



COVID-19 PANDEMİSİNİN EVLİLİK UYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Program Kodu: 1001

Proje No: 120K417

**Proje Yürütücüsü:
Doç. Dr. F. Işıl BİLİCAN YURTERİ**

Bursiyerler:

Uzm. Psk. Zahide TEPELİ TEMİZ

Ar. Gör. Mustafa Gökmen COŞGUN

Sibel Almina KURT

ARALIK, 2020

İSTANBUL

ÖNSÖZ

COVID-19 pandemisinin bireylerin psikolojik sağlıkları üzerinde olumsuz etkisi olduğunu çeşitli çalışmalar göstermiştir. Pandemi sürecinde bireylerin depresif semptomları, kaygı ve stres düzeyleri ve yalnızlıkları artmış; öznel zindelikleri ise azalmıştır. COVID-19 pandemisinin evlilik ilişkisi üzerine olan etkilerini gösteren çalışmalar ise sınırlı sayıda olup, mevcut çalışma bu alandaki sınırlılığı gidermek üzere yürütülmüştür. Bu çalışmanın kesitsel kısmında, COVID-19 stres ve kaygısının, evli çiftlerde depresif semptomlar, kaygı, stres, yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş gibi bireysel psikolojik durumları üzerine etkisi incelenmiştir. Buna ek olarak, COVID-19 stres ve kaygısının bireylerin hem kendilerinin hem de eşlerinin evlilik uyumu, romantik yakınlık hisleri ve ilişki doyumu ile olan ilişkisi ile bu ilişkide diyadik baş etmenin aracı rolü incelenmiştir. Bu çalışma, kadın ve erkeğin verilerini birlikte analiz ederek, bu iki veri seti arasındaki bağımlılığın göz önünde bulundurulmasını sağlamıştır. Ayrıca, baş etme becerilerinden duygu odaklı ve pozitif baş etmenin diğerlerinden ayrılarak öne çıkması, eşlerin COVID-19 stresi ve kaygısı ile etkili olarak baş etmesine yardımcı olacak stratejilerin belirlenmesine yol göstermiştir. Araştırmanın günlük yöntem kullanılarak yürütülen kısmı, COVID-19 stresinin içsel stres ve ilişki değişkenleri ile olan ilişkisini göstermiş, COVID-19 stresinin içsel strese yayılmasını araştırmış ve bu süreçte baş etme becerilerinin etkisini incelemiştir. Günlük çalışmada ayrıca pandemi döneminde COVID-19 dışındaki diğer dışsal stres faktörlerinin evlilik ilişkisine etkisi incelenmiştir. Bu araştırmanın bulguları, çiftlerin COVID-19 gibi bir dışsal stres yaşadığında, hem psikolojik sağlıklarını hem de evlilik ilişkilerini koruyabilmelerine imkan sağlayan baş etme becerilerinin önemini ortaya koyarak, araştırmalar ve klinik uygulamalar için yol gösterici niteliktedir.

Araştırma Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi - İstanbul Medeniyet Üniversitesi Ortak Klinik Psikoloji Doktora Programı öğrencisi Uzman Psikolog Zahide TEPELİ TEMİZ, İstanbul Medeniyet Üniversitesi Psikoloji Bölümü Araştırma Görevlisi Psikolog Mustafa Gökmen COŞGUN ve İstanbul Medeniyet Üniversitesi Psikoloji Bölümü lisans öğrencisi Sibel Almina KURT bursiyerliğinde tamamlanmıştır. Bu araştırma projesi TÜBİTAK tarafından 6 ay süreyle desteklenmiş ve Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Grubu (SOBAG) bünyesinde 1001- COVID-19 ve Toplum çağrısı kapsamında '120K417' proje numarası ve 'COVID-19 Pandemisinin Evlilik Uyumu Üzerindeki Etkileri' başlığı ile takip edilmiştir. Bu çalışmanın gerçekleştirilmesindeki katkılarından ve desteğinden dolayı TÜBİTAK'a teşekkür ederiz.

İçindekiler

ÖNSÖZ.....	i
TABLolar LİSTESİ	vi
ŞEKİLLER LİSTESİ	x
ÖZET	xi
ABSTRACT	xii
1. GİRİŞ.....	1
1.1. COVID-19 Pandemisi	1
1.1.1. COVID-19 Pandemisinin Psikolojik Etkileri	1
1.1.2. COVID-19 Pandemisi ile İlgili Geliştirilen Ölçekler	3
1.1.3. COVID-19 Pandemisinin İlişkiler Üzerindeki Etkileri	4
1.2. Evlilik İlişkisini Etkileyen Faktörler	5
1.2.1. Evlilikte Öznel İyi Oluş	6
1.2.2. Evlilikte Psikolojik İyi Oluş	8
1.2.3. Evlilikte Yaşam Doyumu	8
1.2.4. Evlilikte Yakınlık.....	9
1.2.5. Evlilikte Kendini Açma	9
1.2.6. Evlilikte Partner Desteğinin Etkileri	10
1.2.7. Evlilikte Stres	10
1.2.7.1. Diyadik Stres	12
1.2.7.2. Stres Tipleri	12
1.2.7.2.1. Dışsal (Harici) ve İçsel (Dahili) Stres	12
1.2.7.2.2. Majör ve Minör Stres	13
1.2.7.2.3. Akut ve Kronik Stres	13
1.2.7.3. Çift İlişkisine Ait Stres Modelleri	13
1.2.7.3.1. Karney ve Bradbury'nin Hassasiyet-Stres-Uyum Modeli	13
1.2.7.3.2. Bodenmann'ın Stres-Boşanma Modeli	14
1.2.7.4. Diyadik Baş Etme.....	15
1.2.7.4.1. Diyadik Baş Etmenin Çoklu Boyutları	16
1.2.7.4.1.1. Sistemik-Transaksiyonel Model	16
1.2.7.4.1.2. Gelişimsel-Bağlamsal Model	18
1.2.7.4.1.3. İlişki-Odaklı Baş Etme Modeli	19
1.2.7.4.2. Diyadik Baş Etme ile İlgili Araştırmalar	20
1.2.7.4.2.1. Diyadik Baş Etme ve İçsel/Dışsal Stres ve Taşma/Yayılma ...	20
1.2.7.4.2.2. Çiftlerin İlişkide Kullandıkları Pozitif ve Negatif Beceriler	21
1.2.7.4.2.3. Diyadik Baş Etme ve İlişki Doyumu	21
1.2.7.4.2.4. Diyadik Veriyi Analiz Etme Yöntemi.....	22

1.2.7.4.2.5.	Çift İlişisini İncelemede Kullanılan Günlük Yöntemi	23
1.2.7.4.2.6.	Çiftlerin Baş Etme Becerilerini Artırmaya Yönelik Programlar	
	23	
1.3.	Projenin Amaçları	24
2.	YÖNTEM	27
2.1.	ÇALIŞMA I: COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeğinin Hazırlanması	27
2.1.1.	Katılımcılar	27
2.1.2.	Veri Toplama Süreci.....	27
2.1.3.	Kullanılan Ölçekler	27
2.1.3.1.	Demografik Bilgi Formu.....	27
2.1.3.2.	DASS-21	27
2.1.3.3.	COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği	28
2.2.	ÇALIŞMA II: Diyadik Kesitsel Çalışma	29
2.2.1.	Katılımcılar	29
2.2.2.	Veri Toplama Süreci.....	30
2.2.3.	Kullanılan Ölçekler	31
2.3.	ÇALIŞMA III: Diyadik Günlük Çalışma	34
2.3.1.	Katılımcılar	34
2.3.2.	Veri Toplama Süreci.....	34
2.3.3.	Kullanılan Ölçekler	35
3.	BULGULAR	39
3.1.	Aşama I: COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirliğine İlişkin Bulgular	39
3.2.	Çalışma II: Diyadik Kesitsel Çalışmaya İlişkin Bulgular	40
3.2.1.	Veri Analizi	40
3.2.2.	Ön Bulgular	44
3.2.3.	Aktör-Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeline (APIM) İlişkin Bulgular	48
3.2.3.1.	COVID-19 ile İlgili Stresin Psikolojik İyi Oluş Değişkenleri ile İlişkisi	48
3.2.3.2.	COVID-19 ile İlgili Stresin İlişki Kalitesi Değişkenleri ile İlişkisi	50
3.2.3.3.	Diyadik Baş Etmenin Psikolojik İyi Oluş Değişkenleri ile İlişkisi.....	52
3.2.3.4.	Diyadik Baş Etmenin İlişki Kalitesi Değişkenleri ile İlişkisi.....	54
3.2.3.4.1.	COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Stres ile Diyadik Baş Etmenin Aracı Rolü	56
3.2.3.4.2.	COVID-19 Stresi ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Stres ile Diyadik Baş Etmenin Aracı Rolü	81
3.2.3.4.3.	COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Diyadik Baş Etmenin Aracılık Etkisi	105

3.2.3.4.4. COVID-19 Stresi ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Diyardik Baş Etmenin Aracılık Etkisi	129
3.3. Çalışma III: Günlük Çalışmaya İlişkin Bulgular	145
3.3.1. Veri Analizi	145
3.3.2. Günlük Stres, Diyardik Baş Etme ve İlişki Doyumu	145
3.3.2.1. Dışsal Stres ve Diyardik Baş Etme	145
3.3.2.2. İçsel Stres ve Diyardik Baş Etme	147
3.3.3. Günlük Stres, Diyardik Baş Etme ve Romantik Yakınlık	150
3.3.3.1. Dışsal Stres ve Diyardik Baş Etme	150
3.3.3.2. İçsel Stres ve Diyardik Baş Etme	152
3.3.4. COVID-19 Stresinin Yayılma Etkisi (Spillover Effect): İçsel Stresin İlişki Doyumundaki Aracılık Etkisi	154
3.3.5. COVID-19 Stres, Diyardik Baş Etme ve Yaşam Doyumu	159
3.3.6. Yakınlığın Kişilerarası Süreç Modeli	161
3.3.5.1. Kendini Açma ve COVID-19 Stres	161
3.3.5.2. Algılanan Partner Duyarlılığı ve COVID-19 Stres	163
4. TARTIŞMA	165
4.1. Tartışma – Ölçek Çalışması	165
4.2. Tartışma – Kesitsel Çalışma	165
4.2.1. COVID-19 Stres ve Kaygısının Evli Çiftlerin Psikolojik İyi Oluşları ile (Depresyon, Stres Ve Anksiyete Belirtileri, Yaşamdan Alınan Doyum ve Psikolojik İyi Oluş) İlişkisinin İncelenmesi	165
4.2.2. COVID-19 Stres ve Kaygısının Eşlerin İlişki Doyumu, Evlilik Uyumu, Romantik Yakınlık ile İlişkisinin İncelenmesi	166
4.2.3. Diyardik Baş Etme ile Evli Çiftlerin Psikolojik Semptomlar, İlişki Doyumu, Romantik Yakınlık ve Evlilik Uyumu Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	168
4.2.4. Diyardik Baş Etme Stratejilerinin COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile İlişkisel Faktörler Arasındaki İlişkide Aracılık Etkisinin İncelenmesi	170
4.2.4.1. COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile Evlilik Uyumu, İlişki Doyumu ve Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Diyardik Baş Etmenin Aracı Rolü	170
4.2.4.1.1. COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Baş Etme Alt Türlerinin Aracı Rolü	171
4.2.4.1.2. COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Baş Etme Alt Türlerinin Aracı Rolü	174
4.2.4.1.3. COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Baş Etme Alt Türlerinin Aracı Rolü	176
4.2.5. Kesitsel Çalışma Sonuç	178
4.3. Tartışma – Günlük Çalışma	180
4.3.1. Stres ve İlişki Doyumu	180
4.3.2. Stres ve Romantik Yakınlık	182

4.3.3. Baş Etmenin Düzenleyici (Moderatör) Rolü.....	182
4.3.4. Stresin Yayılma Etkisi.....	184
4.3.5. Kişilerarası Bir Süreç Modeli Olan Yakınlıktaki Pandemi Etkileri.....	184
4.4. Araştırma Bulgularının Desteklediği Bir Uygulama Programı Önerisi: Stres ile Diyadik Baş Etme Eğitimi (SDBEE).....	185
4.4.1. Stres ile Diyadik Baş Etme Eğitiminin Tanıtımı.....	187
4.4.2. SDBEE Modülleri.....	187
4.4.2.1. Stres İletişimi.....	187
4.4.2.2. Diyadik Farkındalık: Duyguları Tanımlama Ve Düzenleme.....	188
4.4.2.3. Diyadik Duygu Odaklı Pozitif Baş Etme: Empati ve Geçerli Kılma	189
4.5. Çalışmanın Sınırlılıkları	190
KAYNAKÇA	191
EKLER	211
EK-A. COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği.....	211

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Demografik Özellikler	29
Tablo 2. Ortalama, standart sapma ve maddeler arası korelasyon	39
Tablo 3. Kadın Korelasyon	44
Tablo 4. Erkek Korelasyon	46
Tablo 5. APIMeM: COVID-19 stresi, diyardik baş etme ve evlilik uyumu	57
Tablo 6. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etkiler: Diyardik baş etmenin aracılık etkisi	58
Tablo 7. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi duygu odaklı destekleme ve evlilik uyumu	60
Tablo 8. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Duygu odaklı desteklemenin aracılık etkisi	61
Tablo 9. APIMeM: COVID-19 stresi, eş duygu odaklı destekleme ve evlilik uyumu	63
Tablo 10. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Eş duygu odaklı desteklemenin aracılık etkisi	64
Tablo 11. APIMeM: COVID-19 stresi, duygu odaklı ortak baş etme ve evlilik uyumu	66
Tablo 12. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Duygu odaklı ortak baş etmenin aracılık etkisi	67
Tablo 13. APIMeM: COVID-19 stresi, problem odaklı baş etme ve evlilik uyumu	68
Tablo 14. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Problem odaklı baş etmenin aracılık etkisi	69
Tablo 15. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi baş etme algısı ve evlilik uyumu	71
Tablo 16. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Kendine dair baş etme algısının aracılık etkisi	72
Tablo 17. APIMeM: COVID-19 stresi, eşe dair baş etme algısı ve evlilik uyumu	74
Tablo 18. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Eşe dair baş etme algısının aracılık etkisi	75
Tablo 19. APIMeM: COVID-19 stresi, negatif baş etme ve evlilik uyumu	76
Tablo 20. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Negatif baş etmenin aracılık etkisi	77
Tablo 21. APIMeM: COVID-19 stresi, baş etme ve evlilik uyumu	79
Tablo 22. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Pozitif baş etmenin aracılık etkisi	80
Tablo 23. APIMeM: COVID-19 stresi, diyardik baş etme ve ilişki doyumu	82
Tablo 24. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Diyardik baş etmenin aracılık etkisi	83

Tablo 25. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi duygu odaklı destekleme ve ilişki doyumu	84
Tablo 26. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Duygu odaklı desteklemenin aracılık etkisi	85
Tablo 27. APIMeM: COVID-19 stresi, eş duygu odaklı destekleme ve ilişki doyumu	87
Tablo 28. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Eş duygu odaklı desteklemenin aracılık etkisi	88
Tablo 29. APIMeM: COVID-19 stresi, duygu odaklı ortak baş etme ve ilişki doyumu	90
Tablo 30. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Duygu odaklı ortak baş etmenin aracılık etkisi	91
Tablo 31. APIMeM: COVID-19 stresi, problem odaklı baş etme ve ilişki doyumu	92
Tablo 32. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Problem odaklı baş etmenin aracılık etkisi	93
Tablo 33. APIMeM: COVID-19 stresi, kendine dair baş etme algısı ve ilişki doyumu	95
Tablo 34. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Kendine dair baş etme algısının aracılık etkisi	96
Tablo 35. APIMeM: COVID-19 stresi, eş stres ve ilişki doyumu	98
Tablo 36. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Eşe dair baş etme algısının aracılık etkisi	99
Tablo 37. APIMeM: COVID-19 stresi, pozitif baş etme ve ilişki doyumu	100
Tablo 38. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Pozitif baş etmenin aracılık etkisi	101
Tablo 39. APIMeM: COVID-19 stresi, negatif baş etme ve ilişki doyumu	103
Tablo 40. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Negatif baş etmenin aracılık etkisi	104
Tablo 41. APIMeM: COVID-19 stresi, diyardik baş etme ve romantik yakınlık	106
Tablo 42. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Diyardik baş etmenin aracılık etkisi	107
Tablo 43. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi duygu odaklı destekleme ve romantik yakınlık	109
Tablo 44. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Kişinin kendi duygu odaklı desteklemesine yönelik algısının aracılık etkisi	110
Tablo 45. APIMeM: COVID-19 stresi, eş duygu odaklı destekleme ve romantik yakınlık ...	111
Tablo 46. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Eşin duygu odaklı desteklemesine yönelik algının aracılık etkisi	113
Tablo 47. APIMeM: COVID-19 stresi, duygu odaklı ortak baş etme ve romantik yakınlık	114
Tablo 48. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Duygu odaklı ortak	

baş etmenin aracılık etkisi	115
Tablo 49. APIMeM: COVID-19 stresi, problem odaklı baş etme ve romantik yakınlık	117
Tablo 50. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Problem odaklı baş etmenin aracılık etkisi	118
Tablo 51. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi baş etme algısı ve romantik yakınlık	119
Tablo 52. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Kendine dair baş etme algısının aracılık etkisi	121
Tablo 53. APIMeM: COVID-19 stresi, eş stres baş etme ve romantik yakınlık	122
Tablo 54. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Eşe dair baş etme algısının aracılık etkisi	123
Tablo 55. APIMeM: COVID-19 stresi, pozitif baş etme ve romantik yakınlık	125
Tablo 56. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Pozitif baş etmenin aracılık etkisi	126
Tablo 57. APIMeM: COVID-19 stresi, negatif baş etme ve romantik yakınlık	127
Tablo 58. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Negatif baş etmenin aracılık etkisi	128
Tablo 59. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi stres ve evlilik uyumu	130
Tablo 60. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Diyadık baş etmenin aracılık etkisi	131
Tablo 61. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi duygu odaklı destekleme algısı ve iyi oluş ...	132
Tablo 62. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Kendi duygu odaklı destekleme algısının aracılık etkisi	133
Tablo 63. APIMeM: COVID-19 stresi, eş duygu odaklı destekleme algısı ve psikolojik iyi oluş	135
Tablo 64. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Eş duygu odaklı desteklemesine yönelik algının aracılık etkisi	136
Tablo 65. APIMeM: COVID-19 stresi, eşe dair baş etme algısı ve psikolojik iyi oluş	137
Tablo 66. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Eşe dair baş etme algısının aracılık etkisi	138
Tablo 67. APIMeM: COVID-19 stresi, pozitif baş etme ve psikolojik iyi oluş	140
Tablo 68. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Pozitif baş etmenin aracılık etkisi	141
Tablo 69. APIMeM: COVID-19 stresi, negatif stres ve psikolojik iyi oluş	142
Tablo 70. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: Negatif baş etmenin aracılık etkisi	143

Tablo 71. Dışsal Stres ve Diyadik Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak İlişki Doyumu için Parametre Tahminleri	146
Tablo 72. İçsel Stres ve Diyadik Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak İlişki Doyumu için Parametre Tahminleri	149
Tablo 73. Dışsal Stres ve Diyadik Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak Romantik Yakınlık için Parametre Tahminleri	151
Tablo 74. İçsel Stres ve Diyadik Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak Romantik Yakınlık için Parametre Tahminleri	153
Tablo 75. Model 1 ve 2 için standartlaştırılmamış maksimum olasılık tahminleri	156
Tablo 76. Dolaylı etkiler: COVID-19 stresin yayılma etkisi: içsel stresin aracılık rolü	158
Tablo 77. COVID-19 Stres ile Diyadik Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak Yaşam Doyumu için Parametre Tahminleri	160
Tablo 78. Kendini Açma, Algılanan Partner Duyarlılığı ve COVID-19 Stresinin Fonksiyonları Olarak Yaşam Doyumu için Parametre Tahminleri	162

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Stres-Boşanma modeli	15
Şekil 2. Çift Olarak Baş Etme boyutlarının kapsamlı kavramsal modeli	18
Şekil 3. Aktör-Partner Bağımlılık Modeli	23
Şekil 4. COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeğinin Doğrulayıcı Faktör Analizi Bulguları	40
Şekil 5. Aktör-Aktör Etkileri	42
Şekil 6. Partner-Partner Etkileri	42
Şekil 7. Aktör-Partner Etkileri	42
Şekil 8. Partner-Aktör Etkileri	43
Şekil 9. Psikolojik İyi Oluş Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	48
Şekil 10. Yaşam Doyumu Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	49
Şekil 11. Depresyon Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	49
Şekil 12. Genel Kaygı Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	50
Şekil 13. Genel Stres Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	50
Şekil 14. Evlilik Uyumu Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	51
Şekil 15. Romantik Yakınlık Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	51
Şekil 16. İlişki Doyumu Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	52
Şekil 17. Diyadik Baş Etme - İyi Oluş Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	52
Şekil 18. Diyadik Baş Etme - Stres Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	53
Şekil 19. Diyadik Baş Etme - Depresyon Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	53
Şekil 20. Diyadik Baş Etme - Kaygı Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	54
Şekil 21. Diyadik Baş Etme - Stres Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	54
Şekil 22. Diyadik Baş Etme - Evlilik Uyumu Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	55
Şekil 23. Diyadik Baş Etme - Yakınlık Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	55
Şekil 24. Diyadik Baş Etme - İlişki Doyumu Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	56
Şekil 25. COVID-19 Stres Yayılma Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli	155
Şekil 26. COVID-19 Stres Yayılma Modeli	158

ÖZET

Bu çalışma Covid-19 pandemisinde evli çiftlerin evlilik kalitesi (evlilik uyumu, ilişki doyumu, romantik yakınlık) ve öznel iyi oluşları ile COVID-19 ile ilgili stres ve kaygı faktörleri arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkide diydik baş etme becerilerinin rolünü incelemeyi amaçlamıştır. Bu amaçla üç çalışma düzenlenmiştir. İlk çalışmada, COVID-19 ile ilgili stres ve kaygıyı ölçen bir ölçek geliştirilmiştir. İkinci çalışmada, bir dışsal stres faktörü olarak COVID-19 stres ve kaygısının bireysel ve ilişki değişkenleri ile ilişkisi kesitsel olarak incelenmiştir. Üçüncü çalışmada COVID-19 stres ve kaygısı hem dışsal hem de içsel stres faktörleriyle boylamsal/günlük olarak incelenmiştir. İlk çalışmaya 847 kişi katılmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik bulguları COVID-19 ile ilgili stres ve kaygıya yönelik fiziksel ve bilişsel semptomları ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymuştur. Kesitsel çalışma 102 çift ile yürütülmüştür. Bulgular, bireylerin COVID-19 ile ilgili stres ve kaygılarının kendi psikolojik semptomlarını ve iyi oluşunu etkilediğine fakat eşlerinin psikolojik semptomlarını ve iyi oluşlarını etkilemediğine işaret etmiştir. COVID-19 stres ve kaygısı yalnızca erkeklerin evlilik uyumunu ve ilişki doyumunu doğrudan olumsuz etkilemiştir. Erkeklerin COVID-19 stres ve kaygısı arttığında ise kadınların evlilik uyumu ve ilişkide hissettikleri yakınlık azalmıştır. Bireyin diydik baş etme becerilerini kullanmasının, partnerinin bireysel iyilik haline olumlu etkisi olmamış, ancak partnerinin romantik yakınlık, evlilik uyumu ve ilişki doyumunun artması ile ilişkili bulunmuştur. Partneri geçerli kılmaya yönelik duygu odaklı ve pozitif baş etme becerileri evlilik uyumunu artması ile ilişkili bulunmuştur. COVID-19 stres ve kaygısının varlığında, hem kadınların hem de erkeklerin bireysel iyilik halleri bu stres kaynağından etkilenmiş, ancak sadece erkeklerde bireysel stresi de aşır ilişkiye yansıyan bir geçiş olmuştur. 100 çiftle yürütülen günlük çalışmanın bulguları, pandemi sürecindeki hem dışsal, hem de içsel stres faktörlerinin çiftlerin günlük ilişki doyumlarını olumsuz etkilediğini; COVID-19 stres ve kaygısının içsel strese yayılma etkisi gösterdiğini ortaya koymaktadır. Diydik baş etme strese karşı koruyucu bir işlev görmektedir. Gün içerisinde partnere kendini açmak ve algılanan partner duyarlılığı romantik yakınlığı artırmıştır. Bulgular, ilişki kalitesini korumak için çiftlere, özellikle de erkeğe, stresi yönetmelerini sağlayacak baş etme mekanizmalarını sunmanın faydalı olabileceğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, dışsal stres, içsel stres, diydik baş etme, evlilik uyumu, romantik yakınlık, ilişki doyumu.

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationships between marriage quality (marital adjustment, relationship satisfaction, romantic intimacy), subjective well-being, and COVID-19 related stress and anxiety of married couples, and the role of dyadic coping among these relationships during the COVID-19 pandemic. The second study examined the relationships between the Covid-19 pandemic as an external stressor, marital quality variables, and dyadic coping in a cross-sectional design. The third study examined the COVID-19 pandemic, internal stress, and buffering effect of dyadic coping on individual and relational variables in a longitudinal/daily method design. 847 people participated in the first study. Validity and reliability findings revealed that the scale was a valid and reliable measurement tool to assess physical and cognitive symptoms of stress and anxiety related to COVID-19. The cross-sectional study was conducted with 102 pairs. The findings indicated individuals' COVID-19 stress and anxiety affected only their own psychological symptoms and well-being, but not their spouses' respective variables. COVID-19 stress and anxiety directly negatively affected only men's marital adjustment and relationship satisfaction. Women's marital adjustment and intimacy decreased when their spouses' COVID-19 stress and anxiety increased. Use of dyadic coping skills helped to increase partners' romantic intimacy, marital adjustment, and relationship satisfaction; but was not related to changes on partners' personal well-being. Emotion focused and positive dyadic coping skills were related to better marriage relationship quality. The findings suggested when there was an external stress, personal well-being of both partners were affected, but only men's stress crossed over the relationship. The daily study was carried out with 100 couples. The findings revealed both external and internal stress factors during the pandemic process negatively affected daily relationship satisfaction. The COVID-19 stress and anxiety had a spillover effect on internal stress. Dyadic coping had a buffering effect against stress. Self-disclosure to the partner and perceived partner sensitivity during the day increased romantic intimacy. The findings indicated couples, especially husbands, might be offered coping skills to better maintain high relationship quality.

Key words: COVID-19, external stress, internal stress, dyadic coping, marital adjustment, romantic intimacy, relationship satisfaction.

1. GİRİŞ

1.1. COVID-19 Pandemisi

Kasım 2019'da Çin'in Hubei Eyaleti, Wuhan Şehrinde pnömoni vakalarına benzer bir hastalık ortaya çıkmıştır (Miki, 2020; Ye, 2020). Yapılan araştırmalar, ortaya çıkan vakaların daha önce tanımlanmamış yeni bir tip koronavirüs olduğunu ortaya koymuştur. Dünya Sağlık Örgütü 30 Ocak 2020'de şiddetli akut solunum sendromu koronavirüsünün Uluslararası Öneme Sahip Bir Halk Sağlığı Acil Durumu olduğunu duyurmuştur (Planchuelo-Gómez vd., 2020; Ripon, 2020; Tull vd., 2020). COVID-19, 2003 yılında meydana gelen şiddetli akut solunum sendromu (SARS) salgınından bu yana en büyük atipik pnömoni salgını olarak kabul edilmiştir. Kalabalık hastaneler, ekipman, tedavi ve bilgi eksikliği, farmakolojik yetersizlikler, fazla sayıda morbidite ve mortalite küresel bir sağlık krizine yol açmıştır (Caillet vd., 2020).

Pandemi sürecinde COVID-19 salgını hızla yayılmıştır. Bu hızlı yayılımı durdurmak için tüm ülkeler çeşitli önlemler almışlardır. Pandeminin yayılmasını yavaşlatmak için pek çok devlet, nüfus içindeki fiziksel teması azaltan olağanüstü önlemler almıştır. Önlemler ülkeler arasında ve ülke içinde farklılıklar göstermektedir ancak temelde; toplantıların ve seyahatlerin yasaklanmasını, toplu etkinliklerin iptalini, kamu kurumlarının geçici olarak kapatılmasını, gerekli olmayan iş yerlerinin ve eğlence mekanlarının kapanmasını ve okulların ve üniversitelerin uzaktan eğitime geçmesini içermektedir. Birçok hükümet ve yetkili makam tarafından evde kalma çağrısı yapılmıştır veya evde kalmaya dair yasaklar getirilmiştir. Halka açık yerlerde maske takmak ve diğer insanlarla mesafeyi korumak gibi davranışsal önlemler birçok ülkede zorunlu hale gelmiştir (Brailovskia, 2020).

COVID-19 pandemisi sürecinde, fiziksel sonuçların yanında psikolojik sıkıntıların da üzerinde durulmasının gerekliliği anlaşılmıştır. Önceki araştırmalar, büyük felaketlerin fiziksel hastalıklara kıyasla psikolojik etkilerinin insanlar üzerinde daha geniş kapsamlı ve uzun süren etkiye sahip olduğunu öne sürse de, ülkeler ruh sağlığı planlaması ve kaynakları için çok daha az personel ve mali kaynak ayırmaktadırlar (Luo vd., 2020).

1.1.1. COVID-19 Pandemisinin Psikolojik Etkileri

COVID-19 pandemisinin birincil odak noktası virüsün bulaşmasını önlemek ve aşı bulmak olsa da, küresel olarak özellikle ruh sağlığı için etkilerinin çok olumsuz olabileceğinin farkına varılmıştır. Bunlar sağlık, yaşam ve küresel belirsizlikle ilgili anksiyeteden, sosyal mesafe şeklinde yaşamlara getirilen kısıtlamaların etkilerine kadar değişebilmektedir. Araştırmalar, pandemi sırasında depresyon, kaygı, stres, travma sonrası stres semptomları (TSSB), kafa karışıklığı, öfke, uykusuzluk başta olmak üzere çeşitli psikolojik belirtiler bildirildiğini ortaya koymuştur (Brailovskaia ve ark., 2020; Cai ve vd., 2020; Cabarkapa ve vd.,

2020; Florin ve vd., 2020; Mamun vd., 2020; Planchuelo-Gómez vd., 2020; Sun vd.,2020; Qasem Surrati ve vd., 2020; Xiao ve vd., 2020; Wang vd., 2020). Karantinada bildirilen stres, daha uzun karantina süresi olmasına dair olumsuz beklentiler, virüsün bulaşmasına dair korkuları, hayal kırıklığı, can sıkıntısı, yetersiz tedarik, yetersiz bilgi, mali kayıp ve damgalanmayı içermektedir (Krishnamoorthy vd., 2020; Lin vd., 2020; Rathod vd., 2020; Upadhyay vd., 2020). Gençlerin ve kadınların COVID-19 ile ilişkili uyku bozuklukları ve psikolojik sıkıntı (Casagrande vd., 2020 Sheraton ve vd., 202;) öğrencilerin ise depresyon, stres ve endişe geliştirme risklerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir (Hasan, 2020; Luo ve vd., 2020; Odriozola-González ve vd., 2020). Önceden var olan psikiyatrik bozuklukları olan bireylerin psikiyatrik semptomlarında kötüleşme yaşadıkları bildirilmiştir (Rathod vd., 2020). Pandemi sürecinde daha fazla günlük stresör belirten diğer gruplar arasında sağlık çalışanları, sağlık sorunları bulunan bireyler ve aşırı kalabalık hanelerde yaşayanlar bulunmaktadır (Wang ve vd., 2020).

Hem pandemi hem de karantina önlemleri, fiziksel, finansal ve psikolojik problemlere yol açma potansiyeline sahiptir. Pandeminin kendisi büyük olasılıkla bulaşma korkusu, hastalık ve ölümle ilgili endişeler ve gelecekteki sağlık ve ekonomik belirsizlikler hakkında endişe uyandırma ihtimali barındırmaktadır. Bu sıkıntı, virüsle ilgili çelişkili bilgiler, tıbbi net bir tedavinin olmaması, ölümler, enfeksiyon oranları, aşırı kalabalık hastaneler ve pandemi hakkındaki diğer olumsuz bilgiler hakkında medyanın da etkisiyle daha da alevlenmektedir. Pandemiye bağlı zorunlu karantina önlemleri, sosyal izolasyon, gelir kaybı, aktivite kısıtlamaları ve can sıkıntısı gibi stres faktörleri başka bir rahatsızlık kaynağıdır (Pakenham vd., 2020).

COVID-19 sırasında sosyal izolasyon ile psikolojik rahatsızlık ilişkili bulunmuştur. Psikolojik esneklik ise sosyal izolasyonun psikolojik sıkıntı üzerindeki olumsuz etkilerini engellemektedir. Belirsizliğe tolerans gösterebilen bireylerde sosyal izolasyonun sıkıntı üzerindeki olumsuz etkileri engellenmekte olduğu görülmüş olup, psikolojik esnekliğin desteklenmesi gereken bir kavram olduğu önerilmiştir (Smith vd., 2020, Dawson vd., 2020). Ayrıca fiziksel aktivitenin önemli bir koruyucu görevi olduğu gözlenmiştir (Brailovskaia ve ark., 2020).

Pandemi sürecinde duygu düzenleme becerilerini kullanmanın kişilerdeki anksiyete, depresyon ve stresi kontrol etmede etkili olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda aile ve arkadaş desteği gibi sosyal destek faktörlerinin de kişilerin karantina süreçlerinde psikolojik yüklerini azaltmada etkili olduğuna işaret edilmiştir (Bourion-Bédès ve vd., 2020; Luo ve vd., 2020). Psikolojik dayanıklılık ve olumlu başa çıkma stratejileri kullanmanın psikolojik iyi oluş üzerinde koruyucu bir rol oynadığı; ancak olumsuz başa çıkma stratejilerini kullanmanın ruh sağlığı için bir risk faktörü olduğu gözlenmiştir (Zhang ve vd., 2020, Yang ve vd., 2020).

Türkiye’de COVID-19 pandemisinin ve karantinanın psikolojik etkilerinin incelendiği çalışmalar, evcil hayvan sahibi olma, yaşanılan ev ortamı ve sosyoekonomik düzeyin yüksek olmasının koruyucu; belirsizliğe tahammülsüzlük, boş zaman değerlendirememesi, sosyal medyada ve özellikle Twitter’da geçirilen sürenin uzun olmasının ise psikolojik olarak olumsuz hissetmede risk faktörü olduğunu göstermiştir (Öztürk vd., 2020). Pandeminin insanların hayatında olumsuz olarak değiştirdiği etmenler sosyal hayat, yakın ilişkiler ve ekonomik hayat olarak sıralanmıştır. İnsanlarda kaygı, korku ve öfke gibi duygular tetiklendiği ileri sürülmüştür. COVID-19 karşısında hissedilen korkunun kadınlarda daha fazla olduğu tespit edilmiştir (Hatun vd., 2020). Bir diğer araştırmada ise pandeminin psikolojik iyi oluşu olumsuz etkilediği görülmüştür (Çiçek ve Almalı, 2020). 422 katılımcının katıldığı bir çalışmada, kadınların kaygı düzeyleri erkeklere oranla daha yüksek çıkarken, bekar kişilerde kaygı seviyesi daha yüksek olduğu görülmüştür. (Çölgeçen ve Çölgeçen, 2020).

1.1.2. COVID-19 Pandemisi ile İlgili Geliştirilen Ölçekler

COVID-19 pandemisinin ortaya çıkışından bu yana pek çok ölçek geliştirilmiştir. Türkçe literatürde pandemiye yönelik hem adaptasyonu yapılan hem de geliştirilen ölçekler bulunmaktadır. Lee ve arkadaşları (2020) tarafından geliştirilen Koronavirüs Anksiyete Ölçeği (CAS) kaygı semptomlarını ölçmektedir. Ölçeğin kısa formunun Türkçe geçerlik– güvenirlik çalışması Biçer ve arkadaşları (2020) tarafından yapılmıştır. Ölçek 5 soru ve tek faktörden oluşmaktadır. CAS’ın, diğer psikiyatrik tarama testleriyle karşılaştırılabilir tanısal niteliklere sahip stabil ve değişmez bir faktör yapısı gibi sağlam psikometrik özelliklere sahip olduğu gösterilmiştir (Lee ve vd., 2020).

Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan bir diğer ölçek ise “COVID-19 Korkusu Ölçeği”dir. Ölçek Ahorsu ve arkadaşları (2020) tarafından geliştirilmiş olan ölçek COVID-19’a yönelik korkuları, ölüm korkusunu, virüs bulaşma endişesini ve bu endişeler sonucunda oluşan fiziksel belirtileri ölçen alt boyutlardan oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe adaptasyonu Satıcı ve arkadaşları (2020) tarafından yapılmıştır.

Geniş ve arkadaşları (2020) COVID-19 pandemisiyle ilgili tutum ve algıları ölçen bir dizi ölçek geliştirmişlerdir: 1) COVID-19 Hastalık Algısı Ölçeği ile COVID-19’un yarattığı tehlikeye ilişkin algıları ve inancıları kapsamaktadır. Ölçeğin bulaşıcılık boyutunda ise virüs bulaşılacağına ilişkin algılar ölçülmektedir. 2) COVID-19’un Nedenleri Algısı Ölçeği hastalığın nedenlerine ilişkin komplo inançlarını, COVID-19’a ilişkin dini ve ruhsal algıları, çevreye ilişkin algıyı ölçmektedir. 3) COVID-19’un Kontrolü Algısı Ölçeği ise makro kontrol (kurumsal, ulusal ya da küresel düzeyde alınan tedbirlerin etkililiğine dair inançları, kişisel tedbirlerin etkililiğine dair inançları ve hastalığın kontrol edilebilirliğine dair algıları ölçmektedir. 4) COVID-19’dan Kaçınma Tutumları Ölçeği bilişsel ve davranışsal kaçınmaları değerlendirmektedir. 5) COVID-

19 Aşısına Yönelik Tutumlar Ölçeği aşıya yönelik olumlu ve olumsuz tutumları ölçmektedir (Geniş ve vd., 2020).

Koronavirüs-19 Fobisi Ölçeği korona virüse karşı gelişebilen fobiyi ölçümlemek üzere geliştirilmiş, 5 dereceli Likert tipi bir öz değerlendirme ölçeğidir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik katsayıları güçlüdür. Ergenlerden yaşlılara kadar geniş bir grup yelpazesinde kullanılabilir. 4 faktörlü ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçek psikolojik, psikosomatik, ekonomik ve sosyal faktörleri ölçmektedir (Arpacı ve vd., 2020). Alanyazındaki ölçekler incelendiğinde pandeminin başlangıcından bu yana psikolojik ve davranışsal özellikleri ölçmek üzere çeşitli ölçme araçlarının geliştirildiği görülmektedir. Bununla beraber bu çalışmanın tasarlandığı dönemde (pandeminin erken safhası) COVID-19'a yönelik stres ölçen bir ölçek bulunmamaktaydı. İlişkilerde stres ve kaygının etkilerini araştırmayı hedeflediğimiz bu çalışma için COVID-19 stres ve kaygısını ölçen bir ölçek geliştirme ihtiyacı doğmuştur.

1.1.3. COVID-19 Pandemisinin İlişkiler Üzerindeki Etkileri

COVID-19 pandemisi tüm dünyada sosyal hayatı etkilemiştir. Birçok ülkede, ebeveynler ve çocuklar evde ve birlikte daha fazla zaman geçirmişlerdir. Bu sebeple ebeveynler arasındaki etkileşim ve ebeveynlerin çocukları ile olan etkileşimi fazlasıyla artmıştır (Uzun ve vd., 2020). Romantik ilişkiler üzerine yapılan araştırmalar, ekonomi, zorlu işler ve felaketler gibi dışsal stres faktörlerinin çiftlerin ilişkilerinin kalitesini ve istikrarını tehdit edebileceğini göstermektedir (Pietromonaco ve Overall, 2020). Örneğin, Amerika'da yapılan bir çalışmada, ilişki içindeki bireylerin %34'ü, COVID-19'un yayılması ve bununla ilgili kısıtlamalar nedeniyle romantik partnerleriyle çatışma yaşadıklarını bildirilmişlerdir (Luetke ve vd., 2020).

Pandeminin başlangıcından hemen önce (Aralık 2019) ve pandeminin erken aşamalarında (Mart 2020) yürütülen boylamsal bir çalışmada ilişki tatmininde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır fakat pandemi öncesi ilişkilerini daha uyumlu olarak gören çiftlerin pandemi sürecinde de uyumları kısmen artarken, ilişkilerini daha olumsuz olarak gören çiftlerin ise yaşadıkları çatışmalar arttığı bildirilmiştir. (Williamson, 2020).

Genel olarak COVID-19 pandemisinin ilişki kalitesi üzerindeki etkilerine bakılan çalışmalarda pandeminin çiftlerin ilişkileri üzerinde olumsuz etkileri olduğu gözlenmektedir (Schmid ve vd., 2020; Reizer ve vd., 2020). Pandeminin aile uyumuna dair etkilerini inceleyen bir çalışmada ise aile memnuniyetinde genel bir düşüş olduğu gösterilmiştir (Möhring ve vd., 2020). Pandemi sürecinde bireysel psikolojik sağlığı ölçen çalışmalar mevcut olsa da, evli çiftlerin uyumlarını inceleyen çalışma sayısı oldukça azdır. Bu sebeple bu çalışmada COVID-19 pandemisinin evlilik uyumu üzerindeki etkileri kesitsel ve boylamsal olarak incelenecek olup, çalışmanın bu yanıyla literatüre katkıda bulunması beklenmektedir.

1.2. Evlilik İlişisini Etkileyen Faktörler

Evlilik insanların yaşamlarında oldukça önemli bir yere sahiptir. Uyumlu bir evlilik çiftlerin kendilerini o evlilikte mutlu hissetmeleri ile ilişkili bulunmuştur. Evlilik uyumu daha az psikolojik sıkıntı ve daha yüksek benlik saygısı ile ilişkilidir. Evlilik uyumunun evliliğin ilk birkaç yılında zirve yapma ve 10-20 yıl boyunca düşüş eğiliminde olduğu ileri sürülmüştür.(Patrick ve vd., 2007). Kültürlere göre farklılık gösterse de Türkiye örnekleminde çocuk sayısı genellikle daha düşük evlilik uyumu ile ilişkilidir (Karayağız, Taş ve Hamurcu 2019; Şendil ve Korkut, 2008). Çoğu çalışma, kadınların erkeklerden daha düşük evlilik uyumu bildirdiklerini bulmuştur. Daha düşük gelir, daha az evlilik doyumu ve evlilikte daha fazla psikolojik sıkıntı öngörmektedir (Cirhinlioğlu vd., 2017). Evlilik uyumuna birçok değişken etki etmektedir. Bu değişkenleri saptamak amacıyla ülkemizde de çalışmalar yapılmaktadır. Evlilik uyumuna etki eden faktörler arasında evlilikte kalınan süre, erkeğin yaşı, çiftin mizah özellikleri, kaygı düzeyleri, stres ile baş etme biçimleri, evlilik süresi, ekonomik faktörler, çocuk sahibi olma ve yaş bulunmaktadır (Aktaş, 2009; Altun vd., 2020; Baltık ve Kalkan, 2017; Polat, 2014).

Genel olarak, evlilik kalitesi, bir kişinin ilişkisinde ne kadar mutlu veya tatmin olduğunu ifade eder. Evlilik kalitesini yordayan çeşitli değişkenler mevcuttur. Bunlar, çiftlerin uyum içinde olması, iletişim kurabilmeleri, çocuk bakımını paylaşmaları, birlikte zaman geçirebilecekleri aktivite planları yapmalarını, problemler karşısında ortak hareket edebilmelerini, birlikte yaşama veya evli olma durumunu kapsamaktadır (Gürel ve Çopur, 2020). Evlilik kalitesi ebeveynliğe geçiş, iş stresi, ekonomik stres, partnerin sağlıksız olması gibi stresli yaşam olaylarından etkilenebilmektedir. Öte yandan, evlilik kalitesi düşük olan çiftler, genel sağlık problemlerinin yanı sıra depresyon, kaygı, stres gibi olumsuz psikolojik sonuçlar ile karşılaşma riski altındadır (Omani-Samani vd., 2018). Evlilikte ilişki kalitesinin bileşenlerini inceleyen bir gözden geçirme çalışmasında ilişki kalitesini yordayan çeşitli değişkenler dikkat çekmektedir. Bunlar, kendini geliştirme, kişilik, duygusal zeka, iletişim biçimi, partner desteği ve ekonomik faktörlerdir (Farooqi, 2014).

Evlilik doyumu bireylerin evliliklerinden aldıkları tatmindir. Evlilik doyumunun evlilik ilişkisinde geçirilen yıllara bağlı olmadığı, ancak benlik saygısı, iletişim kurma becerisi gibi diğer unsurların, tatmin edici bir evlilik yaşamını inşa etmeye ve sürdürmeye yardımcı olabileceği tespit edilmiştir (Oprisan ve Cristea, 2012). Evlilik doyumunu yordayan diğer faktörler arasında algılanan eş desteği, cinsel yaşam doyumu ve eğitim düzeyi gelmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Evlilik doyumunu artırıcı faktörlerden biri de ritüellerdir. Örneğin doğum günü kutlamalarının her yıl düzenli yapılması, bayramlar gibi özel günlerde klasik hale gelen bazı aktivelerin olması evlilik doyumunu artırıcı bir rol üstlenmektedir (Crespo vd., 2008). Birlikte yaşayan çiftlerin evlenen çiftlere göre daha sık ayrılık planları olduğu ve ilişkilerinden daha az memnun oldukları gösterilmiştir (Brown ve Booth, 1996; Wiik vd., 2012).

Evlilik uyumu ile ilişkili faktörlerden bir diğeri ise ekonomik kaynaklardır. Ekonomik zorluk içinde bulunan evli çiftlerde çatışmanın daha çok olduğu bulunmuştur (Hardie ve Lucas, 2010; Şendil ve Korkut, 2008). Ekonomik düzey ile evlilik memnuniyeti arasındaki ilişkiyi inceleyen boylamsal bir çalışmada ise ekonomik düzeye göre evlilik uyumunun farklılık göstermediği fakat daha düşük sosyoekonomik seviyeden olan insanların evlilik memnuniyetlerinde çok daha sık dalgalanmalar görüldüğü tespit edilmiştir (Jackson vd., 2017).

Evlilik uyumu ile kişilerin evleniş şekli arasında da bir ilişki bulunmaktadır. Görücü usulü evlilikler ile aşk evliliği yapanların katıldığı bir çalışmada aşk evliliği yapanların evlilik uyumları daha yüksek çıkmıştır (Kaur ve Bhargava, 2016).

İş yoğunluğunun artması daha düşük evlilik doyumu ile ilişkili bulunmuştur. 172 heteroseksüel çiftten, evliliğin ilk 4 yılı boyunca 6 ayda bir toplanan sekiz veri dalgası kullanılarak kendisinin ve partnerinin iş yükü ile evlilik doyumu arasındaki ilişki araştırılmıştır. Yüksek iş yükünün aile hayatı üzerinde uzun vadeli olumsuz sonuçları olduğu tespit edilmiştir (Lavner ve Clark, 2017).

Türkiye’de yapılan ve evlilik uyumunu etkileyen faktörleri tespit etmeyi amaçlayan bir çalışmada evlilik uyumunu etkileyen en önemli faktörün duygu dışavurumu olduğu tespit edilmiştir. Bulgular duygusal tepkinin eşe olumlu yansıtılmasının diğer tüm etmenlerin önüne geçerek evlilik uyumunu yordayan ana faktör olduğuna işaret etmiştir (Kışlak ve Göztepe, 2012). Yine Türkiye’de yapılan başka bir çalışmaya evli kadınlar dahil olmuştur. Çalışma bulguları, katılımcıların neredeyse hepsinin evlilik uyumlarının düşük bulunduğuna işaret etmiştir. Evlilik uyumunu düşüren faktörler arasında ise çocuk sahibi olma, gece çalışma ve eşlerinin yaş durumu olduğu tespit edilmiştir (Altun vd., 2020).

Sağlıklı ve uzun süreli evlilik ilişkilerinin sürdürülmesinde iletişimin rolü önemlidir. Özellikle yapıcı tarzda iletişim kurmak çiftlerin evlilikten aldıkları doyumu artırmaktadır (Eftekharı vd., 2018). Evlilikte çatışma tarzları ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada tartışma esnasında karşı tarafa önyargılı olmadan daha olumlu algılamaya çalışan çiftlerin ilişkilerinden duydukları doyum daha yüksektir (Segrin vd., 2009).

1.2.1. Evlilikte Öznel İyi Oluş

Öznel iyi oluş üzerinde çalışan araştırmacılar, insanların kendileri için neyi iyi bir yaşam olarak göreceğine dair bir fikirde bulunmazlar, bunun yerine, araştırmaya katılanların en önemli gördükleri kriterlere dayanarak, katılımcıların kendi beyan ettikleri fikirlere güvenmektedirler. Öznel iyi oluş alanındaki araştırmacılar, insanların kendi yaşamlarına ilişkin değerlendirmelerinin önemli olduğunu ve iyi yaşamın bir yönü olarak görülmesi gerektiğini iddia ederler (Diener vd., 2018). Başka bir deyişle öznel iyi oluş, bir kişinin yaşam kalitesinin kendi bakış açısından genel bir değerlendirmesini yansıtmaktadır (Diener vd., 2018).

Erken yaşta evlilik yapan kadınların öznel iyi oluşları, genellikle evlilik kurumuna erken geçişlerinden önemli ölçüde etkilenmektedir. Evliliklerini erken olarak algılayan kadınların olumsuz duygular, evliliklerini zamanında algılayanların ise olumlu duygular bildirdikleri ortaya koyulmuştur. Evli kadınların olumlu deneyimleri, çocuk doğurma, yüksek sosyal statü, sosyal destek alma ve evliliklerinde ihtiyaçların karşılanması olarak karakterize edilmiştir. Rapor edilen zorluklar arasında düşük sosyoekonomik durum, yetersiz ebeveynlik becerileri, hamilelik ve doğumla ilgili sıkıntılar yer almaktadır. Evliliklerinin erken olduğuna dair genel algıları olan evli kadınlar, buna rağmen evliliklerinde olumsuz sonuçlara göre daha çok olumlu sonuçlar ifade etmişlerdir (Baba, Yendork ve Atindanbila, 2020).

Evli olan çiftlerin öznel iyi oluşlarının bekar veya dul olan katılımcılara göre daha yüksek olduğuna işaret edilmiştir (Wadsworth, 2015). Yaşam doyumu, öznel iyi oluş ve evlilik arasındaki ilişkileri inceleyen, hem kesitsel hem de boylamsal olarak yürütülen bir çalışmada 4 ana sonuç ortaya çıkmıştır: İlki evli bireylerin bekar bireylere göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğudur. İkinci olarak, öznel iyi oluş evlilikten hemen sonra hızla artmaktadır. Bu durum zaman geçtikçe ilk zamanlara göre azalsa da bekar bireylere göre daha yüksek kalmaya devam etmektedir. Üçüncü sonuç ise evlilik memnuniyetinin ve öznel iyi oluşun orta yaşlarda en az seviyeye indiğine işaret etmektedir, ancak öznel iyi oluşun orta yaşta bekar bireylerde de aynı oranda düşmekte olduğu gözlenmiştir. Son olarak, eşleri ile aynı zamanda yakın arkadaş olduklarını belirten bireylerin öznel iyi oluşları diğer evli çiftlere ve bekar bireylere göre neredeyse 2 kat daha yüksektir (Grover ve Helliwell, 2017).

