incelendiğinde, aslında beraber yaşamaya başlayan evlilik hayatlarından günümüze kadar görülen fakat kavramsallaştırılmamış mutsuzluk, doyumsuzluk ve yabancılaşma Kayser (1993) tarafından “evlilik

hoşnutsuzluğu” olarak tanımlanmıştır. Evlilik hoşnutsuzluğu, aşkta ve yakınlıkta yitimidir (Keyser, 1996). Bu kavram, ilişkilerinden memnuniyetsiz olan evli çiftlerin birbirlerinde uzaklaşmasını konu eden üç aşamadan meydana gelmektedir (Kayser ve Rao, 2013).

Birinci aşamada diğer adıyla başlangıç aşamasında evli bireyler birbirlerine karşı öfke hissetmektedir ve evliliğin beledikleri gibi olmadığı düşüncesiyle hayal kırıklığına uğramaktadır. Duygu yitimi (apati) hakimdir. Bu aşamada, eş, diğer eşe karşı olumsuz düşünceleri olmasına rağmen evliliğinin devamı hakkındaki umudunu devam ettirmektedir. Eş, ayrılmak ve bitirmekten ziyade problemleri kimseye anlatmadan ve eşini mutlu ederek çözmeye çalışmaktadır. İkinci aşama olan geçiş döneminde birinci aşamadaki öfke, hayal kırıklıkları ve apati devam etmekle beraber eşler evliliğin kârları ve zararları hakkında değerlendirmelerde bulunabilirler. Problemleri çözüme denemelerine ek olarak, diğer eşten uzaklaşma ve pasif halde kalma görülebilir. Bu değerlendirmeler eşleri ayrılık kararına itebilir ve dolayısıyla boşanma gerçekleşebilir. Üçüncü ve son aşama olan bitiş evresinde, ilk iki aşamada hissedilen duygular devam etmek üzere acıma ve zıt duygular hissedilmeye başlanabilir.

Mahmoodian, Motlagh ve Dehestani (2021), duygu yitimi ve yabancılaşmaya ek olarak evli bireylerin yaşadıkları evlilik hoşnutsuzluğu belirtilerini şu başlıklar altında incelemiştir:

1. Evlilik tükenmişliği: Evlilik tükenmişliği, çiftlerin tüm çabalarına rağmen ilişkilerinin hayatlarına anlam katmadığını ve gelecekte de katamayacağını fark ettiklerinde ortaya çıkan üzüntü veren fiziksel, duygusal ve psikolojik tükenme durumunu ifade etmektedir (Pines, 2013). Evlilik tükenmişliği, duygusal ve sonunda resmi boşanmalara yol açabilir ve dolayısıyla, çiftlerin çocukları ve akrabaları için birçok sorun oluşturabilmektedir (Abbasi-Asfajir ve Ramezani, 2017; Pedro-Carroll, 2013). Eşin desteği ve karşılıklı güven evlilik tükenmişliğinin önlenmesinde önemli rol oynamaktadır (Pamuk ve Durmuş, 2015).

2. Kontrolü yitirme: Evlilikte kontrolü yitirme özellikle şiddet ile ilişkilendirilmiştir. Aşkın sahiplenme ve kişisel tatmine dönüşmesi, iletişim kopuklukları, sorumlulukları reddetme, katı eş rolleri ile beslenen şiddet süreci, otorite gücünü kaybetmek istemeyen ve elinde tutmak isteyen eşin, diğer eşe şiddet uygulaması ile sonuçlanabilmektedir ve ayrıca bu şiddet sürecinde çocuklar önemli ölçüde olumsuz etkilenmektedir (Elbow, 1982).

3. Özü reddetme/kendine yabancılaşma: Yabancılaşma kişinin sosyal durumlarda uzaklaşması, kendine çekilmesi durumu olarak ifade edilebilirken (Ifeagwazi, Chukwuorji ve Zacchaeus, 2015) kendine yabancılaşma, kişinin kendi duygularını, davranışlarını ve düşüncelerini kabullenememesi olarak düşünülebilir. Sosyal durumlardan uzaklaşıp sosyal ilişkileri reddetmenin kişinin ait olma ve anlam bulma ihtiyacını olumsuz etkilemesi göz önüne alındığında (Ifeagwazi, Chukwuorji ve Zacchaeus, 2015), kendine yabancılaşmanın da kişinin bu iki ihtiyacına olumsuz hizmet ettiği düşünülebilir. Yani kendine yabancılaşan kişi kendine ait olmakta ve yaşam anlamı bulmakta zorluk yaşayabilir.

4. Yaşam amacını yitirme: Amaçlı bir yaşam, yaşam doyumu (Chamberlain ve Zika, 1988), mutluluk, umut (Mascaro ve Rosen, 2005), fiziksel sağlık ve iyi oluş (Ryff, 1989) ile ilişkilendirilirken yaşam amacını yitirme psikopatoloji, stres, intihar düşünceleri ve depresyon ile ilişkilendirilmiştir (Stillman vd., 2009). Dolayısıyla, yaşam amacına sahip olmak bireyi olumlu etkilerken, bu amacın yitimi bireyde yıkıma neden olabilmektedir.

5. Kişisel gelişimde yavaşlık veya duraklama: Kişinin kendi ilerleyişinin sekteye uğraması olarak ifade edilebilmektedir.

6. Otonomi kaybı: Özerklik olarak ifade edilen otonomi (Türk Dil Kurumu, 2022) bağımsız düşünebilme, kararlar alabilme ve alınan bu kararları uygulamaya koyabilmeyi ifade etmektedir (Morsünbül, 2012). Evlilik, ortak bir yaşama biçimi olarak düşünüldüğünde, bir dereceye kadar otonomi kaybının beklenebileceği söylenebilir fakat bireyin tamamen başkasına bağımlı oluşunun evlilikte çözümler ile bağlantılı olduğu düşünülebilir.

Bu belirtilere ek olarak Fincham (2001), eşin olumsuz davranışlarını negatif yüklemelerle açıklamanın daha az etkili bir problem çözme biçimi olduğunu ve dolayısıyla oluşan evlilik çatışmalarının ve anlaşmazlıkların evlilikte hoşnutsuzluğa neden olduğunu ifade etmiştir.

### **2.1.6. Merhamet**

Korunaksız ve bakıma muhtaç yavrulara verilen bakım tepkisinin bir parçası olarak gelişen merhamet, evrimsel olarak gelişerek insanlar arası ilişkilerin bir parçası

olmuştur (Goetz, Keltner ve Simon-Thomas, 2010). Toplumla iç içe olan merhamet, özellikle pozitif psikolojide ilgi odağı olan bir kavramdır (Strauss vd., 2016) ve son yıllarda üzerinde çalışılan bir konudur (Nas ve Sak, 2020). Merhamet üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde, merhamet kavramının evrimsel, nörobilimsel ve psikolojik açılardan ele alındığı görülmektedir.

Merhamet, tanımlanması görece belirsiz ve kültürel geçişleri olan bir kavram olarak ele alınabilir, bu bakımdan açıklanması ve tanımlanması konusunda farklı görüşler bulunmaktadır. Merhamet TDK (2022)'ye göre olumsuz durumdan temellenen üzülmeye ve acıya; Shopenhauer'a göre çıkarlarla yaklaşmadan acıyı azaltmak (Akçetin, 2016; Akın, 2018) bireyin kendisi ve çevresindeki acıyı ve sıkıntıyı azaltma istenci (Goldin ve Jazaieri, 2017), özgeci duygular (Carr, 1999) olarak tanımlanmaktadır.

Merhamet kavramını benzerleri olan empati, sempati, acıma, özgecilik ve aşktan ayırmak gerekmektedir. Üzüntü yaratan bir duruma karşı verilen bir tepki olarak merhamet, empatik davranma ile bağlantılı olmasına rağmen (Gilbert, 2005; Gilbert, 2009) başkası ile duygu ortaklığı yapmak olan empati ile ayrılmaktadır (Lazarus, 1991; De Waal, 2008). Sempati, başka birinin ya da birilerinin duygusuna ortak olmak ve aynı zamanda duygusuna ortak olunan kişi ya da kişilerin daha iyi hissetmelerini istemek iken merhamet, o kişi ya da kişilerin daha iyi olmasını istemekle kalmayıp bir müdahalede bulunmaktır (Houston, 2023). Acıma ise kişinin kendinden daha kötü olduğunu algılamak ve o kişinin durumundan dolayı kendisinin üstünlük hissetmesi iken (Fiske vd., 2002) merhamet, kişileri ortak amaçlarla hareket edip birlikte çalışmaya itmektir (Van der Cingel, 2011). Merhametin özgecilik davranışlarını tetiklediği bilinmekle beraber (DeSteno, 2015), özgecilik başkalarının durumunu anlamak ve faydasını kendi için bir beklentisi olmadan gözetmek iken merhamet, acıyı anlamak ve bu acıya tepki vermektir. Son olarak aşk olumlu duygu ve deneyimlere odaklanırken, merhamet hem olumlu hem de olumsuz duyguların karmaşık bir bütünlüğünü içermektedir (Goldin ve Jazaieri, 2017).

Evlilikte eşlerin kendilerine, birbirlerine, çocuklara ve akrabalara merhametle yaklaşabilmesi önemlidir. Merhamet, benzer özelliklere sahip olanları koruma kollama istencini doğururken (Batson, 2010; Burnstein, Crandall ve Kitayama, 1994) evlilik gibi bir ortaklık ve paylaşım süreci de merhameti beraberinde getirebilir. Nitekim, evlilikte merhametin artışı, bireylerin evliliklerini sürdürmede anahtar bir



rolü olan evlilik doyumunu olumlu etkilemektedir (Ağaççanak, 2022). Aynı zamanda eşlerin birbirlerine merhametli bir aşkla yani eşlerin birbirlerini koruyan, kollayan, düşünen ve birbirlerine ilgi ve dikkat gösteren bir sevgi ile bağlanmaları eşlere fayda sağlamakta ve eşleri evli kalmaya teşvik etmektedir (Neff ve Karney, 2009). Dolayısıyla, evliliğin eşlerin birbirlerini yıpratmadan ve evliliğin uzun soluklu olmasında, eşlerin birbirlerinin acısını anlaması ve çözüm için aksiyona geçmesi önemli kabul edilebileceğinden, evlilikte de merhametin etkili olduğu söylenebilir (Nas ve Kardeş, 2022). Benzer şekilde evlilikte bir ve birlik olabilmek de bireylerde kendilik ve eş olabilme algısında farklılıklar oluşturduğu için eşlerin kendilerine ve birbirine merhametini geliştirebilir (Vieten, Amorok ve Schlitz, 2007).

### **2.1.7. Merhamet Korkusu**

Bowlby'nin amaçladığı şekilde bağlanma teorisi, belirli erken duygusal deneyimlerin duygusal ve fiziksel sağlığı nasıl etkilediğini anlamakla ilgili yaşam boyu devam eden bir süreçtir (Crowell, Fraley ve Shaver, 2008). Bowlby (1969; 1973; 1980; 2012)'e göre bağlanma teorisi, diğer birçok hayvan gibi insanların da bilindik ve otantik kimselerle kalıcı sevgi bağları veya bağlılıklar kurma ve kurulan bu bağları sürdürme konusunda doğal bir eğilimi olduğu önermesine dayanmaktadır. Bu bağlar bir kez kurulduktan sonra, bağların kalitesi, güvenliği ve istikrarı, yaşam boyu duygusal bakımdan sağlıklı olmak ve iyi oluş ile ilgilidir (Sable, 2008).

Bebek ile bakım veren arasındaki bağlanma, bakım verenin bebeğin ihtiyaçlarına ne zaman ve nasıl cevap verdiği ile ilgilidir. Bebek ile bebeğe bakım veren arasında bağlanmanın dört türü bulunmaktadır. Bakım verenin, bebeğin sıkıntılarına sürekli ve hemen, kucağa almak ve güven vermek gibi hassas veya sevgi dolu şekillerde tepki verdiği durumlarda bebekler, bakıcının kendi sıkıntılarını anlayan ve cevap verebilen bir kişi olduğunu bildikleri için kendilerini güvende hissetmektedirler (Van Ijzendoorn, Schuengel ve Bakermans-Kranenburg, 1991). Dolayısıyla bu bebeklerin sıkıntıyla başa çıkma stratejileri düzenli ve güvenlidir. Bu bebekler kendilerini güvende hissedene kadar bakıcıyla yakınlık aramakta ve onunla teması sürdürmektedirler (Benoit, 2004).

Bakım verenin bebeğin sıkıntılarına sürekli olarak duyarsız veya reddedici tavırla, örneğin görmezden gelme, alay etme veya sinirlenme gibi, tepki verdiği durumlarda, bebekler bakım verenin olduğu ortamda sıkıntılarını göstermekten çekinirler yani, bakım verenden kaçınmaktadırlar (Van Ijzendoorn, Schuengel ve Bakermans-Kranenburg, 1991). Bu durum kaçınan bağlanma olarak ifade edilmektedir. Bakım verenin, bebeğin sıkıntılarına tutarsız ve öngörülemeyen tepkiler verdiği durumlarda bebek sıkıntıya verdiği tepkiyi aşırı derecede artırarak bakım verenin dikkatini çekmeye çalışmaktadır (Van Ijzendoorn, Schuengel ve Bakermans-Kranenburg, 1991). Bu da kaygılı bağlanma olarak ifade edilmektedir (Erzen, 2016). Bu iki durum aynı zamanda güvensizdir çünkü bebekte sosyal ve duygusal uyumsuzluk geliştirme riskini yükseltmektedir (Van Ijzendoorn, Schuengel ve Bakermans-Kranenburg, 1991). Son olarak, dağınık bağlanma olarak ifade edilen bağlanmada, bakım verenin bebeğin sıkıntılarını gösterdiği tepkiler sadece sıkıntı anları için geçerli değildir; yayılmıştır ve tutarsızdır (Lyons-Ruth, Bronfman ve Atwood, 1999; Schuengel vd., 1999).

Yaşam boyu devam eden bir süreç olduğu ifade edilen bağlanma yetişkinlikte de devam etmektedir. Zira, sağlıklı ilişkileri olan bireyler yaşa bakılmaksızın keşfetmek, deneyimlemek ve ihtiyaç duyduklarında güvenli bir limana dönmekte özgür hissetmektedirler (Ainsworth, 1991). Bu da yetişkinlikteki bağlanma sürecinin irdelenmesini gerektirmektedir.

Bartholomew ve Horowitz (1991), bireyin kendisine ve diğerlerine olan algısının keşişimiyle belirlenen, güvenli, saplantılı, kaçınan ve korkulu olarak dört yetişkin bağlanma stili olduğunu belirtmişlerdir. Güvenli bağlanan kişiler yakınlık kurmak konusunda rahattır ve hem başkalarına bağlı olmaya hem de başkalarının onlara bağlı olmasına istekle yaklaşmaktadır (Simpson ve Rholes, 2017). Saplantılı bağlanan kişiler, kendilerini değersiz hissetmekte ve başkalarının onayına ihtiyaç duymaktadır (Bartholomew, 1990; Pietromonaco, Uchino ve Dunkel-Schetter, 2013). Kaçınan bağlanmada insanlar, romantik partnerler hakkında olumsuz görüşlere ve genellikle olumlu, ancak bazen kırılabilir benlik algısına sahiptir (Bartholomew, 1990). Kaçınan insanlar ilişkilerinde bağımsızlık, kontrol, özerklik yaratmaya ve bunu sürdürmeye çalışmaktadır (Mikulincer, 1998; Mikulincer ve Shaver, 2007) çünkü romantik partnerlerle psikolojik/duygusal yakınlık aramanın ya mümkün olmadığına ya da istenmediğine inanmaktadır. Son olarak korkulu bağlanmada, kişiler ilişkilerine

yoğun bir şekilde yatırım yaparlar ve kendilerini daha güvende hissetmek için partnerlerine duygusal olarak yakınlaşmaya hevesli davranırlar. Kendileri ve ilişkileri hakkında çelişkili görüşleri bulunmaktadır (Collins, 1996; Hazan ve Shaver, 1987). Bu çelişkili görüşler, bireylerin kendi değerlerini sorgulamasına, eşlerini kaybetme konusunda endişelenmelerine ve eşlerinin kendilerinden uzaklaşıyor olabileceğine dair işaretlere karşı tetikte olmalarına neden olmaktadır (Cassidy ve Berlin, 1994). Bu nedenle, eksik hissettikleri güvenlik duygusunu (Mikulincer, 1998) artırmak için motive olurlar, bu da onların bazen eşlerini uzaklaştıracak şekillerde davranmalarına yol açmaktadır (Shaver, Schachner ve Mikulincer, 2005).

İnsanların bağlanmasının bir parçası olarak düşünülebilen merhamet (Gilbert, 2014) iyi oluşu etkilemekte (Brown vd., 2016; Neff, 2003a; Neff, 2009) ve özellikle kişinin kendine karşı merhametinin yoksunluğunda ruhsal bozukluklara neden olabilmektedir (MacBeth ve Gumley, 2012). Merhamet korkusu temel olarak kendine merhamet gösterilmesini ve başkalarına merhamet göstermeyi rahatsız edici bulmaktır (Liotti, 2009). Bu rahatsız buluşun insanların geçmişte yaşadığı olumsuz deneyimlerden ve yetersiz duygusal destek almalarından kaynaklandığı söylenebilir (Kenichi vd., 2017).

