



İSTANBUL MEDENİYET ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

**Bekar Bireylerin Evlilik Kaygısı ile Evlilik Öncesi Eğitim
Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

Yüksek Lisans Tezi

Sevanur Caner

Mayıs 2024



İSTANBUL MEDENİYET ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

**Bekar Bireylerin Evlilik Kaygısı ile Evlilik Öncesi Eğitim
Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

Yüksek Lisans Tezi

Sevanur Caner

Danışman

Dr. Öğretim Üyesi Abdullah Yalnız

Mayıs 2024

TEZ JÜRİSİ ONAYI

Sevanur Caner tarafından hazırlanan "Bekar Bireylerin Evlilik Kaygısı ile Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı bu Yüksek Lisans Tezi, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Anabilim Dalı'nda hazırlanmış ve jürimiz tarafından kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ

İMZA

Tez Danışmanı:

Dr. Öğretim Üyesi Abdullah Yalnız
İstanbul Medeniyet Üniversitesi

Üyeler:

Doç. Dr. Mehmet Boyacı
İstanbul Medeniyet Üniversitesi

Doç. Dr. Yunus Altundağ
Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi

Tez Savunma Tarihi: 05/ 06 / 2024

BEYANLAR

Yazım ve Kaynak Gösterme Kılavuzu Beyanı

Danışmanlığımda yazılan bu tezin APA yazım ve kaynak gösterme kılavuzunda belirtilen kurallara uygun olarak yapılandırıldığı ve bu kılavuzun metin içi kaynak gösterme standartlarının bu tezde tutarlı olarak uygulandığı tarafımdan incelenerek teyit edilmiştir.

İmza

Dr. Abdullah Yalnız

Etik İlkeler Sadakat Beyanı

Hazırladığım bu tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu, akademik ve etik kuralları gözeterek çalıştığımı ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi beyan ederim.

İmza

Sevanur Caner

ÖZET

Evlilik, iki bireyin hayatlarını birlikte yaşama kararı olarak kuvvetli bir bağ ile bağlandıkları en tabii evrensel bir olgudur. Modern hayatta evlilik ve aile algısını etkileyen pek çok değişken bulunmaktadır. Araştırmalar sonucunda bu değişkenler; aile ve evliliğe bakış, aile içi iletişim ve ilişki türleri, aile içi roller, yakın çevre ve uzak çevrede tanık olunan veya duyulan boşanmalar ve daha pek çok sosyolojik, ekonomik ve psikolojik etkenlerdir. Evliliğe bakışı etkileyen değişkenler, evlilik motivasyonu ve evlilik kaygı düzeyiyle ilişkilidir.

Evlilikte kaygı ise bireylerin evliliğe ilişkin endişe verici fikir ve duygularını tanımlamaktadır. Kaygı; insanların umutlarını yitirmelerine, gerginlik yaşamalarına ve karar verme sürecinde zorlanmalarına sebep olmaktadır. Kaygılı bağlanma yaşayan bireyler romantik ilişkilerinde de terk edilme duygusunu taşımaktadırlar. Yapılan bilimsel çalışmalar, evlilik hayatında problemlerin çıkacağından kaygı duyan bireylere temel ilişki ve iletişim becerilerinin kazandırılmasıyla bireylerin evliliğe ilişkin bakış açısının değişeceği ve hayat kalitesinin artıracığı yönündedir.

Bu çalışmanın amacı, TÜİK (2023) verilerine göre evlilik yaş ortalaması (kadınlarda 25,7 erkeklerde ise 28,3 yaş) evreni dikkate alınarak 25 yaş ve üstü genç yetişkin, daha önce evlenmemiş bekar bireylerin evlilik kaygı düzeyi ve evlilik öncesi eğitim algısı arasındaki ilişki ile demografik değişkenler (yaş, ekonomik durum, cinsiyet, akademik eğitim durumu, daha önce evlilik öncesi eğitim alma durumu) ve yakın çevre evliliğine ilişkin açıklayıcı değişkenler (anne ve babanın medeni hali, anne ve babanın evliliğine ilişkin katılımcıların görüşleri, birinci ve ikinci dereceden akrabaların boşanma durumu) arasındaki farklılıklar incelemektir. Araştırmada, Kartopu Örnekleme Tekniği ile 394 kişiye ulaşılmış olup elde edilen verilerle SPSS 22 programında Bağımsız Gruplar t-testi, ANOVA, Pearson Korelasyon ve Regresyon analizi yapılmıştır. Hangi gruplar arasında farklılık olduğunu tespit etmek amacıyla Post-Hoc Scheffe ve LSD testi uygulanmıştır. Yetişkin gençlerin evlilik öncesi eğitim algısı ile evlilik öncesi kaygısı arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Evlilik öncesi kaygı puanları ile; yaş, yakın çevrede boşanan çiftlerle karşılaşma düzeyi, romantik ilişki durumu ve anne-baba evlilik tanımlaması arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Evlilik öncesi eğitim algı puanları ile cinsiyet, ekonomik düzey ve evlilik öncesi eğitim alma değişken grupları arasında anlamlı düzeyde

farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Yapılan regresyon analizinde evlilik öncesi kaygının, evlilik öncesi eğitim algısını anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Aile, Evlilik, Kaygı, Evlilik Öncesi Kaygı, Evlilik Öncesi Eğitim

ABSTRACT

Marriage is a fundamental and universal phenomenon, characterized by the strong bond formed when two individuals decide to live their lives together. In modern life, there are numerous variables that influence perceptions of marriage and family. Research has identified these variables as including views on marriage and family, types of communication and relationships within the family, roles within the family, exposure to or awareness of divorces in both close and distant social circles, and various sociological, economic, and psychological factors. These variables that affect perceptions of marriage are closely related to marital motivation and levels of anxiety about marriage.

Anxiety in marriage refers to the distressing thoughts and emotions individuals experience concerning their marital relationship. Anxiety can lead to a loss of hope, increased tension, and difficulties in the decision-making process. Individuals with anxious attachments often carry a fear of abandonment in their romantic relationships. Scientific studies suggest that providing individuals who are anxious about potential problems in marital life with basic relationship and communication skills can alter their perspectives on marriage and enhance their quality of life.

The purpose of this study is to examine the relationship between marital anxiety levels and perceptions of premarital education among single young adults aged 25 and above who have never been married, based on demographic variables (age, economic status, gender, academic education level, previous premarital education experience) and explanatory variables related to the marriage of their close environment (parents' marital status, participants' views on their parents' marriage, divorce status of first- and second-degree relatives, and parents' living status), in consideration of the marriage age average according to TÜİK (2023) data. The study utilized the snowball sampling technique to reach 394 individuals, and the collected data were analyzed using the Independent Groups t-test, ANOVA, and Pearson Correlation analysis with SPSS 22 software. Post-Hoc Scheffe and LSD tests were conducted to determine which groups exhibited significant differences. It has been concluded that there is a significant relationship between the perception of premarital education of adult teenagers and premarital anxiety. It was concluded that there is a significant difference between premarital anxiety scores and age, the level of encounter with divorced couples in the immediate vicinity, romantic relationship status and parental marriage Description. It was concluded that there is a significant difference between the

perception scores of premarital education and the variable groups of gender, economic level and premarital education Decency. In the regression analysis, it was concluded that premarital anxiety significantly predicts the perception of premarital education.

Keywords: Marriage, Premarital Education, Family, Anxiety, Premarital Anxie

ÖNSÖZ

Toplumun çekirdeğini oluşturan başat ve en kıymetli kurumların başında aile yer almaktadır. Aile; biyolojik, sosyal, duygusal, ekonomik pek çok ihtiyacı gidermekte rol oynamaktadır. Ailenin ilk adımı ise evliliktir. Ancak ulusal ve uluslararası istatistikler göstermektedir ki son yıllarda evlenme oranlarında azalma yaşanmaktadır. Boşanma oranlarında ise artışın olduğu görülmektedir. Bireylerin evlenmeyi ötelemelerinde ya da tercih etmeyişlerinde en büyük sebeplerden bir tanesi evlilik kaygısı olduğu düşünülmektedir. Biliş düzeyince kaygıya cevap verecek alternatif çözümlerin başında evlilik öncesi eğitim olduğu düşünülmektedir. Zira bilinmeyen durumlar kişilerde daha fazla kaygı zemini oluşturmaktadır. Ancak kaygılı bireylerin evlilik öncesi eğitimleri nasıl algıladığı araştırılması gereken önemli bir mevzudur. Bu çalışma ile evlilik öncesi kaygı ile evlilik öncesi eğitim algısı arasındaki ilişkiye bakılarak politika üreticilere; sosyal çalışmalar yapan kurum, kuruluş ve özel sektöre veri sunulması, literatüre katkıda bulunulması amaç edinilmiştir.

Tez yazım sürecimde daima yanımda bulunup motivasyonumu artıran annem Yasemin Şahin'e, kardeşlerim Abdul Kadir, Hayrun Nisa ve Abdul Baki'ye; süreçteki destekleri ve şahsıma olan güveniyle yanımda olan danışmanım Dr. Abdullah Yalnız'a, desteklerini esirgemeyen Dr. Hakan Özkan'a, Hafize Özen ve ailesine; tez konusu seçme sürecinde kıymetli fikirlerinden istifade ettiğim Prof. Dr. Mustafa Otrar'a, motivasyonumu artıran ve güven aşılayan; Prof. Dr. Özcan Akgün, Doç. Dr. Burak Hamza Eryiğit, Uzman Aile Danışmanı Rabia Coşkuner, Öğr. Gör. Yusuf Bilgi ve Adem Sarıca'ya, tez savunma sürecimde kıymetli bilgilerinden istifade ettiğim Doç. Dr. Mehmet Boyacı ve Doç. Dr. Yunus Altundağ'a ve son olarak tez çalışma grup arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunuyorum.

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	iv
ÖNSÖZ	viii
GİRİŞ	1
Araştırmanın Amacı	3
Araştırmanın Önemi	4
Araştırmanın Sayıltıları	5
Sınırlılıklar.....	5
1. BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE	6
1.1. Evlilik.....	6
1.1.2. Evlilik Kuramları.....	6
1.1.3. Aile ve Evlilik	8
1.1.4. Aile ve Evliliğin Değişimi	8
1.1.5. Evliliğin Birey Hayatındaki Etkisi	9
1.1.6. Birlikte Yaşama ve Evlilik	11
1.2. Kaygı	12
1.2.1. Kaygı ve Başa Çıkma Mekanizmaları.....	14
1.3. Evlilik Kaygısı.....	16
1.3.1. Evlilik Kaygısının Temel Nedenleri	18
1.3.2. Gerçek Dışı Düşünceler, Beklenti ve Evliliğe Yüklenen Anlam	20
1.3.3. Romantik İlişkilerde Bağlanma.....	23
1.3.4. Yakın Çevre İlişkileri	24
1.3.5. Yeni Roller ve Sorumluluklar	25
1.3.6. Boşanmalar.....	27
1.3.7. Aile Hayatı	28
1.3.8. Depresyon ve Umut Düzeyi	31
1.3.9. Çözümcül Bakış Açısı.....	32
1.4. Evlilik Öncesi Eğitim	33
1.4.1. Evlilik Öncesi Eğitim Algısı	38
2. BÖLÜM: EŞ SEÇİMİNDE FAKTÖRLER.....	40
3. BÖLÜM: ALANDA YAPILAN ÇALIŞMALAR	45
3.1. Evlilik Öncesi Eğitimle İlgili Yapılan Çalışmalar	45
3.2. Evlilik Kaygısı ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....	47

4. BÖLÜM: YÖNTEM.....	50
4.1. Yöntem ve Teknikler.....	50
4.2. Araştırma Modeli	50
4.3. Araştırmanın Çalışma Grubu	50
4.4. Veri Toplama Araçları	50
4.6. Sosyodemografik Veri Formu.....	51
4.7. Yakın Çevre Evliliğine İlişkin Açıklayıcı Değişkenler Formu.....	51
5. BÖLÜM BULGULAR	54
5.1. Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanları ve Evlilik Öncesi Kaygı Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	54
5.2. Normallik Durum İstatistik Testi	54
5.3. Evlilik Öncesi Kaygı ile Evlilik Öncesi Eğitim Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	54
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	66
KAYNAKÇA.....	78

TABLolar

Tablo 1	54
<i>Evlilik Öncesi Eğitim Algı Ölçeği ve Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Normallik Durum Tablosu</i>	
Tablo 2	55
<i>Evlilik Öncesi Eğitim Algısı ve Evlilik Öncesi Kaygı Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu</i>	
Tablo 3	55
<i>Evlilik Öncesi Kaygı ile Evlilik Öncesi Eğitim Değişkenlerine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları</i>	
Tablo 4	56
<i>Evlilik Öncesi Kaygı Puanları ve Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması t- Testi Tablosu</i>	
Tablo 5	56
<i>Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Açısından Yaş Grup Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu</i>	
Tablo 6	57
<i>Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Puanlarının Yaş Grupları Durumuna İlişkin Anova Tablosu</i>	
Tablo 7	57
<i>Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Puanlarının Yaş Grupları Durumuna İlişkin Post Hoc LSD Testi</i>	
Tablo 8	57
<i>Evlilik Öncesi Eğitim Algı Ölçeği Açısından Yaş Grup Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu</i>	
Tablo 9	58
<i>Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği Puanlarının Yaş Durumuna İlişkin Anova Tablosu</i>	
Tablo 10	58
<i>Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanları ve Evlilik Öncesi Kaygı Puanlarının Romantik İlişki Duruma Göre Karşılaştırılması t- Testi Tablosu</i>	
Tablo 11	59

Evlilik Öncesi Eğitim Algı Ölçeği Açısından Ekonomik Düzey Grup Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu

Tablo 12 59

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği Puanlarının Ekonomik Duruma İlişkin Anova Tablosu

Tablo 13 60

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği Puanlarının Ekonomik Düzeye İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi

Tablo 14 60

Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanları ve Evlilik Öncesi Kaygı Puanlarının Evlilik Öncesi Eğitim Alma Değişkenine Göre Karşılaştırılması t- Testi Tablosu

Tablo 15 61

Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeğinin Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Düzeyine İlişkin Betimsel İstatistik Tablosu

Tablo 16 61

Evlilik Öncesi Kaygı Açısından Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Düzeyine İlişkin Anova Tablosu

Tablo 17 62

Evlilik Öncesi Kaygısı Açısından Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Düzeyine İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi

Tablo 18 62

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeğini Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Değişkenini Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu

Tablo 19 62

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Açısından Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Düzeyine İlişkin Anova Tablosu

Tablo 20 63

Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu

Tablo 21 63

Evlilik Öncesi Kaygı Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Tablosu

Tablo 22	64
<i>Evlilik Öncesi Kaygı Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi</i>	
Tablo 23	64
<i>Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu</i>	
Tablo 24	65
<i>Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Tablosu</i>	

GİRİŞ

Aile birliğinin devamlılığı için evliliklerin gerçekleşmesi gerekmektedir. (Sezen, 2005). Sağlıklı bir toplumun inşası, sağlıklı ailelerden; sağlıklı ailelerin olması ise evliliklerin bilinçli kurulmasından geçmektedir. Sosyolojik değişimler ve dönüşümlerle birlikte değerlere, aileye ve evliliğe bakış da değişmektedir. Bu dinamiklerin yanı sıra evliliğe yüklenen anlam, evliliğin yapısını ve bireylerin evliliği tercih edip etmeyeceğini de etkilemektedir. Evliliğe ilişkin bakış açısı, algı ve imgelerle şekillenmektedir. Algı ve imgelere etki eden önemli etmenler arasında ise bireyin tecrübeleri, çevresi ve farkındalık düzeyi bulunmaktadır (Tekin, 2020). Evlilik, insanların var oluşlarıyla birlikte devam edecek ve yeri doldurulamayacak kadar kıymetli bir kurumdur. Evlenme güdüsü; psikolojik, fizyolojik, biyolojik ve toplumsal ihtiyaçlar olduğu sürece devam edecektir. (Cüceloğlu, 2017). Evlilik ve eş seçimine ilişkin alınacak kararlar ise bireyin ömründe alabileceği en mühim tercihlerden biridir. Zaman geçtikçe değişen kültürel ve sosyal yapı beraberinde aile ve evlilik olgularında da değişimleri meydana getirmektedir (Yazıcı ve Demirli, 2020).

Evlilik öncesi eğitimler; evlilik gerçekleşmeden önce bireylerin evliliğe ilişkin farkındalık kazanabilecekleri, sorun oluşmadan sorunların önlenebileceği çalışmalardır. Birtakım sorunların evlilik öncesinde değil de evlilik sonrasında konuşuyor olmak meselelerin çözülmesinde zor bir zemin oluşturmaktadır. Bu durum hem eş adaylarının hayatını hem de kök ailelerin ve doğacak çocukların hayatlarına güçlük çıkarmakta ve olumsuz etkilemektedir. Bu sebeple evlilik öncesi eğitimi olarak farkındalık kazanmak, sorun oluşmadan tedbir almak, önleyici hizmet sunmak önemli bir ihtiyaçtır. Eğitimlerin gerçekleşmesi ile bireylerin evlilik doyumlarında da artış beklenmektedir. Ancak ülkemizde evlilik öncesine yönelik çalışmalar kısıtlı sayıdadır. Evlilik öncesi eğitimler ise boşanma oranlarının artmasıyla daha göz önünde tutulan bir konu olmaya başlamıştır (Yüksektepe ve Akbaş, 2023).

Bilinçli farkındalık sağlayan ilişkilerde duygu yönetimi, sorunlarla başa çıkabilme ve yönetme, bireyin kendisini ve ilişkisini iyileştirmeye yönelik isteklilik, empati becerisinin artması, eşler arası sosyal aktivitelerin artması gibi pek çok işlevi bulunmaktadır. Bilinçli farkındalık; evlilik doyumuna, ilişkilerin sağlıklı yönetilmesine etki etmektedir (Erus, 2019). Evlilik doyumu ile evlenmek isteyen adayların hedefleri ve amaçlarının birbiriyle uyumlu olması arasında ilişki bulunmaktadır. Atılan imzalarla yasal olarak evlilikler

başlamış olsa da sürecin temelleri adayların evlilik niyetiyle birbirini tanıma süreci ile başlamaktadır. Bu sebeple evlilik sürecine etki etmek için evlilik öncesi sürece müdahale edilmesi önem taşımaktadır (Gültekin ve Parlar, 2019).

Bekar bireylerin evliliklerden gerçekçi olmayan taleplerde bulunması, sonrasında hayal kırıklıklarıyla ve boşanmalarla sonuçlanabilmektedir. Uzmanlar, boşanma süreci gerçekleşmeden önce evliliklerin sürdürülebilir ve evlilikten maksimum doyum düzeyinin nasıl elde edilebileceğine dair çeşitli araştırmalar yapmışlardır. Bu çalışmalar azımsanacak derece azdır. Realiteden uzakta beklenti içinde bulunmak evlilik sürecinde muhtemel problemlerin zeminini oluşturmaktadır. Aynı zamanda bireylerin evlilik öncesinde kendilerini duygusal manada hazırlıyor olmaları, evlilikten doyum alma düzeylerini artırmaktadır. Üniversite döneminde, genç yetişkin bireyler kariyer gelişimleriyle birlikte aile ve evlilik hayatına ilişkin de eğitim almaları, farkındalık kazanmaları değer taşımaktadır. Düzenlenen eğitimlerle bireyler, aile ve evliliğe hazırlanırken; gelecekteki muhtemel kriz ve anlaşmazlıkların, ön yargıların, çatışmacı tutumun önüne geçecek ve bireylerin daha gerçekçi beklenti içinde olmalarına, boşanmaların azalmalarına zemin hazırlayacaktır. Araştırmalar evlilik öncesi eğitimlerin yaygınlaştırılması ile boşanma ve çatışma oranlarının azalacağını göstermektedir. Zira eğitimler, evliliklerin yalnızca adaylar arası ilişki değil; kolektif bir süreç olduğunu, sorunlara çözümçül bakış açısı kazandırma ve başa çıkabilme yetisini, hayatı birlikte paylaşma ve keşfetmeye yönelik farkındalık kazanılmasını, stresli durumlarda kontrol sağlanmasını, evlilikten doyum almaya yönelik farkındalık kazanılması gibi pek çok işlevi bulunmaktadır (Aksakal, 2023). Yasal bir zemin üzerinde kurulan evliliklerde anlaşamama halinde boşanmalar gerçekleşebilmektedir. Bu süreçte taraflar ve varsa çocuklar stres altında kalabilmektedir. Bu stresin uzun süre yaşanıyor olması bireylerin hayat kalitelerini düşürmektedir. Tüm bu durumlara önleyici tedbir olarak bekar bireylere danışmanlık sunulması bireylerin hayat kalitelerine doğrudan etki edebilmektedir (Aydın, 2023).

Evlilik kaygısı yaşayan bireyler; evlilikle hayatının kısıtlanacağını, baskı altında kalacağını düşünebilmektedirler. Bireyler, kendilerini evliliğe hazır hissetmedikleri için bu kararı vermekte zorlanmaktadırlar (Çelik ve Erkilet, 2019). İnsanların romantik ilişki sürecinde yaşamış olduğu acı tecrübeler, olumsuz biten ilişkiler evliliğe ilişkin olumsuz tutum sergilemesine zemin hazırlamaktadır. Bireylerin ekonomik kaygıları da evliliğe

olumsuz bakmalarına neden olmaktadır. Bekarlık hayatının getirmiş olduğu konforu kaybetme kaygısı, yeni sorumlulukların yerine getirilmesine ilişkin kaygı evliliğe olumsuz tutum sergilemenin diğerk sebeplerindendir. Bireylerin evlilik kaygısını azaltmak, sorularını cevaplandırmak, olumsuz tecrübelerine ilişkin profesyonel destek sunmak, evliliğe ilişkin olumsuz bakış açısına yeni bir perspektif kazandırmak benzeri amaçlarda olan evlilik öncesi eğitimler önem taşımaktadır. Ancak ülkemizde evlilik öncesi rehberliğe ilişkin çalışma az sayıda bulunmaktadır (Altunkaynak, 2022).

Araştırmanın Amacı

Evlilikler, toplumdan topluma değışiklik göstermektedir. Toplumlarda genel kanı ise meşru ilişki türü olduğu yönündedir. Aile kurmanın en mühim ve ilk adımı olan evlilik algısını modern hayatta etkileyen pek çok etken bulunmaktadır. Araştırmalar sonucunda bu değışkenler; aile ve evliliğe bakış, aile içi roller, aile içi iletişim, ilişki türleri, bireyin yakınlarında ve uzaklarında yaşanan boşanmalar ve daha pek çok sosyolojik, ekonomik ve psikolojik etkenlerdir. Evliliğe bakışı etkileyen değışkenler, evlilik motivasyonu ve evlilik kaygı düzeyiyle doğrudan ilişkilidir.

Evlilik kaygısı, bireylerin evliliğe ilişkin endişe verici fikir ve duygularını tanımlamaktadır. Yapılan akademik çalışmalar, bekar ve evlilik kaygısı duyan bireylere temel ilişki ve iletişim becerilerinin kazandırılmasının hayat kalitelerini artırdığı yönündedir. Evlilik kaygısında belirleyici bir etmen de bireylerin çatışmalı ortamlarda çözüm üretebilme becerisidir. Bu beceri evlilik sonrasında da evlilik uyumunu ve doyumunu doğrudan etkilemektedir.

Yurt içindeki ve yurt dışındaki araştırmalar; evlilik öncesi rehberlik eğitimlerinin bireyleri evliliğe hazırladığı, bireylerin evliliklerinde ve algılarında kolaylık sağladığı, kendilerini keşfetmeye yardımcı olduğu, eş adaylarını daha doğru tanıma sürecine götürdüğü ve evlilik beklentilerini daha net ve gerçekçi olduğu yönündedir. Yanı sıra romantik ilişkisi bulanan (sözlü-nişanlı) bireylerin kaygı seviyelerinin daha düşük olduğu görülmekte ve yakın çevresinde boşanan bireylerle karşılaşan kişilerin kaygı düzeyleri yüksek çıkmaktadır.

Bu çalışmanın amacı, TÜİK (2023) verileri evlilik yaş ortalaması (kadınlarda 25,7 erkeklerde ise 28,3 yaş) evreni dikkate alınarak 25 ve üstünde daha önce evlenmemiş bekar genç yetişkin bireylerin evlilik kaygı düzeyi ve evlilik öncesi eğitim algısı

arasındaki ilişki düzeyi ile demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, akademik eğitim düzeyi, ekonomik durum, anne ve babanın eğitim durumu, daha önce evlilik öncesi eğitim alma durumu) ve yakın çevre evliliğine ilişkin açıklayıcı değişkenler (anne-babanın medeni hali ve hayatta olma durumu, anne-baba evliliğini tanımlayacak görüşler, birinci ve ikinci dereceden akrabaların boşanma durumu) arasındaki farklılıklar inceleyerek literatüre katkı sunmaktır.

Alt amaçlar:

1. Daha önce evlenmemiş bekar bireylerin evlilik kaygı düzeyi ile evlilik öncesi eğitim algısı arasında bir ilişki var mıdır?
2. Daha önce evlenmemiş bekar bireylerin evlilik kaygı düzeyi, demografik ve açıklayıcı değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?
3. Daha önce evlenmemiş bekar bireylerin; evlilik öncesi eğitim algısı, demografik ve açıklayıcı değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?
4. Daha önce evlenmemiş bekar bireylerin evlilik kaygı düzeyi, yakın çevre evliliğine ilişkin açıklayıcı değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?
5. Daha önce evlenmemiş bekar bireylerin; evlilik öncesi eğitim algısı, yakın çevre evliliğine ilişkin açıklayıcı değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Önemi

Son yıllarda evlenme sayılarında azalmalar yaşanırken boşanma oranları ise artmaktadır. TÜİK (2022) verilerine göre boşanma oranlarının arttığı, boşanan bireylerin %32,7'sinin evliliğin ilk yıllarında yaşandığı görülmektedir. Bu veriler 2023 yılında %33.4'e yükselmiştir. Bu durum evlenmemiş bireylerde kaygıya zemin oluşturabilmektedir. Evlilik öncesi kaygının en mühim bir sebebi de evlilik sürecinde muhtemel yaşanılacak olan çatışma riskini göze alamamaktır. Literatürde yer alan araştırmalarda bireylere evlilik öncesi eğitimde ön test ve son test yapılmıştır. Bulgular evlilik öncesi eğitim alan bireylerin çatışma, çözüm vb. iletişim becerilerinde artış olduğu yönündedir. Bugüne değin bireylerin evlilik öncesi eğitim algısı ile evlilik kaygısı arasındaki ilişkiye bakılmamıştır. Evlilik öncesi eğitimin sosyal etkisi; evlilik öncesi kaygı düzeyi ile evlilik beklentisi, evlilik uyumu, evlilik doyumu, evliliğe yüklenen anlam, duygusal zekâ, hayat kalitesi, beden algısı, anne-babaya bağlanma durumu, umutsuzluk, toplumsal cinsiyet durumu arasındaki farklılıklara dair bilimsel nicel ve nitel çalışmalar yapılmıştır. Evlilik öncesi rehberlik programlarının etkisi nicel ve nitel araştırmalarla analiz edilmiştir.

Ancak evlilik öncesi kaygının evlilik öncesi eğitim algısına yönelik çalışma yapılmamıştır. Bu iki kavramın birlikte ele alındığı bir çalışmanın yapılmamış olması çalışmanın özgün yönünü ifade etmektedir.

Araştırmanın Sayıtları

Araştırma kapsamında kullanılan ölçek maddelerine ve demografik bilgilere katılımcıların içten ve gerçekçi cevaplar verdikleri düşünülmektedir.

Sınırlılıklar

1. Araştırma 25 yaş ve üstü daha önce evlilik yapmamış genç yetişkin bireylerle sınırlıdır.
2. Kadın katılımcı sayısının (330) erkek katılımcı sayısına (64) karşın fazlalığı çalışmanın sınırlılıkları arasındadır.
3. Katılımcılar arasında ekonomik duruma ilişkin grup sayılarının eşit dağılmaması çalışmanın sınırlılıkları arasındadır.
4. Katılımcılar arasında romantik ilişki duruma ilişkin grup sayılarının eşit dağılmaması çalışmanın sınırlılıkları arasındadır.
5. Araştırma kartopu örnekleme yöntemi ile Google Anket aracılığıyla erişilen çalışma grubu ile sınırlıdır.
6. Çalışma grubundan alınan verileri Aralık 2023 ve Nisan 2024 süreleri ile sınırlıdır.
7. Elde edilen verilen Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği ve Evlilik Kaygısı Ölçeği maddeleri, demografik bilgiler ve açıklayıcı değişkenlerle sınırlıdır.

1. BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Evlilik

Evlilikler bireylerin ömürlerinde özel ve önemli bir yere sahiptir (Erus, 2019). Aile ve evliliğe yönelik ilk bilimsel veri, Mısır MÖ 2000 yıllarına dayanmaktadır. Bu dönemde Babil’de Hammurabi tarafından çıkarılan yasada evlilikten bahsedilmektedir. 252 maddeden oluşan bu yasanın 64. maddesi tek eşlilik ve evlilik ilişkilerinin haz vermesini içermektedir (Kurban, 2013).