En az 1 yıldır evli olan 317 katılımcının dahil olduğu çalışmada evli bireylerin öznel iyi oluşlarını etkileyen faktörler olarak evlilikte problem çözme becerisi, evlilik uyumu ve kontrol odağı bulunmuştur (Canbulat ve Çankaya, 2014). 263 evli kişinin katıldığı bir çalışmada evlilik doyumunun öznel iyi oluşu yordadığı bulunmuştur (Bayer, 2016). Öznel iyi oluş en yüksek düzeyde evli bireylerin bildirdikleri, bunu birlikte ilişki yaşayan çiftler, sürekli flört yaşayan çiftler, gündelik flört ilişkisi yaşayan ve seyrek olarak çıkan bireylerin izlediği bulunmuştur. Mutlu ilişkilerdeki bireyler, ilişki durumundan bağımsız olarak, mutsuz ilişkilerdeki bireylere göre daha yüksek düzeyde öznel iyi oluş bildirmişlerdir. (Dush ve Amato, 2005; Wadsworth, 2015). Öznel iyi oluş ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir (Scorsolini-Comin ve Santos, 2012).

Kesitsel çalışmalar medeni durum ile öznel iyi oluş arasında güvenilir bir ilişki olduğunu göstermesine rağmen, yapılan boylamsal bir çalışma evlilikten sonra mutluluğun arttığı fikrine destek göstermemiştir. Aksine, evlenen katılımcılar kısa vadeli artışlardan sonra evliliğin başındaki öznel iyi oluş seviyelerine geri dönmüşlerdir. Bu bulgu, bireylerin evlilikten sonra öznel iyi oluşlarında kalıcı bir artış elde etmediklerine işaret etmektedir (Lucas ve Clark, 2006).

1.2.2. Evlilikte Psikolojik İyi Oluş

Psikolojik iyi oluş genel anlamda iyi olma halini anlatmaktadır (Özmete, 2016). Psikolojik iyi oluş bireyin kendisini olumlu olarak algılamasını, güçlü ve zayıf yönlerini bilmesini, kendini tanıyarak özgür olarak hareket edebilmesini içermektedir (Sarı ve Çakır, 2016). Psikolojik iyi oluşa dair 6 faktör tanımlanmaktadır. Bu faktörler, kendini kabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, otonomi, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim ve yaşam amacıdır (Keyes vd., 2002).

Psikolojik iyi oluşun evlilik doyumunun önemli yordayıcılarından biri olduğu tespit edilmiştir (Çelebi ve Polat, 2019; Öz ve Tatar, 2020). 93 çalışmanın incelendiği bir meta-analiz çalışmasında psikolojik iyi oluş ve evlilik kalitesi arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre psikolojik olarak iyi olma hali arttıkça kişilerin evlilikten aldıkları doyum da artmaktadır (Proulx vd., 2007). Ayrıca, evli olmanın da psikolojik iyi oluşu yordadığı tespit edilmiştir (Kim ve McKenry, 2002). Medeni durumun erkeklerin psikolojik iyi oluşu için kadınlardan daha önemli olduğuna işaret edilmiştir. Evlilik kalitesi ise kadınların psikolojik iyi oluşunu yordamaktadır. Bir başka deyişle evli olan erkeklerin psikolojik iyi oluş düzeyleri yüksek çıkarken, evlilik kalitesi yüksek olan kadınların psikolojik iyi oluş düzeyleri yüksek çıkmaktadır (Williams, 2003).

1.2.3. Evlilikte Yaşam Doyumu

Yaşam doyumu, psikolojik sağlık ve iyilik halinin temel bir göstergesi olan mevcut yaşam kalitesinin öznel olarak değerlendirilmesidir (Li vd., 2021). Yaşam doyumu düşük olan kişiler, yaşam doyumu yüksek olanlara kıyasla, olumsuz geribildirime karşı daha az esnek olma ve olumsuz öz-biliş gösterme eğilimindedirler. Stres ve depresif belirtiler arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracı etkisinin olduğu görülmüştür (Kyeong vd., 2020).

Yaşam doyumu ile evlilik arasındaki ilişkiyi inceleyen boylamsal bir çalışmada içedönük kadınların ve dışadönük olan erkeklerin evliliğe bağlı olarak daha fazla yaşam doyumu hissettikleri ortaya çıkmıştır (Boyce vd., 2016). Başka bir çalışmada evlilik uyumunun yaşam doyumunu ve mutluluğu etkilediği tespit edilmiştir. Kişilerin evlilik uyumları ne kadar yüksek çıkarsa, yaşamdan aldıkları doyum ve mutlulukları da o kadar artmaktadır (Ümmet, 2017). Evlilik doyumundaki azalmalar özellikle kadınların yaşam doyumları üzerinde negatif bir etkiye sahiptir (Çelebi ve Polat, 2019). Ünüver ve Tagay'da 2000 yılında yaptıkları çalışma ise yaşam doyumunun evlilik uyumunu yordamada önemli bir etkisi olduğunu ortaya koymuştur.

Evlilik doyumunun yaşam doyumunu etkilemekte (Kasapoğlu ve Yabanigül, 2018), eğitim düzeyi arttıkça yaşam ve evlilik doyumu artmaktadır. Gelir düzeyi ile evlilik doyumu arasında ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır fakat gelir düzeyi ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki ortaya konmuştur. Yüksek gelir grubunda olan bireylerin yaşam doyumları daha yüksektir. İlişki tipi ile evlilik ve yaşam doyumu arasında da ilişki vardır. Flört

ederek evlenen kişiler, akraba evliliği yapan kişilere göre daha yüksek evlilik ve yaşam doyumu bildirmişlerdir (Yıldız ve Çevik, 2016).

1.2.4. Evlilikte Yakınlık

Yakınlık karşılıklı anlayış, samimiyet ve şefkat duygularını içerir ve yakın ilişkilerin en temel bileşenlerinden biridir (Reis ve Shaver, 1988). Yakınlık diğer kişiyi kabullenmeyi, anlamayı ve bu süreçlere dikkat etmeyi kapsamaktadır (Abraham ve Malherbe, 2001). Yakınlık fikir, bilgi, ve değer paylaşımı, ortak etkinlik yürütme ile cinsellik, el ele tutuşma gibi sevgi eylemlerini de içermektedir (Patrick ve vd., 2020). Yakınlığın kişilerarası süreç modeli, kendini açma ve destek sağlama davranışlarının (partner duyarlılığı) yakınlığı sürdürdüğünü ortaya koymuştur (Reis ve Shaver, 1988). Destek sağlamak partneri geçerli kılmak ve anladığını hissettirmek şeklinde gerçekleşebilmektedir. Anladığını hissettirmek ve geçerli kılmak birbirlerini tamamlayan unsurlardır (Cordova ve Scott, 2001; Gottman, Markman ve Notarius, 1977; Reis ve Shaver, 1988).

Evlilikte yakınlığı arttıran bazı faktörler arasında evlilik süresi, karşılıklı fedakarlıkta bulunma, minnettarlık, ortak aktiviteler düzenleme, ebeveynlik ve dinin gelmektedir. Özellikle karşılıklı fedakarlık ve birbirine minnet duymanın yakınlık üzerinde güçlü etkisi olduğu tespit edilmiştir (Kamali ve vd., 2020). Evlilik uyumunu arttıran önemli faktörlerden biri de yakınlıktır (Laurenceau ve vd., 2005; Stadler vd., 2012; Greeff ve Malherbe, 2001). Yakınlığın çift uyumunu arttırdığı tespit edilen başka bir çalışmaya evli çiftler, evli olmayıp birlikte yaşayan çiftler ve flört aşamasında olan çiftler katılmıştır. İlişki süresi uzadıkça yakınlığın arttığı tespit edilmiştir. Evli olmanın yakınlık ve ilişki doyumunu yordayan önemli bir değişken olduğu gözlenmiştir (Moore vd., 2001; Patrick ve vd., 2020).

1.2.5. Evlilikte Kendini Açma

Kendini açma, benlik hakkındaki herhangi bir bilgiyi başka bir kişiye iletmeyi ifade etmektedir (Grover vd., 2020). Kişinin kendisiyle ilgili deneyimleri, düşünceleri ve duyguları başkalarına açıklaması ise kendini açmanın başka bir tanımıdır (Voncken vd., 2020).

Eşe kendini açma ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki tespit edilmiştir (Gürer, 2019). Kendini açmanın aynı zamanda eşler arasındaki yakınlığı yordadığı da ortaya konmuştur (Greeff ve Malherbe, 2001). Kendini açma ile eşler arasında yakınlık ve destek arasında pozitif yönde bir ilişki mevcuttur (Çağ ve Yıldırım, 2018).

Eşlerin evliliklerinde kendini açma düzeylerinin birbirine yakın olduğu tespit edilmiştir. Yaş, evlilik süresi ve çocuk sayısı kendini açma düzeyini azaltan faktörler olarak belirmiştir (Antill ve Cotton, 2007). 116 Yunan ve 77 Singapurlu evli çift arasında yapılan çalışmada kendini açmanın algılanan evlilik doyumu üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Her iki örneklemede de kendini açmanın evlilik doyumunu yordamada önemli olduğu tespit edilmiştir. Singapurlu çiftlerde, kadının kendini açma davranışı kocasının evlilik doyumuyla önemli ölçüde ilişkili

bulunmuş ancak erkeğin kendini açma davranışı karısının evlilik doyumunu etkilememiştir. Yunan çiftlerinde ise bunun tam tersi ortaya çıkmıştır (Quek vd., 2015).

1.2.6. Evlilikte Partner Desteğinin Etkileri

Partnerden destek algılamak, kişilerin eşlerinin duygularına, endişelerine ve ihtiyaçlarına cevap verdiklerini hissetmelerini sağlamaktadır. Algılanan partner desteği sevgiyi, yakınlığı ve ilişki kalitesini yordamaktadır (Girme vd., 2019).

Evlilikte yeterli destek, özellikle stres zamanlarında daha fazla evlilik memnuniyeti ile ilişkilidir. İki tür partner desteğinin evlilik ilişkisine zararlı olabileceği öne sürülmüştür: yetersiz destek ve aşırı destek. Örneğin bir sorunun üstesinden gelmek için çok fazla tavsiye vermek gibi bir desteğin aşırı sağlanmasının yetersiz destek sağlanmasından daha zararlı olduğu düşünülmektedir (Brock and Lawrence, 2014). Algılanan eş/ partner desteğinin düşük olmasının sadece kadınlar için daha yüksek depresyon puanları ile ilişkili olduğu; algılanan yüksek eş/ partner desteğinin her iki partner için de daha düşük depresyon puanları ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Choi ve Ha, 2010). Başka bir çalışmada, 4 haftalık bir süre boyunca 85 çiftte her iki partnerden alınan ve verilen duygusal destek ile ilgili günlük ruh hali raporları takip edilmiştir. İlişkilerdeki karşılıklı partner desteği daha yüksek seviyelerde pozitif ruh hali ve daha düşük seviyelerde negatif ruh hali ile ilişkilendirilmiştir (Gleason vd., 2003).

Çiftlerin hissettiği yakınlık ve psikolojik semptomlar ilişkilidir. TSSB semptom şiddeti yüksek olan bireylerde partnerden ilgi, anlayış ve geçerli kılma görmek daha yüksek seviyede negatif duygular ile ilişkili iken, yüksek seviyede TSSB olan bireylerde partnere bakım sağlamak ve ilgi göstermek daha düşük seviyede öfke, suçluluk ve üzünlüğün azalması ile ilişkili bulunmuştur (Leifker ve Marshall, 2019). Başka bir çalışma ise kişinin eşinden aldığı partner desteğinin stres ve anksiyete belirtilerini azaltmadaki önemine işaret etmiştir (Racine vd., 2019). Ayrıca kendilerini daha etkili partner desteğine sahip olarak algılayan kadınlar, hamileliğin ortasında daha az kaygı bildirmiş ve hamileliğin ortasından sonlarına kadar kaygılarında bir azalma görülmüştür (Rini vd., 2006).

1.2.7. Evlilikte Stres

Stres olaylar karşısında bireyin başa çıkamayacağını düşünmesi ile ortaya çıkmaktadır. Stres vücutta fiziksel, zihinsel ve duygusal etkiler bırakmaktadır. Stres; suçluluk hissi, üzüntü, öfke, uyku bozuklukları, hızlı kilo alma veya kaybetme, dikkat ve konsantrasyon eksiklikleri, olumsuz düşünceler, huzursuzluk hissi ve iletişim eksikliği gibi belirtileri göstermektedir (Yılmaz vd., 2017).

Stres kelimesi genel olarak olumsuz çağrışımlara sahip olsa da, stres hayatın tanıdık ve her yerde bulunan bir yönüdür. Bazıları için uyarıcı, bazıları için ise yüküdür (Dhabhar, 2014). Stres, insan hayatının birçok alanına etki etmektedir. Bu alanlardan biri de evliliğdir. Evlilik içinde sürekli hissedilen ruhsal gerilim haline evlilik stresi denmektedir. Evlilik uyumu ile stres

düzeyi arasında yakından ilişki bulunmaktadır (Özkan, 2018; Umberson vd., 2005). Evlilik uyumu ile stres düzeyi arasındaki ilişki negatif yöndedir (Akçora, 2018). Araştırmalar, stresin evlilik doyumu ve süresi için bir tehdit olduğunu göstermektedir (Randall ve Bodenman, 2009). Yaşları 55 ile 75 arasında değişen evli çiftlerde yakınlık, evlilik kalitesi ve günlük stres arasındaki ilişki değerlendirilmiştir. Kesitsel olarak gerçekleştirilen bu çalışmada bulgular, günlük stresin hem kadınlar hem de erkekler için evlilik kalitesi ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu; hem kadınlar hem de erkekler için stres ve evlilik kalitesi arasındaki ilişkiye yakınlığın aracılık ettiğini göstermiştir (Harper vd., 2000).

Evliliklerde stres faktörü olan ve evlilik uyumunu olumsuz yönde yordayan çeşitli değişkenler vardır. Bunlar arasında psikiyatrik tanı alma, evlenmeden önce yaşanan ev ortamının sorunlu olması, travmaya sebep olabilecek büyük yaşam olayları, partnere empati gösterememe ve destek vermeme, olumsuz iletişim kalıpları, yaşanan sağlık sorunları, iş yerinde yaşanan stres ve ekonomik faktörler gelmektedir (Bodenmann vd., 2007).

Günlük güçlüklerin neden olduğu stres, evlilik içi işlevsellik ve psikolojik sıkıntı arasındaki ilişki incelenmiştir. Bulgular evlilik işleyişinin erkeklerde stres ve psikolojik sıkıntı arasında koruyucu bir rol oynayabildiğini, ancak kadınlarda böyle bir ilişki olmadığını ortaya koymuştur. Daha düşük evlilik işlevine sahip erkekler, stresli olmayanlara göre stres yaşadıklarında önemli ölçüde daha yüksek düzeyde psikolojik sıkıntı yaşamaktadırlar (Villeneuve vd., 2014).

Stres çift ilişkisinin içinden veya dışından kaynaklanabilmektedir. Dışsal stres faktörleri ilişkinin dışındaki etmenlerdir. Bunlar iş yerinde stres, ekonomik stres, ebeveynlerin yarattığı stres ve arkadaşların yarattığı stres gibi faktörlerdir. Çocuklarla ilgili stres de genel olarak dışsal stres olarak tanımlanır. İçsel stres ise ilişki içindeki ikiliden kaynaklıdır. Bunlar, partnerler arasında oluşan farklı hedefler, tutumlar, ihtiyaçlar ve arzulardan, bir partnerin diğerini rahatsız eden alışkanlıklarından veya partnerler arasında uyumsuzluktan kaynaklanan çatışmaları ve gerilimleri içermektedir (Randall ve Bodenman, 2009; Randall ve Bodenman, 2017). Evliliğin dışında yaşanan stresli deneyimler (örneğin, iş stresi veya mali durum) genellikle kötü ilişki işleyişi ve düşük evlilik doyumu ile ilişkilendirilmiştir (Buck ve Neff, 2012). İlişki dışındaki ve içindeki günlük stres ile çatışma durumlarında iletişim biçimindeki evlilik işlevselliği ve evlilik kalitesi arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışma, bireyin ilişki stresinin, partnerinin dışsal stresi yerine kişinin kendi dışsal stresi ile daha güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu ortaya çıkarmıştır. Bulgular, ilişkilerde hem düşük ilişki stresinin hem de yüksek düzeyde olumlu iletişimin önemli olduğunu göstermektedir (Ledermann vd., 2010).

İnsanlar yaşadıkları stresli olaylar karşısında çeşitli baş etme tutumları geliştirirler. Bu baş etme tutumları evlilik uyumunun düzeyini etkilemektedir. Stres ile başa çıkma tarzları ile evlilik doyumu arasında ilişki bulunmaktadır. Problem odaklı başa çıkmayı kullanan kadınların

daha fazla evlilik doyumu yaşadıkları gösterilmiştir (Mahmoodi, 2011). Bir çalışmada, problem odaklı baş etme tutumunu daha çok benimseyen çiftlerin evlilik uyumları daha yüksek çıkmıştır (Bıyıkoglu, 2012). Evlilik uyumu ile pozitif yönde ilişkisi olan baş etme tutumları arasında ısrarcı-sebatkar yaklaşım, yapıcı problem çözme, stres ile aktif baş etme ve plan yapma tutumları bulunmaktadır. Evlilik uyumu ile negatif yönde ilişkisi olduğu bulunan çeşitli baş etme tutumları da vardır. Bunlar arasında boyun eğici yaklaşım, çaresiz yaklaşım, aceleci yaklaşım, sorumluluk almama, probleme olumsuz yaklaşma ve davranışsal olarak problemi boş verme tutumları bulunmaktadır (Demir, 2016; İlketenci, 2004; Özkan, 2018; Yüksel, 2013). Yapılan bir çalışma da evlilik uyumu ve stres ile baş etme tutumları arasındaki ilişkinin yönüne vurgu yapılmıştır. Çalışmanın sonucuna göre stres ile baş etme tutumları evlilik uyumunu değil, evlilik uyumu stres ile baş etme tutumlarını etkilemektedir. Yani evlilik uyumu arttıkça olumlu ve problem odaklı baş etme tutumlarını sergileme ihtimali artmaktadır (Baltık ve Kalkan 2017; Köse, 2016).

1.2.7.1. Diyadik Stres

Diyadik stres, çifti bir birim olarak etkileyen duygusal veya problem odaklı strestir. Çocuğun doğması, bir daire aramak, kötü organizasyonlar, iş birliğinin eksik olması, hedeflerdeki farklılıklar, beklentilerdeki farklılıklar diyadik strese verilecek örnekler olabilir. Bir stresin diyadik olup olmadığını stresin kaynağı değil, strese kimin dahil olduğu belirlemektedir. Eğer stresli bir olaydan her iki partner de etkileniyorsa, burada diyadik stres bulunmaktadır (Bodenmann, 1997). Bodenmann (2005) diyadik stresi her iki partneri de ilgilendiren stresli bir olay olarak tanımlamaktadır. Diyadik stres her iki partner de aynı stresli olayla yüzleştğinde veya çift dinamiklerinden ortaya çıkar, ya da partnerlerden birinin stresi ilişkiye taşarak/yayılarak her iki partneri de etkilemektedir. Her halükarda diyadik stres, ortak değerlendirmeleri ve diyadik değerlendirmelere ek olarak stresli duruma ilişkin bireysel değerlendirmeleri ortaya çıkarmaktadır. Diyadik stres üç kısımda sınıflandırılabilir: stresli olaydan doğrudan veya dolaylı olarak her bir partnerin etkileniş şekli, stresin çift ilişkisinden veya dışsal kaynaklardan kaynaklanması ve her bir partnerin hangi anda baş etme süreçlerine dahil olduğu. Günümüzdeki çalışmalar çiftlerde görülen stresin her zaman her iki partneri de etkileyen diyadik bir olay olduğuna işaret etmektedir (Bodenmann, 2005; Story ve Bradbury, 2004). Bu araştırmalar bir partnerin yaşadığı stresi diğer partnerin de hissedeceğini sistematik bir bakış açısı ile ileri sürmektedir.

1.2.7.2. Stres Tipleri

1.2.7.2.1. Dışsal (Harici) ve İçsel (Dahili) Stres

Dışsal stres ilişki dışında ortaya çıkan strestir. Örneğin, işyerindeki stres, finansal stres, mahalledeki sosyal stres, kardeş ve kayınvalide gibi aile üyeleriyle yaşanan olaylara ilişkin stres, dışsal strese örnek teşkil etmektedir. Çocuklar ile ilgili yaşanan stres de dışsal sorun

altında sınıflandırılır çünkü bu çift dışında yaşanan bir sorundur (Bodenmann vd., 2006). İçsel stres ise çift dinamikleri içinde ortaya çıkan strestir. Buna diyadik stres de denir. Diyadik stres partnerlerin birbirini rahatsız edecek şekilde farklı hedefler, tavırlar, ihtiyaçlar arzular ve alışkanlıklar içinde olup bunun çatışma yaratmasından veya birbirleri ile uyumsuz olmalarından kaynaklanmaktadır (Bodenmann vd., 2007). Dışsal ve içsel stres arasında kesin bir ayrım olmasına karşın, araştırmalar dışsal stresin ilişki içine yayılabildiğine veya taşabildiğine işaret etmiştir (Bodenmann vd., 2007).

1.2.7.2.2. Majör ve Minör Stres

Majör stres ağır hastalıklar, engellilik, işsizlik, yakın birinin ölmesi veya kazalar gibi önemli hayat olaylarıdır. Uzun zamandır majör stres yaratan olayların aile dinamikleri üzerine etkisi çalışılmış olsa da son zamanlardaki araştırmalar minör stres yaratan olayların da çiftlerin işleyişini anlamada daha önemli bir rolünün olduğuna işaret etmiştir. Minör stres işyerindeki stres, komşular ile yaşanan stres, çocuklar ile yaşanan stres, bir toplantıya geç kalmak, bir toplantıyı unutmak gibi bir dizi stresi içermektedir (Bodenmann vd., 2006). Minör stres faktörlerinin evliliği dört şekilde etkilemesi beklenmektedir: 1) partnerlerin birlikte daha az zaman geçirmesi, birlik duygusunun azalması veya eşler arasında kendini açmanın azalması; 2) iletişim kalitesinin azalması ve tartışmaların artması; 3) fiziksel veya psikolojik rahatsızlıklar, uyku bozuklukları ve cinsel işlev bozuklukları; 4) kişilik bozuklukları ve anksiyete. Sistemik etkileşimsel modele göre evlilik ilişkilerindeki bozulma günlük stres faktörleriyle yakından ilişkilidir (Revenson ve Lepore, 2012). Bu bağlamda minör stres faktörleri önem taşımaktadır. Stres faktörleriyle etkili bir şekilde başa çıkamayan kişilerin ilişki doyumları da olumsuz etkilenmekte ve/veya ilişkiler sonlanabilmektedir (Bodenmann, 2005).

1.2.7.2.3. Akut ve Kronik Stres

Akut stres ve kronik stres arasındaki fark, kişinin stresöre maruz kalma süresidir. Akut stres kısa zamanlı ve geçici, kronik stres ise etkisi uzun süren strestir (Karney vd., 2005). Çift ilişkilerini incelerken bu üç stres tipini dikkate almanın çiftlerin yaşadığı sorunların anlaşılmasına yardımcı olması beklenmektedir (Randall ve Bodenmann, 2009).

1.2.7.3. Çift İlişisine Ait Stres Modelleri

1.2.7.3.1. Karney ve Bradbury'nin Hassasiyet-Stres-Uyum Modeli

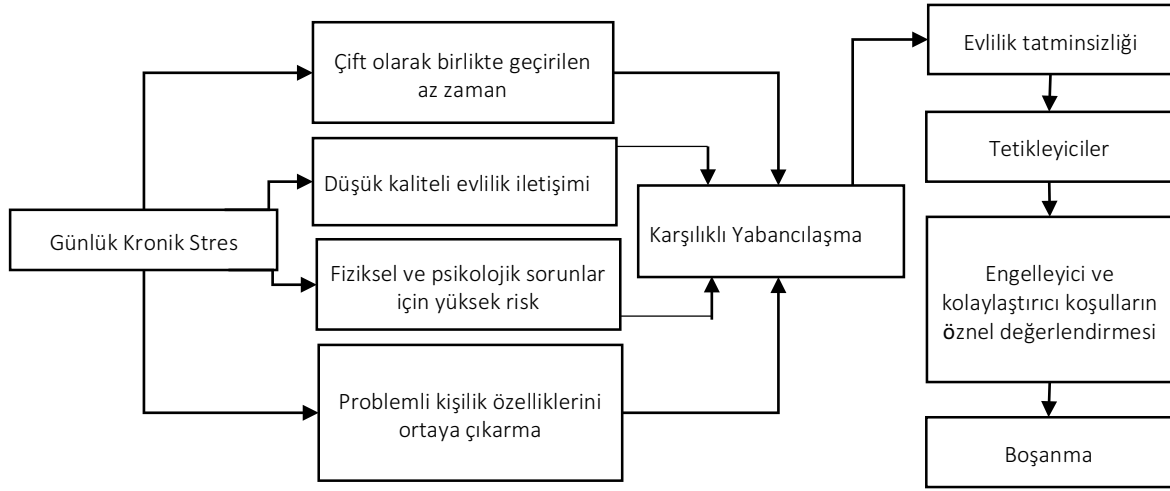
Evlilikte oluşan stres ve dağılmanın değişik faktörlerin birleşiminden oluştuğunu öne sürer. Bu modele göre önceden gelen hassasiyet faktörleri (ör. nörotik kişilik özellikleri, travmatik bir aile geçmişinin olması), stresli olaylar (ör. majör stres olayları), zayıf uyum gösterme süreçleri (ör. partnerine empati göstermekte ve destek vermekte zorlanma, işlevsiz problem çözme becerileri) evlilik içinde stres ve evliliğin dağılmasına sebep olur. Bu modele göre evliliğe önceden gelen hassasiyet faktörleri ile giren ve zayıf uyum özellikleri olan kişiler evlilik içinde stresi de ha çok hissedenden bireyler olurlar. Evlilik kalitesindeki düşüşün kronik stres

yüksek olduğunda daha fazla olduğu gözlenmektedir (Karney vd., 2005; Karney ve Bradbury, 1995).

1.2.7.3.2. Bodenmann'ın Stres-Boşanma Modeli

Bodenmann'ın Stres ve Boşanma Modeli (1995, 2000), stresin ilişkilerdeki rolünü ayrıntılı bir şekilde incelemektedir. Bu model, akut veya kronik olması fark etmeksizin, minör günlük stresin çiftlerin ilişki işleyişi (ör. birlikte geçirilen zaman, iletişim, her iki partnerin de iyilik hali) üzerine etkisini incelemektedir. Bu model, bu aracı değişkenlerin, ilişki doyumu ile nasıl birebir ilişki içinde olduğunu ve boşanmayı yordayıp yordamadığını incelemektedir. Bu model, Hassasiyet-Stres-Uyum Modeline kıyasla evlilik içindeki süreçleri açıklamak için strese daha çok rol verir. Bodenmann (2000) ve Bodenmann ve arkadaşlarına göre (2007) ilişki dışında meydana gelen minör stresörler evlilik ilişkisinin içine taşar/yayılır ve bunların olumsuz etkileri büyüktür. Bu minör stresörler her iki partnerde de yalnızlaşma ve yavaş yavaş ilişki kalitesinin düşmesine sebep olur. Bu stresörler genellikle bilinçli farkındalığın dışında gerçekleşir ancak anlaşılması daha kolay olan büyük bir etki yerine devamlı ufak etkileri olmaktadır.

Bodenmann'ın stres modeli dışsal/harici stresin (a) partnerlerin birlikte geçirdiği zamanı azaltarak ve akabinde birliktelik duygularını ve kendini açmayı zayıflatarak müşterek deneyimlerin kaybolmasına yol açarak, ilişki kalitesini etkilediğini, (b) daha az pozitif etkileşim ve daha çok negatif etkileşim ve geri çekilme ortaya çıkararak iletişimin kalitesini düşürdüğünü (c) uyku sorunları, cinsel sorunlar, duygu durumu bozuklukları gibi psikolojik ve fiziksel problem yaşanması riskini artırdığını, ve (d) endişe düşmanlık gibi problemli kişilik özelliklerin ifade edilmesi ihtimalini artırdığını öne sürmektedir. Bu süreçler ilişkide yalnızlaşmaya yol açabilmektedir. Partnerler özel hayatlarını, ihtiyaçlarını ve hedeflerini daha az paylaştıkça birbirlerine yabancı hale gelirler ve diyalog çatışma artar (Bodenmann, 2005). Bu model evlilik kalitesindeki bozulmanın her gün yaşanan kronik stresin kötü yönetilmesinden kaynaklandığını ileri sürmektedir. Başka bir deyişle, Bodenmann, evlilikte yaşanan minör stresin bozucu etkilerine vurgu yapmaktadır. Bodenmann'ın modeli özellikle dışsal stresin içsel stres üzerine olan etkisini incelemektedir. Bu etkiyi ilişki doyumundaki azalma ile ilişkilendirir. Ayrıca bireylerin ne kadar süre stresöre maruz kaldığına dikkat etmektedir (Randall ve Bodenmann, 2009).



Şekil 1. Bodenmann'ın stres-boşanma modeli. "The role of stress on close relationships and marital satisfaction". A. K. Randall, ve G. Bodenmann, 2009, Clinical psychology review, 29(2), 105-115 makalesinden alınmış, Türkçe'ye çevrilmiştir.

1.2.7.4. Diydik Baş Etme

Bireysel stres çoğu zaman çiftin her iki üyesini de etkileyen diydik stres haline gelmektedir. Diydik baş etme, partnerlerden en az birinin yaşadığı bireysel stresi ortak yönetme sürecini içermektedir (Bodenmann, 1997). Diydik baş etmede her iki partnerin de baş etme mekanizmaları aktive olmaktadır. Bir partnerin iyilik halinin ve doyumunun diğerinin iyilik hali ve doyumuna bağlı olduğu düşünüldüğünden, amaç çiftin dengesini sürdürmek veya yeniden sağlamaktır. Bunun amacı ilişkideki dengeyi yeniden sağlamaktır. Kronik stresin partnerler arasındaki iletişimi, iletişimin kalitesi ve gelişimini bozduğu göz önüne alındığında, diydik baş etmenin önemi ortaya çıkmaktadır (Papp ve Witt, 2010). Zamanla azalmayan stres, çiftlerin boşanma ihtimallerini artırmaktadır. Bu sebeple çiftlerin ilişki üzerine yatırım yapmayı istedikleri varsayılırsa, çiftlerin stresli olayları yönetmede birbirlerine yardım etme konusunda motivasyonlarının olması beklenmektedir. (Bodenmann, 2000, 2005).

Diydik (ikili veya çift olarak) baş etme kavramı 1990'larda, stres ile baş etme ve çiftlerin baş etmeleri ile ilgili teorileri genişletme amacı ile ortaya atılmıştır. Bireysel stres ile baş etmeyi açıklayan en bilinen teori olan transaksyonel model, bireylerin kendi kapasitelerinin çevrenin gerektirdiklerini karşılayamayacağını hissettikleri zaman ortaya çıkan duygu olduğunu açıklamaktadır. Transaksyonel model bireylerin stres ile duygusal veya problem odaklı baş ettiğini öne sürmektedir (Lazarus ve Folkman, 1984). Bireysel odaklı stres teorileri stresin sosyal bağlamda ortaya çıktığını ve bireysel stres ile baş etme stratejilerinin çevre veya sosyal bağlam üzerinde bir etkisi olabileceğini öne sürse de, çiftlerin birlikte baş etme süreçlerini açıklayan çiftlerin birbirine bağlı olan etkileşimsel süreçlerine vurgu yapan stres ile çift olarak

baş etmeyi açıklayan teoriler ortaya çıkmıştır (Bodenmann, 1997). Stres ile etkileşimsel baş etme modellerinde stresin karşılıklı deneyimlendiği öne sürülür. Bu modellerde her iki partnerin de deneyimlediği stres birbirine bağlıdır, çünkü bir partnerin yaşadığı stres diğer partnerin de stresi haline gelmektedir (Revenson ve Lepore, 2021). Bu modeller stres ile baş etmeyi bireysel bir intrapsişik mekanizma olarak değil de çift olarak yürütülen etkileşimsel bir mekanizma olarak baş etmeyi bireyin sorumluluğundan ziyade çiftin sorumluluğuna vermekte ve süreçleri bilişsel kavrayışlar, stres duyguları ve baş etme davranışlarının paylaşıldığı çift düzeyinde incelemektedir (Revenson vd., 2005).

Çiftlerin birlikte stres ile baş etmesini açıklayan, odak noktası farklı, çeşitli teoriler bulunmaktadır. Bunlardan ilki Örtüşme Modeli'dir (The Congruence Model; Revenson, 1994). Bu model, partnerlerin bireysel baş etme stillerinin (ör. Problem çözme, bilişsel yeniden yapılandırma, duyguları ifade etme, vb.) örtüşmesine odaklanmaktadır. Bahsedilecek diğer modeller bir partnerin diğer partnerin stres ile baş edebilmesi için ne yaptığı üzerine odaklanır. Bu üç model dolayısıyla gerçek diydik yaklaşıma sahip modellerdir. İlişki-Odaklı Baş Etme Modeli (The Relationship-Focused Coping Model) stres yaşayan partnere tepki veren partnerin davranışlarını aktif anlaşıma, empatik cevap verme, gereğinden çok koruma, koruyucu önleme olarak sınıflara ayırmaktadır (Coyne ve Smith, 1991). Sistemik-Transaksyonel Model (The Systemic-Transactional Model, STM) partnerlerin stresi ortak ifade şekillerine, partnerlerin birbirine pozitif ve negatif şekilde verdiği desteğe ve ortak stres kaynakları ile ortak baş etme stratejilerine odaklanmaktadır (Bodenmann, 1997). Gelişimsel-Bağlamsal Model (The Developmental-Contextual Coping Model) partnerlerin ortak stresörlerle baş etmesine ve kültürel ve sosyoekonomik bağlamsal ve ilişkinin süresi gibi gelişimsel faktörlere odaklanmaktadır (Berg ve Upchurch, 2007; Falconier vd., 2015).

1.2.7.4.1. Diydik Baş Etmenin Çoklu Boyutları

Diydik baş etme çok boyutlu kompleks bir süreçtir. Partnerlerin stresini birbirine ifade etmesi ve ve stresi yönetmeye yönelik verilen tepkileri içermektedir. Yukarıda bahsedilen üç teörinin (Sistemik-Transaksyonel Model, Gelişimsel-Bağlamsal Model ve İlişki-Odaklı Baş Etme Modeli), diydik baş etme kategorileri aşağıda kavramsal olarak açıklanmıştır. Aşağıda açıklanan üç model diydik baş etme sürecinin değişik boyutlarına vurgu yaparlar:

1.2.7.4.1.1. Sistemik-Transaksyonel Model

Sistemik-Transaksyonel Model, (STM, Bodenmann, 1997) günlük kronik minör stresörlerden akut majör stres ilere kadar uzanan bir spektrumda çiftlerin baş etme süreçlerini inceleyen bir modeldir. Bu modele göre çiftler streslerini çok farklı düzeylerde ifade ederler; hemen veya bekledikten sonra, sözel veya bedensel olarak, açık veya gizli mesajlarla iletmektedirler. Bu mesajlar, mesajı alan partner tarafından alınır ve değişen ölçüde doğruluk payı ile yorumlanırlar. İletilen mesaja cevap olarak kendi becerilerine uygun şekilde diydik

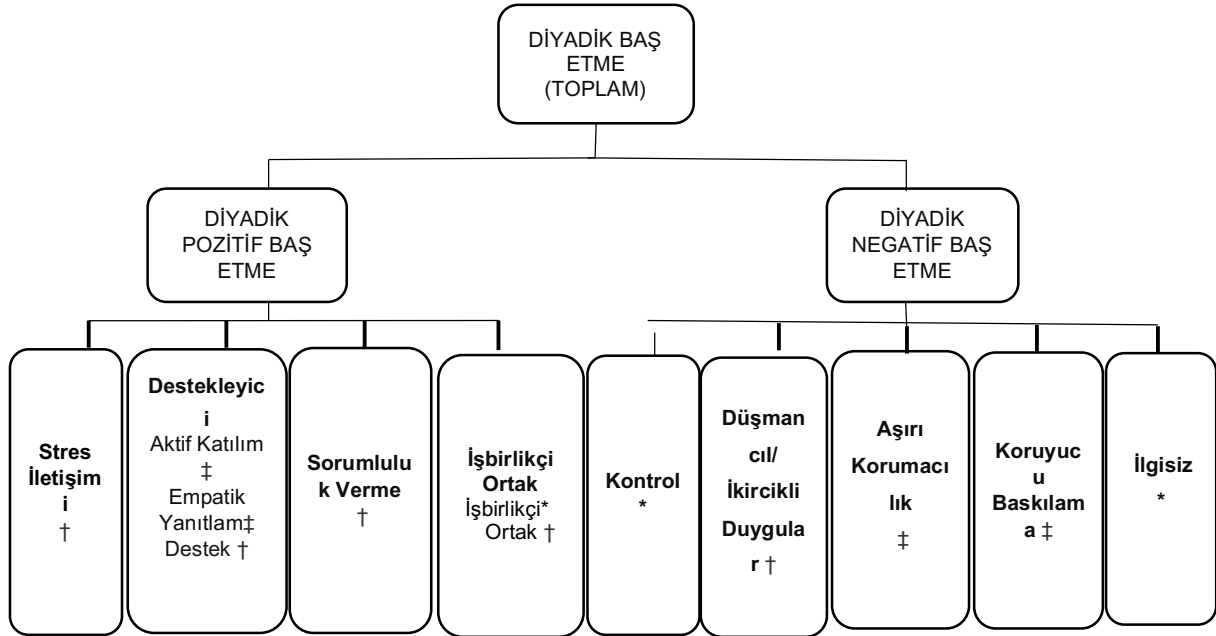
başıetme becerileri kullanabilirler; iletilen mesaja cevap veremeyebilirler veya mesajı göz ardı edebilirler. Partnerlerden birinin stresli hissettiğı ve diğersinin hissetmediğı durumlar olabildiğı gibi çapraz-geçiş (cross-over) etkisi yüzünden veya her iki partnerin de birlikte karşı karşıya olduğı stres etkenleri (ör. taşınma, ekonomik sıkıntılar, çocukların davranışsal sorunları) yüzünden her iki partnerin de stresli hissettiğı durumlar olabilmektedir. Bu durumlarda bir partnerin stres ifade edişine diğersinin verdiğı tepki, stres ifade eden partnere bu stresi ile baş etmesi için destek vermenin yanı sıra her iki partnere de kendi streslerini daha iyi yönetmeyi de içermektedir (Falconier vd., 2015).

Sistemik-Transaksiyonel Modele göre diyardik baş etme pozitif ve negatif yönleri içerir. Pozitif diyardik baş etme stresin ifade edilmesi, destekleyici, devredilmiş ve müşterek diyardik baş etmeyi içerir. Stresin ifade edilmesi stresli hisseden partnerin kendi stresini diğersine yansıtabilmesi ve yardım isteme becerisidir. Destekleyici diyardik baş etme problem-odaklı (örneğin günlük işlerde yardım etmek, pratik akıl vermek, çözümler önermek) veya duyguduraklı (örneğin empatik dinleme, partnerin becerilerine güvendiğini söylemek) destek vermeyi içermektedir. Devredilmiş baş etme, stresli hisseden partnerin açıkça istemesi üzerine, onun işlerini ve sorumluluklarını diğersine üstlenmesini içermektedir. Stresli hisseden partnere diğersinin yardım ettiğı destekleyici ve devredilmiş baş etmeden farklı olarak, ortak diyardik baş etme her iki partnerin de stres ile ortak baş etme çabalarını içermektedir. Ortak problem çözüme, ortak bilgi edinme, duyguları paylaşma, birlikte dinlenmek ortak diyardik baş etmeye örnek sayılabilir.

Negatif baş etme düşmanca tepkileri (örneğin, partneri yeterince baş etmediğı için suçlamak, destek verirken küçümsemek, mesafe koymak, açıkça ilgi göstermemek, partnerin stresini olduğundan azmış gibi göstermek), yüzeysel destek vermeyi (örneğin, partnere duygularını sorup akabinde dinlememek gibi içten olmayan şekilde destek vermek, empati göstermeden partneri desteklemek) ve elişkilili destek (örneğin, destek sağlamak ancak partnerin sorununu destek olmadan çözümesini beklemek) sağlamayı içermektedir. Pozitif diyardik baş etmenin zorluklar karşısında partnerler ve çift için dengeyi yeniden sağlaması beklenir. Negatif diyardik baş etmede ise partnerlerin stres veren uyarana karşı ve zaman içinde de birbirlerine karşı uyumlarının azalması beklenmektedir. Değışik çalışmalarda diyardik baş etme ilişki doyumu ile pozitif, ilişki memnuniyetsizliğı ile negatif yönde ilişkilendirilmiştir (Papp ve Witt, 2010).

Diyardik baş etmeyi ölçmek için Diyardik Baş Etme Envanteri (Dyadic Coping Inventory, DCI; Bodenmann, 2008) geliştirilmiştir. DCI Sistemik-Transaksiyonel Modelde bahsedilen alt kategorileri (stresin ifade edilmesi, destekleyici, devredilmiş, ortak ve negatif diyardik baş etme) ölçmektedir. Partnerler hem kendileri hem de eşleri için ölçeğinin her bir boyutunu doldururlar. Her bir partner için olan toplam diyardik baş etme puanı, alt ölçeklerin puanlarının toplanması

ile bulunmaktadır. Pozitif boyutu ölçen tüm alt ölçeklere ait puanların toplanmasıyla pozitif diydik baş etme, negatif boyutu ölçen tüm alt ölçeklerin toplanması ile ise negatif diydik baş etme toplam puanı hesaplanmaktadır (Falconier vd., 2015).



Şekil 2. Çift Olarak Baş Etme boyutlarının kapsamlı kavramsal modeli. “Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis”. M.K Falconier, J. B. Jackson, P. Hilpert, ve G. Bodenmann, 2015, Clinical Psychology Review, 42, 28-46 makalesinden alınmıştır ve Türkçe’ye çevrilmiştir.

* = Gelişimsel-bağlamsal başa çıkma modeli (DCCM; Berg ve Upchurch, 2007) boyutu. † = Sistemik-Transaksiyonel Model (STM; Bodenmann, 1997) boyutu. ‡ = İlişki Odaklı Modeli (RFCM; Coyne ve Smith, 1991 , DeLongis ve O'Brien, 1990) boyutu. İşbirlikçi ortak diydik baş etme dışındaki tüm boyutlar, kendi kendine başa çıkma davranışlarından (*kendi kendine*), partner tarafından algılanan başa çıkma davranışlarından (*partner tarafından*); işbirlikçi ortak diydik başa çıkma, yalnızca her iki tarafın (*her iki tarafın birlikte*) müşterik başa çıkma davranışlarından oluşmaktadır.

1.2.7.4.1.2. Gelişimsel-Bağlamsal Model

Gelişimsel-Bağlamsal Model (The Developmental-Contextual Coping Model, DCCM, Berg ve Upchurch, 2007) kültür, cinsiyet ve hayat boyu devam eden gelişimsel olaylar gibi sosyokültürel faktörlerin diydik baş etme sürecindeki etkisini açıklamaktadır. İlk olarak kronik hastalıklar yaşayan bireyler için geliştirilmiş olsa da daha sonra başka örneklemeler için genelleştirilmiştir. DCCM diydik baş etmeyi az müdahaleden aşırı müdahaleye doğru sıralanan bir düzlemde kavramsallaştırır. DCCM diğer modellerde belirtilen alt kategorileri, bu

düzlemin üzerinde bir noktada varolan noktalar olarak görmektedir. DCCM'nin dört temel alt kategorisi vardır: Dahil olmayan, destekleyici, iş birliği yapan ve kontrolcü (Berg vd., 1998). Dahil olmayan baş etme, stresli hisseden partnerin eşinin yardımı olmadan stres kaynağı ile baş ettiğini düşündüğü durumdur. Destekleyici baş etme stresli hissetmeyen partnerin eşine duygusal ve/veya işlevsel destek verdiği baş etme stildir. İş birliği yapan baş etme stresli durumu beraber yönetmek için her iki partnerin de iş birliği yaptığı stildir. Kontrolcü baş etmede stresli hissetmeyen partner, stresli hisseden partnere ne yapması gerektiğini söyleyerek onun davranışlarını yönetmektedir (Berg ve Upchurch, 2007; Falconier vd., 2015).

Dahil olmayan ve kontrolcü baş etme negatif diyadik baş etme boyutları olarak sınıflandırılmıştır. Destekleyici ve iş birliği yapan baş etme ise pozitif diyadik baş etme boyutları olarak sınıflandırılmıştır. Destekleyici diyadik baş etme boyutu DCCM ile STM'de kavramsal olarak bağlantılıdır. DCCM'deki iş birliği yapan boyutu STM'nin ortak baş etme boyutu ile bağlantılıdır. Dahil olmayan ve kontrolcü baş etme boyutları DCCM'ye özgü baş etme boyutlarıdır (Berg ve Upchurch, 2007, Falconier vd., 2015).

1.2.7.4.1.3. İlişki-Odaklı Baş Etme Modeli

İlişki-Odaklı Baş Etme Modelinde (The Relationship-Focused Coping Model, RFCM, Coyne ve Smith, 1991) partnerler stres yaşadığında bireysel stres seviyelerini kontrol altına almak için baş etme stratejilerini kullanmakla kalmayıp, çift ilişkisini de korumak ve sürdürmek için baş etme stratejilerini kullanmaktadırlar. Bu model 3 tane ilişki odaklı baş etme stratejisi önerir: aktif yükümlülük alma, koruyucu tampon olma ve aşırı koruma. Aktif yükümlülük alma bir partnerin diğerine nasıl hissettiğini anlatması ve problemi çözme yolları hakkında konuşma stratejisidir. Bu yönüyle STM'nin destekleyici diyadik baş etme ve DCCM'nin destekleyici baş etme boyutlarına yakındır. Destekleyici diyadik baş etmede olduğu gibi, aktif yükümlülük alma pozitif bireysel ve ilişkisel sonuçlar ile bağlantılıdır (Schokker vd., 2010). Aktif yükümlülük almanın pozitif diyadik baş etmenin bir sonucu olduğu düşünülebilir. Koruyucu tampon olma endişeleri saklamayı ve fikir ayrılıklarına sebep olmamak için partnere teslim olmayı içermektedir. Aşırı korumada partnerler birbirlerinin kapasitesini olduğundan daha az görürler ve gereksiz pratik veya duygusal destek sağlarlar. Son iki baş etme becerisi iyi niyetli olsa da pozitif bireysel ve ilişkisel sonuçlarla bağlantılı bulunmamışlardır. Bu sebeple bu iki baş etme kategorileri uyumsuz beceriler olarak görülürler. Yine de bu iki baş etme becerisinin arkasındaki iyi niyet onları Sistemik-Transaksyonel Modele göre olan düşmanca ve çelişkili diyadik baş etmeden farklılaştırır, çünkü düşmanca ve çelişkili baş etmede partnere yardım etme hedefi gözlenmez. İlişki-Odaklı Baş Etme Modeline sonradan eklenmiş olan dördüncü bir boyut empatik cevap vermedir. Empatik cevap verme ilişkiyi sürdürmeyi hedeflemektedir. Diğer partnerin bakış açısını anlamayı, diğer partnerin duygu ve düşüncelerini anlamayı ve yargılamadan hassas ve empatik şekilde cevap vermeyi içermektedir (O'Brien vd., 2009).

Empatik cevap verme STM ve DCCM'deki destekleyici diyadik baş etme boyutlarına benzemektedir. Aktif yükümlülük alma, empatik cevap verme ve destekleyici diyadik baş etme diyadik baş etmenin pozitif kısmını oluşturmaktadır (Falconier vd., 2015). Stres ile pozitif diyadik baş etme, iyilik hali ve ilişki kalitesindeki artış ile ilişkilendirilmiştir (Herzberg, 2013).

1.2.7.4.2. Diyadik Baş Etme ile İlgili Araştırmalar

1.2.7.4.2.1. Diyadik Baş Etme ve İçsel/Dışsal Stres ve Taşma/Yayılma

Yetişkin çiftlerde, işyerindeki sorunlar gibi ilişki dışında ortaya çıkan stres (dışsal stres), eşler arasında çatışma (içsel stres) uyandırıp ilişkiye taşar/yayılır (spill-over) ve bu da zamanla ilişki doyumu üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir. İçsel stres, hayat ile ilgili ihtiyaçlar, hedefler, değerler, kişilik özellikleri üzerinde eşler arasındaki algılanan farklardır. İçsel stres ilişkide daha çok çatışma ve tartışmalara yol açabilir (Xu vd., 2016). İçsel stres, dışsal stres ile ilişki doyumu arasında güçlü bir aracı değişkendir (Hilpert vd., 2015; Bodenmann vd., 2007; Ledermann vd., 2010). Önceki araştırmalar, pozitif diyadik baş etme becerisinin stresi azaltan yanına işaret etmiştir. Araştırmalar, dışsal stresin taşıp da içsel stresi etkilemesinin, ancak çiftin diyadik baş etme davranışlarının negatif stratejileri kullanmaya yönelik olduğunda gerçekleştiğine işaret etmektedir (Breitenstein vd., 2018; Hilpert vd., 2018). Stresin yayılmasının bu zararlı etkisi, her iki partnerin de yeterli diyadik baş etme (DC) becerileri ile önlenabilir. Dışsal stres kaçınılmaz olduğundan, çiftlerin evlilik uyumundaki azalma ile baş edebilmeleri için baş etme becerilerini öğrenmeleri önemlidir (Neff ve Karney, 2004). Örneğin, kadının evlilik doyumu kadın ve erkeğin stres seviyesi ile negatif yönde ilişkili olup, erkeğin destekleyici diyadik baş etme becerisi bu ilişkide tampon görevi görmektedir (Brock ve Lawrence, 2008). Diyadik baş etmenin önemli unsurlarından biri olan etkili problem çözme becerileri dışsal stresin evlilik ilişkisi içine taşmasını engelleyebilir (Neff ve Brody, 2011).

En az 1 yıldır ciddi bir ilişki içinde olan 96 İsviçreli yetişkin çift ve 124 İsviçreli geç ergen (birlikte yaşamayan) çiftten oluşan bir örnekleme bu etkilerin değerlendirmesini amaçlamıştır. Yetişkin örnekleme dolaylı aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmuştur. Ergen örnekleme sadece çok yüksek seviyede dışsal diyadik stres yaşayan ve partnerinden düşük seviyede destek alanlarda, marjinal olarak anlamlı olarak dışsal diyadik stresin ilişki doyumu üzerinde içsel stres yoluyla negatif dolaylı aktör etkisi bulunmuştur. Ergenlerde diyadik baş etme dışsal ve içsel stres arasındaki taşmayı modere etmiştir (Breitenstein vd., 2018).

Bir başka çalışmada, hem kadınlar hem de erkekler için yüksek seviyede kronik dışsal stres, yüksek seviyede içsel stres seviyesi ile bağlantılı bulunmuştur. Kronik içsel stres ve bir yıl sonraki ilişki doyumu anlamlı olarak bağlantılı bulunmuştur. Partnerlerin hissettikleri içsel stres arttıkça, bir sonraki sene ölçülen ilişki doyumu düşüş göstermiştir. Buna ek olarak, erkeklerin yüksek seviyede kronik dışsal stresi, kadınlarda yüksek seviyede kronik içsel stres ile bağlantılıdır. Ancak kadınlardaki kronik dışsal stres, erkeklerdeki içsel stres ile bağlantılı

bulunmamıştır. Eşlerinininkine kıyasla, partnerlerin kendi kronik içsel stresleri bir yıl sonra ölçülen kendi ilişki doyumunun daha güçlü bir yordayıcısıdır. Bir diğer ifadeyle içsel stresin partner etkisi anlamlı bulunmamıştır. Erkeklerin bir sene sonraki ilişki doyumları sadece kendi stresörleri tarafından yordanırken, kadının bir sene sonraki ilişki doyumu partnerlerinin dışsal stresi tarafından negatif yönde etkilenmiştir. Kadınlar erkeklerden daha fazla dışsal stres belirtmiş olmasına rağmen, kadınların dışsal stresinin içsel strese taşması erkeklere kıyasla daha az olmuştur. Ancak, eğer kadınlar kronik içsel stres deneyimlediyse, bu onların ilişki doyumunu anlamlı şekilde yordamıştır. Diydik baş etme kronik içsel stres ile negatif yönde ve ilişki doyumu ile pozitif yönde ilişkilidir. Dolayısıyla başarılı diydik baş etmenin her iki partnerin de kronik içsel stresini azalttığı gözlenmiştir. Ayrıca, diydik baş etmede daha iyi olduğunu belirten kadınların ve eşlerinin ilişkilerinde de daha tatminkar olduğu gözlenmiştir. Bu sebeple diydik baş etmenin her iki cinsiyet için de olumlu etkileri olsa da, kadınları erkeklere kıyasla daha doğrudan etkilediği gözlenmiştir. Yüksek oranda diydik baş etme kullanan kadınlar partnerleri ilişkiye kronik dışsal stres getirse dahi daha az kronik içsel stres yaşamıştır (Merz vd., 2014).