Merhametten kaçınma olarak tanımlanan ve alanyazında “şefkat korkusu” olarak da isimlendirilen bu olgu Rockliff vd. (2008) tarafından merhamet gösterilmeye değer hissetmeme ve başkalarının merhametinin endişe verici bulma anlamında “merhamet korkusu” olarak ifade edilmiştir. Merhamet korkusunu üç alt boyutta incelemek mümkündür (Miron vd., 2016).

### ***Başkalarına Karşı Merhametli Olmaktan Korkma***

Başkalarına karşı merhametli olma, başkalarının acılarına duyarlı olmaktır (Xavier vd., 2015) fakat bazı bireyler başkalarına merhametli davranmanın onları olumsuz etkileyeceğini düşünebilir. Bu bireyler diğer insanlardan gelen sosyal desteği kabul etmeme dolayısıyla psikolojik hastalıklara yatkın olma eğilimindedir (Cosley vd., 2010). Aynı zamanda, beğenilme ve kabul edilme arzusuyla hareket eden bireyler, eğer başkalarına merhamet gösterirlerse kendilerinin “itaat eden” biri olarak bilinmesinden endişe duyarlar; bazı bireyler ise başkalarına merhamet

gösterdiklerinde onların “dertleri ile dertlenebileceğini” ve bundan olumsuz etkilenebileceklerini düşünürler (Gilbert vd., 2010).

### ***Kendine Karşı Merhametli Olmaktan Korkma***

Bireylerin kendi acılarına duyarsız kalmasıdır. Toplum gözlemlendiğinde insanların kendini eleştirmek yerine yargılama eğiliminde olduğu düşünülebilir. İnsan olarak kendimizi değerlendirirken daha sert davranabiliriz ve kendimizin merhamete layık olmadığını düşünebiliriz fakat kendine merhamet, bencillik olarak düşünülmediği gibi beraberinde başkalarına da merhameti getirir (Neff, 2003b). Dolayısıyla başkalarına merhamet etme ve başkalarından merhamet görmenin öncelikle kendine merhamet etme ile başlayabileceği akla gelmektedir. Neff (2003a) kendine merhametin üç bileşenden oluştuğunu ileri sürmüştür:

“...(a) Öz-şefkat: Sert yargılama ve özeleştirme yerine kendine nezaket ve anlayış gösterme, (b) Ortak deneyimler: Kişinin deneyimlerini ayırıcı ve uzaklaştırıcı olarak görmek yerine insan deneyiminin kapsamlı bir parçası olarak görmesi ve (c) Farkındalık: Kişinin acı verici düşüncelerini ve duygularını onlarla aşırı özdeşleşmek yerine dengeli bir farkındalık içinde tutmak.” (Neff, 2003a: 5).

Bu görüşten hareketle, kişinin acı veren duyguları fark etmesi, onlarla yüzleşmesi, kendini acımasızca yargılamaması, bu acı verici durumu yaşayan tek kişinin o olmadığını fark etmesi ve bu acı verici duyguların nerede konumlanacağı hakkında farkındalık geliştirmesi kendine merhamet gösterebilmesinde etkili davranışlar olduğu sonucuna varılabilir. Aksi halde güvensiz bağlanan bireylerde olduğu gibi kendine merhamet etmekten kaçınma durumu, güvenli bağlanan bireylere göre daha yüksek olup bireyi daha kaygılı ve depresif davranmaya yöneltebilir (Hankin, Kassel ve Abela, 2005; Pepping vd., 2015). Kendine merhamet gösterme güvensiz bağlanan bireylerin daha az duygusal hoşnutsuzluk hissetmesine yardımcı olabilir (Raque-Bogdan vd., 2011; Wei vd., 2011).

### ***Başkalarından Merhamet Görmekten Korkma***

İnsan olmanın bir parçası olan başkaları tarafından acının ve sıkıntının paylaşılması, çeşitli psikolojik rahatsızlıkların görülme riskini azaltmakla beraber (Cosley vd., 2010), kendini güvende, mutlu ve huzurlu hissetmeyi sağlamaktadır (Bowlby, 1969). İnsanlar, kendi hayatlarındaki olumsuz duyguların başkaları ile paylaşılmasından rahatlama hissedebilirler. Fakat bazı insanlar bu paylaşımın

kendileri için tehlikeli olabileceğinin ve diğer insanlardan gelecek merhametin samimiyetsiz olduğu düşüncesindedirler (Çevik ve Tanhan, 2020). Kaçınan bağlanma yaşayan kişiler başkalarından yardım istemeyi acizlik olarak algılayabilir ve kendine yardım edebilecek kişilerden uzaklaşabilirler (Gilbert, 2007; Gilbert vd., 2011).

## **2.2. İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu ile ilgili ülkemizde ve dünyada yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

### **2.2.1. Evlilik Hoşnutsuzluğu ile İlgili Araştırmalar**

Robinson, Flowers ve Ng (2006), bir çalışmada 272 erkek katılımcı ile işkolik olma ve evlilik hoşnutsuzluğu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonucunda, işkolik olma ile evlilik hoşnutsuzluğu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İşkolik olmanın, evlilik hoşnutsuzluğuna en önemli etkisinin aşırı kontrolcü davranış ve iletişim kopukluğu olduğu tespit edilmiştir.

Kumcağız ve Ertuğ (2016) 550 evli katılımcı ile yaptığı, evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinin katılımcıların cinsiyeti, yaşı, öğrenim düzeyi, evlilik süresi, çalışma durumu ve eşten destek alarak çocuk bakmak durumu ile farklılığını incelediği çalışmasında, evlilik hoşnutsuzluğu ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir fark görülmemiştir fakat yaş, öğrenim düzeyi, evlilik süresi, katılımcının çalışma durumu ve çocukların bakımına eşin ortak oluşu bakımından evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi arasında anlamlı bir farklılık tespit etmiştir.

Abbasi-Asfajir ve Ramezani (2017), 250 evli öğretmen ile yaptığı bir çalışmada, evlilik doyumu ile evlilik hoşnutsuzluğu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma sonucunda, evlilik hoşnutsuzluğu ve evlilik doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Abbasi vd. (2018) 18-74 yaş arası 819 evli veya beraber yaşayan çift ile yaptığı ve nevroतिकliğin ilişkideki hoşnutsuzlukla bağlantısını incelediği bir çalışma yapmıştır. Bu çalışma sonucunda, nevroतिकlik ve ilişkide uzaklaşma arasında orta ve dolaylı bir ilişki bulunmuştur.

Amerika'da 138 katılımcı ile yapılan Facebook bağımlılığının evlilik hoşnutsuzluğu üzerindeki etkisinde sevgi, güven ve dürüstlüğe dayanan bağlı bir ilişkini koruyucu etkisi incelendiğine, Facebook bağımlılığı ile evlilik hoşnutsuzluğu arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuş ve buna ek olarak bağlı bir ilişkinin Facebook bağımlılığı ve evlilik hoşnutsuzluğu arasındaki ilişkiyi zayıflattığı görülmüştür (Abbasi vd., 2019).

Evlilik hoşnutsuzluğunda kıskançlık ve duygu düzenleme güçlüğünün etkisinin incelendiği bir çalışmada, hem evlilik hoşnutsuzluğu ile kıskançlık arasında hem de evlilik hoşnutsuzluğu ile duygu düzenleme arasında pozitif yönde ve orta düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir (Çetin, 2021).

Karasu, Ayar ve Çopur (2021)'un 336 evli birey ile yaptıkları çözüm odaklılık düzeyinin evlilik hoşnutsuzluğuna ve cinsel doyuma etkisinin incelendiği araştırmada, çözüm odaklı olma ile evlilik hoşnutsuzluğu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda, kadın katılımcılarda, çözüm odaklılık arttıkça evlilik hoşnutsuzluğunun azaldığı ve cinsel doyumun arttığı tespit edilmiştir.

Evlilik çatışmasına aracılık ederek farklılaşma, nevroतिकlik ve affetmenin evlilikteki hoşnutsuzlukla nedensel ilişkisinin incelendiği bir araştırmada, farklılaşma, nevroतिकlik, affetme ve evlilikteki hoşnutsuzluğunun evlilikte çatışma üzerinde anlamlı ve dolaylı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir (Sadati, Mehrabizadeh-Honarmand ve Soodani, 2021).

Eşin mizahını takdir etme ile evlilik hoşnutsuzluğu arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada başka çiftlerle karşılaştırıldığında bu iki değişken bakımından farklılıklar olduğu fakat Priest (2003) bir çalışmasında çiftler arasında mizahı takdir etmede ve evlilikten hoşnutsuzlukta önemli farklılıklar olduğunu, ancak çiftler arasında hem mizahı takdir etmede hem de hoşnutsuzlukta eşle orta düzeyde bir anlaşma olduğunu göstermektedir.

Mahmoodian, Motlagh ve Dehestani (2021) 30 evli katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmada Gerçeklik Terapisi'nin evlilik hoşnutsuzluğu ve psikolojik

iyi oluş üzerine etkisini incelemiş, bunun sonucunda Gerçeklik Terapisi'nin evlilik hoşnutsuzluğunu azalttığını ve evli bireylerin psikolojik iyi oluşuna katkı sağladığını ifade etmiştir.

### **2.2.2. Merhamet Korkusu ile İlgili Araştırmalar**

Gilbert vd. (2008) 203 öğrenci ile yaptıkları bir araştırmada kendine merhamet korkusu ile rahat ve güvende hissetme arasında negatif bir ilişki tespit etmişlerdir. Gilbert vd. (2011)'nin bağlanma stilleri, özeleştiri, depresyon, stres, kaygı ve merhamet korkusu arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada bireylerin kendilerine merhamet korkusunun başkalarına duydukları merhamet korkusu ile bağlantılı olduğu bulunmuştur. Ek olarak, her iki tür merhamet korkusunun da öz-eleştiri, güvensiz bağlanma, depresyon, kaygı ve stres ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Gilbert vd. (2011) 222 öğrenci ve 53 terapist ile yaptıkları bir çalışmada öz-şefkat korkusunun, başkalarından merhamet görme korkusuyla ilişkili olduğunu ve her ikisinin de kendine yabancılaşma, özeleştiri, güvensiz bağlanma, depresyon, kaygı ve stres ile bağlantılı olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca özeleştiriye depresyonun tek anlamlı yordayıcısı olarak belirtmişlerdir.

Gibert vd. (2012) aleksitimi(duygu körlüğü), farkındalık ve özeleştiri ile merhamet ve mutluluk korkuları arasındaki ilişkiyi inceledikleri bir çalışmada başkalarından merhamet görme korkusu ve özellikle mutluluk korkusunun aleksitimi, farkındalık, empati, özeleştiri, depresyon, kaygı ve stresin farklı yönleriyle yüksek düzeyde ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.

Joeng ve Turner (2015) depresyon ve özeleştiri arasındaki ilişkide merhamet korkusunun aracı rolünü inceledikleri bir çalışma yürütmüşlerdir. Bu çalışmada, kendine merhamet korkusunun özeleştiri ve depresyon arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini belirlenmiştir.

Cunha vd. (2015) 12-19 yaş arası ergenlerle yaptığı ve ergenlerde sosyal anksiyetede merhamet korkusu ve olumsuz erken çocukluk deneyimlerinin rolünü inceledikleri bir çalışmada kendine merhamet gösterme ve başkalarından merhamet

görme ile görmezden gelinmiş erken çocukluk anıları sosyal anksiyetenin en iyi yordayıcıları olarak belirlenmiştir.

Hermanto vd. (2016) kültürler arası araştırmasında merhamet korkusunun özeleştirici ve depresyon ilişkisinde aracı olduğunun, merhamet korkusunun yüksek oluşunun özeleştiricinin depresif etkisini güçlendirirken, düşük merhamet korkusunun ise zayıflattığını dört farklı kültür bağlamında benzer sonuçlarla ifade edildiğini tespit etmişlerdir.

Joeng vd. (2017), 473 öğrenci ile yaptıkları bir çalışmada kendine merhamet göstermeden korkmanın, kendine merhamet göstermedeki yetersizlik ile ilişkili olduğunu ve merhamet korkusu ile öz-şefkat korkusunun güvensiz bağlanmada aracı olduğunu tespit etmişlerdir.

Merritt ve Purdon (2020) klinik olmayan gruplarda yaptığı bir çalışmada depresyon, obsesif kompulsif bozukluk, sosyal anksiyete bozukluğu ve yaygın anksiyete bozukluğu gösterenlerin, herhangi bir ruhsal sorun belirtisi göstermeyen kontrol grubuna göre daha fazla merhamet görme korkusu ve kendine merhamet gösterme korkusu yaşadıklarını belirlemiştir. Ayrıca, merhamet korkusu, yaygın anksiyete bozukluğu olan kişilerde depresif duygudurum dışında semptom şiddetini yordamazken, merhamet görme korkusu sosyal anksiyete bozukluğu semptom şiddetini yordamıştır. Ek olarak, başkalarına merhamet gösterme korkusu ile kendine merhamet korkusu yüksek olanlarda obsesif kompulsif bozukluk belirti şiddetini de yordamıştır.

Erdoğdu (2021), 409 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmada şefkat korkusunun alt boyutları ile depresyon, stres ve anksiyetenin pozitif ve anlamlı bir ilişki gösterdiğini tespit etmiştir. Ek olarak, şefkat korkusu alt boyutlarının tamamında erkek katılımcıların ortalama puanlarının kadın katılımcılarınkinden yüksek olduğunu, yüksek sosyoekonomik düzeydeki katılımcıların orta düzeyde olanlara göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Khanjani vd. (2021) 216 hemşire ile yaptıkları bir çalışmada tükenmişlik ile başkalarına merhamet korkusu arasında olumlu yönde bir ilişki bulmuştur. Bu da başkalarına merhamet etmekten korkma arttıkça tükenmişliğin de arttığı anlamına gelmektedir.



Coelho vd. (2021) 400 katılımcı ile yaptığı, utanç ve merhamet korkusunun önemli yaşam olaylarına ve depresif belirtilere aracı rolünü incelediği bir çalışmada dışsal utanç ve başkalarından merhamet görme korkusunun, birtakım yaşam olaylarındaki depresif belirtiler üzerinde tamamen aracı olduğunu tespit etmişlerdir.

Merritt ve Purdon (2021) 302 ortalama üzerinde kaygı gösteren ve 40 anksiyete bozukluğu ya da alakalı bir bozukluk kriterleri taşıyan kişilerle yaptıkları çalışmada merhamet korkusunun tedavi tutumları ile ilişkisini araştırmayı amaçlamışlardır. Çalışma sonunda, anksiyete bozukluğu olanlarda, şefkat görme korkusu ve öz-şefkat korkusu, tedavide kararsızlık ile güçlü bir şekilde bağlantılı bulunmuştur ve şefkat görme korkusunun artması, tedavi için daha olumsuz beklentilerle ilişkilendirilmiştir.

Bakalım ve Karahan (2022)'ın yetişkin bireylerde psikolojik esneklik ve şefkat korkusunu incelediği araştırmasında, psikolojik esnekliğin şefkat korkusunun anlamlı bir yordayıcısı olduğunu, kadınların erkeklere göre daha yüksek şefkat korkusuna sahip olduğu ve ayrıca evli katılımcıların bekar olanlara göre başkalarından şefkat görme korkusunun anlamlı bir biçimde yüksek olduğu bulunmuştur.

Mondigir, Hartati ve Sengkey (2022), 187 Psikoloji öğrencisi ile yaptığı çalışmada 2019 ve 2021 dönemlerindeki öğrencilerin merhamet korkusu düzeylerini karşılaştırmıştır. Çalışmada, iki dönem öğrencilerinin merhamet korkusu düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur.

Vollk, Mehr ve Mills (2023)'ün 200 üniversite öğrencisi ile yaptığı ve merhamet korkusu ile beş kişilik özelliği arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada merhamet korkusu ile nevrozizm, uyumluluk, sorumluluk ve dışa dönüklük arasında orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki tespit etmiştir.

Deniz ve Yıldırım-Kurtuluş (2023)'ün 639 yetişkin ile yaptığı öz-yeterlik, öz-sevgi ve merhamet korkusunun bağlanma stillerinin yaşam doyumuna etkisindeki aracı rolünü incelediği bir çalışmada güvenli bağlanmanın yaşam doyumunu olumlu yönde etkilediğini tespit etmiştir. Bu etki sürecinde yüksek öz-yeterlik ve öz-sevgi ile düşük merhamet korkusunun aracı rolü bulunmaktadır. Kaçınan bağlanma yaşam doyumunu olumsuz yönde etkilemektedir. Bu etki sürecinde düşük öz-yeterlik ve öz-sevgi ile yüksek merhamet korkusunun aracı rolü bulunmaktadır.

### **3. YÖNTEM**

Bu bölümde araştırmanın modeline, evren ve örnekleme ilişkin bilgiler verilmiştir.

#### **3.1. Araştırmanın Modeli**

Araştırmada nicel araştırma türlerinden olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama araştırmaları geniş bir topluluğun belirli bir konuyla ilgili halihazırda var olan özelliklerinin betimlenmesi için kullanılmaktadır (Büyüköztürk vd., 2019). Tarama araştırmaları, bu özelliklerin sebebiyle değil özelliklerin katılımcılar arası dağılımıyla ilgilenilmektedir (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012). İlişkisel tarama modeli ise iki veya daha fazla değişkenin onları etkilemeden olduğu gibi ortaya konulmasıdır (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2009).