Evlilikler, farklı cinsten iki bireyin hukuki süreçleri yerine getirerek devam ettikleri birlikteliklerdir (Ünal vd., 2022). Hayatlarını birlikte devam ettirmek, çocuk yapmak, birlikte yaşamak vb. amaçlar çerçevesinde çiftler bir araya gelmektedirler (Kabasakal ve Soylu, 2016). Evlilikler, toplumdan topluma değişiklik gösterse de genel kanı meşru ilişki türü olduğu yönündedir. Bireylerin en temel ihtiyaçlarından olan evliliğin nedenleri; biyolojik, psikolojik ve sosyal ihtiyaçların karşılanmasına dayanmaktadır. Eski Türklerde ise evlenmek, ev-bark kurmak olarak tabir edilmektedir. Orhun anıtlarında "Bark" mabet manasına gelmektedir. İki bireyin hayatlarını birlikte yaşama kararı alarak kuvvetli bir bağ ile bağlandıkları en tabi evrensel bir olgu olan evlilik, temel insani koddur (Şen, 2015). Evliliklerin toplumlar tarafından farklı dinamikleri olsa da insanın en temel ihtiyacını gideren, varoluşundan gelen sosyal bir kurumdur. Süreç; tanışma, görüşmelerin devam etmesi, ailelerin iletişim kurması, ailelerin tanışması, kız isteme töreni, sözlenme ve nişan merasimi, nikah ve düğünle gerçekleşmektedir (Cüceloğlu, 2017).

Evlilikler, kişilerin birlikte olmalarına yönelik kabul edilebilir ve saygı duyulabilir zemin oluşturmaktadır. Sağlıklı evlilikler için temel mesele tarafların birbirlerini olduğu gibi kabul ederek yola çıkması ve birbirlerine saygı duymasıdır (Tarhan, 2014). Kimi bekar bireyler evlenmeyi zamanını verimli kullanmada ve önüne çıkan imkanları değerlendirmede engel olarak görebilmektedir. Bu durumda bireyin yaşı ilerledikçe evliliğe ilişkin olumsuz tutumu pekişmektedir. Kimi bekar bireylerin ise evlenmeyi toplumsal bir görev olarak görmemesi ve kendisinden toplum tarafından evlenmesine ilişkin taleplerin geliyor olması direnmesine neden olabilmektedir (Altunkaynak, 2022).

1.1.2. Evlilik Kuramları

Evliliğe bakış, psikoloji biliminde evlilik temasındaki kuramlar çerçevesinde şekillenmektedir (Sezer, 2019). Temel yaklaşımlardan sistem yaklaşımı; aileyi, evliliği

çarkları olan bir sisteme benzetmektedir. Bir parçanın hareketiyle tüm sistemin etkileneceği görüşü benimsenmektedir. Bowen yaklaşımı; “kuşaklar arası miras” meselesine odaklanmakta ve karşılıklı bağlanma üzerine durmaktadır. Davranışçı yaklaşım, davranışların tatminliği üzerine eğilim gösterirken yapısal yaklaşım; aileyi bir yapı olarak görüp tüm yapının birbiri üzerindeki tesirine odaklanmaktadır. Bilişsel davranışçı yaklaşım ise bireylerin biliş dünyasındaki gerçekçi olmayan inançların aile üzerindeki etkisine yönelmektedir. Stratejik yaklaşım, aile içinde dengenin nasıl sağlanıyor olduğunu incelerken; yaşantısal yaklaşım, aile bireylerinin kendilerini gerçekleştirmelerine ve iletişime yönelmektedir. Gelişimsel yaklaşım ise ailenin geçirmiş olduğu çeşitli dönemleri, döngüleri ele almaktadır. İletişim yaklaşımı ise aile içinde duygu paylaşımını, ifade tarzını inceleyerek aileyi ve evliliği ele almaktadır (Ökten, 2022). Aileyi incelemekte önemli bir perspektif sunan ve en bariz bilinen bir başka yaklaşım ise Bowlby'in temellerini attığı Bağlanma Kuramıdır. Bowlby, bu kurama göre bağlanmayı bireyin doğuştan getirdiğini ve güçlü duygusal bağlılığın olduğunu söylemektedir. Davranışçı evlilik kuramına göre bireyin çevresinde edindiği olumlu ve olumsuz tecrübeler bilinçaltında yer edinmektedir. Böylece birey, şartlanmış öğrenme gerçekleştirmektedir. Wilson ise (1981) yakın ilişkilerde davranışları harekete geçiren güdülerini 3'e ayırmaktadır. Bunlar; anne rolüne duyulan ihtiyaç, partnerlerin birbirini çocuk olarak görmesi ve cinsel ihtiyaçlardır. Stuart'ın (1967), Pekiştireç Kuramına göre evlilikte uyum sağlayamamış olan bireyler, savunma girişiminde bulunan, eleştiren, karşı çıkan, duvarlar ören tutumları sergilemektedir. Sperlin ve Berman (1994), ifadesiyle bilişsel davranışçı kurama göre bireylerin kendisine, eş adayına ve evliliğin kendisine olan inançları ve yüklediği manalar ilişki beklentisini de etkilemektedir (Akt., Sezer, 2019).

1.1.3. Aile ve Evlilik

Ailenin varoluğu, evliliğin sürdürülebilir olması ile bağlantılıdır (Ünal vd., 2022). Toplumun çekirdeği olarak tanımlanan ailenin kurulmasında ilk adım yetişkin kadın ve erkeğin uzun süreli ilişki içerisine girmek istemesi ile başlamaktadır (Yıldız, 2016). Evlilik kavramı, aile kavramına nazaran sınırları daha belirgindir. Aile, grup üyelerinin çerçevesini tanımlarken evlilik ise iki karşı cinsin belirli amaçlar çerçevesinde birlikte yaşaması olarak tanımlanmaktadır (Şen, 2015). Tüm canlılar, yaratılışı gereği nesillerinin devamını sağlamak istemektedir. Evlilik de harikulade yaratılan insan neslinin devamını sağlaması ve aile kurması için dönüm noktasını oluşturmaktadır (Sezen, 2005).

1.1.4. Aile ve Evliliğin Değiğimi

Ailenin temellerini oluşturan evlenme biçimleri; toplumsal değerler, ekonomik yapı, sosyal yapı, üretim ilişkileri, örf ve adetler, yerleşim düzenine göre değişkenlik göstermektedir. Evliliğin türünü etkileyen en mühim sebeplerden biri olan toplumsal değişmede endüstrileşme ve beraberinde getirdiği kentleşme rol oynamaktadır. Bu değişiklikle birlikte kentleşen ve gelenekleriyle devam eden toplumlarda da evlilik türü değişiklik göstermektedir. Kentlerde ağırlıklı olarak tanışarak evlenme yayginken geleneksel toplumlarda evlilik türü yöreden yöreye farklılaşmaktadır. Bunlardan birkaçı; yakın akraba, başlık parası, kız kaçırma, beşik kertmesi, görücü usulü, kuma getirme gibi evlilik çeşitleridir. Evlilik türleri batılılaşma sürecine gidildikçe geleneklerden uzaklaşmaktadır (Sezen, 2005).

Toplumsal değişimler evlilik algısına, yapısına ve tutumlarına etki edebilmektedir (Peters, 2018). Evliliğe ilişkin algı ise aile kurma eğilimini büyük oranda etkilemektedir. Modern hayatta evlilik algısını yönlendiren, etkileyen pek çok etken bulunmaktadır. Bu değişkenler; aile içi roller, aile ve evliliğe bakış, aile ilişkilerine bakış ve daha pek çok değişken sıralanabilir (Sezer, 2019). Geleneksel toplumlara göre aile, toplumu bir arada tutan faktördür. Aile yapısında bugüne değin değişimler meydana gelmiştir. Küresel dünyada yaşanan değişimler, teknolojinin hızla ilerlemesi aile yapısının değişmesine de ciddi düzeyde etki etmiştir (Bener ve Günay, 2013). Batı toplumu uzmanlarından kimileri meydana gelen bu değişimlerin aileyi tehdit ettiğini ve bozulma sürecine girildiği olarak yorumlarken kimi gruplar ise değişen dünyada kaçınılmaz, modernizm olağan süreci olarak değerlendirmektedirler (Can, 2016). Yaşanan bu değişimler evliliğin yapısına, eş

adaylarının beklentisine ve ilişki sistemine etki etmektedir. Bu durum eş seçimde kaygılı tutum sergilemeye zemin hazırlarken evliliğe ilişkin endişe ile bakılmasına sebep olmaktadır (Çelik ve Erkilet, 2019). Ancak aile, zamanla yeni yapıya bürünsede tüm değişimlere rağmen varlığını devam ettirmektedir (Cüceloğlu, 2017)

Geleneksel aile yapısında yazılı olmayan kadın ve erkek rolleri modern aile yapısında farklılık göstermektedir (Bener ve Günay, 2013) Günümüzde modernizmin etkisiyle karı-koca arasında güç dengesinde tartışmalar meydana gelmekte bu durum da aile içinde çalkantıları beraberinde getirmektedir. Küresel değişimler aile değerlerini de değişime uğratmakta geleneklerden uzaklaşmaktadır. Bu durumda aile varlığı da tehlike altında bulunmaktadır (Şen, 2015) Küresel ve ulusal düzeyde yaşanan değişimlerde ailenin ve evliliklerin hassasiyeti düşünüldüğünde araştırmaların daha fazla yapılması, geline durumun analiz edilmesi ve betimlenmesi önem arz etmektedir (Şendil ve Korkut, 2012). Değerlerin zayıflaması, ekonomik şartlar, iletişim ve ulaşımın kolaylaşması ve teknolojinin gelişmesi gibi sebeplerle kimilerince evlilik modası geçen bir kurum olarak değerlendirse de evliliğe devamlı ihtiyaç duyulmaktadır (Cüceloğlu, 2017)

1.1.5. Evliliğin Birey Hayatındaki Etkisi

İnsanların hayatlarını değerli kılan şey ilişkileridir. Mutlu ve sağlıklı bir ömrün yaşanması ve sürdürülebilmesi için en mühim husus; yakınlarla, karı-kocayla, çocuklarla hulusa aile ile kurulan ilişkilerdir. Bu ilişkileri kuramayan ya da sürdüremeyen bireyler anlamsız bir hayat yaşamakta ve kendilerini yalnız hissedebilmektedirler. Özellikle evlilikle kadın-erkek birbirine keşfetme sürecine girmektedir (Cüceloğlu, 2017). Toplumumuzda kültürel farklılıklar dolayısıyla bireylerin evlilik gerekçeleri de farklılaşmaktadır. Kimi bölgelerde aşkla uzun bir birliktelik için adım atılırken kimi yörelerde dini vecibeden doğan gereklilikle evlenilmektedir. Evliliğin ekonomik, şiddet vb. sebeplerle bir sığınak olarak görüldüğü de bir gerçekliktir (Uçak, 2015). Hamamcı (2011) ve arkadaşları tarafından üniversite öğrencilerinin oluşturduğu örnekleme araştırma yapılmıştır. Bu araştırmaya göre üniversite öğrencilerinin evliliğe ilişkin bilgilerinin arkadaşlarından, çevresindeki kişilerden ve televizyon programlarından edindiklerini ifade etmişlerdir.

Evlilik, bireylerin en tabii ihtiyacı olan bağ kurma, sevmeye ve sevilmenin güvenli zeminde giderilmesini sağlamaktadır. Doğacak olan yeni nesillerin güvenli bir ortamda büyümesine imkân oluşturmaktadır. Genellikle bireylerin sağlık durumunu iyileştirirken

hayat kalitelerini de artırmaktadır. Evliliğin neden yapılması gerektiği sorgulandığında; psikolojik ihtiyaç ve güdülerini gidermek, biyolojik ve sosyal ihtiyaçlarını gidermek amacıyla yapıldığı cevapları verilebilmektedir (Şen, 2015). Evlilikler, insanların akıllarına ve gönüllerine seslenmektedir. Bu sebeple doğrudan psikolojik iyi oluşa da hitap etmektedir. Bireylerin hayata ve topluma karşı tutunmalarına da katkı sunmaktadır. (Cüceloğlu, 2017). Evli olup mutsuz olan bireyler de bulunmaktadır. Mutluluk ise evlilik doyumu yüksek düzeyde olan bireylerde görülmekte bu durum kişilerin iyi olma haline etki etmektedir. Evli olup mutsuzluk yaşayan bireylerin yanı sıra evli olup mutlu olan bireylerin, evlilik doyum düzeyi yüksek olduğu görülmektedir (Kabasakal ve Soylu, 2016). Yapılan pek çok araştırma evli olan bireylerin daha mutlu ve daha sağlıklı olduğunu göstermektedir (Gottman, 1994).

Orta ve ileri yaşların medeni durumu ve hayat düzenleri doğrudan sağlık ve ölüm oranını etkilemektedir. Literatürde ağırlıklı olarak sağlık ve ölüm durumu dikkate alındığında evli bireylerin daha avantajlı gruplar arasında olduğu tespit edilmiştir. Epidemiyolojik, psikolojik ve sosyolojik araştırmalara göre evli bireyler ile evli olmayan bireyler karşılaştırıldığında evli olanları daha sağlıklı oldukları ve mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca evliliklerle öz bakım daha özenli yapılmakta, hususi olarak da erkeklerinde madde kullanımını azalmaktadır. Cinsel hayatın daha sağlıklı yaşanmasına imkân oluşmaktadır. Evli olan ve bekar olan bireylerin psikolojik problem eğiliminin yapıldığı araştırmalar, evli olanların daha az eğitim gösterdiği yönündedir (Akın, 2022).

Özgüven (2000) evliliğin kültürel aktarımı sağladığını, toplumsal düzeni oluşturduğunu, ailenin devamlılığında başat faktör olduğunu ve devletlerin evlilikleri desteklediğini düşünmektedir (Akt., Sezer 2019). Burç'a (2018) göre de evlilikler ailenin kurulmasını sağlarken aileler de kültürel yapının sürdürülebilmesine ve aktarılmasına imkân oluşturmaktadır. Kültürel yapı ise bireylerin günlük hayatını şekillendirmektedir. Böylelikle dolaylı olarak evlilikler insanların günlük hayatlarını belirlemede önemli bir konumda bulunmaktadır. Zira aile kurulmasını sağlayan önemli basamaktır. Evlilikler aileyi doğrudan etkilemekte aileler de kültürel normların yapısını belirlemektedir. Normlar da günlük hayata tesir etmektedir (Güler, 2021).

1.1.6. Birlikte Yaşama ve Evlilik

Evlilik, insanın varoluşu gereğinde bulunmaktadır. İnsanların pek çoğu tek başına yaşamaktan mutluluk duymamaktadır. Kadınlar ve erkekler birbirlerine ihtiyaç duymaktadır. Öyle ki insanlar evlenmeseler dahi bu ihtiyaçlarını gidermek adına evlilik dışı birliktelikler yaşamaktadır. Bireyler, yaşlandıkça birlikte yaşama, yalnız kalmama ihtiyacını daha fazla hissedebilmektedirler (Tarhan, 2019). Birlikte yaşamak, resmi nikah kılımladan bir çatı altında yaşamak olarak tanımlanmaktadır. Bu kitlenin çoğunluğu evlenmemiş genç bireylerden oluşmaktadır. Birlikte yaşayan bireyler ağırlıklı olarak benzer etnisite ve kültürden gelmektedir. Araştırmalara göre bir yıl birlikte yaşayan bireyler ya ayrılmakta ya da evlenmektedir (Canatan ve Yıldırım, 2013). Ailenin kurulması, neslin devamının istenmesi ve yeni neslin yetişmesine duyulan talep insani bir davranıştır. Evlilik kaygısı taşıyan bireyler evlenmeyi tercih etmeyerek evlilik dışı birlikte yaşamayı alternatif olarak görmektedirler. Araştırma bulguları evli bireylerin çocukları, evli olmayan bireylerin çocuklarına göre de fiziki ve ruhi manada daha iyi oldukları yönündedir. Kapitalist sistemde kadın-erkek güç mücadelesi artmıştır. Bununla birlikte bireysellik, özgürlük emelleri aile kurumuna zarar vermektedir. Batı'da 1960'lı yıllarda evlilik dışı birlikteliklerin artmasıyla birlikte aile kavramı tehlike altına girmiştir. Günümüzde batıda ve ülkemizde artarak devam eden evlilik dışı birlikte yaşamlar ve boşanma oranları aile kurumunun varlığını tehdit etmekte ve evlilik oranlarını da düşürmektedir (Şen, 2015).

Çalışma grubu üniversite son sınıf öğrencileri olan araştırmada (Adak, 2016) evlilik öncesi birlikte yaşamak; evliliğe nazaran çiftleri daha özgür kıldığı, sorumlulukları ve çiftler arası bağımlılığı azalttı ve toplumsal, kültürel ve yasal sınırlılıkları ortadan kaldırdığı bulgularına erişilmiştir. Evlilik dışı birlikte yaşamının evlilik perspektifiyle üç türü olduğu kabul edilmektedir.

1. İlk tespate göre evliliğe ön hazırlık evresi olduğu
2. Bekarlığa alternatif olarak seçildiği
3. Evlenmek yerine bu hayat tarzının seçildiği yönündedir (Adak, 2016).

Aile kurumuna dair pek çok değerin değişiyor olduğu aşikâr olsa da evlilik ve aile kurma arzulanan ve toplum nezdinde onaylanan bir durumdur (Yıldız, 2016). Sungur (2017), toplum nezdinde cinselliğin kabulünü evlilik çatısı altında gerçekleşmesiyle mümkün olduğunu söylemektedir. Böylelikle çiftler hem toplumsal hem de yasal onay

almaktadırlar. Yine Sungur tarafından yapılan çalışmada evli çiftlerin çocukları ile evlenmeden çocuk sahibi olan çiftlerin çocukları incelenmiştir. Neticede evli çift çocuklarının mutluluk ve başarı seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Ailenin kurulması için evlilik gereklidir. Evlilikten doyum alan, doyum düzeyi yüksek olan bireylerin mutlu olma, iyi olma hali daha yüksektir (Kabasakal ve Soylu, 2016).

1.2. Kaygı

Kaygı, önceki yıllarda biyolojik bir kavram olarak ele alınırken ilk olarak Freud tarafından insanın ruhuyla alakalı bir durum olduğu ifade edilmiştir (Manav, 2011). Kaygı, öngörülen tehlikeye karşı bireyin hazırlanma sürecinde yaşamış olduğu duygu durumu olarak da tanımlanmaktadır. Cloninger'e göre kaygı esasında temel insani duygudur. Bireylerin risk ve tehlikelerle mücadele etmesine ve uyum sağlamasına imkân oluşturmaktadır. Kaygı durumu; davranışı, bilişsel yapıyı, duyguların fizyolojiye yansımaları kapsamaktadır. Sonradan edinilen ya da kronik bir durum olabilmektedir. Bireylerin bilişsel sistemi, tecrübeleri, bireyin çevresi kaygıya zemin oluşturmaktadır (Akt., Özusta, 1994). Hemen hemen tüm insanlarda bulunan ve sık sık karşılaşılabilen duygu durumu olan kaygı, şiddeti ve yaşanma düzeyi insandan insana değişiklik göstermektedir. Kişinin hayatında kaygının yaşanma düzeyi ve kaygıya odaklanma düzeyi yüksek olması halinde birey, normal hayatında zorluk çekebilmektedir. Kaygı şiddetinin yüksek olması halinde birey, davranış bozukluğuna yönelmektedir. Kaygının şiddetli yaşanma halinde genel belirtiler ise; kişinin gergin olması, terlemesi, kalbin çarpması, mide bulantısı, ishal, avuç içlerinde terlemelerin oluşması, kaşların çatılması, kaslarda gerginlik ve ağrı, dikkat süresinin kısa olması, olumsuz şeylerin düşünülmesi, panik halde bulunulması ve benzeri hallerdir. Esasında kaygının normal seviyede olması bireyi öğrenmeye teşvik ederken şiddetli yaşanması hayatı zorlaştırmaktadır. Şiddetin artıyor olması bireyi panik hale getirerek öğrenme düzeyini de düşürmektedir (Cüceloğlu, 2019).

Kaygı; psikoloji biliminde uzun yıllardır incelenen, tüm insanlarda bulunan kimi zaman savunma mekanizmasını ve uyum sağlamasını kolaylaştıran duygudur. Duygular ise insanların hayatlarına davranışlarına yön vermektedir. Kaygısını yönetebilen insanlar, hayat kaliteleri, ruh sağlıkları ve ilişkileri daha iyi durumdadır (Aktaş, 2009). Kaygı, insanların umutlarını yitirmelerine, gerginliklerine ve karar verme sürecinde zorlanmalarına sebep olmaktadır. Kaygılı insanlar gün boyunca gergin olmalarının yanı

sıra kaygı sebebine ilişkin rüyalar da görebilmektedirler. Fizyolojik olarak da boyun ağrısı, terleme, avuç içi terlemesi gibi sağlık problemleri de yaşayabilmektedirler (Geçtan, 1994). Ziyalar'a göre kaygı, sinir sistemi üzerinde de tesirini göstermektedir. Sinir sistemi üzerinde etki eden organlar dinamiklik göstermektedir. Kaygının en fazla etki ettiği sistemler ise; kalp-damar, solunum, cilt, üro-genetal ve sindirim sistemidir (Akt., Aktaş, 2009).

Risk ve belirsizlik içinde olan insanda dehşete kapılma, korku ve kaygı duyguları oluşmaktadır. Güvende olduğunu bilmek, diğer canlılarda da olduğu gibi insanların en temel ve önemli ihtiyaçlarından biridir. Güven ise tehlikenin olmadığı ortamda oluşmaktadır (Cüceloğlu, 2017) Risklerin varlığı ve belirsizlik, insanların karar verme mekanizmalarına yön veren en önemli etkenlerdir. Bu iki durum insanların karar verme mekanizmalarına doğrudan tesir ederek; inkâr, iyimserlik ya da yanımsama davranışlarını beraberinde getirmektedir (Doğulu, 2018). Dolayısıyla kaygıya kimi zaman korku duygusu da eşlik etmektedir. Her iki duygu tipi de insanların tehlikede olmaları halinde geliştirdikleri refleks duygulardır. Korku duygusu ve kaygı duygusu birbirine çok benziyor olsada arasındaki fark; korku, durum karşısında çoğu kişi tarafından kabulü olan duygudur. Kaygı ise bireyin duruma karşı yüklediği anlamdır ve çoğunluğun kabulü yoktur. Ve çoğu kaygılı kişi duruma karşı kaygı yüklüyor olduğunu mantık dışı bulmaktadır (Geçtan, 1994). Korku ve kaygı birbirine çok benzemektedir. İnsanlar üzerinde fizyolojik etkisi; gerginlik, kalp ritminin artması, kaslarda gerilme, kaçınmacı tutum sergilemedir. Korkuda belirgin bir tehdit bulunmaktadır. Korku ve kaygı arasında en bariz bir diğer fark ise korku, gerçekte algılanan bir tehdide veya tehlikeye yönelik oluşan yoğun duygu durumudur. Algılanana yönelik verilen tepkiler ve cevaplar arasında gözlenebilir belirginlik, uyum vardır. Kaygıyla gelen korkuda ise tehdit unsuru, korku kadar belirgin değildir (Akt Aktaş, 2009). Korkunun bilinçaltına ulaşması, kaygının oluşumunda bir nedendir. Korku uyandıran durum bellekte depolanmaktadır. Kişi korkuya karşı koşullanmış bir halde ise nedenini bilmeden huzursuzluk veren kaygı ortaya çıkmaktadır. Morgan'a göre kaygının bir nedeni de uyarıcının genellenmesidir. Örneğin babası tarafından sert tutumla karşılaşan birey, diğer erkeklerden de aynı tutumu görebileceğini düşünebilmektedir. Benzer durumlarda aynı şeyin tekrarlanacağına yönelik kaygı duymaktadır (Akt., Aktaş, 2009)

Kaygı; insana özel, nedenini tam olarak söylemenin, ifade etmenin zor olduğu endişe duygusudur. Korku duygusunun mantıksız hali de denilmektedir. Özetle korku ve kaygı arasında bulunan farklılıklar ise;

1. Korkunun nedeni net olarak belirgindir. Kaygının ise nedeni korku kadar belirgin değildir.
2. Kaygı duygusunun anlık yaşanma düzeyi daha düşüktür. Korku, şiddetli oranda yaşanmaktadır.
3. Korku anlık, kısa süreli yaşanabilen duygu olduğu gibi kaygının ise yaşanma süresi zamana yayılmıştır (Kulaksızoğlu, 2007).

Kişilerin çocukluk dönemlerinde aileleri tarafından sevgi, güven, saygı gibi duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması halinde gelişim süreçleri aksamakta kaygı, endişe, tedirginlik yaşamaktadırlar (Kalkan, 2002). Gençlerin üniversite hayatı sonrası iş bulma durumu, geleceğe ilişkin umut düzeyi, hayat şartlarının gün geçtikçe zorlaşıyor olması, işsizlik kaygı durumunu etkilemektedir (Vidinlioğlu, 2010). Birey, kendisini güvende ve huzurlu hissetmesi halinde kaygı seviyesinde de düşüş olacaktır. Kaygılanma nedeni kültürden kültüre farklılık göstermektedir. Ancak kaygının temel nedenlerine ilişkin görüş ise;

1. Desteğin yok olması. Yani kendisini güvende hissettiren tanıklarının desteğinin aniden yok olacağına yönelik düşüncenin varlığı
2. Bir durumun sonucuna ilişkin olumsuz duyguların yaşanması
3. İç çelişkilerin yaşanması
4. Geleceğe veya duruma ilişkin belirsizlik duygusunun yaşanmasıdır (Cüceloğlu, 2019).

1.2.1. Kaygı ve Başa Çıkma Mekanizmaları

Kaygı, farklı teori ve kuramlar perspektifiyle ele alınmaktadır. Bazı insanlar kaygıyı hayatının çoğu alanına alarak kişiliğinin parçası haline getirmiştir. Bazı insanlar ise olay ve durum karşısında kaygı durumunu yaşamaktadırlar (Çelik ve Erkilet, 2019). Speilberger (1996), araştırmaları neticesinde kaygı; duruma göre ve sürekli yaşanması üzerine ikiye ayırmıştır. Durumluk kaygı, özel durumlarda ortaya çıkan duygusal tepkilerdir. İnsanlar, bu özel durumlarda kendilerini tehdit ediliyor düşüncesiyle savunmaya geçmektedirler. Bireyin tehdit unsuru olarak gördüğü duruma ilişkin algısı,

kaygının düzeyini doğrudan etkilemektedir. Sürekli kaygı da ise bireylerin kaygı durumu sık ve yoğundur. Birey devamlı stres halindedir (Akt., Özusta, 1994)

Birey, içinde bulunduğu kaygılı durumu yenmek adına mücadele etmektedir. Bu durum uzmanlarca başa çıkma stratejileri ismiyle tanımlanmıştır. Araştırmalar bireylerin benzer mekanizmalar ve savunma stratejileri geliştirdiklerini göstermektedir. Bu mekanizmalar;

1. Bireyin içinde yaşamış olduğu kaygı durumunu değiştirmek için aktif çaba sarf ettiği aktif başa çıkma stratejisidir.
2. Bireyde kaygı uyandıran duygu ve durumlardan kaçındığı, bilincine çıkarmak istemediği durumlar karşısında kaçınmacı başa çıkma stratejisidir.
3. Kaygı uyandıran probleme odaklanılarak, probleme neden olan sebepleri analiz ederek, problemi ortadan kaldırmaya dönük problem odaklı stratejidir.
4. Kaygıyı oluşturan probleme ilişkin duyguları yönetmek üzere geliştirilen duygu odaklı stratejidir (Burger, 2016).

Bilinç, kaygıdan kurtulmak için farkında olmadan savunma mekanizmaları geliştirmektedir. Kısaca savunma mekanizmaları;

1. Mantiğa bürümek: Birey yapmış olduğu davranışa ilişkin mazeretler üreterek durumu olduğundan daha normal hale büründürme eğilimindedir.
2. Karşıt tepki oluşturmak: Yaşanılan duygunun tam aksini gösterme halidir. Gerçek duygu durumunu yaşıyor olmak ise içinde bulunan bağlama uygun olmayacağından birey, bu savunma mekanizmasını harekete geçirmektedir.
3. Bastırmak: Bireyin kabul etmekte zorlandığı, kabul etmediği duygu ve düşünceleri ortadan kaldırmak adına bastırmasıdır. Bu savunma mekanizmasını geliştirerek kaygının üstü örtülmüş olmaktadır.
4. Yansıtmak: Birey kendisinde kabul etmekte zorlandığı, olumsuz durum veya davranışı başkalarına atfetmekte, yansıtmaktadır.
5. Özdeşleşme: Kişinin özendiği bir başkası gibi davranmaya ve düşünmeye yönelmesidir.
6. Yer değiştirme: Kaygıya sebep olan durum veya kişiye bireyin gücünün yetmemesi halinde gücünün yetebileceği kişiye yönelik olumsuz davranış ve duygularını yansıtmaya halidir.
7. Yüceltme: Birey, olumsuz duygu ve davranışları toplumun kabul edebileceği meslek, durum veya pozisyona getirerek yaşamaktadır.