1.2.7.4.2.2. Çiftlerin İlişkide Kullandıkları Pozitif ve Negatif Beceriler

İlişki sürdürme davranışı bireylerin ilişkiyi istedikleri durumda tutmak için gerçekleştirdikleri davranışlara verilen isimdir (Dindia ve Canary, 1993). Partnerler ilişkiyi sürdürürken pozitif veya negatif ilişkiyi sürdürme davranışlarını devam ettirirler. Pozitif ilişkiyi sürdürme davranışları arasında pozitif bakış açısı, açıklık, güvence vermek, iş bölümü ve sosyal ağlar yer almaktadır (Canary ve Stafford, 1992). Negatif ilişkiyi sürdürme davranışları arasında ise kıskançlık başlatma (ör. Partnerinden farklı birisiyle flört etme), kaçınma (ör. Partneriyle belirli etkileşime girmekten kaçınma veya partnerden tümüyle kaçınma), casusluk etme (ör. Özel kanallar yoluyla partneri hakkında bilgi elde etmeye çalışma), sadakatsizlik (ör. Partnerinden farklı biriyle duygusal veya fiziksel bir ilişki kurmak), yıkıcı çatışma (ör. Antisozyal stratejiler kullanarak tartışmalar başlatma) ve kontrole izin verme (ör. Bireyin kendi tercihleri yerine partnerinin plan ve aktivitelerine teslim olması) yer almaktadır (Goodboy vd., 2017).

Araştırmalar negatif ilişki sürdürme davranışının kullanılmasının düşük kalite ilişkilerin bir göstergesi olduğuna işaret etmektedir (Goodboy ve Bolkan, 2011). Negatif ilişki sürdürme davranışları ilişki doyumu, bağlılık, sevgi ve saygı ile negatif korelasyon içindedir (Goodboy vd., 2010).

1.2.7.4.2.3. Diydik Baş Etme ve İlişki Doyumu

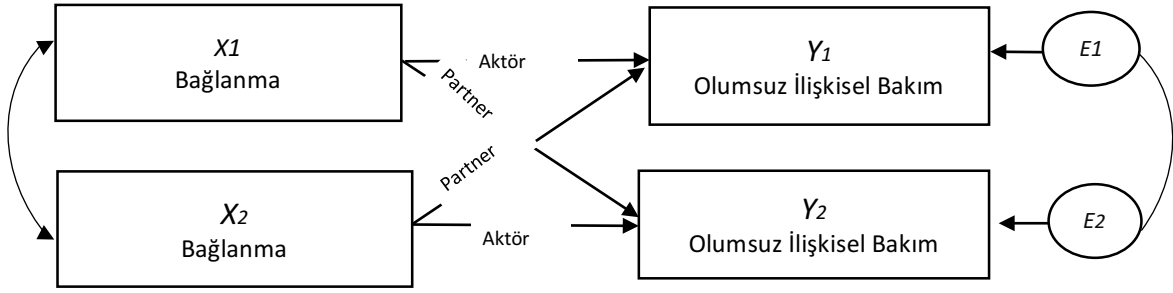
Diydik baş etme araştırmalarına bakıldığında terapinin sonucunu gösteren ilişkişel değişkenler arasında en sık gösterilen ilişki doyumdur (Heller vd., 2004). Yüksek seviyedeki ilişki doyumu, düşük seviyedeki ilişki istikrarsızlığı ve düşük seviyedeki ilişkideki çözümler ile ilişkilendirilir (Gottman ve Levenson, 1992).

Diyadik başa çıkma ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi ampirik olarak belirlemek için bir meta-analiz çalışması yapılmıştır. Meta-analizde, yetmiş iki araştırma çalışmaya katılmış ve 17.856 katılımcının verisi incelenmiştir. Bu meta-analizde diyadik baş etme toplam puanı cinsiyet, yaş, ilişki süresi, eğitim seviyesi ve ulus değişkenlerinden bağımsız olarak ilişki doyumunu güçlü bir şekilde yordamıştır. Partner ve çiftin birlikte genel diyadik başa çıkma algılarının, kendi kendine genel diyadik başa çıkma algılarına göre ilişki doyumunun daha güçlü yordayıcısı olduğu görülmüştür. Bunun yanında, pozitif diyadik baş etme boyutlarının negatif olanlara göre ilişki doyumunun daha kuvvetli yordayıcıları olduğu görülmüştür (Falconier vd., 2015).

1.2.7.4.2.4. Diyadik Veriyi Analiz Etme Yöntemi

Diyadik veriyi analiz etme konusunda Aktör-Partner Bağımlılık Modeli (Actor Partner Interdependence Model, APIM) varsayılan model haline gelmiştir. Bu modelde çiftin her iki üyesi de aynı sonuç (outcome) değişkeninde ölçülür. Basit bir APIM'da analiz her iki üye üzerinde ölçülen iki set değişken üzerinde yoğunlaşır: bir set yordayıcı değişken (burada X ile gösterilmiştir), bir set sonuç (outcome) değişkeni (burada Y ile gösterilmiştir). APIM modelinde bir bireyin X'inden Y'sine giden yola (path) aktör etkisi denir. Bireyin X'inden partnerin Y'sine giden yola ise partner etkisi denmektedir. İki adet X ve Y değişkeni partner 1 ve partner 2'ye atanır. APIM modeli iki partnerin ölçümlerinde bağımsızlık olmadığını dikkate alır ve aktör/partner etkilerinin ve aktör-partner etkileşiminin ölçümüne izin verir (Cook ve Kenny, 2005). Örneğin, bir partnerin kendi bağlanma stiline kendi negatif ilişki sürdürme davranışı üzerine etkisine aktör etkisi; partnerinin negatif ilişki sürdürme davranışı üzerine olan etkisine ise partner etkisi denmektedir (Goodboy vd., 2017). Diyadlar birbirinden farklılaşabiliyor ise (ör. karı ve koca), bu tip modellerde iki tane aktöre iki tane de partner etkisi görülmektedir. Eğer diyadlar birbirinden farklılaşamıyorsa (ör. Aynı cinsiyetten arkadaşlar), o zaman sadece bir aktör ve bir partner etkisi bulunur. APIM'da çifte yönelik spesifik bir değişken bulunmaz. Ancak, X'in Y üzerinde 2 etkisi bulunur: bir tanesi aktör etkisi (içsel) diğeri de partner etkisi (kişilerarası). Kişilerarası olan etki APIM'ın diyadik bir model olarak düşünülmesine vesile olmuştur (Kenny, 2018).

APIM modeli romantik çiftler ile yapılan çalışmalarda sıklıkla kullanılmıştır. Buna ek olarak ebeveyn ve çocuklarla, sporcu ve koçlarıyla, değişik ülkelerden uzlaşmacılarla, ergen arkadaşlarla ve kurumsal yöneticilerle yapılan çalışmalarda kullanılmıştır (Afifi vd., 2006; Benlian ve Haffke, 2016; Jackson ve Beauchamp, 2010; Kiuru vd., 2012; Liu, 2009).



Şekil 3. aktör-partner bağımlılık modeli. “Attachment and negative relational maintenance: Dyadic comparisons using an actor-partner interdependence model”. A. K Goodboy, M. Dainton, D. Borzea, ve Z. W. Goldman, 2017, *Western Journal of Communication*, 81(5), 541-559 makalesinden alınmış, Türkçe’ye çevrilmiştir.

Not. X_1 =yordayıcı değişkenler. Y_1 =sonuç değişkenler, E =ekler (ilişkili). Eğri oklar korelasyonları, düz oklar varsayılan aktör veya partner etkilerini ifade eder. Bağlanma (X_1 ve X_2), her bir partnerin bağlanma stillerinin (güvenli, saplantılı, korkulu, ilgisiz) diyadik ölçümleridir. Olumsuz ilişkisel bakım (Y_1 ve Y_2), her bir partnerin kıskançlık indüksiyonu, kaçınma, casusluk, sadakatsizlik, yıkıcı çatışma, kontrole izin verme kullanımının diyadik ölçümleridir. Tüm APIM'ler, sınırlı maksimum olasılık tahminiyle çok düzeyli modelleme kullanılarak tahmin edilmiştir.

1.2.7.4.2.5. Çift İlişisini İncelemede Kullanılan Günlük Yöntemi

Evlilik ve aile ilişkileri; anketler, ailelerin laboratuvarında gözlenmesi, aile işlevselliğinin boylamsal olarak incelenmesi gibi değişik yöntemler kullanılarak çalışılmıştır. Günlük yöntemi, belirli bir olay (ör. çatışma) veya elektronik bir alet (ör. e-mail) sinyal verdiğinde katılımcıların düşünce, duygu, ve davranışları hakkında günde birkaç kez değerlendirme yapmaları için bir fırsattır (Laurenceau ve Bolger, 2005). Aile ve çift ilişkilerini günlük yöntemi kullanarak incelemenin avantajı ilişkiye dair olay ve deneyimleri kendi doğal ve spontane bağlamlarında inceleyebilme fırsatının olması ve olayın deneyimlendiği an ile kaydedildiği an arasındaki zaman farkının azalmasına müsaade etmesidir (Bolger vd., 2003). Günlük yöntemi, kesitsel yöntem kullanan geleneksel desenlere kıyasla araştırmacıların çift ilişkisinin daha dinamik yönlerini ve mikro seviyede oluşan değişimleri anlayabilmek için avantaj sunar. İlişki içinde davranış, duygu, bilişleri şekillendiren bağlamsal faktörler hakkında bilgi edinilmesini sağlamaktadır (Laurenceau ve Bolger, 2005).

1.2.7.4.2.6. Çiftlerin Baş Etme Becerilerini Artırmaya Yönelik Programlar

Baş etme becerilerinin bireysel olarak kullanılması evlilikte stabiliteyi sağlamaktadır. Bodenmann ve Shantinath (2004) yeterli bireysel ve çift olarak baş etmenin evlilikteki stresi azalttığına işaret etmiştir. Partnerlerin kendi streslerini iyi yönettiğinde bunun ilişkiye yayılmadığını ve bu sayede ilişkinin stresin olumsuz etkilerinden korunabildiğini iddia ederler.

Dolayısıyla çiftler birlikte streslerini iyi yönetirlerse ilişkide birlik duygusunun devam etme ihtimali yüksektir.

Bir çalışmada kaçınma, kendini suçlama, ve aktif olarak problem çözmeme davranışlarını gösteren çiftlerin beş yıl sonraki takipte ya çift sorunu yaşayan çiftler arasında oldukları ya da boşanmış oldukları bulunmuştur (Bodenmann ve Sina 2000).

Çiftlerin Başetmelerini Artırma Eğitimi (The Couples Coping Enhancement Training, CCET, Bodenmann ve Shantinath, 2004) temelini yukarıda bahsedilen stres ve baş etme araştırmaları, evlilik araştırmaları ve eşitlik ve sosyal değişim araştırmalarından almıştır. Program dinleme ve konuşma teknikleri öğretir, bireysel ve diyalik baş etme becerileri programda üzerine önemle durulan bir konudur. Çiftler birbirlerine stres deneyimlerini ifade etmeyi, ilişkide yakınlık geliştirmeyi öğrenirler. CCET'in bir başka odak noktası ilişkide eşitliği sağlamaktır, çünkü ilişkideki adaletsizlikler ilişkide strese yol açabilmektedir. CCET ayrıca çatışma çözme yöntemlerini içermektedir. CCET'i diğer programlardan ayıran temel yanı stres ve baş etme tekniklerinin olmasıdır. CCET ilişkiye yeni başlayan ve stresi ilişkide yeni başlayanlar için uygun olup, çift terapisinde olması gereken ilişkide yoğun stres yaşayan bireyler için uygun değildir.

CCET'in amaçları arasında bireyin kendi stres seviyesini yönetmesi, çift olarak baş etmeyi öğrenmesi, çiftleri adalet, eşitlik ve saygı kavramlarına hassaslaştırması, evlilik ilişkisinde iletişimi iyileştirmesi ve çiftin problem çözme becerilerini iyileştirmesi gelmektedir. CCET tipik olarak 18 saat sürer, 1.5 ile 5 saat arasında değişen modüllerden oluşur. Eğitimde içerik olarak stres ve baş etme ile ilgili teorik bilgi (strese dair farkındalık geliştirmek, değişik stres kaynaklarını öğretmek, stres ve biliş arasındaki ilişkiyi öğretmek), bireysel baş etme yolları (stresli durumları önceden tespit ederek stresi önlemek, stresli olay sırasında baş etme becerisini artırmak, keyif verici aktivite sayılarını artırarak stres ile mücadele etmek, fizyolojik olarak stresi azaltmak), diyalik baş etme yolları (partnerin stresini anlamak, stresle ilgili iletişimi güçlendirmek, diyalik baş etme becerilerini artırmak), ilişkide adil olmak (diyalik baş etme bağlamında eşit ve adil değişimlere dair çiftin farkındalığını artırmak, ilişkideki eşitsizlikler ve bağımlılıklara dair farkındalığı artırmak), iletişimi iyileştirmek (dinleme ve konuşma becerilerini iyileştirmek, yetersiz iletişim alışkanlıklarını tespit edip yeterlik geliştirmek) ve problem çözme becerilerinin iyileştirilmesi konuları ele alınmaktadır (Bodenmann ve Shantinath, 2004).

1.3. Projenin Amaçları

Projenin temel amacı COVID-19'un getirdiği stres ve kaygının, psikolojik iyi oluş (depresyon, stres, anksiyete, yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş) ve ilişki kalitesi (ilişki doyumu, romantik yakınlık, çift uyumu) üzerindeki etkisini ve bu süreçte çift olarak baş etmenin rolünü incelemektir. Araştırmanın amaçları şunlardır:

1. COVID-19'un getirdiği stres ve kaygıya yönelik ölçek hazırlamak (hastalık kaygısı, hastalık bulaştırma endişesi, yakınlarının hastalanması, geleceğe yönelik kaygılar, ekonomik kaygılar, uyku kalitesi sorularını kapsamaktadır).
2. COVID-19 ile ilgili stres ve kaygının (COVID-19 Stres¹) evli çiftlerin psikolojik iyi oluşları (depresyon, stres ve anksiyete belirtileri, yaşamdan alınan doyum ve psikolojik iyi oluş) ile olan ilişkisinin incelenmesi.
3. COVID-19 stresinin eşlerin evlilik uyumu, ilişki doyumu ve romantik yakınlık ile ilişkisinin incelenmesi.
4. Çift olarak baş etme ile evli çiftlerin evlilik uyumu, ilişki doyumu ve romantik yakınlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.
5. COVID-19 stresi ile evlilik kalitesi (evlilik uyumu, ilişki doyumu ve romantik yakınlık) arasındaki ilişkide çift olarak baş etme stratejilerinin aracılık etkisinin incelenmesi.
6. COVID-19 stresi ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide çift olarak baş etme stratejilerinin aracılık etkisinin incelenmesi.
7. Pandemi sürecinde çiftlerin günlük ilişki doyumu ve romantik yakınlık düzeyindeki değışimlerin incelenmesi.
 - a. Günlük dışsal ve içsel stres faktörlerinin 14 gün boyunca ilişki doyumundaki aktör ve partner etkilerinin incelenmesi,
 - b. Günlük dışsal ve içsel stres faktörlerinin 14 gün boyunca partnerlerin birbirlerine hissettikleri yakınlıkta aktör ve partner etkilerinin incelenmesi,
 - c. Çiftlerin birlikte günlük baş etme stratejilerinin dışsal stres, içsel stres ve ilişki doyumu arasındaki ilişkide biçimleyici (moderatör) etkisinin incelenmesi,
 - d. Çiftlerin birlikte günlük baş etme stratejilerinin dışsal stres, içsel stres ve romantik yakınlık arasındaki ilişkide biçimleyici (moderatör) etkisinin incelenmesi,

¹ COVID-19 ile ilgili stres ve kaygı kavramı metnin bundan sonraki kısmında "COVID-19 stres" şeklindeki kısaltılmış şekliyle kullanılacaktır.

- e. 14 gün boyunca çiftlerin COVID-19 stres düzeylerinin ilişki yayılma etkisi (spillover) ve bu etkide diyardık baş etmenin biçimleyici rolünün incelenmesi.
- 8. 14 gün boyunca çiftlerin COVID-19 stres düzeylerindeki değişimin günlük yaşam doyumuna etkisinin ve bu etkide diyardık baş etmenin biçimleyici rolünün incelenmesi.
- 9. Pandemi sürecinde yakınlığın kişilerarası süreç modelinin incelenmesi.
 - a. 14 gün boyunca çiftlerin kendilerini açmaları, partnerlerinin kendisini açması ve algılanan partner duyarlılığının günlük romantik yakınlık hissine etkisinin incelenmesi,
 - b. 14 gün boyunca çiftlerin COVID-19 stres düzeylerinin kendini partnere açma, partnerin kendini açması ve algılanan duyarlılık ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide biçimleyici (moderatör) etkisinin incelenmesi.
- 10. Projenin bulgularından yola çıkarak çift ilişkilerini güçlendirmeye yönelik önerinin hazırlanması.

2. YÖNTEM

2.1. ÇALIŞMA I: COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeğinin Hazırlanması

2.1.1. Katılımcılar

Katılımcılar; sosyal medya platformlarından (ör: Instagram, Twitter), evli katılımcıları bulmaları karşılığında öğrencilere ekstra kredi verilerek bulunmuştur. Katılımcılar 18 yaş ve üstü evli kişilerdir. Nihai örneklem evli 847 (%70'i kadın) kişidir. Kadınlar için ortalama yaş 35.11 (SS=9.40) ve erkekler için ortalama yaş 39.47'dir (SS=10.47). Katılımcılar eğitim düzeyleri açısından farklılık göstermiştir. Katılımcıların %55,7'si en az üniversite, %24,5'i lise ve %19,3'ü ilk veya ortaokul diplomasına sahiptir. Katılımcıların neredeyse yarısı (%47) işsiz, %41,2'si tam zamanlı bir işte çalışırken, %9,2'si yarı zamanlı çalıştığını bildirmiştir. Çalışanların %20,8'i salgın sırasında ofislerde çalışmaya devam etmiş, %46'sı evden çalışmaya devam etmiş ve %23,2'si ücretli veya ücretsiz izin almıştır. Katılımcıların yüzde yetmiş beşi en az bir çocuğu olduğunu bildirmiştir.

Güç analizi G*power yazılımı (Faul ve ark. 2007) kullanılarak yapılmış ve lineer regresyon testi kullanarak sabit model, .05 değerinde sıfırdan farklı R^2 sapmalı .95 düzeyinde etkili bulunması için 226 katılımcıya ihtiyaç olduğu saptanmıştır. Post-hoc güç analizinin sonuçları ise 847 kişilik bir örneklem 1.00 düzeyinde gücünün olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, örneklem sayısının bu çalışma için uygun olduğu gözükmemektedir.

2.1.2. Veri Toplama Süreci

COVID-19 stres ve kaygı ölçeğinin güvenilirliğini ve geçerliliğini değerlendirmek için kesitsel bir çalışma tasarımı kullanılmıştır. Çalışmaya katılma kriterleri; 18 yaş ve üzerinde olma ve evli olma olarak belirlenmiştir. Nişanlı veya romantik ilişki içerisinde olanlar çalışmaya dahil edilmemiştir. Katılımcılar Qualtrics aracılığıyla çevrimiçi bir anketi tamamlamışlardır. Anketler tüm katılımcılar için aynı sırayla uygulanmıştır. Tüm prosedürler Üniversite Kurumsal Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır. Katılımcılar, bu çalışmaya katılmak için bilgilendirilmiş onay vermişlerdir.

2.1.3. Kullanılan Ölçekler

2.1.3.1. Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formunda; doğum tarihi, cinsiyet, eğitim seviyesi, istihdam, medeni durum, ebeveynlik durumu ve çalışma koşullarına yönelik sorular yer almıştır.

2.1.3.2. DASS-21

Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS) 42 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 21 soruluk kısa versiyonu Henry ve Crawford (2005) tarafından yapılmış, Türkçe uyarlaması ise Yılmaz vd. tarafından 2017 yılında gerçekleştirilmiştir. Ölçek; depresyon, anksiyete ve stres olmak üzere 3 boyuttan oluşmakta

ve her bir boyut için 7 madde bulunmaktadır. Ölçeğin geçerliliğini ölçmek üzere doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı anksiyete için .80, depresyon için .81 ve stres için .75 olarak hesaplanmıştır. Maddeler 4'lü likert tipi ölçekte (0=hiçbir zaman, 3=her zaman) değerlendirilmiştir. Ölçekte katılımcılardan, geçen hafta her bir ifadenin kendilerine ne kadar uygun olduğunu belirtmeleri istenmektedir. Depresyon alt boyutunda; "Hayatın değersiz olduğunu hissettim" ve "Kendimi perişan ve hüzünlü hissettim" gibi maddeler vardır. Anksiyete alt boyutunda psikolojik uyarılma semptomları ölçülmektedir ve "Ağzımda kuruluk olduğunu fark ettim", "Panik haline yakın olduğumu hissettim" gibi maddeler bulunmaktadır. Stres alt boyutunda ise endişenin daha bilişsel ve bireysel semptomları ölçülmektedir ve "Olaylara aşırı tepki vermeye meyilliyim", "Alınan olduğumu hissettim" gibi maddeler vardır. Ölçekten alınan yüksek puan duygusal sorunların artışına işaret etmektedir.

2.1.3.3. COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği

Ölçek hazırlıklarına başlarken literatürdeki COVID-19'a yönelik ölçme araçları incelenmiştir. Pandeminin erken döneminde pandeminin psikolojik etkilerine yönelik sınırlı sayıda ölçeğin bulunduğu görülmüştür. Özellikle COVID-19'a yönelik stresi ölçen bir ölçüm aracı bulunamamıştır. Bu nedenle COVID-19 stres ve kaygısını ölçen bir ölçek ihtiyacı ortaya çıkmıştır. Bu çalışmanın alandaki bu boşluğu doldurması hedeflenmiştir. Katılımcıların pandemi döneminde belirsizlik algısını, pandemiye ilişkin algıladıkları riskleri ve genel stres düzeylerini ölçmek için literatürdeki çalışmalardan ve daha önce geliştirilmiş ölçeklerden yola çıkarak 7'li likert derecelendirme sistemi ile değerlendirilen COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği (CSKÖ) hazırlanmıştır. Ölçek geliştirilirken Boateng vd. (2018) üç aşamalı ölçek geliştirme prosedürü takip edilmiş, ilk olarak, maddeler Ebola ile ilgili endişeyi ölçmek için yapılan önceki araştırmalarda kullanılan ölçütlere göre geliştirilmiştir (Thompson vd., 2017). Yazarlar, ölçeğin geliştirilmesi için stres ve anksiyete ölçeklerini değerlendirmiş ve COVID-19 nedeniyle günlük yaşamdaki değişikliklere dayanan CSKÖ'nün ön versiyonu için 21 maddelik bir havuz oluşturmuştur. 21 maddelik hazırlanan ölçek; hastalık kaygısı, virüs bulaştırma endişesi, aile bireylerinden birinin hasta olmasına yönelik endişe, odaklanma güçlüğü, olumsuz tekrarlayıcı düşünceler ve düşüncelerle baş etmekte zorlanma, öfke patlamaları, istemsiz eylemler, fiziksel belirtileri hastalıkla ilişkilendirme, iştah, kontrol etme ihtiyacı, gelecek kaygısı ve uyku kalitesine yönelik sorulardan oluşmaktadır. Bulgularda açıklandığı üzere faktör analizi ve uzman görüşleri sonucunda ölçeğin son hali 9 maddeden oluşmaktadır.

2.2. ÇALIŞMA II: Diyardik Kesitsel Çalışma

2.2.1. Katılımcılar

Çalışmanın örneklemini 102 evli çiftten oluşmaktadır. Çiftlerin evlilik süresi ortalama 7.40 yıldır ve yarısından fazlası (%66.7) en az bir çocuk sahibidir. 21-59 yaşları arasındaki kadın katılımcıların yaş ortalaması 32.37 (Ss: 8.06), 22-62 yaş arasındaki erkek katılımcıların yaş ortalaması 34.77 (Ss: 8.71) olarak hesaplanmıştır. Katılımcılar eğitim düzeyleri açısından değişiklik göstermiştir. Kadın katılımcıların; %8.9'u yüksek lisans veya doktora mezunu, %65.3'ü yüksek okul veya üniversite mezunu, %20.8'i lise mezunu, %3'ü ortaokul mezunu ve %2'si ilkokul mezunudur. Erkek katılımcıların; %19'u yüksek lisans veya doktora mezunu, %58'i yüksek okul veya üniversite mezunu, %17'si lise mezunu ve %6'sı ortaokul mezunudur. Kadın katılımcıların %33.3'ü tam zamanlı çalışmakta, %13.7'si yarı zamanlı çalışmakta, %3.9'u emekli ve %49'u çalışmamaktadır. Erkek katılımcıların %80.2'si tam zamanlı çalışmakta, %5.9'u yarı zamanlı çalışmakta, %5'i emekli ve %8.9'u çalışmamaktadır. Pandemi (COVID-19) döneminde çalışan kadın katılımcıların %28'i iş yerinde, %66.7'si evde çalışmaya devam etmiş ve %5.3'ü izin kullanmıştır. Erkek katılımcıların %67.4'ü iş yerinde, %27.4'ü evde çalışmaya devam etmiş ve %5.3'ü izin kullanmıştır. Katılımcılar gelir düzeyleri açısından farklılık göstermektedir. Katılımcılar aile aylık gelirlerinin; %10.9'u 3.000 TL'den az, %59.4'ü 3.000-7.999 TL arasında, %25.7'si 8.000-12.999 TL arasında, %3'ü 13.000-17.999 TL arasında, %1'i 23.000 TL'den fazla olduğunu bildirmişlerdir.

Tablo 1. Demografik Özellikler

Değişkenler	Kadın		Erkek	
	N	%	N	%
Çocuk sahibi olma*	68	66.7	68	66.7
Eğitim Düzeyi				
İlk okul mezunu	2	2	0	0
Orta okul mezunu	3	3	6	6
Lise mezunu	21	20.8	17	17
Üniversite mezunu	66	65.3	58	58
YL- Doktora mezunu	9	8.9	19	19
Çalışma Durumu				
Tam zamanlı çalışan	34	33.3	81	80.2
Yarı zamanlı çalışan	14	13.7	6	5.9

Emekli	4	3.9	5	5
Çalışmıyor	50	49	9	8.9
COVID-19 döneminde çalışma durumu				
İş yerinde	21	28	64	67.4
Evde	50	66.7	26	27.4
İzinli	4	5.3	5	5.3
Gelir düzeyi				
3.000 TL altı	11	10.9	11	10.9
3.000-7.999 TL	60	59.4	60	59.4
8.000-12.999 TL	26	25.7	26	25.7
13.000-17.999 TL	3	3.0	3	3.0
23.000+TL	1	1.0	1	1.0

Not. N= 204'dür (102=kadın, 102=erkek). Kadın katılımcıların ortalama yaşı 32.37 (SS= 8.06), erkek katılımcıların ortalama yaşı 34.77 (Ss= 8.71)'dir. Çiftlerin ortalama evlilik süresi 7.40 (SS=7.81) yıldır.

*: bu soruya evet cevabı veren katılımcıların değerlerini gösterir.

2.2.2. Veri Toplama Süreci

Diyyadik kesitsel çalışmaya dahil olma kriterleri evli olma, çift olarak hem kesitsel hem de günlük çalışmaya katılmayı kabul etme olarak belirlenmiştir. İnternet kullanmayan, hem kesitsel hem de günlük çalışmaya katılmak istemeyen kişiler çalışmanın dışında tutulmuştur. Çalışmanın bu kısmında birinci çalışmadan farklı bir örneklem kullanılmıştır. Çalışmaya katılmak isteyen 999 kişi katılım başvuru formunu doldurmuştur. Araştırmanın verileri; araştırmaya katılım formu dolduran çiftlerden form doldurma sırasına/tarihine göre katılmak istediklerini belirten ilk 102 evli çiftten toplanmıştır.Bu aşamada kesitsel bir çalışma tasarımı kullanılmıştır. Katılımcılar ilk olarak araştırmacılar tarafından telefon ile aranmış, diyyadik kesitsel çalışma süreci, diyyadik günlük çalışma süreci, çalışma sonunda katılımcılara verilecek hediye çekleri, gizlilik esasları ve katılımcıların araştırmadan çekilme hakları konularında bilgilendirilmiştir. Araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcıların, eşlerinden bağımsız olarak diyyadik kesitsel çalışma anketini tamamlamaları ve sonra 14 gün boyunca her gün diyyadik günlük çalışma anketlerini yine eşlerinden bağımsız olarak tamamlamaları beklenmektedir. 14 günlük çalışmayı kendi yoğunlukları sebebiyle ve istekleriyle bırakmış olan 2 çift yerine form doldurma sırasına göre belirlenen 2 yeni çift çalışmaya eklenmiş, dolayısıyla diyyadik kesitsel çalışma verileri 102 çiftten, günlük çalışma verileri ise hedeflendiği gibi 100 çiftten oluşmuştur. Her katılımcı araştırmacılar tarafından kodlanmıştır (001K, 001E gibi). Katılımcılardan, e-

posta yoluyla ulaştırılan aynı anketin Qualtrics aracılığıyla kişilerin kodlarına özel oluşturulmuş linklerine tıklayıp anketleri tamamlamaları beklenmiştir. Bu sayede katılımcıların anketlere verdikleri yanıtlara, anketleri tamamlayıp tamamlamadıkları bilgisine, katılımcıların kişisel bilgileri kullanılmadan, katılımcılara verilen kodlar sayesinde ulaşılmıştır. Anketler katılımcılara e-posta yoluyla ulaştırılmanın yanı sıra SMS ile de hatırlatılmıştır. Anketler tüm katılımcılar için aynı sırayla uygulanmıştır. Ön tarama anketini tamamlamanın ortalama 15-20 dakika süreceği öngörülmüştür. Tüm prosedürler İstanbul Medeniyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır. Katılımcılar, bu çalışmaya katılmak için bilgilendirilmiş onay vermişlerdir.

2.2.3. Kullanılan Ölçekler

Veri Toplama Araçları: Projenin ön tarama verileri Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmış ölçeklerden ve demografik bilgi formundan oluşan toplamda dokuz bölümden oluşmaktadır.

Demografik Bilgi Formu: Katılımcıların yaşı, eğitim durumu, yaşadıkları yer, çocuk sayısı, evlilik süresi, COVID-19 sürecindeki çalışma durumları, günde kaç saat çalıştıkları, tv, internet veya sosyal medyada günlük geçirdikleri süre, tv, internet veya sosyal medyada geçirdikleri sürede yaptıkları aktiviteler ve bu aktivitelerle ayırdıkları zamana yönelik soruları içermektedir.

COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği (CSKÖ): 9 maddeden oluşan ölçek, 7'li likert (1=Neredeyse hiç, 7=Aşırı derecede, neredeyse tamamen) derecelendirme sistemi ile değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan COVID-19 stresteki artışa işaret etmektedir. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucu Cronbach alfa değeri kadın için .91 erkek için .89 olarak hesaplanmıştır.

Depresyon Stres Anksiyete Ölçeği (DASS 21): Ölçeğe ilişkin bilgiler 2.1.3.2. başlığında belirtilmiştir. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucu Cronbach alfa değeri depresyon için kadın .88, erkek .85, anksiyete için kadın .79, erkek .80, stres için kadın .87, erkek .85 olarak hesaplanmıştır.

İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ): Romantik ilişkilerde ilişki doyumunu ölçmek amacıyla Hendrick (1988) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Curun (2001) tarafından yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda ölçeğin tek bir faktör altında toplandığı bulunmuştur. Ölçeğin geçerliliğini ölçmeye yönelik yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları datanın iyi uyum gösterdiğini ortaya koymuştur ($\chi^2=52.87$, $df=13$, $p=.00$, $RMSEA=.07$, $GFI=.95$, $CFI=.97$, $IFI=.97$, $NFI=.95$, $SRMR=.04$). İDÖ'nün iç tutarlılık katsayısı .86'dır. Toplam 7 maddeden oluşan ölçeğin 2 maddesi ters puanlanmaktadır. Ölçek 7'li likert (1=Çok az, 7=Oldukça çok) tipindedir. Ölçek maddeleri: " Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?", "Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamayı istiyorsunuz?" gibi sorulardan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek

en düşük puan 7, en yüksek puan ise 49'dur. Ölçekten alınan düşük puan ilişkide doyumun azaldığına, ölçekten alınan yüksek puan ise ilişki doyumunun arttığına işaret etmektedir. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucu Cronbach alfa değeri kadın için .92, erkek için .92 olarak hesaplanmıştır

Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği: Ercan (2019) tarafından romantik ilişkilerde yakınlık düzeyini ölçmek için geliştirilen ölçek; 4 faktör (kendini açma, fiziksel çekim, destek ve güven) ve biri ters puanlanan 17 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin geçerliliğini ölçmeye yönelik yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin yapı geçerliliğinin kabul edilebilir sınırlarda olduğunu ortaya koymuştur ($\chi^2/df=3.17$, RMSEA=.07, GFI=.91, CFI=.95, NFI=.92, SRMR=.05). Ölçeğin ölçüt-bağıntılı geçerliliği için kullanılan İlişki Doyumu Ölçeği ile korelasyonu pozitif yönde .56 ($p<.01$) olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .88, test-tekrar test güvenirlik kat sayısı .89 olarak bulunmuştur. Faktörler arası iç tutarlılık kat sayıları ise; güven faktörü için .72, kendini açma faktörü için .79, destek faktörü için .81 ve fiziksel çekim alt ölçeği için .88 olarak bulunmuştur. Her madde 4'lü likert (1=Hiç, 4=Her zaman) derecelendirilme sistemine göre cevaplandırılmaktadır. Ölçek; " Onunla her konuda konuşurum." "Bana sarılması hoşuma gider. " "Onu zor zamanlarında cesaretlendiririm." " Onun bana karşı dürüst olduğunu düşünüyorum." gibi maddelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 17, en yüksek puan ise 68'dir. Alınan yüksek puanlar romantik ilişkinin yakınlığına, düşük puanlar ise yakın olmayan bir romantik ilişkiye işaret etmektedir. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucu Cronbach alfa değeri kadın için .95, erkek için .91 olarak hesaplanmıştır.

Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği (YÇÜÖ): Evli ya da ilişki yaşayan çiftlerin ilişki uyumunu ölçmek üzere Spanier (1976) tarafından geliştirilmiş, Çift Uyum Ölçeği'nin Busby ve arkadaşları (1995) tarafından yeniden düzenlenmiş olan versiyonu Türkçe'de ilk olarak Gündoğdu (2007) tarafından kullanılmıştır. Ölçeğin ölçüt-bağıntılı geçerliliği için kullanılan Çift İlişkileri Ölçeği ile korelasyonu pozitif yönde .55 ($p<.001$) olarak hesaplanmıştır (Gündoğdu, 2007). Ölçeğin iç tutarlık katsayısı görüş birliği/uzlaşma faktörü için .80, doyum faktörü için .80 ve bütünleşme faktörü için .74 ve tüm ölçek için .87 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise .60'dır. Ölçek 3 faktör, 14 maddeden oluşmakta ve her madde 5'li likert (1=Çoğu zaman, 5=Hiçbir zaman) derecelendirme sistemine göre değerlendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 70, en düşük puan 14'tür. Alınan puanın yüksekliği ilişki uyumuna işaret etmektedir. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucu Cronbach alfa değeri kadın için .89, erkek için .90 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ): Diener vd. tarafından 1985 yılında geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlaması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin geçerliliğini ölçmeye yönelik yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları datanın iyi uyum gösterdiğini ortaya koymuştur

($\chi^2/df=1.17$, RMSEA=.03, GFI=.99, CFI=1.00, NFI=.99, SRMR=.01). Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .86 ve test-tekrar test güvenirlik katsayısı .73 olarak hesaplanmıştır. Ölçek, 5 maddeden oluşmakta ve her madde 7'li likert (1=Hiç uygun değil, 7=Çok uygun) derecelendirme sistemine göre değerlendirilmektedir. Ölçek maddeleri: " Yaşamın birçok yönüyle ideallerime yakınam.", "Yaşamımdan hoşnutum." gibi ifadelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanların artması genel yaşam doyumunun arttığını göstermektedir. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucu Cronbach alfa değeri kadın için .89, erkek için .88 olarak hesaplanmıştır.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Eggleston vd. (2001) tarafından kadınların psikolojik iyi oluşlarını değerlendirmek amacıyla geliştirilen Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlaması evli kadınlar ve erkekler ile yapılmıştır (Özmete, 2016). 36 maddeden oluşan ölçek; 5'li likert derecelendirme sistemine (Kesinlikle Katılıyorum (1), Kesinlikle Katılmıyorum (5)) göre cevaplandırılmaktadır. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda; 1) Genel duygular, 2) Ekonomik, aile ve bireysel koşullardan duyulan memnuniyet ve 3) Ev dışındaki aktiviteleri sürdürebilme olmak üzere ölçek üç boyuta ayrılmıştır. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi bulguları ($\chi^2=1243.62$, $\chi^2/sd= 2.11$, RMSEA=.07, CFI=.92, NNFI=.91 ve IFI=.92) kabul edilebilir uyum gösterdiğini ortaya koymuştur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı birinci faktör için .86, ikinci faktör için .88 ve üçüncü faktör için .86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bu çalışmadaki 5'li likert derecelendirme sistemi (1= Kesinlikle katılmıyorum, 5= Kesinlikle Katılıyorum) araştırmacılar tarafından ters çevrilerek katılımcılara uygulanmıştır. Dolayısıyla bu araştırmada ölçekten alınan yüksek puan psikolojik iyi oluşa işaret etmektedir.

Stres ile Çift Olarak Başa Çıkma Ölçeği (SÇÖBE): Bodenmann vd. (2008) tarafından, romantik ilişkilerde stres iletişimini ve stres ile çift olarak baş etmeyi ölçmek amacıyla geliştirilen Stres ile Çift Olarak Baş Etme Ölçeğinin Türkçe uyarlaması Kurt ve Akbaş (2019) tarafından yapılmıştır. Maddeler 5'li likert derecelendirme sistemi (1=hiçbir zaman, 5=her zaman) ile cevaplandırılmaktadır. 37 maddeden oluşan ölçeğin 12 alt boyutu (bireyin stres iletişimi, eşin stres iletişimi, birey duygu odaklı destekleme, eş duygu odaklı destekleme, birey problem odaklı destekleme, eş problem odaklı destekleme, birey fedakarca baş etme, eş fedakarca baş etme, birey negatif baş etme, eş negatif baş etme, duygu odaklı ortak baş etme ve problem odaklı ortak baş etme) bulunmakta, bu alt boyutlar 3 başlıkta toplanmaktadır: bireyin kendi baş etmesine dair algı, eşin baş etmesine dair algı ve ortak baş etmeye dair algı. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, sonuçlar (bireyin kendi baş etmesine dair algı için $\chi^2/sd=3.76$, RMSEA=.06, CFI=.94, GFI=.95, SRMR=.04; eşin baş etmesine dair algı için $\chi^2/sd=4.50$, RMSEA=.06, CFI=.95, GFI=.94, SRMR=.04; ortak baş etmeye dair algı için $\chi^2/sd=4$, RMSEA=.01, CFI=1.00, GFI=.99, SRMR=.01) üç boyutun da

kabul edilebilir uyum düzeyine sahip olduklarını göstermiştir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı alt boyutlar için .63 ile .87 arasında değişmektedir. Ölçek maddeleri: “İyi olmadıgımda ya da problemlerim olduğunda bunu eşime davranışlarımla gösteririm.” “Eşimden aldığım destekten ve eşimle beraber stres ile mücadele etme yolumuzdan memnunum.”, “Eşim stresli durumlara başka açıdan bakmamda bana yardım eder.” gibi ifadelerden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı kadınlar için .92, erkekler için .93 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucu Cronbach alfa değeri kadın için .88, erkek için .90 ‘dır.

2.3. ÇALIŞMA III: Diyadik Günlük Çalışma

2.3.1. Katılımcılar

Çalışmanın örneklemini diyadik kesitsel çalışmaya katılım sağlamış 100 evli çiftten oluşmaktadır. Çiftlerin evlilik süresi ortalama 7.40 (SS=7.81) yıldır ve yarısından fazlası (%67) en az bir çocuk sahibidir. 21-59 yaşları arasındaki kadın katılımcıların yaş ortalaması 32.45 (SS=8.11), 22-62 yaş arasındaki erkek katılımcıların yaş ortalaması 34.79 (SS: 8.79) olarak hesaplanmıştır. Katılımcılar eğitim düzeyleri açısından değişiklik göstermiştir. Kadın katılımcıların; %9.1’i yüksek lisans veya doktora mezunu, %64.6’sı yüksek okul veya üniversite mezunu, %21.2’si lise mezunu, %3’ü ortaokul mezunu ve %2’si ilkokul mezunudur. Erkek katılımcıların; %19.4’ü yüksek lisans veya doktora mezunu, %58.2’si yüksek okul veya üniversite mezunu, %16.3’ü lise mezunu ve %6.1’i ortaokul mezunudur. Kadın katılımcıların %33’ü tam zamanlı çalışmakta, %14’ü yarı zamanlı çalışmakta, %4’ü emekli ve %49’u çalışmamaktadır. Erkek katılımcıların %80.8’i tam zamanlı çalışmakta, %5.1’i yarı zamanlı çalışmakta, %5.1’i emekli ve %9.1’i çalışmamaktadır. COVID-19 döneminde çalışan kadın katılımcıların %27.4’ü iş yerinde, %67.1’i evde çalışmaya devam etmiş ve %5.5’i izin kullanmıştır. Erkek katılımcıların %66.7’si iş yerinde, %28’i evde çalışmaya devam etmiş, %5.4’ü izin kullanmıştır. Katılımcılar gelir düzeyleri açısından farklılık göstermektedir. Katılımcılar aile aylık gelirlerinin; %11.1’i 3.000 TL’den az, %58.6’sı 3.000- 7.999 TL arasında, %26.3’ü 8000-12.999 TL arasında, %3’ü 13000-17.999 TL arasında ve %1’i 23.000 TL’den fazla olduğunu bildirmişlerdir.

2.3.2. Veri Toplama Süreci

Bu aşamada çiftlerin günlük ilişkilerindeki değişimi ölçmek amaçlanmıştır. 14 günlük çalışmaya başlanmadan bir gün önce katılımcılar, e-mail ve sms yoluyla 14 günlük çalışmanın bir sonraki gün başlayacağı hakkında bilgilendirilmiştir. Anketler, 14 gün boyunca her gün akşam saatlerinde (18:00-19:00) çiftlere e-mail ile iletilmiş ve sms yoluyla hatırlatılmıştır. Günlük anketleri tamamlamanın 5 dakika süreceği öngörülmüştür. Katılımcılardan Qualtrics aracılığıyla çevrimiçi bir anketi birbirlerinden bağımsız olarak her gün 19:00-02:00 saat aralığında tamamlamaları beklenmiştir. Anketler bir önceki aşamada olduğu gibi aynı anketin

kişilerin kodlarına özel oluşturulmuş linkleriyle ulaştırılmıştır. Eşlerden birinin anketi tamamladığı, diğerinin tamamlamadığı veya eşlerin her ikisinin de günlük anketleri tamamlamadığı durumlarda araştırmacılar katılımcıları telefon ile aramıştır. Katılımcılar, bu durumun çalışmaya devam etmelerine engel olmadığı, eşlerin aynı gün birbirlerinden bağımsız olarak anketi tamamlamadıkları gün sayısı kadar ek gün verileceği, eğer anketleri hatırlamakta zorluk çekiyorlarsa sms ile birden fazla kez hatırlatma yapılabileceği konularında bilgilendirilmiştir. 2 çift günlük çalışmayı kendi yoğunlukları sebebiyle ve istekleriyle bırakmıştır. Çalışmaya katılım formunu doldurmuş 2 çift, form doldurma sırasına göre, çalışmadan ayrılan 2 çiftin yerine alınmış, çiftlerden önce diyadik kesitsel çalışmayı tamamlamaları beklenmiş ve tüm aşamalar bu iki çift için tekrar gerçekleştirilmiştir. İkinci çalışmayı ve 14 günlük çalışmayı tamamlayan çiftlere 300 TL değerinde olan sanal hediye çekleri e-mail yoluyla iletilmiştir. Anketler tüm katılımcılar için aynı sırayla uygulanmıştır. Tüm prosedürler İstanbul Medeniyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır. Katılımcılar, bu çalışmaya katılmak için bilgilendirilmiş onay vermişlerdir.

Veri Toplama Araçları: Bu çalışmanın ölçekleri literatürde yapıldığı şekliyle geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmış ölçeklerin kısaltılmasıyla oluşturulmuştur. Türkçe literatürde günlük çalışmaların kısıtlı oluşu nedeniyle günlük sorular İngilizce literatürden çevrilerek hazırlanmıştır. Çalışmada kullanılan anket toplamda dokuz bölümden oluşmaktadır.

2.3.3. Kullanılan Ölçekler

Demografik Bilgi Formu: Katılımcıların cinsiyeti, günlük çalışma durumu, ortam ve süresi; eşleriyle olan günlük iletişim şekilleri ve süreleri sorulmuştur.

Günlük Stres: Günlük stres ölçeğinde; dışsal stres, içsel stres ve COVID-19 stresi olmak üzere üç ayrı alanda stres soruları bulunmaktadır. Tüm günlük stres faktörlerinin şiddeti 4'lü likert tipi derecelendirme sistemi (1= Hemen hemen hiç yok, 4= Oldukça Fazla) ile değerlendirilmektedir.

Dışsal Stres: Bu stres faktörleri ev, iş, eğitim, ekonomik koşullar, pandemi, COVID-19 dışındaki genel sağlık sorunları, çocuklar, sosyal ilişkiler ve boş zaman aktiviteleri ile ilgili 10 sorudan oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan günlük dışsal stres düzeyinin fazlalığına işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı bu çalışmada kadın için .91, erkek için .94 olarak hesaplanmıştır. Kişilerin 14 gün boyunca dışsal stres ile ilgili sorulara verdikleri yanıtların ortalaması alınarak günlük dışsal stres ölçüm aracının ölçüt bağıntılı geçerliği sınanmıştır. Dışsal stres, geçerlik ve güvenirliği kanıtlanmış olan Despresyon Anksiyete Stres Ölçeğinin (Henry ve Crawford, 2005) stres alt boyutu ile pozitif korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = .42, p < .01, r_{erkek} = .45, p < .01$).

İçsel Stres: Bu stres faktörleri günlük eşle ilişkide yaşanan durumların ne kadar stres verici olduğunu 8 soru ile değerlendirmektedir. Bu durumlar; eşden farklı düşünmek, eşin rahatsız edici alışkanlıkları, eşin zorlayıcı davranışları, eşin yetersiz davranışı, ilişki içindeki katı sınırlar, eşin mesafeli tutumu, sorumlulukların tatmin olmayacak şekilde dağıtılması ve eşin ihmali konularını kapsamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan günlük içsel stres düzeyinin fazlalığına işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı bu çalışmada kadın için .95, erkek için .96 olarak hesaplanmıştır. Kişilerin 14 gün boyunca içsel stres ile ilgili sorulara verdikleri yanıtların ortalaması alınarak günlük içsel stres ölçüm aracının ölçüt bağıntılı geçerliği sınanmıştır. İçsel stres, geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış olan İlişki Doyumu Ölçeği (Hendrick, 1988) ($r_{kadın} = -.69, p < .01, r_{erkek} = -.52, p < .01$) ve Yenilenmiş Çift Uyumu Ölçeğiyle (Busby ve ark., 1995) güçlü bir negatif korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = -.72, p < .01, r_{erkek} = -.57, p < .01$).

Covid Stres ve Kaygı: 3 sorudan oluşan ölçek COVID-19 stresi, COVID-19 virüsüne yakalanma endişesi ve yakınlarla COVID-19 virüsü bulaştırma sorularından oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan günlük COVID-19 düzeyinin fazlalığına işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı bu çalışmada kadın için .94, erkek için .98 olarak hesaplanmıştır. 14 günlük ortalaması alınan günlük Covid stres ve kaygı soruları, geçerlik ve güvenilirliği ortaya konulmuş olan COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği ile anlamlı bir korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = .53, p < .01, r_{erkek} = .57, p < .01$).

Günlük Çift Olarak Stres ile Baş Etme: Bu ölçekte katılımcıların, günlük stres ile çift olarak baş etmelerine dair algılarını ölçmek amaçlanmıştır. Ölçek 9 maddeden oluşmakta ve her madde 5'li likert (1=Hiç uygun değil, 5= Tamamen uygun) derecelendirme sistemi ile değerlendirilmektedir. Ölçek maddeleri: " Bugün stresli hissettiğimizde eşimle beraber problemle baş etmeye çalıştık ve birlikte çözüm yolları aradık.", "Bugün yaşadığım stresi eşimle paylaştım ve onun desteğini istediğimi açıkça söyledim.", "Bugün eşim yaşadığı stresi benimle paylaştı ve benim desteğimi istediğini açıkça söyledi." gibi ifadelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan günlük stres ile çift olarak baş etmenin iyilik haline işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı bu çalışmada kadın için .98, erkek için .98 olarak hesaplanmıştır. Kişilerin 14 gün boyunca stresle baş etme ile ilgili sorulara verdikleri yanıtların ortalaması alınarak günlük çift olarak stres ile baş etme ölçüm aracının ölçüt bağıntılı geçerliği sınanmıştır. Çift olarak stres ile baş etme, geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış olan Stres ile Çift Olarak Başa Çıkma Ölçeği (Bodenmann ve ark., 2008) ile anlamlı bir korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = .68, p < .01, r_{erkek} = .52, p < .01$).

Günlük İlişki Doyumu: Bu ölçek, kişilerin; günlük ilişkiden aldıkları doyumunu ve ilişki kalitelerini derecelendirmelerine yönelik ölçek 3 sorudan oluşmaktadır. Ölçek maddeleri "Bugün eşinizle ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?", "Bugün eşinizle ilişkinizi nasıl tanımlarsınız?" gibi

ifadeleri içermektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar günlük ilişki doyumundaki artışa işaret etmektedir. Ölçeğin bu çalışmadaki iç tutarlılık kat sayısı kadın için .93, erkek için .93 olarak hesaplanmıştır. 14 günlük ortalaması alınan günlük ilişki doyumu ölçüm aracı, geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış olan İlişki Doyumu Ölçeği (Hendrick, 1988) ($r_{kadın} = .75, p < .01, r_{erkek} = .59, p < .01$) ve Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeğiyle (Busby ve ark., 1995) güçlü bir pozitif korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = .75, p < .01, r_{erkek} = .60, p < .01$).

Günlük Yaşam Doyumu: Günlük yaşam doyumu tek bir sorudan oluşan ("Bugün yaşam kalitenizi nasıl tanımlarsınız?") 5'li likert (1= Çok az ya da hiç, 5= Oldukça fazla) derecelendirme sistemi ile değerlendirmişlerdir. 14 günlük ortalaması alınan günlük yaşam doyumu ölçüm aracı, geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış olan Yaşam Doyumu Ölçeği ile pozitif korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = .40, p < .01, r_{erkek} = .33, p < .01$).