#### **3.2. Evren ve Örneklem**

Araştırmada çalışma grubu olarak Erzurum'da ikamet eden tamamı evli katılımcılar seçilmiştir. Katılımcılar 18-66 yaş aralığında, evli 215 kadın ve 185 erkek olmak üzere toplam 400 kişiden oluşmaktadır. Araştırma konusuna uygun belirli gereksinimleri sağlayan bireyler seçilerek ölçüt (kriter) örnekleme kullanılmıştır (Balcı, 2018). Ölçüt örnekleme göre katılımcılar, evli olması ve Erzurum'da ikamet ediyor olması özelliklerine göre seçilmiştir. Katılımcıların kişisel bilgileri Çizelge 1'de gösterilmiştir.

**Çizelge 1. Araştırmaya Katılan Çalışma Grubunun İlgili Kişisel Değişkenlerinin Frekans ve Yüzdeler Değerleri**

	<b>Kategori</b>	<b>Frekans</b>	<b>Yüzde</b>
Cinsiyet	Kadın	215	53.8
	Erkek	185	46.3
Yaş	18-30 yaş	116	29.0
	31-40 yaş	101	25.3
	41-50 yaş	105	26.3
	51+	78	19.5
Eşin yaşı	18-30 yaş	102	25.5
	31-40 yaş	109	27.3
	41-50 yaş	106	26.5
	51 yaş ve üzeri	83	20.8
Eğitim durumu	Lisans öncesi	96	24.7
	Lisans	220	56.6
	Lisans sonrası	73	18.8
Aylık gelir	Asgari ücret ve altı	144	36.0
	Asgari ücret üzeri	256	64.0
Çocuk sayısı	Çocuk yok	76	19.0
	Tek çocuk	80	20.0
	2 çocuk	139	34.8
	3 çocuk ve üzeri	105	26.2
Evlilik şekli	Geleneksel	162	40.5
	Modern	238	59.5
Evlilik süresi	0-6 yıl	134	33.5
	7-15 yıl	92	23.0
	16 yıl ve üzeri	174	43.5

Çizelge 1 incelendiğinde; çalışma grubunu 215'i kadın (%53.8), 185'i erkek (%46.3) olmak üzere toplam 400 evli birey oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan kadın ve erkeklerin yaşları incelendiğinde, 18-30 yaş arasında olan 116 kişi (%29), 31-40 yaş arasında olan 101 kişi (%25.3), 41-50 yaş arasında olan 105 kişi (%26.3), 51 yaş ve üzerinde olan 78 kişi (%19.5) olduğu görülmektedir. Çalışmaya katılan evli kadın ve erkeklerin eşlerinin yaşları incelendiğinde eşlerin, 18-30 yaş arasında 102 kişi (%25.5), 31-40 yaş arasında 19 kişi (%27.3), 41-50 yaş arasında 106 kişi (%26.5), 51 yaş ve üzerinde olan 83 kişi (%20.8) olduğu görülmektedir. Eğitim durumuna göre

incelendiğinde lisans öncesi düzeyinde 96 kişi (%24.7), lisans düzeyinde 220 kişi (56.6) ve lisans sonrası düzeyinde ise 73 kişi (%18.8) olduğu görülmektedir.

Katılımcılar aylık gelirine göre incelendiğinde, aylık geliri verilerin toplandığı döneme ait 5500 TL'lik asgari ücret ve altında olan 144 kişi (%36), asgari ücretin üzeri olan 256 kişi (%64) olduğu tespit edilmiştir. Çocuk sayısına göre incelendiğinde ise çocuğu olmayan 76 kişi (%19), bir çocuğu olan 80 kişi (%20), iki çocuğu olan 139 kişi (%34.8), üç veya daha fazla çocuğu olan 105 kişi (%34.8) olduğu gözlemlenmiştir. Katılımcıların evlilik şekli incelendiğinde, 162 kişinin (%26.2) geleneksel evlilik yaptığı, 238 kişinin (%59.5) modern evlilik yaptığı görülmektedir. Evlilik süresi incelendiğinde, 0 ile 6 yıl arasında evli olan katılımcıların 134 kişi (%33.5), 7 ile 15 yıl arasında evli olanların 92 kişi (%23), 16 yıl ve daha fazla evli olanların ise 174 kişi (%43.5) olduğu görülmektedir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları ve Teknikleri**

Bu başlık altında verilerin toplanmasında kullanılan Kişisel Bilgi Formu, Evlilik Hoşnutsuzluğu Ölçeği(EHÖ) ve Merhamet Korkusu Ölçeği(MKÖ), verilerin toplanma, düzenlenme ve değerlendirme süreçleri hakkında bilgi verilmiştir.

#### **3.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Kişisel bilgi formu, katılımcıların kendilerine ait bilgilerini elde edebilmek için 9 madde olarak yazar tarafından hazırlanmıştır. Form belirlenirken evlilik ile ilgili önceki çalışmalar incelenmiş ve evlilik ilişkisini etkileyen değişkenler arasından seçim yapılmıştır (Günsel, 2013; Kır ve Bülbül, 2012; Şendil ve Korkut, 2008). Bu form ile katılımcıların cinsiyeti, yaşı, eşinin yaşı, eğitim durumu, aylık geliri, çocuk sayısı, evlilik şekli ve evlilik süresi ile ilgili bilgi edinmek amaçlanmıştır.

### 3.3.2. Evlilik Hoşnutsuzluğu Ölçeği (EHÖ)

Veri toplama aracı olarak Kayser (1996) arafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Çelik (2013) tarafından yapılan EHÖ kullanılmıştır. Bu ölçek 21 maddeden ve tek alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek “doğru değil” 1 puan, “çok doğru değil” 2 puan, “biraz doğru” 3 puan ve “çok doğru” 4 puan olacak şekilde maddelerin toplamı ile hesaplanmaktadır. Ölçekten maddelerinin toplamından alınabilecek en düşük puan 21 ve en yüksek puan 84’tür. Ölçekte 11 madde ters puanlanmaktadır. Ters maddelerin hesaplanmasında “doğru değil” 4 puan, “çok doğru değil” 3 puan, “biraz doğru” 2 puan ve “çok doğru” 1 puan olacak şekilde değiştirilmiştir.

Kayser (1996) ölçeğin orijinalinde Cronbach-alpha katsayısını .97 olarak bulmuştur. Çelik (2013) tarafından yapılan Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında ise Cronbach-alpha katsayısı .89 bulunmuştur. Dolayısıyla, ölçeğin Türkçe güvenlik analizinin orijinal formu ile benzer olduğu ifade edilmiştir (Çelik, 2013). Çelik (2013)’in EKÖ’nün yapı geçerliğini sağlamak amacıyla uyguladığı açımlayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin orijinali ile paralel tek faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır ve uyum değerlerinin kabul edilebilir olduğu tespit edilmiştir. Oluşan bu yapı, toplam varyansın %35.85’ini açıklamaktadır (Çelik, 2013). Ölçeğin bu araştırmadaki Cronbach-alpha katsayısı .94 olarak bulunmuştur.

### 3.3.3. Merhamet Korkusu Ölçeği (MKÖ)

Nas ve Sak (2021) tarafından geliştirilen MKÖ kullanılmıştır. Bu ölçek iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin ilk 11 maddesi “Başkalarına merhamet korkusu”, son 9 maddesi ise “Kendine Merhamet Korkusu” olmak üzere toplam 20 maddeden oluşan 5’li Likert tipi bir ölçektir. Ölçekte “Hiçbir zaman” 1 puan, “Nadiren” 2 puan, “Ara sıra” 3 puan, “Sık sık” 4 puan ve “Her zaman” 5 puan olacak şekilde puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20 ve en yüksek puan 100’dür. Ölçekten alınan toplam puanın yükselmesi merhamet korkusunun da yüksek oluşunu ifade etmektedir. Ölçeğin Cronbach-alpha katsayısı ise .94 olarak bulunmuştur. MKÖ’nün yapı geçerliğini sağlamak amacıyla yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda iki faktörlü bir yapı oluşmuştur ve uyum değerlerinin iyi uyum gösterdiği tespit edilmiştir. Oluşan

bu yapı ise toplam varyansın %60.19'unu açıklamaktadır (Nas ve Sak, 2021). Ölçeğin bu araştırmadaki Cronbach-alpha katsayısı .89 olarak bulunmuştur.

### **3.4. Verilerin Toplanma Süreci**

Verilerin toplanması için, bilgilendirilmiş onam formu, kişisel bilgi formu, EHÖ ve MKÖ katılımcılara uygulanmıştır. Veriler Ekim 2022 ve Kasım 2022 aylarında, 1 aylık süre içinde toplanmıştır. Bilgilendirilmiş onam formu, çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığını, katılımcıların diledikleri zaman çalışmadan ayrılacaklarını, çalışmanın amacını, nedenini ve kim tarafından yapıldığını içeren ve katılımcı tarafından onaylanması durumunda şartları kabul ettiğini beyan eden bir biçimde hazırlanmıştır. Katılımcılar bu formu kabul ettikten sonra kişisel bilgi formu ile katılımcıları betimleyen özellikler elde edilmiştir. Son olarak ölçekler uygulanmıştır.

### **3.5. Verilerin Analizi**

Veriler incelendiğinde, kayıp veri bulunmadığı görülmektedir. Veriler düzenlenirken, analizde alt grupların benzerliğini sağlamak için birleştirmeler yapılmıştır. Aylık gelir değişkeni, dönemin asgari ücreti olan 5500 tl'ye göre "asgari ücret ve altı" ve "asgari ücret üzeri" olarak iki gruba ayrılmıştır. Eğitim durumu değişkeninde ilköğretim ve ortaöğretim "lisans öncesi" olarak, önlisans ve lisans programları "lisans" olarak, yüksek lisans ve doktora ise "lisans sonrası" olarak birleştirilmiştir. Evlilik şekli değişkeninde görücü usulü, anlaşarak evlenme ve berdel evlilikleri "geleneksel evlilik" olarak, aşk evlilikleri ise "modern evlilik" olarak birleştirilmiştir. Evlilik süresi bakımından alt grupların birbirine yakınlığının sağlanması için "0-6 yıl", "7-15 yıl" ve "16 yıl ve üzeri" olarak gruplandırılmıştır.

Verilerin normalliği basıklık-çarpıklık, histogram grafiği ve örneklem büyüklüğüne uygun olarak Kolmogorov-Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. Kilmen (2015)'e göre basıklık ve çarpıklık değerleri normallik sınırları içinde, histogram grafiği normale yakın ve Kolmogorov-Smirnov testinde ise  $p > .05$  beklentisi

karşılandığından verilerin normale yakın dağıldığına karar verilmiştir ve parametrik testler uygulanmıştır. Evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu arasındaki ilişkinin düzeyi ve yönünün tespit edilebilmesi için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu uygulanmıştır (Kilmen, 2015). Evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu düzeylerinin kişisel değişkenlere göre ayrı ayrı anlamlı bir fark oluşturup oluşturmadığını tespit etmek için Bağımsız Örneklem T-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır (Kilmen, 2015). İki alt gruplu değişken olan cinsiyet, aylık gelir ve evlilik şekli için Bağımsız Örneklem T-Testi, ikiden fazla alt grubu olan yaş, eşin yaşı, eğitim durumu, çocuk sayısı ve evlilik süresi için ANOVA kullanılmıştır. ANOVA'nın anlamlı bulunması halinde, farkın kaynağını tespit edebilmek için post-hoc olarak Scheffe testi kullanılmıştır. Scheffe testi, varyans analizinin anlamlı olması durumunda anlamlılığını teyit ettiği, varyans analizine benzer homojenlik ve normallik varsayımlarına sahip olduğu, her grupta farklı örneklem sayısına ve karşılaştırmalarda esnekliğe olanak tanıdığı için tercih edilmiştir (Ruxton ve Beauchamp, 2008; Scheffe, 1999).

## 4. BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde araştırmanın amaç sıralamasına uygun olarak öncelikle evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu düzeyi arasındaki ilişkiye yönelik istatistiksel bilgiler verilmiştir. Daha sonra evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinin cinsiyete, yaşa, eşin yaşına, aylık gelire, eğitim durumuna, çocuk sayısına, evlilik türüne ve evlilik süresine göre farklılaşmasına ve merhamet korkusu düzeyinin cinsiyete, yaşa, eşin yaşına, aylık gelire, eğitim durumuna, çocuk sayısına, evlilik türüne ve evlilik süresine göre farklılaşmasına ait istatistiksel bilgiler verilmiştir.

Çalışmada, ilk olarak “Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi ve merhamet korkusu düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna cevap aranmıştır. Bu sebeple Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu uygulanmıştır. Çizelge 2’de bu korelasyona dair sonuçlar verilmiştir.

**Çizelge 2. Evlilik Hoşnutsuzluğu ve Merhamet Korkusu Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları**

	N	Minimum değer	Maksimum değer	Aritmetik ortalama	Ss	r
Evlilik Hoşnutsuzluğu	400	21	84	35.63	13.95	.19*
Merhamet Korkusu	400	20	81	32.99	10.24	

\*p<.01

Çizelge 2’de belirtildiği üzere evlilik hoşnutsuzluğunun aritmetik ortalama ve standart sapma değerlerinin 35.63 ve 13.95, merhamet korkusunun aritmetik ortalama ve standart sapma değerlerinin 32.99 ve 10.24 olduğu görülmektedir. Aynı çizelgeye göre, evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu düzeyleri arasında anlamlı, pozitif yönde ve düşük derecede bir ilişki bulunmaktadır ( $r=.19$ ,  $p<.01$ ).



#### 4.1. Cinsiyete Yönelik Bulgular

Bu çalışmada “Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?” ve “Merhamet korkusu düzeyi cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aranmıştır. Bu sebeple, Bağımsız Örneklem T-Testi kullanılmıştır. Çizelge 3’te betimsel istatistikler ve analiz sonuçları verilmiştir.

**Çizelge 3. Evlilik Hoşnutsuzluğunun Cinsiyete Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Cinsiyete Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları**

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	p
Evlilik hoşnutsuzluğu	Kadın	215	35.48	14.96	1.02	-.24	.02*
	Erkek	185	35.81	12.72	.93		
Merhamet korkusu	Kadın	215	32.53	9.56	.65	-.97	.14
	Erkek	185	33.54	10.97	.80		

\*p<.05

Çizelge 3 incelendiğinde, kadınların evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapma değerleri  $\bar{X}$ =35.48, Ss=14.96 olarak tespit edilmiştir. Erkeklerin evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapması ise  $\bar{X}$ =35.81, Ss=14.96 olarak tespit edilmiştir. Merhamet korkusu puanlarına bakıldığında kadınların puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapma değerleri  $\bar{X}$ =32.53, Ss=9.56; erkeklerinkiler ise  $\bar{X}$ =33.54, Ss=10.97 olarak gözlemlenmiştir.

Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinin kadın ve erkek katılımcılar açısından bir farklılık gösterip göstermediğine dair yapılan T-Testi sonucunda, evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaştığı görülmektedir (t=-.24, p<.05). Bu farklılık erkek katılımcıların lehinedir. Fakat merhamet korkusu düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı gözlemlenmiştir (t=-.97, p>.05).

## 4.2. Yaşaya Yönelik Bulgular

Araştırmada, “Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi yaşaya göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?” ve “Merhamet korkusu düzeyi yaşaya göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aranmıştır. Bu sebeple ANOVA kullanılmıştır. Çizelge 4’te betimsel istatistikler verilmiştir.

Çizelge 4. Yaşaya Göre Betimsel İstatistikler

	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss
Evlilik hoşnutsuzluğu	18-30	116	30.59	12.06
	31-40	101	35.32	14.46
	41-50	105	39.46	13.78
	51 ve üzeri	78	38.40	14.05
	Toplam	400	35.63	13.95
Merhamet korkusu	18-30	116	32.58	9.45
	31-40	101	32.91	11.27
	41-50	105	33.56	9.49
	51 ve üzeri	78	32.96	11.06
	Toplam	400	32.99	10.24

Çizelge 4’e göre 18 ile 30 yaş arasındaki evli bireylerin evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=30.59$ ,  $Ss=12.06$ ; 31 ile 40 yaş arasındaki bireylerin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=35.32$ ,  $Ss=14.46$ ; 41 ile 50 yaş arasındaki bireylerin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=39.46$ ,  $Ss=13.78$ ; 51 yaş ve üzerinde olan evli bireylerin evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=38.40$ ,  $Ss=18.14$  olarak tespit edilmiştir.

Aynı çizelge incelendiğinde, 18 ile 30 yaş arasındaki evli bireylerin merhamet korkusu puanlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=32.58$ ,  $Ss=9.45$ ; 31 ile 40 yaş arasındaki evli bireylerin merhamet korkusu puanlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=32.91$ ,  $Ss=11.27$ ; 41 ile 50 yaş arasındaki evli bireylerin merhamet korkusu puanlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=33.56$ ,  $Ss=9.49$ ; son olarak 51 yaş ve üzerinde olan evli bireylerin merhamet korkusu puanlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=32.96$ ,  $Ss=11.06$  olarak tespit edilmiştir. Çizelge 5’te analiz sonuçları verilmiştir.