8. İnkâr: Birey, kendince olumsuz olan bir durumu kabul etmeyerek inkâr etme yoluna başvurmuştur. Bu savunma mekanizmaları bireyin kaygıyı yaşama şiddetini düşürebilmektedir. Ancak gerçeklikten uzakta olması, hayatına uyum sağlamakta zorluk çekmesi halinde profesyonel destek alınması gerekmektedir (Cüceloğlu, 2019).

Geçtan (2017) ise Ego Savunma Mekanizmaları başlığıyla aşağıdaki tanımlarla ele almıştır:

1. Bastırma: Birey, bilinç altında bulunan istek ve hatıraları bilincine getirmemek adına çaba harcamaktadır.
2. Yadsıma: İnsanlar, korkuya ve kaygıya benzer olumsuz durum ve duygularla mücadele edemez, etmek istemezse o duyguyu yok sayarak görmemezlikten gelmektedir.
3. Neden Bulma: Bu davranış iki sebepten kaynaklanmaktadır. İlki kendisini haklı gösterme çabası iken diğeri ise arzu ve isteklere ulaşamamanın getireceği hayal kırıklığını azaltmaktır.
4. Yansıtma: Bu davranışın iki sebebi bulunmaktadır. İlki, birey yapması gereken sorumluluklarını veya eksikliklerini başkasına yüklemektedir. İkincisi ise birey, hissetmekten suçluluk duyduğu duygu ve düşüncelerini öteki insanlara atfetmektedir.
5. Ödünleme: Birey; eksik kaldığı, güçsüz hissettiği bir yön veya davranış yerine alternatif alanda daha başarılı hale gelmektedir.
6. Yüceltme: Olumsuz olan bir durum veya amacı yeniden yapılandırarak yapıcı ve olumlu hale getirmek, büründürmektir.
7. Özdeşleşme: Birey içinde bulunduğu aileyi, grubu benimseyerek kendisini bağlı olduğu alana göre değerlendirmektedir.
8. İçselleştirme: Birey; içinde bulunmuş olduğu grup, aile veya topluluk değerlerini içselleştirerek benliğinin bir parçası olarak düşünmektedir.

1.3. Evlilik Kaygısı

Evlilik kararı hayatın en mühim kararlarından biridir. Evlilikte kaygı, evlenme yaşına gelen bireylerin evlilik söz konusu olduğunda evliliğe ilişkin endişe verici fikir ve duygularını tanımlamaktadır. Bu duygu bireyleri yüksek düzeyde uyarmakta, bireylerin kaçınmacı tutum sergilemesine neden olmaktadır (Sönmez, 2022). Evlilik kaygısı,

literatürde yeni ele alınan ve kısıtlı çalışmaların bulunduğu bir konudur. Artan sorumluluklar, hayatın farklı aşamalarında oluşan değişimler, evlilik kaygısına sebep olabilmektedir. Kaygılı kişilere evlilikle alakalı konuların konuşulması halinde negatif düşünceler ve duygular beslemekte ve aşırı boyutta uyarılmış duyguyla kaçınmacı tutum sergileyebilmektedir (Çelik ve Erkilet, 2019). Ayrıca evliliği belirsizlik olarak değerlendiren bireyler, öngöremediği durum hakkında endişeye kapılabilmektedir (Akın, 2022)

Bireylerin evlilik kaygı düzeyleri cinsiyet, yaş, ekonomik duruma ve kültürel yapıya göre farklılık göstermektedir (Sönmez, 2022). Evlilikle gelen süreçte artan sorumluluklar ve geleneksel merasimler yeni nesil gençler için stres oluşturmaktadır (Adak, 2016). Yeni evlenen çiftlerin sıklıkla yaşadığı kaygılar ise; ilişkinin romantiklik düzeyinin azalması, çatışmalar, bencillik, aileler arasında problemler, aile ekonomisinde dengeyi sağlayamama, kök ailelere yönelik bağlılık, fiziksel ve duygusal istismar, beklentilerin karşılanmaması, kadın-erkek rollerinin gerçekleşmemesi, cinsel hayatta yaşanabilecek problemler, evlilik sonrası pişmanlık duymak, saygının azalması, sorumsuzluk tutumlarının gerçekleşmesidir (Canel, 2019).

Taycan ve Kuruoğlu (2014) tarafından yapılan araştırmada yakın ilişkilerinde yüksek düzeyde kaygı yaşayan bireylerin ve evliliğe ilişkin kaçınmacı tutum sergileyen bireylerin evliliklerinde de problemler ortaya çıkmaktadır (Taycan ve Kuruoğlu, 2014) Bireyler, evliliğe olumlu baktıkça evlilik kaygı düzeyleri azalmakta; olumsuz tutum sergiledikçe kaygı seviyesi artmaktadır (Sönmez, 2022). Evlilik kaygısında belirleyici bir etmen de bireylerin çatışmalı ortamlarda çözüm üretebilme becerisidir. Bu beceri evlilik sonrasında da evlilik doyumunu doğrudan etkilemektedir (Yalçın, 2009).

Kimi insanlar sevmekten ve sevimekten ötürü korku yaşayabilmektedir. Sevmekten korkmasının sebebi bir gün kaybedebileceği endişesi ile bu duruma hazırlıklı olmadığından ötürü karşıdaki kişinin sevgisini bir gün kaybedeceğine yönelik korkusudur. Sevimekten korkusu ise kendisinin sevebilecek insan olmadığına yönelik özgüven eksikliğinden, değersizlik duygusundan kaynaklanmaktadır. Bu duyguların aşımı için sevmek ve sevebilme becerilerinin geliştirilmesi ile mümkün olabilmektedir (Tarhan, 2014).

Wand ve Abbott'a göre geleneksel değerleri yaşıyan toplumlarda bireylere yansıtılan evlilik ve çocuk sahibi olmaları yönündeki tutumlar, bekar kalma endişesini yaşattığını savunmaktadır. Czernecka'ya göre modernlikle birlikte toplumsal, kolektif değerlerden daha fazla öne çıkan kavram bireyselliktir. Bu durum her geçen zamanda teşvik edilmektedir. Böylelikle insanlar kendi hayatlarında daha fazla söze sahip olduklarını düşünerek daha özgür ve daha bağımsız yaşam arayışına girmektedir. Bu durum bireylerin bekarlığı tercih etmesine zemin oluşturmakta ve bekarlık sayısını gün geçtikçe artmaktadır (Akt., Çayır, 2023).

1.3.1. Evlilik Kaygısının Temel Nedenleri

Bireyler, olağan olarak bir kişi ile evlenip hayatını onunla sürdürmek isterken nelerin değişeceğine yönelik de duygusal sorgulamalara yönelmektedir. Oluşan bu duyguların belirleyicisi ise; anne-baba evlilikleri, yakın çevrede bulunan evlilikler, eğitim düzeyi, rol edinebileceği evliliklerin varlığı, ailelerin yapısı, tecrübeler, evliliğe ilişkin algı, beklenti ve talepler gibi pek çok sebep bulunmaktadır. Tüm bu etkenlerle birlikte evliliğin getirmiş olduğu sorumluluklara hazır olmamak, kişilerde yeni aile oluşturmaya yönelik kaygı gütmesine, yargılamasına ve endişe beslemesine zemin oluşturmaktadır. Bu güvensizlik hali ise bireylerin hedeflerini kısıtlamakta ve beklentilerini düşürmektedir. Aynı zamanda hedeflerini gerçekleştirme süresinin uzaması bireyde yılgınlık oluşturmakta ve umudunu kaybetmesine sebep olmaktadır (Sezer, 2019). Literatürde bireylerin evlilik kaygılarına yönelik şu sebepler gösterilmektedir; yeni oluşacak olan rollerin sorumluluğunu almaya hazır hissetmeme ve kaçınma, sosyo-ekonomik sebepler, bireysel özgürlüklerinden feragat edeceklerine ilişkin düşünce, aile içinde yaşanan şiddetin artış gösteriyor olmasıdır (Akbaş vd., 2019).

Hayatta sorunlar ve acı tecrübelerle karşılaşan, çözüm arama cesareti bulamayan, güven duygusunu kaybeden, eyleme geçmeyen bireyler kaçınmacı tutum sergileyebilmektedir. Bu kaçınmacı tutumun çoğu insan yaşayabilmektedir. Söz konusu kaçınmacı tutumun paravan eylemleri ise; savunma, mantığa bürüme, inkâr etme ve benzeridir (Kurban, 2013). Bireylerin hareketsizliğe iten umutsuzluğa sevk eden sebeplerin altında ise batık bedeller vardır. Batık bedeller; daha evvelinde alınan kararla birlikte çekilen bedeller, gelecek hayatı etkileyen yararlı kararlar alma konusunda set oluşturabilmektedir (Sungur, 2017).

Modern hayatın getirmiş olduğu yeni hayat düzeni de evliliğe bakışı etkilemektedir. Bu yeni sistemde sosyal ve ekonomik değişimlerle birlikte bireylerin stres yoğunluğu artmış, toplumsal cinsiyet rolleri değişmiştir. Çağın getirmiş olduğu pek çok etken evliliğe karar verme sürecini ve evliliklerin başarı ile devam etmesini boşanmaların yaşanmasını etkilemiştir. Boşanma oranlarının artması, evlenme yaşının ilerlemesi çağın getirmiş olduğu sosyolojik değişimlerin yeni bir sosyolojik sonucudur. Hususi olarak 18-25 yaş arasında bekar bireyler çağın bu gerçekliklerinin tesiri altında kalarak; evliliğe yükledikleri anlam, bireylerin birbirinden ve yeni kuracakları ailelerinden beklentilerin değişmekte ve bu durum da evlilikte kaygı düzeyine doğrudan etki etmektedir (Güler 2021, 3). Geç dönemde çözüme kavuşturulmamış olan ilişkiler, hayat karmaşası olarak insanların karşısına çıkmaktadır (Lerner, 2016).

İnsanların evlilik kaygı düzeyi, romantik ilişki durumuna ve cinsel kimliğine göre değişiklik göstermektedir. Araştırmalara göre romantik ilişkisi olmayan bireylerin evlilik kaygı düzeyi, romantik ilişkisi olanlara kıyasla daha yüksek olduğu bulgusuna erişilmektedir. Bireylerin, yetişkinlik öncesi dönemde kurmuş olduğu romantik ilişkiler yetişkinlik dönemi romantik ilişkilerine de tesir etmektedir. Yetişkinlik döneminde yaşanılan olumsuz tecrübelerin bireylerin ilerleyen dönemlerde psikolojik destek alma ihtiya ına götürmektedir. Bekar kadınların evlilik öncesindeki doğum korkuları da evlilik kaygısını tetiklemekte, evlilik kaygısını bir diğer yordayıcısı doğum korkusu olmaktadır. Evlilik kaygısının azaltılması için doğum korkusuna ilişkin çözüm aranması önem arz etmektedir (Sezer, 2019).

Romantik ilişki yaşamamış bireyler, evliliğe problem olarak bakmakta ve ilişkisi bulunanlara göre kaygı seviyesi yüksek çıkmaktadır ( nal vd., 2022). Daha evvelki evlilik görüşmelerinde acı tecrübeler edinen kişi, yaşamış olduğu olayı genellemektedir. Romantik ilişkilerinde hayır cevabını alan birey  zg ven kaybına uğraması muhtemeldir (Yanık, 2016). Kaygının açıklanmasında bilişsel kurama göre; esasında bireyde kaygıyı ortaya çıkaran etmenin olaylar olmadığı, bireylerin olaylara yüklediği anlam ve beklentilerin kaygıyı meydana getirdiği yönündedir. Bu açıklamaya göre esasında evlilik kaygısı ile evlilik beklentisi ve evliliğe yüklenen anlam arasında pozitif ilişki bulunmaktadır. Toplumlarda evliliğe olumlu tutum sergileniyor olması bireylerin evlilik kaygılarını düşürücü etki etmektedir. Beck'e göre bilişsel yaklaşımla kaygıyı ele

aldığımızda esasında kaygıya neden olan olayların bizatihi kendisi değil; bireyin o duruma, olaya yüklemiş olduğu anlamdır (Güler, 2021).

1.3.2. Gerçek Dışı Düşünceler, Beklenti ve Evliliğe Yüklenen Anlam

Evlilik felsefesi bireylerin evliliğe yükledikleri anlamı ifade etmektedir. Evliliğe duyulan inanç, beklenti evlilik felsefesini oluşturan kavramlardandır. Adayların evliliğe yükledikleri anlam, evliliğe ilişkin felsefeleri, iletişim dinamiklerine de doğrudan etki etmektedir. Evlilik felsefesini oluşturan başat faktör ise evliliğe ilişkin beslenen olumlu ya da olumsuz tutumdur. Evliliği fazla ciddiye alarak kaçınmacı davranış sergiliyor olmak ise problem oluşturmaktadır. İlişki başlamadan evvel uyumluluk düzeyine bakmak hüsrarla bitecek ilişkiye tedbir niteliği taşımaktadır. Ancak eş adayı kim olursa olsun problemlerin yaşanıyor olması kaçınılmazdır (Yanık, 2016). Bekar bireylerin evlilik öncesinde evliliğe yükledikleri anlam, olumlu-olumsuz bakış açıları evlilik sonrasında nasıl bir hayat yaşanılacağına dair de önemli veriler sunmaktadır. Evliliğe olumlu anlam yükleyenlerin daha mutlu ve doyumunu yüksek bir evlilik gerçekleştirecekleri düşünülürken olumsuz tutum sergileyenlerin ise aksine doyum düzeyi daha düşük evlilik gerçekleştirecekleri öngörülmektedir (Avcılar, 2020). Evliliğe yüklenen anlam ile doyum arasında paralel ilişki bulunmaktadır. Yüklenen negatif düşünce ve tutumlar evlilik doyumunu da olumsuz etkilemektedir. Ancak algı değişmekte, evliliğe ilişkin yüklenen anlam zamanla ve etkiyle farklılık gösterebilmektedir. Kaygı ve üzüntü duyguları da evlilik doyumunu doğrudan etkileyebilmektedir (Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Ellis'in (1979) Akılcı Duygusal Davranışçı Kuramına göre düşünceler, duygu ve davranışlara etki etmektedir. Düşüncelerin sağlıklı veya sağlıklı olmaması rasyonel ve rasyonel olmayan davranışlarda bulunulmasına zemin oluşturmaktadır. Bu bilgiler ışığında bireylerin evliliğe ilişkin tutumlarına, evliliğe olan inançlarına yön tayin edici olduğu ifade edilmektedir. İlişkilerde bireylerin olumsuz ve yanlış yargıları, tecrübeleri, bireyin merkeze yalnızca kendisini koyuyor olması kaygıyı beraberinde getirmektedir. Halbuki sağlam bir ilişkinin temelini tarafların gerçekçi, tutarlı ve uyumlu beklentileri oluşturmaktadır. Aksine bireylerin benmerkezci bir tutum sergilemesi halinde rasyonellikten uzak bir beklenti ve davranışta bulunmalarıyla evlilikler sarsılmakta ve bireyler evliliğe kaygılı tutumla yaklaşmaktadır. Araştırmalarda erkek bireylerin sorumluluğu daha fazla hissettikleri ve gerçekçiliği bulunmayan inançları daha fazla benimsedikleri görülmektedir. Yine araştırmalarda irrasyonel inanca daha fazla sahip

olan bireylerin erteleyici, panik halinde hareket eden ve kaçınmacı tutuma sahip olduğu yönündedir. Bireyin gerçekçi olmayan beklentileri talep ediyor olması hayata gereklilik kipleriyle bakmasına sebep olmaktadır. Beklentinin gerçekleşmiyor olması bireyin duruma olumsuz bakmasına ve problem çözmede zorluk yaşamasına zemin hazırlamaktadır. Bireyin içinde bulunduğu bu durum mutsuz olmasına ve hedeflerine ulaşmada rahatsızlık duymasına sebep olmaktadır. Carbonel'e göre kaygının rasyonel olmayan düşünceler olduğunu bilip yaşanmaya devam edilmesi ya da görmemezlikten gelinmesi esasında iç aleminde yolunda gitmeyen durumlar olduğunu göstermektedir (Akt., Sezer, 2019). Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi perspektifinde insanlar mantıklı veya mantıksız ya da hatalı düşünme potansiyelinde dünyaya gelmektedir. ADDT ekolü, bireylerin iç güdüsel olarak kendilerini korumaya aldıklarını, duygu, fikir ve düşüncelerini ifade etmeye ve iletişim kurmaya ihtiyaç duyduklarını, mutlu olmaya meyilli olduklarını, sevmeye ve sevilme ihtiyacı güttüklerini savunmaktadır. Yanı sıra gerçek dışı düşüncelere, intihara, düşünce ve duygularını ifade etmede kaçınmacı tutum sergilemeye, hatalarını tekrarlamaya, mükemmeliyetçiliğe, gelişime ve büyümeye dönük kaçınmaya, kendisini suçlamaya yönelik yatkınlıkları bulunmaktadır. Gerçek dışı, irrasyonel davranış ve tutumlar; çocuklukta değer verilen, örnek alınan kişilerden öğrenilmektedir. Yanı sıra birey kendi kendine de mantık dışı, dogmatik inançlar geliştirebilmektedir. Bu inançlarla yaşayan insan, bir müddet sonra mevzubahis olan inançların kendisine yarar verdiğini düşünüp yine kendisini telkin ederek hayatına devam etmektedir. Kökenine bakıldığında esasında bu hurafe duygu ve düşünceler, bireyin ailesinden edindiği ve kendi kendisine ürettiği irrasyonel düşünce kalıplarını oluşturmaktadır (Corey, 2009/2015).

Bireylerin evlilik tutumuna yönelik kriterleri, olumlu ve olumsuz bakış açıları üniversite çağlarında şekillenmektedir (Akbaş vd., 2019). Romantik ilişki yaşayan bireylerin edinmiş olduğu olumsuz tecrübeler, akılcı olmayan düşünce ve tutuma sevk edebildiği gibi daha gerçekçi hareket ediyor olmalarını da sağlayabilmektedir (Akt., Çayır, 2023).

Bireyin süreçte gerçeklikle karşılaştığı ve afalladığı bir durum ise aşk sürecidir. Bireyin âşık olma potansiyeli; aile yapısına, ihtiyaçlarına ve çevresine göre farklılık gösterebilmektedir (Tarhan, 2014). Aşk döneminde birey, kendi beklentilerine odaklanmakta karşı tarafın beklentilerini göz ardı edebilmektedir. İlerleyen süreçte aşkın değil, aşıkların birbirini görmeye başlamasıyla, gerçekliklerle karşılaşılmasıyla

beklentiler çakışmakta ve çatışma süreçleri yaşanmaktadır. Bu durumda sürdürülebilir bir evlilik için tavsiye edilen ise farklılıklar, zenginlik ya da yoksunluk getirirse de farklılıklara rağmen birlikte yaşamının öğrenilmesiyle mutlu evlilikler gerçekleştirilmektedir (Sungur, 2017). Zira aşk, bireyin mantıkla hareket etmesine mâni olmakta, sarhoşluk hali oluşturmaktadır (Tarhan, 2014).

Sezer (2019), araştırmalarında mutluluk beklenti düzeyi ile evlilik öncesi kaygı düzeyi arasında ilişki düzeyine baktığında negatif yönde bir ilişki olduğunu yani mutluluk beklentisinin artması ile kaygı seviyesinin artıyor olduğunu, mutluluk beklentisinin yükselmesi ile de kaygı düzeyinin düştüğü bulgusuna ulaşmıştır. Bir başka bulgu ise kaygı düzeyi, ilişkiye dönük inanç, beklenti ve tecrübeleri etkilemektedir.

Çevresinde rol model alabileceği evlilikler bulamayan bireyler, medyayı takip ederek gerçekçi ilişkileri olmayan ailelere ve evliliklere şahit olmaktadır. Medyada abartılarak sergilenen evlilik hayatları bireylerin ütopyik bir evlilik hayatı hayal etmesine zemin hazırlamaktadır. Gerçekçi olmayan beklentilere kapılan birey, realite ile karşılaştığında ise hüsrana uğramaktadır. Umdüğünün bulunmaması halinde mutsuzluklar ortaya çıkmakta dolaylı olarak da boşanmalar gerçekleşmektedir. (Akın 2022). Genç bireyler izlemiş oldukları film ve dizilerdeki evlilik modellerini kendilerine rol model almaktadır. Gerçekçiliği olmayan ya da ender görülen hayat tarzı bireyi mantık dışı beklenti altına almaktadır (Hamamcı vd., 2011). Hayat, her şeyin mükemmel olduğu bir sistem değildir. Evliliklerde problemlerin çıkacak olması bir gerçekliktir. Bireyler eş adayını tanıma sürecinde %80 oranında uyumu sağlıyor olması halinde o evliliğe engel olunmaması gerekmektedir. Evliliklerde mühim olan, hayata ve evliliğe yüklenen anlamın uyuyor olmasıdır (Tarhan, 2019).

Bekar bireyler, gözlemleri ve çevrenin etkisiyle evliliğe anlam yüklemektedir. Çevresinde görmüş olduğu olumsuz evlilikleri düşünerek kendisinin de mutsuz olacağı bir evlilik yapacağına inanma eğilimiyle kaçınmacı tutum sergilemesi muhtemeldir. Kaçınmanın süresi arttıkça da bireylerin korkusu artmaktadır. Evliliğe hazır olmadığı, eşiyile uyum sağlayıp sağlayamayacağı, sınırlandırmaların olabileceği, sorumluluk alma durumunu düşünerek kaygı yaşanabilmektedir. Kimi zaman kaygıdan kaçınan tutum sergilenmektedir. Ancak kaygıdan kaçınmak, görmemezlikten gelmek aslında bu tutumun ciddiye alındığının göstergesidir. Kaygıyı yaşayan bireylerin geçmiş tecrübelerinde olumlu- olumsuz durumları, düşünce kalıpları kaygıya karşı umut

geliştirmede önemli rol oynamaktadır (Sezer, 2019). Eş adaylarının evliliğe yüklediği anlam; hayat yolunda yaşanan problemleri birlikte aşma, birlikte yol alma ise evliliğe manidar bir mana yüklenmiş demektir (Tarhan, 2019). Bireylerin geleceğine yönelik olumlu ve olumsuz tutumları yine geleceklerini etkilemektedir. Tutumun türüne göre birey hayatına ve benliğine bakış açısı geliştirmektedir. Gelecekte beklenilenin olmaması ise bireyi mutsuz hale getirmekte ve karamsarlığa itmektir. Tüm bu durumlar ise bireylerin benlik saygılarını yitirmelerine de zemin hazırlamaktadır (Ottekin, 2009).

1.3.3. Romantik İlişkilerde Bağlanma

Canlıların ihtiyaçlarından biri de bağlanmaktır. Vücut sistemi gereği kadınlar erkeklere nazaran daha fazla bağlanma eğilimindedir (Tarhan, 2014). Bağlanma, doğum öncesinde başlayarak devam etmektedir. Annenin bebeğine sevgi göstermesi, bebeğin ruhsal ve fiziki gelişimini etkilemektedir. Bu etki yetişkinlik dönemine de yansımaktadır. Anne-bebek arasında bağlanmayı etkileyen pek çok etken mevcuttur. Bunlar; hamilelik sürecinin bilinçli şekilde planlanması ve istenilen bir hamilelik olması, doğum sonrasında yaşanan değişime uyum, anne-bebek ilişki durumu, sosyo-ekonomik düzey gibi pek çok sebeplerdir (Durualp vd., 2017). Üç çeşit bağlanma çeşidi bulunmaktadır; güvenli, kaygılı ve kaçınmacı bağlanmadır (Solmuş, 2010).

Bağlanma stili ile bireyin romantik ilişkisindeki kaygı düzeyi arasında doğrudan ilişki bulunmaktadır. Saplantılı, korkulu ve kayıtsız bağlanma stilini benimsemiş insanların kaygı seviyesi yüksek çıkarken; güvenli bağlanma stilini benimseyen bireylerin daha az kaygı duydukları bulgusuna erişilmiştir. İnsanların yetişkinlik dönemlerindeki bağlanma durumları, mutluluk düzeyleri, iyi oluş halleri ve sosyal ilişkilerle romantik ilişkilerdeki kaygı düzeyi arasında ilişki bulunmaktadır (Sezer, 2019). Bağlanmanın temelleri 0-3 yaş arasında atılmakta ve bağlanma çeşitlerine göre yetişkinlik döneminde etkisi görülmektedir. Yetişkinlik döneminde anne ile bağlanma yerini romantik bağlanma almaya başlamaktadır. Reddedilme, ilgisiz bırakılma düşüncesiyle romantik ilişkilerinden de uzak durulabilmektedir. Birey, bu davranışlarının farkında olmaksızın iradesiyle böylesi bir tercihte bulunduğunu düşünmektedir. Kaygılı bağlanan bireyler, romantik ilişkilerinde de terk edilme duygusunu yaşayabilmektedir (Solmuş, 2010). Kaygılı bağlanan bireyler, kendilerini yetersiz ve değersiz bulmakta ve çekingen tutum sergileyebilmektedirler. Samimi ilişki kurmaktan uzak durmakta girişimcilik özellikleri bulunmamaktadır (Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006). Aşırı koruyucu olan ebeveynler;

çocuklarının bireyselliğine zarar vermekte, problemlerinin kendisinin çözmesine engel olmakta, bağımlı ve kaygılı tutum sergilemelerine sebep olabilmektedir (Kendir ve Demirli, 2016). Korkulu bağlanma stilini benimseyen insanlar, kendilerinin kıymetsiz olduklarını düşünmekte ve değersiz hissetmektedirler. Diğer insanlara güvenmekte zorlanıp ilişki kurmayı reddetme eğilimi gösterebilmektedir (Koca, 2026).

Bireylerin, eş adaylarının çatışma yaşıyor olmalarının bir nedeni de kaygı duygusunu yüksek düzeyde yaşıyor olmaları ve kısa sürede gerilmeleridir. Bu durumun yaşanıyor olmasına Kreyy ve Bowen'ın açıklamasına göre bireylerin benliklerinin düşük ayrışmalarından kaynaklanmaktadır. Benliğin ayrışmaması, kişilerin ailesine yönelik duygu yükünün fazla olması ile kendi duygusal alanını inşa edememesi manasına gelmektedir. Kendi duygusal dinamiklerini, sistemini kendisi inşa edememiş bireylerin kaygı düzeyleri de yükselmektedir. Bu bireylerin aile içinde benlik sınırları yoktur aksine geçirgen bir yapıya sahiptir (Polat, 2022). Güvenli bağlanma modelinde iletişim geliştiren bireyler, idealist evlilik tahayyülü geliştirmişlerdir. Güvenli bağlanma sağlayabilen bireylerin kaygı düzeyinin güvensiz bağlanan bireylere nazaran daha düşük olduğu yönündedir (Güler, 2021).

1.3.4. Yakın Çevre İlişkileri

Bireylerde umut-umutsuzluk tutumlarının zeminini bireylerin tecrübeleri ve karşılaştıkları vakalar oluşturmaktadır. Umut, bireylerin gayelerinin gerçekleşeceğine dair inançlardır. Umutsuzlukta ise bu gayelerin gerçekleşeceğine yönelik olumsuz tutum sergilenmektedir. Umut; bireyi harekete geçiren, olumlu bakmasını sağlayan duygudur. Amacın gerçekleşmesi yönünde bireyin motivasyonu, umuduna bağlıdır. Yapılan araştırmada evlilik kaygısının bir yordayıcısı da umutsuzluk olduğu ve pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Umutsuzluk tutumlarının temelinde bireylerin geçmiş hayatlarında yaşamış oldukları tecrübeler, aile ve çevre etkisinin olduğu düşünülmektedir (Sezer, 2019).

Bireylerin acı tecrübeleri, önceki romantik ilişkileri, çevresinde görmüş olduğu boşanmalar, rol model alınan evliliklerin niceliği ve niteliği, eğitim düzeyi, kültür, toplumun yapısı, toplumun ve bireylerin evliliğe yükledikleri anlam ve beklentileri doğrudan evlilik kaygısına tesir eden etmenlerdir (Güler, 2021). Evlilik öncesinde bireylerin kendilerine rol model olabilecekleri evlilikler bulabiliyor olmaları endişelerini

azaltmaktadır (Cüceloğlu, 2017) Evlilik kararı verme sürecinde hayat tecrübeleri, çevresindeki yaşantılar ve bireylerin bilgi düzeyleri önem arz etmektedir. Kimi zaman bireyler hayatlarını bu düzeyde etkileyecek ciddi bir karar verirken yeterli birikime ve bilgiye sahip değildirler (Yıldız, 2016).