Günlük Yakınlık: 4 sorudan oluşan Günlük Yakınlık ölçeği; ilişkide yakınlık, güven, önemsenme ve ilgi görme ile ilgili maddelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar kişinin partnerine yakın hissettiğine işaret etmektedir. Ölçek maddeleri: "Bugün eşime yakın hissettim", "Bugün eşimle güvende hissettim" gibi ifadelerden oluşmaktadır. 5'li likert (1=Hiç Katılmıyorum, 5=Tamamen katılıyorum) derecelendirme sistemiyle değerlendirilen ölçeğin bu çalışma için iç tutarlılık kat sayısı kadın için .98, erkek için .99 olarak hesaplanmıştır. 14 günlük ortalaması alınan günlük yakınlık ölçüm aracı, geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış olan Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (Ercan, 2019) ile anlamlı bir korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = .66, p < .01, r_{erkek} = .62, p < .01$).

Günlük Kendini Partnere Açma: Yakınlığın önemli bir bileşeni olan kendini açma kişilerin günlük yaşadıkları olayları, düşüncelerini ve duygularını eşleriyle ne ölçüde paylaştıklarına yönelik 4 sorudan oluşan ölçek, 5'li likert (1=Hiç uygun değil, 5=Benim için tamamen uygun) derecelendirme sistemine göre değerlendirilmektedir. Ölçek maddeleri: "Bugün yaşadığım olumlu olayları eşimle paylaştım.", "Bugün hislerimi/duygularımı eşimle paylaştım." gibi ifadelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan kişinin kendisini partnerine açması ile ilişkilidir. Ölçeğin bu çalışmadaki iç tutarlılık kat sayısı kadın için .97, erkek için .97 olarak hesaplanmıştır. 14 günlük ortalaması alınan günlük kendini partnere açma ölçüm aracı, geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış olan Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (Ercan, 2019) ile anlamlı bir korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = .54, p < .01, r_{erkek} = .59, p < .01$).

Günlük Partnerin Kendini Açması: Kişilerin eşlerinin, günlük yaşadıkları olayları, düşünceleri ve duygularını ne ölçüde kendileriyle paylaştıklarına yönelik 4 sorudan oluşan ölçek 5'li likert (1=Hiç uygun değil, 5=Benim için tamamen uygun) derecelendirme sistemine göre değerlendirilmektedir. Ölçek maddeleri: " Bugün eşim yaşadığı olumlu olayları benimle paylaştı.", "Bugün eşim hislerini/duygularını benimle paylaştı." gibi ifadelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan partnerinin kendini ne kadar açtığına ilişkin kişinin algısıyla

ilişkilidir. Ölçeğin bu çalışmadaki iç tutarlılık kat sayısı kadın için .88, erkek için .98 olarak hesaplanmıştır. 14 günlük ortalaması alınan günlük partnerin kendini açması ölçüm aracı, geçerlik ve güvenirliği kanıtlanmış olan Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (Ercan, 2019) ile anlamlı bir korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = .54$, $p < .01$, $r_{erkek} = .55$, $p < .01$).

Günlük Algılanan Partner Duyarlılığı: Yakınlığın önemli bir bileşeni olan partner duyarlılığı kişilerin kendilerini eşlerine açtıklarında ne ölçüde desteklendikleri ve anlaşıldıklarına yönelik 4 sorudan oluşmaktadır. Ölçek soruları 5'li likert (1=Hiç uygun değil, 5=Benim için tamamen uygun) derecelendirme sistemine göre değerlendirilmektedir. Ölçek maddeleri: "Bugün eşimle ilişkimde anlaşıldığımı hissettim.", "Bugün eşimle ilişkimde desteklendiğimi hissettim." gibi ifadeleri içermektedir. Ölçekten alınan yüksek puan günlük algılanan partner duyarlılığındaki artışa işaret etmektedir. Ölçeğin bu çalışmadaki iç tutarlılık kat sayısı kadın için .99, erkek için .99 olarak hesaplanmıştır. 14 günlük ortalaması alınan günlük algılanan partner duyarlılığı ölçüm aracı, geçerlik ve güvenirliği kanıtlanmış olan Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (Ercan, 2019) ile anlamlı bir korelasyon göstermektedir ($r_{kadın} = .62$, $p < .01$, $r_{erkek} = .62$, $p < .01$).

3. BULGULAR

3.1. Aşama I: COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Ölçeğin güvenilirlik özellikleri iç tutarlılık ve yarıya bölme güvenilirlik değerleri aracılığı ile geçerlilik özellikleri ise yapı geçerliği ve ölçüt bağıntılı geçerlik analizi ile incelenmiştir. Ölçümün geliştirilmesi için stres ve anksiyete ölçeklerine ve COVID-19 nedeniyle günlük yaşamdaki değişikliklere dayanan COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği'nin ön versiyonu için 21 maddelik bir havuz oluşturulmuştur. Maddeler, üç uzman klinik psikolog tarafından değerlendirilmiş ve önerileri doğrultusunda 9 madde ölçekten çıkarılmıştır. Çıkarılan maddeler, öfke kontrolü, iştah ve uyku kalitesine yönelik sorulardan oluşmaktadır. Ayrıca hedef popülasyondan bir grup birey maddeleri değerlendirmiştir.

İkinci olarak, faktörler test edilmiştir. Madde korelasyonları .40 ile .69 arasında değişmektedir. Bartlett testi faktör analizinin uygunluğunu; $\chi^2(36)=4202.77$, $p<.001$ ortaya koymuştur. Maddeler arası korelasyon değerleri Tablo 2'de verilmiştir. Açıklayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin tek boyutlu bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymuştur. Düşük faktör yükleri nedeniyle gelecek kaygısına yönelik üç madde ölçekten çıkarılmıştır. Nihai ölçek 9 maddeden oluşmaktadır (madde listesi için Ek A'ya bakınız). Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları 9 maddelik ölçeğin iyi bir model uyumu gösterdiğini ortaya koymuştur; $\chi^2(20)=190.07$, $p<.001$, CFI=.96, RMSEA=.10, SRMR =.04. Faktör yükleri .65 ile .83 arasında değişmektedir. Doğrulayıcı faktör analizi bulguları Şekil 4'te verilmiştir.

Tablo 2. Ortalama, standart sapma ve maddeler arası korelasyon

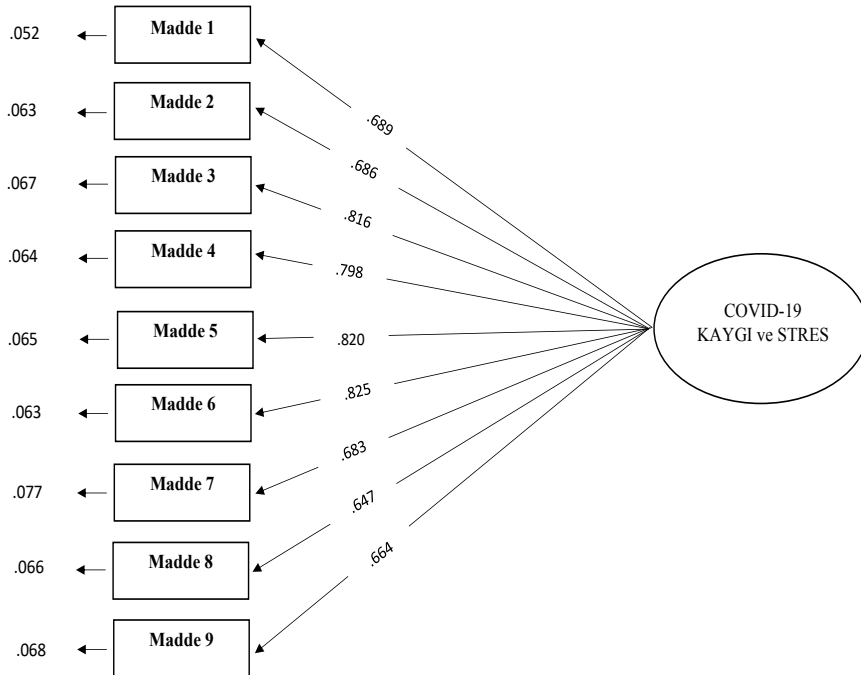
Değişken	Ort	Ss	1	2	3	4	5	6	7	8
1. ckaygi1	4.38	1.36								
2. ckaygi3	3.15	1.57	.44** [.38, .49]							
3. ckaygi4	3.45	1.65	.54** [.49, .59]	.66** [.62, .70]						
4. ckaygi5	3.56	1.59	.59** [.54, .63]	.49** [.44, .54]	.63** [.59, .67]					
5. ckaygi6	3.91	1.60	.63** [.59, .67]	.50** [.44, .55]	.64** [.60, .68]	.69** [.66, .73]				
6. ckaygi7	2.99	1.57	.53** [.48, .58]	.61** [.57, .65]	.71** [.67, .74]	.62** [.58, .66]	.67** [.63, .70]			
7. ckaygi9	3.42	1.92	.50** [.44, .55]	.44** [.38, .49]	.55** [.50, .59]	.52** [.47, .57]	.59** [.54, .63]	.56** [.52, .61]		
8. ckaygi11	3.32	1.67	.42** [.36, .47]	.40** [.34, .46]	.50** [.45, .55]	.56** [.51, .61]	.52** [.46, .56]	.52** [.47, .57]	.42** [.36, .48]	
9. ckaygi12	2.76	1.70	.40** [.34, .45]	.46** [.41, .52]	.50** [.45, .55]	.56** [.52, .61]	.53** [.48, .58]	.55** [.50, .60]	.45** [.39, .50]	.54** [.49, .58]

Not. Ort ve Ss sırasıyla ortalama ve standart sapma değerlerini belirtmek için kullanılmıştır. Parantez içindeki değerler her bir korelasyon için 95% güven aralığını belirtmek için kullanılmıştır. ** $p < .01$.

Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği ile Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeği (.53 ile .61 arasında) arasında orta-yüksek korelasyon katsayı değerleri bulunmuştur. Ölçüt bağıntılı geçerlik bulguları ve faktör analizlerinin bulguları ölçeğin geçerli bir ölçüm aracı olduğunu ortaya koymaktadır.

COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği'nin güvenilirliğini değerlendirmek için iç tutarlık katsayısı ve yarıya bölme güvenilirliği hesaplanmıştır. İki grup için yarıya bölme güvenilirlik katsayıları .83 ve .86 olarak hesaplanmıştır. İkiye bölünmüş gruplar arasındaki korelasyon .84 ile yüksek bir güvenilirliği göstermektedir. Ölçek için toplam Cronbach alfa .91 olarak bulunmuştur. Güvenirlik analizinin bulguları ölçeğin güvenilirliğinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Şekil 4. COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği'nin Doğrulayıcı Faktör Analizi Bulguları



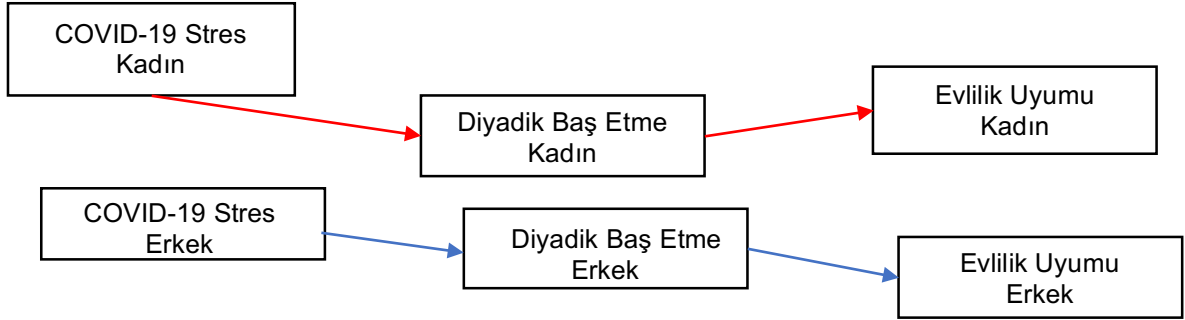
3.2. Çalışma II: Diyadik Kesitsel Çalışmaya İlişkin Bulgular

3.2.1. Veri Analizi

Bu çalışmada, COVID-19 stresinin evli çiftlerin psikolojik iyi oluşu (depresyon, stres ve anksiyete belirtileri, yaşamdan alınan doyum, psikolojik iyi oluş) ve ilişki kalitesiyle (evlilik

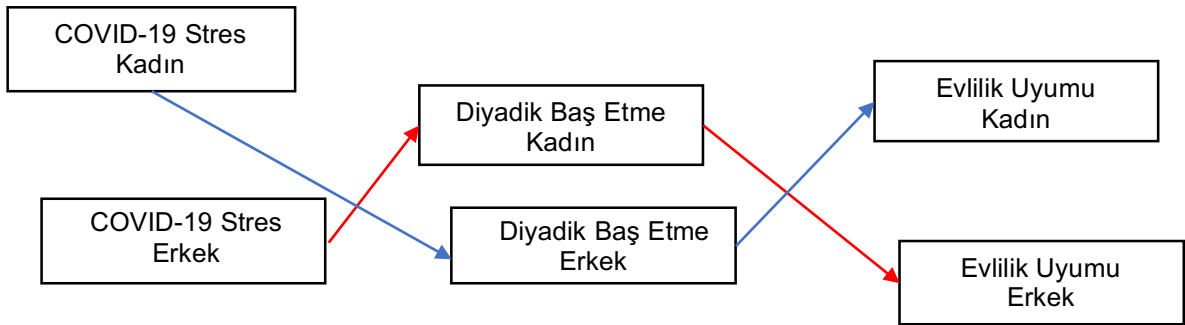
uyumu, ilişki doyumu, romantik yakınlık) ile ilişkisini incelemek için (araştırmanın 2. ve 3. amacı) bir dizi APIM analizi gerçekleştirilmiştir. Diyadik baş etme ile evli çiftlerin evlilik uyumu, ilişki doyumu ve romantik yakınlık düzeyleri arasındaki ilişkide kadın ve erkeğin karşılıklı etkileri APIM ile incelenmiştir (araştırmanın 4. amacı). APIM modellerinde aktör etkileri kişinin kendi bağımsız değişkeninin kendi bağımlı değişkeni üzerindeki etkisini ifade etmektedir (kadın aktör etkisi: kadının COVID-19 stresi → kadının evlilik uyumu). APIM modellerindeki partner etkileri ise kişinin partnerinin bağımsız değişkeninin kendi bağımlı değişkeni üzerindeki etkisini ifade etmektedir (erkek partner etkisi: kadının COVID-19 stresi → erkeğin evlilik uyumu). Çalışmanın 5. amacını incelemek için ayrı modellerde evli uyumu, ilişki doyumu, yakınlık ve psikolojik iyi oluş (Y) üzerindeki aktör ve partner etkileri Aktör-Partner Karşılıklı Bağımlılık Aracılık Modeli (APIMeM) ile analiz edilmiştir. Her modelde COVID-19 ile ilişkili stres (X) bağımsız değişken olarak değerlendirilmiştir. Diyadik baş etme değişkeni (M) ve alt ölçekleri ikili verilerdeki aracılık etkisinin değerlendirilmesi için kullanılmıştır. Çiftlerin ayırt edilebilirliğine (indistinguishability) yönelik pearson korelasyon analizi yapılmış ve sonuçlar çiftlerin kadın ve erkek olmak üzere ayrıştığını ortaya koymuştur. Ayırt edilebilir çiftlerde yapısal eşitlik modeliyle tahmin edilen APIM doymuş bir modeldir ve bu nedenle serbestlik derecesi sıfırdır (Kenny, Kashy ve Cook, 2006). APIM modellerinde hata terimleri ilişkilendirilmiş regresyon denklemleri tahmin edilmektedir. Dolayısıyla doymuş bir model tahmini ve uyum iyiliklerinin elde edilememesi problem teşkil etmemektedir. Kenny, Kashy ve Cook'un (2006) önerdiği şekilde, bu çalışmada yapılan analizler doymuş bir modele sahiptir ve serbestlik derecelerinin sıfır olmasından dolayı uyum iyiliği değerleri elde edilememiştir. Ayırt edilebilir ikili üyeler için standart APIMeM, 27 serbest parametreye sahip doymuş bir modeldir: altı aktör ve altı ortak etki, her ilk değişken için bir ortalama ve bir varyans, her aracı ve sonuç için bir kesişme, her hata terimi için bir varyans, ilk değişken arasındaki kovaryans, araçların hata terimleri arasındaki kovaryans ve sonuçların hata terimleri arasındaki kovaryans ölçülmüştür. APIMeM'deki ortak etkileri ayırt etmek için, bu etkileri açıklanan değişkenin ikili üyesine atıfta bulunarak etiketleriz. Dolayısıyla, X erkekten M kadına olan etki ve X kadından M erkeğe olan etki aktör-partner etkisidir. APIMeM'de, X ve Y arasında potansiyel olarak aracılık edilebilecek dört etki vardır; bunlar XY erkek aktör etkisi ($X_1 \rightarrow Y_1$), XY kadın aktör etkisi ($X_2 \rightarrow Y_2$), XY partner-aktör etkisi ($X_2 \rightarrow Y_1$) ve XY aktör partner etkisi ($X_1 \rightarrow Y_2$). Bu XY etkilerinin her biri, toplam sekiz basit dolaylı etki (IE) ile sonuçlanan iki farklı basit IE'ye sahiptir. Her basit IE, a ve b etkilerinin aktör veya partner etkisi olup olmadığına göre belirtilir. Örneğin, erkek aktör-aktör etkisi $X_1 \rightarrow M_1 \rightarrow Y_1$ etkisine işaret eder. Y değişkeni erkeği ifade ettiğinden, buna erkek etkisi denir. Her XY aktör etkisinin bir aktör-aktör ve bir partner-partner basit IE'si vardır. Tüm bu aktör ve partner etkileri şekil 5-8'de gösterilmiştir. APIMeM'de, belirli bir XY etkisi için iki IE'nin toplamı, toplam IE'dir. Toplam IE ve karşılık gelen doğrudan etkinin (c') toplamı, toplam etkiyi verir. Burada sunulan

önyükleme tahminleri, 5000 önyükleme örneğine (bootstrap) dayanmaktadır. Modeldeki parametreleri tahmin etmek için tam bilgi maksimum olabilirlik (FIML) yöntemi kullanılmıştır. FIML yöntemi, parametre tahminlerini hesaplamak için eksik verilerin örtük değerlerini kullanmaktadır (Enders ve Bandalos, 2001).



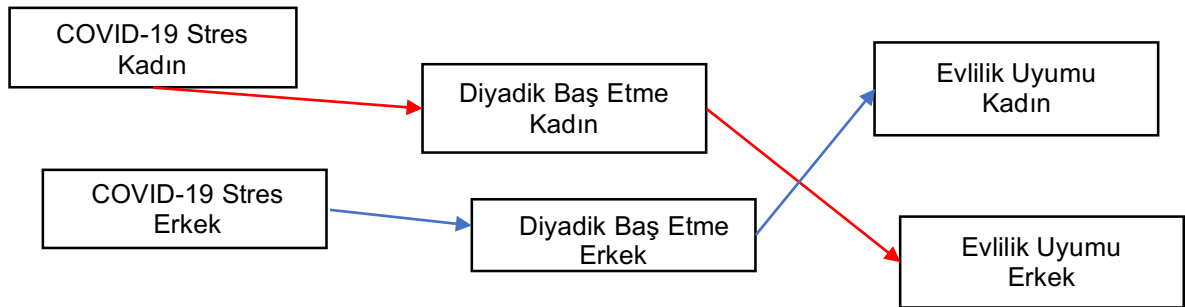
Şekil 5. Aktör-Aktör Etkileri

Not: Kırmızı renkli oklar kadın, mavi renkli oklar erkek değerleridir.



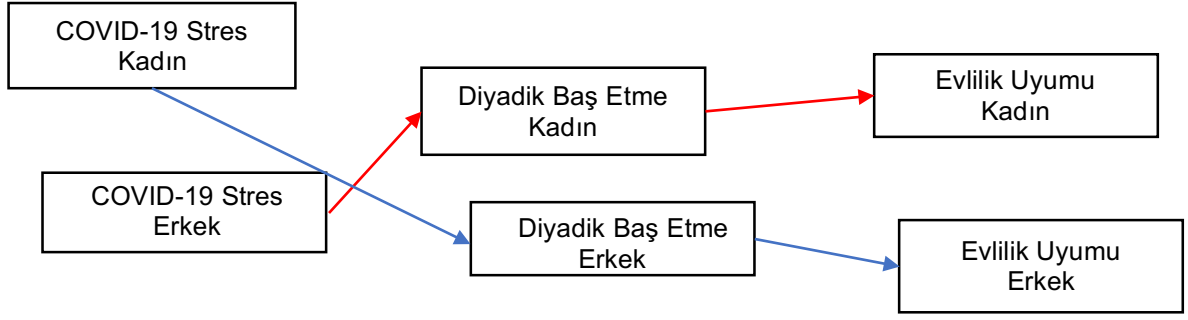
Şekil 6. Partner-Partner Etkileri

Not: Kırmızı renkli oklar kadın, mavi renkli oklar erkek değerleridir.



Şekil 7. Aktör-Partner Etkileri

Not: Kırmızı renkli oklar kadın, mavi renkli oklar erkek değerleridir.



Şekil 8. Partner-Aktör Etkileri

Not: Kırmızı renkli oklar kadın, mavi renkli oklar erkek değerleridir.

3.2.2. Ön Bulgular

Tablo 3. Kadın Korelasyon

D	N	M	SS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
1	102	1.33	.47	1																					
2	62	1.72	.85	-	1																				
3	101	4.76	.73	.17	-.19	1																			
4	99	2.23	.81	.13	-.32*	.32**	1																		
5	101	1.47	.50	.09	-.04	-.19	-.13	1																	
6	101	1.77	.42	.13	-.33**	.11	.15	.12	1																
7	101	1.82	.38	.00	.08	-.04	.10	.02	.17	1															
8	102	1.97	.16	.00	-.16	-.05	-.02	.16	.04	-.08	1														
9	102	1.83	.37	-.13	-.02	-.03	-.06	.07	.08	.08	.38**	1													
10	102	2.68	1.37	-.15	.26*	-.36**	-.31**	.02	-.13	-.06	-.04	-.06	1												
11	75	1.77	.53	-.13	.11	-.11	-.16	-.10	-.19	-.00	.04	-.07	.45**	1											
12	87	2.27	.84	.02	.02	.03	.04	-.20	.00	-.07	-.13	.06	.03	.01	1										
13	96	2.55	1.34	-.22*	.06	.15	-.01	-.21*	-.13	-.26**	.11	.01	-.01	.22	.07	1									

14	101	46.50	8.07	.17	-.07	-.16	.03	.16	.16	.21*	-.03	-.13	.08	-.10	-.36**	-.44**	1								
15	101	44.79	7.45	.17	-.19	-.08	-.00	.17	.18	.06	-.03	-.14	.11	-.06	-.08	-.44**	.73**	1							
16	101	39.57	8.99	.20*	-.19	-.20*	-.07	.18	.12	.12	-.07	-.10	.15	-.06	-.15	-.47**	.83**	.81**	1						
17	101	12.61	4.22	.03	-.06	.14	-.01	-.16	-.09	-.03	-.08	-.11	.02	.20	.04	.22*	-.36**	-.30**	-.34**	1					
18	101	10.69	3.28	.04	-.04	.07	-.10	-.25*	-.13	-.11	-.01	-.07	-.10	.02	.08	.22*	-.21*	-.19	-.14	.65**	1				
19	101	13.71	4.22	.01	-.31*	.16	-.03	-.27**	.02	-.20*	-.00	-.04	-.09	.16	.16	.27**	-.34**	-.22*	-.23*	.77**	.74**	1			
20	101	98.31	22.10	.19	-.18	-.12	-.08	.09	.14	.19	-.06	-.12	.08	-.11	-.14	-.43**	.74**	.79**	.73**	-.35**	-.16	-.27**	1		
21	101	23.18	6.60	.05	-.03	-.01	.03	.08	.08	.24*	-.02	-.03	-.05	.03	-.15	-.23*	.48**	.41**	.49**	-.54**	-.26**	-.38**	.48**	1	
22	101	69.81	7.64	-.31**	.20	-.24*	-.02	.12	-.03	.17	.02	.03	.08	-.04	-.11	.11	.28**	.19*	.21*	-.41**	-.29**	-.43**	.30**	.33**	1

D: Değişken, N: Sayı, M: Ortalama, SS: Standart Sapma. 1: Çocuk sahibi olma, 2: Çocuk sayısı, 3: Mezuniyet, 4: Gelir, 5: Son zamanlarda stres verici deneyim, 6: Sağlık problemi, 7: Psikiyatrik tanı, 8: COVID-19 hastası olma, 9: Karantinada kalma, 10: Çalışma durumu, 11: COVID-19 sürecinde çalışma, 12: Pandemiden önce evlilikte stres, 13: Pandemi sürecinde evlilikte stres, 14: Çift uyumu, 15: Yakınlık, 16: İlişki doyumu, 17: Depresyon, 18: Anksiyete, 19: Stres, 20: Stres ile Diyadik Baş Etme, 21: Yaşam doyumu, 22: Psikolojik İyi Oluş.

* $p < .05$. ** $p < .01$.

Tablo 4. Erkek Korelasyon

D	N	M	SS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
1	102	1.33	.47	-																					
2	62	1.72	.85	-	-																				
3	101	4.76	.73	.17	-.19	-																			
4	99	2.23	.81	.13	-.32*	.32**	-																		
5	101	1.47	.50	.09	.04	-.19	-.13	-																	
6	101	1.77	.42	.13	-.33**	.11	.15	.12	-																
7	101	1.82	.38	.03	.08	-.04	.10	.02	.17	-															
8	102	1.97	.16	.00	-.16	-.05	-.02	.16	.04	-.08	-														
9	102	1.83	.37	-.13	-.25	-.03	.06	.07	.08	.08	.38**	-													
10	102	2.68	1.37	-.15	.26*	-.36**	-.31**	.02	-.13	-.06	-.04	-.06	-												
11	75	1.77	.53	-.13	.11	-.11	-.16	-.10	-.19	-.00	.04	-.07	.45**	-											
12	87	2.27	.84	.02	.02	.03	.04	-.20	.00	-.07	-.13	.06	.03	.01	-										
13	96	2.55	1.34	-.22*	.06	.15	-.01	-.21*	-.13	-.26**	-.11	.01	-.01	.22	.07	-									
14	101	47.08	7.88	.27**	-.11	-.14	-.03	.21*	.12	.01	-.20*	-.21*	.08	-.19	-.24*	-.37**	-								

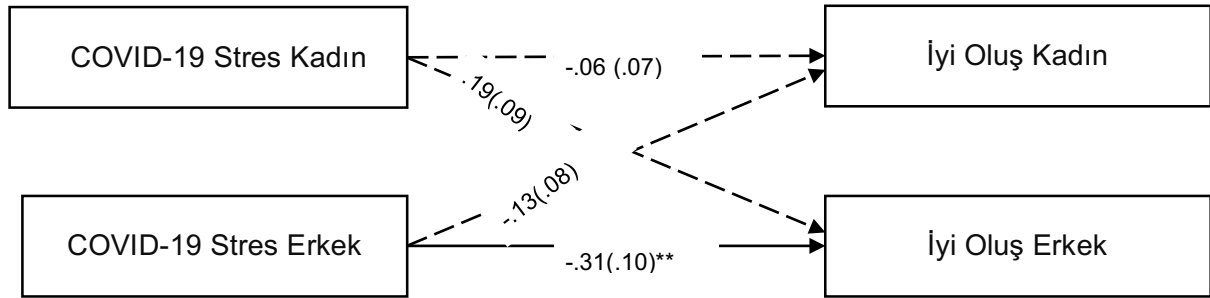
15	101	44.05	7.74	.33**	-.11	.01	-.06	.05	.16	.06	-.16	-.23*	.08	-.22	-.21*	-.28**	.78**	-							
16	101	40.99	8.29	.33**	-.06	-.02	-.13	.13	.11	.01	-.09	-.20*	-.04	-.21	-.17	-.32**	.31**	.74**	-						
17	101	11.70	3.60	-.16	.10	.09	.00	-.26**	-.19	-.10	.11	.06	-.04	.13	.13	.12	-.57**	-.40**	-.51**	-					
18	101	9.83	2.80	-.02	.03	.09	-.62	-.17	-.07	-.00	.03	.09	-.06	.03	.10	.04	-.21*	-.10	-.16	.69**	-				
19	101	12.17	3.76	-.13	.00	.05	-.01	-.13	-.10	.00	.16	.24*	.02	.04	.20	.05-	-.42**	-.26**	-.39**	.77**	.78**	-			
20	101	99.71	21.55	.21*	-.14	-.04	-.12	.08	.15	.02	-.22*	-.20*	.01	-.17	-.01	-.26**	.79**	.76**	.75**	-.46**	-.17	-.33**	-		
21	101	22.89	6.73	.27**	-.18	-.06	-.03	-.03	.03	.06	-.15	-.12	.03	-.12	-.05	-.09	.46**	.39**	.50**	-.53**	-.37**	-.38**	.48**	-	
22	101	80.06	8.92	.04	-.27**	.02	.07	-.11	.15	.06	-.21*	-.12	-.03	-.16	-.08	-.17	.59**	.51**	.57**	-.46**	-.30**	-.43**	.54**	.52**	-

3.2.3. Aktör-Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeline (APIM) İlişkin Bulgular

Araştırmada, Aktör-Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli (APIM) kullanılarak, kadın ve erkeğin karşılıklı etkileri değerlendirilmiştir. COVID-19 ile ilgili stresin evli çiftlerin psikolojik iyi oluşu (depresyon, stres ve kaygı belirtileri, yaşamdan alınan doyum, psikolojik iyi oluş) ve ilişki kalitesiyle (evlilik uyumu, ilişki doyumu, romantik yakınlık) ile ilişkisi incelenmiştir. Ayrıca diyardik baş etmenin aktör-partner etkileri incelenmiştir. Tam doymuş modellerin özeti bu bölümde sunulmuş ve aktör-partner etkilerinin görüldüğü modellerin grafikleri çizilmiştir.

3.2.3.1. COVID-19 ile İlgili Stresin Psikolojik İyi Oluş Değişkenleri ile İlişkisi

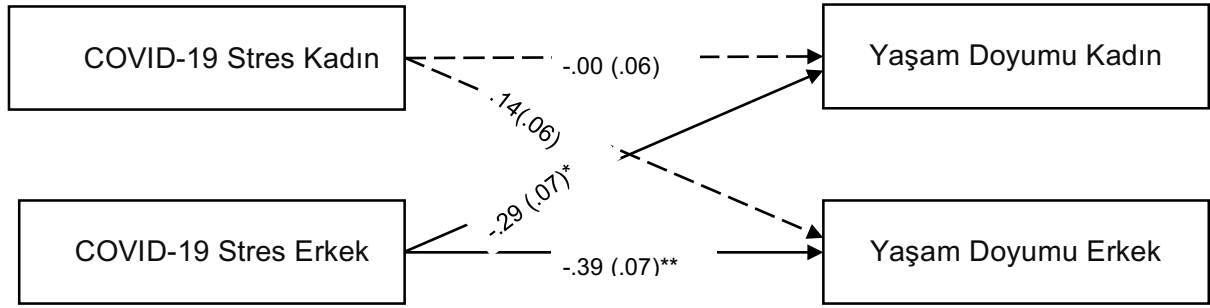
COVID-19 stresi ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, yalnızca erkeğin COVID-19 stresinin doğrudan kendi psikolojik iyi oluşu üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta = -.31, p < .01$). Erkeğin COVID-19 ile ilgili stresinin artması kendi psikolojik iyi oluşunu negatif etkilemektedir. Kadınların psikolojik iyi oluşlarında ise COVID-19 stresinin anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri hem erkeğin hem de kadının COVID-19 stresinin partnerinin psikolojik iyi oluşunu etkilemediğini ortaya koymaktadır.



Şekil 9. Psikolojik İyi Oluş Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli

**p<.01

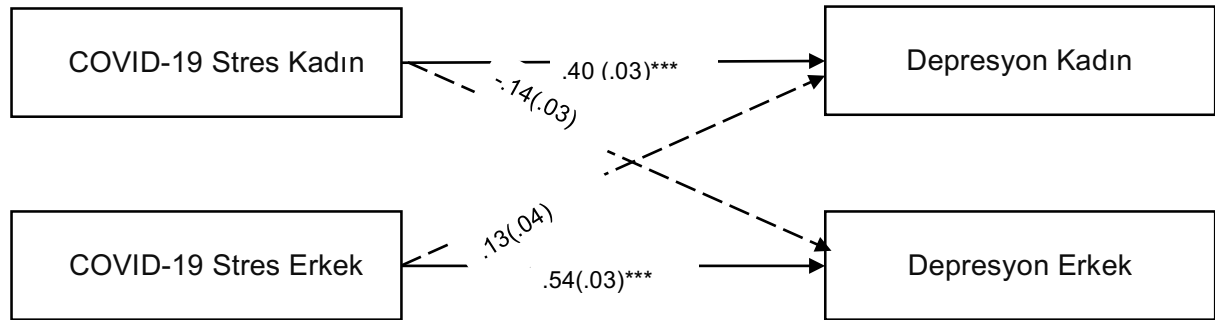
COVID-19 stresi ile yaşam doyumu arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin COVID-19 stresinin doğrudan yaşamdan aldığı doyumu azalttığı ($\beta = -.39, p < .01$) görülmüştür. Erkeğin COVID-19 stresi ayrıca kadının yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir ($\beta = -.29, p < .01$). Erkeğin COVID-19 ile ilgili stresinin artması hem kendisinin hem de eşinin yaşamdan aldığı doyumu olumsuz etkilemekle beraber COVID-19 stresi erkeğin yaşam doyumunu daha fazla azaltıyor gözükmektedir.



Şekil 10. Yaşam Doyumu Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli

* $p < .05$ ** $p < .01$

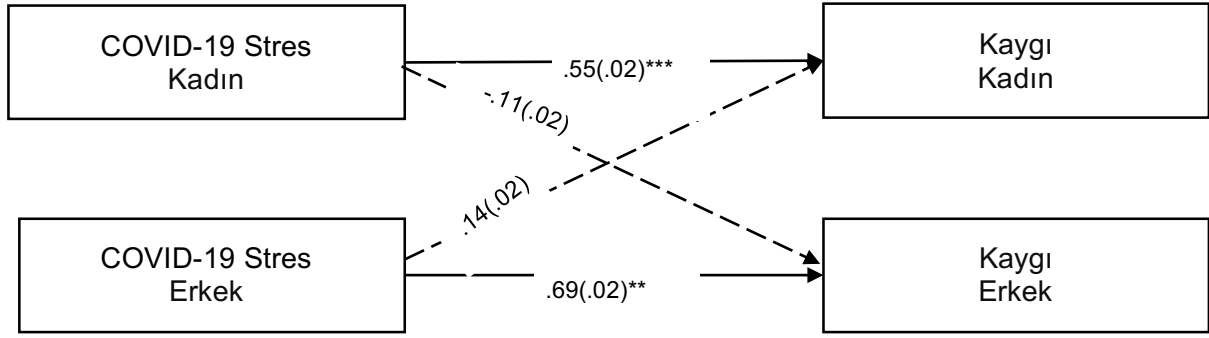
COVID-19 stresi ile depresyon arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin COVID-19 stresinin doğrudan kendi depresyon puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta = .54$, $p < .01$). Kadının COVID-19 stresi de doğrudan kendi depresyon puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir ($\beta = .40$, $p < .01$). Hem erkeğin hem de kadının COVID-19 ile ilgili stresinin artması depresif belirtilerini artırmakla beraber COVID-19 stresi erkeğin depresif duygularını daha fazla artırıyor gözükmemektedir. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri hem erkeğin hem de kadının COVID-19 stresinin partnerinin depresyonunu etkilemediğini ortaya koymaktadır.



Şekil 11. Depresyon Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli

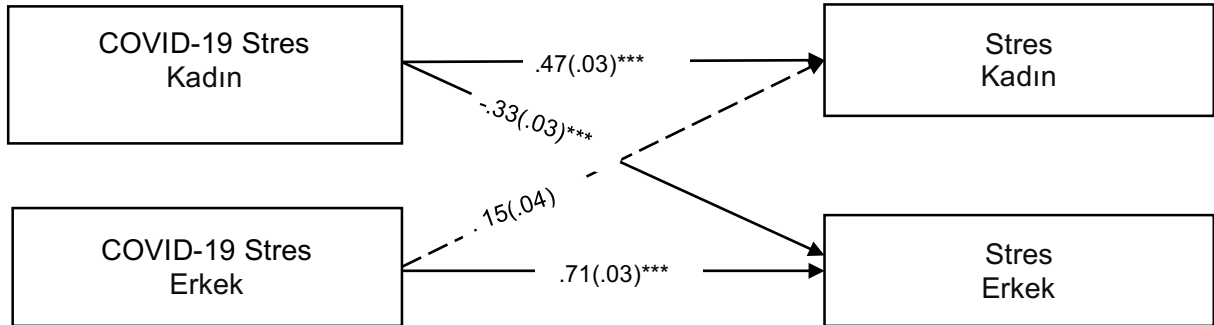
*** $p < .001$

COVID-19 stres ile genel kaygı düzeyi arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin COVID-19 stresinin doğrudan kendi kaygı puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta = .69$, $p < .01$). Kadının COVID-19 stresi de doğrudan kendi kaygı puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir ($\beta = .55$, $p < .001$). Hem erkeğin hem de kadının COVID-19 stresinin artması genel kaygı düzeyini artırmakla beraber COVID-19 stresi erkeğin kaygısını daha fazla artırıyor gözükmemektedir. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri hem erkeğin hem de kadının COVID-19 stresinin partnerinin kaygı düzeyini etkilemediğini ortaya koymaktadır.



Şekil 12. Genel Kaygı Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
 p<.01 *p<.001

COVID-19 stres ile genel stres düzeyi arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin COVID-19 stresinin doğrudan kendi stres puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta=.71$, $p<.001$). Kadının COVID-19 stresi de doğrudan kendi stres puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir ($\beta=.47$, $p<.001$). Hem erkeğin hem de kadının COVID-19 stresinin artması genel stres düzeyini etkilemekle beraber COVID-19 stresi erkeğin genel stres düzeyini daha fazla artırıyor gözükmemektedir. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri yalnızca kadının COVID-19 stresinin partnerinin stres düzeyini olumsuz etkilediğini ortaya koymaktadır ($\beta=-.33$, $p<.001$).

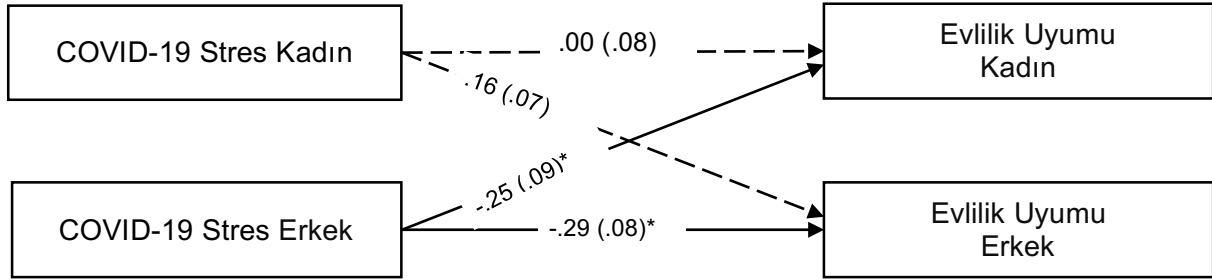


Şekil 13. Genel Stres Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
 ***p<.001

3.2.3.2. COVID-19 ile İlgili Stresin İlişki Kalitesi Değişkenleri ile İlişkisi

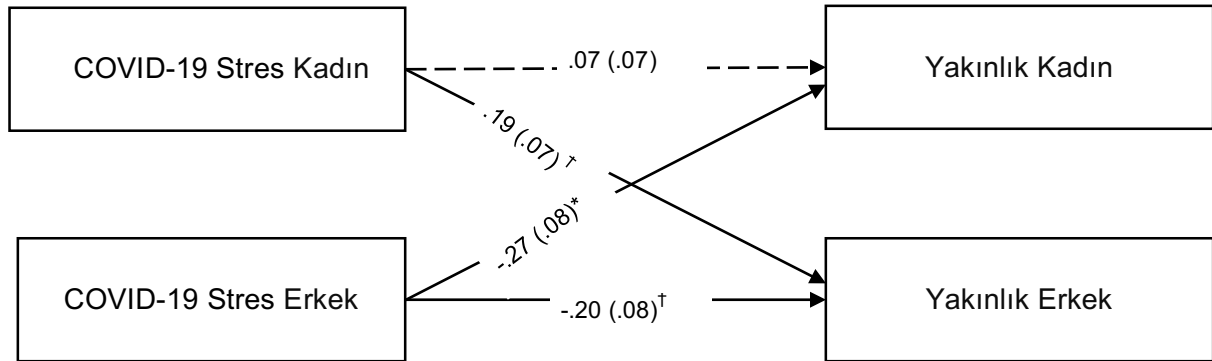
COVID-19 stresi ile evlilik uyumu arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin COVID-19 stresinin kendi evlilik uyumu üzerinde negatif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta=-.29$, $p<.05$). Kadının COVID-19 stresi ise kendi evlilik uyumunu anlamlı şekilde yordamamaktadır. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri yalnızca erkeğin COVID-19 stresinin partnerinin evlilik uyumunu etkilediğini ortaya koymaktadır ($\beta=-.25$, $p<.05$).

Erkeğin COVID-19 ile ilgili stresinin artması çiftlerin her ikisinin de evlilik uyumunu olumsuz etkilemektedir.



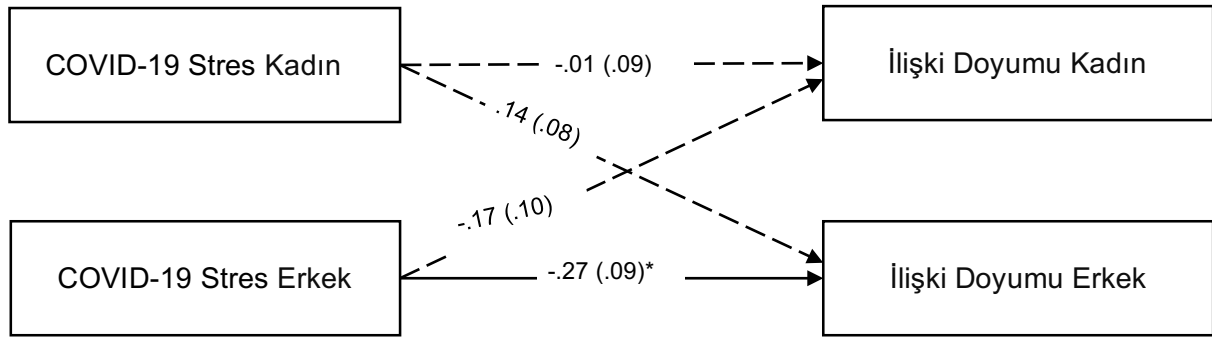
Şekil 14. Evlilik Uyum Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
*p<.05

COVID-19 stresi ile romantik yakınlık arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin COVID-19 stresinin kendi romantik yakınlık algısı üzerinde marjinal düzeyde bir negatif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta=-.20$, $p<.10$). Kadının COVID-19 stresi ise kendi romantik yakınlık algısını anlamlı şekilde yordamamaktadır. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri erkeğin COVID-19 stresinin partnerinin ilişkide hissettiği yakınlığı etkilediğini ortaya koymaktadır ($\beta=-.27$, $p<.05$). Erkeğin COVID-19 ile ilgili stresinin artması çiftlerin her ikisinin de evlilik uyumunu olumsuz etkilemektedir.



Şekil 15. Romantik Yakınlık Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
†p<.10 *p<.05

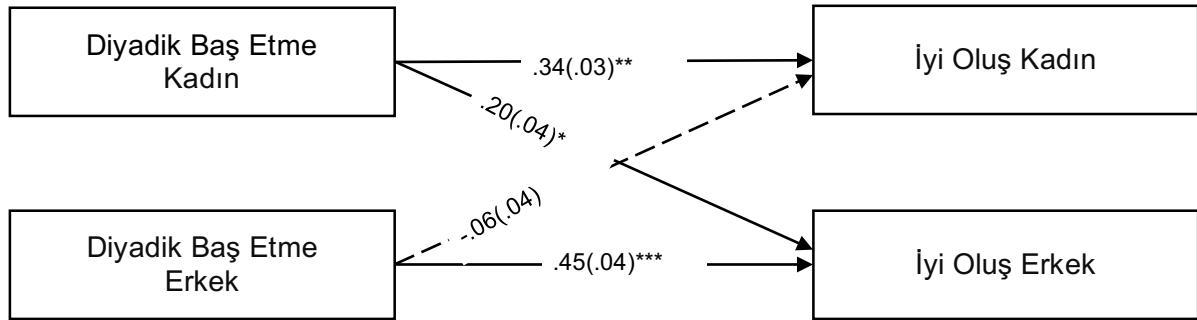
COVID-19 stresinin ile ilişki doyumu arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin COVID-19 stresinin kendi ilişki doyumu üzerinde negatif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta=-.27$, $p<.05$). Kadının COVID-19 stresi ise kendi ilişki doyumunu anlamlı şekilde yordamamaktadır. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri hem erkeğin hem de kadının COVID-19 stresinin partnerinin ilişki doyumu düzeyini etkilemediğini ortaya koymaktadır.



Şekil 16. İlişki Doyumu Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
*p<.05

3.2.3.3. Diydik Baş Etmenin Psikolojik İyi Oluş Değişkenleri ile İlişkisi

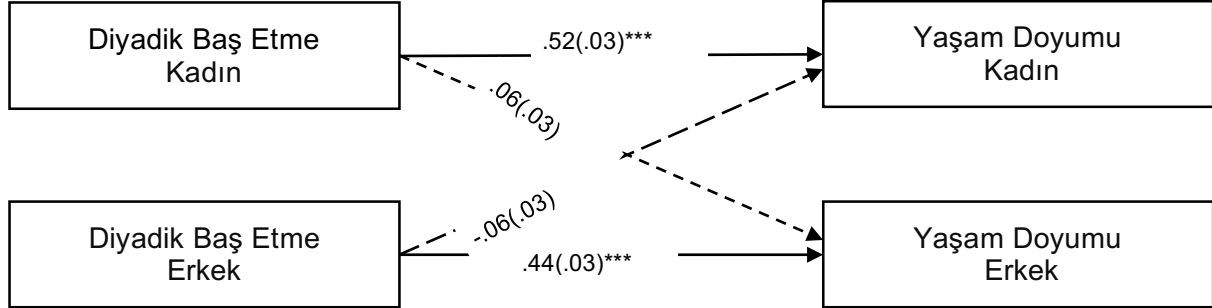
Diydik baş etme ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin diydik baş etmesinin doğrudan kendi psikolojik iyi oluşu üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta = .45$, $p < .001$). Ayrıca kadının diydik baş etmesi de kendi psikolojik iyi oluşunu olumlu etkilemektedir ($\beta = .34$, $p < .01$). APIM kullanılarak incelenen partner etkileri kadının diydik baş etme becerisinin partnerinin psikolojik iyi oluşunu olumlu etkilediğini göstermektedir ($\beta = .20$, $p < .05$). Bununla beraber erkeğin diydik baş etmesi kadının iyi oluşunu etkilememektedir.



Şekil 17. Diydik Baş Etme – İyi Oluş Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
*p<.05 **p<.01 ***p<.001

Diydik baş etme ile yaşam doyumu arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin diydik baş etmesinin yaşamdan aldığı doyumu artırdığı ($\beta = .44$, $p < .001$) görülmüştür. Kadının diydik baş etmesi de kendi yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir ($\beta = .52$, $p < .001$). Hem erkeğin hem de kadının diydik baş etmesinin artması yaşamdan alınan doyumu etkilemekle beraber diydik baş etme kadının yaşam doyumunu daha fazla artırıyor gözükmemektedir. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri hem erkeğin

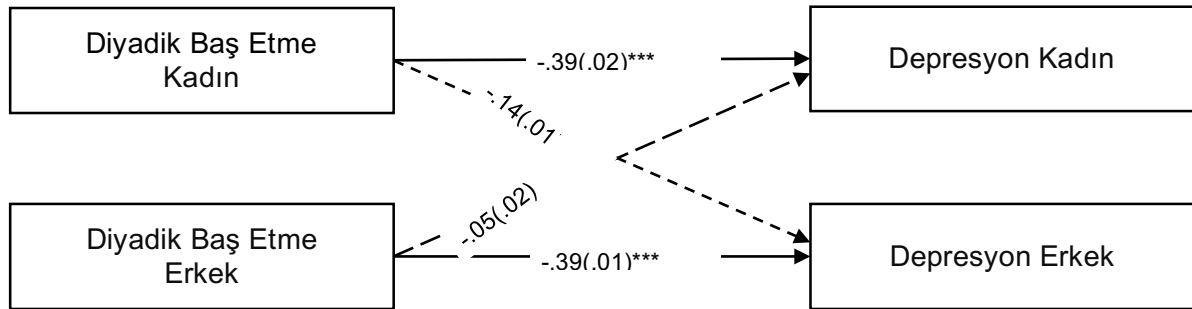
hem de kadının diyadik baş etmesinin partnerinin yaşamdan aldığı doyumunu etkilemediğini ortaya koymaktadır.



Şekil 18. Diyadik Baş Etme – Stres Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli

***p<.001

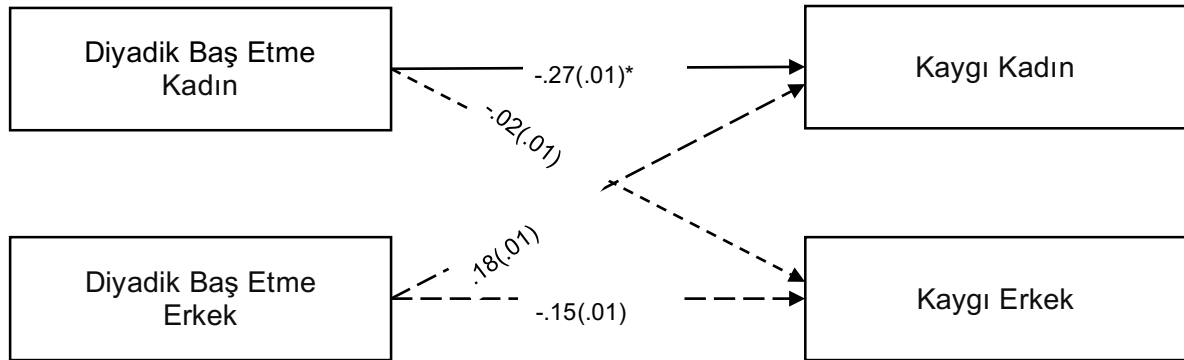
Diyadik baş etme ile depresyon arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin diyadik baş etmesinin doğrudan kendi depresyon puanları üzerinde negatif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta = -.39$, $p < .001$). Kadının diyadik baş etmesi de doğrudan kendi depresyon puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir ($\beta = -.39$, $p < .001$). Hem erkeğin hem de kadının diyadik baş etme becerisinin artması depresif belirtilerini azaltmaktadır. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri hem erkeğin hem de kadının diyadik baş etmesinin partnerinin depresyonunu etkilemediğini ortaya koymaktadır.



Şekil 19. Diyadik Baş Etme – Depresyon Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli

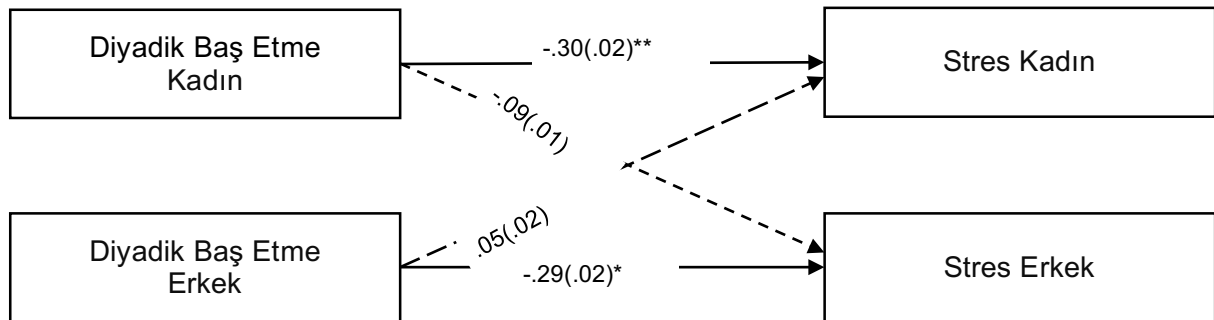
***p<.001

Diyadik baş etme ile genel kaygı düzeyi arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, yalnızca kadının diyadik baş etmesinin doğrudan kendi kaygı puanları üzerinde negatif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta = -.27$, $p < .05$). APIM kullanılarak incelenen partner etkileri hem erkeğin hem de kadının diyadik baş etmesinin partnerinin kaygı düzeyini etkilemediğini ortaya koymaktadır.