**Çizelge 5. Evlilik Hoşnutsuzluğunun Yaşa Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Yaşa Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları**

	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p	Anlamli fark (Scheffe)
Evlilik hoşnutsuzluğu	Gruplar arası	5096.24	3	1698.74	9.26	.01*	“18-30” ile “41-50” ve “18-30” ile “51 yaş ve üzeri”
	Gruplar içi	72626.73	396	183.40			
	Toplam	77722.97	399				
Merhamet korkusu	Gruplar arası	54.75	3	18.25	.17	.91	
	Gruplar içi	41805.23	396	105.56			
	Toplam	41859.99	399				

\*p<.05

Çizelge 5’e göre evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi, yaşa göre incelendiğinde anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır [ $F_{(3,396)}=9.26, p<.05$ ]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemeye yönelik yapılan Scheffe testine göre “18-30” ile “41-50” yaş grupları arasında “41-50” lehine ve “18-30” ile “51 yaş ve üzeri” grupları arasında “51 yaş ve üzeri” lehine anlamlı farklılaşma görülmektedir. Buna rağmen, merhamet korkusu puanları yaşa göre incelendiğinde, anlamlı bir farklılık görülmemiştir [ $F_{(3,396)}=.17, p>.05$ ].

### 4.3. Eşin Yaşına Yönelik Bulgular

Araştırmada, “Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi katılımcının eşinin yaşına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” ve “Merhamet korkusu düzeyi katılımcının eşinin yaşına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aranmıştır. Bu sebeple ANOVA kullanılmıştır. Bu incelemeye dair betimsel istatistikler Çizelge 6’da verilmiştir.

**Çizelge 6. Eşin Yaşına Göre Betimsel İstatistikler**

	Yaş grupları	N	$\bar{X}$	Ss
Evlilik hoşnutsuzluğu	18-30	102	30.38	10.76
	31-40	109	35.89	15.22
	41-50	106	35.54	12.31
	51 ve üzeri	83	41.87	15.22
	Toplam	400	35.63	13.95
Merhamet korkusu	18-30	102	34.13	11.21
	31-40	109	32.45	9.91
	41-50	106	31.46	9.29
	51 ve üzeri	83	34.28	10.43
	Toplam	400	32.99	10.24

Çizelge 6’da evlilik hoşnutsuzluğu puanlarına göre katılımcıların eşlerinin yaşı incelendiğinde, 18 ile 30 yaş arasındaki aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=30.38$ ,  $Ss=10.76$ ; 31 ile 40 yaş arasındaki aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=35.89$ ,  $Ss=15.22$ ; 41 ile 50 yaş arasındaki aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=35.54$ ,  $Ss=12.31$ ; 51 yaş ve üzerinin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=41.87$ ,  $Ss=15.22$  olarak gözlemlenmiştir.

Merhamet korkusu puanlarına göre katılımcıların eşlerinin yaşı incelendiğinde, 18 ile 30 yaş arasındaki aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=34.13$ ,  $Ss=11.21$ ; 31 ile 40 yaş arasındaki aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=32.45$ ,  $Ss=9.91$ ; 41 ile 50 yaş arasındaki aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=31.46$ ,  $Ss=9.29$ ; 51 yaş ve üzerinin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $\bar{X}=34.28$ ,  $Ss=10.24$  olarak tespit edilmiştir. Çizelge 7’de analiz sonuçları verilmiştir.

**Çizelge 7. Evlilik Hoşnutsuzluğunun Eşin Yaşına Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Eşin Yaşına Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları**

	Varyansın Kaynağı	Kareler toplamı	Ss	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı fark (Scheffe)
Evlilik hoşnutsuzluğu	Gruplar arası	6046.31	3	2015.44	11.13	.01*	“51 ve üzeri” ile “18-30”, “31-40” ve “41-50”
	Gruplar içi	71676.65	396	181.00			
	Toplam	77722.97	399				
Merhamet korkusu	Gruplar arası	548.69	3	182.90	1.75	.15	
	Gruplar içi	41311.29	396	104.32			
	Toplam	41859.99	399				

\*p<.05

Çizelge 7 incelendiğinde, evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi katılımcının eşinin yaşına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir [ $F_{(3,396)}=11.13$ ,  $p<.05$ ]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemeye yönelik yapılan Scheffe testine göre “51 yaş ve üzeri” ile “18-30” arasında “51 yaş ve üzeri” lehine, “31-40” ve “41-50” yaş grupları arasında “41-50” lehine anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir. Fakat, merhamet korkusu düzeyi eşin yaşına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır [ $F_{(3,396)}=1.75$ ,  $p>.05$ ].

#### 4.4. Eğitim Durumuna Yönelik Bulgular

Araştırmada, “Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” ve “Merhamet korkusu düzeyi eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aranmıştır. Bu sebeple ANOVA kullanılmıştır. Bu incelemeye dair betimsel istatistikler Çizelge 8’de verilmiştir.

**Çizelge 8. Eğitim Durumuna Göre Betimsel İstatistikler**

	Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	Ss
Evlilik Hoşnutsuzluğu	Lisans öncesi	107	37.26	14.69
	Lisans	220	34.37	13.15
	Lisans sonrası	73	37.04	14.98
	Toplam	400	35.63	13.95
Merhamet Korkusu	Lisans öncesi	107	32.34	10.08
	Lisans	220	32.74	9.64
	Lisans sonrası	73	34.73	12.02
	Toplam	400	32.99	10.24

Çizelge 8 incelendiğinde, evli bireylerin eğitim durumlarına göre evlilik hoşnutsuzluğu puanları incelendiğinde, lisans öncesi için aritmetik ortalama ve standart sapma  $\bar{X}=37.26$ ,  $Ss=14.69$ ; lisans için  $\bar{X}=34.37$ ,  $Ss=13.15$ ; lisans sonrası için  $\bar{X}=37.04$ ,  $Ss=14.98$  olarak tespit edilmiştir. Evli bireylerin eğitim durumlarına göre merhamet korkusu puanları incelendiğinde, lisans öncesi için aritmetik ortalama ve

standart sapma  $\bar{X}=32.34$ ,  $Ss=10.08$ ; lisans için  $\bar{X}=32.74$ ,  $Ss=9.64$ ; lisans sonrası için  $\bar{X}=34.73$ ,  $Ss=12.02$  olarak tespit edilmiştir. Analiz sonuçları Çizelge 9’da verilmiştir.

**Çizelge 9. Evlilik Hoşnutsuzluğunun Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları**

	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Evlilik hoşnutsuzluğu	Gruplar arası	777.99	2	388.99	2	.13
	Gruplar içi	76944.98	397	193.81		
	Toplam	77722.97	399			
Merhamet korkusu	Gruplar arası	279.35	2	139.67	1.33	.26
	Gruplar içi	41580.64	397	104.73		
	Toplam	41859.99	399			

Çizelge 9 ele alındığında, evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir [ $F_{(2,397)}=2$ ,  $p>.05$ ]. Benzer şekilde merhamet korkusu düzeyinde eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir [ $F_{(2,397)}=1.33$ ,  $p>.05$ ].

#### 4.5. Aylık Gelire Yönelik Bulgular

Araştırmada, “Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi aylık gelire göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” ve “Merhamet korkusu düzeyi aylık gelire göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aranmıştır. Bu sebeple Bağımsız Örneklem T-Testi kullanılmıştır. Bu incelemeye dair betimsel istatistikler Çizelge 10’da verilmiştir.

**Çizelge 10. Evlilik Hoşnutsuzluğunun Aylık Gelire Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Aylık Gelire Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları**

	<b>Aylık Gelir</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss</b>	<b>Sd</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Evlilik hoşnutsuzluğu	Asgari ücret ve altı	144	32.15	10.63	.88	-1.23	.21
	Asgari ücret üzeri	256	33.47	10.00	.62		
Merhamet korkusu	Asgari ücret ve altı	144	35.60	14.41	1.02	-.03	.97
	Asgari ücret üzeri	256	35.65	13.71	.85		

Çizelge 10'a göre, evlilik hoşnutsuzluğu puanları aylık gelire göre incelendiğinde, aylık geliri asgari ücret ve altında olanların aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=32.15$ ,  $Ss=10.63$  ve aylık geliri asgari ücret üzeri olanların aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=33.47$ ,  $Ss=10$  olarak saptanmıştır. Merhamet korkusu puanları gelir durumlarına göre incelendiğinde, aylık geliri asgari ücret ve altında olanların aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=35.60$ ,  $Ss=14.41$  ve aylık geliri asgari ücret üzeri olanların aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=35.65$ ,  $Ss=13.71$  olarak saptanmıştır. Çizelge 10'a göre, evli bireylerin evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde aylık gelire göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir ( $t=-1.23$ ,  $p=.73$ ,  $p>.05$ ). Benzer şekilde, merhamet korkusu düzeyinde aylık gelire göre anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ( $t=-.03$ ,  $p>.05$ ).

#### **4.6. Çocuk Sayısına Yönelik Bulgular**

Araştırmada, “Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi çocuk sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” ve “Merhamet korkusu düzeyi çocuk sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aranmıştır. Bu sebeple ANOVA kullanılmıştır. Bu incelemeye dair betimsel istatistikler Çizelge 11'de verilmiştir.

**Çizelge 11. Çocuk Sayısına Göre Betimsel İstatistikler**

	Çocuk Sayısı	N	$\bar{X}$	Ss
Evlilik hoşnutsuzluğu	Çocuk yok	76	30.21	11.79
	Tek çocuk	80	34.91	13.36
	İki çocuk	139	37.01	13.97
	Üç çocuk ve üzeri	105	38.29	14.86
	Toplam	400	35.63	13.95
Merhamet korkusu	Çocuk yok	76	33.16	10.32
	Tek çocuk	80	32.71	8.37
	İki çocuk	139	34.09	11.29
	Üç çocuk ve üzeri	105	32.99	9.97
	Toplam	400	32.99	10.24

Evli bireylerin evlilik hoşnutsuzluğu puanları sahip oldukları çocuk sayısına göre incelendiğinde, Çizelge 11'e göre, çocuğu olmayanlarda puanların aritmetik ortalaması  $\bar{X}=30.21$ , Ss=11.79; tek çocuğu olanlarda  $\bar{X}=34.91$ , Ss=13.36; iki çocuğu olanların  $\bar{X}=37.01$ , Ss=13.97; üç çocuk ve üzeri olanların  $\bar{X}=38.29$ , Ss=14.86 olarak bulunmuştur. Merhamet korkusu puanları sahip olunan çocuk sayısına göre incelendiğinde, çocuğu olmayanların puanlarının aritmetik ortalaması  $\bar{X}=33.16$ , Ss=10.32; tek çocuğu olanların  $\bar{X}=32.71$ , Ss=8.37; iki çocuğu olanların  $\bar{X}=34.09$ , Ss=11.29; üç çocuk ve üzeri olanların  $\bar{X}=32.99$ , Ss=9.97 olarak bulunmuştur. Analiz sonuçları Çizelge 12'de verilmiştir.

**Çizelge 12. Evlilik Hoşnutsuzluğunun Çocuk Sayısına Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Çocuk Sayısına Göre Farklılaşmasına Yönelik ANOVA Sonuçları**

	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı fark (Scheffe)
Evlilik hoşnutsuzluğu	Gruplar arası	3277.53	3	1092.51	5.81	.01*	“İki çocuk” ile “Üç çocuk ve üzeri”
	Gruplar içi	74445.44	396	187.99			
	Toplam	77722.97	399				
Merhamet korkusu	Gruplar arası	369.46	3	123.15	1.17	.31	
	Gruplar içi	41490.52	396	104.77			
	Toplam	41859.99	399				

\*p<.05

Çizelge 12 incelendiğinde, evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde çocuk sayısına göre anlamlı bir fark görülmektedir [ $F_{(3,396)}=5.81$ , , p<.05]. Farkın hangi gruplar



arasında olduğunu belirlemeye yönelik yapılan Scheffe testi sonucunda bu farkın “İki çocuk” ile “Üç çocuk ve üzeri” grupları arasında olduğu ve “Üç çocuk ve üzeri” grubunun lehine olduğu belirlenmiştir. Fakat merhamet korkusu düzeyinde çocuk sayısına göre anlamlı bir fark bulunamamıştır [ $F_{(3,396)}=1.17, p>.05$ ].

#### 4.7. Evlilik Şekline Yönelik Bulgular

Araştırmada, “Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi evlilik şekline göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” ve “Merhamet korkusu düzeyi evlilik şekline göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aranmıştır. Bu sebeple Bağımsız Örneklem T-Testi kullanılmıştır. Betimsel istatistikler ve analiz sonuçları Çizelge 13’te verilmiştir.

**Çizelge 13. Evlilik Hoşnutsuzluğunun Evlilik Şekline Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Evlilik Şekline Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları**

	<b>Evlilik Şekli</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss</b>	<b>Sd</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Evlilik hoşnutsuzluğu	Geleneksel	162	32.47	10.66	.83	-.84	.39
	Modern	238	33.35	9.95	.64		
Merhamet korkusu	Geleneksel	162	38.48	14.88	1.17	3.41	.01*
	Modern	238	33.69	12.96	.84		

\* $p<.05$

Evlilik hoşnutsuzluğu puanı evlilik şekline göre incelendiğinde, geleneksel evlilik yapanların aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=32.47, Ss=10.66$  ve modern evlilik yapanların aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=33.35, Ss=9.95$  olarak bulunmuştur. Merhamet korkusu puanı evlilik şekline göre incelendiğinde, geleneksel evlilik yapanların aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=38.48, Ss=14.88$  ve modern evlilik yapanların aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=33.69, Ss=12.96$  olarak bulunmuştur. Çizelgeye göre evli bireylerin evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde evlilik şekline göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir ( $t=-.84, p>.05$ ) fakat, merhamet korkusu düzeyinde evlilik şekline göre anlamlı bir fark gözlenmiştir ( $t=3.41, p<.05$ ). Bu fark geleneksel evlilik yapan grubun lehinedir.

#### 4.8. Evlilik Süresine Yönelik Bulgular

Araştırmada, “Evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi evlilik süresine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” ve “Merhamet korkusu düzeyi evlilik süresine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aranmıştır. Bu sebeple ANOVA kullanılmıştır. Bu incelemeye dair analiz sonuçları Çizelge 14’te verilmiştir.

Çizelge 14. Evlilik Süresine Göre Betimsel İstatistikler

	Evlilik Süresi	N	$\bar{X}$	Ss
Evlilik hoşnutsuzluğu	0-6 yıl	134	31.11	11.89
	7-15 yıl	92	36.30	15.41
	16 yıl veya daha fazla	174	38.76	13.77
	Toplam	400	35.63	13.95
Merhamet korkusu	0-6 yıl	134	33.10	9.67
	7-15 yıl	92	32.93	11.71
	16 yıl veya daha fazla	174	32.95	9.88
	Toplam	400	32.99	10.24

Çizelge 14’e göre evlilik hoşnutsuzluğu puanları evlilik süresine göre incelendiğinde, 0-6 yıl evli olanların evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=31.11$ ,  $Ss=11.89$ ; 7 ile 15 yıl evli olanların evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=36.30$ ,  $Ss=15.41$ ; son olarak, 16 yıl veya daha fazla süredir evli olanların evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=38.76$ ,  $Ss=13.77$  olarak tespit edilmiştir.

Merhamet korkusu puanları evlilik süresine göre incelendiğinde, 0-6 yıl evli olanların merhamet korkusu puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=33.10$ ,  $Ss=9.67$ ; 7 ile 15 yıl evli olanların evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=32.93$ ,  $Ss=11.71$ ; son olarak, 16 yıl veya daha fazla süredir evli olanların evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapması  $\bar{X}=38.76$ ,  $Ss=13.77$  olarak tespit edilmiştir. Analiz sonuçları Çizelge 15’te verilmiştir.

**Çizelge 15. Evlilik Hoşnutsuzluğunun Evlilik Süresine Göre Farklaşmaya Yönelik ANOVA Sonuçları ve Merhamet Korkusunun Evlilik Hoşnutsuzluğunun Evlilik Süresine Göre Farklaşmaya Yönelik ANOVA Sonuçları**

	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı fark (Scheffe)
Evlilik hoşnutsuzluğu	Gruplar arası	4480.31	2	2240.15	12.14	.01*	“0-6 yıl” ile “7-15 yıl” ve “16 yıl veya daha fazla”
	Gruplar içi	73242.66	397	184.49			
	Toplam	77722.97	399				
Merhamet korkusu	Gruplar arası	2.10	2	1.05	.01	.99	
	Gruplar içi	41857.88	397	105.43			
	Toplam	41859.99	399				

\*p<.05

Çizelge 15'e göre evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi evlilik süresine göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermiştir [ $F_{(2,397)}=12.14, p<.05$ ]. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Scheffe testine göre bu farklılık, “0-6 yıl” ile “7-15 yıl” arasında “7-15 yıl” lehine; “0-6 yıl” ile “16 yıl veya daha fazla” arasında “16 yıl veya daha fazla” lehine bulunmuştur. Buna rağmen, merhamet korkusu düzeyi evlilik süresine göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [ $F_{(2,397)}=12.14, p>.05$ ].

## 5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın sonuçları değerlendirilmiş ve tartışılmıştır. Sonuçlar genel amaç ve alt amaçlar açısından incelenmiştir. Öneriler başlığı altında kanun koyuculara, ileri araştırmalar için araştırmacılara ve psikolojik danışmanlara önerilerde bulunulmuştur.