Anne-babası boşanmış olan kişilerin evlilik tutumu daha olumsuz yöndedir. Evlenecek olan birey ebeveynlerinin karı-koca ilişkisi evliliğe yükledikleri anlamı etkilemektedir (Akın, 2022). Evliliğin kişiye faydadan çok zarar getireceğine inan birey, evlilikten kaçınma davranışı sergileyerek umutsuzluğa düşmektedir (Yanık, 2016). Son yıllarda artan boşanma oranları, bekarlığın getirmiş olduğu konforlu dünya ve özerk yapı, evlilikle birlikte gelen yeni roller ve sorumluluklar bireylerin evliliğe yönelik bakış açısını değiştirmekte; korkmasına ve kaygı duymasına sebep olabilmektedir (Ünal vd., 2022). Çevrede görülen mutsuz evlilikler, boşanmalar, acı tecrübeler ve bizzat içine doğduğu anne-babasının evlilik ilişkisi evlilik kaygısını tetikleyebilmektedir (Cüceloğlu, 2017).

Bebeklik döneminde bağlanmada bebek tek taraflı ihtiyaçlarının karşılanmasını beklerken romantik ilişkilerdeki bağlanmada ise tarafların birlikte beklentisi bulunmaktadır. Acı tecrübeler yaşayan insanlar, bağlanmaktan kaçabilmek adına yalnızlığı tercih edebilmektedir (Solmuş, 2010). Ya da birey uzun süren ilişkisinden vazgeçememektedir. Kişi için bir ilişkiye yatırım; süreç ve sürece ayrılan kaynakların değerini, önemini ve büyüklüğünü anlatmaktadır. Yatırım çeşitleri maddi; ev, araba manevi yatırımlar ise; duygusal paylaşımlar, birlikte vakit geçirme, fedakârlıklardır. Kalıcı ilişki olarak düşünülüp sarf edilen yatırım, bağlayıcı nitelik taşımaktadır. Ancak ilişkisinin sona ermesi gerektiği durumda bireyler yatırımlarıyla büyük bir bedel ödediğini düşünüp ayrılmayı düşünememektedir (Kölemen, 2022). Bu durumda bireyler kimi zaman gerçekçi düşüncelerden uzak durmaktadırlar. İlişkinin sonlanması ya da çatışmalı sürecin yaşamış olduğu acı tecrübeler tekrar yeni bir ilişki sürecine girme konusunda isteksiz ve çekimser hale getirmektedir. Bekar bireylerin evlilik kaygıları, evlilikle alakalı mevzularda kaçınan tutum sergilemelerine neden olmaktadır (Güler, 2021).

1.3.5. Yeni Roller ve Sorumluluklar

Bireyler evlilikle yeni sorumluluklar, yeni roller üstlenmektedir. Kimi zaman toplumların evlilikle birlikte kadına yükledikleri sorumluluklar kadınların kaygılanmasına, stres altına girmesine neden olmaktadır. Türkiye toplumunda bu rol tanımlaması erkekler için

genellikle evin ekonomik sorumlulukları olabilirken kadınlarda ise annelik, evin bakımı çocukların sorumlulukları olarak yüklenebilmektedir. Evliliğin hemen akabinde toplum tarafından çocuk beklentisi, hamilelik ve doğum sürecindeki mitler kadınların evliliğe yönelik korku duymasına, kaygı gütmesine neden olabilmektedir. Kadınlara yüklenen roller ve sorumluluklar toplumların dinamiklerinden, kültürlerinden gelmektedir. Araştırmalar, kimi zaman toplumlarda kadınlara yüklenen rollerin kadınları korkuya ve endişeye sevk ettikleri yönündedir (Ünal vd., 2022).

İnsanın kendisini ve çevresini tanımıyor olması ve belirsizlik yaşaması, bilince tehlike mesajı göndermektedir. Böylelikle insanlar davranışta bulunurken kaygıyla hareket edebilmektedir. Tehlikeye karşı savunucu hareket eden birey, kendisini gerçekleştirememektedir. Bireyin bu içinde yaşamış olduğu kargaşa, çevrenin getirmiş olduğu kargaşadan daha karmaşık yapıdadır. Geleneksel toplumdan çağdaş topluma geçen birey, hayatını toplumun belirlediği kurallarla yönetmekten ziyade varoluş sorumluluğunu alması halinde kimlik bunalımı yaşamaktadır. Geleneklerine bağlı olan toplumlarda ise normlar, koruyucu bir çevre sağlamış olsa da bireyin farklılaşmasına engel olmaktadır (Geçtan, 1983). Toplumsal yapılar da kadınlara ve erkeklere özgü belirli sorumluluk, rol ve beklenti tayin edilmektedir. Kadınlar rolleri gereği desteklenilmesi gerekirken erkeklerin ise güçlü olması zorunlu tutulmaktadır (Taycan ve Kuruoğlu, 2014) İlişkilerde, bireylerde beklentilerin farklı olması kaygıyı ve stresi beraberinde getirebilmektedir (Sezer, 2019). Kişinin hayatını sorguluyor olması, kendisini tanıma noktasında kimliğine ve hedeflerine ilişkin sorular sorması gayet doğal ve normaldir. Ancak insanlar sorgulamadan, tanımlanmış roller ve davranış kalıplarına teşvik edilmektedirler (Lerner, 2016).

Süreçte bireyin yönetebileceğinin üstünde bir durum varsa, belirsizlikleri çoksa bu durumda kişinin boşluğa düşmesi muhtemeldir. İnsanlar belirsiz düşüncelerden, benimseyemediği davranış sisteminden ve boşluktan uzaklaşmak adına konfor alanına, güven duyduğu alana dönmek istenmektedir. Keşfetme iradesi gösteren bireyler ise kendilerine güven duyarak cesaretlenme durumuna geçebilmektedir. Korku kültürü ile büyümüş bireyler, kaygı duymaya meyillidir ve kendilerini güvende hissedemeyebilirler. Panikleyen, kendisini güvende hissetmeyen birey ise kaygı ve korku duymaya başlamaktadır (Cüceloğlu, 2017).

1.3.6. Boşanmalar

Evliliklerde boşanmaların çeşitli sebepleri vardır; şahsi, sosyal, ekonomik ve benzeri nedenler. Evlilikle birlikte yeni rollere adaptasyon, psikolojik, sosyal ve ekonomik dengelerin sağlanamaması ve eşler arasında iletişim ağlarının kurulamaması boşanmalarla sonuçlanabilmektedir (Kalkan, 2002). Özellikle evliliğin ilk yıllarında bireylerin bekarlık rollerinden evlilik rollerine geçiş aşamalarında zorluk yaşadıkları görülmektedir (Şen, 2015). Roller arası geçiş sürecinde problem yaşayan bireylerin yeni rollere adaptasyon sürecinde çatışmalara karşı çözüm becerisine sahip olması ile iletişim kabiliyetinin yüksek olması tartışmaların ve boşanmaların önüne geçebilmektedir. Evliliklerdeki birçok çatışmanın temeli, duyguların ve düşüncelerin ifade edilmemesi, şeffaf iletişim sağlanmaması ve talep edilen beklentilerin karşılanamamasından kaynaklanan öfke ve kızgınlıktır (Sürerbiçer, 2008). Çoğunlukla romantik ilişkilerle başlayıp sonrasında çatışmaların olduğu görülmektedir ve boşanmalar ağırlıklı olarak ilk yıllarda gerçekleşmektedir. Bunun yanı sıra bireyler ailelerinden aldıkları aile bilinci mirasını yeni kurduğu ailesine de taşımaktadır (Sezer, 2019). Evliliğin ilk yıllarında yaşanan çatışmalar ve boşanmalar ise bireylerin birlikte yaşamaya hazır olmadıklarını, uyum sağlayamadıklarını göstermektedir. İngiltere'de yapılan bir araştırmaya göre evlenmemiş kadınların 1960 yıllarında oranı %5'lerde iken otuz yıl sonra 1990'larda %70'e çıkmıştır. Bu ve benzeri istatistik sonuçları evlilik kurumu için endişe etmemiz gerektiğini hatırlatmaktadır. Ulusal ve uluslararası ülkelerde gün geçtikçe boşanma oranlarının artıyor olması evliliğe olan güvenin sarsıldığını da göstermektedir (Sungur, 2017). Batı literatüründe ağırlıklı olarak erken yaşta evlilikler teması işlenirken geç evlilikler gölgede kalmaktadır (Coşan, 2021). Boşanma oranları gün geçtikçe artıyor olsada boşanan insanların tekrar evleniyor olması da olgusal gerçektir (Cüceloğlu, 2017). Boşanma oranlarının azaltılması için politika üreticilerin, uzmanların evlilik öncesinde bireylere önleyici rehberlik hizmetleri sunmaları gerekmektedir (Yalçın, 2009). Türkiye'de ve Batı toplumlarında boşanma oranlarında yaşanan artış bireylerin evlilik kaygılarını tetikleyebilmektedir. Kişinin evlilikle ilgili düşüncelerini etkileyen faktörlerden biri de bulunduğu çevre ve aile yapısıdır (Kestir, 2021).

Boşanmalar toplum tarafından problem halini almış durumdadır. Ancak sosyal problemlerin tümünde olduğu gibi boşanmaların da tek bir sebebi yoktur. Boşanmalara sebep olan temel bir etmen de gerçek olmayan beklentilerdir. Evliliğe adım atan, hayaller

ve gerçekliklerle arasında yüksek düzeyde fark bulunan bireyler, evliliklerinden ve ilişkilerinden doyum alamaz hale gelmektedir. Evliliğe yüklenen anlamlar, evliliğin başarısını doğrudan etkilemektedir. Evliliğin başarısız olması halinde gerçekleşen boşanmaların da evliliğe yüklenen mana ile doğrudan ilişkisi bulunmaktadır. Boşanmanın normal kabul edildiği toplumlarda evlilik kaygı düzeyi de düşmektedir (Güler, 2021). İlk ailede henüz çözüme kavuşturulmamış olan ilişki problemleri yeni ilişkilerde de kendisini göstermektedir. İlişki problemlerin çözülmüş olması ise hayattan ve ilişkilerden daha fazla doyum sağlamaya katkı sunmaktadır (Lerner, 2016). Evlilik kaygısı bulunan bireyler, hayatı denetlemek ve belirsizliğe takılmak yerine ahenkle dans etme eğiliminde olması halinde cesaret bulabilmeleri daha mümkün olabilmektedir (Cüceloğlu, 2017). Evlenme ihtiyaçları farklılık gösterse de evlilik kaygıları olsa da netice günümüzde bireyler evlenmeyi arzu etmektedir (Uçak, 2015).

1.3.7. Aile Hayatı

Evlilik, kolektif bir süreçtir. Yalnızca iki birey arasında kurulan bir sistem değildir. Aynı zamanda aileler arasında da bir bağ kurmayı içermektedir. Yalnızca adayların karar vermesinden ziyade güvenilir yakın çevreden de destek alıyor olmak sağlıklı kararın verilmesini kolay kılmaktadır. Ancak neticede böylesi bir ciddi karar bireylerin sorumluluğundadır (Yanık, 2016). Aile sistemi en az iki kişi arasında değil, birden fazla bireyin katılımıyla oluşan bir ilişki ağıdır. Bu sisteminde bireylerin neyi neden yaptığının nedenlerini bulmaya yardımcı olmaktadır. Bireyler kimi zaman bu gerçekliği kabul etmeseler de sistemin şartlarına uygun davranış sergileyebilmektedir. Yeni doğmuş bir bebek de yaşlı bir birey de sistemi etkilerken ondan etkilenmektedir (Dallos ve Draper 2000/2016). Her aile üyesinin davranışı ve gelişimi, diğer aile bireyleriyle yakından ilişkilidir. Bu ilişki sistemi birbiriyle bütün olarak kendisini tamamlamaktadır. İnsanların var olan bir sorununda bireysel bir süreç yönetilmesi gerektiği gibi aynı zamanda aile sistemi içerisindeki yerine de bakılması gerekmektedir. Bu sistem haliyle kaygılı olup olmamayı da etkilemektedir. Aile faktörü, kişilerin evlilik öncesi kaygı gütmesinde önemli bir yere sahiptir. Ebeveynlerin kaygı düzeyleri çocukların kaygılı olmasını doğrudan etkileyebilmektedir. Anne-babaların evliliğe ilişkin tutumları ise çocuklarının evlilik algısını oluşturmaktadır. Evlilik öncesinde aileye ve evliliğe ilişkin tutumlar, çocukluk dönemindeki aile ortamında oluşabilmektedir (Bener ve Günay, 2013).

Ailede edinilen ilişkiler hayatta edinilen en önemli ilişki türleridir. Bu ilişkiler duygu ve düşünceleri belirlemektedir. Aile içinde örüntü olan bu rol ve beklentilere uyulmaması halinde çatışmalar ortaya çıkabilmektedir. Bireyin yaşı büyüdüğünde aile içindeki ilişkileri ve aile yapısını incelemek, mevcut benliğini anlamak adına anahtar işlevini görmektedir (Lerner, 2016). Bireylerin evlilik tutumunda etkileyici olan mühim bir faktör ise çocukluk çağlarında edindikleri aile algısıdır. Üniversite öğrencilerinin evlilik korkusunu araştıran Akbaş ve arkadaşları (2019) evlilik korkusu ile anne-babanın mutlu ve nikahlı olması değişkenleri arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu bulgusuna erişmişlerdir.

Corey, aile sistemi bakış açısıyla sorunları dört temel varsayım üzerinde nedenselleştirmiştir:

1. Birey için sorun olarak ifade edilen durum, aile dinamiklerine karşı geliştirilmiş olabilmektedir.
2. Birey için sorun olarak ifade edilen durum; aile sisteminde açıklığı kapatan, çarkın devam etmesini sağlayan unsur olabilmektedir.
3. İfade edilen sorun; bugüne değin ailenin işlevini yerine getirmemesi, bireyin ihtiyaçlarını karşılamaması sonucunda meydana gelmiş olabilmektedir.
4. Yine problem olarak dile getirilen durum kuşaktan kuşa aktarılan miras, örüntü olabilmektedir (Corey, 2009). İlişki problemleri şahısların doğrudan kendilerine ait değildir. İki kişi arasında geçen ilişki sistemiyle alakalıdır ve bu sistemi kültürel yapı, çevre ve benzeri etkenler etkisi altında tutmaktadır (Okurcan, 2018).

Kişisel tecrübelerle ve bireyselliğe değer verilen kültürün etkisiyle birey; kendi tercihini kendisini yapan özerk bir yapıdadır. Her ne kadar kendi seçimlerini yapıyor olsa da insanın bu seçimlerinde ailesi etkilidir. Çünkü ailenin içinde doğup büyüyen, vaktinin büyük bölümünü ailesiyle geçiren bireyin kimlik inşasını ailesi yapmaktadır. Dolayısıyla insanlar, bulunduğu aile sistemine göre biçim alırken ifade edilmeyen, çoğunlukla tanımlanmamış kurallar kapsamında hayatlarını devam ettirmektedir. Kişi, bu sistemde karar alırken ve hayatını sürdürürken aileden destek görmeye ihtiyaç duymaktadır (Corey, 2009/2015). Aileler ve farklı çevreler tarafından kurulan baskılar, evlilik kaygısına neden olabilmektedir. Bandura'nın (1977) sosyal öğrenme kuramına göre insanlar, evliliklerinde sergiledikleri davranış ve tutumları ebeveynlerinden miras almaktadır. Bu miras gözlem yoluyla aktarılmıştır (Akt. Uçak, 2015). Bu öğrenme,

duyguları da kapsamaktadır. Duyguları belirleyen, o duruma yönelik geçmişten gelen inanışlar ve algılardır. Bu sebeple iki birey aynı olay ve duruma aynı tepkiyi vermeyebilir farklı duygular besleyebilir ve farklı tepkiler gösterebilir. Başına gelebilecek durum hakkında kötü senaryoyu düşünerek o şeyi yapmaktan geri durabilir. Bireylerin duygu ve düşüncelerini farketmesi ve kaygı anında kendisini gözlemleyip o an nasıl davrandığını ifade ediliyor olması kaygı dinamiklerini etkilemektedir. Kaygılı bireyler, yeni bir şeyi tecrübe etme konusunda istekli değildirler (Rapee vd., 2003). Kök aile duyguların oluşmasında, düşüncelerin gelişmesinde ve davranışlara yön verilmesinde etkin rol oynamaktadır. Geçmiş dönemde çözülmemiş olan meseleler hayatımızda çatıştığımız mevzular haline gelebilmektedir. Bu sebeple kim olduğumuzu, aile içinde kimden aktarım aldığımızı incelemekte ve araştırmakta fayda bulunmaktadır (Lerner, 2016). Alanyazında bireyin romantik ilişkisinde doyum sağlaması ile bireyin içinde bulunduğu kök ailede doyum sağlıyor olması, rollerin ve sorumlulukların belirlenmesi ve esneklik gösteriliyor olması arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır (Conger vd., 2000). Heider, insanlarda doğuştan gelen çevreyi anlamlandırma ve kontrol etme güdülerinin olduğunu savunmaktadır (Akt., Koç, 2007).

Evlilik öncesi eş adayının ailesini tanımak, beklentilerini öğrenerek yola çıkmak önem arz etmektedir. Evlilikte yalnızca eş adayları rol üstlenmemekte bu sistemde adayların aileleri de bulunmaktadır. Bu sebeplerle ailelerin uyum sağlaması, yeni kurulacak olan ailede kimin ne kadar rol üstleneceğinin belirlenmesi, ailelerin müdahalesinde sınırların ne olacağına ilişkin konuşmalar önem arz etmektedir (Cüceloğlu, 2017).

Evlilik kaygısı yaşayan bireylerin, kaygı yaşamayan bireylere nazaran evliliğe daha ılımlı yaklaştığı görülmektedir. Evlilik tutumunda erkekler kadınlara nazaran daha olumlu tavır sergilemektedir. Bu durumun sebeplerinden bazıları ise; küreselleşme ile gelen bireyselleşme arzusu, ekonomik özgürlük, kariyer planlama ve daha pek çok sebep bulunmaktadır. Yine ebeveynleri mutlu olan bireyler evliliğe daha olumlu bakarken ebeveyn ilişkisinde mutsuzluğa şahit olan bireyler evliliğe yönelik negatif tutum sergilemektedir (Akbaş vd., 2019). Ebeveyn ilişkisi mutlu olan çocukların kendi evliliklerine ilişkin kaygı gütmeye düzeyi düşüktür. Anne-baba ilişkileri çocukların gelecekte kuracakları evliliklerin ilişki temelini oluşturmaktadır. Steinberg ve arkadaşlarının (2006) gerçekleştirdiği çalışmada ebeveyn -çocuk ilişkisinde güvensiz bağlanma modeli geliştirilen ailenin çocukları, ilerleyen zamanlarda evliliğe karşı

olumsuz tutum sergileyebildiği bulgusuna erişmişlerdir (Güler, 2021). Bireyler ebeveynlerini ve ebeveynleri arasındaki karı-koca ilişkisini rol model edinebilmektedir. Evlenecek bireylerin ailelerindeki yapı farklılığı, aileler arasında iletişimi zorlaştırarak adayların güçlük yaşamalarına neden olabilmektedir (Yıldız, 2016).

1.3.8. Depresyon ve Umut Düzeyi

Duygudurum bozukluklarından biri de depresyondur. Çalışmalar, daha önce evlenmemiş bireylerin evli bireylere göre depresyon yaşama eğilimlerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Araştırmalar, anksiyete bozukluğu olan kişilerin evliliklerinde daha fazla problemle karşılaştıklarını ve boşanma düzeylerinin daha yüksek olduğu yönündedir. Çalışmalar kapsamında ileri ve orta yaş gruplarının evli-bekar olma durumu ile sağlıklı kalma ve ölüm oranını arasında ilişki bulunmaktadır (Akın, 2022). Vatan ve Dağ'ın (2009) yaptığı çalışmada psikopatolojinin yordayıcıları; probleme yaklaşım, çözüm odaklı bakış, umutsuzluk, çaresiz hissetme olarak bulunmuştur. Umutsuzluk değişkenin yordayıcısı ise depresif durum ve somatizasyon olduğu bulgusuna erişilmiştir.

Tanhan (2014) tarafından öğretmenlerin rasyonel ve irrasyonel tutumları ile depresyon durumu, çeşitli değişkenler perspektifinde incelenmiştir. Bulgulara göre irrasyonel tutumlar ve düşüncelerle depresyon arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmaktadır (Tanhan, 2014). İlişkiler mutluluğu ya da kaygıyı beraberinde getirmektedir. Birey doğuştan ait olma ve biz olma içgüdüsünü taşımaktadır. Bu içgüdü bağlılıkla doğrudan ilişkilidir (Yıldız, 2016). Evlilik kaygısı ile umutsuzluk arasında ilişki bulunmaktadır. Araştırmalar, bireylerin kaygılarıyla mutluluk beklentileri arasında negatif yönde ilişki olduğunu göstermektedir. Yalnızlık duygusunu yaşayan bireylerin umutsuz olma ihtimali daha fazladır. İnsanların aile yapısı, çevresi, olumsuz tecrübeleri gelecekte umutlu olmasını ya da karamsar bakmasını etkilemektedir. Durumlar karşısında ve ilişkilerinde umutsuz olan, olumsuz tutum ve yargı sergileyen bireylerin evlilik kaygı seviyesi daha yüksek olduğu savunulmaktadır (Sezer, 2019). Kaygı, insanların umutlarını yitirmelerine ve gerginlik yaşamalarına ve karar verme sürecinde zorlanmalarına sebep olmaktadır (Geçtan, 1994). Birey, bilişsel bir kabul olarak evliliği korkulacak durum olarak tanımlamaktadır. Danışmanlıkta, bilişsel süreç üzerinde durulan durum ise bireyin hatalı düşündüğünü kabul etmesidir. Hackney, danışman bireye uygulamış olduğu stratejik yaklaşımlarla davranışlarına yönelik farkındalık kazandırmaktadır. Yalnızca farkında

olmak, kaygıyı ve davranışları değiştireceği anlamına gelmemekte zamana ihtiyaç duyulmaktadır (Hackney ve Cormier, 2005/2008).

1.3.9. Çözümcül Bakış Açısı

Evlilik kaygısının kök sebepleri evliliğe yüklenen anlam ve bu doğrultuda evlilik beklentisi olduğu savunulmaktadır. Evliliğe olumlayarak yaklaşıyor olmak kaygı düzeyini azaltmaktadır. Yüklenen olumlu veya olumsuz anlam ile evlilik kaygısı arasında ilişki bulunmaktadır. Evliliğe yönelik negatif tutum sergileyen bireylerin evlilik kaygı seviyeleri artarken evliliğe olumlu yaklaşan bireylerin evlilik kaygı düzeyi daha düşük olduğu görülmektedir (Güler, 2021). Davranışlarımız ifadelerimizden daha fazla manaya sahiptir. Düşünceleri değiştirmenin yolu da davranışlarımızı değiştirmekten geçmektedir. Düşünceler, duygulara; duygular, davranışlarımıza; davranışlarımız da hayatımıza etki etmektedir. Sorunlarla karşılaşıldığı takdirde hipotezlerle açıklamalar çoğu sorunun çözülmesini sağlamayabilir. Mühim olan ise sorunlara ve problemlere açıklamalar yapmaktan ziyade çözüm teknikleri geliştirebilmektir (Sungur, 2017). Evlilik kaygısının sebeplerinin tespit edilmesiyle birlikte önleyici çalışmaların yapılması mümkün hale gelebilmektedir (Çelik ve Erkilet, 2019)

Bireylerin krizlerle ve problemlerle baş edebilme becerisi; evliliğe yükledikleri anlam, romantik duygularının olduğu bireye olan inanç ve duygusal bağ, evlilik öncesi kaygı düzeyini düşürmektedir. Olası bir evlilik içi krizde çözüm noktalarından birinin de boşanma olarak düşünülmesi kaygı seviyesini azaltmaktadır. Birey karar alma sürecinde ve hayatının genelinde; benlik saygısının yüksek olması, yeteneklerinin farkında olması ve eylemlerinin etki gücüne inanması hayatında daha fazla amaç belirlemesine imkân oluşturmaktadır. Ancak zıttı bir durum olup hedeflere ulaşmada şansın daha fazla etkili olduğuna inanıyorsa kendisine daha az amaç belirleme yoluna gidebilmektedir. Kişinin kendisine güveniyor olması daha fazla umutlu olmasının zeminini hazırlamaktadır. Hedeflerine kısa sürede ulaşmak isteyen birey, sabırsızlık gösterirse de kaderine olumsuz bakış açısıyla bakmaya başlamaktadır (Sezer, 2019). Evliliğe karşı olumsuz bakan bireyler, evliliğe karşı olmasalar da sonuçta boşanmanın kaçınılmaz olduğunu düşünebilmektedirler. Aksine evliliğe olumlu bakıyor olmak süreci ve dinamikleri etkilemektedir (Yanık, 2016). Çiftler arasında iletişim becerilerini geliştirmek, çözümcül bakış açısıyla bakmasını sağlamak, hoşgörülü tutum sergileme bilinci kazanmak evlilikteki sorunları önleyebilmektedir (Kalkan, 2002).

1.4. Evlilik Öncesi Eğitim

Evlilik öncesinde yapılan eğitim programının ilki 1924 yılında Ernest Grove tarafından Boston Üniversitesi'nde hazırlanmıştır. Türkiye'de ise evlilik öncesi rehberliği kapsayan ilk çift eğitimi "Evlilik Okulu" ismiyle İstanbul Üniversitesi'nde 1998 yılında gerçekleştirilmiştir. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığınca son yıllarda evlilik öncesi eğitim programları düzenlenmektedir. Evliliğe ilişkin bilgi ve tecrübeler yakın zamana kadar kuşaktan kuşağa aktarılmıştır. İçinde yaşadığımız bilgi ve teknolojinin gelişmiş olmasıyla evlilikten beklenti artmış ve iletişim olanakları gelişmiştir. Bu durum evlilik öncesi eğitim programlarına olan ilgiyi ve ihtiyacı da artırmıştır (Avcılar, 2020).

Evlilik öncesi dönem, evlenmeye karar veren bireylerin evlilik kararı almadan önce birlikte mutlu bir ömrü inşa edebileceklerine dair birbirlerini tanıma, öğrenme ve değerlendirme sürecini kapsamaktadır. Evlilik öncesi rehberlik hizmeti alan bireylerin ve çiftlerin iletişim ve ilişkilerinde sorunlara daha kolay çözüm buldukları ve boşanma oranlarında çıkan anlamlı verilere göre ise önleyici rehberlik sunduğu gözlemlenmektedir. Evlilik öncesi eğitim hizmetlerinin amacı; bireyleri ve çiftleri evliliğe hazırlamak, eş seçiminde kolaylık sağlamak; evlilikten beklentiler, birlikte yol alabilme vb. konuları çerçevesinde gerekli becerilerin kazanılmasına yardımcı olmaktır (Yıldız, 2016). Evlilik öncesi eğitim bireylerin evlenmeden önce; iletişim becerileri, problem çözme, sağlıklı ilişki ve iletişim kurma benzeri yetilerini artırmak adına belirli periyotlarda sunulmaktadır (Ökten, 2022). Aksakal'a göre (2023) evlilik öncesi eğitim çalışmasının temel amaçları; eş adayını seçerken doğru kişi olup olmadığına ilişkin mantıksal bakış açısı geliştirme, problemlerle başa çıkma, çözümçül perspektiften bakabilme ve tüm süreçte profesyonel destek alabilmektedir. Buckner ve Salts'a göre evlilik öncesi eğitim programları farklı oturumlarla yapılmalıdır. Her bir konu tek tek tartışılarak ev ödevleriyle süreç yönetilmelidir. Verilen eğitim başlıklarında ise; evliliğe ilişkin beklentiler, hedefler, aileler, ekonomik durum, cinsellik, düğün planları olmalıdır (Buckner ve Salts, 1985).

Alpaydın'a göre ise evlilik öncesi eğitimlerin temel amaçları; sağlıklı aile yapısının kurulması, kaynakların daha etkin kullanılması, muhtemel problemlerin ön görülerek tedbirlerin alınması ve aile içi süreçleri daha etkin kılarak aile yapısını kuvvetlendirmektir (Alpaydın, 2012). Alanyazında evlilik öncesi eğitim programları ilişkilerin niteliğini ve doyum düzeyini artırdığı yönündedir. Bu bilgilerle evlilik öncesi eğitimlerle sağlıklı

ailelerin temellerinin atıldığı söylenebilir (Holman, 2011). Ayrıca evlilik öncesi eğitimi alan bireylerin evlilik stres düzeylerinde düşüş yaşandığı düşünülmektedir (Markman vd., 1993) Sağlıklı toplumlara erişilebilmesi için sağlıklı ailelerin oluşması gerekmektedir. Sağlıklı ailelerin inşası için de evlilik öncesi eğitimlerin hazırlanması ve yaygınlaştırılması büyük önem taşımaktadır. Evlilik öncesi eğitimin çiftler üzerinde; kendilerinin ve eş adaylarını daha iyi tanıma, duygu ve düşüncelerin farkında olma, kaygıda azaltılma, eğitim öncesinde konuşulması istenen konuları konuşabiliyor olma, daha çözüm odaklı iletişim kurabiliyor olma gibi etkileri bulunabilmektedir. Evlilik hayatında problemlerin çıkmadan önleyici tedbirlerin alınması hayat kalitesini artırmaktadır. Bu sebeple bireylerin temel iletişim becerisinin artırılmasına ve evlilik sürecinde muhtemel çıkacak problemlere ilişkin çözüm odaklı becerilerin artırılmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Yapılan araştırmalar da eşler arasında rastlanan en büyük problemlerden birinin ilişkilerde iletişim çatışmalarının olduğu yönündedir (Yalçın, 2009). Bu durumda evlilik öncesi eğitimlerle, problemlere karşı önleyici tedbir alınmaktadır. Evlendikten sonra ortaya çıkan sorunlara müdahale etmek kimi durumunda geç kalınmış olunabilmektedir. Bu sebeplerle evlilik öncesi eğitim almak öneme sahiptir (Hamamcı vd., 2011).