Şekil 20. Diyardik Baş Etme – Kaygı Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
*p<.05

Diyardik baş etme ile genel stres düzeyi arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin diyardik baş etmesinin doğrudan kendi stres puanları üzerinde negatif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta=-.29$, $p<.05$). Kadının diyardik baş etmesi de doğrudan kendi stres puanları üzerinde negatif bir etkiye sahiptir ($\beta=-.30$, $p<.001$). Hem erkeğin hem de kadının diyardik baş etmesinin artması genel stres düzeyini olumlu etkilemektedir. APIM kullanılarak incelenen partner etkileri hem erkeğin hem de kadının diyardik baş etmesinin partnerinin genel stres düzeyini etkilemediğini ortaya koymaktadır.

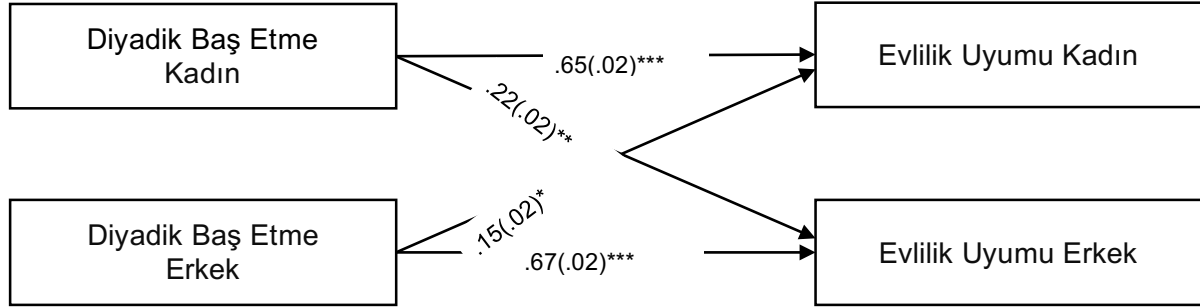


Şekil 21. Diyardik Baş Etme – Stres Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
*p<.05 **p<.01

3.2.3.4. Diyardik Baş Etmenin İlişki Kalitesi Değişkenleri ile İlişkisi

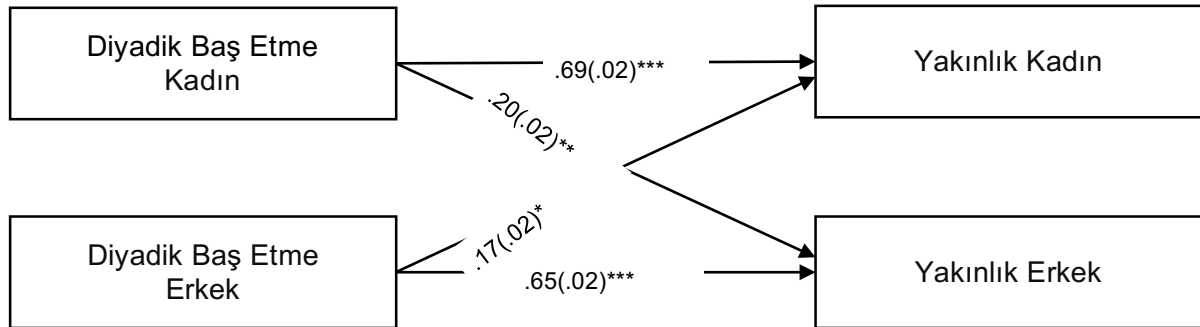
Diyardik baş etme ile evlilik uyumu arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin diyardik baş etmesinin kendi evlilik uyumu üzerinde pozitif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta=.67$, $p<.001$). Kadının diyardik baş etmesi de kendi evlilik uyumunu anlamlı şekilde yordamaktadır ($\beta=.65$, $p<.001$). APIM kullanılarak incelenen partner

etkileri hem erkeğin hem de kadının diyadik baş etmesinin partnerinin evlilik uyumunu etkilediğini ortaya koymaktadır. Bununla beraber kişinin partnerinin baş etmesi, kendi baş etmesinden daha az evlilik uyumunu etkilemektedir.



Şekil 22. Diyadik Baş Etme - Evlilik Uyumu Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
*p<.05 **p<.01 ***p<.001

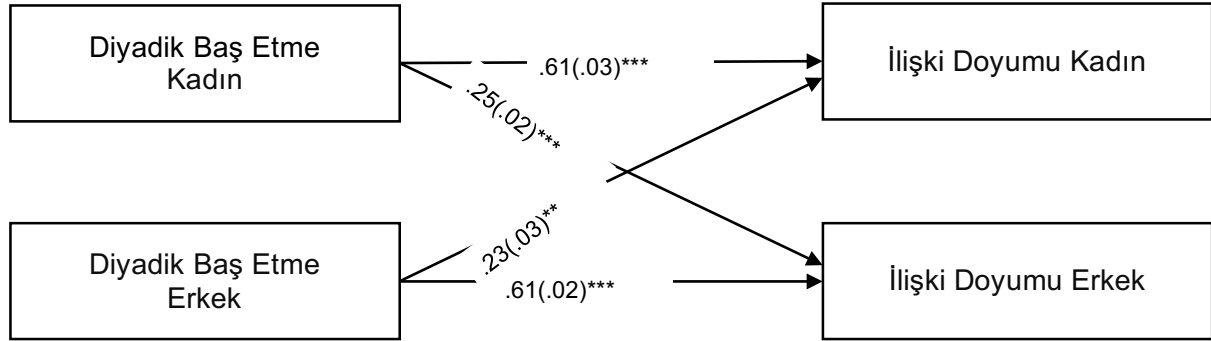
Diyadik baş etme ile romantik yakınlık arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin diyadik baş etmesinin kendi romantik yakınlığı üzerinde pozitif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta=.65$, $p<.001$). Kadının diyadik baş etmesi de kendi yakınlık hissini anlamlı şekilde yordamaktadır ($\beta=.69$, $p<.001$). APIM kullanılarak incelenen partner etkileri hem erkeğin hem de kadının diyadik baş etmesinin partnerinin ilişkide hissettiği yakınlığı olumlu etkilediğini ortaya koymaktadır. Bununla beraber kişinin partnerinin baş etmesi, kendi baş etmesinden daha az romantik yakınlığı etkilemektedir.



Şekil 23. Diyadik Baş Etme - Yakınlık Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
*p<.05 **p<.01 ***p<.001

Diyadik baş etme ile ilişki doyumu arasındaki ilişki APIM ile incelenmiştir. Aktör etkileri incelendiğinde, erkeğin diyadik baş etmesinin kendi ilişki doyumu üzerinde pozitif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta=.61$, $p<.001$). Kadının diyadik baş etmesi de kendi ilişki doyumunu anlamlı şekilde yordamaktadır ($\beta=.61$, $p<.001$). APIM kullanılarak incelenen partner

etkileri hem erkeğin hem de kadının diyadik baş etmesinin partnerinin ilişkiden aldığı doyumu etkilediğini ortaya koymaktadır. Bununla beraber kişinin partnerinin baş etmesi, kendi baş etmesinden daha az ilişki doyumunu etkilemektedir.



Şekil 24. Diyadik Baş Etme – İlişki Doyumu Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli
p<.01 *p<.001

3.2.3.4.1. COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Stres ile Diyadik Baş Etmenin Aracı Rolü

Bu modelde COVID-19 stresinin, evlilik uyumunu hem doğrudan hem de diyadik baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 5’de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) yalnızca erkeğin aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmuştur. COVID stresinin erkeğin diyadik baş etme becerisi üzerinde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken eşinin (kadının) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin baş etme becerilerini artırmaktadır ($\beta=.23$, $p<.05$). Diyadik baş etme becerisindeki artış (b etki yolu) çiftlerin evlilik uyumunu yordamaktadır. Erkeğin diyadik baş etme becerisindeki artış yalnızca kendi evlilik uyumunu yordarken ($\beta=.67$, $p<.05$), kadının diyadik baş etme becerisindeki artış hem kendi evlilik uyumunu ($\beta=.63$, $p<.05$) hem de eşinin evlilik uyumunu artırmaktadır ($\beta=.21$, $p<.05$). Fakat evlilik uyumunu yordayan değişkenler arasında aktör etkisinin partner etkisinden daha fazla açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir. Çiftlerin diyadik baş etme puanları kontrol edildiğinde COVID-19 stresinin hem aktör hem partner etkisinin ise evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olmadıkları (c’ etki yolu) bulunmuştur.

Tablo 5. APIMeM: COVID-19 stresi, diyardik baş etme ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.40	.24	.09[†]	-.19
Kadın Aktör Etki	.12	.21	.57	.06
Erkek Partner Etki	.44	.22	.04*	.23
Kadın Partner Etki	-.34	.27	.20	-.16
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	.25	.02	.00*	.67
Kadın Aktör Etki	.23	.04	.00*	.63
Erkek Partner Etki	.07	.02	.00*	.21
Kadın Partner Etki	.06	.04	.13	.17
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.10	.06	.10	-.13
Kadın Aktör Etki	-.05	.05	.29	-.08
Erkek Partner Etki	-.00	.06	.97	-.00
Kadın Partner Etki	-.09	.07	.17	-.12

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ X= COVID-19 stresi, M=diyardik baş etme, Y=evlilik uyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 6'da verilmiştir. Hem kadının hem erkeğin aktör-aktör ve partner-partner etkileri anlamlı değildir. 8 adet dolaylı etkiden yalnızca erkeğin partner-aktör etkisi anlamlı bulunmuştur. Erkeğin diyardik baş etme becerisi, kadının COVID-19 stresi ile erkeğin evlilik uyumu arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b = .11$, $p < .05$). Ayrıca iki toplam etki ve bir toplam dolaylı etki istatistiksel olarak anlamlıdır. Bununla beraber

dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması tutarsız bir aracılık etkisi olduğunu göstermektedir (Maassen ve Bakker, 2001; MacKinnon, Krull ve Lockwood, 2000).

Tablo 6. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etkiler: diyardik baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI	
Erkek Aktör Etki					
Toplam Etki	-.16	.08	.05*	-.33	-.20
Toplam IE	-.07	.06	.25	-.19	.04
Aktör-Aktör IE	-.10	.06	.10	-.23	.01
Partner-Partner IE	.03	.02	.11	.00	.08
Doğrudan Etki c'	-.10	.06	.10	-.21	.02
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.05	.07	.44	-.19	.08
Toplam IE	.00	.05	.96	-.09	.10
Aktör-Aktör IE	.03	.05	.57	-.07	.12
Partner-Partner IE	-.02	.02	.27	-.08	.01
Doğrudan Etki c'	-.05	.05	.29	-.16	.05
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.11	.08	.14	-.04	.26
Toplam IE	.12	.06	.06†	-.00	.26
Aktör-Partner IE	.01	.02	.60	-.02	.04
Partner-Aktör IE	.11	.05	.05*	.01	.22
Doğrudan Etki c'	-.00	.06	.97	.12	.10
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.20	.09	.02*	-.38	-.03

Toplam IE	-.10	.07	.13	-.24	.04
Aktör-Partner IE	-.03	.02	.29	-.08	.01
Partner-Aktör IE	-.08	.06	.21	-.21	.04
Doğrudan Etki c'	-.09	.07	.17	-.24	.03

Not. * $p < .05$, $^{\dagger}p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.1.1. COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Kişinin Kendi Duygu Odaklı Desteklemesine Yönelik Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, evlilik uyumunu hem doğrudan hem de kişinin kendi duygu odaklı desteklemesine yönelik algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 7'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) hem kadının hem de erkeğin partner etkileri anlamlı bulunmuştur. Erkeğin COVID-19 stresinin kadının kendi duygu odaklı destekleme algısı üzerinde negatif bir etkisi ($\beta = -.26$, $p < .05$) varken kadının COVID-19 stresinin artması ise erkeğin kendi duygu odaklı destekleme algısını artırmaktadır ($\beta = .26$, $p < .05$). Kişinin kendi duygu odaklı destekleme algısındaki artış (b etki yolu) çiftlerin evlilik uyumunu yordamaktadır. Erkeğin kendi duygu odaklı destekleme algısındaki artış hem kendi evlilik uyumunu ($\beta = .57$, $p < .05$) hem de eşinin evlilik uyumunu artırmaktadır ($\beta = .35$, $p < .05$). Kadının kendi duygu odaklı destekleme algısındaki artış da hem kendi evlilik uyumunu ($\beta = .32$, $p < .05$) hem de eşinin evlilik uyumunu artırmaktadır ($\beta = .20$, $p < .05$). Erkeğin aktör etkisi partner etkisinden anlamlı ölçüde fazlayken kadının partner etkisi aktör etkisinden daha güçlü bir şekilde evlilik uyumunu yordamaktadır. Bu bulgu erkeğin duygu odaklı desteklemesinin kendi evlilik uyumunun yanı sıra eşinin evlilik uyumunu da anlamlı ölçüde yordadığını ortaya koymaktadır. Çiftlerin kendi duygu odaklı destekleme puanları kontrol edildiğinde COVID-19 stresinin hem aktör hem partner etkisinin ise evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olmadıkları (c' etki yolu) bulunmuştur.

Tablo 7. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi duygu odaklı destekleme ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.05	.03	.10	-.21
Kadın Aktör Etki	.00	.02	.70	.04
Erkek Partner Etki	.06	.03	.04*	.26
Kadın Partner Etki	-.06	.03	.05*	-.26
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	1.80	.26	.00*	.57
Kadın Aktör Etki	1.04	.35	.00*	.32
Erkek Partner Etki	.64	.26	.02*	.20
Kadın Partner Etki	1.13	.42	.01*	.35
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.09	.07	.21	-.12
Kadın Aktör Etki	-.07	.07	.30	-.10
Erkek Partner Etki	.01	.07	.88	.01
Kadın Partner Etki	-.08	.09	.39	-.10

Not. * $p < .05$, X= COVID-19 stresi, M=kendi duygu odaklı destekleme, Y=evlilik uyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 8'de verilmiştir. Hem kadının hem erkeğin aktör-aktör ve partner-partner aracılık etkileri istatistiksel olarak anlamlı değildir. 8 adet dolaylı etkiden iki adet dolaylı etki: erkeğin partner-aktör etkisi ve kadının partner-aktör etkisi marjinal olarak anlamlı bulunmuştur. Erkeğin kendi duygu odaklı destekleme algısı, kadının COVID-19 stresi ile erkeğin evlilik uyumu arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b = .10$, $p < .10$). Kadının kendi duygu odaklı destekleme algısı, erkeğin COVID-19 stresi ile kadının evlilik uyumu

arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir (kadın partner-aktör dolaylı etki, $b=-.06$, $p<.10$). Ayrıca iki toplam etki ve iki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu gözlenmiştir.

Tablo 8. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: duygu odaklı desteklemenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.15	.08	.08[†]	-.31 .02
Toplam IE	-.06	.05	.30	-.17 .05
Aktör-Aktör IE	-.09	.06	.12	-.22 .02
Partner-Partner IE	.04	.02	.16	.00 .10
Doğrudan Etki c'	-.09	.07	.21	-.23 .05
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.10	.07	.18	-.26 .04
Toplam IE	-.03	.03	.32	-.09 .03
Aktör-Aktör IE	.01	.03	.72	-.04 .07
Partner-Partner IE	-.04	.03	.13	-.10 .00
Doğrudan Etki c'	-.07	.07	.30	-.21 .06
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.12	.08	.13	-.04 .27
Toplam IE	.11	.06	.09[†]	-.00 .24
Aktör-Partner IE	.01	.02	.74	-.02 .04
Partner-Aktör IE	.10	.06	.07[†]	.00 .22
Doğrudan Etki c'	.01	.07	.88	-.12 .13

Kadın Partner Etki

Toplam Etki	-.20	.09	.02*	-.38	-.03
Toplam IE	-.12	.06	.03*	-.24	.01
Aktör-Partner IE	-.06	.04	.16	-.15	.01
Partner-Aktör IE	-.06	.04	.09[†]	-.15	.00
Doğrudan Etki c'	-.08	.09	.39	-.27	.09

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.1.2. COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Eşin Duygu Odaklı Desteklemesine Yönelik Algının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, evlilik uyumunu hem doğrudan hem de kişinin eşinin duygu odaklı desteklemesine yönelik algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 9'da verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin hem aktör hem de partner etkileri anlamlı bulunmuştur. Erkeğin COVID-19 stresinin eşinin duygu odaklı desteğine yönelik algısı üzerinde negatif bir etkisi ($\beta = -.23$, $p < .05$) vardır. Kadının COVID-19 stresi ise erkeğin eşinin duygu odaklı desteğine yönelik algısını artırmaktadır ($\beta = .12$, $p < .05$). Çiftlerin, eşlerinin duygu odaklı desteğine yönelik algılarındaki artış (b etki yolu) evlilik uyumunu pozitif yönde yordamaktadır. Erkeğin eşinin duygu odaklı desteğine yönelik algısındaki artış hem kendi evlilik uyumunu ($\beta = .59$, $p < .05$) hem de eşinin evlilik uyumunu artırmaktadır ($\beta = .23$, $p < .05$). Kadının eş duygu odaklı destekleme algısındaki artış da hem kendi evlilik uyumunu ($\beta = .58$, $p < .05$) hem de eşinin evlilik uyumunu artırmaktadır ($\beta = .30$, $p < .05$). Çiftlerin eş duygu odaklı destekleme puanları kontrol edildiğinde COVID-19 stresinin hem aktör hem partner etkisinin ise evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olmadıkları (c' etki yolu) bulunmuştur.

Tablo 9. APIMeM: COVID-19 stresi, eş duygu odaklı destekleme ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.07	.03	.02*	-.23
Kadın Aktör Etki	.03	.03	.29	.04
Erkek Partner Etki	.06	.03	.03*	.12
Kadın Partner Etki	-.06	.04	.11	-.19
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	1.51	.22	.00*	.59
Kadın Aktör Etki	1.401	.24	.00*	.58
Erkek Partner Etki	.70	.17	.00*	.30
Kadın Partner Etki	.60	.23	.01*	.23
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.07	.07	.31	-.09
Kadın Aktör Etki	-.08	.06	.16	-.12
Erkek Partner Etki	-.00	.06	.96	-.00
Kadın Partner Etki	-.07	.08	.38	-.09

Not. * $p < .05$, X= COVID-19 stresi, M=eş duygu odaklı destekleme, Y=evlilik uyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 10'da verilmiştir. Erkeğin aktör-aktör ve partner-partner aracılık etkileri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Erkeğin eş duygu odaklı destekleme algısı kendi COVID-19 stresi ile evlilik uyumu arasında aracılık etkisi göstermektedir (erkek aktör-aktör dolaylı etki, $b = -.11$, $p < .05$). Ayrıca kadının COVID-19 stresi erkeğin eş duygu odaklı destekleme algısıyla beraber kadının evlilik uyumunu etkilemektedir (erkek partner-partner dolaylı etki, $b = .04$, $p < .10$). Bununla beraber erkeğin partner-partner aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir.

Ayrıca erkeğin partner-aktör aracılık etkisi de istatistiksel olarak anlamlıdır. Kadının COVID-19 stresi erkeğin eş duygu odaklı destekleme puanıyla beraber erkeğin evlilik uyumunu pozitif yönde etkilemektedir (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b=.09$, $p<.05$). Kadının partner-aktör ve aktör-partner aracılık etkilerinin anlamlı olduğu gözlemlenmiştir. Erkeğin COVID-19 stresi, kadının eş duygu odaklı destekleme puanlarıyla beraber kadının evlilik uyumunu yordamaktadır (kadın partner-aktör dolaylı etki, $b=.09$, $p<.05$). Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi ve kadının partner-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Kadının aktör-partner aracılık etkisine baktığımızda kadının COVID-19 stresinin, eş duygu odaklı destekleme puanıyla beraber erkeğin evlilik uyumunu yordadığı (kadın aktör-partner dolaylı etki, $b=-.04$, $p<.10$) görülmektedir. Ayrıca bir toplam etki ve iki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 10. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: eş duygu odaklı desteklemenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.13	.09	.12	-.31 .04
Toplam IE	-.06	.05	.20	-.16 .03
Aktör-Aktör IE	-.11	.05	.03*	-.21 .01
Partner-Partner IE	.04	.02	.08[†]	.01 .10
Doğrudan Etki c'	-.07	.07	.31	.22 .06
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.08	.07	.28	-.22 .07
Toplam IE	.00	.05	.92	-.08 .10
Aktör-Aktör IE	.05	.05	.30	-.04 .15
Partner-Partner IE	-.04	.03	.15	-.11 .01
Doğrudan Etki c'	-.08	.06	.16	-.20 .04
Erkek Partner Etki				

Toplam Etki	.11	.08	.15	-.04	.27
Toplam IE	.12	.06	.04*	.01	.24
Aktör-Partner IE	.02	.02	.32	-.02	.07
Partner-Aktör IE	.09	.04	.04*	.01	.19
Doğrudan Etki c'	-.00	.06	.96	-.12	.11
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.20	.09	.02*	-.38	.03
Toplam IE	-.13	.06	.04*	-.26	.00
Aktör-Partner IE	-.04	.02	.06[†]	-.09	.00
Partner-Aktör IE	.09	.04	.04*	-.20	.02
Doğrudan Etki c'	-.07	.08	.38	-.24	.07

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.1.3. COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumunu Arasındaki İlişkide Duygu Odaklı Ortak Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, evlilik uyumunu hem doğrudan hem de duygu odaklı ortak baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 11'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) hem erkeğin hem de kadının aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmamıştır. Bu nedenle COVID-19 stresi ile evlilik uyumu arasında dolaylı bir etki mevcut değildir. Çiftlerin duygu odaklı ortak baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin kendi evlilik uyumunu negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur ($\beta=-.18$, $p<.05$). Ayrıca erkeğin COVID-19 stresi eşinin evlilik uyumunu da negatif yönde yordamaktadır ($\beta=-.15$, $p<.10$). Çiftlerin, duygu odaklı ortak baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) evlilik uyumunu pozitif yönde yordamaktadır. Erkeğin duygu odaklı ortak baş etme puanı yalnızca kendi evlilik uyumunu ($\beta=.42$, $p<.05$) artırmaktadır Kadının duygu odaklı ortak baş etme puanındaki artış ise hem kendi evlilik uyumunu ($\beta=.44$, $p<.05$) hem de eşinin evlilik uyumunu artırmaktadır ($\beta=.24$, $p<.05$).

Tablo 11.APIMeM: COVID-19 stresi, duygu odaklı ortak baş etme ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.04	.03	.18	-.16
Kadın Aktör Etki	-.00	.03	.98	-.00
Erkek Partner Etki	.02	.03	.53	.08
Kadın Partner Etki	-.04	.03	.21	-.15
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	1.35	.32	.00*	.42
Kadın Aktör Etki	1.44	.35	.00*	.44
Erkek Partner Etki	.78	.27	.00*	.24
Kadın Partner Etki	.60	.23	.12	.18
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.14	.07	.04*	-.18
Kadın Aktör Etki	-.01	.06	.91	-.01
Erkek Partner Etki	.09	.07	.16	.14
Kadın Partner Etki	-.12	.07	.09[†]	-.15

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=duygu odaklı ortak baş etme, Y=evlilik uyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Tablo 12. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: duygu odaklı ortak baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.18	.08	.03*	-.33 .01
Toplam IE	-.04	.04	.31	-.12 .03
Aktör-Aktör IE	-.05	.04	.21	-.14 .02
Partner-Partner IE	.01	.02	.57	-.03 .07
Doğrudan Etki c'	-.14	.07	.04*	-.28 .00
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.04	.07	.61	-.18 .10
Toplam IE	-.03	.03	.38	-.10 .04
Aktör-Aktör IE	-.00	.04	.98	.08 -.00
Partner-Partner IE	-.03	.03	.30	-.09 .02
Doğrudan Etki c'	-.01	.06	.91	-.13 .12
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.12	.08	.14	-.04 .28
Toplam IE	.02	.05	.65	-.06 .13
Aktör-Partner IE	-.00	.02	.98	-.04 .05
Partner-Aktör IE	.02	.04	.54	.04 .10
Doğrudan Etki c'	.09	.07	.16	-.05 .22
Kadın Partner Etki				
Toplam Etki	-.20	.09	.02*	-.37 .03
Toplam IE	-.08	.05	.15	-.19 .03
Aktör-Partner IE	-.02	.02	.37	-.08 .01

Partner-Aktör IE	-.05	.04	.23	-.15	.03
Doğrudan Etki c'	-.12	.07	.09 [†]	-.27	.02

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.1.4. COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Problem Odaklı Ortak Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, evlilik uyumunu hem doğrudan hem de problem odaklı ortak baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 13'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) hem erkeğin hem de kadının aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmamıştır. Bu nedenle COVID-19 stresi ile evlilik uyumu arasında dolaylı bir etki mevcut değildir. Çiftlerin problem odaklı ortak baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin kendi evlilik uyumunu negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur ($\beta=-.20$, $p<.05$). Çiftlerin, problem odaklı ortak baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) evlilik uyumunu pozitif yönde yordamaktadır. Erkeğin problem odaklı ortak baş etme puanı hem kendi evlilik uyumunu ($\beta=.57$, $p<.05$) hem de eşinin evlilik uyumunu ($\beta=.19$, $p<.05$) artırmaktadır. Kadının problem odaklı ortak baş etme puanındaki artış da hem kendi evlilik uyumunu ($\beta=.57$, $p<.05$) hem de eşinin evlilik uyumunu artırmaktadır ($\beta=.27$, $p<.05$).

Tablo 13. APIMeM: COVID-19 stresi, problem odaklı baş etme ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.03	.02	.24	-.13
Kadın Aktör Etki	.01	.02	.69	.05
Erkek Partner Etki	.03	.02	.08 [†]	.19
Kadın Partner Etki	-.01	.02	.66	.05
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	2.24	.38	.00*	.57
Kadın Aktör Etki	2.29	.40	.00*	.57

Erkek Partner Etki	1.04	.34	.00*	.27
Kadın Partner Etki	.74	.36	.04*	.19
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.15	.07	.02*	-.20
Kadın Aktör Etki	-.04	.07	.53	-.06
Erkek Partner Etki	.03	.06	.58	.05
Kadın Partner Etki	-.16	.08	.06[†]	-.20

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=problem odaklı baş etme, Y=evlilik uyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Tablo 14. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: problem odaklı baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI	
Erkek Aktör Etki					
Toplam Etki	-.18	.08	.03*	-.34	-.02
Toplam IE	-.02	.05	.63	-.14	.06
Aktör-Aktör IE	-.06	.05	.28	-.18	.04
Partner-Partner IE	.03	.02	.15	.00	-.09
Doğrudan Etki c'	-.15	.07	.02*	-.28	-.01
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.03	.07	.65	-.18	.11
Toplam IE	.01	.04	.84	-.07	.11
Aktör-Aktör IE	.02	.05	.70	-.07	.13
Partner-Partner IE	-.01	.03	.68	-.07	.04

Doğrudan Etki c'	-.04	.07	.53	-.18	.08
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.12	.08	.14	-.04	.26
Toplam IE	.08	.06	.16	-.02	.21
Aktör-Partner IE	.01	.02	.71	-.07	.01
Partner-Aktör IE	.07	.05	.12	-.01	.18
Doğrudan Etki c'	.03	.06	.58	-.09	.14
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.20	.09	.02*	-.37	-.02
Toplam IE	-.04	.06	.48	-.17	.08
Aktör-Partner IE	-.02	.02	.35	-.07	.13
Partner-Aktör IE	-.02	.06	.67	-.14	.09
Doğrudan Etki c'	-.16	.08	.06[†]	-.32	.01

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.1.5. COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Kendine Dair Baş Etme Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, evlilik uyumunu hem doğrudan hem de kendine dair baş etme algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 15'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) kadının aktör etkisi anlamlı bulunmamıştır. Erkeğin kendi COVID-19 stresi hem kendi baş etmesine dair algısını ($\beta=-.21$, $p<.10$) hem de eşinin kendi baş etmesine dair algısını negatif etkilemektedir ($\beta=-.21$, $p<.10$). Kadının COVID-19 stresi ise erkeğin kendine dair baş etme algısını pozitif yönde yordamaktadır ($\beta=.27$, $p<.05$). Kadının COVID-19 stresi arttığında erkekler bununla baş edebilirken, erkeklerin COVID-19 stresi arttığında hem kendi baş etme mekanizması hem de eşinin baş etme mekanizması işlevsiz

kalmaktadır. Çiftlerin baş etme puanları kontrol edildiğinde hem erkeğin hem de kadının COVID-19 stresinin evlilik uyumunu yordamadığı (c' etki yolu) bulunmuştur. Çiftlerin, kendi baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin evlilik uyumunu pozitif yönde yordamaktadır.

Tablo 15. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi baş etme algısı ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.15	.08	.08[†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.09	.06	.18	.15
Erkek Partner Etki	.167	.07	.02*	.27
Kadın Partner Etki	-.14	.08	.09[†]	-.21
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	.66	.09	.00*	.60
Kadın Aktör Etki	.57	.12	.00*	.47
Erkek Partner Etki	.27	.09	.00*	.23
Kadın Partner Etki	.29	.13	.02*	.26
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.09	.06	.16	-.11
Kadın Aktör Etki	-.09	.06	.14	-.14
Erkek Partner Etki	-.02	.06	.77	-.03
Kadın Partner Etki	-.08	.08	.31	-.10

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=kendine dair baş etme algısı, Y=evlilik uyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 16'da verilmiştir. Erkeğin partner-partner ve partner-aktör etkileri aracılık etkileri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Erkeğin eş duygu odaklı destekleme algısı kadının

COVID-19 stresi ile evlilik uyumu arasında aracılık etkisi göstermektedir (erkek partner-partner dolaylı etki, $b=.05$, $p<.05$). Ayrıca kadının COVID-19 stresi erkeğin eş duygu odaklı destekleme algısıyla beraber erkeğin evlilik uyumunu etkilemektedir (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b=.04$, $p<.10$). Bununla beraber erkeğin partner-partner aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca kadının partner-aktör aracılık etkisi de istatistiksel olarak anlamlıdır. Erkeğin COVID-19 stresi kadının eş duygu odaklı destekleme puanıyla beraber kadının evlilik uyumunu negatif yönde etkilemektedir (kadın partner-aktör dolaylı etki, $b=-.08$, $p<.10$). Ayrıca iki toplam etki ve iki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 16. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: kendine dair baş etme algısının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI	
Erkek Aktör Etki					
Toplam Etki	-.14	.08	.08[†]	-.30	.02
Toplam IE	-.05	.06	.37	-.17	.06
Aktör-Aktör IE	-.10	.06	.09[†]	-.21	.01
Partner-Partner IE	.05	.03	.09[†]	.02	-.22
Doğrudan Etki c'	-.09	.06	.16	-.22	.03
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.08	.07	.24	-.22	-.06
Toplam IE	.01	.04	.75	-.07	-.09
Aktör-Aktör IE	.05	.04	.19	-.02	.13
Partner-Partner IE	-.04	.03	.15	-.10	.01
Doğrudan Etki c'	-.09	.06	.14	-.22	.03
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.12	.08	.14	-.04	.27
Toplam IE	.13	.06	.02*	.03	.26
Aktör-Partner IE	.02	.02	.25	-.01	.07

Partner-Aktör IE	.11	.05	.03*	.02	.22
Doğrudan Etki c'	-.02	.06	.77	-.14	.09
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.20	.09	.02*	-.38	-.03
Toplam IE	-.12	.06	.04*	-.23	-.00
Aktör-Partner IE	-.04	.03	.16	-.11	.00
Partner-Aktör IE	-.08	.05	.09[†]	-.17	.01
Doğrudan Etki c'	-.08	.08	.31	-.24	.07

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.1.6. COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumunu Arasındaki İlişkide Eşe Dair Baş Etme Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, evlilik uyumunu hem doğrudan hem de eşe dair baş etme algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 17'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) kadının aktör etkisi ve erkeğin partner etkisi anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi hem kendi eşe dair baş etme algısını ($\beta = .20$, $p < .05$) hem de eşinin eşe dair baş etme algısını pozitif etkilemektedir ($\beta = .27$, $p < .05$). Kadınlar COVID-19 stresleri arttıkça eşlerinin baş etme becerilerinin arttığını düşünmekteler. Ayrıca kadınların COVID-19 streslerinin artması erkeklerin eşlerinin bununla baş edebildikleri yönündeki algılarını artırmaktadır. Çiftlerin eşe dair baş etme algısı puanları kontrol edildiğinde hem erkeğin hem de kadının kendi COVID-19 stresinin kendi evlilik uyumunu negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur. Çiftlerin, eşe dair baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin evlilik uyumunu pozitif yönde yordamaktadır. Erkeklerin eşlerinin baş etmelerine yönelik algıları evlilik uyumunu diğer değişkenlere oranla daha fazla etkilemektedir ($\beta = .63$, $p < .05$). Erkekler eşlerinin stres ile iyi baş ettiklerini düşündüklerinde kadınlardan daha fazla evliliğe uyum göstermektedir.

Tablo 17. APIMeM: COVID-19 stresi, e e dair baş etme algısı ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.08	.10	.39	-.11
Kadın Aktör Etki	.14	.07	.04*	.20
Erkek Partner Etki	.19	.09	.03*	.27
Kadın Partner Etki	-.11	.10	.28	-.14
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	.62	.07	.00*	.63
Kadın Aktör Etki	.49	.09	.00*	.50
Erkek Partner Etki	.19	.07	.01*	.20
Kadın Partner Etki	.26	.10	.00*	.26
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.15	.07	.03*	-.19
Kadın Aktör Etki	-.12	.07	.07[†]	-.17
Erkek Partner Etki	-.03	.07	.64	-.05
Kadın Partner Etki	-.12	.08	.13	-.15

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=e e dair baş etme algısı, Y=evlilik uyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 18'de verilmiştir. Erkeğin partner-aktör aracılık etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (dolaylı etki, b=.12, p<.05). Kadının aktör-aktör dolaylı etkisi ise marjinal olarak anlamlıdır (dolaylı etki, b=.07, p<.10). Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi ve kadının aktör-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif

işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca iki toplam etki ve bir toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 18. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: eşe dair baş etme algısının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI	
Erkek Aktör Etki					
Toplam Etki	-.16	.09	.07[†]	.02	.16
Toplam IE	-.02	.06	.77	.09	.02
Aktör-Aktör IE	-.05	.06	.39	.06	.05
Partner-Partner IE	.04	.02	.13	.09	.04
Doğrudan Etki c'	-.15	.07	.03*	-.01	-.15
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.07	.07	.34	.07	.07
Toplam IE	.05	.04	.17	.12	.05
Aktör-Aktör IE	.07	.04	.06[†]	-.02	.13
Partner-Partner IE	-.02	.02	.38	.02	.02
Doğrudan Etki c'	-.12	.07	.07[†]	.01	.12
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.11	.08	.14	.27	.11
Toplam IE	.15	.06	.02*	.28	.15
Aktör-Partner IE	.03	.02	.14	.07	.03
Partner-Aktör IE	.12	.06	.03*	.24	.12
Doğrudan Etki c'	-.03	.07	.64	.09	.03
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.20	.09	.02*	-.03	-.20
Toplam IE	-.08	.06	.22	.05	.08

Aktör-Partner IE	-.02	.03	.42	.03	.02
Partner-Aktör IE	-.05	.05	.30	.05	.05
Doğrudan Etki c'	-.12	.08	.13	.03	.12

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.1.7. COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Negatif Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, evlilik uyumunu hem doğrudan hem de negatif baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 19'da verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) kadının aktör etkisi dışında aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmamıştır. Çiftlerin negatif baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin kendi COVID-19 stresinin hem kendi evlilik uyumunu hem de eşinin evlilik uyumunu anlamlı bir şekilde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur. Çiftlerin, negatif baş etme puanları (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin evlilik uyumunu anlamlı şekilde yordamaktadır.

Tablo 19. APIMeM: COVID-19 stresi, negatif baş etme ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	.07	.05	.16	.16
Kadın Aktör Etki	.09	.13	.07 [†]	0.20
Erkek Partner Etki	.01	.14	.83	.02
Kadın Partner Etki	.04	.17	.47	.08
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.77	.14	.00*	-.48
Kadın Aktör Etki	-.83	.13	.00*	-.58
Erkek Partner Etki	-.43	.13	.00*	-.31
Kadın Partner Etki	-.30	.15	.05 [†]	-.18
c' etki (X → Y)				

Erkek Aktör Etki	-.14	.08	.07[†]	-.19
Kadın Aktör Etki	.08	.06	.14	.12
Erkek Partner Etki	.16	.06	.01*	.24
Kadın Partner Etki	-.14	.07	.04*	-.18

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=negatif baş etme, Y=evlilik uyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 20’de verilmiştir. Kadının aktör-aktör (dolaylı etki, $b = -.08$, $p < .10$) aracılık etkisi marjinal olarak anlamlı bulunmuştur. Ayrıca iki toplam etki ve bir toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 20. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: negatif baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.21	.08	.01*	-.32 -.01
Toplam IE	-.06	.04	.14	-.22 .03
Aktör-Aktör IE	-.06	.04	.18	-.26 .00
Partner-Partner IE	-.00	.02	.84	.00 .07
Doğrudan Etki c'	-.14	.08	.07[†]	-.20 .03
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.01	.07	.84	-.19 .07
Toplam IE	-.10	.04	.03*	-.07 .10
Aktör-Aktör IE	-.08	.05	.09[†]	-.06 .12
Partner-Partner IE	-.02	.03	.51	-.06 .01
Doğrudan Etki c'	.08	.06	.14	-.18 .03

Erkek Partner Etki

Toplam Etki	.11	.08	.13	-.03	.27
Toplam IE	-.05	.05	.34	.02	.29
Aktör-Partner IE	-.04	.02	.10	-.02	.04
Partner-Aktör IE	-.01	.04	.83	.02	.26
Doğrudan Etki c'	-.02	.06	.66	-.14	.08

Kadın Partner Etki

Toplam Etki	-.20	.09	.02*	-.38	-.02
Toplam IE	-.06	.06	.31	-.25	.02
Aktör-Partner IE	-.02	.02	.30	-.11	.01
Partner-Aktör IE	-.03	.05	.48	-.20	.04
Doğrudan Etki c'	-.14	.07	.04*	-.24	.05

Not. * $p < .05$, $^{\dagger}p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.1.8. COVID-19 Stresi ile Evlilik Uyumunu Arasındaki İlişkide Pozitif Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, evlilik uyumunu hem doğrudan hem de pozitif baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 21'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkisi anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi eşinin pozitif baş etme puanını yordamaktadır ($\beta = .26$, $p < .05$). Kadınların COVID-19 stresleri arttıkça eşleri pozitif baş etmekte. Erkeğin COVID-19 stresi arttığında ise kendisinin pozitif baş etme biçimi azalmaktadır ($\beta = -.21$, $p < .10$). Çiftlerin pozitif baş etme puanları kontrol edildiğinde hem erkeğin hem de kadının kendi COVID-19 stresinin kendi evlilik uyumunu anlamlı bir şekilde yordamadığı (c' etki yolu) bulunmuştur. Çiftlerin, pozitif baş etme puanları (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin evlilik uyumunu anlamlı şekilde yordamaktadır.

Tablo 21. APIMeM: COVID-19 stresi, baş etme ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.29	.15	.06[†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.09	.13	.50	.08
Erkek Partner Etki	.32	.14	.02*	.26
Kadın Partner Etki	-.21	.17	.20	-.16
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	.41	.03	.00*	.72
Kadın Aktör Etki	.34	.07	.00*	.57
Erkek Partner Etki	.09	.03	.00*	.16
Kadın Partner Etki	.13	.07	.07[†]	.22
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.08	.06	.15	-.11
Kadın Aktör Etki	-.07	.05	.20	-.10
Erkek Partner Etki	-.02	.06	.66	-.04
Kadın Partner Etki	-.09	.08	.23	-.11

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=pozitif baş etme, Y=evlilik uyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 22'de verilmiştir. Kadının hem aktör-aktör hem de partner-partner aracılık etkileri istatistiksel olarak anlamlı değildir. Erkeğin aktör-aktör etkisi marjinal olarak anlamlıdır (dolaylı etki, $b = -.12$, $p < .10$). Erkeğin COVID-19 stresi pozitif baş etme aracılığıyla kendisinin evlilik uyumunu etkilemektedir. Ayrıca erkeğin partner-aktör etkisi anlamlı bulunmuştur. Erkeğin pozitif baş etmesi, kadının COVID-19 stresi ile erkeğin evlilik uyumu arasındaki ilişkiye

aracılık etmektedir (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b=.13$, $p<.05$). Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca iki toplam etki ve iki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu gözlenmiştir.

Tablo 22. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: pozitif baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.17	.08	.03*	-.33 -.01
Toplam IE	-.09	.06	.16	-.22 .03
Aktör-Aktör IE	-.12	.06	.07[†]	-.25 .00
Partner-Partner IE	.03	.02	.11	.00 .07
Doğrudan Etki c'	-.08	.06	.15	-.20 .03
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.06	.06	.37	-.19 .07
Toplam IE	.01	.04	.81	-.08 .10
Aktör-Aktör IE	.03	.05	.51	-.06 .12
Partner-Partner IE	-.02	.02	.27	.06 .01
Doğrudan Etki c'	-.07	.05	.20	-.17 .04
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.11	.08	.14	-.04 .27
Toplam IE	.14	.06	.03*	.02 .27
Aktör-Partner IE	.01	.01	.54	-.02 .04
Partner-Aktör E	.13	.06	.02*	.03 .25
Doğrudan Etki c'	-.02	.06	.66	-.14 .08
Kadın Partner Etki				

Toplam Etki	-.20	.09	.02*	-.38	-.02
Toplam IE	-.11	.07	.11	-.25	.02
Aktör-Partner IE	-.04	.03	.21	-.11	.01
Partner-Aktör IE	-.07	.06	.23	-.20	.04
Doğrudan Etki c'	-.09	.08	.23	-.25	.05

Not. * $p < .05$, $^{\dagger}p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.2. COVID-19 Stresi ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Stres ile Diyadik Baş Etmenin Aracı Rolü

Bu modelde COVID-19 stresinin, ilişki doyumunu hem doğrudan hem de diyadik baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 23'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) yalnızca erkeğin aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmuştur. COVID-19 stresinin erkeğin diyadik baş etme becerisi üzerinde marjinal düzeyde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken ($\beta = -.19$, $p < .10$) eşinin (kadının) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin baş etme becerilerini artırmaktadır ($\beta = .24$, $p < .05$). Önemli olan bulgu erkeğin partner etkisinin aktör etkisinden daha fazla oluşu. Diyadik baş etme becerisindeki artış (b etki yolu) çiftlerin ilişki doyumlarını yordamaktadır. Stres ile diyadik baş edebilen erkeğin ($\beta = .61$, $p < .05$) ve kadının ($\beta = .59$, $p < .05$) ilişki doyumu önemli ölçüde artmaktadır. Ayrıca partnerlerin diyadik baş etme becerisi aktörün ilişki doyumunu da artırmaktadır. Fakat ilişki doyumunu yordayan baş etme değişkenleri arasında aktör etkisinin partner etkisinden daha fazla açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir. Çiftlerin diyadik baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin erkeğin ilişki doyumunu marjinal olarak azalttığı görülmüştür (c' etki yolu) ($\beta = -.12$, $p < .10$).

Tablo 23. APIMeM: COVID-19 stresi, diyardik baş etme ve ilişki doyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.40	.24	.09[†]	-.19
Kadın Aktör Etki	.12	.21	.57	.06
Erkek Partner Etki	.44	.22	.04*	.24
Kadın Partner Etki	-.34	.27	.20	-.16
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	.24	.04	.00*	.61
Kadın Aktör Etki	.24	.03	.00*	.59
Erkek Partner Etki	.09	.03	.00*	.24
Kadın Partner Etki	.11	.04	.01*	.26
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.10	.05	.07[†]	-.12
Kadın Aktör Etki	-.09	.06	.17	-.11
Erkek Partner Etki	-.01	.05	.79	-.02
Kadın Partner Etki	-.03	.06	.62	-.03

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=diyardik baş etme, Y=ilişki doyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 24'de verilmiştir. Erkeğin partner-aktör aracılık etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (dolaylı etki, $b = .10$, $p < .05$). Kadının COVID-19 stresi erkeğin diyardik baş etme becerisiyle beraber erkeğin ilişki doyumunu yordamaktadır. Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması

nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca iki toplam etki ve bir toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 24. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: diyardik baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.15	.07	.03*	-.29 -.02
Toplam IE	-.05	.06	.35	-.18 .05
Aktör-Aktör IE	-.09	.06	.11	-.22 .01
Partner-Partner IE	.04	.02	.10	.00 .09
Doğrudan Etki c'	-.10	.05	.07[†]	-.20 .01
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.09	.08	.24	-.25 .06
Toplam IE	-.00	.05	.96	-.11 .10
Aktör-Aktör IE	.03	.05	.57	-.08 .13
Partner-Partner IE	-.03	.03	.22	-.08 .02
Doğrudan Etki c'	-.09	.06	.17	-.22 .03
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.10	.08	.19	-.05 .25
Toplam IE	.11	.06	.06[†]	-.00 .24
Aktör-Partner IE	.01	.02	.59	-.03 .05
Partner-Aktör IE	.10	.05	.04*	.00 .21
Doğrudan Etki c'	-.01	.05	.79	-.13 .09
Kadın Partner Etki				
Toplam Etki	-.16	.09	.07[†]	-.32 .02
Toplam IE	-.13	.08	.11	-.28 .02

Aktör-Partner IE	-.04	.03	.16	-.11	.01
Partner-Aktör IE	-.08	.06	.20	-.21	.05
Doğrudan Etki c'	-.03	.06	.62	-.16	.09

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.2.1. COVID-19 Stresi ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Kişinin Kendi Duygu Odaklı Desteklemesine Yönelik Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, ilişki doyumunu hem doğrudan hem de kişinin kendi duygu odaklı desteklemesine yönelik algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 25'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkileri ve kadının partner etkisi anlamlı bulunmuştur. COVID-19 stresinin erkeğin diyalik baş etme becerisi üzerinde marjinal düzeyde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken ($\beta=-.21$, $p<.10$) eşinin (kadının) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin baş etme becerilerini artırmaktadır ($\beta=.26$, $p<.05$). Önemli olan bulgu erkeğin partner etkisinin aktör etkisinden daha fazla oluşu. Kadının kendi duygu odaklı destekleme algısını ise erkeğin COVID-19 stresi negatif etkilemektedir ($\beta=-.26$, $p<.05$). Duygu odaklı desteklemedeki artış (b etki yolu) çiftlerin ilişki doyumlarını pozitif yönde yordamaktadır. Stres ile diyalik baş edebilen erkeğin ($\beta=.41$, $p<.05$) ve kadının ($\beta=.34$, $p<.05$) ilişki doyumları önemli ölçüde artmaktadır. Ayrıca partnerlerin diyalik baş etme becerisi aktörün ilişki doyumunu da artırmaktadır. Çiftlerin duygu odaklı destekleme puanları kontrol edildiğinde hem erkeğin hem de kadının kendi COVID-19 stresinin kendi ilişki doyumunu anlamlı bir şekilde yordamadığı (c' etki yolu) bulunmuştur.

Tablo 25. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi duygu odaklı destekleme ve ilişki doyumunu

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.05	.03	.09 [†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.01	.02	.70	.04
Erkek Partner Etki	.06	.03	.04*	.26
Kadın Partner Etki	-.06	.03	.04*	-.26

b etki (M → Y)

Erkek Aktör Etki	1.38	.27	.00*	.41
Kadın Aktör Etki	1.25	.39	.00*	.34
Erkek Partner Etki	1.04	.38	.01*	.31
Kadın Partner Etki	1.30	.43	.00*	.36

c' etki (X → Y)

Erkek Aktör Etki	-.09	.07	.22	-.11
Kadın Aktör Etki	-.09	.08	.26	-.12
Erkek Partner Etki	.02	.06	.79	.02
Kadın Partner Etki	-.01	.09	.88	-.02

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=kendi duygu odaklı destekleme, Y=ilişki doyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 26'da verilmiştir. Kadının partner-aktör ve partner-partner aracılık etkileri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Erkeğin COVID-19 stresi kadının kendi duygu odaklı destekleme algısıyla becerisiyle beraber kadının ilişki doyumunu marjinal düzeyde yordamaktadır (kadın partner-aktör dolaylı etki, b=-.08, p<.10). Ayrıca erkeğin COVID-19 stresi, kadının kendi duygu odaklı destekleme algısıyla beraber erkeğin ilişki doyumunu marjinal düzeyde yordamaktadır (kadın partner-partner dolaylı etki, b=-.06, p<.10). Ayrıca bir toplam etki ve bir toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 26. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: duygu odaklı desteklemenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.10	.08	.23	-.27 .06
Toplam IE	-.01	.05	.81	-.11 .08

Aktör-Aktör IE	-.07	.04	.12	-.17	.01
Partner-Partner IE	.06	.04	.11	.00	.15
Doğrudan Etki c'	-.09	.07	.22	-.24	.04
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.15	.09	.11	-.34	.03
Toplam IE	-.05	.04	.19	-.14	.02
Aktör-Aktör IE	.01	.03	.71	-.05	.07
Partner-Partner IE	-.06	.03	.06[†]	-.14	.00
Doğrudan Etki c'	-.09	.08	.26	-.27	.06
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.10	.08	.17	-.04	.26
Toplam IE	.09	.06	.12	-.02	.20
Aktör-Partner IE	.01	.03	.72	-.04	.06
Partner-Aktör IE	.08	.04	.07[†]	.01	.17
Doğrudan Etki c'	.02	.06	.79	-.11	.14
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.16	.09	.07[†]	-.33	.02
Toplam IE	-.14	.07	.03*	-.29	-.02
Aktör-Partner IE	-.07	.05	.15	-.17	.01
Partner-Aktör IE	-.08	.04	.06[†]	.16	-.00
Doğrudan Etki c'	-.01	.09	.88	-.19	.17

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.2.2. COVID-19 Stresi ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Eşin Duygu Odaklı Desteklemesine Yönelik Algının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, ilişki doyumunu hem doğrudan hem de eşin duygu odaklı desteklemesine yönelik algı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 27’de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) yalnızca erkeğin aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmuştur. COVID-19 stresinin erkeğin eşin duygu odaklı desteklemesine yönelik algısı üzerinde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken ($\beta = -.23$, $p < .05$) eşinin (kadının) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin baş etme becerilerini artırmaktadır ($\beta = .22$, $p < .05$). Eşin duygu odaklı desteğine yönelik algıdaki artış (b etki yolu) çiftlerin ilişki doyumlarını pozitif yönde yordamaktadır. Eşinden duygu odaklı destek aldığına inanan erkeğin ($\beta = .59$, $p < .05$) ve kadının ($\beta = .54$, $p < .05$) ilişki doyumları önemli ölçüde artmaktadır. Ayrıca partnerlerin duygu odaklı destek algısı aktörün ilişki doyumunu da artırmaktadır. Çiftlerin eş duygu odaklı destekleme puanları kontrol edildiğinde kadının kendi COVID-19 stresinin kendi ilişki doyumunu marjinal düzeyde negatif yordadığı (c’ etki yolu) bulunmuştur ($\beta = -.15$, $p < .10$)

Tablo 27. APIMeM: COVID-19 stresi, eş duygu odaklı destekleme ve ilişki doyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.07	.03	.02*	-.23
Kadın Aktör Etki	.03	.03	.28	.12
Erkek Partner Etki	.06	.03	.04*	.22
Kadın Partner Etki	-.06	.04	.11	-.19
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	1.62	.26	.00*	.59
Kadın Aktör Etki	1.45	.26	.00*	.54
Erkek Partner Etki	.64	.17	.00*	.26
Kadın Partner Etki	.88	.32	.01*	.30
c’ etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.07	.06	.22	-.08

Kadın Aktör Etki	-.11	.07	.09[†]	-.15
Erkek Partner Etki	-.02	.05	.74	-.02
Kadın Partner Etki	-.00	.07	.94	-.01

Not. * $p < .05$, $^{\dagger}p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=eş duygu odaklı destekleme, Y=ilişki doyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 28’de verilmiştir. Erkeğin aktör-aktör, partner-partner ve partner-aktör aracılık etkileri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Erkeğin COVID-19 stresi erkeğin eş duygu odaklı destekleme algısıyla becerisiyle beraber erkeğin ilişki doyumunu negatif yordamaktadır (dolaylı etki, $b = -.11$, $p < .05$). Kadının COVID-19 stresi erkeğin eş duygu odaklı destekleme algısıyla becerisiyle etkileşime girdiğinde ise erkeğin ilişki doyumunu marjinal düzeyde pozitif yordamaktadır (dolaylı etki, $b = .04$, $p < .10$). Bununla beraber erkeğin partner-partner ve partner-aktör aracılık etkileri, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca kadının aktör-partner etkisi marjinal düzeyde anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi, kadının eş duygu odaklı destekleme algısıyla beraber erkeğin ilişki doyumunu negatif etkilemektedir (dolaylı etki, $b = -.06$, $p < .10$). Ayrıca iki toplam etki ve iki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 28. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: eş duygu odaklı desteklemenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.14	.07	.04*	-.29 -.01
Toplam IE	-.07	.05	.17	-.19 .02
Aktör-Aktör IE	-.11	.05	.03*	-.22 .02
Partner-Partner IE	.04	.02	.09[†]	.00 .09
Doğrudan Etki c'	-.07	.06	.22	-.19 .04
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.10	.08	.19	-.27 .05

Toplam IE	.01	.05	.84	-.08	.11
Aktör-Aktör IE	.05	.05	.29	-.04	.15
Partner-Partner IE	-.04	.03	.15	-.10	.01
Doğrudan Etki c'	-.11	.07	.09[†]	-.25	.01
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.10	.08	.19	-.05	.25
Toplam IE	.12	.06	.04*	.01	.24
Aktör-Partner IE	.02	.02	.32	-.02	.07
Partner-Aktör IE	.10	.05	.04*	.01	.19
Doğrudan Etki c'	-.02	.05	.74	-.12	.09
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.16	.09	.08[†]	-.33	.03
Toplam IE	-.15	.07	.03*	-.29	-.01
Aktör-Partner IE	-.06	.03	.06[†]	-.14	-.01
Partner-Aktör IE	-.09	.06	.12	-.20	.03
Doğrudan Etki c'	-.00	.07	.94	-.14	.12

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.2.3. COVID-19 Stresi ile İlişki Doymunu Arasındaki İlişkide Duygu Odaklı Ortak Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, ilişki doymunu hem doğrudan hem de duygu odaklı ortak baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 29'da verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) COVID-19 stresinden duygu odaklı ortak baş etmeye giden hiçbir yol anlamlı bulunmamıştır. Dolayısıyla bu modelde aracılık etkisinden söz etmek mümkün değildir. Duygu odaklı ortak baş etme puanlarındaki artış ise (b etki yolu) kadının partner etkisi dışında çiftlerin ilişki doymalarını pozitif yönde yordamaktadır. Çiftlerin duygu

odaklı destekleme puanları kontrol edildiğinde erkeğin kendi COVID-19 stresinin kendi ilişki doyumunu anlamlı bir şekilde yordadığı ($\beta=-.17$, $p<.05$) bulunmuştur.