### 5.1. Sonuçlar

Araştırmada evli bireylerin evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda, evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu arasında pozitif yönde düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. German (2013) ve Kayser (1993), evlilik hoşnutsuzluğunu eşten uzaklaşma ve yabancılaşma olarak ifade etmiştir. Rockliff vd. (2008) ve Miron vd. (2016), Merhamet korkusunu kendini merhamet edilmeye değer bulmama ve başkalarına merhamet göstermekten kaçınma olarak ifade edilmiştir (Rockliff vd., 2008; Miron vd., 2016). Bu bağlamda, çalışmaya göre, evliliğinde uzaklaşma yabancılaşma yaşayanların aynı zamanda kendine ve diğerlerine merhamet göstermekten ya da diğerlerinden merhamet görmekten kaçındıkları söylenebilir. Aynı zamanda, Mahmoodian, Motlagh ve Dehestani (2021) evlilik hoşnutsuzluğu belirtilerini tükenmişlik, kendine yabancılaşma, yaşam amacını kaybetme, kişisel gelişimde aksaklıklar, kontrol kaybı ve ek olarak Fincham (2001) da eşin olumsuz taraflarına negatif yüklemeler yapma olarak açıklamıştır. Bundan hareketle katılımcıların bu belirtilerden bir veya birkaçını yaşamaya devam ediyor olduklarını akla getirebilir.

Merhamet korkusuna neden olarak sunulan bazı görüşler bulunmaktadır. Merhamet görmekten ve göstermekten çekinmenin bir nedeni olarak psikolojik sorunlar (Coelho vd., 2021; Erdoğan, 2021; Merritt ve Purdon, 2021) düşünülebilir.

Psikolojik sorunlar eşlerin uyumsuzluğunu da artırmaktadır (Yüksel ve Dağ, 2015). Bir başka neden olarak olumsuz öz-eleştiri ve güvensiz bir ortamda bulunduğu düşüncesi merhamet korkusunu etkilediği gibi (Gilbert vd., 2008; Gilbert vd., 2011; Gilbert vd., 2012; Hermanto vd., 2016; Joeng ve Turner, 2015) evlilik ilişkisinde de eşin kendini yargılaması ile yaşadığı güven eksikliğinin eşi evlilikten hoşnutsuz olmaya sevk ettiği düşünülebilir. Yine, evlilikte meydana gelen olayların göz ardı edilmesi ve bireyin duyguları üzerindeki kontrolünün azalması evlilik hoşnutsuzluğunu artırmakta ve sevginin yitimiyle diğer eşin acısına olan duyarlılığın azalışı akla gelmektedir (Çetin, 2021; Karasu, Ayar ve Çopur, 2021; Mahmoodian, Motlagh ve Dehestani, 2021).

Araştırmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde cinsiyet, yaş, eşin yaşı, eğitim durumu, aylık geliri, çocuk sayısı, evlilik şekli ve evlilik süresine göre farklılaşma olup olmadığı; merhamet korkusu düzeyinde cinsiyet, yaş, eşin yaşı, eğitim durumu, aylık geliri, çocuk sayısı, evlilik şekli ve evlilik süresine göre farklılaşma olup olmadığı ele alınmıştır. Araştırma kapsamında ele alınan kişisel değişkenlere yönelik sonuçlar değerlendirilmiştir.

Çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde cinsiyetin bir farklılaşmaya sebep olup olmadığı ve merhamet korkusu düzeyinde cinsiyetin bir farklılaşmaya sebep olup olmadığı araştırılmıştır. Bu bağlamda yapılan analizler sonucunda, evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde cinsiyete göre farklılaşma olduğu görülmektedir. Bu farklılaşmada erkek katılımcıların evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi kadın katılımcılara göre anlamlı bir şekilde yüksektir. Akgül-Gök (2013), evli kadınlar ve erkeklerin ev içi cinsiyet rollerinin değişime daha dirençli olduğunu kaydetmiştir. Bu çalışmada da erkek katılımcıların yaşadığı bölgenin kültürel yapısından dolayı ev içi cinsiyet rollerini kadın katılımcılara göre daha katı algıladıkları ve değişim karşısında kendilerinden bir şeyleri yitirip tükendikleri düşünülebilir. Farklı bir bakışla, erkekler için evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinin kadınlara göre daha yüksek oluşunun, toplumsal olarak erkeğe atfedilen aileyi taşıma görevi, erkek eşlerin evlilikte kritik kararlarda söz sahibi olması gerektiği düşüncesine benzer cinsiyet rollerinin, kişilerin benimsemek istediği rollerle çatışması ile açıklanabileceği düşünülmektedir (Akgül-Gök ve İl, 2017).

Sarathchandra ve De Silva (2018), yaptığı çalışmada kadınların ve erkeklerin evlilik hoşnutsuzluğunda farklılaştığını ayrıca, hizmet sektörü çalışanlarının ve bu

çalışmaya benzer olarak kadınların evlilik hoşnutsuzluğu yaşamaya daha az yatkın olduğunu tespit etmiştir. Kayser (1988) kadınların aleyhine bir puan farkının kadınların evlilikte hoşnutsuzluk yaşadığında, interaktif davranışlar sergilemeye eğiliminden dolayı beklendik olduğunu ifade etmiştir. Çalışmadaki beklenti dışı bulgunun bu sebebin tersinden kaynaklı olarak, sosyal beğenirlik çabasıyla hoşnutsuzluk yaşayan kadınların yaşadıklarını inkâr etme ve gizleme eğiliminde olabileceği de akla gelebilir. Merhamet korkusu bakımından ise cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunamamıştır. Benzer olarak Meriç (2020) şefkat korkusunun, cinsiyet, yaş, çalışma-işsiz olma durumuna göre anlamlı bir fark göstermediğini tespit etmiştir. Bu çalışmada da fark olmayışı eşlerin benzer değerler benimsediğini akla getirmektedir.

Çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde yaşa göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığı ve merhamet korkusu düzeyinde yaşa göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığı araştırılmıştır. Bu kapsamda yapılan analizler sonucunda evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi bakımından yaşa göre anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir. Bu bulgu, Kumcağız ve Ertuğ (2016)'un çalışması ile örtüşmektedir. "18-30" yaş grubu ile "41-50" ve "51 yaş üzeri" grubu arasında evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi bakımından anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Yani, en genç yaş grubunun evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi diğer yaş gruplarına göre anlamlı olarak düşüktür.

Katılımcılardan en genç yaş grubunda olanların evlilik hoşnutsuzluğu puanlarının diğer gruplara göre daha düşük görülmesinin nedeni olarak, katılımcıların kısa süredir evli olmaları ve henüz evlilik hoşnutsuzluğu yaratabilecek durumların yeterince belirmediği düşünülmektedir. Nitekim, Huston vd. (2001) evlilikte zaman geçtikçe sıkıntı ve çatışmaların arttığını ifade etmiştir. Merhamet korkusu bağlamında yaş ile anlamlı bir fark bulunamamıştır. Benzer biçimde, Kirby, Day ve Sagar (2019), yaşın merhamet korkusunun alt boyutlarında aracı bir rolünün olmadığını belirtmiştir.

Çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde eşin yaşının ve merhamet korkusu düzeyinde eşin yaşının anlamlı bir farklılaşmaya sebep olup olmadığı araştırılmıştır. Bu bağlamda yapılan analizler sonucunda, evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde eşin yaşına göre farklılaşma olduğu görülmektedir. Bu farklılaşma "18-30" ile "41-50" arasında ve "41-50" grubunda daha yüksek, "18-30" ile "51 yaş ve üzeri" arasında ve "51 yaş ve üzeri" grubunda daha yüksektir. Bir diğer ifade ile en küçük yaş grubunda olan eşlerin evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi diğer iki gruba göre anlamlı olarak daha düşüktür. Bunun nedeni olarak yaş artışı ile beraber evlilik süresinin de artması, dolayısıyla

hoşnutsuz deneyimlerde de artış olması düşünülmektedir. Nitekim, Kayser (1993) evlilik süresi arttıkça evliliğe yapılan yatırımın arttığını, dolayısıyla yaşam önemli olduğunu belirtmiştir. Yatırımın artışıyla, sıkıntı ve çatışmaların da artabileceği akla gelmektedir.

Çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı ve merhamet korkusu düzeyinde eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı araştırılmıştır. Her iki değişken için de eğitim durumunun anlamlı bir fark oluşturmadığı sonucuna varılmıştır. Evlilik hoşnutsuzluğu açısından bu bulgular Beyazgül (2022)'ün çalışması ile benzerlik göstermektedir. Evlilik hoşnutsuzluğunun boşanma ile sonuçlanabileceği ifade edilmektedir (Kersten, 1990). Boşanmada evlilik hoşnutsuzluğu sürecinin etkisi dikkate alındığında artan eğitim durumunun boşanma riskini düşürdüğünü belirten araştırmalar bulunmaktadır (Bruze, Svarer ve Weiss, 2015; Kaplan ve Herbst, 2015; Lyngstad, 2004).

Merhamet korkusu bakımından, katılımcıların yine ailesel (Bal, 2019) ve toplumsal bir merhamet algısı temelinden etkilendikleri düşünülmektedir. Her iki sonuçta da çalışma grubunun büyük kısmının yüksek eğitilmiş oluşunun etkisi olduğu düşünülmektedir. Gruptaki 293 katılımcının (%71.41) lisans ve lisans sonrası eğitim aldıkları bilinmektedir.

Çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde aylık gelirin ve merhamet korkusu düzeyinde aylık gelirin anlamlı bir farklılaşmaya sebep olup olmadığı araştırılmıştır ve her iki değişken için de anlamlı bir fark olmadığı sonucuna varılmıştır. Bunun nedeninin katılımcıların çoğunun “Asgari ücret üzeri” grubunda olması (%64) ve ekonomik kaygıların az oluşu olarak düşünülmektedir. Nitekim, Dolan ve Peasgood (2008) yaptıkları çalışmada evlilikte mutluluğun artışıyla gelir artışı ile beraber gelmediğini ifade etmektedir. Benzer şekilde, daha çok para kazanmayı amaçlayan işkolik olmanın aile fonksiyonlarını olumsuz etkilediği bilinmektedir (Robinson, Flowers ve Ng, 2006). Kohi, Etemadi ve Fatehizadeh (2014) ise evlilik hoşnutsuzluğu ile evlilik süresi ve aylık gelir arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır.

Merhamet korkusu bağlamından incelendiğinde aylık gelire göre anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bunun nedeni olarak merhamet ile ilgili erken deneyimlerin önemli oluşu ve merhamet görme ve göstermenin toplumsal yansıması olan “acıyı, kederi paylaşma” anlayışından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Nitekim,

merhamet üzerinde anne-baba tutumunun etkili oluşu ve tutum katılaştıkça merhamet düzeyinin düştüğü bilinmektedir (İşgör, 2017). Çalışma bulgumuza benzer olarak, merhamet korkusunun cinsiyet, eğitim düzeyi, aylık gelir ve ikamet yerine bağlı olarak anlamlı bir değişim göstermediğini belirtilmiştir (Sak vd., 2021).

Çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde çocuk sayısının ve merhamet korkusu düzeyinde çocuk sayısının anlamlı bir farklılaşmaya sebep olup olmadığı araştırılmıştır. Bu bağlamda yapılan analizler sonucunda evlilik hoşnutsuzluğu bakımından çocuk sayısına göre anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir. Bu fark, “İki çocuk” ile “Üç çocuk ve üzeri” arasındadır ve “Üç çocuk ve üzeri” grubunun düzeyi daha yüksektir. Başka bir ifade ile iki çocuğu olanların evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi üç ve daha fazla çocuk sahibi olanlara göre anlamlı olarak daha düşüktür. Beyazgül (2022), evlilik hoşnutsuzluğunun çocuk sayısına göre farklılaştığını, Üçgül (2019) ise çocuk sayısı ile beraber evlilik hoşnutsuzluğunun da arttığını tespit etmiştir. Çocukların evliliğe sorumluluk getirdiği, çocukların bakımı da evlilik içerisinde sorunlar oluşturabileceği için çocuk sayısının evlilik hoşnutsuzluğunu etkilediği düşünülmektedir (Kumcağız ve Ertuğ, 2016).

Çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde evlilik şeklinin ve merhamet korkusu düzeyinde evlilik şeklinin anlamlı bir farklılaşmaya sebep olup olmadığı araştırılmıştır ve yalnızca merhamet korkusu düzeyi bakımından anlamlı bir fark olduğu sonucuna varılmıştır. Bu farka göre geleneksel evliliğin merhamet korkusu düzeyi daha yüksektir. Yani, geleneksel evlilik yapanların merhamet korkusu düzeyi modern evlilik yapanlara göre daha yüksektir. Farkın eşlerin bağlanma biçimlerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Nitekim, evlilik kalitesi eşlerin bağlanma biçimlerinden etkilenmektedir (Volling, Notaro ve Larsen, 1998) ve bağlanma aile işlevlerini etkilemektedir (Dickstein vd., 2001). Geleneksel evlilik yapanların eşe bağlanma sürecinin modern evlilik yapanlardan farklı olduğu düşünülmektedir.

Çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde evlilik süresinin ve merhamet korkusu düzeyinde evlilik süresinin anlamlı bir farklılaşmaya sebep olup olmadığı araştırılmıştır ve evlilik hoşnutsuzluğu bakımından anlamlı bir fark olduğu sonucuna varılmıştır. Bu fark, “0-6 yıl” ile “7-15 yıl” arasında ve “7-15 yıl” grubunda daha fazla, “0-6 yıl” ile “16 yıl ve üzeri” grubu arasında “16 yıl ve üzeri” grubunda daha fazladır. Kumcağız ve Ertuğ (2016), evlilik hoşnutsuzluğunun evlilik süresine göre anlamlı bir biçimde farklılaştığını belirtmiştir. Benzer şekilde Kohi, Etemadi ve Fatehizadeh



(2014), evlilik hoşnutsuzluğu ile evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Evliliğin ilk yıllarında hem çiftlerin sorunlara karşı genç ve dinamik bir kriz yaklaşımı benimsemesi, ertelemek yerine çözüm üzerinde düşünülmesi hem de eşlerin birbirine olan ilgisinin yüksek olması daha kısa süreli evliliklerdeki evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinin daha uzun süreli olanlara göre düşük çıkmasının sebebi olarak düşünülebilir (Hafner ve Spence, 1988; Uecker, 2012). Ayrıca, evliliğin ilk yıllarındaki uyumun sonraki yıllara göre yüksek oluşunun da etkili olduğu akla gelmektedir (Akpınar ve Kırlioğlu, 2020; Özaydınlık, 2014). Ek olarak birçok çalışma evliliğin ilk aylarında boşanma riskinin düşük olduğunu, sonradan artmaya başladığını ve daha sonra düşmeye başladığını tespit etmiştir (Andersson, 1995; Diekmann ve Engelhardt, 1999; Hoem ve Hoem, 1992; Jalovaara, 2013; Kiernan, 1999; Kulu ve Boyle, 2010; Lyngstad, 2011; Rootalu, 2010; Thornton ve Rodgers, 1987). Kulu (2014)'nin de evliliğin yedinci yılında boşanma riskinin en yüksek seviyesine ulaştığını ifade ettiği bir çalışması bulunmaktadır.

Nitekim, uzun süreli evlilikler için eşler arasında yakınlık ve bağlılık gerekmektedir (Karimi vd., 2019). Yakınlık ve bağlılık evlilik hoşnutsuzluğuyla ilişkilidir (Keyser, 1996). Dolayısıyla, evlilik süresince azalan yakınlığın ve bağlılığın evlilik hoşnutsuzluğunu etkilediği düşünülebilir.

## **5.2. Öneriler**

Bu başlıkta kanun koyuculara, araştırmacılara, aile danışmanlarına ve psikolojik danışmanlara çeşitli öneriler sunulmuştur.

### ***Kanun Koyuculara Öneriler***

Evliliği incelemek, toplumu anlamak ve topluma uygun kurallar koymak için gereklidir. Çalışmada Türk toplumunun değerleri açısından önemli olan evlilik ele alınmıştır ve evlilik hoşnutsuzluğunun boşanma ile sonuçlanabileceği ifade edilmiştir. Çalışmaya göre evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu arasında bir ilişki tespit edilmiştir. Artan boşanmalar da dikkate alınarak merhamete, merhametin evlilikteki yerine ve merhamet korkusuna değinen arabuluculuk programları hazırlanabilir.

Çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu düzeyinde yaşa, eşin yaşına, çocuk sayısına ve evlilik süresine göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Evlilik öncesi programlarda eşlerin evlilik sürecinde hoşnutsuzluğu artırabilecek işaretlere ve sebelelere dikkat etmeleri konusunda uyarılarda bulunulabilir.

### ***Araştırmacılara Öneriler***

Alanyazın incelendiğinde merhamet korkusu ve evlilik hoşnutsuzluğu arasındaki ilişkinin daha önce incelenmediği görülmektedir. Bu çalışmadan hareketle, iki değişken arasındaki ilişki çalışmadakinden farklı değişkenlerin aracılığıyla incelenebilir. Ayrıca, çalışma grubu Erzurum ilinden seçilmiştir. Bu bir sınırlılıktır ve araştırmacılar benzer çalışmaları farklı illerde, bölgelerde uygulayabilirler ve karşılaştırmalar yapabilirler. Bu nicel çalışmada evlilik hoşnutsuzluğu ve merhamet korkusu arasında bir ilişki tespit edilmiştir. Bu ilişkinin nedenlerinin araştırılması için nitel çalışmalar yapılabilir.