İnsanlar algıladıkları ile kavramlar oluştururken bu kavramlar düşünce sistemini şekillendirmektedir. Bu süreç, insanın varoluşundan gelen doğal bir süreçtir. İnsanlar, bu sürecin getirmiş olduğu duygularla hayatına yön vermektedir (Cüceloğlu, 2017). Heider, nesne ilişkileriyle insan algıları arasında bağlantı olduğunu düşünmektedir. Bu süreçte bireye özgü ve çevreye/ortama özgü nedenler çerçevesinde odaklanılarak anlam çıkarılmaktadır. Odaklanılan hedefe göre tanımlamalar, yorumlar geliştirilmektedir. Dışa bağlı nedenler; bireyin çevresi, roller, ceza, ödül, beklenti, kurallar ilişkin nedenlerdir. İçsel nedenler ise; bireyin güdülerinden, duygularından kişilik özelliklerinden kaynaklanan nedenlerdir. Algılama nedenselliği; araştırmada sorunun davranıştan mı kaynaklandığına ya da çevreden mi kaynaklandığına ilişkin tespittir (Akt., Koç, 2007). Literatürde evliliğe ilişkin çalışmalar bilişsel zemine tutunmaktadır. Evlilik uyumu ve çatışmaların ardında evliliğe yüklenen olumlu ve olumsuz algılar bulunmaktadır. Yüklenen bu anlamlar davranışları da etkilemekte böylelikle evliliklerin nitelikleri ortaya çıkmaktadır (Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006). Evlilik öncesi eğitim programlarının farkındalık edinmeleri, bilişsel değişim yaşamaları ve beceri edinmeleri gibi çıktıları

bulunmaktadır (Yalçın, 2009). Bu süreç insanların kavramları ve duyguları tekrar ele almalarına zemin oluşturmaları muhtemeldir.

Evlilik öncesi düzenlenen eğitimler bireyleri geleceğe ilişkin tehlikelerden güvence altına almaktadır. İlişkide çatışmaların ve problemlerin çözümüne ilişkin becerilerin kazandırılması sorun gelmeden önleyici hizmet sağlamaktadır (Kalkan ve Ersanlı, 2008) Evlilik öncesi eğitimler, önleyici rehberlik sunmaktadır (Alpaydın, 2012).

Evliliğin ilk yılların sorumlulukların paylaşılması ve rollerin tanımlanması gerekmektedir. Bu süreçte eşler arasında yaşanan çatışmalar, evliliği olumsuz sonuçlara ulaştırmaktadır. Ülkemizde ve dünya genelinde boşanmaların en sık yaşandığı aralık ise evliliğin ilk yıllarıdır. Terzi ve Işık (2019) evlilik öncesi eğitim programının hazırlanmasında yeni evlenen bireylerin görüşünü alarak hareket ediyor olmanın önemli olduğunu düşünmektedirler.

Sağlıklı ilişkilerin oluşması ve mutlu evliliklerin kurulması için bireylerin kendilerini hazır hissediyor olmaları ve evliliğe ilişkin bilgi sahibi olmaları değer taşımaktadır. Bu sebeplerle evlilik öncesi danışmanlık ve eğitim programların artırılması gerekmektedir (Oltuluoğlu ve Kavak, 2018).

Rony Berger ve Mo Therese Hannah'a göre önleyici hizmet programları 3 düzeyde ele alınmaktadır.

1. Önleyici çalışmalar, değişim ve geçiş yaşayan bireyleri desteklemek amacını taşımaktadır.
2. Daha az çatışma yaşayan bireylerin uyum problemlerini azaltmaktır.
3. İlişkilerin dağılması ve boşanmaların gerçekleşmemesi adına anlamlı sorunların çözülmesini amaç edinmektedir (Akt., Kalkan, 2002). Literatür, aile ve evliliğe ilişkin alınan eğitimlerin muhakkak ki fayda sağlayacağı yönünde olduğunu göstermektedir (Canel, 2019).

Evliliğe ilişkin eğitimlerin alınması, ilişki yönetimine dair bilinç kazanılması bireylerin evlilik doyumu düzeyini de artırmaktadır (Kabasakal ve Soylu, 2016). Ülkemizde boşanmaya ilişkin istatistik verileri incelediğimiz takdirde evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık çalışmalarının artırılması gerektiği görülmektedir. Evlenmeden önce ihtiyaç olan önleyici rehberlik çalışmaları evlilik sonrasında geç kalılabilmektedir. Özellikle gençlerin eğitim vasıtasıyla gerçekçi düşünebilmeleri, sorumluluk alabilmeleri ve sağlıklı

aile kurabilmeleri açısından önemlidir (Duran ve Hamamcı, 2010). Evlilikte en büyük problem tarafların değişime uyum sağlayamaması ve değişimi kabul etmemesinden kaynaklanmaktadır (Tarhan, 2019). Kadın ve erkeklerin iletişim becerilerini donanmış olmaları, mutlu ve sürdürülebilir evlilikler için önemlidir. Empati becerisine sahip olan bireyler, affetmeye daha sıcak bakmaktadır. Affedici tutum ise evlilik kalitesine etki etmektedir (Taycan ve Kuruoğlu, 2014). Evliliklerin sağlıklı bir düzeyde ilerleyebilmesi için tarafların insan insana iletişim kurabiliyor olmaları önem taşımaktadır (Cüceloğlu,2017).

Ülkemizde yetişkin eğitimi ile yaygın eğitim aynı manaya gelmektedir. Bu eğitim; hitap edilen kitlenin ihtiyaçlarını hedef almaktadır bu sebeple ihtiyaç analizine dayanmaktadır. Aynı zamanda insanların problem çözme becerilerini ve yetilerini, sorunlarla baş edebilme potansiyellerini desteklemektedir (Alpaydın, 2012). Evlilik öncesinde alınan eğitimler daha sağlıklı karar alınmasına imkân oluşturmaktadır. Yapılacak olan evlilik öncesi eğitim programları ve teknikler, yetişkinlerin öğrenme dinamikleri ve özellikleri dikkate alınarak hazırlanmalıdır. Yetişkin bireylere düzenlenecek olan eğitim ihtiyaçlarının karşılanıyor olması halinde katılım sağlanması mümkün olmaktadır. Eğitim programlarının hazırlanma sürecinde evliliğine dönük olumlu ve olumsuz tecrübeleri olan kişilerden elde edilen verilerle hareket ediyor olmak değer taşımaktadır (Sürerbiçer, 2008). Evlilik öncesi eğitimin ihtiyaç olup olmadığı kişilerin ihtiyaçlarına göre değişmektedir (Ökten, 2022). Yapılan araştırmalar ise gençlerin evlilik öncesi eğitim almaya yönelik olumlu bakış açısı sergiledikleri yönündedir. Ancak yapılacak olan evlilik öncesi eğitim çalışmalarında kültürel farklılıklara bakılarak değerlendirme yapılması gerekmektedir. Uygulamalar modern toplumlarda ilişki yakınlığını artırmayı hedeflenmesi gerekirken geleneksel toplumlar ise duyguların ve düşüncelerin paylaşılmasına odaklanmalıdır (Kalkan ve Ersanlı, 2008) Yine evlilik eğitim programları yapılmadan evvel ihtiyaç analizinin yapılması önem arz etmektedir (Hamamcı vd., 2011)

Mutlu evliliğin oluşabilmesi için gayret gerekmektedir (Cüceloğlu, 2017) Evlenmeye aday olan kişinin mutlu bir evlilik süreci için değişime açık olması gerekmektedir (Tarhan, 2019) Danışanı cesaretlendiren durum ise danışmanın gerçekten kendisine destek sağlayacak olması, ihtiyacını karşılayabilecek olması ve anlaşıldığını hissediyor olmasıdır. Sürecin güvenle başlaması kadar devam etmesi de önem taşımaktadır (Hackney ve Cormier, 2005/2008). Toplum genelinde ruh sağlığının iyi olabilmesi için

ailede bulunan kadın ve erkek ilişkisinin uyumlu olması gerekmektedir. İlişki ve cinsel hayata yönelik eğitimlerin okullarda verilmesi ihtiyaçtır. Alana yönelik seminerler, konferanslar ve benzeri eğitimler organize edilmelidir (Çakmaklı, 1997).

Günümüzde gençler, evlilik danışmanlığı vb. psikolojik desteklerden yararlanma fikrine daha rahat bakmaktadır. Geçmişe nazaran evlilik süreçlerinde daha etkin rol oynamaları, kendi hayatlarına karar verebiliyor olmaları mutluluk beklentisini daha mümkün hale getirmektedir (Sezer, 2019) Bireyin karar sürecini etkileyen şey o vakte kadar edinmiş olduğu bilgi ve tecrübeleridir. Bu durumun farkında olan birey her gün yeni bilgi edinmekte ve tecrübe kazanmaktadır. Bu sebeple bilinçli olarak yeni kazanımlarını da dikkate alarak karar vermelidir (Sungur, 2017).

Stanley (2001) evlilik öncesinde düzenlenen eğitimlerin dört esas faydası bulunduğunu düşünmektedir:

1. Bireylerin anlaşılabilmeleri ve iletişim kurabilmeleri için düşünme zemini hazırlamaktadır.
2. Evliliğin ne derece önemli olduğuna yönelik farkındalık oluşturulmaktadır.
3. Bireyler, problem yaşamadan önleyici tedbirler alabilmektedir.
4. Evliliklerde çatışmaların ve boşanmaların yaşanılmasını azaltabilmektedir (Akt., Aslan, 2023).

Ülkemizde yapılan araştırmalara göre eşler arasında iletişim problemlerini çözmeden yola devam etmek, evliliklerde yüksek düzeyde çatışmaların yaşanmasına zemin hazırlamaktadır (Hamamcı vd., 2011). Evlilik öncesi eğitimlerin ve danışmanlıkların temel amacı; eşler arası ilişkiyi kuvvetlendirme, adayların kararlarını sağlıklı verebilmesine yönelik farkındalık kazandırma, alana dair destek alabileceği kanalların farkına varma, evlilikte muhtemelen çatışma ve doyumsuzluk riskinin azaltılmasıdır. Mutlu evliliklere giden yol, eş seçimini iyi yapmaktan geçmektedir. Bu sebeple evlilik öncesinde adayların birbirini tanıyor olmaları, uyum düzeylerini tartıyor olmaları önem taşımaktadır. Bireyselliğin ön planda olduğu dönemde kişiler tercihlerini özgürce yapıyor olsalar da esasında tercihlerini yaparken içinde bulunduğu kültürel sistem ve sosyo-ekonomik durum tarafından etkilenmektedir (Sevim, 2018). Evlilik öncesinde eğitim ve danışmanlık alınması sonrasında da destek alma konusunda esnek olmasını sağlayabilmektedir. Hayat kalitesini artırmak adına tercih yapan çiftler sağlık nesillerin yetişmesinde de öncülük etmektedirler (Kırmızıgül ve Şahin, 2023). Evliliğe hazırlık

sürecinde alınan eğitimler, evliliğin ilk yıllarındaki ilişkiyi artırırken olası çatışma halinde terapötik iletişim kurarak farkındalık oluşturmakta ve destek alma konusuna daha ılımlı yaklaşmaktadırlar (Kalkan ve Kaya, 2007).

Boşanmaların sayısı fazla iken boşanmadan ayrı yaşayan çiftlerin oranı da yüksektir. Evlilik uyumuna ilişkin yapılacak çalışmaların ise boşanma oranlarını azaltacağı gelecek nesillerin daha sağlıklı olacağı düşünülmektedir. Bu sebeplerle evlilikler bilimsel perspektifte ele alınarak incelenmeli sağlıklı ailelerin kurulmasına ilişkin çalışmalar desteklenmelidir (Aktaş, 2009). Ancak ülkemizde evlilik öncesine yönelik danışmanlıklar, terapiler veriliyor olsa da henüz ihtiyaçları karşılayacak nitelikte eğitimler yaygınlaşmamıştır (Ökten, 2022). Ülkemizde evlilik öncesinde aile planlamasına ilişkin içeriklerin olduğu eğitimler de sınırlı sayıda bulunmaktadır. Bu alanda eğitimlerin düzenlenmesi daha sağlıklı ailelerin kurulmasına imkân oluşturabilecektir (Göz vd., 2005) Sosyolojik vakalarda problemlerin tamamen bitirilmesi mümkün değildir. Toplumda boşanma ve evlilikte çıkan çatışmaları sıfır düzeye getirmek gerçekçi değildir. Ancak olumsuz sonuçları mümkün oldukça alt düzeye indirmek, azaltmak için önleyici faaliyetlerin gerçekleştirilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu tür önleyici hizmetler yalnızca yetişkinlerin hayat kalitesini yükseltmemekte yanı sıra o aile çocuklarının da hayat kalitesini artırmaya zemin hazırlamaktadır (Aslan, 2023). Bireylerin sağlıklı evlilik kurabilmeleri için kendilerini sürece hazırlayacak eğitim almaları önemlidir. Eğitimlerle birlikte sağlıklı ilişkiler kurulmasıyla boşanma oranında düşüşler beklenilmektedir (Sürerbiçer, 2008).

1.4.1. Evlilik Öncesi Eğitim Algısı

Evlilik kavramı üzerinde pek çok tanımlama olsa da insanlar, ilk adımı evlilik olan bir ailede yetişmektedir. Büyüme sürecinde içinde bulunduğu aileden evliliğe dair algısını oluşturacak veri toplamaktadır (Güler, 2021). Algı ve düşünceler duyguları oluşturmaktadır. Evlilik kurumunda da bu sistem geçerliliğini sürdürmektedir. Olgun insanlar, kültür robotu gibi hareket etmek yerine içinde bulunduğu durumlara anlam yükleyerek inanç ve değerlerin farkında olarak hareket etmektedir. Böylelikle almış olduğu sorumlulukların arkasında durabilmektedir (Cüceloğlu, 2017). Duygudurumu, bireylerin davranışlarını ve hayata bakışlarını, algılarını etkilemektedir (Akın, 2022). Bireyin birtakım inançları ise yine kendisi tarafından değiştirilemezdir. Kişinin doğrularıdır. Durum otomatik gelişmektedir. Bu düşüncelere otomatik düşünceler

denilmektedir. Düşünceler ise kişinin duygu durumuna ve düşünce sistemine etki etmektedir (Beck, 2001).

Birey, gözlemleri sonucunda kendini tanımanın yanı sıra bir başkası ile iletişimini ve tarafların tutumlarının birbirini etkiliyor olduğunun da farkına varır. Aile içinde birey, kendi bireyselliğini kaybedip yalnızca "biz" anlayışı ile ilerlerse bir müddet sonra diğer kişilerin duygu ve davranışlarının sorumluluğunu üstlenir hale gelmektedir. Bu durum bireylerin tepki vereceği duygularda da diğerlerini suçlamaya götürmektedir (Lerner, 2016). Eğer sonuca varılmış bir nedenin kararlılık düzeyi yüksekse geleceğe ilişkin adım atmada o denli yön tayin etmektedir. Karar alma sürecinde; roller, beklentiler, meslekler, kurallar gibi dış nedenler bulunmaktadır (Koç, 2007).

Nedensellik üzerinde araştırma yapan Kelley, birlikte değişim ilkesini benimsemektedir. Bu ilkeye göre zamanla değişen davranışın nedenlerinin değiştiğine inanılır. Kelley'e göre bireyi uyaran davranışın öznesi değişse de kişinin tepki ve algı boyutu stabilse davranış odaklı bir algı oluşmaktadır. Verilen tepki, eylemi gerçekleştirene göre farklılaşıyorsa burada nedensel olarak kişiye yükleme yapılmaktadır. Kelley, tutarlılık davranışı teorisine göre bireyler belirli davranışı farklı zamanlarda da sergiliyorlarsa o davranışın tutarlı olduğunu ifade etmektedir. Davranış; zaman, mekân, kişi değişikliklerinde farklılaşıyorsa bu durumda çevre ve zamana yükleme yapılmaktadır (Akt., Koç, 2007).

Evlilik öncesi dönemde olan bireyler duygusal karar verme yönleri ağır basmaktadır. Bu durum da gerçekçi ihtiyaç ve isteklerini göz ardı etmesine sebebiyet vermektedir. Aile üyeleri daha başarılı aile bireyi olmaya dönük eğitim almaya pek sıcak bakmazken profesyonel yemek yapmak, yüzmek, daha iyi yönetici olmaya dönük kursa gitmeye daha sıcak bakmaktadırlar (Yıldız, 2016).

2. BÖLÜM: EŞ SEÇİMİNDE FAKTÖRLER

Hayatın dönüm noktası olarak tanımlandığı iki mühim seçimden biri eş seçimi iken diğeri meslek seçimidir. Bu iki seçenek de bireyin mutlu bir hayat geçirmesinde önemli bir role sahiptir. Evlilik beklentilerine uygun bir aday aramanın yanında bireyin kendisinin beklentilerine uygun bir aday olması eş seçimini kolaylaştırmaktadır. Hayali eş adayına yüklenen gerçekçi olmayan nitelikler, bireyleri bir müddet sonra hayal kırıklığına uğratmaktadır. Eş seçiminde stresle başa çıkabilme, sevmeye ve sevilmeye açık olma, iletişimde temel becerilere sahip olma, sorumluluk şuuruna erişme, duygularını tanıma ve ifade edebilme, bağımsız bir birey olabilme yetileri önem taşımaktadır (Yıldız, 2016).

Bireylerin hayatlarında aldığı en mühim kararlarından biri de eş seçimidir. Çoğu yerde olduğu gibi ülkemizde de insanlar, hayatlarının büyük bölümünü kapsayan evlilikte yeteri düzeyde ilgi göstermemektedir. Evliliğe yön veren eş seçimi üzerinde yapılan çalışmalar kısıtlı düzeydedir (Özgü) Kadınların ve erkeklerin kendilerine özgü düşünce sistemleri, hedefleri, amaçları evlilik kararını etkilemektedir. Kültür, tecrübeler, etnik köken hayattan beklentiler, değerler ve benzeri etmenler evlilik kararının alınmasında önemli sebepler arasındadır (Yazıcı ve Demirli, 2020). Sağlıklı ailelerin ve evliliklerin oluşması için eş seçimi tesadüflere bırakılmamalıdır. Süreçte bilinçli hareket edilmelidir. Bu süreçte; hayatını kiminle devam edeceği, yeni sorumlulukların neler olacağı, çocuk yükümlülüğü, hayatının geri kalanında neler yaşayacağı evlilik kaygısında belirleyici olduğu düşünülmektedir (Canel, 2019). Gerçekleşecek olan evliliğin nasıl bir süreçten geçeceği ve ne tür biçim alacağı eş adaylarının kişilikleriyle ilgilidir. Kişilikler ise çocukluktan itibaren şekillenmektedir. Yakın ve uzak çevrenin etkisi, kültürel yapı kişiliğin oluşmasına tesir etmektedir. Aynı zamanda toplum, kadın ve erkeklerden belirli roller talep edilmekte; sevmeye, güvenme duyma, hoşgörü gibi belirli ihtiyaçların karşılanmasını ve bunların öğretilmesini beklemektedir (Kurban, 2012). Evlilik öncesinde eş seçimi yaparken beklentilerin iyi biliniyor olması, amaçların tespit edilmesi ve ortak amaç taşıyor olması, beklentilerin gerçekçi düzeyde tutuluyor olması evlilik başarısını yüksek oranda etkilemektedir. Kendisini tanımayan, özelliklerini ve beklentilerini sağlamamış olan bireyin eş adayını seçmesi de kolay olmayacaktır (Akbaş vd., 2019).

Ülkemizde eş tercihi bilimsel manada araştıran çalışmalar bulunmaktadır (Bacanlı, 2001). Ancak psikiyatri bilimi dahi bir insanı tanımaya yetmemektedir. İnsanı insan yapan pek çok faktör bulunmaktadır. Tümünü anlayabilmek mümkün değildir. Elde edilen bilgilerle doğru

adımlar atmak mümkündür (Yanık, 2016). Ancak eş seçimine ilişkin yaklaşımlar süreçte yardımcı olmaktadır. Bu yaklaşımlar; filtreleme, benzer ve farklı özellikler, birbirini tamamlayan ihtiyaçlar ve gereksinimler, sosyal mübadele ve sosyo-biyolojik etkenlerdir. Sosyal mübadele ile maddi ve manevi hesaplama yapılarak maksimum faydaya yönelik tercihte bulunmaktadır. Filtreleme yaklaşımında adaylar arasında benzerlik ve farklılıkların dengesine bakılmaktadır. Sosyo-biyolojik yaklaşımda kadın-erkek cinsiyetine göre beklentiler dikkate alınmaktadır. Benzer ve farklılık yaklaşımında ise benzerlikler uyumu sağlarken zıtlıklar ise zenginliktir bakış açısı benimsenmektedir. Birbirini tamamlayan gereksinimler yaklaşımına göre bireysel ihtiyaçlar eş seçiminde belirleyicidir (Coşan, 2021).

Evliliğin ömrün tamamını ilgilendiren bir olgu olması, eş adayı ile hayatın her safhasında vakit geçirilecek olması, birlikte yol yürünecek olması evlilik kararının ciddiyetini artırmaktadır. Eş seçiminde kriterler ise bireysel ve kültürel olarak değişebilmektedir. Eş seçiminde aynı zamanda bireyler gelecekte doğacak olan çocuklarının anne-babalarını tercih etmektedirler (Payat, 2022). İnsanların eş seçimlerini nasıl yaptıkları yıllarca sorulmuştur. Psikoloji biliminde çeşitli kuramlar perspektifinde bu soruya cevaplar aranmıştır. Süregelen birikimde ortak noktanın; şuurla, belirli bir amaç çerçevesinde eş seçimi olduğu yönündedir. Bu süreçte etkili olduğuna inanına etkenler ise; benzerlik, etnik köken, din, sosyo ekonomik düzey, eğitim seviyesi, ailelerin uyumu ve yapısı, fiziki beğeni, zekâ seviyesi arasındaki denge ve benzeri etmenlerdir (Yıldız, 2016).

Evlenmeye karar veren bireyler, öncelikle kendisini tanıma noktasında gayret etmelidir. Evlilik öncesinde adaylar; sosyo-ekonomik yapı, biyolojik ve psikolojik doğaya dikkat etmelidir. Bu etmenlerin gözlemlenmediği durumlarda ilişkilerde aksilikler çıkabilmektedir. Evliliği düşünen bireyler hem kendilerinin hem de eş adaylarının biyolojik, duygusal, sosyoekonomik, bilişsel durumlarını iyi analiz etmeli, adayı ve kendisini tanımaya gayret göstermelidir. Evlilik öncesinde açık iletişim kurmak, gözlem yapmak muhtemel problemler üzerinde konuşabilmek önem taşımaktadır. Evlilik öncesi şeffaflıkla ve açık iletişim kuruyor olunması evlilik döneminde kolaylık sağlarken sonrasında konuşulması süreci zorlaştırabilmektedir. Evliliği bir yola benzeten Cüceloğlu, bu yola çıkmadan evvel bireylerin kendilerini ve yol arkadaşının tanınması gerektiğini, gözlem yapmak gerektiğini savunmaktadır. Evlilik öncesi süreçte aynı yöne bakabiliyor olmak adayların birbirlerinin inanç ve değerlerine uyum sağlıyor olabilmeleri açısından değer taşımaktadır. Eş

adaylarının iyi insan olma durumları her zaman iyi bir ilişki yürütecekleri anlamına gelmemektedir. Mühim olan ise iyi bir ilişki sürdürebilmektir. Esasında evlenme olgunluğuna erişen bir kişi, olgun insan sıfatını da taşımaktadır. Olgun insan ise; kendisini ve diğerlerini tanıyan ve içinde bulunduğu dinamikleri tanıma eğiliminde olan insandır (Cüceloğlu, 2017). Bu sebeplerle evlilik öncesinde adayların birbirini tanıyarak olmaları, uyum düzeylerini tartıyor olmaları bakımından önem taşımaktadır. Bireyselliğin ön planda olduğu dönemde kişiler tercihlerini özgürce yapıyor görünseler de esasında içinde yaşadığı kültürel, sosyo-ekonomik yapıdan etkilenmektedirler (Sevim, 2018).

Eş seçiminde kızlar, erkeklere nazaran daha dikkatli ve seçici davranmaktadır. Bireylerin özenli davranmasına ilişkin bir diğer neden ise bu dönemde bireyler farkında olmaksızın benliklerini daha olumlu sunma eğilimine yönelmesidir. Bu süreçte; tecrübeler, önyargılar ve bilişsel yapı fikirleri etkilemektedir. Doğru bir seçim yapıp yapılmadığının bilinmesi mümkün değildir. Ancak geçmişten bugüne aktarılan metodoloji ile tahlillerin yapılıyor olması, tedbirlerin alınıyor olması mümkündür. İlişkilerde değer verilmesi gereken yalnızca eş adayının kendisi değil aynı zamanda eş adayıyla geliştirilen ilişkiye yüklenen anlamdır. İlişki yönetim becerisi, bireylerin mutlu evlilik sürdürmelerinde önemli bir faktör iken bu süreci belirleyen ise eş seçim dönemidir. Ancak mükemmel ve sorunsuz eş bulunmamaktadır. Bireyin idealindeki, hayalindeki eş ile evlenecek olmasına yönelik inancı gerçekçi olmayabilir. Evlilik öncesi eğitimlerle yapılacak şey ise rıza gösterilebilecek problemlerle yola çıkabilmektir. Problemlerin yaşanılacağı aşikâr ise mühim olan problemlere yönelik çözüm odaklı yaklaşım sergileyebilme becerisine sahip olmaktır. Zira birey, iletişim becerisine sahip değilse adaylar çeşitlilik gösterse de çatışmaların yaşanılıyor olması yüksek ihtimali barındırmaktadır (Yanık, 2016).

Yanık' göre (2016) eş seçiminde üç adımdan oluşan bir süreç bulunmaktadır. İlk süreç bireyin kendisini tanıyarak olmaları ikinci adım eş adayını tanımak ve son adım ise kişinin kendisi ve eş adayları arasında uyumun yoklanıyor olmasıdır. Benzerlik ve farklılıkları tespit etmenin yanında tercihte bulunan kişilerin durumu kabul edip etmeyeceği tercihinde bulunmak önem arz etmektedir. Ülkemizde kadınların ve erkeklerin %90'ı kendisine âşık olan kişiyle evlenmeyi istemektedirler. Adaylar birbirlerinin hassasiyetlerine dikkat ederek farkındalıkla hareket etmelidirler. Mümkün olduğunca iyi karar verilmek isteniyorsa uygunluk analizi ve sezgilerin tahliline bakılması gerekmektedir. Bu süreçte aklın ve duyguların oluru vermesi iyi karara mümkün mertebe yaklaştırmaktır. Yanık

(2016), bireyin evlilik öncesi kendisini tanıyan olmasını beş başlıkta ele almıştır. Bunlar; fiziki görünüş, zekâ tipi, kişilik, sosyal kimlik ve evliliğe yüklenen anlamdır. Eş seçim sürecinde rehberlik sunan Yanık, bu beş temel özelliği değerlendirirken de dört temel hususa dikkat çekmiştir. Bu hususlar; denklik, farkında oluş hali, benziyor olmak ve kişinin ayırt ediyor olma yetisine sahip olmasıdır. Kişilik değerlendirmelerinde ise iki önemli meseleyi ele almak gerektiğini savunmaktadır. Bunlardan ilki kişilik bozuklukları iken ikincisi ise kişilik özellikleridir.