Tablo 29. APIMeM: COVID-19 stresi, duygu odaklı ortak baş etme ve ilişki doyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.04	.03	.18	-.16
Kadın Aktör Etki	-.00	.02	.98	-.00
Erkek Partner Etki	.01	.03	.57	.07
Kadın Partner Etki	-.04	.03	.21	-.15
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	1.49	.31	.00*	.43
Kadın Aktör Etki	1.73	.37	.00*	.48
Erkek Partner Etki	.76	.26	.00*	.23
Kadın Partner Etki	.59	.40	.14	.16
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.14	.07	.04*	-.17
Kadın Aktör Etki	-.02	.08	.82	-.02
Erkek Partner Etki	.08	.07	.27	.11
Kadın Partner Etki	-.07	.08	.38	-.08

Not. * $p<.05$, X= COVID-19 stresi, M= duygu odaklı ortak baş etme, Y=ilişki doyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Tablo 30. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: duygu odaklı ortak baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.18	.08	.02*	-.34 -.03
Toplam IE	-.04	.04	.26	-.13 .03
Aktör-Aktör IE	-.06	.04	.21	-.15 .02
Partner-Partner IE	.01	.02	.61	-.03 .06
Doğrudan Etki c'	-.14	.07	.04*	-.27 -.00
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.05	.09	.58	-.22 .11
Toplam IE	-.03	.04	.46	-.11 .05
Aktör-Aktör IE	-.00	.04	.98	-.04 .04
Partner-Partner IE	-.03	.03	.29	-.09 .02
Doğrudan Etki c'	.08	.07	.27	-.18 .13
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.10	.08	.19	-.06 .25
Toplam IE	.02	.05	.68	-.07 .13
Aktör-Partner IE	.00	.02	.98	-.04 .04
Partner-Aktör IE	.02	.04	.59	-.05 .11
Doğrudan Etki c'	.08	.07	.27	-.07 .22
Kadın Partner Etki				
Toplam Etki	-.16	.09	.08[†]	-.33 .03
Toplam IE	-.09	.06	.16	-.21 .04
Aktör-Partner IE	-.02	.02	.38	-.08 .01

Partner-Aktör IE	-.06	.05	.23	-.18	.04
Doğrudan Etki c'	-.07	.08	.38	-.22	.09

Not. * $p < .05$, $^{\dagger}p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.2.4. COVID-19 Stresi ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Problem Odaklı Ortak Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, ilişki doyumunu hem doğrudan hem de problem odaklı ortak baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 31'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) hem erkeğin hem de kadının aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmamıştır. Bu nedenle COVID-19 stresi ile ilişki doyumu arasında dolaylı bir etki mevcut değildir. Çiftlerin problem odaklı ortak baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin kendi ilişki doyumunu negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur ($\beta = -.18$, $p < .05$). Çiftlerin, problem odaklı ortak baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) ilişki doyumunu pozitif yönde yordamaktadır. Erkeğin problem odaklı ortak baş etme puanı hem kendi ilişki doyumunu ($\beta = .57$, $p < .05$) hem de eşinin ilişki doyumunu ($\beta = .19$, $p < .10$) artırmaktadır. Kadının problem odaklı ortak baş etme puanındaki artış da hem kendi ilişki doyumunu ($\beta = .57$, $p < .05$) hem de eşinin ilişki doyumunu artırmaktadır ($\beta = .27$, $p < .05$).

Tablo 31. APIMeM: COVID-19 stresi, problem odaklı baş etme ve ilişki doyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.03	.02	.25	-.13
Kadın Aktör Etki	.01	.02	.69	.05
Erkek Partner Etki	.03	.02	.08[†]	.19
Kadın Partner Etki	-.01	.02	.66	-.05
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	2.28	.40	.00*	.63
Kadın Aktör Etki	2.27	.40	.00*	.60

Erkek Partner Etki	.87	.31	.00*	.21
Kadın Partner Etki	1.18	.36	.00*	.27
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.14	.07	.04*	-.18
Kadın Aktör Etki	-.07	.07	.32	-.09
Erkek Partner Etki	.01	.06	.87	.01
Kadın Partner Etki	-.10	.08	.22	-.11

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=problem odaklı baş etme, Y=ilişki doyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Tablo 32. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: problem odaklı baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI	
Erkek Aktör Etki					
Toplam Etki	-.18	.07	.01*	-.33	-.02
Toplam IE	-.04	.06	.53	-.17	.07
Aktör-Aktör IE	-.07	.06	.29	-.20	.05
Partner-Partner IE	.03	.02	.13	-.00	-.07
Doğrudan Etki c'	-.14	.07	.04*	-.28	-.01
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.06	.08	.46	-.22	.09
Toplam IE	.01	.05	.80	-.09	.13
Aktör-Aktör IE	.02	.06	.70	-.07	.13
Partner-Partner IE	-.01	.02	.68	-.06	.03
Doğrudan Etki c'	-.07	.07	.32	-.18	.08
Erkek Partner Etki					

Toplam Etki	.10	.08	.18	-.05	.26
Toplam IE	.09	.06	.13	-.02	.22
Aktör-Partner IE	.01	.02	.72	-.03	.05
Partner-Aktör IE	.08	.05	.10	-.01	.19
Doğrudan Etki c'	.01	.06	.87	-.09	.14
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.16	.09	.07[†]	-.33	.02
Toplam IE	-.06	.07	.42	-.21	.09
Aktör-Partner IE	-.03	.03	.29	-.09	.03
Partner-Aktör IE	-.03	.06	.66	-.15	.10
Doğrudan Etki c'	-.10	.08	.22	-.26	.06

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.2.5. COVID-19 Stresi ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Kendine Dair Baş Etme Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, ilişki doyumunu hem doğrudan hem de kendine dair baş etme algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 33'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) kadının aktör etkisi dışındaki yollar anlamlıdır. COVID-19 stresinin erkeğin kendi baş etme algısı üzerinde marjinal düzeyde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken ($\beta = -.21$, $p < .10$) eşinin (kadının) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin baş etme algısını artırmaktadır ($\beta = -.27$, $p < .05$). Önemli olan bulgu erkeğin partner etkisinin aktör etkisinden daha fazla oluşu. Erkeğin COVID-19 stresi kadının baş etme algısını da olumsuz etkilemektedir ($\beta = -.21$, $p < .10$). Çiftlerin kendi baş etme becerilerine dair algılarındaki artış (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin ilişki doyumlarını pozitif yönde yordamaktadır. Fakat ilişki doyumunu yordayan baş etme değişkenleri arasında aktör etkisinin partner etkisinden daha fazla açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir. Çiftlerin diyardik baş etme puanları kontrol edildiğinde kadının COVID-19 stresinin erkeğin ilişki doyumunu marjinal olarak azalttığı görülmüştür (c' etki yolu) ($\beta = -.17$, $p < .10$).

Tablo 33. APIMeM: COVID-19 stresi, kendine dair baş etme algısı ve ilişki doyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.15	.08	.07[†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.09	.06	.17	.15
Erkek Partner Etki	.17	.07	.02*	.27
Kadın Partner Etki	-.14	.08	.09[†]	-.21
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	.54	.10	.00*	.46
Kadın Aktör Etki	.60	.13	.00*	.44
Erkek Partner Etki	.40	.12	.00*	.32
Kadın Partner Etki	.42	.12	.00*	.34
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.09	.06	.14	-.11
Kadın Aktör Etki	-.13	.07	.07[†]	-.17
Erkek Partner Etki	-.02	.06	.70	-.03
Kadın Partner Etki	-.01	.07	.86	-.01

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= kendi baş etme algısı, Y=ilişki doyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 34'da verilmiştir. Erkeğin aktör-aktör, partner-partner ve partner-aktör aracılık etkileri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Erkeğin COVID-19 stresi erkeğin kendi baş etme algısıyla becerisiyle beraber erkeğin ilişki doyumunu negatif yordamaktadır (erkek aktör-aktör dolaylı etki, $b = -.08$, $p < .10$). Kadının COVID-19 stresi erkeğin kendi baş etme algısıyla etkileşime girdiğinde ise kadının ilişki doyumunu pozitif yordamaktadır (erkek partner-partner

dolaylı etki, $b=.09$, $p<.05$). Benzer şekilde kadının COVID-19 stresi erkeğin kendi baş etme algısıyla etkileşime girdiğinde ise erkeğin ilişki doyumunu pozitif yordamaktadır (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b=.09$, $p<.05$). Bununla beraber erkeğin partner-partner ve partner-aktör aracılık etkileri, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca kadının partner-aktör etkisi marjinal düzeyde anlamlı bulunmuştur. Erkeğin COVID-19 stresi, kadının eş duygu odaklı destekleme algısıyla beraber kadının ilişki doyumunu negatif etkilemektedir (kadın partner-aktör dolaylı etki, $b=-.08$, $p<.10$). Ayrıca bir toplam etki ve iki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 34. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: kendine dair baş etme algısının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.10	.07	.17	-.25 .03
Toplam IE	-.01	.05	.83	-.12 .09
Aktör-Aktör IE	-.08	.05	.09[†]	-.18 .01
Partner-Partner IE	.09	.04	.02*	.01 .15
Doğrudan Etki c'	-.09	.06	.14	-.22 .02
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.13	.08	.11	-.31 .03
Toplam IE	-.00	.05	.97	-.09 .09
Aktör-Aktör IE	.05	.04	.19	-.02 .14
Partner-Partner IE	-.05	.03	.10	-.12 .01
Doğrudan Etki c'	-.13	.07	.07[†]	-.28 .01
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.10	.08	.18	-.05 .25
Toplam IE	.12	.05	.02*	.03 .23

Aktör-Partner IE	.04	.02	.20	-.01	.09
Partner-Aktör IE	.09	.04	.02*	.02	.18
Doğrudan Etki c'	-.02	.06	.70	-.14	.09
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.16	.09	.07[†]	-.33	.01
Toplam IE	-.14	.07	.03*	-.28	-.00
Aktör-Partner IE	-.06	.04	.11	-.15	.00
Partner-Aktör IE	-.08	.05	.09[†]	-.18	.01
Doğrudan Etki c'	-.01	.07	.86	-.16	.13

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.2.6. COVID-19 Stresi ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Eşe Dair Baş Etme Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, ilişki doyumunu hem doğrudan hem de eşe dair baş etme algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 35'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) kadının aktör etkisi ve erkeğin partner etkisi anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi hem kendi eşe dair baş etme algısını ($\beta = .20$, $p < .05$) hem de eşinin eşe dair baş etme algısını negatif etkilemektedir ($\beta = .27$, $p < .05$). Kadınlar COVID-19 stresleri arttıkça eşlerinin baş etme becerilerinin arttığını düşünmektedirler. Ayrıca kadınların COVID-19 streslerinin artması erkeklerin eşlerinin bununla baş edebildikleri yönündeki algılarını artırmaktadır. Çiftlerin eşe dair baş etme algısı puanları kontrol edildiğinde hem erkeğin hem de kadının kendi COVID-19 stresinin kendi evlilik uyumunu negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur. Çiftlerin, eşe dair baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin evlilik uyumunu pozitif yönde yordamaktadır. Erkeklerin eşlerinin baş etmelerine yönelik algıları evlilik uyumunu diğer değişkenlere oranla daha fazla etkilemektedir ($\beta = .56$, $p < .05$). Erkekler eşlerinin stres ile iyi baş ettiklerini düşündüklerinde kadınlardan daha fazla evliliğe uyum göstermektedir.

Tablo 35. APIMeM: COVID-19 stresi, eş stres ve ilişki doyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.08	.10	.38	-.11
Kadın Aktör Etki	.14	.07	.04*	.20
Erkek Partner Etki	.19	.08	.03*	.27
Kadın Partner Etki	-.11	.10	.28	-.14
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	.59	.09	.00*	.56
Kadın Aktör Etki	.53	.10	.00*	.49
Erkek Partner Etki	.24	.08	.00*	.24
Kadın Partner Etki	.38	.11	.00*	.33
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.14	.06	.01*	-.18
Kadın Aktör Etki	-.16	.07	.03*	-.20
Erkek Partner Etki	-.04	.06	.46	-.06
Kadın Partner Etki	-.07	.07	.37	-.07

Not. * $p < .05$, X= COVID-19 stresi, M= eş stres, Y=ilişki doyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 36'da verilmiştir. Erkeğin partner-aktör ve partner-partner aracılık etkileri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b=.11$, $p<.05$; erkek partner-partner dolaylı etki, $b=.04$, $p<.10$). Kadının aktör-aktör dolaylı etkisi marjinal olarak anlamlıdır (dolaylı etki, $b=.08$, $p<.10$). Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi ve partner-partner aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca bir toplam etki ve bir toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 36. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: eşe dair baş etme algısının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI	
Erkek Aktör Etki					
Toplam Etki	-.15	.07	.04*	-.29	-.01
Toplam IE	-.00	.05	.93	-.11	.10
Aktör-Aktör IE	-.05	.06	.39	-.17	.06
Partner-Partner IE	.04	.03	.09[†]	.00	.11
Doğrudan Etki c'	-.14	.06	.01*	-.26	-.03
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.11	.08	.20	-.28	.05
Toplam IE	.05	.04	.22	-.03	.13
Aktör-Aktör IE	.08	.04	.05[†]	.00	.16
Partner-Partner IE	-.03	.03	.33	-.09	.02
Doğrudan Etki c'	-.16	.07	.03*	-.32	-.02
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.10	.08	.20	-.05	.26
Toplam IE	.14	.06	.01*	.04	.27
Aktör-Partner IE	.03	.02	.12	.00	.09
Partner-Aktör IE	.11	.05	.03*	.02	.22
Doğrudan Etki c'	-.04	.06	.46	-.17	.06
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.16	.09	.07[†]	-.33	.02
Toplam IE	-.09	.07	.21	-.24	-.05
Aktör-Partner IE	-.03	.04	.41	-.11	.04

Partner-Aktör IE	-.06	.05	.28	-.17	.05
Doğrudan Etki c'	-.07	.07	.37	-.21	.08

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.2.7. COVID-19 Stresi ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Pozitif Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, ilişki doyumunu hem doğrudan hem de pozitif baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 37'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkisi anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi eşinin pozitif baş etme algısını yordamaktadır ($\beta=.27$, $p<.05$). Kadınların COVID-19 stresleri arttıkça eşleri pozitif baş etmekte. Erkeğin COVID-19 stresi arttığında ise kendisinin pozitif baş etme biçimi azalmaktadır ($\beta=-.21$, $p<.10$). Çiftlerin pozitif baş etme puanları kontrol edildiğinde hem erkeğin hem de kadının kendi COVID-19 stresinin kendi evlilik uyumunu anlamlı bir şekilde yordamadığı (c' etki yolu) bulunmuştur. Çiftlerin, pozitif baş etme puanları (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin evlilik uyumunu anlamlı şekilde yordamaktadır.

Tablo 37. APIMeM: COVID-19 stresi, pozitif baş etme ve ilişki doyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.29	.16	.07[†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.09	.13	.49	.08
Erkek Partner Etki	.32	.14	.02*	.27
Kadın Partner Etki	-.21	.17	.22	-.16
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	.38	.06	.00*	.64
Kadın Aktör Etki	.37	.06	.00*	.56
Erkek Partner Etki	.13	.04	.00*	.21

Kadın Partner Etki	.19	.06	.00*	.29
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.08	.06	.14	-.10
Kadın Aktör Etki	-.11	.07	.11	-.14
Erkek Partner Etki	-.03	.06	.56	-.05
Kadın Partner Etki	-.02	.07	.73	-.03

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=pozitif baş etme, Y=ilişki doyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 38'de verilmiştir. Erkeğin aktör-aktör ve partner-partner aracılık etkileri marjinal düzeyde anlamlı bulunmuştur. Erkeğin COVID-19 stresi kendi ilişki doyumunu kendi pozitif baş etme puanı aracılığıyla yordamaktadır (erkek aktör-aktör dolaylı etki, b=-.11, p<.10). Kadının COVID-19 stresi erkeğin pozitif baş etmesi aracılığıyla kadının ilişki doyumunu yordamaktadır (erkek partner-partner dolaylı etki, b=.04, p<.10). Erkeğin partner-aktör dolaylı etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır (erkek partner-aktör dolaylı etki, b=.12, p<.05). Kadının COVID-19 stresi erkeğin pozitif baş etmesi aracılığıyla erkeğin ilişki doyumunu yordamaktadır. Bununla beraber erkeğin partner-partner ve partner-aktör aracılık etkileri, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca iki toplam etki ve iki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 38. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: pozitif baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.15	.07	.04*	-.30 -.02
Toplam IE	-.07	.06	.29	-.20 .04
Aktör-Aktör IE	-.11	.06	.08†	-.25 .00
Partner-Partner IE	.04	.02	.09†	.00 .10

Doğrudan Etki c'	-.08	.06	.14	-.20	.02
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.10	.08	.20	-.26	.05
Toplam IE	.00	.05	.91	-.09	.10
Aktör-Aktör IE	.03	.05	.49	-.06	.13
Partner-Partner IE	-.03	.02	.25	-.08	.02
Doğrudan Etki c'	-.11	.07	.11	-.24	.01
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.10	.08	.19	-.05	.25
Toplam IE	.13	.06	.03*	.02	.25
Aktör-Partner IE	.01	.02	.52	-.02	.05
Partner-Aktör IE	.12	.05	.02*	.02	.23
Doğrudan Etki c'	-.03	.06	.56	-.15	.07
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.16	.09	.08[†]	-.32	.02
Toplam IE	-.13	.08	.09[†]	-.29	-.03
Aktör-Partner IE	-.05	.03	.11	-.13	.00
Partner-Aktör IE	-.08	.06	.21	-.20	.05
Doğrudan Etki c'	-.02	.07	.73	-.15	.11

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.2.8. COVID-19 Stresi ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Negatif Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, ilişki doyumunu hem doğrudan hem de negatif baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 39'da verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken

arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmamıştır. Kadının yalnızca aktör etkisi marjinal düzeyde anlamlı bulunmuştur. Kadınların COVID-19 stres ve kaygıları arttıkça daha fazla negatif baş ettikleri görülmüştür. Çiftlerin negatif baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin kendi COVID-19 stresinin hem kendi evlilik uyumunu hem de kadının evlilik uyumunu anlamlı bir şekilde azalttığı (c' etki yolu) bulunmuştur. Çiftlerin, negatif baş etme puanları (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin evlilik uyumunu anlamlı şekilde azaltmaktadır. Bulgular kadının negatif stres ile baş etmesinin kendi evlilik uyumunu daha fazla olumsuz etkilediğini göstermektedir ($\beta = -.61$, $p < .05$).

Tablo 39. APIMeM: COVID-19 stresi, negatif baş etme ve ilişki doyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	.07	.05	.17	.16
Kadın Aktör Etki	.09	.05	.08[†]	.19
Erkek Partner Etki	.01	.05	.76	.03
Kadın Partner Etki	.04	.06	.47	.08
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.86	.14	.00*	-.50
Kadın Aktör Etki	-.96	.15	.00*	-.61
Erkek Partner Etki	-.48	.12	.00*	-.33
Kadın Partner Etki	-.32	.15	.03*	-.17
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.14	.07	.04*	-.17
Kadın Aktör Etki	-.11	.07	.19	-.14
Erkek Partner Etki	.16	.06	.00*	.22
Kadın Partner Etki	-.02	.07	.18	-.03

Not. * $p < .05$, $^{\dagger}p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= negatif baş etme, Y=ilişki doyumu, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 40'ta verilmiştir. Hem kadının hem de erkeğin aracılık etkileri anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 40. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: negatif baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.21	.07	.00*	-.30 -.02
Toplam IE	-.07	.05	.14	-.21 .04
Aktör-Aktör IE	-.06	.05	.19	-.24 .00
Partner-Partner IE	-.01	.02	.78	.00 .10
Doğrudan Etki c'	-.14	.07	.04*	-.20 .03
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.03	.08	.74	-.26 .05
Toplam IE	-.11	.05	.04*	-.09 .10
Aktör-Aktör IE	-.09	.06	.10	-.06 .13
Partner-Partner IE	-.02	.03	.50	-.08 .02
Doğrudan Etki c'	-.11	.07	.19	-.24 .02
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.10	.08	.18	-.05 .25
Toplam IE	-.06	.06	.34	.02 .26

Aktör-Partner IE	-.05	.03	.14	-.02	.05
Partner-Aktör IE	-.01	.04	.76	.03	.23
Doğrudan Etki c'	.16	.06	.00*	-.15	.07
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.16	.09	.08[†]	-.33	.02
Toplam IE	-.06	.07	.34	-.29	-.02
Aktör-Partner IE	-.02	.02	.26	-.13	.00
Partner-Aktör IE	-.04	.06	.48	-.20	.05
Doğrudan Etki c'	-.02	.07	.19	-.15	.11

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.3. COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Diydik Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, romantik yakınlığı hem doğrudan hem de diydik baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 41'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkisi anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi eşinin diydik baş etme algısını yordamaktadır ($\beta = .23$, $p < .05$). Kadınların COVID-19 stresleri arttıkça eşleri diydik baş etmekte. Erkeğin COVID-19 stresi arttığında ise kendisinin diydik baş etme biçimi azalmaktadır ($\beta = -.19$, $p < .10$). Çiftlerin diydik baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin kadının partnerine hissettiği yakınlığı negatif yordadığı bulunmuştur ($\beta = -.13$, $p < .10$). Çiftlerin, diydik baş etme puanları (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin romantik yakınlık puanlarını anlamlı şekilde yordamaktadır. Yakınlığı yordayan diydik baş etme puanları aktör etkisinin partner etkisinden daha güçlü olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 41. APIMeM: COVID-19 stresi, diyardik baş etme ve romantik yakınlık

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.40	.24	.09[†]	-.19
Kadın Aktör Etki	.12	.21	.58	.06
Erkek Partner Etki	.44	.22	.04*	.23
Kadın Partner Etki	-.35	.27	.21	-.16
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	.23	.03	.00*	.65
Kadın Aktör Etki	.23	.02	.00*	.67
Erkek Partner Etki	.07	.03	.02*	.21
Kadın Partner Etki	.06	.03	.02*	.18
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.03	.06	.54	-.05
Kadın Aktör Etki	-.01	.05	.89	-.01
Erkek Partner Etki	.02	.06	.39	.03
Kadın Partner Etki	-.10	.05	.05[†]	-.13

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= diyardik baş etme, Y=romantik yakınlık, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 42'de verilmiştir. Erkeğin partner-partner ve partner-aktör aracılık etkileri marjinal düzeyde anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi erkeğin diyardik baş etmesi aracılığıyla kadının romantik yakınlığını yordamaktadır (erkek partner-partner dolaylı etki, $b = .10$, $p < .10$). Erkeğin partner-aktör dolaylı etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b = .10$, $p < .10$). Kadının COVID-19 stresi erkeğin diyardik baş etmesi

aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır. Bununla beraber erkeğin partner-partner ve partner-aktör aracılık etkileri, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca bir toplam etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 42. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: diydik baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI	
Erkek Aktör Etki					
Toplam Etki	-.10	.09	.29	-0.28	-0.07
Toplam IE	-.06	.06	.31	-0.19	0.05
Aktör-Aktör IE	-.09	.06	.11	-0.22	0.01
Partner-Partner IE	.10	.05	.06[†]	0.00	0.08
Doğrudan Etki c'	-.03	.06	.54	-0.14	0.08
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.00	.06	.95	-0.13	0.12
Toplam IE	.00	.05	.96	-0.09	0.10
Aktör-Aktör IE	.03	.05	.57	-.07	.13
Partner-Partner IE	-.02	.02	.32	-.08	.02
Doğrudan Etki c'	-.01	.05	.89	-.11	.08
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.13	.08	.10	-.03	.29
Toplam IE	.11	.06	.07[†]	-.00	.24
Aktör-Partner IE	.01	.02	.62	-.02	.05
Partner-Aktör IE	.10	.05	.06[†]	.01	.22
Doğrudan Etki c'	.02	.06	.39	-.10	.12

Kadın Partner Etki

Toplam Etki	-.20	.08	.02*	-.35	-.03
Toplam IE	-.10	.07	.12	-.23	-.04
Aktör-Partner IE	-.02	.02	.18	-.07	.01
Partner-Aktör IE	-.08	.06	.19	-.19	.05
Doğrudan Etki c'	-.10	.05	.04[†]	-.20	-.00

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.3.1. COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Kişinin Kendi Duygu Odaklı Desteklemesine Yönelik Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, romantik yakınlığı hem doğrudan hem de kişinin kendi duygu odaklı desteklemesine yönelik algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 43'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkileri ve kadının partner etkisi anlamlı bulunmuştur. COVID-19 stresinin erkeğin diydik baş etme becerisi üzerinde marjinal düzeyde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken ($\beta = -.21$, $p < .10$) eşinin (kadının) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin baş etme becerilerini artırmaktadır ($\beta = .26$, $p < .05$). Önemli olan bulgu erkeğin partner etkisinin aktör etkisinden daha fazla oluşu. Kadının kendi duygu odaklı destekleme algısını ise erkeğin COVID-19 stresi negatif etkilemektedir ($\beta = -.26$, $p < .05$). Duygu odaklı desteklemedeki artış (b etki yolu) çiftlerin romantik yakınlıklarını pozitif yönde yordamaktadır. Stres ile diydik baş edebilen erkeğin ($\beta = .65$, $p < .05$) ve kadının ($\beta = .50$, $p < .05$) romantik yakınlıkları önemli ölçüde artmaktadır. Ayrıca erkeğin duygu odaklı desteklemesi kadının romantik yakınlığını da artırmaktadır. Çiftlerin duygu odaklı destekleme puanları kontrol edildiğinde hem erkeğin hem de kadının COVID-19 stresinin kendi romantik yakınlığı anlamlı bir şekilde yordamadığı (c' etki yolu) bulunmuştur.

Tablo 43. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi duygu odaklı destekleme ve romantik yakınlık

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.05	.03	.09[†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.00	.02	.70	.04
Erkek Partner Etki	.06	.03	.04*	.26
Kadın Partner Etki	-.06	.03	.04*	-.26
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	2.02	.27	.00*	.65
Kadın Aktör Etki	1.50	.31	.00*	.50
Erkek Partner Etki	.28	.29	.33	.90
Kadın Partner Etki	.83	.31	.01*	.28
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.03	.07	.61	-.05
Kadın Aktör Etki	-.01	.06	.86	-.02
Erkek Partner Etki	.02	.07	.79	.03
Kadın Partner Etki	-.06	.07	.37	-.09

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= kendi duygu odaklı destekleme, Y=romantik yakınlık, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 44'te verilmiştir. Erkeğin partner-aktör ve kadının partner-aktör aracılık etkileri anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi erkeğin duygu odaklı desteklemeye yönelik algısı aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b = .11$, $p < .10$). Erkeğin COVID-19 stresi kadının duygu odaklı desteklemeye yönelik algısı aracılığıyla kadının romantik yakınlığını yordamaktadır (kadın partner-aktör dolaylı etki, $b = -.09$, $p < .05$). Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan

etkinin birinin negatif diğ erinin pozitif iş aretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca iki toplam etkinin ve iki toplam aracılık etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 44. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğ rudan etki: kişinin kendi duygu odaklı desteklemesine yönelik algısının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.12	.09	.20	.31 .06
Toplam IE	-.09	.07	.19	-.23 .03
Aktör-Aktör IE	-.10	.07	.12	-.24 .01
Partner-Partner IE	.02	.02	.42	-.01 .06
Doğ rudan Etki c'	-.03	.07	.61	-.16 .01
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.01	.07	.83	-.16 .11
Toplam IE	.00	.04	.91	-.08 .07
Aktör-Aktör IE	.01	.04	.71	-.05 .09
Partner-Partner IE	-.02	.02	.39	-.06 .02
Doğ rudan Etki c'	-.01	.06	.86	-.14 .10
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.13	.08	.09[†]	-.02 .30
Toplam IE	.12	.07	.08[†]	-.00 .26
Aktör-Partner IE	.00	.01	.80	-.02 .02
Partner-Aktör IE	.11	.06	.07[†]	.01 .26
Doğ rudan Etki c'	.02	.07	.79	-.12 .14
Kadın Partner Etki				

Toplam Etki	-.20	.08	.02*	-.36	-.03
Toplam IE	-.14	.06	.02*	-.25	-.02
Aktör-Partner IE	-.04	.03	.18	-.11	.00
Partner-Aktör IE	-.09	.05	.04*	-.18	-.00
Doğrudan Etki c'	-.06	.07	.37	-.20	.08

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.3.2. COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Eşin Duygu Odaklı Desteklemesine Yönelik Algının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, romantik yakınlığı hem doğrudan hem de eşin duygu odaklı desteklemesine yönelik algı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 45'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) yalnızca erkeğin aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmuştur. Erkeğin COVID-19 stresinin erkeğin eşin duygu odaklı desteklemesine yönelik algısı üzerinde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken ($\beta = -.23$, $p < .05$), eşinin (partner etkisi) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin baş etme becerilerini artırmaktadır ($\beta = .22$, $p < .05$). Eşin duygu odaklı desteğine yönelik algıdaki artış (b etki yolu) çiftlerin romantik yakınlıklarını pozitif yönde yordamaktadır. Eşinden duygu odaklı destek aldığına inanan erkeğin ($\beta = .46$, $p < .05$) ve kadının ($\beta = .57$, $p < .05$) hissettikleri romantik yakınlık önemli ölçüde artmaktadır. Ayrıca partnerlerin duygu odaklı destek algısı aktörün romantik yakınlığını da artırmaktadır. Çiftlerin eş duygu odaklı destekleme puanları kontrol edildiğinde kadının ve erkeğin COVID-19 stresinin romantik yakınlığı anlamlı olarak yordamadığı (c' etki yolu) bulunmuştur.

Tablo 45. APIMeM: COVID-19 stresi, eş duygu odaklı destekleme ve romantik yakınlık

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.07	.03	.02*	-.23
Kadın Aktör Etki	.03	.03	.28	.12
Erkek Partner Etki	.06	.03	.03*	.23

Kadın Partner Etki	-.06	.04	.11	-.19
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	1.15	.23	.00*	.46
Kadın Aktör Etki	1.27	.18	.00*	.57
Erkek Partner Etki	.86	.20	.00*	.37
Kadın Partner Etki	.65	.22	.00*	.27
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.02	.07	.79	-.02
Kadın Aktör Etki	-.03	.05	.52	-.05
Erkek Partner Etki	.03	.06	.59	.05
Kadın Partner Etki	-.07	.06	.19	-.10

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= eş duygu odaklı destekleme, Y=romantik yakınlık, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 46'da verilmiştir. Erkeğin aktör-aktör ve partner-aktör aracılık etkileri anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi erkeğin duygu odaklı desteklemeye yönelik algısı aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır (erkek partner-aktör dolaylı etki, b=.07, p<.05). Erkeğin COVID-19 stresi kendisinin eş duygu odaklı desteklemeye yönelik algısı aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır (erkeğin aktör-aktör dolaylı etki, b=-.09, p<.05). Erkeğin COVID-19 stresi kadının duygu odaklı desteklemeye yönelik algısı aracılığıyla kadının romantik yakınlığını yordamaktadır (kadın partner-aktör dolaylı etki, b=-.08, p<.05). Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Kadının aktör-partner etkisi anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi kendi eş duygu odaklı destekleme puanı aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır (kadın aktör-partner dolaylı etki, b=-.04, p<.05). Ayrıca bir toplam etkinin ve iki toplam aracılık etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 46. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: eşin duygu odaklı desteklemesine yönelik algının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.05	.09	.60	.22 .13
Toplam IE	-.03	.04	.53	-.11 .06
Aktör-Aktör IE	-.08	.04	.03*	-.16 -.01
Partner-Partner IE	.05	.03	.07[†]	.00 .12
Doğrudan Etki c'	-.02	.07	.79	-.16 .02
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.05	.07	.48	-.17 .08
Toplam IE	-.01	.05	.81	-.10 .08
Aktör-Aktör IE	.04	.04	.29	-.05 .09
Partner-Partner IE	-.02	.02	.39	-.03 .13
Doğrudan Etki c'	-.03	.05	.52	-.15 .06
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.13	.08	.10	-.03 .29
Toplam IE	.10	.05	.06[†]	.00 .22
Aktör-Partner IE	.03	.03	.31	-.02 .09
Partner-Aktör IE	.07	.04	.05*	.01 .15
Doğrudan Etki c'	.03	.06	.59	-.09 .15
Kadın Partner Etki				
Toplam Etki	-.20	.08	.02*	-.36 -.03
Toplam IE	-.12	.06	.03*	-.23 -.00
Aktör-Partner IE	-.04	.02	.05*	-.09 -.00

Partner-Aktör IE	-.08	.05	.10	-.17	.02
Doğrudan Etki c'	-.07	.05	.19	-.19	.03

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.3.3. COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Duygu Odaklı Ortak Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, romantik yakınlığı hem doğrudan hem de duygu odaklı ortak baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 47’de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmamıştır. Bu nedenle duygu odaklı ortak baş etmenin aracılık etkisi bulunmamaktadır. Duygu odaklı ortak baş etmedeki artış (b etki yolu) çiftlerin romantik yakınlıklarını pozitif yönde yordamaktadır. Duygu odaklı ortak baş eden erkeğin ($\beta=.43$, $p<.05$) ve kadının ($\beta=.41$, $p<.05$) hissettikleri romantik yakınlık önemli ölçüde artmaktadır. Ayrıca kadının duygu odaklı ortak baş etme puanı erkeğin romantik yakınlığını da artırmaktadır. Çiftlerin duygu odaklı ortak baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin kadının romantik yakınlığını marjinal düzeyde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur.

Tablo 47. APIMeM: COVID-19 stresi, duygu odaklı ortak baş etme ve romantik yakınlık

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.03	.03	.19	-.15
Kadın Aktör Etki	-.00	.03	.98	-.00
Erkek Partner Etki	.02	.03	.51	.08
Kadın Partner Etki	-.04	.03	.22	-.15
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	1.35	.35	.00*	.43
Kadın Aktör Etki	1.24	.31	.00*	.41
Erkek Partner Etki	.70	.33	.03*	.22

Kadın Partner Etki	.47	.34	.16	.15
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.08	.08	.34	-.10
Kadın Aktör Etki	.04	.07	.53	.06
Erkek Partner Etki	.11	.07	.12	.16
Kadın Partner Etki	-.13	.07	.07[†]	-.18

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= duygu odaklı ortak baş etme, Y=romantik yakınlık, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Tablo 48. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: duygu odaklı ortak baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.11	.10	.22	-.30 .07
Toplam IE	-.04	.04	.33	-.12 .03
Aktör-Aktör IE	-.05	.04	.22	-.14 -.02
Partner-Partner IE	.01	.02	.57	-.03 .06
Doğrudan Etki c'	-.08	.08	.34	-.23 .09
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	.01	.07	.84	-.14 .14
Toplam IE	-.03	.03	.39	-.09 .03
Aktör-Aktör IE	-.00	.03	.98	-.06 .07
Partner-Partner IE	-.03	.03	.35	-.09 .02
Doğrudan Etki c'	.04	.07	.53	-.10 .16
Erkek Partner Etki				

Toplam Etki	.13	.08	.09[†]	-.03	.29
Toplam IE	.02	.05	.63	-.06	.13
Aktör-Partner IE	.00	.02	.98	-.04	.05
Partner-Aktör IE	.02	.04	.53	-.04	.11
Doğrudan Etki c'	.11	.07	.12	-.04	.24
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.20	.08	.02*	-.35	-.03
Toplam IE	-.06	.05	.16	-.16	-.02
Aktör-Partner IE	-.02	.02	.41	-.07	.01
Partner-Aktör IE	-.05	.04	.24	-.13	.03
Doğrudan Etki c'	-.13	.07	.07[†]	-.28	.02

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.3.4. COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Problem Odaklı Ortak Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, romantik yakınlığı hem doğrudan hem de problem odaklı ortak baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 49'da verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) hem erkeğin hem de kadının aktör ve partner etkileri anlamlı bulunmamıştır. Bu nedenle COVID-19 stresi ile ilişki doyumu arasında dolaylı bir etki mevcut değildir. Çiftlerin problem odaklı ortak baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin kadının romantik yakınlığını negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur ($\beta = -.22$, $p < .05$). Çiftlerin, problem odaklı ortak baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) romantik yakınlıklarını pozitif yönde yordamaktadır. Erkeğin problem odaklı ortak baş etme puanı kendi ilişki romantik yakınlığını ($\beta = .48$, $p < .05$) artırmaktadır. Kadının problem odaklı ortak baş etme puanındaki artış ise hem kendi romantik yakınlık hissini ($\beta = .66$, $p < .05$) hem de eşinin romantik yakınlık hissini artırmaktadır ($\beta = .31$, $p < .05$).

Tablo 49. APIMeM: COVID-19 stresi, problem odaklı baş etme ve romantik yakınlık

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.03	.02	.26	-.13
Kadın Aktör Etki	.01	.02	.70	.05
Erkek Partner Etki	.03	.02	.09[†]	.19
Kadın Partner Etki	-.01	.02	.66	-.05
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	1.82	.36	.00*	.48
Kadın Aktör Etki	2.45	.30	.00*	.66
Erkek Partner Etki	1.20	.38	.00*	.31
Kadın Partner Etki	.42	.26	.11	.11
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.09	.07	.16	-.12
Kadın Aktör Etki	-.01	.06	.82	-.02
Erkek Partner Etki	.06	.06	.33	.09
Kadın Partner Etki	-.16	.06	.01*	-.22

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M=problem odaklı baş etme, Y=romantik yakınlık, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Tablo 50. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: problem odaklı baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI	
Erkek Aktör Etki					
Toplam Etki	-.10	.08	.22	-.27	.06
Toplam IE	-.01	.04	.84	-.11	.07
Aktör-Aktör IE	-.05	.05	.30	-.15	.03
Partner-Partner IE	.04	.03	.13	-.00	.10
Doğrudan Etki c'	-.09	.07	.16	-.22	.04
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	.02	.07	.75	-.11	.16
Toplam IE	.01	.05	.86	-.08	.11
Aktör-Aktör IE	.02	.05	.70	-.08	.13
Partner-Partner IE	-.01	.03	.68	-.08	.05
Doğrudan Etki c'	-.01	.06	.82	-.12	.13
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.13	.08	.10	-.03	.29
Toplam IE	.07	.05	.20	-.03	.19
Aktör-Partner IE	.01	.03	.72	-.04	.07
Partner-Aktör IE	.06	.04	.13	-.01	.15
Doğrudan Etki c'	.06	.06	.33	-.07	.19
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.20	.08	.02*	-.35	-.02
Toplam IE	-.04	.07	.55	-.15	.09
Aktör-Partner IE	-.01	.01	.40	-.04	.01

Partner-Aktör IE	-.02	.06	.66	-.13	.10
Doğrudan Etki c'	-.16	.06	.01*	-.29	-.04

Not. *p<.05, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.3.5. COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Kendine Dair Baş Etme Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, romantik yakınlığın hem doğrudan hem de kendine dair baş etme algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 51’de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) kadının aktör etkisi dışındaki yollar anlamlıdır. COVID-19 stresinin erkeğin kendi baş etme algısı üzerinde marjinal düzeyde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken ($\beta = -.21$, $p < .10$) eşinin (kadının) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin baş etme algısını artırmaktadır ($\beta = -.27$, $p < .05$). Önemli olan bulgu erkeğin partner etkisinin aktör etkisinden daha fazla oluşu. Erkeğin COVID-19 stresi kadının baş etme algısını da olumsuz etkilemektedir ($\beta = -.21$, $p < .10$). Çiftlerin kendi baş etme becerilerine dair algılarındaki artış (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin ilişki doyumlarını pozitif yönde yordamaktadır. Fakat romantik yakınlığı yordayan baş etme değişkenleri arasında aktör etkisinin partner etkisinden daha fazla açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir. Çiftlerin diyalık baş etme puanları kontrol edildiğinde kadının COVID-19 stresinin erkeğin ilişkide hissettiği yakınlığı marjinal olarak azalttığı görülmüştür (c' etki yolu) ($\beta = -.17$, $p < .10$).

Tablo 51. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi baş etme algısı ve romantik yakınlık

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.15	.08	.08[†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.09	.06	.18	.15
Erkek Partner Etki	.17	.07	.02*	.27
Kadın Partner Etki	-.14	.08	.08[†]	-.21
b etki (M → Y)				

Erkek Aktör Etki	.70	.08	.00*	.65
Kadın Aktör Etki	.69	.10	.00*	.62
Erkek Partner Etki	.18	.11	.09[†]	.15
Kadın Partner Etki	.23	0.09	.01*	.22
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.03	.06	.65	-.03
Kadın Aktör Etki	-.05	.05	.37	-.08
Erkek Partner Etki	.00	.06	.99	.00
Kadın Partner Etki	-.07	.06	.21	-.10

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= kendi stres baş etme, Y=romantik yakınlık, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 52'de verilmiştir. Erkeğin aktör-aktör ve partner-aktör aracılık etkileri anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi erkeğin kendi stres ile baş etme algısı aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b=.12$, $p<.05$). Erkeğin COVID-19 stresi kendisinin stres ile baş etme puanı aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır (erkeğin aktör-aktör dolaylı etki, $b=-.09$, $p<.05$). Erkeğin COVID-19 stresi kadının kendi baş etmesi aracılığıyla kadının romantik yakınlığını yordamaktadır. Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Kadının partner-aktör etkisi anlamlı bulunmuştur. Erkeğin COVID-19 stresi kadının kendi baş etmesi aracılığıyla kadının romantik yakınlığını yordamaktadır (kadın partner-aktör dolaylı etki, $b=-.09$, $p<.10$). Ayrıca iki toplam etkinin ve iki toplam aracılık etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 52. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: kendine dair baş etme algısının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.10	.09	.28	-.29 .07
Toplam IE	-.07	.06	.26	-.21 .04
Aktör-Aktör IE	-.10	.06	.09[†]	-.14 -.02
Partner-Partner IE	.03	.02	.16	-.23 .01
Doğrudan Etki c'	-.03	.06	.65	-.14 .09
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.01	.07	.83	-.14 .11
Toplam IE	.04	.05	.44	-.05 .13
Aktör-Aktör IE	.06	.05	.19	-.02 .16
Partner-Partner IE	-.02	.02	.21	-.07 .01
Doğrudan Etki c'	-.05	.05	.37	-.16 .05
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.13	.08	.09[†]	-.02 .29
Toplam IE	.13	.06	.02*	.03 .26
Aktör-Partner IE	.02	.02	.32	-.01 .05
Partner-Aktör IE	.12	.05	.03*	.02 .23
Doğrudan Etki c'	.00	.06	.99	-.12 .11
Kadın Partner Etki				
Toplam Etki	-.20	.08	.01*	-.35 -.03
Toplam IE	-.13	.06	.03*	-.24 -.00
Aktör-Partner IE	-.03	.02	.15	-.09 .00

Partner-Aktör IE	-.09	.05	.07[†]	-.19	.01
Doğrudan Etki c'	-.07	.06	.21	-.18	.04

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.3.6. COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Eşe Dair Baş Etme Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, romantik yakınlığı hem doğrudan hem de eşe dair baş etme algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 53'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) kadının aktör etkisi ve erkeğin partner etkisi anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi hem kendi eşe dair baş etme algısını ($\beta=.20$, $p<.05$) hem de eşinin eşe dair baş etme algısını negatif etkilemektedir ($\beta=.28$, $p<.05$). Kadınlar COVID-19 stresleri arttıkça eşlerinin baş etme becerilerinin arttığını düşünmektedirler. Ayrıca kadınların COVID-19 streslerinin artması erkeklerin eşlerinin bununla baş edebildikleri yönündeki algılarını artırmaktadır. Çiftlerin eşe dair baş etme algısı puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin kadının romantik yakınlığını negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur ($\beta=-.16$, $p<.05$). Çiftlerin, eşe dair baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin romantik yakınlığını pozitif yönde yordamaktadır.

Tablo 53. APIMeM: COVID-19 stresi, eş stres baş etme ve romantik yakınlık

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.08	.10	.38	-.11
Kadın Aktör Etki	.14	.07	.05*	.20
Erkek Partner Etki	.20	.09	.02*	.28
Kadın Partner Etki	-.11	.10	.28	-.14
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	.54	.08	.00*	.56
Kadın Aktör Etki	.53	.07	.00*	.58
Erkek Partner Etki	.26	.07	.00*	.27

Kadın Partner Etki	.28	.08	.00*	.30
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.08	.06	.22	-.03
Kadın Aktör Etki	-.08	.06	.13	-.13
Erkek Partner Etki	-.01	.06	.88	-.01
Kadın Partner Etki	-.12	.06	.04*	-.16

Not. *p<.05, X= COVID-19 stresi, M= eş stres baş etme, Y=romantik yakınlık, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 54'te verilmiştir. Erkeğin aktör-partner, partner-aktör ve partner-partner aracılık etkileri anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi erkeğin eşe dair stres ile baş etme algısı aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b=.10$, $p<.05$). Erkeğin COVID-19 stresi erkeğin eşinin baş etmesine dair algısı aracılığıyla kadının romantik yakınlığını yordamaktadır (erkek aktör-partner dolaylı etki, $b=.04$, $p<.10$). Ayrıca kadının aktör-aktör etkisi de anlamlıdır. Kadının COVID-19 stresi kendisinin eşe dair stres ile baş etme algısı aracılığıyla romantik yakınlığını yordamaktadır (kadın aktör-aktör dolaylı etki, $b=.08$, $p<.05$). Bununla beraber aracılık etkileri, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız aracılıklar olduğunu göstermektedir. Ayrıca bir toplam etkinin ve bir toplam aracılık etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 54. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: eşe dair baş etme algısının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.07	.09	.41	-.25 .10
Toplam IE	.00	.05	.93	-.12 .10
Aktör-Aktör IE	-.05	.05	.39	-.16 .05
Partner-Partner IE	.05	.03	.07[†]	-.01 .12
Doğrudan Etki c'	-.08	.06	.22	-.20 .06

Kadın Aktör Etki

Toplam Etki	-.04	.07	.59	-.17	.09
Toplam IE	.05	.04	.24	-.03	.13
Aktör-Aktör IE	.08	.04	.05*	.00	.15
Partner-Partner IE	-.03	.03	.32	-.09	.03
Doğrudan Etki c'	-.08	.06	.13	-.20	.01

Erkek Partner Etki

Toplam Etki	.13	.08	.11	-.03	.30
Toplam IE	.14	.06	.02*	.04	.27
Aktör-Partner IE	.04	.02	.09[†]	.00	.09
Partner-Aktör IE	.10	.05	.04*	.02	.22
Doğrudan Etki c'	-.01	.06	.88	-.15	.11

Kadın Partner Etki

Toplam Etki	-.20	.08	.01*	-.35	-.03
Toplam IE	-.08	.06	.29	-.20	.05
Aktör-Partner IE	-.02	.03	.41	-.09	.03
Partner-Aktör IE	-.06	.05	.26	-.15	.06
Doğrudan Etki c'	-.12	.06	.04*	-.23	.00

Not. * $p < .05$, [†] $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.3.7. COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Pozitif Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, romantik yakınlığı hem doğrudan hem de pozitif baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 55'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör etkisi ve partner etkisi anlamlı bulunmuştur.

Kadının COVID-19 stresi erkeğin pozitif baş etmesini pozitif yönde yordamaktadır ($\beta=.26$, $p<.05$). Erkeğin COVID-19 stresi ise kendi pozitif baş etmeni azaltmaktadır ($\beta=-.21$, $p<.10$). Çiftlerin, pozitif baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin romantik yakınlığını pozitif yönde yordamaktadır. Çiftlerin pozitif baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin kadının romantik yakınlığını negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur ($\beta=-.12$, $p<.10$).