Çalışmadan elde edilen bulgular doğrultusunda araştırmacılar, kanun koyuculara, evlilik öncesi bilgilendirme programlarına merhamet ile ilgili eğitimler eklenmesi konusunda önerilerde bulunabilirler. Ek olarak, alanyazın incelendiğinde, ülkemizde merhamet korkusu kavramı ile ilgili çalışmaların henüz başlangıç düzeyinde olduğu, merhamet korkusu üzerine tez çalışmalarının bulunmadığı görülmektedir. Kavram üzerine detaylı çalışmalar yapılabilir.

### ***Aile Danışmanları ve Psikolojik Danışmanlara Öneriler***

Çalışmadan hareketle evlilik öncesinde başvuran çiftler nelerin evlilik hoşnutsuzluğunu ve merhamet korkusunu artırabileceği konusunda bilgilendirilebilir. Ayrıca, boşanma öncesinde başvuran danışanların evlilikle ilgili hoşnutsuzlukları merhamet odaklı yaklaşımlarla ele alınabilir.

Sonuçlardan hareketle evlilikte merhamet korkusu yaşayan bireylere merhamet duygularını geliştirecek çeşitli danışma oturumları hazırlanabilir. Aile danışmanları ve psikolojik danışmanlar uygulamalarında merhamet kavramına yer vererek evliliklerdeki sorunlara farklı bir bakış açısıyla yaklaşabilirler. Evlilikle ilgili

psikoeğitim programlarında merhametin kabul edilmesine, kaçınılmaması gereken bir duygu olduğuna ve merhamet korkusuna yer verilebilir.

## KAYNAKÇA

- Abbasi-Asfajir, A.A. and Ramezani, L. (2017). The relationship between family function and marital satisfaction with marital disaffection of married teachers in Behshahr. *Sociol Stud Youth*, 8 (24), 9–22.
- Abbasi, I. and Alghamdi, N. (2017). The pursuit of romantic alternatives online: Social media friends as potential romantic alternatives. *Journal of Sex and Marital Therapy*. 44 (1), 16-28. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2017.1308450>
- Abbasi, S.I., Drouin, M., McDaniel, B.T. and Dibble, J.L. (2019). The protective influence of relationship commitment on the effects of Facebook addiction on marital disaffection. *The American Journal of Family Therapy*, 47 (2), 120-136. <https://doi.org/10.1080/01926187.2019.1613940>
- Abbasi, S.I., Rattan, N., Kousar, T. and Khalifa-Elsayed, F. (2018). Neuroticism and close relationships: How negative affect is linked with relationship disaffection in couples. *The American Journal of Family Therapy*, 46 (2), 139-152. <https://doi.org/10.1080/01926187.2018.1461030>
- Ağaççanak, B. (2022). *Evlilikte affedicilik, merhamet ve duygusal zekânın evlilik doyumuna etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Karatay Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Ainsworth, M.D.S. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46 (4), 333–341. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.46.4.333>
- Akçetin, N.Ç. (2016). Merhamet ve devlet: Schopenhauer. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 21, 71-86.
- Akgül-Gök, F. (2013). *Evli kadın ve erkeklerin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilgili algılarının aile işlevlerine yansımaları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akgül-Gök, F. ve İl, S. (2017). Evli kadın ve erkeklerin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilgili algılarının aile işlevlerine yansımaları. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10 (54), 523-533. <https://doi.org/10.17719/jisr.20175434616>
- Akın, Ş.H. (2018). Merhamet kavramı ve Schopenhauer'in merhamet yaklaşımının değerlendirilerek farklı düşünürlerin görüşleriyle karşılaştırılması. *Türkiye Biyoetik Dergisi*, 5 (3), 126-131. <https://doi.org/10.5505/tjob.2018.07279>
- Akpınar, B. ve Kırloğlu, M. (2020). Bazı değişkenler açısından evlilik uyumunun incelenmesi ve toplumsal cinsiyet rolleri tutumunun evlilik uyumuna etkisi. *Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 23 (2), 736-746.
- Andersson, G. (1995). Divorce-risk trends in Sweden 1971–1993. *European Journal of Population*, 11, 293–311. <https://doi.org/10.1007/BF01267721>
- Arif, N. and Fatima, I. (2015). Marital satisfaction in different types of marriage. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 13 (1), 36.
- Bakalım, O. ve Karahan, F.Ş. (2022). Yetişkinlerde şefkat korkusu ve psikolojik esneklik. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 12, 539-559. <https://doi.org/10.21733/ibad.1047549>

- Bal, G. (2019). *Yoğun bakım hemşirelerinin hasta güvenliğine ilişkin tutumlarının değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Balcı, A. (2018). *Sosyal bilimlerde araştırma: Yöntem teknik ve ilkeler*. Ankara: Pegem.
- Barry, R.A., Lawrence, E. and Langer, A. (2008). Conceptualization and assessment of disengagement in romantic relationships. *Personal Relationships*, 15 (3), 297–315. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2008.00200.x>
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7 (2), 147-178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>
- Bartholomew, K. and 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Başkaya, Z. ve Ünal, A. (2017). Türkiye'de evlenme ve boşanma oranlarının iller düzeyinde zamansal değişimi (2001-2015). *Journal of International Social Research*, 10 (53), 338-359.
- Batson, C.D. (2010). Empathy-induced altruistic motivation. In M. Mikulincer and P. R. Shaver (Eds.), *Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature* (pp. 15–34). Washington: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12061-001>
- Bayer, A. (2013). Değişen toplumsal yapıda aile. *Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 4 (8), 101-129.
- Bennett, R., Lashley, L.K. and Golden, C.J. (2020). *Reasons for divorce*. Florida: NSU.
- Benoit, D. (2004). Infant-parent attachment: Definition, types, antecedents, measurement and outcome. *Paediatrics and Child Health*, 9 (8), 541–545, <https://doi.org/10.1093/pch/9.8.541>
- Berscheid, E. (2006). Searching for the meaning of "love". In R.J. Sternberg and K. Weis (Eds.), *The new psychology of love* (pp. 171–183). Connecticut: Yale University Press.
- Berscheid, E. and Reis, H.T. (1998). Interpersonal attraction and close relationships. In D.T. Gilbert, S.T. Fiske and G. Lindzey (Eds.), *Handbook of social psychology* (pp. 193–281). New York: McGraw-Hill.
- Beyazgül, G. (2022). *Evlilik hoşnutsuzluğunda yaşam doyumu ve cinsel öz bilinç rolünün incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Booth, A., Johnson, D.R., Branaman, A. and Sica, A. (1995). Belief and behavior: Does religion matter in today's marriage?. *Journal of Marriage and the Family*, 57 (3), 661-671. <https://doi.org/10.2307/353921>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. (1<sup>st</sup> edition) New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss* (2<sup>nd</sup> edition). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss* (3<sup>rd</sup> edition). New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma ve kaybetme*. İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Brien, M.J. ve Lillard, L.A. (1994). Education, marriage, and first conception in Malaysia. *The Journal of Human Resources*, 29 (4), 1167–1204. <https://doi.org/10.2307/146137>
- Bruze, G., Svarer, M. and Weiss, Y. (2015). The dynamics of marriage and divorce. *Journal of Labor Economics*, 33 (1), 123–170. <https://doi.org/10.1086/677393>
- Brown, L., Bryant, C., Brown, V., Bei, B. and Judd, F. (2016). Self-compassion, attitudes to ageing and indicators of health and well-being among midlife women. *Aging and Mental Health*, 20 (10), 1035–1043. <https://doi.org/10.1080/13607863.2015.1060946>
- Bumpass L.L., Martin, T.C. and Sweet J.A. (1991). The impact of family background and early marital factors on marital disruption. *J Fam Issues*, 12 (1), 22-42. <https://doi.org/10.1177/01925139101200100>
- Burgoyne, C.B. (1990). Money in marriage: How patterns of allocation both reflect and conceal power. *The Sociological Review*, 38 (4), 634–665. <https://doi.org/10.1111/j.1467-954X.1990.tb00933.x>
- Burnstein, E., Crandall, C. and Kitayama, S. (1994). Some neo-Darwinian rules for altruism: Weighing cues for inclusive fitness as a function of biological importance of the decision. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67 (5), 773–807. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.5.773>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2019). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Canel, A.N. (2012). *Evlilik ve aile hayatı*. Ankara: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.
- Carmichael, S. (2011). Marriage and power: Age at first marriage and spousal age gap in lesser developed countries. *The History of the Family*, 16 (4), 416-436. <https://doi.org/10.1016/j.hisfam.2011.08.002>
- Carr, A. (2022). *Positive psychology*. New York: Routledge.
- Carr, B. (1999). Pity and compassion as social virtues. *Philosophy*, 74 (3), 411–429. <https://doi.org/10.1017/s0031819199000479>
- Cassidy, J. and Berlin, L.J. (1994). The insecure/ambivalent pattern of attachment: Theory and research. *Child Development*, 65 (4), 971-991. <https://doi.org/10.2307/1131298>
- Chamberlain, K. and Zika, S. (1988). Religiosity, life meaning, and well being: Some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27 (3), 411-420. <https://doi.org/10.2307/1387379>
- Coelho, H.L., Trindade, I.A., Mendes, A.L. ve Ferreira, C. (2021). The mediating role of shame and fear of compassion on the relationship between major life events and depressive symptoms. *Curr Psychol*, 40 (9), 4553–4562. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00396-6>
- Cole, C.L. (1985). Relationship quality in long-term marriages: A comparison of high quality and low quality marriages. *Lifestyles*, 7 (4), 248-257. <https://doi.org/10.1007/BF00997105>

- Cohn, D. (2013). *Love and marriage*. Washington: Pew Research Center.
- Collins, N.L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior, *Journal of Personality and Social Psychology*, 71 (4), 810-832. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.4.810>
- Collins, R.L., Ellickson, P.L. and Klein, D.J. (2007). The role of substance use in young adult divorce. *Addiction*, 102 (5), 786–794. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2007.01803.x>
- 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>
- Coontz, S. (2005). *Marriage, a history: From obedience to intimacy or how love conquered marriage*. New York: Viking Penguin.
- Cosley, B.J., McCoy, S.K., Saslow, L.R. and Epel, E.S. (2010). Is compassion for others stress buffering? Consequences of compassion and social support for physiological reactivity to stress. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46 (5), 816-823. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2010.04.008>
- Cott, N.F. (2002). *Public vows: A history of marriage and the nation*. Massachusetts: Harvard Uni Press. <https://doi.org/10.4159/9780674029880>
- Crowell, J.A., Fraley, R.C. and Shaver, P.R. (2008). Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment. In J. Cassidy and P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 599–634). New York: The Guilford Press.
- Crowell, J.A., Treboux, D. and Waters, E. (2002). Stability of attachment representations: The transition to marriage. *Developmental Psychology*, 38 (4), 467. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.4.467>
- Cunha, M., Pereira, C., Galhardo, A., Couto, M. and Massano-Cardoso, I. (2015). Social anxiety in adolescents: The role of early negative memories and fear of compassion. *European Psychiatry*, 30 (1), 1-1. [https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(15\)30336-9](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(15)30336-9)
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk PDR Dergisi*, 4 (39), 13-23.
- Çapraz, S. ve Ünüsan, N. (2022). Konya ilindeki bireylerin evlilik kalitesinin sosyo-demografik özellikler açısından incelenmesi. *KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3 (2), 52-70.
- Çelik, E. (2013). Evlilik hoşnutsuzluğu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Electronic Turkish Studies*, 8 (12), 260-272. <http://doi.org/10.7827/TurkishStudies.5663>
- Çetin, S. (2021). *Evlilik hoşnutsuzluğunda kıskançlık ve duygu düzenleme güçlüğünün etkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Çevik, Ö. ve Tanhan, F. (2020). Merhamet korkusu: Tanımı, nedenleri ve önlenmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12 (3), 342-351. <http://doi.org/10.18863/pgy.626941>

- De Vaus, D.A. (2002). Marriage and mental health. *Family Matters*, 62, 26–32. <https://doi.org/10.3316/ielapa.746423288569872>
- De Waal, F.B. (2008). Putting the altruism back into altruism: The evolution of empathy. *Annual Review of Psychology*, 59 (1), 279-300. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093625>
- Dehle, C., Larsen, D. and Landers, J.E. (2001). Social support in marriage. *The American Journal of Family Therapy*, 29 (4), 307–324. <https://doi.org/10.1080/01926180126500>
- Deniz, M.E. and Yıldırım-Kurtuluş, H. (2023). Self-efficacy, self-love, and fear of compassion mediate the effect of attachment styles on life satisfaction: A serial mediation analysis. *Psychological Reports*, 0 (0). <https://doi.org/10.1177/00332941231156809>
- DeSteno, D. (2015). Compassion and altruism: How our minds determine who is worthy of help. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 3, 80-83. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2015.02.002>
- Diekmann, A. and Engelhardt, H. (1999). The social inheritance of divorce: Effects of parent's family type in postwar Germany. *American Sociological Review*, 64 (6), 783–793. <https://doi.org/10.2307/2657402>
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E. and Smith, H.L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Dickstein, S., Seifer, R., St Andre, M. and Schiller, M. (2001). Marital attachment interview: Adult attachment assessment of marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18 (5), 651–672. <https://doi.org/10.1177/0265407501185005>
- Doğan, C. (1998). Türkiye'de boşanma sorununun sosyolojik ve istatistiki açıdan değerlendirilmesi. *Istanbul Journal of Sociological Studies*, 0 (25), 59-69.
- Dolan, P. and Peasgood, T. (2008). Measuring well-being for public policy: Preferences or experiences?. *The Journal of Legal Studies*, 37 (2), 5-31. <https://doi.org/10.1086/595676>
- Drefahl, S. (2012). Do the married really live longer? The role of cohabitation and socioeconomic status. *Journal of Marriage and Family*, 74 (3), 462-475. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2012.00968.x>
- Elbow, M. (1982). Children of violent marriages: The forgotten victims. *Social Casework*, 63 (8), 465–471. <https://doi.org/10.1177/104438948206300803>
- England, P., Waite, L.J. and Gallagher, M. (2001). The case for marriage: Why married people are happier, healthier and better off financially. *Contemporary Sociology*, 30 (6), 564. <https://doi.org/10.2307/3088984>
- Erdoğan, G. (2021). *Şefkat korkusu ile depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Erzen, E. (2016). Üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (3), 1-21.



- Fehr, B., Sprecher, S. and Underwood, L.G. (2009). *The science of compassionate love: Theory, research, and applications*. New Jersey: John Wiley and Sons.
- Fehr, B., Harasymchuk, C. and Sprecher, S. (2014). Compassionate love in romantic relationships: A review and some new findings, *Journal of Social and Personal Relationships*, 31 (5), 575-600. <https://doi.org/10.1177/0265407514533768>
- Fincham, F.D. (2001). Attributions and close relationships: From Balkanization to integration. In G.J. Fletcher and M. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology* (pp. 3–31). New Jersey: Blackwell.
- Fincham, F.D. and Bradbury, T.N. (1990). *The psychology of marriage: Basic issues and applications*. New York: The Guilford Press.
- Fiske, S.T., Cuddy, A.J.C., Glick, P. and Xu, J. (2002). A model of (often mixed) stereotype content: Competence and warmth respectively follow from perceived status and competition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 878-902.
- Fraenkel, J.R., Wallen, N.E. and Hyun, H.H. (2009). *How to design and evaluate research in education* (7<sup>th</sup> edition). New York: McGraw-hill.
- Fraenkel, J.R., Wallen, N.E. and Hyun, H.H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8<sup>th</sup> edition). New York: McGraw-hill.
- Fraley, R.C. and Roisman, G.I. (2019). The development of adult attachment styles: Four lessons. *Current Opinion in Psychology*, 25, 26-30. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.008>
- French, D., Vedhara, K., Kaptain, A.A. and Weinman, J. (2010). *Health psychology* (2<sup>nd</sup> edition). New Jersey: BPS Blackwell.
- Fromm, E. (2020). *Sevme sanatı: Bir eylem olarak sevmek*. İstanbul: Say Yayınları.
- Gallo, L.C. and Smith, T.W. (2001). Attachment style in marriage: Adjustment and responses to interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18 (2), 263-289. <https://doi.org/10.1177/0265407501182006>
- German, N. (2013). *Assessment of disharmony and disaffection*. Unpublished Doctoral Dissertation. Alabama: Auburn University, Graduate Faculty of Auburn University.
- Gilbert, P. (2005). *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy*. New York: Routledge.
- Gilbert, P. (2007). *Psychotherapy and counselling for depression* (3<sup>rd</sup> edition). New York: Sage Publications.
- Gilbert, P. (2009). Introducing compassion-focused therapy. *Advances in Psychiatric Treatment*, 15 (3), 199-208. <https://doi.org/10.1192/apt.bp.107.005264>
- Gilbert, P. (2014). The origins and nature of compassion focused therapy. *British Journal of Clinical Psychology*, 53 (1), 6-41. <https://doi.org/10.1111/bjc.12043>
- Gilbert P., McEvan K., Matos, M. and Ravis, A. (2010). Fears of compassion: Development of three self-report measures. *Psychol Psychother*, 84 (3), 239–255. <https://doi.org/10.1348/147608310X526511>