Furman'a göre üniversite yıllarında yaşanan duygusal ilişkiler sonraki eş seçimi ve evlilik ilişkisini de etkilemektedir (Akt., Sezer, 2019). Önceki yıllarda eş seçim sürecinde aile büyükleri önemli rol oynarken görücü usulü gibi geleneksel tekniklerle bireylerin söz söyleme hakkı pek mümkün olmazken günümüzde bireylerin tercihleri ön planda tutulmaktadır. Bireyler hayatlarının en önemli tercihinden birini seçerken beklentileri değerlendirmek, dinamiklerini anlayabilmek adına süreci bilimsel perspektiften ele alması önem arz etmektedir (Bacanlı, 2001). Toplumlar tarafından kadına ve erkeğe tanımlanan sorumluluklar ve roller bireylerin eş seçimine ve evlilik algısına etki etmektedir. Uzmanlar; evlenecek olan bireyler arasında eğitim, inanç, kültür özelliklerinin benziyor olmasının ya da uyumlu olmasının sağlıklı bir evliliğe götüreceği fikrini savunmaktadır (Ünal vd., 2022). Eş adayları birbirlerini süreçte değiştirebileceklerini düşünüp sessiz kalıyor olmaları ise sağlıklı bir evliliğe gitme riskini taşımaktadır. Evlilikte inanç ve değerlerin ahenkli olmasıyla sağlıklı bir evlilik oluşturabilmektedir. Evlilikten beklentileri ifade etmek bireylerin birbirlerini tanıma sürecinde önemli bir veri oluşturmaktadır. Adayların birbiri ile sohbet edebiliyor olmaları da evlilik öncesi bakılması gereken faktörlerden biridir. (Cüceloğlu, 2017). Eş adayları arasında bulunan yaş farkının ilerleyen zamanda uyumsuzluk getirmesi de muhtemeldir (Payat, 2022). Eş seçimini etkileyen faktörler; yaş, fiziksel görünüm, eğitim-meslek, ekonomi, kişilik-karakter, kültür, aile yapısı, dini inanış ve siyasi görüş ve benzeri etmenlerdir (Altunkaynak, 2022).

Freud'a göre bireyler eş seçiminde 2-6 yaşlarında ödipal yaşayış şekline göre karar vermektedir. Erkekler, eş seçiminde çok sevdiği ve yakınlık duyduğu annesine benzeyen kadınla evlenmek isterlerken kadınlar ise; kendisine yakın hissettiği babalarına benzeyen erkekle evlenmek istemektedir. Freud'a göre bireylerin, kendilerinden yaşça büyük kadın ve erkekle evlenmek istemesinin sebeplerinden biri de budur (Akt., Özgü). Adler ise eş

seçiminde belirleyici olan etmenin başında insanların kendileri tamamlama eğilimleri olduğunu savunmaktadır. Bu bireyler eş adaylarından varoluşsal doğunluğuna destek aramakta, kendisini güçlü gösterecek eş tercihinde bulunmaktadır (Akt., zg). Doğum öncesinde anne ile ocuk ilişkisindeki bağlanma, kişinin tüm hayat evrelerinde karar verme süreçlerine etki etmektedir. Bahsi geçen bu süreçler; ebeveyn ocuk ilişkisi, romantik ilişkiler, iş, cinsel hayat, dini hayat ve benzeri etmenlerdir (Solmuş, 2010).

3. BÖLÜM: ALANDA YAPILAN ÇALIŞMALAR

3.1. Evlilik Öncesi Eğitimle İlgili Yapılan Çalışmalar

Evlilik öncesi eğitimin etkisine yönelik Kalkan (2002) tarafından 28 kişilik örneklemi olan deney yapılmıştır. Bu çalışmada 14 kişiye eğitim verilirken 14 kişiye eğitim verilmemiştir. Eğitim yapılmadan önce ve yapıldıktan sonra test uygulanmıştır. Çalışmanın bulgusu, eğitim alan kadın ve erkek örneklem grubunun evlilik uyum düzeyi manidar düzeyde artış olduğu yönündedir. Üniversite gençlerine yönelik yapılan araştırmalarda, gençlerin eş seçim sürecini kolaylaştırmak adına eğitim almalarını umdukları görülmektedir.

Sürerbiçer (2008) tarafından boşanmış bireylere yönelik yapılan çalışmada, bireylerin evlilik öncesinde eğitim almaları halinde evlilik sorunlarında azalma durumları sorulmuştur. Araştırmaya katılanların %40.2'si evet cevabını verirken %41.3'ü belki cevabını vermiştir. Araştırmanın diğer bir sorusu olan evlilik öncesi eğitimin, evliliği etkileme durumu sorulmuş %95.7'si olumlu etkilediği cevabını vermiştir. Katılımcıların %52.3'ü alınacak olan evlilik öncesi eğitimle evlilikte muhtemel yaşanılacak sorunlara ilişkin fikir vereceğini düşünmekte, %44.3'ü ise evlilik öncesi eğitimin problemlere yönelik farkındalık kazanılacağına inanmaktadır. Boşanma nedenlerinin evlilik öncesinde farkedilip edilmediği sorulmuştur. %55.4 oranın farkedildiği ancak objektif davranamadıkları ve duygusal hareket ettiklerini ifade etmişlerdir.

Duran ve Hamamcı tarafından yurt dışına ilişkin yapılan alanyazın taramasında evlilik öncesine ilişkin alınan eğitimlerle önleyici rehberlik sunulduğu, problemlere çözümçül bakış açısıyla bakılmasının sağlandığı ve ilişki doyum düzeylerinin yüksek olduğu ülkemizde ise kısıtlı sayıda çalışma yapıldığı sonucuna varılmıştır. Yine Duran ve Hamamcı tarafından 2010 yılında deneysel araştırma metoduyla bir çalışma yapılmıştır. Araştırmada deney grubunda romantik ilişkisi bulunan 9 çiftte 9 oturumdan oluşan evlilik öncesine özel ilişki geliştirme programı düzenlenmiştir. Çiftler 6 aylık izleme sürecine tabii tutulmuştur. Eğitim öncesinde ve sonrasında uygulanan test çalışmalarında alınan eğitimin, çiftlerin iletişim becerilerini anlamlı düzeyde etkilediği görülmüştür (Duran ve Hamamcı, 2010).

Kalkan ve Ersanlı tarafından 2008 yılında 15 deney grubu 15 kontrol grubundan oluşan bir araştırma yapılmıştır. Deney grubuna bilişsel-davranışçı yaklaşımla hazırlanan 9

haftalık, her oturumu 2.30 saatlik eğitim planlanmıştır. Eğitime katılan deney grubunun ve eğitim almayan kontrol grubunun değişimleri izlenmiştir. Sonuçta her iki grup arasında yapılan mukayesede evlilik öncesi eğitim alan deney grubunun evlilik uyum düzeylerinin anlamlı düzeyde arttığı bulgusuna varılmıştır.

Terzi ve Işık (2019) tarafından 10 kişi ile derinlemesine yapılan görüşmede evlilik öncesi eğitim ihtiyacına ilişkin soru sorulmuştur. Verilen cevaplar eğitim ihtiyacı, eğitim programı, kaynaklar ve eğitimin biçimi olmak üzere 4 kategoriye ayrılmıştır. Eğitim ihtiyaçlarının başında da; evlilik hayatına hazırlanmak, eş adaylarının birbirini tanınması ve önleyici eğitim gelmektedir.

Oltuluoğlu ve Kavak (2018) tarafından yapılan araştırmada 30 deney grubu 30 kontrol grubundan oluşan iki gruba ön test- son test uygulanmıştır. Deney grubuna ön test yapıldıktan sonra 13 haftadan oluşan eğitim verilmiştir. Kontrol grubu ön-test son test puanlarında anlamlı fark bulunmazken deney grubu eğitim öncesinde ve sonrasında yapılan test puanlarında manidar düzeyde farklılık bulunmuştur. Bulgular verilen eğitimin eş seçim sürecinde etkili olduğunu göstermektedir.

Kendal (2021) tarafından 1280 üniversite öğrencisinin katıldığı araştırmada evlilik yaş ortalamasına ilişkin görüş 26.29'dır. Çalışma grubunun %83'ü evlenmeyi düşünürken %53'ü evliliğe hazır olmadığını ifade etmiştir. %36'sı evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık olarak hazırlanabileceklerini düşünmektedir. %21'i evliliğin gerekli olduğunu düşünürken %40'ı geçmişe nazaran evliliğin önemini kaybettiğini ifade etmektedir.

Evlilik öncesi önleyici rehberlik sunan programların sayısı kısıtlıdır (Hamamcı vd., 2011). Hamamcı (2011) ve arkadaşları tarafından üniversite öğrencilerini uygulanan bir araştırmada evlilik öncesinde eğitim almak istedikleri sorulmuştur. Başlıca cevaplar ise; iletişim becerisi, problem çözme becerisi, ev ekonomisinin idaresi, akrabalarla ilişkiler, karar alma süreçleri benzeri başlıklardır. Bu çalışmalar evliliğin daha sağlıklı ilerlemesini ve sağlıklı ilişkilerin geliştirilmesini sağlamaktadır. Literatürde eğitimlerin verilmesi üzerinde pek çok eser bulunurken eğitimcilerin niteliği, tecrübeleri üzerinde pek durulmamaktadır (Kalkan, 2002).

3.2. Evlilik Kaygısı ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Akbaş ve arkadaşları tarafından (2019) 791 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada katılımcıların %59,9'u evlilikten korkmadığını ifade etmiştir. Aile yapısının bozulduğunu düşünen öğrenci oranı ise %67.3'tür. Araştırmaya katılan kadınları %63'ünün kadına yönelik şiddetin evliliğe olumsuz bakmalarına sebep olduğunu ifade etmiştir. Evlilikten korkan bireylerde anne- babanın mutluluğunun evlilik tutumunu anlamlı oranda etkilediği bulgular arasındadır. Ailede yaşanan sorunların %60,8'inin aile bireylerinin kötü alışkanlıklarının bulunduğu %60,70'inin ise ekonomik sebeplere dayandığı yönündedir. Yine aynı araştırmada katılımcıların büyük bir oranı, aile içi sorunların iç meseleler olduğunu (%60) söylerken daha azı (%40) kök sebep olarak dış faktörler olduğunu ifade etmişlerdir.

Sezer (2019) tarafından 390 bekar üniversite öğrencinin katılımıyla yapılan bir araştırmada öğrencilerin evlilik kaygı düzeyleri düşük bulunmuştur. Çalışmada evlilik öncesi kaygı ile mutlu olma talebi arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Yine bir başka bulguya göre evlilik öncesi kaygı puanlarında, romantik ilişki durumu ve cinsiyet kimliğine göre anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Netice itibarıyla araştırmada kadınların ve herhangi bir romantik ilişkisi olmayan kişilerin evlilik kaygı seviyelerinin daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Akın (2022) tarafından yapılan araştırmaya göre, evlilik öncesi kaygı puanlarında kardeşlerin boşanmış olma durumuna göre manidar düzeyde farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışma kapsamında babanın sağ olma değişkenleri ile kaygı arasında ilişkinin varlığına bakılmış ve evlilik kaygısının bir yordayıcısının da babanın hayatta olup olmadığı sonucuna varılmıştır. Araştırmanın bir bulgusu da psikolojik manada iyi olmayan bireylerin, iyi halde olan bireylere kıyasla kaygı seviyesinde anlamlı düzeyde farklılık olduğu yönündedir. Çalışmada, romantik ilişkisi olan bireylerin kaygı seviyelerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, depresyon riski ile kaygı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Akın'ın (2022) araştırmasına göre, evlilik kaygısını etkileyen faktörler arasında; yaşın ilerlemesi, depresyon eğilimleri, babanın yokluğu, ciddi bir romantik ilişkinin olmaması, kardeş sayısı ve sigara kullanım düzeyi yer almaktadır. Çalışmada evlilik kaygı düzeyinin öğrenim düzeyiyle pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. İlkokul-ortaokul düzeyindeki bireylerin kaygı seviyesi, lise ve üniversite seviyesine göre daha düşük olduğu görülmüştür. Ebeveyn ve

arkadaşlarının boşanma durumu evlilik öncesi kaygının yordayıcısı olmadığı sonucuna varılmıştır. Çalışmada romantik arkadaşlık durumunun evlilik kaygısının yordayıcısı olmadığı ancak ciddi düşünülen romantik ilişkinin yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir (Akın, 2022).

Koç (2007) tarafından 762 öğrencinin katılımıyla yapılan çalışmada öğrencilerin %78,7'si evliliğe olumlu anlam atfetmişlerdir. %21,3'ü ise olumsuz mana yüklemişlerdir. Olumsuz anlam yüklemelerinin temel sebepleri ise evliliğin gereksiz olduğu, hayatı monotonlaştırdığı ve kâğıt üzerinde bir imzadan ibaret olduğu yönündedir. Olumlu anlam yükleyenler ise evliliği; kaliteli birliktelik, bağlılık, mutlu olmanın temel sebebi ve karşılıklı anlayış olduğunu yönünde kabulüdür. Çalışmada akademik eğitim seviyesi yüksek olan bireylerin evliliğe daha olumsuz bakarken akademik eğitim düzeyi düşük olan bireylerin evliliğe daha olumlu baktığı sonucuna varılmıştır.

Sönmez (2022) tarafından yapılan çalışmada 18-29 yaş aralığında Ankara'da ikamet eden 848 katılımcıya ulaşılmıştır. Araştırmada anne-babası sağ ve mutlu olan kişilerin evliliğe yönelik tutumları daha olumludur ve anne-babası boşanmış veya ayrı yaşayan bireylere göre evlilik kaygı düzeyleri daha düşüktür. Çalışmanın diğer bir bulgusu ise anne-baba ilişkisini çatışmalı olarak değerlendiren katılımcıların kaygı düzeyleri, anne-baba ilişki düzeyleri mutlu olarak değerlendirenlere göre daha yüksektir. Evliliğe yönelik olumlu tutum ile evlilik kaygı seviyesi arasında negatif yönde ilişki bulunmaktadır.

Araştırmalar; kaygı düzeyi ile eğitim seviyesi, ebeveynlerin tutumları, bireylerin problem çözme yaklaşımları ve becerileri, sosyo-ekonomik düzey ve benlik saygısı arasında anlamlı ve kayda değer ilişkiler olduğunu göstermektedir. Bu faktörlerin her biri, bireyin kaygı düzeyini farklı şekillerde etkileyebilmektedir ve bu etkilerin incelenmesi, kaygıyı yönetme ve azaltma stratejilerinin geliştirilmesi açısından önem taşımaktadır. Yine kaygı ile olumsuz düşünceler, umutsuzluk, gerçekçi olmayan inançlar arasında da manidar ilişkinin olduğu görülmektedir (Sönmez, 2022).

Kışlak ve Çavuşoğlu'nun araştırması; kaygılı, güvenli, kayıtsız ve saplantılı bağlanma arasında önemli bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgu, bireylerin ilişkilerdeki bağlanma tarzlarının psikolojik durumlarına etkisini vurgulamaktadır. Araştırma sonuçları; bağlanma tarzlarının kişilerin kaygı düzeyi, güven duygusu, kayıtsızlık ve saplantı gibi duygusal ve davranışsal özellikleri üzerinde belirleyici bir rol oynadığını

göstermektedir. Çalışmanın diğer bir bulgusu kaygılı bağlanma stilindeki çiftlerin evlilik uyumunda da problemlerin olduğu yönündedir (Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Güler (2021) tarafından yapılan araştırmada bireylerin evliliğe ilişkin beklenti düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı boyutta bir fark olduğu; çalışmaya katılan erkeklerin, evliliğe ilişkin olumsuz anlam yükleme meylinin kadınlara nazaran daha yatkın olduğu sonucuna varılmıştır. Kışlak ve Çavuşoğlu'nun yaptığı araştırma, evliliğe yüklenen anlam ile evlilik kaygı puanları arasında cinsiyete göre farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Araştırmada; ilişkisi olmayan bireylerin, ilişkisi olan bireylere nazaran evlilik kaygı puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, ilişkilerin ve evliliğin bireyler üzerindeki psikolojik etkilerinin önemini vurgulamaktadır. İlişkisi olmayan bireylerin evlilik konusundaki endişelerinin, ilişkisi olan bireylere göre daha fazla olması; ilişki durumunun evlilik kaygısı üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır. Bu bulgular, bireylerin ilişki ve evlilikle ilgili duygusal ve psikolojik deneyimlerini anlamak ve desteklemek için önemli bir referans oluşturmaktadır. İlişkisi olmayan katılımcılar, ilişkisi olan katılımcılara mukayeseli evliliğe yükledikleri anlam daha düşüktür.

Ünal ve arkadaşları tarafından 2022 yılında 343 kadın örneklem grubuyla yapılan araştırmada evlilik kaygısının bir başka yordayısı, hamilelik öncesi doğum korkusu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın bir diğer bulgusu ise gelir seviyesi fazla olan kadınların, gelir seviyesi düşük olan kadınlara nazaran evlilik öncesi daha az kaygı duydukları yönündedir. Yine kadınların romantik ilişki yaşıyor olma durumları ile kaygı arasında negatif yönde ilişki olduğu bulgular arasındadır. Araştırma kapsamında evlilik kaygısına yordayıcı unsurlar; doğum ve hamilelik hakkında bilgi, romantik ilişki düzeyi ve süresi olduğu sonucuna varılmıştır. Eğitim düzeyi ve yaş unsurlarının evlilik kaygısı ile ilişkisi olmadığı sonucuna varılmıştır (Ünal vd., 2022).

4. BÖLÜM: YÖNTEM

4.1. Yöntem ve Teknikler

Bu bölümde araştırmaya ilişkin; araştırma süreci, veri toplama araçları, araştırmanın modeli, çalışma grubu ve toplanan verilerin analiz bilgileri bulunmaktadır.

Araştırma kapsamında elde edilen veriler SPSS 22 paket programında analiz edilmiştir. Tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerden frekans, ortalama, standart sapma, yüzdeliklerle hesaplamalar yapılmıştır.

İki grup arasındaki karşılaştırmalarda normal dağılıma sahip parametreler için bağımsız örneklem t-testi, üç veya daha fazla grup arasındaki karşılaştırmalarda ise tek yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Sonuçlar $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde ve %95 güven aralığında değerlendirilmiştir.

4.2. Araştırma Modeli

Bu araştırmada, daha önce evlenmemiş bireylerin evlilik kaygısı ile evlilik öncesi eğitim algısı arasındaki ilişki nicel araştırma yöntemi ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

4.3. Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmada, daha önce evlenmemiş genç yetişkin grubu kapsayan 25 yaş ve üstü bekar bireylerin evlilik kaygı düzeyi ile evlilik öncesi eğitim algısı arasındaki ilişki incelenmiştir.

Çalışma grubu; daha önce evlenmemiş 25 yaş ve üstü genç yetişkin 330 kadın ve 64 erkek olmak üzere toplamda 394 kişiden oluşmaktadır.

4.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, bekar bireylerin evlilikle ilgili kaygı düzeylerini değerlendirmek amacıyla kullanılan ölçek, Çelik ve Erkilet (2019) tarafından geliştirilmiş olan Evlilik Kaygısı Ölçeği (EKÖ)'dir. Evlilik öncesi eğitim algısını ölçmek için Akın ve Çiçek (2020) tarafından geliştirilen Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği kullanılmıştır. Evlilik kaygı düzeyi ile evlilik öncesi eğitim algısı arasındaki ilişki düzeyine ilişkin demografik açıklayıcı değişkenler ve yakın çevre evliliğine ilişkin açıklayıcı değişkenler kullanılmıştır. Veri toplama araçları ile evlilik öncesi kaygı düzeyi ve evlilik öncesi

eğitim algısı ölçekleri, demografik açıklayıcı değişkenler ve yakın çevre evliliğine ilişkin açıklayıcı değişkenler arasındaki ilişki düzeyleri incelenmiştir.

4.5. Yapılan İşlemler

Sahada yapılan uygulamaların gözlemi, konu seçiminde etkili olmuştur. Literatürde yapılan çalışmalar analiz edilmiştir. İhtiyaç doğrultusunda var olan bilimsel geçerliği olan ölçekler incelenmiştir. Yapılan çalışmalar analiz edilerek demografik değişkenler ve açıklayıcı değişkenlere ilişkin maddeler hazırlanmıştır. Çalışma verileri Google Form üzerinden online ortamda toplanmıştır. Veri toplama sürecinde katılımcıların kimliklerini belli edecek kişisel bilgiler alınmamıştır. Çalışmada kişisel verilerin korunmasına ilişkin taahhüt verilmiştir. Verilerin toplanma süreci 5 ayı kapsamaktadır. Araştırma sürecinde, örneklem grubuna Kartopu Örneklem Tekniği ile ulaşılmıştır. Araştırma kapsamında 431 kişiye ulaşılmıştır. Çalışma grubundan 37 kişinin evli olması ile çıkarılmış ve analize 394 kişinin vermiş olduğu cevaplarla devam edilmiştir. 394 kişinin vermiş olduğu cevaplarda hiçbir maddede kayıp veri bulunmamaktadır.

Verilerin analizi SPSS 22 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada; Bağımsız Gruplar t-Testi, Anova, Pearson Korelasyon ve Regresyon analizleri yapılmıştır. Hangi gruplar arasında farklılık olduğunu tespit etmek amacıyla Post-Hoc Scheffe testi ve LSD testi uygulanmıştır.

4.6. Sosyodemografik Veri Formu

Araştırmaya katılan katılımcılara yöneltilen sosyodemografik veri formu; cinsiyet, ekonomik durum, yaş, akademik eğitim seviyesi, daha önce evlilik öncesi eğitim alma durumu hakkında bilgi almak ve değişkenler arasında ilişkiyi analiz etmek amacıyla oluşturulmuştur.

4.7. Yakın Çevre Evliliğine İlişkin Açıklayıcı Değişkenler Formu

Araştırmaya katılan katılımcılara yöneltilen yakın çevre evliliğine ilişkin açıklayıcı değişkenler formu; anne-babanın medeni hali, katılımcılara göre anne-baba evliliğine ilişkin tanımları, yakın çevre boşanma durumu değişkenleri arasında farklılığı analiz etmek amacıyla oluşturulmuştur.

4.8. Evlilik Kaygısı Ölçeği

Çelik ve Erkilet (2019) tarafından yılında geliştirilen Evlilik Kaygısı Ölçeği, 13 maddeden oluşmaktadır. Bireylerin evliliğe ilişkin kaygılarını ölçmektedir. Tamamen katılıyorum (4), katılıyorum (3), katılmıyorum (2) ve kesinlikle katılmıyorum (1) derecelendirmesi ise 4'lü likert tipi ölçektir. Ters kodlanan madde yoktur. Ölçek geliştirme sürecinde toplamda 369 kişiye ulaşılmıştır. Bunların 264 tanesinin cinsiyeti kadın, 135'i erkektir. Geçerlik ve güvenirliği test edilen çalışmada açımlayıcı faktör analizi neticesinde toplam varyans %55.58'ini açıkladığı görülmekte ve tek boyutlu 13 maddeden oluşmaktadır. KMO katsayısı .95'tür. Faktör yükleri .72 - .79 aralığında ve düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayıları .66 ile .74 aralığında sıralanmaktadır. Cronbach alfa iç tutarlık güvenirlik katsayısı .93 olduğu sonucuna varılmıştır. Bu çalışmada ise psikometrik analiz tekrar test edilmiştir. Cronbach alfa iç tutarlık güvenirlik katsayısı .92 ve KMO katsayısı .92'dir. Faktör yükleri .53 - .61 aralığında, açımlayıcı faktör analizi neticesinde toplam varyans %53.82'ini açıkladığı görülmektedir.

4.9. Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği

Akın ve Çiçek (2020) tarafından geliştirilen Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği 20 maddeden oluşmaktadır. Bireylerin evlilik öncesinde evliliğe ilişkin algılarını ölçmektedir. Ölçek geliştirme sürecinde toplamda 205 kişiye ulaşılmıştır. Bunların 136 tanesinin cinsiyeti kadın, 69'u erkektir. Geçerlik ve güvenirliği test edilen çalışmada açımlayıcı faktör analizi neticesinde toplam varyans %54.09'ini açıklayan öz-değeri 10,81'dir ve tek boyutlu 20 maddeden oluşmaktadır. KMO katsayısı .94'tür. Faktör yükleri .31 - .87 aralığında ve düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayıları .29 ile .84 aralığında sıralanmaktadır. Cronbach alfa iç tutarlık güvenirlik katsayısı .95 olduğu sonucuna varılmıştır. Bu çalışmada ise psikometrik analiz tekrar test edilmiştir. KMO katsayısı .95 ve Cronbach alfa iç tutarlık güvenirlik katsayısı .95'tir. Faktör yükleri .58 - .67 aralığında ve açımlayıcı faktör analizi neticesinde toplam varyans %58.65'ini açıkladığı görülmektedir.

4.10. Verilerin Analizi

Veri analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Analiz sürecinde elde edilen sonuçlar, %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Öncelikle verilerin normalliği analiz edilmiştir. Analizin normale yakın kabul edilmesi için elde edilen veriler %5 anlamlılık düzeyinde ve +1,5 ve -1,5 arasında olması gerekmektedir (Tabachnick and Fidell, 2013). Analiz sonucunda, tablo 1’de görüldüğü üzere ölçek puanlarının çarpıklık (,660 /-1,126) ve basıklık (-,203 / 1,316) değerlerinin -1,5 ile +1,5 arasında olduğu tespit edilmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin normal olmasıyla parametrik testler yapılmıştır. 2 gruplu değişkene sahip maddelerde t-Testi 3 ve daha fazla gruplarda ise ANOVA testi kullanılmıştır. Gruplar arasında değişkenler arasındaki farklılıklar için Post-Hoc Scheffe testi uygulanmıştır. Ölçekler arasında ilişkiyi analiz etmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi tercih edilmiştir.

5. BÖLÜM BULGULAR

5.1. Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanları ve Evlilik Öncesi Kaygı Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Evlilik öncesi eğitim algısı ve evlilik öncesi kaygı arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Person Korelasyon Analizi uygulanmıştır.

5.2. Normallik Durum İstatistik Testi

Tablo 1

Evlilik Öncesi Eğitim Algı Ölçeği ve Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Normallik Durum Tablosu

	N	Ortalama	SD	Çarpıklık	Basıklık
Evlilik Öncesi Kaygı	394	25,269	9,398	,660	-,203
Evlilik Öncesi Eğitim Algısı	394	81,319	14,769	-1,126	1,316

İstatistikte verilerin normal dağılım gösterip göstermediği, çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) analiziyle değerlendirilmektedir. Analizin normale yakın kabul edilmesi için elde edilen veriler %5 anlamlılık düzeyinde ve +1,5 ve -1,5 arasında olması gerekmektedir (Tabachnick and Fidell, 2013). Eğer bu değerler pozitif ise, veriler sağa çarpıktır; negatif ise sola çarpıktır. Tablo 1’de Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği ve Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği ortalama ve SD değerleri ile çarpıklık-basıklık değerleri verilmiştir. Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği için ortalama= 25,26 ve SD= 9,39, çarpıklık= ,66 ve basıklık= -,203 olarak hesaplanmıştır. Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği için ortalama= 81,31 ve SD= 14,76, çarpıklık=-1,126 ve basıklık=1,316 olarak hesaplanmıştır. Tablo 2’de görüldüğü üzere çalışmada elde edilen verilerin +1,5 ile -1,5 arasında olması normal dağılım olduğunu göstermektedir.

5.3. Evlilik Öncesi Kaygı ile Evlilik Öncesi Eğitim Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Evlilik Öncesi Kaygı ile Evlilik Öncesi Eğitim Algısı değişkenlerinin ilişkisi, Pearson Korelasyon Analiz tekniği kullanılarak incelenmiştir.

Tablo 2

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı ve Evlilik Öncesi Kaygı Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu

	Pearson r	-,146**
Evlilik Öncesi Kaygı	P	,004
	N	394

Not: Korelasyon $p < 0,01$ düzeyinde anlamlıdır.

Elde edilen sonuçlar Tablo 2'de sunulmuştur. Evlilik öncesi eğitim algısı ile evlilik öncesi kaygı arasında istatistiksel olarak negatif yönde bir ilişki olduğu ($p < .001$) tespit edilmiştir. Elde edilen değer pozitif değişkenler arasında olması halinde doğrusal bir ilişki olduğu, negatif değer olması halinde ise ters yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Evlilik öncesi eğitim algısı ve evlilik öncesi kaygı arasında değişkenlerinin korelasyon analizinde $r = -,146$ sonucuna ulaşılmıştır. Yani bu analizde ölçeğe katılan yetişkin gençlerin evlilik öncesi eğitim algı oranı arttıkça evlilik kaygı oranı düşmekte olduğu sonucuna varılmaktadır.

Tablo 3

Evlilik Öncesi Kaygı ile Evlilik Öncesi Eğitim Değişkenlerine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R²	Düzeltilmiş R²	RMSE	F	Sd	B	p
Model	,146	,021	,019	9,309	1,415	0,004	-,093	,000

Evlilik öncesi kaygının, evlilik öncesi eğitimi yordama durumu incelenmiştir. Buna ilişkin regresyon analiz sonucu tablo 3'te yer almaktadır. Evlilik öncesi kaygı, evlilik öncesi eğitimi anlamlı düzeyde ($R = ,146$ $R^2 = ,021$) yordadığı ($p < .001$) bulgusuna erişilmiştir. Katılımcıların evlilik öncesi kaygı düzeyini, evlilik öncesi eğitim algısı %2.1 düzeyinde açıklamaktadır. Değişkenler arasında regresyonun yönü ise negatiftir ($B = -,093$).