Tablo 55. APIMeM: COVID-19 stresi, pozitif baş etme ve romantik yakınlık

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.29	.16	.06[†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.09	.13	.50	.08
Erkek Partner Etki	.32	.14	.03*	.26
Kadın Partner Etki	-.21	.17	.21	-.16
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	.38	.05	.00*	.68
Kadın Aktör Etki	.38	.04	.00*	.69
Erkek Partner Etki	.09	.05	.07[†]	.16
Kadın Partner Etki	.10	.04	.03*	.18
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.03	.06	.66	-.03
Kadın Aktör Etki	-.02	.05	.76	-.02
Erkek Partner Etki	.00	.06	.95	.01
Kadın Partner Etki	-.09	.05	.07[†]	-.13

Not. * $p<.05$, [†] $p<.10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= pozitif baş etme, Y=romantik yakınlık, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 56'da verilmiştir. Erkeğin aktör-aktör ve partner-aktör aracılık etkileri anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi erkeğin kendi pozitif baş etmesi aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b=.10$, $p<.05$). Erkeğin COVID-19 stresi kendisinin pozitif baş etme puanı aracılığıyla erkeğin romantik yakınlığını yordamaktadır (erkeğin aktör-aktör dolaylı etki, $b=-.11$, $p<.10$). Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca bir toplam etkinin ve bir toplam aracılık etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 56. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: pozitif baş etmenin aracılık etkisi

Etki	B	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.11	.09	.24	-.29 .07
Toplam IE	-.08	.07	.22	-.22 .04
Aktör-Aktör IE	-.11	.06	.08[†]	-.24 .00
Partner-Partner IE	.03	.02	.17	-.00 .08
Doğrudan Etki c'	-.03	.06	.66	-.13 .09
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	.00	.06	.99	-.13 .12
Toplam IE	.01	.05	.77	-.08 .12
Aktör-Aktör IE	.03	.05	.49	-.06 .13
Partner-Partner IE	-.02	.02	.34	-.07 .02
Doğrudan Etki c'	-.02	.05	.76	-.12 .07
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.13	.08	.11	-.02 .30
Toplam IE	.13	.01	.04*	.02 .27

Aktör-Partner IE	.12	.06	.57	-.02	.04
Partner-Aktör IE	.11	.05	.04*	.02	.25
Doğrudan Etki c'	.00	.06	.95	-.11	.11
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.20	.08	.01*	-.35	-.03
Toplam IE	-.11	.07	.12	-.23	.04
Aktör-Partner IE	-.03	.02	.16	-.07	.00
Partner-Aktör IE	-.08	.06	.19	-.19	.05
Doğrudan Etki c'	-.09	.05	.07[†]	-.19	.01

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.3.8. COVID-19 Stresi ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Negatif Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, romantik yakınlığı hem doğrudan hem de negatif baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 57'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) yalnızca kadının aktör etkisi anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi negatif baş etmesini pozitif yönde yordamaktadır ($\beta=.19$, $p<.10$). Çiftlerin, negatif baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) hem aktörün hem de partnerin romantik yakınlığını azaltmaktadır. Çiftlerin negatif baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin kadının romantik yakınlığını negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur ($\beta=-.19$, $p<.05$).

Tablo 57. APIMeM: COVID-19 stresi, negatif baş etme ve romantik yakınlık

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	.08	.15	.16	.16
Kadın Aktör Etki	.10	.05	.08[†]	.19
Erkek Partner Etki	.01	.05	.85	.02

Kadın Partner Etki	.04	.06	.47	.08
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.75	.14	.00*	-.48
Kadın Aktör Etki	-.67	.10	.00*	-.51
Erkek Partner Etki	-.34	.05	.00*	-.25
Kadın Partner Etki	-.42	.15	.01*	-.28
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.08	.08	.28	-.11
Kadın Aktör Etki	.12	.05	.02*	.18
Erkek Partner Etki	.17	.06	.01*	.26
Kadın Partner Etki	-.14	.06	.02*	-.19

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= negatif baş etme, Y=romantik yakınlık, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 58'de verilmiştir. Aracılık etkileri anlamlı bulunmamıştır. Ayrıca bir toplam etkinin ve bir toplam aracılık etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 58. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: negatif baş etmenin aracılık etkisi

Etki	B	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.11	.09	.24	-.29 .07
Toplam IE	-.08	.07	.21	-.22 .03
Aktör-Aktör IE	-.06	.04	.16	-.24 .00
Partner-Partner IE	.00	.02	.86	-.00 .08

Doğrudan Etki c'	-.08	.08	.28	-.13	.09
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	.04	.06	.53	-.13	.12
Toplam IE	-.08	.04	.03*	-.08	.11
Aktör-Aktör IE	-.06	.04	.09[†]	-.06	.13
Partner-Partner IE	-.02	.02	.53	-.06	.01
Doğrudan Etki c'	.12	.05	.02*	-.12	.08
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.13	.08	.10	-.03	.30
Toplam IE	-.04	.05	.43	.02	.26
Aktör-Partner IE	-.03	.02	.15	-.02	.04
Partner-Aktör IE	-.01	.04	.85	.02	.25
Doğrudan Etki c'	.17	.06	.01*	-.11	.11
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.20	.08	.01*	-.36	-.03
Toplam IE	-.06	.05	.25	-.24	.03
Aktör-Partner IE	-.03	.03	.22	-.07	.00
Partner-Aktör IE	-.03	.04	.47	-.19	.05
Doğrudan Etki c'	-.14	.06	.02*	-.19	.01

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.4. COVID-19 Stresi ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Diydik Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, psikolojik iyi oluşu hem doğrudan hem de diydik baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 59'da verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken

arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin ve kadının aktör etkileri anlamlı bulunmuştur. Çiftlerin, diydik baş etme puanlarındaki artış (b etki yolu) kadının ve erkeğin kendi iyi oluşunu pozitif yönde yordamaktadır. Diydik baş etme puanları partnerin iyi oluşunu etkilememektedir. Çiftlerin diydik baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresinin erkeğin iyi oluşunu negatif yönde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur ($\beta=-.12$, $p<.10$).

Tablo 59. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi stres ve evlilik uyumu

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.40	.24	.09[†]	-.19
Kadın Aktör Etki	.13	.22	.56	.07
Erkek Partner Etki	.44	.22	.04*	.24
Kadın Partner Etki	-.35	.28	.21	-.16
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	.18	.05	.00*	.43
Kadın Aktör Etki	.11	.04	.00*	.32
Erkek Partner Etki	.07	.05	.11	.18
Kadın Partner Etki	-.02	.04	.71	-.04
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.17	.09	.06[†]	-.19
Kadın Aktör Etki	-.05	.09	.54	-.08
Erkek Partner Etki	.05	.09	.59	.06
Kadın Partner Etki	-.07	.09	.49	-.09

Not. * $p<.05$, [†] $p<.10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= diydik baş etme, Y=psikolojik iyi oluş, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 60'ta verilmiştir. Aracılık analizi sonuçları kadın ve erkek için dolaylı etkilerin anlamlı olmadığını ortaya koymuştur.

Tablo 60. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: diyardik baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.21	.10	.03*	-.40 -.02
Toplam IE	-.04	.05	.47	-.16 .05
Aktör-Aktör IE	-.07	.05	.15	-.19 .01
Partner-Partner IE	.03	.03	.22	-.01 .10
Doğrudan Etki c'	-.17	.09	.06[†]	-.35 .01
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.07	.10	.50	-.25 .13
Toplam IE	-.01	.04	.74	-.09 .05
Aktör-Aktör IE	.01	.03	.59	-.04 .07
Partner-Partner IE	-.03	.03	.42	-.11 .01
Doğrudan Etki c'	-.05	.09	.54	-.21 .13
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.14	.11	.23	-.07 .37
Toplam IE	.09	.06	.12	-.00 .21
Aktör-Partner IE	.01	.02	.65	-.02 .06
Partner-Aktör IE	.08	.05	.11	.00 .19
Doğrudan Etki c'	.05	.09	.59	-.12 .24
Kadın Partner Etki				

Toplam Etki	-.10	.09	.27	-.28	.07
Toplam IE	-.03	.04	.38	-.11	.04
Aktör-Partner IE	.01	.02	.76	-.04	.05
Partner-Aktör IE	-.04	.03	.26	-.11	.02
Doğrudan Etki c'	-.07	.09	.49	-.26	.11

Not. * $p < .05$, $^{\dagger}p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.4.1. COVID-19 Stresi ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Kişinin Kendi Duygu Odaklı Desteklemesine Yönelik Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, psikolojik iyi oluşu hem doğrudan hem de kişinin kendi duygu odaklı desteklemesine yönelik algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 61'de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkileri ve kadının partner etkisi anlamlı bulunmuştur. COVID-19 stresinin erkeğin kendi duygu odaklı destekleme algısı üzerinde marjinal düzeyde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken ($\beta = -.05$, $p < .10$) eşinin (kadının) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin duygu odaklı destek algısını artırmaktadır ($\beta = .26$, $p < .05$). Önemli olan bulgu erkeğin partner etkisinin aktör etkisinden daha fazla oluşu. Kadının kendi duygu odaklı destekleme algısını ise erkeğin COVID-19 stresi negatif etkilemektedir ($\beta = -.26$, $p < .05$). Duygu odaklı desteklemedeki artış (b etki yolu) çiftlerin kendi psikolojik iyi oluşlarını pozitif yönde yordamaktadır. Stres ile diyadik baş edebilen erkeğin ($\beta = .48$, $p < .05$) ve kadının ($\beta = .39$, $p < .05$) psikolojik iyi oluşları önemli ölçüde artmaktadır. Çiftlerin duygu odaklı destekleme puanları kontrol edildiğinde hem erkeğin hem de kadının COVID-19 stresinin kendi iyi oluşunu anlamlı bir şekilde yordamadığı (c' etki yolu) bulunmuştur.

Tablo 61. APIMeM: COVID-19 stresi, kendi duygu odaklı destekleme algısı ve iyi oluş

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.05	.03	.09 [†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.01	.02	.67	.05

Erkek Partner Etki	.06	.03	.04*	.26
Kadın Partner Etki	-.06	.03	.04*	-.26
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	1.74	.39	.00*	.49
Kadın Aktör Etki	1.21	.32	.00*	.39
Erkek Partner Etki	.60	.39	.12	.17
Kadın Partner Etki	-.35	.33	.28	-.11
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.14	.09	.11	-.16
Kadın Aktör Etki	-.04	.09	.67	-.06
Erkek Partner Etki	.04	.08	.59	.05
Kadın Partner Etki	-.04	.09	.66	-.05

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= kendi duygu odaklı destekleme, Y=psikolojik iyi oluş, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Tablo 62. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: kendi duygu odaklı destekleme algısının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.20	.10	.04*	-.40 -.02
Toplam IE	-.06	.06	.32	-.18 .04
Aktör-Aktör IE	-.09	.06	.12	-.22 .01
Partner-Partner IE	.03	.03	.26	-.01 .11
Doğrudan Etki c'	-.14	.09	.11	-.32 .03

Kadın Aktör Etki

Toplam Etki	-.06	.10	.53	-.25	.14
Toplam IE	-.03	.04	.51	-.11	.04
Aktör-Aktör IE	.01	.03	.68	-.05	.07
Partner-Partner IE	-.04	.03	.26	-.12	.01
Doğrudan Etki c'	-.04	.09	.66	-.20	.14

Erkek Partner Etki

Toplam Etki	.15	.11	.19	-.06	.38
Toplam IE	.11	.06	.09[†]	-.00	.24
Aktör-Partner IE	.01	.02	.73	-.02	.05
Partner-Aktör IE	.10	.06	.07[†]	.01	.22
Doğrudan Etki c'	.04	.08	.59	-.10	.20

Kadın Partner Etki

Toplam Etki	-.10	.09	.27	-.28	.07
Toplam IE	-.06	.04	.18	-.15	.02
Aktör-Partner IE	.02	.02	.43	-.02	.07
Partner-Aktör IE	-.08	.04	.07[†]	-.16	-.00
Doğrudan Etki c'	-.04	.09	.66	-.23	.13

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.4.2. COVID-19 Stresi ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Kişinin Eş Duygu Odaklı Desteklemesine Yönelik Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, psikolojik iyi oluşu hem doğrudan hem de kişinin eş duygu odaklı desteklemesine yönelik algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 63'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkileri

anlamli bulunmuştur. COVID-19 stresinin erkeğin eş duygu odaklı destekleme algısı üzerinde negatif bir etkisi (aktör etkisi) varken ($\beta=-.23$, $p<.05$) eşinin (kadının) COVID-19 stresinin artması ise kendisinin eşine yönelik duygu odaklı destek algısı artırmaktadır ($\beta=.22$, $p<.05$). Duygu odaklı desteklemedeki artış (b etki yolu) yalnızca erkeğin psikolojik iyi oluşunu pozitif yönde yordamaktadır. Çiftlerin duygu odaklı destekleme puanları kontrol edildiğinde yalnızca erkeğin COVID-19 stresinin kendi iyi oluşunu anlamli bir şekilde yordadığı (c' etki yolu) bulunmuştur. Bununla beraber psikolojik iyi oluşu açıklayan aracılık etkileri anlamli bulunmamıştır.

Tablo 63. APIMeM: COVID-19 stresi, eş duygu odaklı destekleme algısı ve psikolojik iyi oluş

Etki	b	Sh	p	β
a etki ($X \rightarrow M$)				
Erkek Aktör Etki	-.07	.03	.02*	-.23
Kadın Aktör Etki	.04	.03	.28	.12
Erkek Partner Etki	.06	.03	.04*	.22
Kadın Partner Etki	-.06	.04	.11	-.19
b etki ($M \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	.63	.34	.06[†]	.21
Kadın Aktör Etki	.24	.22	.29	.10
Erkek Partner Etki	.90	.33	.01*	.34
Kadın Partner Etki	.27	.28	.33	.11
c' etki ($X \rightarrow Y$)				
Erkek Aktör Etki	-.17	.10	.09[†]	-.19
Kadın Aktör Etki	-.07	.09	.43	-.11
Erkek Partner Etki	.07	.09	.48	.09
Kadın Partner Etki	-.06	.10	.51	-.09

Not. * $p < .05$, $^{\dagger}p < .10$ =sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= eş duygu odaklı destekleme, Y=psikolojik iyi oluş, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 64'te verilmiştir. Bulgular aracılık etkilerinin anlamlı olmadığını göstermektedir.

Tablo 64. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: eş duygu odaklı desteklemesine yönelik algının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.16	.10	.13	-.36 .05
Toplam IE	.01	.05	.86	-.09 .10
Aktör-Aktör IE	-.04	.03	.20	-.12 .00
Partner-Partner IE	.05	.03	.11	.00 .03
Doğrudan Etki c'	.07	.09	.48	-.11 .25
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.12	.10	.25	-.31 .09
Toplam IE	-.05	.05	.30	-.16 .02
Aktör-Aktör IE	.01	.01	.53	-.01 .04
Partner-Partner IE	-.06	.05	.23	-.17 .01
Doğrudan Etki c'	-.07	.09	.43	-.23 .12
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.13	.11	.22	-.07 .36
Toplam IE	.07	.05	.15	-.01 .17
Aktör-Partner IE	.03	.04	.36	-.02 .11
Partner-Aktör IE	.04	.03	.24	-.00 .11

Doğrudan Etki c'	.07	.09	.47	-.11	.25
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.10	.09	.28	-.28	.07
Toplam IE	-.03	.03	.20	-.09	.01
Aktör-Partner IE	-.02	.02	.42	-.07	.02
Partner-Aktör IE	-.02	.02	.41	-.06	.02
Doğrudan Etki c'	-.06	.10	.52	-.26	.12

Not. * $p < .05$, † $p < .10$ =sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.4.3. COVID-19 Stresi ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Eşe Dair Baş Etme Algısının Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, psikolojik iyi oluşun hem doğrudan hem de eşe dair baş etme algısı aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 65'te verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) kadının aktör ve erkeğin partner etkileri anlamlıdır. COVID-19 stresinin kadının eşe dair baş etme algısı üzerinde pozitif bir etkisi (aktör etkisi) vardır ($\beta = .20$, $p < .05$). Ayrıca kadının COVID-19 stresinin artması erkeğin eşe dair baş etme puanlarını yordamaktadır ($\beta = .27$, $p < .05$). Çiftlerin eşlerinin baş etme becerilerine dair algılarındaki artış (b etki yolu) aktörün psikolojik iyi oluşunu pozitif yönde yordamaktadır. Çiftlerin eş baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresi erkeğin psikolojik iyi oluşunu azalttığı görülmüştür (c' etki yolu) ($\beta = -.24$, $p < .05$).

Tablo 65. APIMeM: COVID-19 stresi, eşe dair baş etme algısı ve psikolojik iyi oluş

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.08	.10	.38	-.11
Kadın Aktör Etki	.15	.07	.04*	.20
Erkek Partner Etki	.18	.09	.03*	.27

Kadın Partner Etki	-.11	.11	.29	-.14
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	.35	.12	.00*	.31
Kadın Aktör Etki	.15	.09	.08	.17
Erkek Partner Etki	.20	.13	.11	.19
Kadın Partner Etki	.08	.11	.47	.08
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.21	.09	.02*	-.24
Kadın Aktör Etki	-.08	.09	.34	-.13
Erkek Partner Etki	.04	.09	.65	.05
Kadın Partner Etki	-.07	.10	.44	-.10

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= eş duygu odaklı destekleme, Y=psikolojik iyi oluş, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 66'da verilmiştir. Bulgular aracılık etkilerinin anlamlı olmadığını göstermektedir. Ayrıca bir toplam etkinin ve bir toplam aracılık etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 66. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: eşe dair baş etme algısının aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.21	.10	.04*	-.40 .05
Toplam IE	.01	.05	.86	-.09 .10
Aktör-Aktör IE	-.03	.04	.44	-.12 .00
Partner-Partner IE	.04	.03	.23	-.00 .03

Doğrudan Etki c'	-.21	.09	.02*	-.39	.25
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.08	.09	.37	-.27	.09
Toplam IE	.00	.03	1.00	-.08	.02
Aktör-Aktör IE	.02	.02	.23	-.00	.04
Partner-Partner IE	-.02	.03	.48	-.11	.01
Doğrudan Etki c'	-.08	.09	.34	-.25	.12
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.14	.11	.22	-.07	.36
Toplam IE	.09	.05	.05*	.02	.17
Aktör-Partner IE	.03	.03	.26	-.00	.11
Partner-Aktör IE	.06	.04	.13	.00	.11
Doğrudan Etki c'	.04	.09	.65	-.13	.25
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.10	.09	.28	-.28	.07
Toplam IE	-.02	.03	.38	-.09	.01
Aktör-Partner IE	-.01	.02	.69	-.05	.02
Partner-Aktör IE	-.02	.02	.40	-.06	.02
Doğrudan Etki c'	-.07	.10	.44	-.27	.12

Not. *p<.05, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.4. COVID-19 Stresi ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Pozitif Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, psikolojik iyi oluşun hem doğrudan hem de pozitif baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol

katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 67’de verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkileri anlamlıdır. COVID-19 stresinin erkeğin pozitif baş etmesi üzerinde negatif bir etkisi (aktör etkisi) vardır ($\beta=-.21$, $p<.10$). Ayrıca kadının COVID-19 stresinin artması erkeğin pozitif baş etme puanlarını yordamaktadır ($\beta=.26$, $p<.05$). Çiftlerin pozitif baş etmelerindeki artış (b etki yolu) aktörün psikolojik iyi oluşunu pozitif yönde yordamaktadır. Çiftlerin eş baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresi erkeğin psikolojik iyi oluşunu azalttığı görülmüştür (c’ etki yolu) ($\beta=-.18$, $p<.10$).

Tablo 67. APIMeM: COVID-19 stresi, pozitif baş etme ve psikolojik iyi oluş

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.29	.15	.06[†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.09	.13	.49	.08
Erkek Partner Etki	.32	.14	.02*	.26
Kadın Partner Etki	-.21	.17	.22	-.16
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	.27	.07	.00*	.42
Kadın Aktör Etki	.19	.06	.00*	.33
Erkek Partner Etki	.14	.07	.06[†]	.21
Kadın Partner Etki	-.03	.07	.68	-.05
c’ etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.16	.09	.08[†]	-.18
Kadın Aktör Etki	-.06	.09	.52	-.08
Erkek Partner Etki	.03	.09	.69	.04
Kadın Partner Etki	-.07	.10	.49	-.09

Not. * $p<.05$, [†] $p<.10$ =marginally significant, X= COVID-19 stresi, M= eş duygu odaklı destekleme, Y=psikolojik iyi oluş, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β =standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 68’de verilmiştir. Bulgular yalnızca erkeğin partner-aktör aracılık etkisinin marjinal düzeyde anlamlı olduğunu göstermektedir (erkek partner-aktör dolaylı etki, $b=.09$, $p<.10$). Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca bir toplam etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 68. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: pozitif baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.19	.10	.04*	-.39 .01
Toplam IE	-.04	.06	.53	-.16 .06
Aktör-Aktör IE	-.08	.05	.11	-.19 .00
Partner-Partner IE	.04	.03	.16	-.00 .12
Doğrudan Etki c'	-.16	.09	.08[†]	-.33 .02
Kadın Aktör Etki				
Toplam Etki	-.07	.10	.48	-.25 .12
Toplam IE	-.01	.04	.74	-.10 .05
Aktör-Aktör IE	.02	.03	.53	-.03 .08
Partner-Partner IE	-.03	.03	.40	-.12 .02
Doğrudan Etki c'	-.06	.09	.52	-.21 .12
Erkek Partner Etki				
Toplam Etki	.13	.11	.23	-.07 .36
Toplam IE	.10	.06	.42	-.11 .04
Aktör-Partner IE	.01	.02	.73	-.04 .05
Partner-Aktör IE	.09	.05	.07[†]	.01 .20

Doğrudan Etki c'	.03	.09	.69	-.13	.21
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.10	.09	.29	-.29	.07
Toplam IE	-.03	.04	.42	-.11	.04
Aktör-Partner IE	.01	.02	.73	-.04	.05
Partner-Aktör IE	-.04	.04	.40	-.12	.03
Doğrudan Etki c'	-.07	.10	.49	-.27	.11

Not. *p<.05, †p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.2.3.4.4.5. COVID-19 Stresi ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Negatif Baş Etmenin Aracılık Etkisi

Bu modelde COVID-19 stresinin, psikolojik iyi oluşun hem doğrudan hem de negatif baş etme aracılığıyla dolaylı olarak yordayabileceği APIMeM ile sınanmıştır. APIMeM yol katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 69'da verilmiştir. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasındaki ilişkide (a etki yolu) erkeğin aktör ve partner etkileri anlamlıdır. COVID-19 stresinin erkeğin negatif baş etmesi üzerinde negatif bir etkisi (aktör etkisi) vardır ($\beta = -.21$, $p < .10$). Ayrıca kadının COVID-19 stresinin artması erkeğin negatif baş etme puanlarını yordamaktadır ($\beta = .26$, $p < .05$). Çiftlerin pozitif baş etmelerindeki artış (b etki yolu) aktörün psikolojik iyi oluşunu pozitif yönde yordamaktadır. Çiftlerin negatif baş etme puanları kontrol edildiğinde erkeğin COVID-19 stresi erkeğin psikolojik iyi oluşunu azalttığı görülmüştür (c' etki yolu) ($\beta = -.18$, $p < .10$).

Tablo 69. APIMeM: COVID-19 stresi, negatif stres ve psikolojik iyi oluş

Etki	b	Sh	p	β
a etki (X → M)				
Erkek Aktör Etki	-.29	.15	.06 [†]	-.21
Kadın Aktör Etki	.09	.13	.49	.08
Erkek Partner Etki	.32	.14	.02*	.26

Kadın Partner Etki	-.21	.17	.21	-.16
b etki (M → Y)				
Erkek Aktör Etki	.27	.07	.00*	.42
Kadın Aktör Etki	.19	.07	.00*	.33
Erkek Partner Etki	.14	.08	.07[†]	.21
Kadın Partner Etki	-.03	.07	.69	-.05
c' etki (X → Y)				
Erkek Aktör Etki	-.16	.09	.08[†]	-.18
Kadın Aktör Etki	-.06	.09	.52	-.08
Erkek Partner Etki	.03	.09	.70	.04
Kadın Partner Etki	-.07	.10	.49	-.09

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, X= COVID-19 stresi, M= eş duygu odaklı destekleme, Y=psikolojik iyi oluş, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, β=standardize yol katsayısı

Aktör etkileri ve partner etkilerinin doğrudan ve dolaylı etkilerinin anlamlılığına ilişkin bulgular Tablo 70'te verilmiştir. Bulgular yalnızca erkeğin partner-aktör aracılık etkisinin marjinal düzeyde anlamlı olduğunu göstermektedir (erkek partner-aktör dolaylı etki, b=.09, p<.10). Bununla beraber erkeğin partner-aktör aracılık etkisi, dolaylı etki ile doğrudan etkinin birinin negatif diğerinin pozitif işaretli olması nedeniyle tutarsız bir aracılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca bir toplam etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 70. Toplam etki, toplam dolaylı etki, dolaylı etki ve doğrudan etki: negatif baş etmenin aracılık etkisi

Etki	b	Sh	p	95% CI
Erkek Aktör Etki				
Toplam Etki	-.19	.10	.04*	-.38 -.00
Toplam IE	-.04	.06	.51	-.16 .06

Aktör-Aktör IE	-.08	.05	.10	-.19	-.00
Partner-Partner IE	.04	.03	.16	-.00	.12
Doğrudan Etki c'	-.16	.09	.08[†]	-.33	.02
Kadın Aktör Etki					
Toplam Etki	-.07	.10	.49	-.25	.12
Toplam IE	.01	.04	.74	-.10	.05
Aktör-Aktör IE	.02	.03	.52	-.03	.07
Partner-Partner IE	-.03	.04	.40	-.12	.02
Doğrudan Etki c'	-.06	.09	.52	-.22	.12
Erkek Partner Etki					
Toplam Etki	.13	.11	.24	-.08	.36
Toplam IE	.10	.06	.07[†]	.01	.22
Aktör-Partner IE	.01	.02	.57	-.02	.07
Partner-Aktör IE	.09	.05	.06[†]	.01	.19
Doğrudan Etki c'	.03	.09	.70	-.13	.21
Kadın Partner Etki					
Toplam Etki	-.10	.09	.28	-.28	.07
Toplam IE	-.03	.04	.41	-.12	.04
Aktör-Partner IE	.01	.02	.73	-.04	.05
Partner-Aktör IE	-.04	.04	.28	-.12	.02
Doğrudan Etki c'	-.07	.10	.49	-.26	.11

Not. *p<.05, [†]p<.10=sınırdan anlamlı, IE= dolaylı etki, b=standardize olmayan yol katsayısı, Sh=standart hata, 95% CI=güven aralığı

3.3. Çalışma III: Günlük Çalışmaya İlişkin Bulgular

3.3.1. Veri Analizi

Analiz veri seti 100 (çift) x 2 (kişi) x 14 (gün) = 2800 gözlemden oluşmaktadır. Veri seti, herhangi bir analiz yapılmadan önce çeşitli kriterlere göre temizlenmiştir. Günlük anketlerin yarısından fazlasını kaçıran 2 katılımcının verileri analize dahil edilmemiştir. Katılımcıların cevapları stereotipik yanıt için taranmıştır. Bu, 2 katılımcının verilerinin çalışmadan çıkarılmasına yol açmıştır. Analizler, ayırt edilebilir diyadik günlük verilerinin üç düzeyini (çiftler içinde iç içe geçmiş kişilerle iç içe geçen günler) iki rastgele varyasyon düzeyi olarak ele alan diyadik günlük verileri için çok düzeyli modelleme (multilevel modeling) kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle, katılımcıların çoklu ölçüm durumları hakkındaki günlük raporları (Seviye 1), çiftler arasında iç içe geçmiş olarak kabul edilmiştir (Seviye 2; Laurenceau ve Bolger, 2005). Günlük ilişki doyumu, romantik yakınlık ve yaşam doyumu çeşitli modellerde sonuç değişkenleri olarak girilmiştir. Mevcut analizlerin önemli bir özelliği, erkek ve kadın partnerler için ayrı ayrı, dışsal ve içsel stres değişkeninin kişi içi (within) versiyonlarının oluşturulmasıdır. Alt seviye (Seviye 1), erkek partnerler ve kadın partnerler için kişi içi tekrarlanan ölçümler nedeniyle değişkenliği temsil eder ve üst seviye, erkek partnerler ve kadın partnerler arasında çiftler arası değişkenliği temsil eder (Laurenceau ve Bolger, 2005). Seviye 1 değişkeni olarak modele dahil edilen yordayıcılar kişi içi aktör dışsal stres, partner dışsal stres, aktör içsel stres, partner içsel stres, aktör diyadik baş etme ve partner diyadik baş etme gibi sabit etkiler olarak girilmiştir. Seviye 1 yordayıcıları kişi odaklı merkezleştirilmiştir (person mean centering). Tüm analizler ayrıca çalışmanın 14 günü boyunca olası geçici etkilerini kontrol etmek için zaman değerinin (çalışmanın orta noktasında ortalanmış, 7.5) merkezleştirilmesini içermektedir.

3.3.2. Günlük Stres, Diyadik Baş Etme ve İlişki Doyumu

3.3.2.1. Dışsal Stres ve Diyadik Baş Etme

Aktör ve partnerin diyadik baş etmesi potansiyel moderatör olarak test edilmiştir. Denklem 1, aktör ve partner dışsal stres, diyadik baş etme ve diyadik baş etmenin etkileşimi nedeniyle ilişki doyumundaki değişiklikleri tahmin etmek için seviye 1 modelini göstermektedir.

$$\text{İlişki Doyumu}_{ij} = b_{0j} + b_{1j} (\text{aktör dışsal stres}) + b_{2j} (\text{partner dışsal stres}) + b_{3j} (\text{aktör diyadik baş etme}) + b_{4j} (\text{partner diyadik baş etme}) + b_{5j} (\text{aktör dış stres} * \text{aktör diyadik baş etme}) + b_{6j} (\text{partner dışsal stres} * \text{partner diyadik baş etme}) + e_{ij}$$

İlişki doyumu_{ij}, i zamanında j çiftinden bir partnerin, partnerine karşı hissettiği mevcut ilişki doyumunu temsil eder. b_{0j} tahmini, modeldeki tüm yordayıcılar için ayarlanmış katılımcıların ilişki doyumunun ortalamasıdır. b_{1j} tahmini, aktörün dışsal stresinin kendi ilişki doyumu deneyimi üzerindeki etkisini tahmin eder. b_{2j} tahmini, dışsal stresin doyum duyguları üzerindeki partner etkisini temsil eder. b_{3j} için tahmin, diyadik baş etmenin kendi doyum

deneyimi üzerindeki etkisidir ve b_{4j} karşılık gelen partner etkisidir. b_{5j} için tahmin aktör diydik baş etmenin moderatör etkisidir, b_{6j} için ise partner diydik baş etmenin moderatör etkisidir. Son olarak, e_{ij} seviye-1 hata terimidir.

Hipotez testi, sabit etkileri gösteren Tablo 71'in üst panelinde yer almaktadır. Aktörün yaşadığı ek dışsal stres için, erkek partnerler ortalama olarak $-.07$ birim daha düşük ilişki doyumu ($CI_{95} = -.25, -.10$); kadın partnerler, ortalama olarak, $-.17$ birim daha düşük ilişki doyumu ($CI_{95} = -.13, -.00$) deneyimlemektedirler. Tablo 71'in alt paneli rastgele etkileri, yani sabit etkiler etrafındaki çiftler arası değişkenlik tahminlerini sunar. Rastgele etkiler, çiftler arası ve çiftler arası varyanslar ve kovaryanslar olarak rapor edilir. Kesişim ve dışsal stres eğimi katsayıları, hem erkek hem de kadın partnerler arasında önemli ve istatistiksel olarak anlamlı değişkenlik göstermektedir.

Çift içinde (Zaman Düzeyi). Aktör ve partnerin dışsal stresinin günlük dalgalanmalarının daha düşük ilişki doyumu düzeylerini öngördüğü hipotezi test edilmiştir. Tablo 71'de görüldüğü üzere, 14 gün boyunca kadınların daha yüksek günlük dışsal stresi anlamlı olarak daha düşük kendi ilişki doyum düzeyini öngörmüştür, $B = -.17, p < .001$. Öte yandan, kadının günlük dışsal stresi, erkeklerin ilişki doyumunu önemli ölçüde yordamamıştır. Benzer şekilde, erkeğin daha yüksek günlük dışsal stresi, önemli ölçüde daha düşük kendi ilişki doyum düzeyini öngörmüştür, $B = -.07, p < .05$, ancak eşinin ilişki doyumunu yordamamıştır. Bulgular, insanlar stres ile baş ettiklerinde, gün içinde ilişkilerinde daha fazla doyum hissettiklerini ortaya koymuştur, erkek için $B = .16, p < .001$; kadın için $B = .20, p < .001$.

Moderatör analizinde diydik baş etmenin dışsal stres ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi biçimlendirebileceği düşünülmüştür. Günlük ilişki doyumu ile dışsal stres arasındaki ilişkinin, günlük diydik baş etme ile biçimlenmesi, böylece kendilerinin veya partnerlerinin stres ile iyi başa çıktığını algılayan kişilerin, yüksek stresli günlerde daha fazla tatmin hissetme olasılıklarının daha yüksek olması beklenmiştir. Dışsal stres x diydik baş etme etkileşimi hem erkek ($B = .10, p < .05$) hem de kadın ($B = -.13, p < .05$) için anlamlı olarak bulunmuştur. Kadın katılımcıların dışsal strese maruz kaldığında stres ile daha az diydik olarak baş edebildiklerini hissetmeleri ilişki doyumunu azaltmıştır. Erkekler ise dışsal stres ile baş ettiklerini hissettiklerinde ilişki doyumunu artmıştır. Öte yandan, aktör ilişki doyumunu tahmin etmede partnerin diydik baş etmesi, partnerin dışsal stresi için önemli bir etkileşim göstermemektedir.

Tablo 71. Dışsal Stres ve Diydik Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak İlişki Doyumu için Parametre Tahminleri

		Erkek				Kadın			
		B (SH)	t	CI_{95}^a		B (SH)	t	CI_{95}^a	
				Alt	Üst			Alt	Üst
Sabit etkiler (kesişimler, eğimler)									
Kesişim		18.76(.49)***	37.79	17.77	19.74	16.92(.46)***	36.16	15.99	17.85

Zaman Düzeyi

Aktör Dışsal Stres (ADS)	-.07(.03)*	-2.28	-.13	-.00	-.17(.03)***	-4.97	-.25	-.10
Partner Dışsal Stres (PDS)	.00(.02)	.24	-.04	.05	-.04(.03)	-1.50	-.10	.01
Aktör Diyadik Baş Etme (ADBE)	.16(.02)***	8.03	.12	.20	.20(.01)***	12.74	.17	.24
Partner Diyadik Baş Etme (PDBE)	.01(.01)	1.00	-.01	.04	.02(.01)	1.27	-.01	.06
ADS*ADBE	.10(.04)*	2.65	.02	.18	-.13(.04)**	-3.29	-.22	-.05
PDS*PDBE	-.00(.03)	-.12	-.07	.06	-.02(.04)	-.48	-.11	.07
Zaman	.01(.02)	.70	-.03	.07	.050(.03)	1.55	-.01	.11

etkiler etrafındaki çiftler arası değişkenlik tahminlerini sunar. Rastgele etkiler, çiftler arası ve çiftler arası varyanslar ve kovaryanslar olarak rapor edilir. Kesişim ve dışsal stres eğimi katsayıları, hem erkek hem de kadın partnerler arasında önemli ve istatistiksel olarak anlamlı değişkenlik gösterir.

Çift içinde (Zaman Düzeyi). Aktör ve partnerin içsel stresinin günlük dalgalanmalarının daha düşük ilişki doyumu seviyelerini öngördüğü hipotezi test edilmiştir. Tablo 72'de görüldüğü üzere, 14 gün boyunca kadınların daha yüksek günlük içsel stresi anlamlı olarak daha düşük kendi ilişki doyumu düzeyini öngörmüştür, $B = -.64$, $p < .001$. Kadınların günlük içsel stresi aynı zamanda erkeklerin ilişki doyumunu da önemli ölçüde yordamıştır, $B = -.21$, $p < .001$. Benzer şekilde, erkeğin daha yüksek günlük içsel stresi, anlamlı olarak daha düşük kendi ilişki doyumu düzeyini öngörmüştür, $B = -.40$, $p < .001$ ve partnerlerinin ilişki doyumunu da negatif etkilemiştir, $B = -.18$, $p < .001$. Partner etkileri, çiftlerin kendi içsel stresinin yanı sıra, partnerlerinin içsel stres seviyesinin evlilikteki doyumlarını olumsuz etkilediğini göstermektedir. Bulgular, insanlar stres ile baş ettiklerinde, gün içinde ilişkilerinden daha fazla tatmin hissettiklerini ortaya koymaktadır, erkekler için $B = .16$, $p < .001$; kadınlar için $B = .20$, $p < .001$.

Moderatör analizinde diyalik baş etmenin içsel stres ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi biçimlendirebileceği düşünülmüştür. Günlük ilişki doyumu ile içsel stres arasındaki ilişkinin, günlük diyalik baş etme ile hafifletilmesi, böylece kendilerini ve partnerlerinin stres ile iyi başa çıktığını düşünen kişilerin, yüksek stresli günlerde doyumu hissetme olasılıklarının daha yüksek olması beklenmiştir. İçsel stres x diyalik baş etme etkileşimi hem erkek ($B = .75$, $p = .001$) hem de kadın ($B = -.95$, $p = .001$) için anlamlı bulunmuştur. Sonuçlar, kadın katılımcıların daha fazla içsel stres yaşadıkları günlerde stres ile diyalik olarak daha az baş ettiklerini hissetmelerinin ilişki doyumlarını azalttığını ortaya koymuştur. Erkeklerin ise içsel stres yaşadıkları günlerde daha fazla diyalik baş ettiklerini hissetmeleri ilişki doyumlarını artırmıştır. Ek olarak, aktör ilişki doyumu tahmin etmede partnerin diyalik baş etmesi ve partnerin içsel stresi etkileşim göstermiştir. Erkek katılımcıların daha fazla içsel stres yaşadıkları günlerde stres ile daha fazla baş ettiklerini hissetmeleri kadınların ilişki doyumlarını artırmıştır. Kadınların ise içsel stres yaşadıkları günlerde daha az diyalik baş ettiklerini hissetmeleri ilişki doyumunu azaltmıştır. Sonuçlar erkeğin diyalik baş etmesinin hem kendisi hem de eşi için içsel strese karşı koruyucu bir işlevi olduğunu göstermektedir.

Tablo 72. İçsel Stres ve Diydak Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak İlişki Doyumu için Parametre Tahminleri

	Erkek				Kadın			
	B (SH)	t	CI_{95}^a		B (SH)	t	CI_{95}^a	
			Alt	Üst			Alt	Üst
Sabit etkiler (kesişimler, eğimler)								
Kesişim	18.46(.42)***	43.67	17.62	19.30	16.59(.31)***	53.49	15.98	17.21
Zaman Düzeyi								
Aktör İçsel Stres (AİS)	-.40(.02)***	-15.79	-.45	-.35	-.64(.02)***	-26.19	-.68	-.59
Partner İçsel Stres (PİS)	-.18(.02)***	-7.49	-.23	-.13	-.21(.03)***	-6.62	-.28	-.15
Aktör Diydak Baş Etme (ADBE)	.16(.02)***	8.03	.12	.20	.20(.01)***	12.74	.17	.24
Partner Diydak Baş Etme (PDBE)	.01(.01)	1.00	-.01	.04	.02(.01)	1.27	-.01	.06
AİS*ADBE	.75(.03)***	2.89	.68	.82	-.95(.02)**	-34.75	-1.00	-.89
PİS*PDBE	-.30(.03)***	-9.97	-.36	-.23	.39(.04)***	9.17	.31	.48
Zaman	-.10(.02)	-.77	-.06	.02	-.02(.02)	-1.02	-.08	.02
	Erkek				Kadın			
	B (SH)	z	CI_{95}^a		B (SH)	z	CI_{95}^c	
			Alt	Üst			Alt	Üst
Random Etkiler (kovaryanslar)								
Düzy 2 (çiftler arası)								
Kesişim	15.89(2.55)***	6.22	11.87	22.38	7.84(1.41)***	5.54	5.67	11.57
E-K Kesişim Kovaryans	6.88(1.53)***	4.49	3.87	9.89				
E-K Eğim Kovaryans	.03(.02)	1.65	-.00	.07				
Düzy 1 (çiftler içi)								
Artık	8.10(.35)***	22.83	7.44	8.84	11.28(.49)***	22.92	1.37	12.31
E-K Artık Kovaryans	2.81(.30)***	9.23	2.21	3.40				

Not: N = 100 çift, 14 gün. E= Erkek partner; K= Kadın partner. β =standardize yol katsayısı, SH=Standart hata, z=z puanı, Alt=Güven aralığı alt sınır, Üst=güven aralığı üst sınır

* p<.05, ** p<.01, ***p<.001

^a

CI: Varyanslar için güven aralıkları Satterthwaite yöntemi kullanılarak hesaplanmıştır (SHe Littell, Milliken, Stroup, Wolfinger ve Schabenberger, 2006).

Tablo 72'nin alt panelinde kovaryanslar, erkek ve kadın partnerlerin diydak düzeyinde karşılıklı bağımlılığını göstermektedir. Bunlar, (i) erkek partner ile kadın partner arasındaki kovaryans ve (ii) erkek partner ile kadın partner eğimleri arasındaki kovaryanstır. Her iki kovaryans da pozitifdir. Bu da ortalamanın üzerinde ilişki doyumuna sahip erkek partnerlerin benzer şekilde ortalamanın üzerinde kadın partnerlerle eşleşme eğiliminde olduğunu gösterir;

ve ortalamanın üzerinde eğilimleri olan erkek eşler, benzer şekilde ortalamanın üstünde kadın eşlerle eşleşme eğilimindedirler.

3.3.3. Günlük Stres, Diyakik Baş Etme ve Romantik Yakınlık

3.3.3.1. Dışsal Stres ve Diyakik Baş Etme

Aktör ve partnerin diyakik baş etmesi potansiyel moderatör olarak test edilmiştir. Denklem 1, aktör ve partner dışsal stres, diyakik baş etme ve diyakik baş etmenin etkileşimi nedeniyle ilişkide hissedilen yakınlıktaki değişiklikleri tahmin etmek için seviye 1 modelini göstermektedir.

$$\text{Romantik Yakınlık}_{ij} = b_{0j} + b_{1j} (\text{aktör dışsal stres}) + b_{2j} (\text{partner dışsal stres}) + b_{3j} (\text{aktör diyakik baş etme}) + b_{4j} (\text{partner diyakik baş etme}) + b_{5j} (\text{aktör dış stres} * \text{aktör diyakik baş etme}) + b_{6j} (\text{partner dışsal stres} * \text{partner diyakik baş etme}) + e_{ij}$$

Romantik yakınlık_{ij}, i zamanında j çiftinden bir partnerin, partnerine karşı hissettiği mevcut yakınlığı temsil eder. b_{0j} tahmini, modeldeki tüm yordayıcılar için ayarlanmış katılımcıların romantik yakınlığın ortalamasıdır. b_{1j} tahmini, aktörün dışsal stresinin kendi yakınlık deneyimi üzerindeki etkisini tahmin eder. b_{2j} tahmini, dışsal stresin yakınlık duyguları üzerindeki partner etkisini temsil eder. b_{3j} için tahmin, diyakik baş etmenin kendi yakınlık deneyimi üzerindeki etkisidir ve b_{4j} karşılık gelen partner etkisidir. b_{5j} için tahmin aktör diyakik baş etmenin moderator etkisidir, b_{6j} için ise partner diyakik baş etmenin moderatör etkisidir. Son olarak, e_{ij} seviye-1 hata terimidir.

Hipotez testi, sabit etkileri gösteren Tablo 73'ün üst panelinde yer almaktadır. Aktörün yaşadığı ek dışsal stres için, erkek partnerler ortalama olarak -.05 birim daha düşük yakınlık hissi (C_I₉₅ = -.11, .00); kadın partnerler, ortalama olarak, -.15 birim daha düşük yakınlık hissi (C_I₉₅ = -.21, -.09) deneyimlemektedirler. Tablo 73'ün alt paneli rastgele etkileri, yani sabit etkiler etrafındaki çiftler arası değişkenlik tahminlerini sunar. Rastgele etkiler, çiftler arası ve çiftler arası varyanslar ve kovaryanslar olarak rapor edilir. Kesişim ve dışsal stres eğimi katsayıları, hem erkek hem de kadın partnerler arasında önemli ve istatistiksel olarak anlamlı değişkenlik göstermektedir.

Çift içinde (Zaman Düzeyi). Aktör ve partnerin dışsal stresinin günlük dalgalanmalarının daha düşük yakınlık düzeylerini öngördüğü hipotezi test edilmiştir. Tablo 73'te görüldüğü üzere, 14 gün boyunca kadınların daha yüksek günlük dışsal stresini anlamlı olarak daha düşük kendi yakınlık düzeyini öngörmüştür, B=-.15, p<.001. Öte yandan, kadının günlük dışsal stresini, erkeklerin yakınlık hissini önemli ölçüde yordamamıştır. Erkeğin günlük dışsal stresini de kendi romantik yakınlık düzeyini ve partnerininkini yordamamıştır. Bulgular, insanlar stres ile baş ettiklerinde, gün içinde ilişkilerinde daha fazla yakınlık hissettiklerini ortaya koymuştur, erkek için B=.16, p<.001; kadın için B=.19, p<.001.

Moderatör analizinde diyardik baş etmenin dışsal stres ve romantik yakınlık arasındaki ilişkiyi biçimlendirebileceği düşünülmüştür. Günlük yakınlık ile dışsal stres arasındaki ilişkinin, günlük diyardik baş etme ile biçimlenmesi, böylece kendilerinin ve partnerlerinin stres ile iyi başa çıktığını algılayan kişilerin, yüksek stresli günlerde daha fazla yakınlık hissetme olasılıklarının daha yüksek olması beklenmiştir. Dışsal stres x diyardik baş etme etkileşimi hem erkek ($B=-.13$, $p<.001$) hem de kadın ($B=.15$, $p<.001$) için anlamlı olarak bulunmuştur. Sonuçlar, erkek katılımcıların dışsal stres ile daha az baş ettiklerini hissettikleri günlerde ilişkide hissettikleri yakınlığın azaldığını göstermiştir. Kadınlar dışsal stres ile daha iyi baş ettiğini hissettiğinde ise ilişkide hissettikleri yakınlık artmıştır.

Tablo 73. Dışsal Stres ve Diyardik Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak Romantik Yakınlık için Parametre Tahminleri

	Erkek				Kadın			
	B (SH)	t	CI_{95}^a		B (SH)	t	CI_{95}^a	
			Alt	Üst			Alt	Üst
Sabit etkiler (kesişimler, eğimler)								
Kesişim	18.76(.50)***	37.47	17.77	19.76	16.92(.49)***	34.09	15.94	17.91
Zaman Düzeyi								
Aktör Dışsal Stres (ADS)	-.05(.03)	-1.69	-.11	.00	-.15(.02)***	-4.22	-.21	-.09
Partner Dışsal Stres (PDS)	.01(.02)	.42	-.03	.05	-.01(.02)	-.66	-.06	.03
Aktör Diyardik Baş Etme (ADBE)	.16(.01)***	11.13	.13	.19	.19(.01)***	14.65	.17	.22
Partner Diyardik Baş Etme (PDBE)	.01(.01)	1.49	-.00	.03	.01(.01)	1.12	-.01	.04
ADS*ADBE	-.13(.03)***	-4.29	-.20	.07	.15(.03)***	4.10	.07	.22
PDS*PDBE	-.00(.03)	-.12	-.07	.06	-.02(.04)	-.48	-.11	.07
Zaman	.02(.02)	.76	-.03	.07	.05(.03)	1.78	-.00	.12
	Erkek				Kadın			
	B (SH)	z	CI_{95}^b		B (SH)	z	CI_{95}^c	
			Alt	Üst			Alt	Üst
Random Etkiler (kovaryanslar)								
Düzy 2 (çiftler arası)								
Kesişim	17.54(2.72)***	6.44	13.22	24.39	14.72(2.34)***	6.28	11.02	2.67
E-K Kesişim Kovaryans	12.42(2.20)***	5.64	8.10	16.73				
E-K Eğim Kovaryans	.00(.00)	.67	-.01	.02				
Düzy 1 (çiftler içi)								
Artık	6.38(.27)***	23.49	5.88	6.90	11.09(.46)***	23.77	1.23	12.06

Not: N = 100 çift, 14 gün. E= Erkek partner; K= Kadın partner. β =standardize yol katsayısı, SH=Standart hata, z=z puanı, Alt=Güven aralığı alt sınır, Üst=güven aralığı üst sınır

* p<.05, ** p<.01, ***p<.001

^a

CI: Varyanslar için güven aralıkları Satterthwaite yöntemi kullanılarak hesaplanmıştır (SHe Littell, Milliken, Stroup, Wolfinger ve Schabenberger, 2006).

Tablo 73'ün alt panelinde kovaryanslar, erkek ve kadının diyadik düzeyde karşılıklı bağımlılığını göstermektedir. Bunlar, (i) erkek partner ile kadın partner arasındaki kovaryans ve (ii) erkek partner ile kadın partner eğimleri arasındaki kovaryans. Her iki kovaryans da pozitiftir, bu da ortalamanın üzerinde yakınlık hissine sahip erkek partnerlerin benzer şekilde ortalamanın üzerinde kadın partnerlerle eşleşme eğiliminde olduğunu gösterir ve ortalamanın üzerinde eğilimleri olan erkek eşler, benzer şekilde ortalamanın üstünde kadın eşlerle eşleşme eğilimindeydi.

3.3.3.2. İçsel Stres ve Diyadik Baş Etme

Hipotez testi, sabit etkileri gösteren Tablo 74'ün üst panelinde yer almaktadır. Aktörün yaşadığı ek içsel stres için, erkek partnerler ortalama olarak -.29 birim daha düşük yakınlık hissi ($CI_{95} = -.38, -.21$); kadın partnerler, ortalama olarak, -.50 birim daha düşük yakınlık hissi ($CI_{95} = -.57, -.44$) bildirmişlerdir. Tablo 74'ün alt paneli rastgele etkileri, yani sabit etkiler etrafındaki çiftler arası değişkenlik tahminlerini sunar. Rastgele etkiler, çiftler arası ve çiftler arası varyanslar ve kovaryanslar olarak rapor edilir. Kesişim ve içsel stres eğimi katsayıları, hem erkek hem de kadın partnerler arasında önemli ve istatistiksel olarak anlamlı değişkenlik gösterir.

Çift içinde (Zaman Düzeyi). Aktör ve partnerin içsel stresinin günlük dalgalanmalarının daha düşük romantik yakınlık seviyelerini öngördüğü hipotezi test edilmiştir. Kadınların 14 gün boyunca daha yüksek günlük içsel stresi anlamlı olarak daha düşük kendi romantik yakınlık hissini öngörmüştür, $B=-.50, p<.001$. Tablo 74'de görüldüğü üzere, 14 gün boyunca kadınların günlük içsel stresi aynı zamanda erkeklerin romantik yakınlık hissini de önemli ölçüde azaltmıştır, $B=-.16, p<.001$. Benzer şekilde, erkeğin daha yüksek günlük içsel stresi, anlamlı olarak daha düşük kendi romantik yakınlık düzeyini öngörmüş, $B=-.29, p<.001$ ve partnerlerinin romantik yakınlığını da negatif etkilemiştir, $B=-.21, p<.001$. Partner etkileri, çiftlerin kendi iç stresinin yanı sıra, partnerlerinin içsel stres seviyesinin evlilikteki romantik yakınlık hislerini olumsuz etkilediğini göstermektedir.