- Gilbert, P., McEwan, K., Gibbons, L., Chotai, S., Duarte, J. and Matos, M. (2012). Fears of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness, and self-criticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 85 (4), 374-390. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2011.02046.x>
- Gilbert, P., McEwan K., Mitra, R., Franks, L., Richter, A. and Rockliff, H. (2008). Feeling safe and content: A specific affect regulation system? Relationship to depression, anxiety, stress, and self-criticism, *The Journal of Positive Psychology*, 3 (3), 182-191. <https://doi.org/10.1080/17439760801999461>
- Gilbert, P., McEwan, K., Matos, M. and Ravis, A. (2011). Fears of compassion: Development of three self-report measures. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 84 (3), 239-255. <https://doi.org/10.1348/147608310X526511>
- Girgis, S., George, R.P. and Anderson, R.T. (2011). What is marriage. *Harv. JL and Pub. Pol'y*, 34 (1), 245-287.
- Gladding, S. T. (2018). *Aile terapisi: Tarihi, kuram ve uygulamaları*. Ankara: Türk PDR Derneği.
- Goetz, J.L., Keltner, D. and Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An evolutionary analysis and empirical review. *Psychological Bulletin*, 136 (3), 351-374. <https://doi.org/10.1037/a0018807>
- Goldin, P. and Jazaieri, H. (2017). The compassion cultivation training (CCT) program. In E.M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S.L. Brown, M.C. Worline, D.C. Cameron and J.R. Doty (Eds.), *Oxford handbook of compassion* (pp. 1-16) Oxford: Oxford Handbooks Online. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190464684.013.18>
- Gottman, J.M. (1994). *Why marriages succeed or fail*. New York: Simon and Schuster.
- Gove, W.R., Hughes, M. and Style, C.B. (1983). Does marriage have positive effects on the psychological well-being of the individual?. *Journal of Health and Social Behavior*, 24 (2), 122-131. <https://doi.org/10.2307/2136639>
- Gülsün, M., Ak, M. ve Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1 (1), 68-79.
- Gündüzalp, İ. (2018). *Boşanma psikolojisi ve danışmanlığı*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Günen, H. ve Poyraz-Tacoğlu, T. (2017). Mardin'de gerçekleştirilen tercihli ve geleneksel evliliklerin nedenleri ve evliliğe karar verme süreci. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları*, 26 (1), 187-222.
- Günsel, D.A. (2013). *Evli bireylerin algıladıkları eş desteğinin çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi: KKTC örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Hafner, R.J. and Spence, N.S. (1988). Marriage duration, marital adjustment and psychological symptoms: A cross-sectional study. *Journal of Clinical Psychology*, 44 (3), 309-316.
- Hankin, B.L., Kassel J.D. and Abela, J.R.Z. (2005). Adult attachment dimensions and specificity of emotional distress symptoms: Prospective investigations of cognitive risk and interpersonal stress generation as mediating mechanisms.

*Personality and Social Psychology Bulletin*, 31 (1), 136-151. <https://doi.org/10.1177/0146167204271324>

- Hazan, C. and 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>
- Hermanto, N., Zuroff, D.C., Kopala-Sibley, D.C., Kelly, A.C., Matos, M., Gilbert, P. and Koestner, R. (2016). Ability to receive compassion from others buffers the depressogenic effect of self-criticism: A cross-cultural multi-study analysis. *Personality and Individual Differences*, 98 (324), 324–332. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.055>
- Hoem, B. and Hoem, J.M. (1992). The disruption of marital and non-marital unions in contemporary Sweden. In J. Trussell, R. Hankinson and J. Tilton (Eds.), *Demographic applications of event history analysis* (pp. 61–93). Oxford: Clarendon Press.
- Holmes, T.H. and Rahe, R.H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11 (2), 213–218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
- Horwitz, A.V., White, H.R. and Howell-White, S. (1996). Becoming married and mental health: A longitudinal study of a cohort of young adults. *Journal of Marriage and the Family*, 58 (4), 895–907. <https://doi.org/10.2307/353978>
- Houston, E. (2023). Cultivating compassion through training. <https://positivepsychology.com/compassion-training>. (Erişim tarihi: 01.03.2023)
- Humphrey, M. (1975). The effect of children upon the marriage relationship. *British Journal of Medical Psychology*, 48 (3), 273–279. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1975.tb02330.x>
- Huston, T.L., Caughlin, J.P., Houts, R.M., Smith, S.E. and George, L.J. (2001). The connubial crucible: Newlywed years as predictors of marital delight, distress, and divorce. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80 (2), 237–252. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.2.237>
- Ifeagwazi, C.M., Chukwuorji, J.C. and Zacchaeus, E.A. (2015). Alienation and psychological wellbeing: Moderation by resilience. *Soc Indic Res*, 120 (2), 525–544. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0602-1>
- Jalovaara, M. (2013). Socioeconomic resources and the dissolution of cohabitations and marriages. *European Journal of Population*, 29 (2), 167–193.
- Joeng, J.R. and Turner, S.L. (2015). Mediators between self-criticism and depression: Fear of compassion, selfcompassion, and importance to others. *Journal of Counseling Psychology*, 62 (3), 453–463. <https://doi.org/10.1037/cou0000071>
- Joeng, J.R., Turner, S.L., Kim, E.Y., Choi, S.A., Lee, Y.J. and Kim, J. K. (2017). Insecure attachment and emotional distress: Fear of self-compassion and self-compassion as mediators. *Personality and Individual Differences*, 112, 6-11. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.048>
- Johnson, M.D. (2012). Healthy marriage initiatives: On the need for empiricism in policy implementation. *American Psychologist*, 67 (4), 296. <https://doi.org/10.1037/a0027743>

- Kaplan, S., Abay, H., Bukecik, E., Şahin, S., Ariöz-Düzgün, A. ve Bay-Karabulut, A. (2018). Türkiye’de yapılan çalışmalar bağlamında kadınlarda boşanmanın nedenleri (2000-2018): Sistematik derleme. *IBAD*, 3 (2), 821-833. <https://doi.org/10.21733/ibad.463456>
- Kaplan, A. and Herbst, A. (2015). Stratified patterns of divorce: Earnings, education, and gender. *Demographic Research*, 32, 949–982.
- Karasu, F., Ayar, D. and Çopur, E.Ö. (2021). The effect of solution focused level on marital disaffection and sexual satisfaction in married individuals. *Contemporary Family Therapy*, 45 (105), 1-10. <https://doi.org/10.1007/s10591-021-09590-w>
- Kayser, K. (1988). *Disaffection in marriage: Its perceived process and attributions*. Unpublished Doctoral Dissertation. Michigan: Michigan University, Graduate School.
- Kayser, K. (1993). *When love dies*. New York: Guilford Press.
- Kayser, K. (1996). The marital disaffection scale: An inventory for assessing emotional estrangement in marriage. *The American Journal of Family Therapy*, 24 (1), 83–88. <https://doi.org/10.1080/01926189508251019>
- Kayser, K. and Rao, S.S. (2013). Process of disaffection in relationship breakdown. In M.A. Fine and J.H. Harvey (Eds.) *Handbook of divorce and relationship dissolution* (pp. 217-238). London: Psychology Press.
- Kenichi, A., Tsuchiya, M., Ishimura, I., Lin, S., Matsumoto, Y., Haruko, H., Kotera, Y., Shimizu, E. and Gilbert, P. (2017). The development of fears of compassion scale Japanese version. *PLoS ONE*, 12 (10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185574>
- Kersten, K.K. (1990). The process of marital disaffection: Interventions at various stages. *Family Relations*, 39 (3), 257. <https://doi.org/10.2307/584869>
- Keyes, C.L.M. and Haidt, J. (2003). *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived*. Washington: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10594-000>
- Khanjani, S., Asmari Bardezard, Y., Foroughi, A. and Yousefi, F. (2021). Burnout, compassion for others and fear of compassion: A quantitative study in Iranian nurses. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 43 (3), 193-199. <https://doi.org/10.47626/2237-6089-2020-0082>
- Kılıç, C., Savrul, B. ve Bayar, Y. (2015). Türkiye ekonomisinde 2000 yılı ve sonrasında yaşanan finansal krizlerin evlenme-boşanma ve intiharlar üzerindeki etkileri. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 40, 131-136.
- Kır, İ. ve Bülbül, Ö. (2012). İslahiye ilçesinde boşanma olgusu üzerine sosyolojik bir inceleme. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9 (2), 99-122.
- Kilmen, S. (2015). *Eğitim araştırmacıları için SPSS uygulamalı istatistik*. Ankara: Edge Akademi Yayınları.

- Kim, H.K. and McKenry, P.C. (2002). The relationship between marriage and psychological well-being: A longitudinal analysis. *Journal of Family Issues*, 23 (8), 885–911. <https://doi.org/10.1177/019251302237296>
- Kirby, J.N., Day, J. and Sagar, V. (2019). The ‘flow’ of compassion: A meta-analysis of the fears of compassion scales and psychological functioning. *Clinical Psychology Review*, 70, 26-39. <https://doi.org/110.1016/j.cpr.2019.03.001>
- Kitamura, T., Aoki, M., Fujino, M., Ura, C., Watanabe, M., Watanabe, K. and Fujihara, S. (1998). Sex differences in marital and social adjustment. *The Journal of Social Psychology*, 138 (1), 26–32. <https://doi.org/10.1080/00224549809600350>
- Kohi, S., Etemadi, O. and Fatehizadeh, M. (2014). The relationship between personality characteristics, general health, contextual factors, and marital dissatisfaction of couples. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 4 (1), 71-84.
- KSGM (2008). Aile içi şiddetle mücadele el kitabı. <https://turkiye.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/aismelkitabı.pdf> (Erişim tarihi: 11.11.2022)
- Kulu H. (2014). Marriage duration and divorce: The seven-year itch or a lifelong itch?. *Demography*, 51 (3), 881–893. <https://doi.org/10.1007/s13524-013-0278-1>
- Kulu, H. and Boyle, P.J. (2010). Premarital cohabitation and divorce: Support for the “trial marriage” theory?. *Demographic Research*, 23 (31), 879–904. <https://doi.org/10.4054/DemRes.2010.23.31>
- Kumcağız, H. ve Ertuğ, K. (2016). Evlilik hoşnutsuzluğu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Electronic Turkish Studies*, 11 (19), 601-620.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford: Oxford University Press.
- Liotti, G. (2009). Attachment and dissociation. In P.F. Dell and J.A. O’Neil (Eds.), *Dissociation and the dissociative disorders: DSM-V and beyond* (pp. 53–65). Oxfordshire: Routledge.
- Little, B.R. (1989). Personal projects analysis: Trivial pursuits, magnificent obsessions and the search for coherence. In D. M. Buss and N. Cantor (Eds.), *Personality psychology: Recent trends and emerging directions* (pp. 15–31). Berlin: Springer-Verlag.
- Lopez, F.G. (2009). Adult attachment security: The relational scaffolding of positive psychology. In C.R. Snyder and S.J.Lopez (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* (pp. 405–416). Oxford: Oxford University Press.
- Lyngstad, T.H. (2004). The impact of parents’ and spouses’ education on divorce rates in Norway. *Demographic Research*, 10, 121–142.
- Lyngstad, T.H. (2011). Does community context have an important impact on divorce risk?: A fixed-effects study of twenty Norwegian first-marriage cohorts. *European Journal of Population*, 27 (1), 57–77. <https://doi.org/10.1007/s10680-010-9226-6>
- Lyons-Ruth, K., Bronfman, E. and Atwood, G. (1999). A relational diathesis model of hostile-helpless states of mind: Expressions in mother–infant interaction. In J.

- Solomon and C. George (Eds.), *Attachment disorganization* (pp. 33–70). New York: The Guilford Press.
- MacBeth, A. and Gumley, A. (2012). Exploring compassion: A meta-analysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 32 (6), 545–552. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2012.06.003>
- Mahmoodian, L., Motlagh, F.Z. and Dehestani, M. (2021). The effectiveness of "reality therapy" on marital disaffection and psychological welfare of married women. *Journal of Health Promotion Management*, 10 (4), <https://doi.org/96-107.10.30699/ajnm.28.2.83>
- Mascaro, N. and Rosen, D.H. (2005). Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms. *Journal of Personality*, 73 (4), 985-1014. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00336.x>
- Matos, M., Duarte, J. and Pinto-Gouveia, J. (2017). The origins of fears of compassion: Shame and lack of safeness memories, fears of compassion and psychopathology. *The Journal of Psychology*, 151 (8), 804-819. <https://doi.org/10.1080/00223980.2017.1393380>
- Meriç, F. (2020). *Şefkat korkusu, öz-anlayış ve psikolojik dayanıklılık: Okul öncesi eğitime devam eden çocukların ebeveynleri üzerine bir araştırma*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Biruni Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Merritt, O.A. and Purdon, C.L. (2020). Scared of compassion: Fear of compassion in anxiety, mood, and non-clinical groups. *British Journal of Clinical Psychology*, 59 (3), 354-368. <https://doi.org/10.1111/bjc.12250>
- Merritt, O.A. and Purdon, C.L. (2021). Fear of compassion is associated with treatment ambivalence and negative expectations for treatment in people with anxiety. *British Journal of Clinical Psychology*, 60 (4), 546-555. <https://doi.org/10.1111/bjc.12313>
- Mikulincer, M. (1998). Attachment working models and the sense of trust: An exploration of interaction goals and affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (5), 1209–1224. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1209>
- Mikulincer, M. and Shaver, P.R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Miron, L.R., Seligowski, A.V., Boykin, D.M. and Orcutt, H.K. (2016). The potential indirect effect of childhood abuse on post trauma pathology through self-compassion and fear of self-compassion. *Mindfulness*, 7 (3), 596-605. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0493-0>
- Mohammadi, S.A. and Mohammadian, M.G. (2018). Prediction of marital boredom based on mindfulness and comparing these variables in couples of employed group and household group in Ilam city. *European Journal of Behavioral Sciences*, 1 (2), 24-35. <https://doi.org/10.33422/EJBS.2018.05.30>
- Mondigir, V.D.P., Hartati, M.E. and Sengkey, M.M. (2022). Perbedaan fear of compassion pada mahasiswa di program studi psikologi universitas negeri manado. *Psikopedia*, 3 (3). <https://doi.org/10.36582/pj.v3i3.5663>

- Morsünbül, Ü. (2012). Özerklik ve ruh sağlığına etkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4 (2), 260-278. <https://doi.org/10.5455/cap.20120416>
- Nas, E. ve Kardaş, F. (2022). Merhamet eğitimi ve eğitimde merhamet. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 11 (1), 316-340. <https://doi.org/10.15869/itobiad.894028>
- Nas, E. ve Sak, R. (2020). Merhamet ve merhamet odaklı terapi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18 (1). <https://doi.org/10.18026/cbayarsos.525744>
- Nas, E. ve Sak, R. (2021). Merhamet korkusu ölçeğinin geliştirilmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 52, 503-519. <https://doi.org/10.53444/deubefd.930883>
- Neff, K.D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself, *Self and Identity*, 2 (2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Neff, K.D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2 (3), 223– 250. <https://doi.org/10.1080/15298860390209035>
- Neff, K.D. (2009). Self-compassion. In K.D. Neff, M. Leary and R. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 561– 573). New York: Guilford Press.
- Neff, L.A. and Karney, B.R. (2009). Compassionate love in early marriage. In B. Fehr, S. Sprecher and L. Underwood (Eds.), *The science of compassionate love: Theory, research, and applications* içinde (pp. 201-222). New Jersey: Wiley-Blackwell.
- Onyishi, E.I., Sorokowski, P., Sorokowska, A. and Pipitone, R.N. (2012). Children and marital satisfaction in a non-Western sample: Having more children increases marital satisfaction among the Igbo people of Nigeria. *Evolution and Human Behavior*, 33 (6), 771-774. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2012.06.005>
- Orçan, Y. ve Kar, D. (2008). Türkiye'de erken yaşta yapılan evlilikler ve risk algısı: Bismil örneği. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 14 (14), 97-112.
- Öner, D.Ş. (2013). *Evli bireylerin evlilik çatışması, çatışma çözüm stilleri ve evlilik uyumlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özaydınlık, Ş. (2014). *Evli çiftlerin evlilik uyumu ile kişilik özellikleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özgüven, İ.E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. Denizli: PDREM Yayınları.
- Pamuk, M. and Durmuş, E. (2015). Investigation of burnout in marriage. *Journal of Human Sciences*, 12 (1), 162-177. <https://doi.org/10.14687/ijhs.v12i1.3002>
- Pepping, C., Davis, P., O'Donovan, A. and Pal, J. (2015). Individual differences in self-compassion: The role of attachment and experiences of parenting in childhood. *Self and Identity*, 14 (1), 104-117. <https://doi.org/10.1080/15298868.2014.955050>