5.4. Açıklayıcı Değişkenlere Dair Bulgular

Tablo 4

Evlilik Öncesi Kaygı Puanları ve Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması t- Testi Tablosu

	Cinsiyet	n	x	ss	t	p
Evlilik Öncesi Kaygı	Kadın	330	25,563	9,454	1,415	,158
	Erkek	64	23,750	9,023		
Evlilik Öncesi Eğitim Algısı	Kadın	330	83,330	12,709	4,842	,000
	Erkek	64	70,953	19,669		

Tablo 4 incelendiğinde evlilik öncesi kaygı puanlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde ($p>0.05$) farklılık olmadığı ($,158$) sonucuna ulaşılmıştır. Yine tablo 4'te görüldüğü üzere evlilik öncesi eğitim algı puanlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık ($,000$) olduğu görülmektedir.

Tablo 5

Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Açısından Yaş Grup Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu

	N	x	ss
25-28 yaş	240	24,875	9,117
29-32 yaş	86	24,302	9,624
33 yaş ve üstü	68	27,882	9,768
Toplam	394	25,269	9,398

Katılımcılara yaşlarına ilişkin sorulan soruda; 25-28 yaş, 29-32 yaş ve 33 yaş ve üstü olmak üzere üç alt kategori yer almaktadır.

Tablo 6*Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Puanlarının Yaş Grupları Durumuna İlişkin Anova Tablosu*

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	582,034	2	291,017	3,334	,037
Grup İçi	34133,448	391	87,298		
Toplam	34715,482	393			

Tablo 6 incelendiğinde evlilik öncesi kaygı puanlarında yaş durumuna göre anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık ($,037$) olduğu sonucuna varılmıştır.

Tablo 7*Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Puanlarının Yaş Grupları Durumuna İlişkin Post Hoc LSD Testi*

(I) Yaş	(J) Yaş	Ortalama Farkları (I-J)	Sh	p
25-28 yaş	33 yaş ve üstü	-3,000*	3,33	,037
29-32 yaş	33 yaş ve üstü	-3,580*		

Tablo 7’de evlilik öncesi kaygı ölçek puanlarında yaş grupları karşılaştırıldığında 25-28 yaş ile 33 yaş ve üstünün anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık (-3,580) bulunduğu, 29-32 yaş grubu ile 33 yaş ve üstünün ise anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık (-3,580) olduğu görülmektedir.

Tablo 8*Evlilik Öncesi Eğitim Algı Ölçeği Açısından Yaş Grup Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu*

	N	x	ss
25-28 yaş	240	80,600	14,830
29-32 yaş	86	84,418	13,046
33 yaş ve üstü	68	79,941	16,215
Toplam	394	81,319	14,769

Katılımcılara yaşlarına ilişkin sorulan soruda; 25-28 yaş, 29-32 yaş ve 33 yaş ve üstü olmak üzere üç alt kategori yer almaktadır.

Tablo 9*Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği Puanlarının Yaş Durumuna İlişkin Anova Tablosu*

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	1079,411	2	539,705	2,493	,084
Grup İçi	84654,29	391	216,507		
Toplam	205,417	393			

Tablo 9'a göre evlilik öncesi eğitim algı puanlarında yaş durumuna göre anlamlı düzeyde ($p<0.05$) fark olmadığı ($,084$) görülmektedir.

Tablo 10*Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanları ve Evlilik Öncesi Kaygı Puanlarının Romantik İlişki Duruma Göre Karşılaştırılması t- Testi Tablosu*

	Medeni Durum	N	x	ss	t	p
Evlilik Öncesi Kaygı	Romantik İlişkisi Yok	366	25,898	9,378	8,907	,000
	Romantik İlişkisi Var	28	17,035	4,582		
Evlilik Öncesi Eğitim Algısı	Romantik İlişkisi Yok	366	80,978	14,990	-1,664	,097
	Romantik İlişkisi Var	28	85,785	10,737		

Katılımcılara romantik ilişki durumuna ilişkin yöneltilen soruda; romantik ilişkisi var ve romantik ilişkisi yok olmak üzere iki alt grubu bulunmaktadır. Tablo 10 incelendiğinde evlilik öncesi kaygı puanlarında bireyin romantik ilişkisinin bulunmasına göre farklılığın ($,000$) anlamlı düzeyde ($p<0.05$) olduğu görülmektedir. Araştırmada romantik ilişkisi olmayan bireylerin, romantik ilişkisi olan bireylere göre evlilik öncesi kaygı seviyesinin daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır. Bu tablo romantik ilişkisi olan bireylerin romantik ilişkisi olmayan bireylere göre evlilik kaygı seviyelerinin daha düşük olduğunu göstermektedir.

Evlilik öncesi eğitim algı puanlarında romantik ilişkisi yok-romantik ilişkisi var değişkenlerine göre incelendiğinde ise aralarında anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık ($,097$) olmadığı görülmektedir.

Tablo 11

Evlilik Öncesi Eğitim Algı Ölçeği Açısından Ekonomik Düzey Grup Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu

	N	x	ss
Düşük	56	79,892	17,334
Orta	298	82,305	13,936
Yüksek	40	75,975	15,991
Toplam	394	81,319	14,769

Katılımcıların ekonomik düzeyine ilişkin sorulan soruda; düşük, orta ve yüksek olmak üzere üç alt kategori yer almaktadır.

Tablo 12

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği Puanlarının Ekonomik Duruma İlişkin Anova Tablosu

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	1546,162	2	773,081	3,590	,028
Grup İçi	84187,544	391	215,313		
Toplam	85733,706	393			

Tablo 12'ye göre evlilik öncesi eğitim algı puanlarında ekonomik durumuna göre anlamlı düzeyde ($p < 0.05$) fark olduğu ($,028$) görülmektedir.

Tablo 13

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği Puanlarının Ekonomik Düzeye İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi

(I) Ekonomik Durum	(J) Ekonomik Durum	Ortalama Farkları (I-J)	Sh	p
Orta	Yüksek	6,330*	2,470	,039

Tablo 13'te evlilik öncesi eğitim algı ölçek puanında eğitim grupları karşılaştırıldığında orta düzey ile yüksek düzey gruplar arasındaki ortalama farkın (6,330) anlamlı olduğu ($p<.05$) görülmektedir. Düşük düzey grup ile diğer gruplar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 14

Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanları ve Evlilik Öncesi Kaygı Puanlarının Evlilik Öncesi Eğitim Alma Değişkenine Göre Karşılaştırılması t- Testi Tablosu

	Evlilik öncesi eğitim alma durumu	n	x	ss	t	p
Evlilik Öncesi Kaygı	Evet, aldım	120	24,433	9,658	-1,169	,243
	Hayır, almadım	274	25,635	9,276		
Evlilik Öncesi Eğitim Algısı	Evet, aldım	120	87,100	10,079	6,276	,000
	Hayır, almadım	274	78,788	15,768		

Katılımcıların evlilik öncesi eğitim alma durumuna ilişkin yöneltilen soruda, evet aldım ve hayır almadan olmak üzere iki kategori bulunmaktadır. Tablo 14 incelendiğinde evlilik öncesi eğitim algı puanlarında daha önce eğitim alıp almama değişkenleri incelendiğinde aralarında anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık olduğu ($,000$) görülmektedir. Evlilik öncesi eğitim algısında; daha önce eğitim alan kişiler, almayan kişilere göre daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Evlilik öncesi kaygı puanları ile bireyin daha önce evlilik öncesi eğitim alma durumu arasında anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık olmadığı ($,234$) sonucuna ulaşılmıştır.

5.5. Yakın Çevre Evlilikleri Değişkenine Dair Bulgular

Tablo 15

Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeğinin Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Düzeyine İlişkin Betimsel İstatistik Tablosu

	N	x	SS
Sık sık	53	28,884	10,367
Orta	274	24,952	9,111
Hiç	67	23,850	9,282
Total	393	25,285	9,405

Katılımcılara yakın çevrede boşanan çiftlerle karşılaşma düzeylerine ilişkin sorulan soruda; sık sık, orta ve hiç olmak üzere üç alt kategori yer almaktadır.

Tablo 16

Evlilik Öncesi Kaygı Açısından Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Düzeyine İlişkin Anova Tablosu

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	841,883	2	420,942	4,852	,008
Grup İçi	33834,198	390	86,754		
Toplam	34676,081	392			

Tablo 16'ya göre evlilik öncesi kaygı puanlarında yakın çevre boşanan çiftlerle karşılaşma düzeyi arasında ilişki durumuna göre anlamlı düzeyde ($p < 0.05$) fark ($,008$) olduğu sonucuna varılmıştır. Yakın çevresinde boşanan bireylerle sık sık karşılaşan bireylerin, diğer düzeydeki bireylere göre evlilik öncesi kaygı seviyenin daha yüksek seviyede bulunduğu sonucuna varılmıştır.

Tablo 17

Evlilik Öncesi Kaygısı Açısından Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Düzeyine İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi

(I) Yakın çevrenizde boşanan çiftlerle karşılaşma düzeyi	(J) Yakın çevrenizde boşanan çiftlerle karşılaşma düzeyi	Ortalama Farkları (I-J)	Sh	p
Sık sık	Orta	3,932*	1,408	,021
Sık sık	Hiç	5,033*	1,721	,015

Tablo 17’de evlilik öncesi kaygı ölçek puanı ile yakın çevrede boşanan çiftlerle karşılaşan gruplar arası mukayese edildiğinde sık sık ile orta cevabını veren gruplar arasındaki ortalama farkın (3,932) anlamlı olduğu ($p<.05$); sık sık ile hiç cevabını veren gruplara arasındaki farkında anlamlı düzeyde ($p<.05$) fark (5,033) bulunduğu görülmektedir.

Tablo 18

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeğini Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Değişkenini Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu

	N	X	SD
Sık sık	53	81,750	16,432
Orta	274	81,375	14,824
Hiç	67	80,582	13,363
Total	393	81,290	14,776

Katılımcılara yakın çevrede boşanan çiftlerle karşılaşma düzeylerine ilişkin sorulan soruda; sık sık, orta ve hiç olmak üzere üç alt kategori yer almaktadır.

Tablo 19

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Açısından Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Düzeyine İlişkin Anova Tablosu

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	46,602	2	23,301	,106	,899
Grup İçi	85550,330	390	219,360		
Toplam	85596,931	392			

Tablo 19'a göre evlilik öncesi eğitim algı puanlarının yakın çevre boşanan çiftlerle karşılaşma düzeyi arasında ilişki durumuna göre anlamlı düzeyde ($p<0.05$) fark olmadığı ($,899$) görülmüştür.

Tablo 20

Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu

	N	x	ss
Mutlu çift	107	22,523	8,091
Mutsuz çift	76	29,250	10,450
Orta halli anlaşılan çift	185	25,432	9,238
Boşandılar	26	23,769	8,500
Toplam	394	25,269	9,398

Katılımcılara ebeveynlerinin evlilik ilişkilerini nasıl tanımadıklarına ilişkin sorulan soruda dört alt kategori yer almaktadır. Bunlar; mutlu çift, mutsuz çift, orta halli anlaşılan çift ve boşanmış olan çifttir.

Tablo 21

Evlilik Öncesi Kaygı Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Tablosu

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	2074,520	3	691,507	8,262	,000
Grup İçi	32640,962	390	83,695		
Toplam	34715,482	393			

Tablo 21'a göre evlilik öncesi kaygı puanlarının anne-baba evlilik tanımlama durumu arasında ilişki durumuna göre anlamlı düzeyde ($p<0.05$) fark ($,000$) bulunmaktadır.

Tablo 22

Evlilik Öncesi Kaygı Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi

(I) Anne-baba evlilik tanımlaması	(J) Anne-baba evlilik tanımlaması	Ortalama Farkları (I-J)	Sh.	p
Mutlu çift	Mutsuz çift	-6,726*	1,372	,000
Orta halli anlaşılan çift	Mutsuz çift	-3,817*	1,246	,026

Tablo 22’de evlilik öncesi kaygısı ölçek puanı anne-babanın evlilik tanımlamasına cevap veren gruplar mukayese edildiğinde mutlu çift ile mutsuz çift cevabını veren gruplar arasındaki ortalama farkın (-6,726) anlamlı olduğu ($p<.05$); orta halli anlaşılan çift ile mutsuz çift cevabını veren gruplara arasındaki farkın da (-3,817) anlamlı düzeyde ($p<.05$) fark bulunduğu görülmektedir.

Tablo 23

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Betimsel İstatistik Tablosu

	N	x	ss
Mutlu çift	107	79,906	15,664
Mutsuz çift	76	81,328	13,180
Orta halli anlaşılan çift	185	82,454	14,483
Boşandılar	26	79,038	17,330
Toplam	394	81,319	14,769

Katılımcılara ebeveynlerinin evlilik ilişkilerini nasıl tanımadıklarına ilişkin sorulan soruda; mutlu çift, mutsuz çift, orta halli anlaşılan çift ve boşanmış olan çift olmak üzere dört alt kategori yer almaktadır.

Tablo 24

Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Açısından Anne-Babanın Evlilik Tanımlaması Farklı Olan Katılımcı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Tablosu

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar Arası	587,043	3	195,681	,896	,443
Grup İçi	85146,663	390	218,325		
Toplam	85733,706	393			

Tablo 24'e göre evlilik öncesi eğitim algı puanlarının anne-baba evlilik tanımlaması arasında ilişki durumuna göre anlamlı düzeyde ($p < 0.05$ şartı sağlanamadığından) fark (,443) bulunmamaktadır.

TARTIşMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sonucunda elde edilen analizler değerlendirilmiş ve yorumlanmıştır. Bulgular yazılmıştır. Bu araştırma bekar bireylerin evlilik kaygısı ile evlilik öncesi eğitim algısı arasındaki ilişkiyi saptamak ve ölçme araçlarının yanı sıra sosyodemografik değişkenler, ilişki düzeyine ilişkin demografik açıklayıcı değişkenler ve yakın çevre evliliğine ilişkin açıklayıcı değişkenler arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla yapılmıştır.

Bu bölümde; evlilik öncesi eğitim algısı ile evlilik kaygısına ilişkin bulgular, ilgili literatür verileri ile mukayese edilerek tartışılmıştır.

Evlilik Öncesi Kaygı Puanları ve Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanlarının İlişkisinin İncelenmesi

Alanyazında evlilik öncesi kaygı ve evlilik öncesi eğitime yönelik kısıtlı çalışma bulunduğu görülmektedir. Evlilik öncesi eğitim algısına ilişkin ölçek geliştirme çalışması haricinde araştırmaya rastlanılmamıştır.

Araştırmamızda evlilik öncesi eğitim algısı ile evlilik kaygısı arasında koreleasyon analizi sonucunda ters yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yani evlilik öncesi eğitim almaya olumlu bakan bireylerin evlilik kaygı seviyelerinin düşük olduğu görülmektedir. Yapılan regresyon analizi ile evlilik öncesi kaygının, evlilik öncesi eğitim algısını ne düzeyde yordadığı incelenmiştir. Katılımcıların evlilik öncesi kaygı düzeyini, evlilik öncesi eğitim algısı %2.1 düzeyinde açıklamaktadır.

Evlilik kaygısı güden bireyler, evlilik söz konusu olduğunda konudan uzaklaşabilmektedir (Sönmez, 2022). Burger (2016), Cüceloğlu (2019) ve Geçtan'a (2017) göre birey kaygılı olması halinde içinde bulunduğu durumdan kaçmak amacıyla savunma mekanizmaları geliştirmektedir. Bu mekanizmalar arasında birey kaygı duyduğu duruma yönelik kaçınmacı tutum sergileyebilmektedir. Evlilik kaygısı yaşayan bireyler arasında farklılık görülse de kaygı savunma mekanizmalarından; bastırma, inkâr, karşıt tepki oluşturma, yadsıma vb. davranışlarında bulundukları düşünülmektedir (Cüceloğlu, 2019 ve Geçtan, 2017). Bu bilgiler ışığında araştırmada evlilik kaygısı- evlilik öncesi eğitim algısı ters yönde ilişki olması birey kaygısını kabul edememe ya da kaygısı ile yüzleşmekten çekinme nedeniyle evlilik öncesi eğitim almaya yakınlık duymadığı düşünülebilir. Evlilik öncesi eğitimlerin sayısı kısıtlıyken (Hamamcı vd.

2011) bireylerin kaygı düzeylerinin artmasıyla evlilik öncesi eğitimden uzaklaşacağı düşünülebilir.

Sürerbiçer (2008) tarafından yapılan çalışmada evlilik öncesi eğitimin evliliği etkileme oranına %96.7'si olumlu cevap vermiştir. Araştırma sonucunun bu denli yüksek oranda çıkması evlilik öncesi eğitimin önleyici rehberlik sunduğu düşünülebilir. Sezer (2019) tarafından yapılan çalışmada evlilik kaygısı ile mutlu, umutlu olması arasında negatif ilişki bulunmuştur. Geçtan, (1994) kaygının yüksek düzeyde yaşanıyor olmasıyla bireyde gerginlik oluştuğunu ve karar verme sürecinde de emin adımlarla yaklaşamadığını, karar alma sürecinde zorluk yaşadığını ifade etmektedir. Bu veriler ışığında evlilik kaygısı yüksek olan bireyin evliliğe ve evliliğe ilişkin bilişsel hazırlıklara adım atmada çekingen tutum sergileyebileceği söylenebilir.

Evlilik Öncesi Kaygı Puanları ve Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi

Sosyal ve aile ilişkilerinde kadınların erkeklere nazaran daha fazla duygusal yaklaşıyor olabilmeleri ortamın getirmiş olduğu stres ve kaygıya daha fazla maruz kalmasına neden olabilmektedir. Kadına yüklenen toplumsal cinsiyet rolleri bu durumu tetikleyebilmektedir. Aynı zamanda toplum nezdinde kadınların yalnız kalması veya boşanmış olmasına yüklenen anlam, erkeklere nazaran daha baskın olması kaygı seviyelerini artırabilmektedir (Çömlekçi, 2021). 25 yaş ve üstü özellikle kadınların bekar kalmaları toplum nezdinde evlilik beklentisini artırdığı düşünülmektedir. Kadın yaşının ilerlemesiyle birlikte çocuk sahibi olma durumunun zorlaşıyor olması toplumun bu tutumunu tetikleyebilmektedir (Avcı, 2023). Evlilik öncesinde farkındalığın ve bilincin artırılması problemler yaşanmadan önlemeye yönelik tedbir niteliğini taşıyabilmektedir (Alpaydın, 2012). Tablo 4'te görüldüğü üzere evlilik öncesi eğitim algı puanları ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde farklılık ($p<0.05$) olduğu görülmektedir. Bu veriler ışığında kadınların evlilik öncesi eğitim algı puanları, erkeklerin evlilik öncesi eğitim algı puanları bakımından anlamlı düzeyde yüksektir. Toplum beklentisini daha fazla hisseden kadınların evlilik öncesi eğitim almaya daha yatkın olduğu söylenebilir.

Güler (2021) tarafından yapılan araştırmada evlilik kaygısı ile cinsiyet kimliği arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmamaktadır. Sezer (2019) tarafından yapılan araştırmada ise kadınların erkeklere nazaran evlilik kaygı seviyesi daha yüksektir. Akyazı, Çıtak ve

Tosun tarafından (2022) 18 yaş ve üstü evli olmayan 484 bireyle yapılan araştırmaya göre evlilik tutumu; cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Bu araştırmada ise Tablo 4 incelendiğinde evlilik öncesi kaygı puanları ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde farklılık olmadığı ($p>0.05$) sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde bulunan kimi çalışmalarda ve bu çalışmada evlilik kaygısı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmamıştır. Alanyazında kısıtlı sayıda çalışmanın olması ve sonuçların farklılık arz etmesi bu alanda daha fazla araştırma yapılması gerektiği söylenebilir.

Evlilik Öncesi Kaygı Puanları ve Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanlarının Yaş Değişkenine Göre İncelenmesi

Kültürden kültüre değişmekle birlikte ağırlıklı olarak genç yetişkin bekar bireylerin stres düzeyini etkileyen unsurlar arasında yaş bulunabilmektedir (Rustamova, 2020). Toplumsal değişimlerle birlikte kadınların, eğitim ve kariyer hayatlarına daha fazla önem vermeye başladığı görülmektedir. Odak noktası kariyer olan kadınların yaşları ilerledikçe eş adayını seçme sürecinde daha seçici tutum sergilediği düşünülmektedir. Aynı zamanda kimi toplumlarda, yaşı ilerleyen kadının doğurganlık oranında azalma olacağına ilişkin inanç bulunmaktadır. Bazı toplumlarda ise 25 yaş üstü genç bekar bireyler, bekarlıklarıyla damgalanabilmekte ve yaşları ilerledikçe bekarlıklarının kabul edilebilir olması pek mümkün olmamaktadır. Bu tutumun zorluğu, birey yaşının ilerlemesiyle çocuk bakımının zorlaşmasına ilişkin inanç ve yeni rol-sorumluluklara dair beklenti baskısı; evlilik kaygı zeminini oluşturabilmektedir. Yapılan araştırmalarda en fazla damgalanmanın 25-35 yaş aralığında yaşandığı daha küçük yaşlarda ise damgalanma düzeyinin daha alt seviyelerde olduğu görülmektedir (Avcı, 2023). Ünal ve arkadaşlarının (2022) yapmış olduğu çalışmada evlilik kaygısının yaş durumunu yordamadığı sonucuna varmıştır. Çömlekçi (2021) tarafından yapılan başka bir araştırmada bireylerin depresyon yaşama risk maddeleri arasında; 40 yaş ve üzeri olmak, bekar olmak, düşük düzey ekonomiye sahip olmak bulunmaktadır.

Güler (2021) tarafından yapılan araştırmada, yaş değişkeni ile evlilik kaygısı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu, evlilik kaygısının yaşa bağlı olarak değişmediğini göstermektedir. Sezer (2019) yapmış olduğu araştırmada yaş ile evlilik kaygısı değişkenleri arasında anlamlı fark olmadığı bulgusuna varmıştır. Kestir tarafından (2021) yapılan araştırmada 33 yaş ve üzeri kişilerin daha ufak yaştaki kişilere

nazaran evlilik kaygılarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada ise evlilik öncesi kaygı puanlarının yaş durumuna göre anlamlı düzeyde ($p<0.05$) fark olduğu (.037) sonucuna varılmıştır. Evlilik öncesi kaygı ölçek puanlarının karşılaştırıldığında 29-32 yaş ile 33 yaş ve üzerinin anlamlı düzeyde ($p<0.05$) fark bulunduğu (-6,406) görülmektedir. Bu bulgular neticesinde yaş arttıkça evlilik kaygı seviyesinin de arttığı söylenebilir. Evlilik öncesi eğitim algısında ise yaş arttıkça evlilik öncesi eğitime ilginin azaldığı görülmektedir. Yaş arttıkça kaygı seviyesinin yüksek olması ile birey savunma mekanizması geliştirerek eğitim alma eğilimi göstermediği düşünülebilir. Alanyazında yaş ve evlilik kaygısına ilişkin kısıtlı sayıda çalışma olduğu söylenebilir (Çelik ve Erkilet, 2019). Literatürdeki kimi çalışmalarda, yaş ile kaygı arasında anlamlı bir fark bulunurken kimisinde bulunmaması daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir. Ancak bu araştırma ile literatürdeki çalışmalar sonucunun farklı çıkmasının temel nedeni olarak bu araştırmada seçilen örneklem grubunun TÜİK (2023) evlilik yaş ortalaması verileri doğrultusunda (kadınlarda 25,7 erkeklerde ise 28,3 yaş) 25 yaş ve üstü bireylerle çalışılması diğer araştırmalarda ise 18 yaş ve üstü katılımcılardan oluşması olarak düşünülmektedir.

Evlilik Öncesi Kaygı Puanları ve Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanlarının Medeni Durum Değişkenlerine Göre İncelenmesi

Bu bölümde katılımcılara ilişki düzeyleri bağlamında, evlilik öncesi kaygı ve evlilik öncesi eğitim algısı ilgili literatürle birlikte tartışılacaktır. Romantik ilişkisi bulunan katılımcılar, sözlü ya da nişanlı olma halleri üzerinden değerlendirilmiştir.

Evlilik öncesi kaygı seviyesinin düşmesinde; bireylerin evliliğe yükledikleri anlam, iletişim becerileri ve romantik ilişkinin varlığı önemli rol oynadığı düşünülmektedir. (Sezer, 2019). Romantik ilişkisi bulunmayan bireyler, evliliği sorun olarak görebilmekte ve ilişkisi bulunan bireylere göre kaygısı yüksek seviyede çıkabilmektedir (Ünal vd., 2022).

Kestir tarafından (2021) yapılan araştırmada nişanlı ya da diğer romantik ilişkisi bulunan kişilerin kaygı düzeylerinin ilişkisi olmayan kişilere nazaran daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sezer (2019) tarafından da yapılan çalışmaya göre romantik ilişkisi olmayan kişilerin kaygı seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu çalışmada da romantik ilişkisi bulunmayan kişilerin kaygı seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Tablo 10 incelendiğinde evlilik öncesi kaygı puanlarında bireyin romantik ilişkisinin

bulunmasına göre farklılığın (,000) anlamlı düzeyde ($p<0.05$) olduğu görülmektedir. Araştırmada romantik ilişkisi olmayan bireylerin, romantik ilişkisi olan bireylere göre evlilik öncesi kaygı seviyesinin daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır. Evlilik öncesi eğitim algı puanlarında romantik ilişkisi yok-romantik ilişkisi var değişkenlerine göre incelendiğinde ise aralarında anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık (,097) olmadığı görülmektedir.

Kişiler, kendilerini güvende hissetmeye ihtiyaç duymaktadırlar. Tanımadığı, bilmediği, yabancı kaldığı, bilmediği şeylere karşı korku yükleyebilirler (Şahin, 2019). Karar verme sürecinde belirsizlik, algı, tahmin edebilme yeteneği rol oynayabilmektedir. Bireyler, kestiremediği durumlara karşı kaygılı tutum sergileyebilmektedirler (Karakulak, 2017). Romantik ilişki yaşayan bireylerin yaşamış oldukları tecrübeler veya sözlü-nişanlısını tanımanın getirmiş olduğu güvenle evlilik kaygısını azalttığı düşünülebilir. Birey, ilişki sürecine tanık olması ile nelerle karşılaşacağına dair bilgisinin olması, belirsizlik içinde olmaması evlilik kaygısını azaltacağı düşünülebilir. İlişki sürecinde iletişim ihtiyaçlarını fark eden bireylerin evlilik öncesi eğitim almaya daha olumlu baktığı söylenebilir.

Evlilik Öncesi Eğitim Algı Puanları ve Evlilik Öncesi Kaygı Puanlarının Evlilik Öncesi Eğitim Alma Durumuna Göre İncelenmesi

Alanyazında evlilik öncesi eğitim algısına yönelik kısıtlı sayıda çalışma olduğu görülmektedir. Ağırlıklı olarak çalışmalar deneysel metodoloji ile evlilik öncesi eğitimin sosyal etkisini görmeye yöneliktir. Bu bölümde evlilik öncesi eğitim alan ve almayan bireylerin, evlilik kaygı düzeyi ve evlilik öncesi algı durumları literatür ışığında tartışılacaktır.

Sürerbiçer (2008) tarafından boşanan bireylere yönelik yapılan evlilik öncesi rehberlik algı çalışmasında katılımcıların %52.3'ü evlilik öncesi eğitimin, evlilikte yaşanması muhtemelen problemlere ilişkin öngörü oluşturacağını düşünmektedir. Araştırma kapsamında boşanan bireylerin boşanma nedenlerinin evlilik öncesinde fark edilme durumu sorulmuştur. %55.4'ü fark ettiğini ancak duygularıyla hareket ettiklerini söylemişlerdir. Terzi ve Işık (2019) tarafından yapılan nitel çalışmada evlilik öncesi eğitim ihtiyaç nedenleri sorulmuştur. Kendal tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerine evlilik öncesi eğitim almanın evliliğe hazırlığa etkisi sorulmuştur. %36'sı eğitimin evliliğe hazırlayacağını ifade etmişlerdir. Bu çalışmada ise Tablo 14

incelendiğinde evlilik öncesi eğitim algı puanlarında daha önce eğitim alıp almama değişkenleri incelendiğinde aralarında anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık olduğu ($,000$) görülmektedir. Evlilik öncesi eğitim algısında; daha önce eğitim alan kişiler, almayan kişilere göre daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Evlilik öncesi kaygı puanları ile bireyin daha önce evlilik öncesi eğitim alma durumu arasında anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklılık olmadığı ($,234$) sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan analiz sonucunda evlilik öncesi eğitim alan bireylerin evlilik öncesi eğitime daha pozitif tutum sergiledikleri söylenebilir. Eğitimin etkisini gören ve farkındalık edinen bireyler, eğitimin fayda düzeyine ilişkin farkındalık geliştirdikleri ve evlilik öncesi eğitime daha ılımlı yaklaştıkları söylenebilir.

Evlilik Öncesi Kaygı Ölçeği Açısından Yakın Çevrede Boşanan Çiftlerle Karşılaşma Değişkene Göre İncelenmesi

Bireyin yakın çevresinde boşanmalara şahit olması evlilik kaygısını artırabilmektedir. Genç yetişkin bireylerin ailelerinde ve yakın çevrelerinde şahit oldukları dramatik ilişkilerin bekar kalma tutumuna etki ettiği düşünülmektedir. Bu durum aynı zamanda bireylerin evlilik beklentilerinin ve algılarının değişimine neden olabilmektedir (Avcı, 2023). Bekar bireylerin evliliğe ilişkin düşünce ve tutumları kendilerine model aldığı, yakın çevresine göre şekillenebilmektedir. Olumsuz tutumlara şahit olan bekar bireylerin evlilik kaygısı pekiştirmesi yüksek olasılıktır (Çıtak ve Başar, 2023). Kestir tarafından (2021) yapılan çalışmada yakın çevrede boşanma vakaları bulunan bireylerin evlilik kaygı seviyelerinin daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada ise evlilik öncesi kaygı puanlarında yakın çevre boşanan çiftlerle karşılaşma düzeyi arasında ilişki durumuna göre anlamlı düzeyde ($p<0.05$) fark ($,008$) olduğu sonucuna varılmıştır. Yakın çevre boşanma vakaları ile karşılaşma durumu ile evlilik öncesi eğitim algı puanlarının yakın çevre boşanan çiftlerle karşılaşma düzeyi arasında ilişki durumuna göre anlamlı düzeyde ($p<0.05$) fark olmadığı ($,899$) görülmüştür.

Çevresinde boşanma vakalarını gören bireylerin aynı acı durumu kendilerinin de yaşama riskini düşünerek evliliğe olumlu bakmadıkları ve kaygı duydukları düşünülebilir. Boşanan insanlar yalnızca kendilerinin değil; yanı sıra kolektif bir yapı olan tüm aile sistemin etkilenebileceği, özellikle çocukların süreçte yıpranma ihtimali ve olumsuz durumlara şahit olabilmesi evlilik kaygısını tetiklediği söylenebilir. Keza araştırmanın

diğer bir maddesi olan anne-babanın ilişki tanımlamasına “mutsuz” ifadesini söyleyen bireylerin evlilik kaygı seviyelerinin de aynı nedenlerle anlamlı derecede farklılık olduğu düşünülmektedir. Cüceloğlu (2017) evlilik çağındaki bireylerin kendilerine rol model bulamadıkları için endişeleri artabilmektedir. Olumsuz evliliklerle, mutsuz hayatlarla karşılaşan bireylerin aynı durumları kendisinin de yaşayacağı kaynaklı kaygı seviyesinde artış yaşadığı söylenebilir.

SONUÇ

Bu araştırmada bekar, daha önce evlenmemiş bireylerin evlilik öncesi eğitim algısı ile evlilik kaygısı arasında anlamlı düzeyde farklılığın varlığı incelenmiştir. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri; cinsiyet, yaş, gelir düzeyi ve yakın çevre açıklayıcı değişkenleri üzerindeki etkileri ele alınmıştır.

Bireylerin hayatlarına ilişkin aldıkları önemli kararlarından biri de evliliklerdir. Dünyada ve ülkemizde boşanma oranlarının hızla artıyor olmasının yanında evlilik sayılarında azalma aile kurumunu tehdit edebilmektedir. Bununla birlikte ilk evlilik yaşı gün geçtikçe daha ileri yaşlara uzanabilmektedir. Evlilik kaygısı yaşayan bireylerin savunma mekanizması geliştirerek ya evliliği tercih etmediği ya da geç yaşta evlendiği düşünülmektedir. Bu durum önleyici rehberlik konumunda olan evlilik öncesi eğitim çalışmalarının değerini artırdığına, eğitimlerin yaygınlaştırılması gerektiğine yönelik ihtiyaçlara dikkat çekmektedir. Eğitim çalışmalarına ilişkin yapılan bilimsel araştırmalar da eğitimlerin etkili olduğunu göstermektedir. Evliliklerin yalnızca eş adaylarının hayatlarını etkilemediği aynı zamanda adayların kök ailelerine, doğacak çocuklarına ve sağlıklı toplum yapısına etkili olduğu düşünülmektedir. Sağlam temeller üzerine kurulan, bilinçli farkındalıkla oluşan ilişki sisteminin daha sürdürülebilir ve doyumu yüksek düzeyde olabileceği düşünülmektedir. Literatürde bulunan araştırmalar da evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık programlarının bireylerin hayat kalitelerini artırdığını ve evlilik doyum seviyelerinin daha iyi şartlara getirdiğini göstermektedir. Bu araştırma kapsamında elde edilen sonuçlar ise şöyledir:

- Evlilik öncesi kaygı ile evlilik öncesi eğitim algısı arasında ters yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Evlilik öncesi eğitim almaya olumlu bakan bireylerin evlilik kaygı düzeylerinin düşük olduğu görülmektedir.
- Evlilik kaygısı ölçek puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmamıştır. Evlilik öncesi eğitim algı puanlarında ise kadınlar lehine anlamlı düzeyde bir farklılık bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.
- Evlilik kaygı puanlarında ve evlilik öncesi eğitim algı puanlarında yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.
- Evlilik öncesi eğitim algı puanlarında evlilik öncesi eğitim alma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

- Evlilik öncesi kaygı puanlarında yakın çevrede boşanma durumuna göre anlamlı düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir. Yakın çevresinde boşanma vakaları olan bireylerin kaygı seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Evlilik öncesi eğitim algı puanlarında yakın çevrede boşanma durumuna göre anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.
- Evlilik öncesi kaygı puanlarında romantik ilişki duruma göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Romantik ilişkisi bulunmayanların, romantik ilişkisi bulunan (sözlü-nişanlı) bireylere göre evlilik kaygısının daha yüksek olduğu sonucuna erişilmiştir. Evlilik öncesi eğitim algı puanlarında romantik ilişki durumuna göre anlamlı bir farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.
- Evlilik öncesi kaygı puanlarında bireylerin anne-baba ilişki durumunu tanımlarına göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anne-baba evliliklerini mutsuz olarak tanımlayan bireylerin evlilik kaygı seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Evlilik öncesi eğitim algı puanlarında anne-baba ilişki tanımlamasına göre anlamlı düzeyde farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

ÖNERİLER

Araştırmacılara Öneriler

Araştırma sonuçlarına göre evlilik öncesi kaygısı ile evlilik kaygısı arasında negatif yönde ilişki bulunmakta, ölçek puanlarında demografik ve açıklayıcı değişken gruplarında farklılık göstermektedir. Evlilik öncesi kaygısı ile evlilik öncesi eğitim algısı arasındaki ilişkinin bulunması araştırmada beklenen bir sonuçtur.

Alanyazın incelediğinde evlilik öncesi kaygı ve evlilik öncesi eğitime yönelik kısıtlı sayıda çalışmanın yapılmış olması, genellikle kısa vadeli deneysel çalışmaların bulunması, ağırlıklı olarak eğitimin etkisi üzerine odaklanılıp eğitim müfredatının niteliğine yönelik az sayıda çalışmanın yapılmış olması evlilik kaygısı ve evlilik öncesi eğitim konularının daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Araştırma kapsamında yapılan t-Testinde evlilik kaygı puanlarında romantik ilişkisi bulunma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Romantik ilişkisi daha derinlemesine ele alınarak romantik ilişkisi bulunan bireylerin kaygı düzeylerini azaltan değişkenlerin nelerin olduğuna yönelik araştırma yapılabilir.

Çalışma kapsamında yapılan Post Hoc Scheffe analizine göre evlilik öncesi eğitim kaygı puanlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Literatürde yer alan kimi çalışmalarda ise farklılık bulunmaktadır. Çalışma gruplarında cinsiyet dağılım dengesine dikkat edilerek yeni bir araştırma yapılabilir.

Yapılan regresyon analizinde evlilik öncesi eğitim algısı üzerinde evlilik kaygısının %2.1'inin açıklayabildiği bunun dışında kalan diğer değişkenlerin ise araştırılması özellikle bu olgunun daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacağını düşünülmektedir. Evlilik öncesi eğitim algısı üzerinde hangi faktörlerin etkili olduğu araştırılabilir.

Uygulamacılara Öneriler

Araştırma kapsamında yapılan Anova analizinde evlilik öncesi kaygı puanlarında yakın çevrede boşanan çiftlerle karşılaşma ve anne-babanın evlilik tanımlama durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Bu sonuç ile kamu, özel ve sivil toplum sektörlerinde evlenme potansiyeli bulunan bireylere emsal olabilecek mutlu evliliklerin tanıtılması önerilmektedir.

Araştırma bünyesinde yapılan t-Testinde evlilik kaygı puanlarında romantik ilişkisi bulunanların, romantik ilişkisi olmayanlara göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Yapılan evlilik öncesi eğitim çalışmalarından evlilik yolunda romantik ilişki sürecinde olan bireylerin, romantik ilişkisi bulunamayan bireylere tecrübe aktarımının yapıldığı programlar düzenlenebilir.

Araştırma kapsamında yapılan Post-Hoc LSD analizinde evlilik kaygı puanlarında yaş gruplarına göre anlamlı farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Yaş arttıkça kaygı seviyesinde de artış olduğu, evlilik öncesi eğitime daha uzak bakıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda evlilik öncesi eğitimlerin yaş durumuna göre ulaşılabilirliği arttıracak tanıtım çalışmalarının yapılması önerilmektedir.

Alanyazında yapılan deneysel çalışmalar kısa vadelidir. Verilen eğitimlerin çiftlerin hayatında etkisini uzun soluklu izlemeye ihtiyaç duyulmaktadır. Bu sebeple üniversite ve Aile Bakanlığı iş birliğinde pilot uygulama ile belirli bir belde seçilerek evlilik öncesi eğitimin evliliğin; sürdürülebilirliğine, doyumuna, kalitesine etkisi uzun soluklu izlenebilir.

Politikacılara Öneriler

Araştırma kapsamında yapılan korelasyon analizine göre evlilik öncesi kaygı ile evlilik öncesi eğitim algısı arasında negatif yönde ilişki bulunmaktadır. Kaygı seviyesi arttıkça evlilik öncesi eğitime yönelim azalmaktadır. Bu sonuca göre politika üreticiler evlilik öncesi eğitim programlarının erişilebilirliğini artırabilir.

Araştırmada yapılan t-Testinde evlilik öncesi eğitim algı puanlarında evlilik öncesi eğitim alıp almama durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılık bulunduğu sonucuna varılmıştır. Evlilik öncesi eğitim alan kişilerin, eğitime tekrar olumlu bakmaları memnun kaldıklarını düşündürmektedir. Politika üreticileri, alanda çalışmalar yapan özel, kamu ve sivil toplum sektörlerine evlilik öncesi eğitim müfredatı oluşturma hususunda danışmanlık yapabilir.

Çalışma kapsamında evlilik kaygı puanlarında yaş grupları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaş arttıkça kaygı seviyesinin ve evlilik öncesi eğitim alma istediğinin azaldığı görülmektedir. TÜİK (2023) verileri doğrultusunda evlilik yaş ortalaması (kadınlarda 25,7 erkeklerde ise 28,3 yaş) dikkate alınarak 25 yaş ve

üstü talep eden bireylere evlilik öncesi kaygıya yönelik danışmanlık verilmesine ilişkin politika geliştirilebilir.

KAYNAKÇA

- Adak, N. (2016). Evlilik veya Evlilik Dışı Birlikte Yaşama: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Sosyoloji Dergisi*, (1 özel), 23-40.
- Akbaş, E., & Yüksektepe, İ. (2023). *Evlilik Öncesi Eğitimin Önemi*. Nosyon: *Uluslararası Toplum ve Kültür Çalışmaları Dergisi* (12), 109-121.
- Akbaş, M., Sürücü, G.Ş., Köroğlu, O.C., & Öztürk, M. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Evlilik Tutumlarını Etkileyen Faktörler. *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 44 (1), 93-100.
- Aksakal, İ. (2023). Evlilik Öncesi Eğitim Programının Geliştirilmesi ve Sonuçlarının Değerlendirilmesi (Erzincan Örneği). *Anasay*(23), 219-246. <https://doi.org/10.33404/anasay.1241099>
- Akın, A., & Çiçek, Ş. (2020). Evlilik Öncesi Eğitim Algısı Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *International Marmara Social Sciences Congress (Spring) 2020*, 19-20 June–Kocaeli.
- Akın, M. (2022). *Evlenmemiş Bireylerde Evlilik Kaygısı Düzeyinin Belirlenmesi, Ruhsal Hastalık Riski ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisinin Araştırılması*. Yayımlanmamış tıpta uzmanlık tezi. T.C. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Adana Tıp Fakültesi.
- Aktaş, S. (2009). *Eşlerden Birinin Kaygı Düzeyi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akyazı, K. G., Çıtak, Ş., & Tosun, C. (2022). Evlilik Tutumunun Bir Yordayıcısı Olarak Evlilik Rol Beklentileri. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 12(2), 931-948. <https://doi.org/10.48146/odusobiad.1107960>
- Alpaydın, Y. (2012). *Evlilik Öncesi Eğitimi Eğitici Kitabı*. Ankara: Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı.
- Altunkaynak, A. (2022). *Evlenmemiş Bireylerin Evlenmeme Dinamikleri Üzerine Nitel Bir Çalışma*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Aslan, Z.K. (2023). Türkiye’de Evlilik Öncesi İlişki Geliştirme Programları ile İlgili Tezlerin Doküman Analizi Yöntemi ile İncelenmesi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 6(1), 57-74.
- Avcılar, M. Z. (2020). *Evlilik Öncesinde Aile Danışmanlığı Hizmeti Alınmasının Evlilik Sürecine, Yaşamına ve İşlevselliğine Katkılarının Araştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Avcı, Ç. G. (2023). Bekârlığa İlişkin Tutumların Evlilik İlişkisi İnancıları ve Yalnızlıkla İlişkisi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

- Aydın, K. B. (2023). Türkiye’de Boşanma Olgusunun Bekâr Danışmanlığı Teorisi Açısından Değerlendirilmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (56), 1004-1032. <https://doi.org/10.53444/deubefd.1294471>
- Bacanlı, H. (2001). Eş Tercihleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(15), 7-16.
- Beck, J. S. *Bilişsel Terapi Temel İlkeler ve Ötesi*. (Çev. N. S. Şahin). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2001.
- Bener, Ö., & Günay, G. (2013). Gençlerin Evlilik ve Aile Yaşamına İlişkin Tutumları. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3 (1), 1-16.
- Buckner, L. P., & Salts, C. J. (1985). A Premarital Assessment Program. *Family Relations*, 34(4), 513-520, doi:10.2307/584012.
- Burç, P. E. (2018). Evlilik ve Aile Olguları Üzerinden Gündelik Hayata Sosyo-Kültürel Bir Bakış. *Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(13), 135-141.
- Burger, J.M. (2016). *Kişilik*. (Çev. İ.D. Erguvan Sarioğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları (Eserin orijinali 1997’de yayımlandı).
- Can, İ. (2016). Sistematik Aile Sosyolojisi. Aydın, M. (Editör). (İkinci Baskı), s. 65-92). Konya: Çizgi Kitabevi.
- Canatan, Kadir., & Yıldırım, Ergün. *Aile Sosyolojisi*, İstanbul: Açılım Kitap, 2013.
- Canel, A.N. (2019). *Evlilik ve Aile Hayatı*. Ankara: Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı.
- Corey, G. (2015). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (Çev. T. Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık (Eserin orijinali 2009’de yayımlandı).
- Conger, R. D., Cui, M., Bryant, C. M., & Elder Jr, G. H. (2000). Competence In Early Adult Romantic Relationships. *A Developmental Perspective On Family Influences. Journal Of Personality And Social Psychology*. 79(2), 224-237. Doi: 10.1037/0022 3514.79.2.224
- Coşan, B. (2021). *Türkiye’de İlk Evlilik Yaşının Artışının Nedenleri ve Sonuçları: Doğurganlık Üzerine Ekonometrik Bir Analiz*. Yayımlanmamış doktora lisans tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Cüceloğlu, Doğan. *Evlenmeden Önce*, İstanbul: Remzi Kitabevi, 2017.
- Cüceloğlu, Doğan. *İnsan ve Davranışı*, İstanbul: Remzi Kitabevi, 2019.
- Çakmaklı, Kemal. *Psiko-Sosyal Sağlığın Korunması Koruyucu Ruh Sağlığı*, İstanbul: Seha Yayınevi, 1997.
- Çayır Avcı, G. (2023). *Bekârlığa İlişkin Tutumların Evlilik İlişkisi İnançları ve Yalnızlıkla İlişkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Samsun Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

- Çelik, E., & Erkilet, G. (2019). Evlilik Kaygısı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Ege Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 47-57.
- Çıtak, Ş., & Başar, A. (2023). Evlilik Kaygısında Bağlanma Stillerinin Yordayıcılığı. *ODÜ Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, Özel Sayı, 185-204.
- Çömlekçi, K. (2021). *Evli ve Bekar Kadınların Depresyon, Kaygı, Stres ve Somatizasyon Düzeylerinin Yaşam Doyumu Düzeyleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Dallos, Rudi & Drape Ros. *Aile Terapisine Giriş*. (Çev. Ş. Kesici, C. Kiper ve A. Mert) Ankara: Nobel Yayınevi. (Eserin orijinali 2000'de yayımlandı).
- Demirli, C., & Kendir, M. (2016). Evlilik Doyumu Üzerinde Anne Baba Tutumunun Etkisinin İncelenmesi. *Education Sciences*, 11(3), 96-113.
- Doğulu, C. (2018). Bir Sosyal Psikolog Gözüyle Afetler. *PİVOLKA*, 8 (27), 13-15.
- Duran, Ş. & Hamamcı, Z. (2010). Evlilik Öncesi İlişki Geliştirme Programının Romantik İlişkiler Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Çatışma İletişim Tarzları Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 23(23), 87-100. <https://doi.org/10.21560/spcd.38633>
- Durualp, E., Kaytez, N., & Girgin, B. A. (2017). Evlilik Doyumu ve Maternal Bağlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 129-138.
- Erdoğan T, S., & Çepik Kuruoğlu, A. (2014). Evlilik Uyumu ile Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(1), 9-18.
- Erus, S.M. (2019). *Evlilikte Bilinçli Farkındalık ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkide Duygusal Zekâ ve Evlilik Uyumunun Aracılık Rolü*. Yayımlanmamış doktora tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Geçtan, Engin. *İnsan Olmak*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 1994.
- Geçtan, Engin. *Psikanaliz ve Sonrası*: Metis Yayınlar, 2017.
- Güler, K. (2021). *Evli Olmayan Bireylerin Evlilik Kaygısı ile Evliliğe Yükledikleri Anlam ve Evlilik Beklentileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Gültekin, D. T., & Parlar, H. (2019). Evlenme Biçimi ve Evlenme Süresi Bağlamında Evlilik Öncesi Sürecin Kadınlardaki Evlilik Doyumuna Etkisi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 2(1), 38-56.
- Gottman, J. M. (1994). What Predicts Divorce? *The Relationship Between Marital Processes And Marital Outcomes*. Erlbaum.

- Göz, F., Babadağı, B., Altınsoy N., & Yıldızoğlu, İ. (2005). Evlilik Öncesi Dönemdeki Genç Kızların Aile Planlaması ile İlgili Bilgi ve Düşünceleri. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(3), 47-55.
- Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları:
- Hackney, Harold & Cormier Sherry. Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri: Psikolojik İlk Yardım Süreci El Kitabı. (Çev. T. Ergene ve S. A. Sevim, Aydemir Seher). Ankara: Metis Yayıncılık. (Eserin orijinali 2005 yılında yayımlandı).
- Holman, G. (2011). *Development And Preliminary Evaluation Of Brief Fap-Based Relationship Enhancement*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Washington, Washington D.C.
- Hamamcı, Z., Buğa, A. & Duran, Ş. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Evlilik Yaşantısı ile İlgili Bilgi Kaynaklarının ve Evlilik Öncesi Eğitim İhtiyaçlarının İncelenmesi. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 7(26), 33-50.
- Kabasakal, Z., & Soylu, Y. (2016). Evli Bireylerin Evlilik Doyumunun Cinsiyet ve Eş Destegine Göre İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5 (4), 208-214.
- Kalkan, M. (2002). *Evlilik İlişkisini Geliştirme Programının Evlilerin Evlilik Uyum Düzeyine Etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kalkan, M., & Ersanlı, E. (2008). Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım Dayalı Evlilik İlişkisini Geliştirme Programının Evli Bireylerin Evlilik Uyumuna Etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8(3), 963-986.
- Kalkan, M. & Kaya, N., S. (2007). Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Aile ve Toplum Eğitim -Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(11), 35-40. ISSN: 1303-0256
- Karakulak, L. Ş. (2017). *Bir Grup Üniversite Son Sınıf Öğrencisinin Geleceğe Karşı Belirsizlik ve Kaygı Düzeyleri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış doktora tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kendal, G. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Gözünden Evlilik. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(2), 375-393. <https://doi.org/10.32709/akusosbil.856820>
- Kestir, K. (2021). *Evlilik Kaygısının Yordayıcısı Olarak Beden Algısı, Cinsel Benlik Şeması ve Ana-Babaya Bağlanma Stilleri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kırmızıgül, E. İ., & Şahin, S. (2023). Evlilik Öncesi Danışmanlıkta Web Tabanlı Eğitimin Yeri. *Journal of Social and Analytical Health*, 3(1), 77-81.

- Koca, B. (2016). *Evlilikte Bağlanma Stili ile Evlilikte Sorun Çözme Becerisi Arasındaki İlişkide Duygusal Zekânın Aracı Değişken Rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Koç, M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Evlilik Kavramına Atfettikleri Anlamlar. *A.Ü. Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (3), 110-123.
- Kölemen, A. N. (2022). *Uzak Mesafeli Evlilik İlişkilerinde Fedakârlıktan Algılanan Doyum ve Zararın Evlilik Doyumu Üzerindeki Diyadik Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Kulaksızoğlu, A. (2007). *Ergenlik Psikolojisi*. (9. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Lerner, H.L. (2016). *Öfke Dansı* (Çev. S. Gül). İstanbul: Varlık Yayınları. (Eserin orijinali 1985'te yayımlandı.)
- Manav, F. (2011). Kaygı Kavramı. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 5(9), 201-211.
- Markman, H. J., Renick, M. J., Floyd, F. J., Stanley, S. M., & Clements, M. (1993). Preventing Marital Distress Through Communication And Conflict Management Training. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(1), 70-77. doi:10.1037/0022-006X.61.1.70
- Okurcan, M. (2018). *Evlilikte Çatışma Çözüm Stilleri ve Evlilik Uyum İlişkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Oltuluoğlu, H. & Kavak, F. (2018). Evlilik Öncesi Danışmanlık Eğitiminin Hemşirelik Öğrencilerinin Eş Seçimiyle İlgili Görüşlerine Etkisi. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, 6(1), 77-84.
- Ottekin, N. (2009). *Ailelerinden Ayı Olarak Öğrenim Görmekte Olan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Ökten, B. (2022). *Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın Evlilik Öncesi Eğitim Programlarının Evlilik Uyumu Açısından Değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Anabilim Dalı.
- Özgü, Halis. *Evlilik Psikolojisi*. İstanbul: Özgü Yayınları
- Özügürlü, Kurban. *Evlilik Raporu*. İstanbul: Altın Kitaplar, 2013.
- Özusta, H. Ş. (1995). Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 32-44.
- Öztürk, Z. G., Yılmaz, Z., Egici, T. M., & Bektemur, G. (2019). Evlilik Öncesi Danışmanlık ve Rapor Alma Amacıyla Aile Hekimliği Polikliniğine Başvuran Bireylerin Değerlendirilmesi. *Türk Aile Hekim Dergisi*, 23 (3), 92-101.

- Payat, Ş., & Öksüz, Y. (2022). Genç Yetişkinlik Çağındaki Bireylerin Evlilik Kaygısı ile Mutluluk Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(2), 621-642.
- Peters, E. (2018). The Influence of Choice Feminism on Women's and Men's Attitudes towards Name Changing at Marriage. *An Analysis of Online Comments on UK Social Media*. Names, 176-185.
- Polat, G. (2022). *Evlilikte Algılanan Sorun Çözme Becerisi ile Benliğin Ayrışmasının Evlilikte Çift Uyumu ile İlişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Rapee, M.R., Spence, H.S., Cobham, & Wignall, A. (2003). *Kaygılı Çocuğa Yardım*. (Çev.R.Baykaldı). Ankara: Arkadaş Yayınevi. (Eserin orijinali 2000'de yayımlandı). ISBN: 975-509-363-X
- Rustamova, N. (2020). *18 – 29 Yaşları Arası Hiç Evlenmemiş Bireylerin Stres Yaşantıları ile Öznel Esenlik Halleri Arasında İlişki ve Bekâr Danışmanlığı Açısından Önemi: Türkiye ve Azerbaycan Karşılaştırması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sevim, Y. (2018). Evlilik Öğretilir mi? *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 11(61),606-610.
- Sezen, L. (2005). Türkiye'de Evlenme Biçimleri. *A.Ü. Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 27, 185- 195.
- Sezer, S. (2019). *Evli Olmayan Bireylerde Evlilik Kaygısı ile Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve Umutsuzluk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. T.C. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Solmuş, Tarık. *Bağlanma, Evlilik ve Aile Psikolojisi*. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 201
- Sönmez, N. (2022). *Evlenmemiş Genç Bireylerin Toplumsal Cinsiyet Rollerine Yönelik Tutumları, Evlilik Tutumları ve Evlilik Kaygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sungur, Mehmet, Z. *Aşk Evlilik ve Sadakatsizlik*. İstanbul: Büyükkada Yayıncılık, 2017.
- Sürerbiçer, F. S. (2008). *Boşanmış Bireylerin Deneyimlerine Göre Evlilik Eğitimi Gereksinimi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şahin, M. (2019). Korku, Kaygı ve Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117-135.
- Şen, Bülent. *Evlilik Öncesi Çift Eğitimi*. Ankara: Nobel Yayınevi, 2015.
- Şendil, G., & Korkut, Y. (2012). Evli Çiftlerdeki Çift Uyumu ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.

- Vidinlioğlu, S.Ö. (2010). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Benlik Algısı ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yalçın, İ. (2009). Evlilik Öncesi Çift Eğitimi Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Kriz Dergisi*, 17 (3), 9-22.
- Yanık, Medaim. *Dest-i İzdivaç*. İstanbul: Hayy Kitap, 2016.
- Yıldız, R. (2016). Evlilik Öncesi Eğitim ve Danışmanlık Hizmetlerine Genel Bakış. *Sosyal Hizmet Dergisi*, (60-77).
- Tanhan, F. (2014). Öğretmenlerde İrrasyonel İnançlar ile Cinsiyet ve Depresyon. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (28), 55-73.
- Tarhan, Nevzat. *Aile Okulu ve Evlilik*. İstanbul: Timaş Yayın, 2020.
- Tarhan, Nevzat. *Aşk Terapi*. İstanbul: Timaş Yayın, 2014.
- Tarhan, Nevzat. *Kadın Psikolojisi*. İstanbul: Nesil Basım Yayın, 2019.
- Tekin, S., & İpek, M. (2020). Evlenmemiş ve Evlenip Boşanmış Bireylerin Evliliğe Yükledikleri Anlam. *Aydın Sağlık Dergisi*, 6(2), 91-121.
- Tunç, S. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Aile Aidiyeti, Evlilik Beklentileri ve Evliliğe Tutumları Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Arı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tutarel Kışlak, Ş., & Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 9(9), 61-68.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2023). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2023-53707>
- Uçak, D. (2015). *Evli Kadınlarda Evlilik Doyumu, Yetişkin Bağlanma Stilleri ve Depresyon Düzeyinin İlişkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ünal, E., Ağralı, C. & Taşhan, T., S. (2022). Bekar Kadınlarda Evlilik Kaygısının Gebelik Öncesi Doğum Korkusuna Etkisi: Kesitsel Bir Araştırma. *Göbeklitepe Dergisi*, 5 (7), 254-261
- Vatan, S., & Vatan, İ. (2009). Problem Çözme, Umutsuzluk, Çaresizlik ve Talihsizlik MMPI-2 ile Ölçülen Psikopatolojinin Yordayıcıları Olabilir mi? *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, 187-197.
- Yazıcı, B., & Demirli, C. (2020). Evlilik Kararı Alan Bireylerin Evliliğe Yükledikleri Anlam ile Evlilik Öncesi İlişkilerin İncelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(7), 295-326.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics*. Boston, Pearson.

Terzi İlhan, S., & Işık, Ş. (2019). Evliliğin İlk Yıllarında Evlilik Yaşamı Deneyimi ve Evliliğe İlişkin Algılar: Sorunlar, Zorluklar ve İhtiyaçlar. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 1430-1448.