- Perse, E.M., Pavitt, C. and Burggraf, C.S. (1990). Implicit theories of marriage and evaluations of marriage on television. *Human Communication Research*, 16 (3), 387-408. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1990.tb00216.x>
- Peterson, A. and Jenni, C.B. (2003). Men's experience of making the decision to have their first child: A phenomenological analysis. *The Family Journal*, 11 (4), 353-363. <https://doi.org/10.1177/1066480703255787>
- Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Peterson, C., Park, N. and Sweeney, P.J. (2008), Group well-being: Morale from a positive psychology perspective. *Applied Psychology*, 57 (1), 19-36. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00352.x>
- Pietromonaco, P.R., Uchino, B. and Dunkel-Schetter, C. (2013), Close relationship processes and health: Implications of attachment theory for health and disease. *Health Psychology*, 32, 499-513. <https://doi.org/10.1037/a0029349>
- Pines, A. (2013). *Couple burnout: Causes and cures*. New York: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315022291>.
- Previti, D. and Amato, P. (2004). Is infidelity a cause or a consequence of poor marital quality?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21 (2), 217-230. <https://doi.org/10.1177/0265407504041384>.
- Priest, R.F. and Thein, M.T. (2003). Humor appreciation in marriage: Spousal similarity, assortative mating, and disaffection, *International Journal of Humor Research*, 16 (1), 63-78. <https://doi.org/10.1515/humr.2003.005>
- Rao, T.S.S., Nambi, S. and Chandrashekhar, H. (2005). Marriage, mental health and Indian legislation. *Indian J Psychiatry*, 47 (1), 3-14. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.46067>
- Raque-Bogdan, T.L., Ericson, S.K., Jackson, J., Martin, H.M. and Bryan, N.A. (2011). Attachment and mental and physical health: Self-compassion and mattering as mediators. *Journal of Counseling Psychology*, 58 (2), 272-278. <https://doi.org/10.1037/a0023041>
- Revenson, T.A. (1994). Social support and marital coping with chronic illness. *Annals of Behavioral Medicine*, 16 (2), 122-130. <https://doi.org/10.1093/abm/16.2.122>
- Robinson, B.E., Flowers, C. and Ng, K.M. (2006). The relationship between workaholism and marital disaffection: Husbands' perspective. *The Family Journal*, 14 (3), 213-220. <https://doi.org/10.1177/1066480706287269>
- Rockliff, H., Gilbert, P., McEvan, K., Lightman, S. and Glover, D. (2008). A pilot exploration of heart rate variability and salivary cortisol responses to compassion-focused imagery. *Clin Neuropsychiatry*, 5 (3), 132-139.
- Romano, A.J. (2009). The invention of marriage: Hermaphroditus and Salmacis at Halicarnassus and in Ovid. *The Classical Quarterly*, 59 (2), 543. <https://doi.org/10.1017/s0009838809990176>
- Rootalu, K. (2010). The effect of education on divorce risk in Estonia. *Trames: Journal of the Humanities and Social Sciences*, 1464 (1), 21-33. <https://doi.org/10.3176/tr.2010.1.02>



- Ruxton, G.D. and Beauchamp, G. (2008). Time for some a priori thinking about post hoc testing. *Behavioral Ecology*, 19 (3), 690-693. <https://doi.org/10.1093/beheco/arn020>
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Sable, P. (2008). What is adult attachment?. *Clin Soc Work J*, 36, 21–30. <https://doi.org/10.1007/s10615-007-0110-8>
- Sadati, S.E., Mehrabizadeh-Honarmand, M. and Soodani, M. (2021). The causal relationship of differentiation, neuroticism, and forgiveness with marital disaffection through mediation of marital conflict. *Journal of Family Psychology*, 1 (2), 55-68.
- Sak, R., Nas, E., Şahin-Sak, İ.T., Öneren-Şendil, Ç., Tekin-Sitrava, R., Taşkın, N., Kardeş, S., Yayla, A. and Dirik, Y. (2021). Compassion as a source of satisfaction and fear in professionals who work with people. *Psychological Reports*, 0 (0). <https://doi.org/10.1177/00332941211061701>
- Sarathchandra, D.W.P.Y. and De Silva, G.H.B.A. (2018). The impact of workholism and demographics on marital disaffection of employees. Presented at 5<sup>th</sup> HRM Student Research Symposium. Sri Lanka: Colombo University.
- Scheffe, H. (1999). *The analysis of variance*. New Jersey: Wiley.
- Schuengel, C., Bakermans-Kranenburg, M., Van IJzendoorn, M.H. and Blom, M. (1999). Unresolved loss and infant disorganization: Links to frightening maternal behavior. In J. Solomon and C. George (Eds.), *Attachment disorganization* (pp. 71–94). New York: The Guilford Press.
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A new understanding of happiness and wellbeing, the practical guide to using positive psychology to make you happier and healthier*. Boston: Nicholas Brealey Publishing.
- Shaver, P.R., Schachner, D.A. and Mikulincer, M. (2005). Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31 (3), 343-359. <https://doi.org/10.1177/0146167204271709>
- Sheldon, K.M. and King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56 (3), 216–217. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.216>
- Simon, R.W. (2002). Revisiting the relationships among gender, marital status, and mental health. *American Journal of Sociology*, 107 (4), 1065–1096. <https://doi.org/10.1086/339225>
- Simpson, J.A. and Rholes, W.S. (2017). Adult attachment, stress, and romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 19–24. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.006>
- Soulsby, L.K. and Bennett, K.M. (2015). Marriage and psychological wellbeing: The role of social support. *Psychology*, 6 (11), 1349-1359. <https://doi.org/10.4236/psych.2015.611132>
- Spring, J.A. (2013). *After the affair updated second edition: Healing the pain and rebuilding trust when a partner has been unfaithful*. New York: Harper Collins.

- Stillman, T.F., Baumeister, R.F., Lambert, N.M., Crescioni, A.W., DeWall, C.N. and Fincham, F.D. (2009). Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45 (4), 686-694. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2009.03.007>
- Strauss, C., Taylor, B.L., Gu, J., Kuyken, W., Baer, R., Jones, F. and Cavanagh, K. (2016). What is compassion and how can we measure it?: A review of definitions and measures. *Clinical Psychology review*, 47, 15-27. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.05.004>
- Stroebe, W. and Stroebe, M.S. (1987). *Bereavement and health: The psychological and physical consequences of partner loss*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Şendil, G. ve Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.
- Poyraz-Tacoğlu, T.P. (2011). Türkiye’de gerçekleştirilen geleneksel evlilik çeşitlerinin nedenleri ve evlilikler üzerinde törenin etkisi. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 2 (4), 114-143.
- Tambe, N. (2022). *Positive psychology*. Mumbai: Mumbai University Press.
- TDK (2022). Güncel Türkçe sözlük. <https://sozluk.gov.tr/> (Erişim tarihi: 09.08.2022)
- Thornton, A. and Rodgers, W.L. (1987). The influence of individual and historical time on marital dissolution. *Demography*, 24, 1–22. <https://doi.org/10.2307/2061505>
- TÜİK (2021). Aile yapısı araştırması. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Aile-Yapisi-Arastirmasi-2021-45813> (Erişim tarihi: 15.11.2022)
- TÜİK (2022). Evlenme ve boşanma istatistikleri. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2022-49437> (Erişim tarihi: 15.11.2022)
- Twenge, J.M., Campbell, W.K. and Foster, C.A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65 (3), 574-583. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x>
- Uecker, J.E. (2012). Marriage and mental health among young adults. *Journal of Health and Social Behavior*, 53 (1), 67–83. <https://doi.org/10.1177/0022146511419206>
- Üçgül, Ş. (2019). *Evlilik beklentisinin ve evlenme türlerinin evlilik hoşnutsuzluğuna etkisi Konya örneği*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Vaillant, G.E. (2002). *Aging well: Surprising guideposts to a happier life from the landmark Harvard study of adult development*. Massachusetts: Little, Brown and Company.
- Van der Cingel, M. (2011). Compassion in care: A qualitative study of older people with a chronic disease and nurses. *Nursing Ethics*, 18 (5), 672-685. <https://doi.org/10.1177/0969733011403556>

- Van IJzendoorn, M.H., Schuengel, C. and Bakermans-Kranenburg, M.J. (1991). Disorganized attachment in early childhood: Meta-analysis of precursors, concomitants and sequelae. *Dev Psychopathol*, 11 (2), 225-49. <https://doi.org/10.1017/s0954579499002035>
- Veroff, J., Kulka, A. and Douvan, E. (1981). *Mental health in America*. New York: Harper and Row.
- Vieten, C., Amorok, T. and Schlitz, M.M. (2007). I to we: The role of consciousness transformation in compassion and altruism. *Zygon*, 41 (4), 915-932. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9744.2006.00788.x>
- Volling, B.L., Notaro, P.C. and Larsen, J.J. (1998). Adult attachment styles: relations with emotional well-being. *Marriage, and Parenting. Family Relations*, 47 (4), 355–367. <https://doi.org/10.2307/585266>
- Volk, K.W., Mehr, K.E. and Mills, J.A. (2023). Fear of compassion and big five personality traits in college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 1-13. <https://doi.org/10.1080/87568225.2023.2181256>
- Wei, M., Liao, K.Y., Ku, T. and Shaffer, P.A. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of Personality*, 79 (1), 191-221. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00677.x>
- Wheeler, R.H. and Gunter, B.G. (1987). Change in spouse age difference at marriage: A challenge to traditional family and sex roles?. *Sociological Quarterly*, 28 (3), 411-421. <https://doi.org/10.1111/j.1533-8525.1987.tb00303.x>
- Williams, K. (2003). Has the future of marriage arrived?: A contemporary examination of gender, marriage, and psychological well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 44 (4), 470–487. <https://doi.org/10.2307/1519794>
- Wilson, B. and Smallwood, S. (2008). Age differences at marriage and divorce. *Popul Trends*, (132), 17-25.
- Woolley, F. (2000). *Control over money in marriage*. Ottawa: Carleton University.
- Xavier, A., Cunha, M. and Pinto Gouveia, J. (2015). Deliberate self-harm in adolescence: The impact of childhood experiences, negative affect and fears of compassion. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 20 (1), 41-49. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.1.num.1.2015.14407>
- Yeşilay (2022). Madde bağımlılığı nedir?. <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/madde-bagimliliği> (Erişim tarihi: 15.10.2022)
- Yıldız, Y. (2012). *İlişkiye ilişkin inançların evlilik uyumunu yordaması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 1 (4), 1-10.
- Young, M., Denny, G., Luquis, R. and Young, T. (1998). Correlates of sexual satisfaction in marriage. *Canadian Journal of Human Sexuality*, 7 (2), 115-128.

Yüksel, Ö. ve Dağ, İ. (2015). Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26 (3), 181-188.

## EKLER

### EK-1. Evlilik Hoşnutsuzluğu Ölçeği İzni

Eyüp Çelik

Alıcı: ben ▼

9 Eki 2022 Paz 20:22

Merhaba, ölçeği kullanabilirsiniz. Çalışmanızda başarılar dilerim.

Bir ek • Gmail tarafından tarandı ⓘ



## EK-2. Merhamet Korkusu Ölçeği İzni

EŞREF NAS

Alıcı: ben ▾

13 Eki 2022 10:24

Gizem Hanım Merhaba,  
Ölçeğe ilişkin yönerge ve makale ekte mevcuttur.  
İyi çalışmalar dilerim.

2 Ek • Gmail tarafından tarandı ⓘ



## EK-3. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Tarih:.....

### BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Bu formun amacı katılmanız rica edilen araştırma ile ilgili olarak sizi bilgilendirmek ve katılmanız ile ilgili izin almaktır.

Bu kapsamda EVLİ BİREYLERDE EVLİLİK HOŞNUTSUZLUĞU VE MERHMET KORKUSU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" başlıklı araştırma "Lisansüstü öğrencisi Gizem SAHİN" tarafından **gönüllü katılımcılarla** yürütülmektedir. Araştırma sırasında sizden alınacak bilgiler gizli tutulacak ve sadece araştırma amaçlı kullanılacaktır. Araştırma sürecinde konu ile ilgili her türlü soru ve görüşleriniz için aşağıda iletişim bilgisi bulunan araştırmacıyla görüşebilirsiniz. Bu araştırmaya **katılmama** hakkınız bulunmaktadır. Aynı zamanda çalışmaya katıldıktan sonra çalışmadan **çıkabilirsiniz**. Bu formu onaylamanız, **araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** anlamına gelecektir.

#### Araştırmayla İlgili Bilgiler:

Araştırmanın Amacı: Evli bireylerde evlilik hoşnutsuzluğu düzeyi ve merhamet korkusu düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Araştırmanın Nedeni: Bu araştırma yüksek lisans tezi kapsamında yapılmaktadır.

#### Çalışmaya Katılım Onayı:

Katılmam beklenen çalışmanın amacını, nedenini, katılmam gereken süreyi ve yeri ile ilgili bilgileri okudum ve gönüllü olarak çalışma süresince üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma ile ilgili ayrıntılı açıklamalar sözlü olarak araştırmacı tarafından yapıldı. Bu çalışma ile ilgili faydalar ve riskler ile ilgili bilgilendirildim.

Bu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

#### Katılımcının (Islak imzası ile)

Adı-Soyadı:  
İmzası:

#### Araştırmacının

Adı-Soyadı:  
E-posta:  
İmzası:

## EK-4. Kişisel Bilgi Formu

Aşağıda size ve aile yaşantınıza yönelik sorular bulunmaktadır. İlk iki sorunun cevabını yanında ayrılmış alana yazmanız gerekmektedir. Diğer sorular için size verilen seçenekleri dikkate alınız.

BİLGİ FORMU	
Yaşınız	
Eşinizin yaşı	
Cinsiyetiniz	( ) Kadın ( ) Erkek
Kaç çocuğunuz var?	( )Çocuğum yok ( )1 ( )2 ( )3 ( )4 veya daha fazla
Sizin aylık geliriniz nedir?	( )0-1500 ( )1501-3000 ( )3001- 4500 ( )4501-6000 ( )6001-7500 ( )7501 ve üzeri
En son bitirdiğiniz okul	( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek lisans ( ) Doktora ( ) Diğer (Belirtiniz).....
Ne kadar süredir evlisiniz?	( ) 1 yıldan az ( ) 1-3 yıl ( ) 4-6 yıl ( ) 7-9 yıl ( ) 9-11 yıl ( ) 12-14 yıl ( ) 15 yıl veya daha fazla
Eşinizle nasıl evlendiniz?	( ) Görücü usulü ( ) Sevgi / Sevgililik ( ) Berdel ( ) Anlaşarak evlenme ( ) Diğer (Belirtiniz).....
Kaçıncı evliliğiniz?	( ) İlk ( ) İkinci ( ) Üçüncü ( ) Dördüncü veya daha üzeri



## EK-5. Evlilik Hoşnutsuzluğu Ölçeği Örnek Maddeler

<b>EVLİLİK HOŞNUTSUZLUĞU ÖLÇEĞİ</b>					
	<b>Aşağıda sizin ve eşinizin evlilik hayatına dair sorular bulunmaktadır. Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin üzerine çarpı (X) işareti koyunuz. Seçenekler “1” den (Doğru değil) 4’e (Çok doğru) doğru sıralanmaktadır.</b>	<b>Doğru değil</b>	<b>Çok doğru değil</b>	<b>Biraz doğru</b>	<b>Çok doğru</b>
<b>5</b>	Eşimle birkaç gün ayrı kalsak bile onu özlerim.	1	2	3	4
<b>9</b>	Zaman geçtikçe eşime olan aşkım gittikçe artıyor.	1	2	3	4
<b>10</b>	Gün geçtikçe kendimi eşimden uzaklaşmış gibi hissediyorum.	1	2	3	4
<b>11</b>	Kişisel bir problemim olduğu zaman ilk başvuracağım kişi eşimdir.	1	2	3	4
<b>19</b>	Eşimle vakit geçirmekten kaçınırım.	1	2	3	4
<b>21</b>	Eşimle duygularımı paylaşmaktan zevk alırım.	1	2	3	4

## EK-6. Merhamet Korkusu Ölçeği Örnek Maddeler

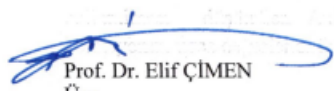
MERHAMET KORKUSU ÖLÇEĞİ					
Aşağıdaki sizin merhamet duygunuzla ilgili ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadeleri size uygunluk durumuna göre "Hiçbir zaman", "Nadiren", "Ara sıra", "Sık sık" ve "Her zaman" seçeneklerinden birini çarpı(X) ile işaretleyiniz.	Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Sık sık	Her zaman
	1. Acı çeken insanlarla ilgilenmekten korkarım.				
2. İnsanların sıkıntılarıyla ilgilenmekten korkarım.					
3. Benden yardım isteyen insanlara şüpheyle yaklaşırım.					
4. Yardıma muhtaç insanlara karşı güvensizlik hissedirim.					
5. Benden yardım talep eden insanlardan uzak durmaya çalışırım.					


## EK-7. Etik Kurul Onay Belgesi


**T.C.**  
**BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KOMİSYONU**  
**ONAY BELGESİ**

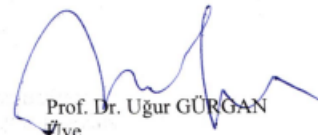
Balikesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisi Gizem ŞAHİN'in Öğretim Üyesi Prof. Dr. Uğur GÜRGAN'ın danışmanlığında yürüttüğü "Evli Bireylerde Evlilik Hoşnutsuzluğu ve Merhamet Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tezinde kullanılması düşünülen Anket Formu için bilimsel etik kurul onay belgesi talebi komisyonumuzca değerlendirilmiş ve etik açıdan uygun bulunmuştur. 24.02.2023

  
Komisyon Başkanı  
Prof. Dr. Bayram ŞAHİN

  
Prof. Dr. Elif ÇİMEN  
Üye

  
Prof. Dr. Sebahattin KARAMAN  
Üye

  
Prof. Dr. Salim ÇONOĞLU  
Üye

  
Prof. Dr. Uğur GÜRGAN  
Üye