Bulgular, çiftler stres ile baş ettiklerinde, gün içinde ilişkilerinde daha fazla yakın hissettiklerini ortaya koymaktadır, erkek için $B=.16, p<.001$; kadın için $B=.19, p<.001$. Moderatör analizinde diyadik baş etmenin içsel stres ile romantik yakınlık arasındaki ilişkiyi şekillendirebileceği varsayılmıştır. Günlük yakınlık ile içsel stres arasındaki ilişkinin, günlük

diyadik baş etme ile biçimlenmesi, böylece kendilerinin ve partnerlerinin stres ile iyi başa çıktığını düşünen kişilerin, yüksek stresli günlerde partnerlerine daha yakın hissetme olasılıklarının daha yüksek olması beklenmiştir. İçsel stres x diyadik baş etme etkileşimi hem erkek ($B=.75$, $p=.001$) hem de kadın ($B=-.95$, $p=.001$) için anlamlı bulunmuştur. Sonuçlar, kadın katılımcıların içsel stres ile daha az baş ettiklerini hissettikleri günlerde ilişkide hissettikleri yakınlığın azaldığını göstermiştir. Erkekler ise içsel stres ile daha fazla baş ettiklerini hissettikleri günlerde daha fazla romantik yakınlık hissettiklerini bildirmişlerdir. Bir önceki bulguyla benzer şekilde kadın katılımcılar içsel stres ile daha az baş ettiklerini hissettikleri günlerde erkeğin ilişkide hissettiği yakınlık olumsuz etkilenmektedir, $B=-.29$, $p=.001$. Fakat erkek partnerin içsel stres ile daha fazla başa çıktıklarını hissetmeleri kendilerinin olduğu gibi kadının da romantik yakınlık hissini artırmıştır.

Tablo 74. İçsel Stres ve Diyadik Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak Romantik Yakınlık için Parametre Tahminleri

	Erkek				Kadın			
	B (SH)	t	CI_{95}^a		B (SH)	t	CI_{95}^a	
			Alt	Üst			Alt	Üst
Sabit etkiler (kesişimler, eğimler)								
Kesişim	14.73(.38)***	38.53	13.97	15.49	13.99(.30)***	46.27	13.39	14.59
Zaman Düzeyi								
Aktör İçsel Stres (AİS)	-.29(.04)***	-6.95	-.38	-.21	-.50(.03)***	-15.99	-.57	-.44
Partner İçsel Stres (PİS)	-.16(.03)***	-5.13	-.22	-.10	-.21(.03)***	-5.94	-.28	-.14
Aktör Diyadik Baş Etme (ADBE)	.16(.01)***	11.13	.13	.19	.19(.01)***	14.65	.17	.22
Partner Diyadik Baş Etme (PDBE)	.01(.01)	1.49	-.00	.03	.01(.01)	1.12	-.01	.04
AİS*ADBE	.63(.02)***	28.34	.59	.68	-.77(.02)***	-33.21	-.82	-.72
PİS*PDBE	-.29(.02)***	-1.86	-.34	-.23	.34(.03)***	1.21	.28	.41
Zaman	-.06(.01)***	-3.54	-.09	-.02	-.05(.02)*	-2.47	-.09	-.01
	Erkek				Kadın			
	B (SH)	z	CI_{95}^a		B (SH)	z	CI_{95}^c	
			Alt	Üst			Alt	Üst
Random Etkiler (kovaryanslar)								
Düzy 2 (çiftler arası)								
Kesişim	13.44(2.08)***	6.46	1.13	18.67	7.90(1.33)***	5.91	5.82	11.34
E-K Kesişim Kovaryans	6.17(1.35)***	4.56	3.51	8.82				
E-K Eğim Kovaryans	.00(.01)	.57	-.01	.03				
Düzy 1 (çiftler içi)								
Artık	5.10(.21)***	23.34	4.70	5.56	8.05(.34)***	23.57	7.42	8.77

Not: N = 100 çift, 14 gün. E= Erkek partner; K= Kadın partner. β =Standardize yol katsayısı, SH=Standart hata, z=z puanı, Alt=Güven aralığı alt sınır, Üst=Güven aralığı üst sınır

* p<.05, ** p<.01, ***p<.001

^a

CI: Varyanslar için güven aralıkları Satterthwaite yöntemi kullanılarak hesaplanmıştır (SHe Littell, Milliken, Stroup, Wolfinger ve Schabenberger, 2006).

Tablo 74'ün alt panelinde kovaryanslar, erkek ve kadın partnerlerin diydik düzeyinde karşılıklı bağımlılığını göstermektedir. Bunlar, (i) erkek partner ile kadın partner arasındaki kovaryans ve (ii) erkek partner ile kadın partner eğimleri arasındaki kovaryanstır. Her iki kovaryans da pozitifdir, bu da ortalamanın üzerinde romantik yakınlık hissine sahip erkek partnerlerin benzer şekilde ortalamanın üzerinde kadın partnerlerle eşleşme eğiliminde olduğunu gösterir ve ortalamanın üzerinde eğilimleri olan erkek eşler, benzer şekilde ortalamanın üstünde kadın eşlerle eşleşme eğilimindedir.

3.3.4. COVID-19 Stresinin Yayılma Etkisi (Spillover Effect): İçsel Stresin İlişki Doyumundaki Aracılık Etkisi

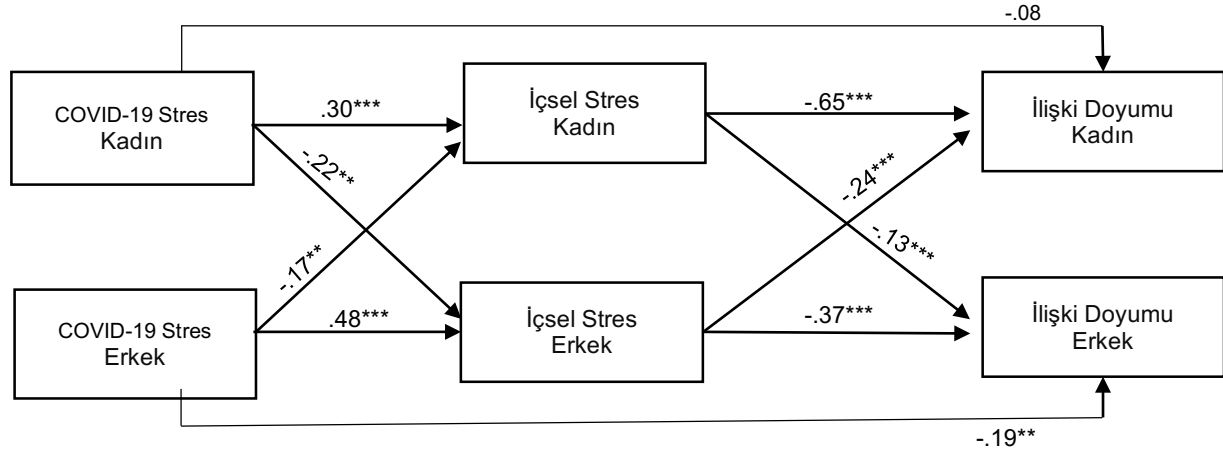
Günlük COVID-19 stresinin ilişki doyumu üzerindeki etkileri içsel stres aracılığıyla incelenmiştir. Bu çalışmada aracılık etkisi kadının veya erkeğin COVID-19 stresinin kadının veya erkeğin ilişki doyumu üzerindeki etkisi, kişinin kendi içsel stresi veya partnerinin stresi tarafından anlamlı şekilde açıklandığı zaman kabul edilmiştir. COVID-19 stresinin bir dışsal stresi faktörü olarak yayılma etkisinin olup olmadığı APIMeM ile incelenmiştir. Ayrıca ikinci modelde diydik baş etme mekanizmasının içsel stres ile ilişki doyumu arasındaki koruyucu etkisi (buffering effect) incelenmiştir.

Beklenildiği şekilde, 14 gün boyunca COVID-19 stresi ve içsel stres arasında hem aktör hem de partner etkileri anlamlı bulunmuştur. Hem kadının hem de erkeğin COVID-19 stresinin artması içsel stresini anlamlı ölçüde artırmıştır. Bununla birlikte COVID-19 stresinin içsel stres üzerindeki partner etkileri negatif yönde anlamlı olarak bulunmuştur. Partnerin dışsal stresinin kişinin içsel stresine yayılmadığı düşünülmektedir.

Model 1'de günlük içsel stres faktörlerinin ilişki doyumu üzerindeki aktör ve partner etkileri incelendiğinde kişilerin hem kendi içsel stresinin hem de partnerinin deneyimlediği içsel stresin hem kadının hem de erkeğin ilişki doyumunu olumsuz etkilediği bulunmuştur. Partnerlerin gün içerisinde deneyimledikleri COVID-19 stresi ilişki doyumlarını azaltmaktadır. Ayrıca kendi içsel stres deneyimleri partnerinin de ilişkiden aldığı doyumu olumsuz etkilemektedir (stress crossover effect).

COVID-19 stresinin ilişki doyumu üzerindeki etkileri incelendiğinde yalnızca erkeğin günlük COVID-19 stresinin kendi ilişki doyumunu doğrudan olumsuz etkilediğini göstermiştir. Erkeğin ilişki doyumu üzerinde COVID-19 stresin hem doğrudan hem de dolaylı etkileri bulunmuştur. İçsel stresin aracılık etkisi incelendiğinde, COVID-19 stresinin doğrudan etkisinin

içsel stres değişkeni denkleme girdiğinde ortadan kalkması nedeniyle tam bir aracılık etkinin olduğu gözlenmiştir. Kadının ilişki doyumunu ise COVID-19 stresinin dolaylı etkisi yordamaktadır. COVID-19 stresin yayılma etkisi Şekil 25’de verilmiştir.



Şekil 25. COVID-19 Stres Yayılma Aktör Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli 1: COVID-19 stres bağımsız değişken, içsel stres aracı değişken, ilişki doyumu bağımlı değişken.

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Günlük COVID-19 stresin yayılma etkisi ikinci modelde diydik baş etme mekanizmasının moderatör etkisiyle incelenmiştir. Bu model moderatörlü aracı aktör-partner karşılıklı bağımlılık modeli ile analiz edilmiştir. Diydik baş etmenin hem kadının hem de erkeğin içsel stres ile etkileşime girerek ilişki doyumunu nasıl etkilediği incelenmiştir. Diydik baş etme puanları, kadının günlük diydik baş etme algısı arttığında hem kendisinin ($B = .13$, $p < .001$) hem de eşinin ($B = .09$, $p < .001$) ilişkiden aldıkları doyumun arttığını göstermektedir. Modele ilişkin bulgular Tablo 75’de verilmiştir. Diydik baş etme modele eklendiğinde hem kadının hem de erkeğin aktör (kadın aktör etkisi: $B = .00$, $p < .10$; erkek aktör etkisi: $B = .01$, $p < .001$) ve partner etkileri (kadın partner etkisi: $B = .00$, $p < .10$; erkek partner etkisi: $B = -.00$, $p < .001$) anlamlı bulunmuştur. Bulgular kadının aktör ve partner etkisi ve erkeğin aktör etkisi için kişinin içsel stresinin artmasıyla beraber diydik baş etme algısı arttığında ilişki doyumunun arttığını göstermektedir. Kadının içsel stresi arttığında daha az baş ettiğini hissetmesi ise erkeğin ilişki doyumunu azaltmaktadır ($B = -.00$, $p < .001$). Ayrıca erkeğin içsel stresinin kadının ilişki doyumu üzerindeki negatif etkisine karşı, erkeğin diydik baş etme algısı koruyucu bir işlev görmektedir ($B = .00$, $p < .10$). Benzer şekilde erkeğin içsel stresinin kendi ilişki doyumu üzerindeki negatif etkisine karşı, kendisinin diydik baş etme algısı koruyucu işlev görmektedir ($B = .01$, $p < .001$).

Tablo 75. Model 1 ve 2 için standartlaştırılmamış maksimum olasılık tahminleri

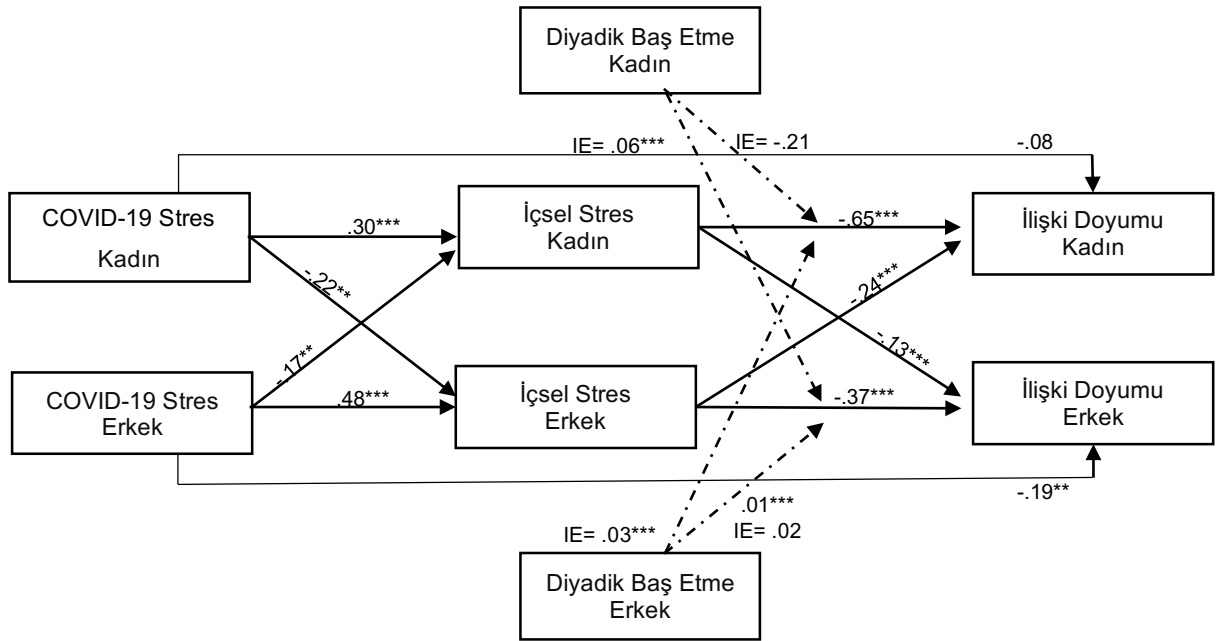
		Model 1	Model 2
Kaynak	Yol	<i>b</i>	<i>b</i>
COVID-19 stres → içsel stres			
Kadın → kadın	a	.30***	.30***
Erkek → erkek	c	.48***	.48***
Kadın → erkek	e	-.22**	-.22**
Erkek → kadın	f	-.17**	-.17**
İçsel Stres → ilişki doyumu			
Kadın → kadın	b	-.65***	-.68***
Erkek → erkek	d	-.37***	-.76***
Kadın → erkek	g	-.13***	.05
Erkek → kadın	h	-.24***	-.23***
COVID-19 stres → ilişki doyumu			
Kadın → kadın	i	-.08	-.08
Erkek → erkek	j	-.19**	-.19**
Diyadik baş etme → ilişki doyumu			
Kadın → kadın		-	.13***
Erkek → erkek		-	-.00
Kadın → erkek		-	.09***
Erkek → kadın		-	-.00

Diyadik baş etme * içsel stres → ilişki doyumu

Kadın → kadın	-	.00 [†]
Erkek → erkek	-	.01***
Kadın → erkek	-	-.00***
Erkek → kadın	-	.00 [†]

[†] $p < .10$; * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

Moderatörlü aracılık etkilerinin bulguları, partnerin dolaylı etkilerinin anlamlı olduğunu göstermektedir (kadın partner IE=.06, $p < .001$; erkek partner IE=.03, $p < .001$). Aracılık etkileri Tablo 76'da özetlenmiştir. Özetle kişinin kendi ilişki doyumunu, partnerinin COVID-19 stresi ve partnerinin içsel stresi ile diydik baş etmesinin etkileşimi anlamlı şekilde etkilemektedir. Partnerin yaşadığı COVID-19 stresi ve içsel stres kişinin kendi ilişki doyumunu olumsuz etkilemekle beraber, partnerin bununla baş edebilmesi durumunda kişinin ilişki doyumu artırmaktadır. Ayrıca kadının ilişki doyumu, eşi COVID-19 stresi yaşadığı ve bu durum onun kendi içsel stresini artırdığı durumda bile bununla baş edebildiğini hissettiğinde ilişki doyumu artmaktadır (IE=.15, $p < .001$).



Şekil 26. COVID-19 Stres Yayılma Modeli 2: Moderated APIMeM. COVID-19 stresi bağımsız değişken, içsel stres aracı değişken, ilişki doyumu bağımlı değişken, diyardik baş etme moderator değişken (kesik çizgiler).

†
p<.10, *p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 76. Dolaylı etkiler: COVID-19 stresin yayılma etkisi: içsel stresin aracılık rolü

Etki	IE	p	95%CI (LL-UP)	
Model 1				
COVID-19 stres _k → içsel stres _k → ilişki doyumu _k	-.02	<.001	-.28	.12
COVID-19 stres _k → içsel stres _k → ilişki doyumu _e	-.06	<.001	-.09	-.03
COVID-19 stres _k → içsel stres _e → ilişki doyumu _k	.05	<.001	.02	.09
COVID-19 stres _k → içsel stres _e → ilişki doyumu _e	.06	<.001	.02	.10
COVID-19 stres _e → içsel stres _e → ilişki doyumu _e	-.02	<.001	-.23	-.13
COVID-19 stres _e → içsel stres _e → ilişki doyumu _k	-.08	<.001	-.11	.04
COVID-19 stres _e → içsel stres _k → ilişki doyumu _e	.02	<.001	.00	.04
COVID-19 stres _e → içsel stres _k → ilişki doyumu _k	.14	<.001	.05	.23

Model 2

COVID-19 stres _k → içsel stres _k *DBE _k → ilişki doyumu _k	-.21	.286	-.02	.07
COVID-19 stres _k → içsel stres _k *DBE _k → ilişki doyumu _e	.06	<.001	.03	.09
COVID-19 stres _k → içsel stres _e *DBE _e → ilişki doyumu _k	-.02	<.001	-.04	-.00
COVID-19 stres _k → içsel stres _e *DBE _e → ilişki doyumu _e	-.01	.287	-.03	.00
COVID-19 stres _e → içsel stres _e *DBE _e → ilişki doyumu _e	.02	.286	-.02	.07
COVID-19 stres _e → içsel stres _e *DBE _e → ilişki doyumu _k	.03	<.001	.01	.05
COVID-19 stres _e → içsel stres _k *DBE _k → ilişki doyumu _e	-.02	<.001	-.04	-.00
COVID-19 stres _e → içsel stres _k *DBE _k → ilişki doyumu _k	.15	<.001	.06	.24

3.3.5. COVID-19 Stres, Diyadik Baş Etme ve Yaşam Doyumu

Aktör ve partnerin diyadik baş etmesi potansiyel moderatör olarak test edilmiştir. Denklem, aktör ve partner COVID-19 stresi, diyadik baş etme ve diyadik baş etmenin etkileşimi nedeniyle yaşamdan alınan doyumdaki değişiklikleri tahmin etmek için seviye 1 modelini göstermektedir.

$$Yaşam\ Doyumu_{ij} = b_{0j} + b_{1j} (aktör\ COVID-19\ stres) + b_{2j} (partner\ COVID-19\ stres) + b_{3j} (aktör\ diyadik\ baş\ etme) + b_{4j} (partner\ diyadik\ baş\ etme) + b_{5j} (aktör\ COVID-19\ stres * aktör\ diyadik\ baş\ etme) + b_{6j} (partner\ COVID-19\ stres * partner\ diyadik\ baş\ etme) + e_{ij}$$

Yaşam doyumu_{ij}, i zamanında j çiftinden bir partnerin, yaşamdan aldığı doyumu temsil eder. b_{0j} tahmini, modeldeki tüm yordayıcılar için ayarlanmış katılımcıların yaşam doyumunun ortalamasıdır. b_{1j} tahmini, aktörün COVID-19 stresinin kendi yaşam doyumu üzerindeki etkisini tahmin eder. b_{2j} tahmini, COVID-19 stresin yaşam doyumu üzerindeki partner etkisini temsil eder. b_{3j} için tahmin, diyadik baş etmenin kendi yaşam doyumu deneyimi üzerindeki etkisidir ve b_{4j} karşılık gelen partner etkisidir. b_{5j} için tahmin aktör diyadik baş etmenin moderator etkisidir, b_{6j} için ise partner diyadik baş etmenin moderatör etkisidir. Son olarak, e_{ij} seviye-1 hata terimidir.

Hipotez testi, sabit etkileri gösteren Tablo 77'nin üst panelinde yer almaktadır. Aktörün yaşadığı ek COVID-19 stresi için, erkek partnerler ortalama olarak -.05 birim daha düşük yaşam doyumu (CI95 = -.12, -.03); kadın partnerler, ortalama olarak, -.08 birim daha düşük

yaşam doyumu (CI95 =-.09, -.00) deneyimlemektedirler. Tablo 77'nin alt paneli rastgele etkileri, yani sabit etkiler etrafındaki çiftler arası değişkenlik tahminlerini sunar. Rastgele etkiler, çiftler arası ve çiftler arası varyanslar ve kovaryanslar olarak rapor edilir. Kesişim ve dışsal stres eğimi katsayıları, hem erkek hem de kadın partnerler arasında önemli ve istatistiksel olarak anlamlı değişkenlik göstermektedir.

Çift içinde (Zaman Düzeyi). Aktör ve partnerin COVID-19 stresin günlük dalgalanmalarının daha düşük yaşam doyumu düzeylerini öngördüğü hipotezi test edilmiştir. Tablo 77'de görüldüğü üzere, 14 gün boyunca kadınların daha yüksek günlük COVID-19 stresi anlamlı olarak daha düşük kendi yaşam doyumu düzeyini öngörmüştür, $B=-.05$, $p<.05$. Öte yandan, kadının günlük COVID-19 stresi, erkeklerin yaşam doyumunu anlamlı ölçüde yordamamıştır. Erkeğin günlük COVID-19 stresi kendi yaşam doyumu düzeyini anlamlı ölçüde yordamış, $B=-.08$, $p<.001$, fakat partnerininkini yordamamıştır. Bulgular, insanlar stres ile baş ettiklerinde, gün içinde ilişkilerinde daha fazla yaşam doyumu hissettiklerini ortaya koymuştur, erkek için $B=.02$, $p<.001$; kadın için $B=.03$ $p<.05$.

Moderatör analizinde, diydik baş etmenin COVID-19 stresi ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi biçimlendirebileceğini düşünülmüştür. Günlük yaşam doyumu ile COVID-19 stresi arasındaki ilişkinin, günlük diydik baş etme ile biçimlenmesi, böylece kendilerinin ve partnerlerinin stres ile iyi başa çıktığını algılayan kişilerin, yüksek stresli günlerde daha fazla yaşam doyumu hissetme olasılıklarının daha yüksek olması beklenmiştir. Beklenilenin aksine COVID-19 stres x diydik baş etme etkileşimi hem erkek hem de kadın için anlamlı olarak bulunmamıştır. Öte yandan, kadının diydik baş etmesi, kadının COVID-19 stresi ile etkileşim gösterdiğinde erkeğin yaşam doyumu önemli ölçüde artmıştır, $B=.04$, $p<.05$. Ayrıca kadının 14 gün içindeki yaşam doyumu artma gösterirken, $B=.04$, $p<.05$, erkeğin yaşam doyumunda anlamlı bir azalma görülmektedir, $B=-.02$, $p<.001$.

Tablo 77. COVID-19 Stres ile Diydik Baş Etmenin Fonksiyonları Olarak Yaşam Doyumu için Parametre Tahminleri

		Erkek				Kadın			
		B (SH)	t	CI ₉₅ ^a		B (SH)	t	CI ₉₅ ^a	
				Alt	Üst			Alt	Üst
Sabit etkiler (kesişimler, eğimler)									
Kesişim		4.90(.12)***	39.82	4.65	5.14	4.60(.11)***	38.49	4.36	4.84
Zaman Düzeyi									
Aktör COVID-19 Stres (ACS)		-.08(.02)***	-3.82	-.12	-.03	-.05(.02)*	-2.35	-.09	-.00
Partner COVID-19 Stres (PCS)		.02(.01)	1.72	-.00	.05	-.00(.02)	-.37	-.05	.03
Aktör Diydik Baş Etme (ADBE)		.02(.00)***	4.13	.01	.04	.03(.00)***	6.96	.02	.04
Partner Diydik Baş Etme (PDBE)		.01(.01)	1.00	-.01	.04	.02(.01)	1.27	-.01	.06

ACS*ADBE	.00(.03)	.28	-.05	.06	.04(.02)	1.52	-.01	.10
PCS*PDBE	.04(.02)*	1.99	.00	.09	-.01(.03)	-.53	-.08	.05
Zaman	-.02(.00)***	3.82	.01	.04	.04(.00)***	5.13	.02	.06
		Erkek				Kadın		
			CI_{95}^a				CI_{95}^c	
Random Etkiler (kovaryanslar)	B (SH)	z	Alt	Üst	B (SH)	z	Alt	Üst
Düzy 2 (çiftler arası)								
Kesişim	1.40(.21)***	6.51	1.06	1.95	1.25(.20)***	6.15	.93	1.78
E-K Kesişim Kovaryans	.69(.16)***	4.22	.37	1.02				
E-K Eğim Kovaryans	-.00(.00)	-.91	-.01	.00				
Düzy 1 (çiftler içi)								
Artık	.93(.03)***	23.79	.86	1.02	1.28(.05)***	23.23	1.17	1.39
E-K Artık Kovaryans	.24(.03)***	7.19	.17	.30				

Not: N = 100 çift, 14 gün. E= Erkek partner; K= Kadın partner. β =Standardize yol katsayısı, SH=Standart hata, z=z puanı, Alt=Güven aralığı alt sınır, Üst=Güven aralığı üst sınır

* p<.05, ** p<.01, ***p<.001

^a

CI: Varyanslar için güven aralıkları Satterthwaite yöntemi kullanılarak hesaplanmıştır (SHe Littell, Milliken, Stroup, Wolfinger ve Schabenberger, 2006).

3.3.6. Yakınlığın Kişilerarası Süreç Modeli

3.3.5.1. Kendini Açma ve COVID-19 Stres

COVID-19 stresi potansiyel moderatör olarak test edilmiştir. Denklem, COVID-19 stresi, kendini açma ve kendini açmanın etkileşimi nedeniyle ilişkide hissedilen yakınlıktaki değişiklikleri tahmin etmek için seviye 1 modelini göstermektedir.

$$Yakınlık_{ij} = b_{0j} + b_{1j} (kendini açma) + b_{2j} (partner kendini açma) + b_{3j} (COVID-19 stres) + b_{4j} (kendini açma * COVID-19 stres) + b_{5j} (partner kendini açma * COVID-19 stres) + e_{ij}$$

Yakınlık_{ij}, i zamanında j çiftinden bir partnerin, ilişkide hissettiği yakınlığı temsil eder. b_{0j} tahmini, modeldeki tüm yordayıcılar için ayarlanmış katılımcıların yakınlığının ortalamasıdır. b_{1j} tahmini, kendini açmanın kişinin ilişkide hissettiği yakınlık üzerindeki etkisini tahmin eder. b_{2j} tahmini algılanan partner kendini açmasının yakınlık üzerindeki etkisidir. b_{3j} için tahmin, COVID-19 stresin yakınlık üzerindeki etkisidir. b_{4j} COVID-19 stresinin kendini açma ile etkileşime girmesidir ve b_{5j} için COVID-19 stresinin partner kendini açma ile etkileşime girmesidir. Son olarak, e_{ij} seviye-1 hata terimidir.

Çift içinde (Zaman Düzei). Kendini açmanın günlük dalgalanmalarının daha yüksek romantik yakınlık düzeyini öngördüğü hipotezi test edilmiştir. Kadınların daha fazla kendilerini açmaları anlamlı olarak o gün daha fazla partnerine yakınlık hissetmelerini sağlamıştır, B=.47,

$p < .001$. Erkeğin günlük kendini açması da benzer şekilde ilişkide hissettiği yakınlığı artırmıştır, $B = .44$, $p < .001$. Bulgular ayrıca kişilerin, partnerlerinin kendilerini açtıklarını düşündüklerinde de ilişkide hissettikleri yakınlığın arttığını göstermektedir, erkek için $B = .46$, $p < .001$; kadın için $B = .46$ $p < .05$.

Moderatör analizinde kişilerin 14 gün boyunca gün içerisinde hissettikleri COVID-19 stresinin, kendini açma ile romantik yakınlık arasındaki ilişkiyi biçimlendirebileceği, böylece gün içerisinde COVID-19 stresi yaşayan kişilerin, partnerlerine kendilerini açsalar veya partnerlerinin kendilerini açtıklarını düşünseler bile ilişkide daha az yakınlık hissetmeleri beklenmiştir. Tablo 78’de görüldüğü üzere günlük COVID-19 stresi x kendini açma etkileşimi hem erkek hem de kadın için anlamlı olarak bulunmuştur, $B = -5.47$, $p < .001$, $B = 5.86$, $p < .001$. Erkekler kendilerini açtıkları günlerde daha fazla COVID-19 stresi hissettiklerinde romantik yakınlık hisleri azalmıştır. Kadınların ise kendini açma deneyimlerinin arttığı günlerde daha az COVID-19 stresi hissetmeleri partnerlerine duydukları yakınlık hissini artırmıştır.

Ayrıca günlük COVID-19 stresi, partnerin kendini açması ile etkileşim gösterdiğinde romantik yakınlıktaki değişim hem erkek hem de kadın için anlamlı olarak bulunmuştur, $B = .26$, $p < .001$, $B = .30$, $p < .001$. Erkekler eşlerinin kendilerini daha fazla açtıklarını hissettikleri günlerde daha fazla COVID-19 stresi hissettiklerinde romantik yakınlık hisleri azalmıştır. Kadınların ise eşlerinin kendilerini daha fazla açtıklarını hissettikleri günlerde daha az COVID-19 stresi hissetmeleri partnerlerine duydukları yakınlık hissini artırmıştır. Ayrıca kadının 14 gün içindeki yakınlık hissi anlamlı bir artış göstermiştir, $B = .04$, $p < .05$.

Tablo 78. Kendini Açma, Algılanan Partner Duyarlılığı ve COVID-19 Stresinin Fonksiyonları Olarak Yaşam Doyumu için Parametre Tahminleri

	Erkek				Kadın			
	B (SH)	t	CI_{95}^a		B (SH)	t	CI_{95}^a	
			Alt	Üst			Alt	Üst
Sabit etkiler (kesişimler, eğimler)								
Kesişim	15.24(.30)***	5.80	14.64	15.84	14.30(.27)***	52.03	13.76	14.85
Zaman Düzeyi								
Kendini Açma (KA)	.44(.03)***	13.12	.37	.51	.47(.02)***	18.66	.42	-.00
Partner Kendini Açma (PKA)	.46(.02)***	16.15	.40	.52	.46(.02)***	17.44	.40	.51
Algılanan Partner Duyarlılığı (APD)	.69(.02)***	3.30	.64	.73	.73(.01)***	37.90	.69	.77
KA*Covid Stres	-5.47(.30)***	-18.0	-6.07	-4.87	5.86(.27)***	21.12	5.31	6.41
PKA*COVID-19 Stres	-.26(.07)***	-3.65	-.40	-.12	.30(.07)***	3.99	.15	.45
APD*COVID-19 Stres	-.87(.10)***	-8.54	-1.07	-.67	1.16(.10)***	11.39	.96	1.37

Zaman	-.02(.01)	-1.67	-.05	.05	.04(.02)*	2.12	.00	.08
	Erkek				Kadın			
			CI_{95}^a				CI_{95}^c	
Random Etkiler (kovaryanslar)	B (SH)	z	Alt	Üst	B (SH)	z	Alt	Üst
Düzey 2 (çiftler arası)								
Kesişim	7.95(1.29)***	6.15	5.92	11.25	6.59(1.13)***	5.82	4.83	9.53
E-K Kesişim Kovaryans	4.90(1.00)***	4.90	2.94	6.86				
E-K Eğim Kovaryans	.02(.00)*	2.42	.00	.05				
Düzey 1 (çiftler içi)								
Artık	4.55(.19)***	23.59	4.19	4.95	8.54(.35)***	23.93	7.88	9.28
E-K Artık Kovaryans	1.57(.19)***	8.13	1.19	1.94				

Not: N = 100 çift, 14 gün. E= Erkek partner; K= Kadın partner. β =Standardize yol katsayısı, SH=Standart hata, z=z puanı, Alt=Güven aralığı alt sınır, Üst=Güven aralığı üst sınır

* p<.05, ** p<.01, ***p<.001

^a

CI: Varyanslar için güven aralıkları Satterthwaite yöntemi kullanılarak hesaplanmıştır (SHe Littell, Milliken, Stroup, Wolfinger ve Schabenberger, 2006).

3.3.5.2. Algılanan Partner Duyarlılığı ve COVID-19 Stres

COVID-19 stresi potansiyel moderatör olarak test edilmiştir. Denklem, COVID-19 stresi, algılanan partner duyarlılığı ve algılanan partner duyarlılığı nedeniyle ilişkide hissedilen yakınlıktaki değişiklikleri tahmin etmek için seviye 1 modelini göstermektedir.

$Yakınlık_{ij} = b_{0j} + b_{1j} (\text{algılanan partner duyarlılığı}) + b_{2j} (\text{COVID-19 stres}) + b_{3j} (\text{algılanan partner duyarlılığı} * \text{COVID-19 stres}) + e_{ij}$

$Yakınlık_{ij}$, i zamanında j çiftinden bir partnerin, ilişkide hissettiği yakınlığı temsil eder. b_{0j} tahmini, modeldeki tüm yordayıcılar için ayarlanmış katılımcıların yakınlığının ortalamasıdır. b_{1j} , algılanan partner duyarlılığının kişinin ilişkide hissettiği yakınlık üzerindeki etkisini tahmin eder. b_{2j} tahmini, COVID-19 stresin yakınlık üzerindeki etkisidir. B_{3j} COVID-19 stresinin algılanan partner duyarlılığı ile etkileşime girmesidir. Son olarak, e_{ij} seviye-1 hata terimidir.

Çift içinde (Zaman Düzeyi). Algılanan partner duyarlılığı günlük dalgalanmalarının daha yüksek romantik yakınlık düzeyini öngördüğü hipotezi test edilmiştir. Kadınların 14 gün boyunca daha fazla algılanan partner duyarlılığı anlamlı olarak o gün daha fazla partnerine yakınlık hissetmelerini sağlamıştır, $B=.01$, $p<.001$. Erkeğin günlük algılanan partner duyarlılığı da benzer şekilde ilişkide hissettiği yakınlığı artırmıştır, $B=.01$, $p<.001$.

Moderatör analizinde kişilerin gün içerisinde hissettikleri COVID-19 stresin, algılanan partner duyarlılığı ile romantik yakınlık arasındaki ilişkiyi biçimlendirebileceği, böylece gün içerisinde COVID-19 stresi yaşayan kişilerin, algılanan partner duyarlılığı artsa bile ilişkide

daha az yakınlık hissedebilecekleri beklenmektedir. Beklendiđi gibi günlük COVID-19 stres x algılanan partner duyarlılığı etkileşimi hem erkek hem de kadın için anlamlı olarak bulunmuştur, $B=-.87$, $p<.001$, $B=1.16$, $p<.001$. Erkeklerin gün içerisinde partner duyarlılık hisleri arttığında daha fazla COVID-19 stresi yaşamaları romantik yakınlık hislerini azaltmıştır. Kadınların ise gün içerisinde partner duyarlılık hisleri arttığında daha az COVID-19 stresi yaşamaları romantik yakınlıklarını artırmıştır.

4. TARTIŞMA

4.1. Tartışma – Ölçek Çalışması

Bu çalışmanın ilk aşamasında, COVID-19 stres ve kaygısına yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirilmiştir. Bulgular COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeğinin çeşitli düzeylerde geçerli olduğuna yönelik istatistiksel kanıtlar sunmuştur. Ölçeğin tek faktörlü yapısı açıklayıcı faktör analizinde ortaya konulmuş ve doğrulayıcı faktör analiziyle de doğrulanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinin sonuçları faktör yüklerinin yüksek ve istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermiştir. Ölçeğin tüm maddeleri yapının (COVID-19'a ilişkin stres ve kaygı) anlamlı göstergeleridir. Ayrıca ölçüt bağıntılı geçerlik bulguları da ölçeğin depresyon, anksiyete ve stres değişkenleri ile pozitif korelasyon gösterdiğini ortaya koymuştur. İç tutarlılık ve yarıya bölme güvenilirlik analizleri de ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymuştur.

COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği 9 maddeden oluşan, kaygı ve strese yönelik fiziksel ve bilişsel semptomları değerlendiren, araştırmalarda kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır. Temel olarak virüse yakalanma ve virüsü yakınlarla bulaştırma endişelerini ölçmektedir. Ölçekten alınan puanların artması kişinin COVID-19 ile ilişkili stres ve kaygı düzeyinin arttığına işaret etmektedir.

Literatürdeki COVID-19'a yönelik ölçme araçları incelendiğinde COVID-19 korkusu, anksiyetesi, fobisi, pandemiye dair algı ve tutumlara yönelik ölçeklerin bulunduğu fakat COVID-19 ile ilgili stres ve kaygıyı bir arada ölçen bir ölçme aracının olmadığı görülmüştür. COVID-19'un psikolojik etkilerinin hem bilişsel hem de fiziksel düzeyde incelendiği COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeğinin literatüre önemli bir katkı sağladığı düşünülmektedir. Geliştirilen ölçeğin evli bireylerle yürütülmüş olması da literatürdeki ölçüm araçlarından farklılaşmasını sağlamıştır. Ayrıca bu ölçme aracının geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yanı sıra kesitsel çalışmada da kullanılmış olması kullanılan ölçeğin diyadik olarak da kullanılabileceğini ortaya koymuştur.

4.2. Tartışma – Kesitsel Çalışma

4.2.1. COVID-19 Stres ve Kaygısının Evli Çiftlerin Psikolojik İyi Oluşları ile (Depresyon, Stres Ve Anksiyete Belirtileri, Yaşamdan Alınan Doyum ve Psikolojik İyi Oluş) İlişkisinin İncelenmesi

İçsel veya dışsal stresin ilişkiler üzerine olan olumsuz etkilerini inceleyen pek çok çalışma yürütülmüştür. Önceki çalışmalar içsel stresin ilişkiler üzerinde güçlü bir etkisi olduğunu iddia ederken (Andrews vd., 1991), sonraki çalışmalar dışsal stresin daha güçlü ve zarar verici olan etkilerine işaret etmiştir (Neff ve Karney, 2017; Randall ve Bodenmann, 2009; Randall ve Bodenmann, 2017). Bu çalışmada, bireyin kendisinin veya ailesinin dışsal stres olarak sınıflandırılan COVID-19'a yakalanma ihtimali ile ilgili stres ve kaygısı ve bağlantılı fiziksel ve bilişsel belirtilerinin, evli çiftlerin psikolojik semptomları ile olan ilişkisi incelenmiştir.

Bu stres ve kaygı, bulgular kısmında COVID-19 stresi olarak kısaltılmıştır. Öncelikle COVID-19 stresinin psikolojik iyi oluş ile olan ilişkisi incelenmiştir. Araştırmalar, büyük stres kaynakları ile bunların kadın ve erkekler üzerindeki etkisi incelendiğinde, cinsiyet farklılıkları bulmuştur. Örneğin, kadınların büyük stres yaşadıkdan sonra travma sonrası stres bozukluğu geliştirmeye daha yatkın oldukları gösterilmiştir (Silver vd., 2002). Mevcut çalışmanın bazı bulguları da cinsiyet farklılıklarına işaret etmektedir. Mevcut bulgular, sadece erkeklerde COVID-19 stresinin psikolojik iyi oluşu azalttığını göstermiş; kadınlarda ise COVID-19 stresi psikolojik iyi oluşu etkilememiştir. Kadınlarda COVID-19 stresinin bireysel psikolojik iyi oluşunu etkilememesinin bir sebebi, psikolojik iyi oluşu koruyan daha güçlü faktörler olabilmesi ihtimalidir (Diener vd., 2009). Örneğin, evlilik kalitesinin yüksek olmasının da bu ilişkide koruyucu bir faktör olduğu gösterilmiştir (Canbulat ve Çankaya, 2014). Hem kadınlarda hem de erkeklerde kişinin kendi COVID-19 stresinin kendi partnerinin iyi oluşunu etkilemediği bulunmuştur. Hem erkekte hem de kadında COVID-19 stresinin endişe, depresif semptomlar ve stresi artırdığı, yaşam doyumunu ise azalttığı görülmüştür. Ancak, hem kadınlarda hem de erkeklerde kişinin kendi COVID-19 stresinin, partnerinin endişe, depresif semptomlarını, stres ve yaşam doyumunu etkilemediği bulunmuştur.

Bu bulgular bireylerin COVID-19 ile ilgili stres ve kaygılarının kendi bireysel psikolojik semptomlarını ve iyi oluşlarını etkilediğini ancak eşlerinin psikolojik semptomlarını ve iyi oluşlarını etkilemediğine işaret etmektedir. Örneğin, COVID-19'a yakalanma kaygısıyla genel olarak kaygılı hisseden bireyin eşinde, sadece bu yüzden endişe gözükmemektedir. COVID-19'a yakalanma kaygısıyla genel olarak depresif hisseden bireyin eşinde sırf bu yüzden depresif semptomlar gözükmemektedir. Bu bağlamda, deneyimlenen dışsal stresin geçiş etkisi göstermediği, yani partneri etkilemediği söylenebilir.

4.2.2. COVID-19 Stres ve Kaygısının Eşlerin İlişki Doyumu, Evlilik Uyumu, Romantik Yakınlık ile İlişkisinin İncelenmesi

COVID-19 stresinin ilişki değişkenleri ile ilişkisi incelenmiştir. Öncelikle COVID-19 stresinin evlilik uyumu ile olan ilişkisi incelenmiştir. COVID-19 stresinin sadece erkeklerdeki evlilik uyumunun azalması ile ilişkili olduğu görülmüştür. Benzer bir ilişki kadınlarda görülmemiştir. Ancak, erkekteki COVID-19 stresinin kadının evlilik uyumunun azalması ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulgu, kadının evlilik doyumunun, erkeğin stres seviyesi ile negatif yönde ilişkili olduğunu gösteren önceki çalışmalar ile uyumludur (Brock ve Lawrence, 2008). Mevcut çalışmanın bulguları dışsal stres olan COVID-19 stresi ve kaygısının erkekteki evlilik uyumunu azaltıp, kadında azaltmadığına, ancak erkeğin dışsal stresinin yine kadının evlilik uyumunun azalması ile ilişkili olduğuna işaret etmiştir. Yaşanan COVID-19 dışsal stres ve kaygısının varlığında kadın bu stres ve kaygıyı evlilik uyumunu bozacak şekilde ilişkiye taşımamaktadır.

COVID-19 stresinin sadece erkeklerdeki romantik yakınlığın azalması ile kısmen ilişkili olduğu görülmüştür. Bu ilişki kadınlarda görülmemiştir. Ayrıca, erkeğin hissettiği COVID-19 stres ve kaygısının kadının hissettiği romantik yakınlığın azalması ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulgular, erkek COVID-19 stres ve kaygısı hissettiğinde bunun evlilik ilişkisini etkilediğine, kendi hissettiği romantik yakınlığı kısmen azaltmakla beraber eşinin hissettiği romantik yakınlığını da azalttığına işaret etmektedir. Dolayısıyla, erkeğin dışsal stres ilişkisi, hem kendi hem eşinin romantik yakınlığını olumsuz etkilemekte ancak kadınların hissettiği dışsal stres ilişki içine taşınmamakta (stresin ilişki içine geçişi yaşanmamakta) ve romantik yakınlığı olumsuz etkilememektedir.

Erkeğin COVID-19 stres ve kaygısı kendi ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilerken benzer bir ilişki kadında gözükmemektedir. Bu bulgu erkeğin ilişkiden bağımsız bir dışsal stres olduğunda, buna dair kaygının ilişkiye yansıdığını ve kendisinin ilişkiden aldığı doyumunu olumsuz etkilediğini göstermektedir. Kadının COVID-19 stres ve kaygısındaki değişiklikler ise ilişki doyumunu etkilememiştir. Hem kadın hem de erkeğin hissettiği COVID-19 stres ve kaygısı, partnerlerinin ilişki doyumunu etkilememiştir.

Tüm bu bulgular, hem kadınların hem de erkeklerin COVID-19 stres ve kaygısı arttığında, depresif semptomlarının, endişelerinin, streslerinin arttığını ve yaşam doyumunun azaldığına; ancak ilişki ile ilgili değişkenlerde sadece erkeğin iyi oluş, evlilik uyumu ve ilişki doyumunun azaldığına, kadınlarda ise böyle bir değişimin olmadığına işaret etmektedir. Bu bulgu, çalışmanın literatüre bir katkısı olup hem kadınların hem de erkeklerin bireysel iyilik hallerinin COVID-19 stresinden etkilendiğine; ancak sadece erkeklerde bireysel stres de aşırılığa ulaşarak ilişkiye yansıyan bir geçiş olduğuna işaret etmektedir. Erkek COVID-19 stres ve kaygısından hem daha çok etkilenmekte, hem de bunu eşine daha çok yansıtmaktadır. Bu bulgu, erkeklerin ilişki doyumlarının sadece kendi stres faktörleri tarafından yordanırken, kadının ilişki doyumunun partnerlerinin dışsal stres tarafından negatif yönde etkilendiğini gösteren çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir (Merz vd., 2014). Bu bulgu, ilişki kalitesini korumak hedef olduğunda, özellikle erkeğin COVID-19 ile bağlantılı stresin ve kaygısını yönetmesini sağlayacak mekanizmaları kendisine sunmanın faydalı olabileceğine işaret etmektedir. Bunların başında ise beceri eğitimleri, bilişsel yeniden yapılandırma ve psikoterapi süreci gelebilir. Mevcut bulgu, çiftlerde görülen stresin her zaman her iki partneri de etkileyen diyalog bir olay olduğuna işaret eden (Bodenmann, 2005; Karney ve Neff, 2013; Story ve Bradbury, 2004), bulgulara ek bir bilgi eklemiştir. Bu da, çiftlerden biri dışsal stres hissettiğinde diğerinde bireysel olarak hissedilen bireysel psikolojik iyi oluş, yaşam doyumunu, depresif semptomlar, kaygı gibi semptom ve durumlardan ziyade birbirlerinin evlilik değişkenlerinin olumsuz etkilendiğidir. Buna ek olarak bir cinsiyet farklılığı bulunmuştur. Erkek COVID-19 stres hissettiğinde onun stres kendi evlilik uyumu ve romantik yakınlığını (sınırdan anlamlı düzeyde)

etkilemiş, kadında ise böyle bir etki gözlenmemiştir. Bu bulgu, bireyin ilişki stresinin partnerinin dışsal stresine kıyasla, kendi dışsal stresi ile bağlantılı olduğunu gösteren çalışmanın bulgularıyla erkekler göz önüne alındığında aynı yöndedir (Ledermann vd., 2010). Kadında benzer bir etkinin bulunmamasının bir sebebi bu çalışmada istatistiksel kısıtlamalar yüzünden kovaryans değişkenlerinin eklenememesi olabilir. Örneğin, APIM modeline literatürde kadının evlilik kalitesini etkilediği öne sürülen çocuk sayısı eklenebilmiş olsaydı, kadında farklı etkiler görülmesi mümkün olabilirdi. İleride yapılacak takip ve modelleme çalışmaları bu konuyu aydınlatmaya yardımcı olacaktır. Bu projenin günlük çalışma kısmında pandemi sırasında hissedilen stres ve kadının ilişki değişkenleri arasındaki ilişki daha geniş anlatılmıştır.

4.2.3. Diydik Baş Etme ile Evli Çiftlerin Psikolojik Semptomlar, İlişki Doyumu, Romantik Yakınlık ve Evlilik Uyumu Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Stres evlilikte iletişimi direkt olarak olumsuz etkilemektedir. İş stresinin evlilik içine yayılma etkisi gözlenmektedir (Crouter vd., 1989). Stresli hisseden bireyler evde partnerlerine karşı ya daha öfkeli ya da içe çekilmiş davranmaktadırlar (Schulz vd., 2004). Deneyisel stres oluşturulmasından on dakika önce ve on dakika sonra çiftler videoya kaydedilmiştir. Evlilik iletişiminin %40 oranında azaldığı görülmüştür. Stres altında aktif dinleme, ilgi ve empatiyi içeren pozitif etkileşim azalmış; buna karşı eleştiri, küçük görme ve geri çekilmeyi içeren negatif etkileşim artmıştır (Bodenmann, 2000). Günlük metodunu kullanılarak yapılan bir çalışmada, partnerlerin hafta içinde daha çok negatif etkileşimler; hafta sonunda ise günlük stres seviyeleri azaldığında daha çok pozitif etkileşimler bildirdikleri görülmüştür (Halford vd., 1992). Dışsal stresin evlilik üzerindeki olumsuz etkisi göz önüne alındığında, baş etme becerilerini kullanmanın önemi ortaya çıkmaktadır. Mevcut çalışmanın bulguları da yukarıda bahsedilen çalışmaların bulgularını desteklemekte ve dışsal stres altındayken diydik baş etme becerilerinin kullanımının önemine vurgu yapmaktadır.

Güncel çalışmada hem erkek hem de kadının diydik baş etme becerilerini kullanmaları, kendi psikolojik iyi oluşlarını olumlu etkilemiş; ancak erkeğin baş etme becerilerini kullanmasının kadının iyi oluşuna etkisi bulunmamıştır. Kadının baş etme becerilerini kullanmasının erkeğin iyi oluşuna etkisi ise olumlu olmuştur. Erkek ve kadının diydik baş etme becerilerini kullanmaları kendi yaşam doyumlarını artırmış, ancak partnerlerin baş etme becerilerini kullanmalarının birbirlerinin yaşam doyumuna etkisi bulunmamıştır.

Hem erkeğin hem de kadının diydik baş etme becerilerini kullanmaları kendi depresif semptomlarının ve stres seviyelerinin azalması ile ilişkili bulunmuştur. Ancak partnerlerin baş etme becerilerini kullanmalarının birbirlerinin depresif semptomlarına ve stres seviyelerine etkisi bulunmamıştır. Sadece kadının diydik baş etme becerilerini kullanması kendi kaygısının azalması ile ilişkili bulunmuş; erkekte ise bu ilişki gözlenmemiştir. Partnerlerin baş etme becerilerini kullanmalarının birbirlerinin kaygısına ise etkisi bulunmamıştır. Bu çalışmada

kaygının ölçüldüğü DASS-21 ölçeğinde 'kaygı' alt ölçeği, kaygının bilişsel semptomlarını değil 'ağzımın kuruluğunun farkındaydım' gibi fiziksel uyarılma semptomlarını ölçmektedir. Diyadik baş etme becerilerinin kadınlarda daha az kaygı seviyesini yordaması ancak erkeklerde bu ilişkinin görülmemesi kadın ve erkeklerde endişe bozukluklarında görülen yaygınlık farklılıklarından ve buna sebep olduğu düşünülen fizyolojik faktörlerden kaynaklanıyor olabilir. Kadınlarda bir endişe bozukluğu görülme yaygınlığı erkeklere kıyasla daha yüksektir ve son bir yıl dikkate alındığında bu oran 1.5-2 kata kadar çıkmaktadır (McLean vd., 2011). Erkeklerle kıyasla kadınların kaygı yaratabilecek durumlarda tansiyon ve nabızlarının daha reaktif olduğu gözlenmiştir (Altemus, 2006). Kadınların kaygı koşullanmasının daha kolay gerçekleştiği düşünülmektedir. Kadın ve erkekler arasında korkunun sönmesinde cinsiyet farklılıkları bulunmuştur (Farrell, 2013). Kadınlardaki yumurtalık bezleri hormonlarının endişe ile ilgili nöroiletici sistemler ve korku sönmesi ile ilgili olduğu düşünülmektedir (Lebron-Milad ve Milad, 2012). Erkeklerdeki erbezi hormonu testosteronun kaygı azaltıcı rolünün olduğu, HPA ekseninin aktivitesini bastırdığı düşünülmektedir (McHenry, 2014). Alanyazın, erkeklerde kaygının fiziksel kısmına dair olan tepkiselliğinin kadınlara kıyasla daha az olduğunu ileri sürmektedir. Kadınlarda görülen diyadik baş etme becerilerinin kullanım sıklığı arttıkça kaygının azalması arasındaki ilişki erkeklerde görülmemiş olabilir, çünkü erkeklerde, yukarıda belirtilen sebeplerle, kaygıya verilen fiziksel tepki sıklığı başlangıçta kadınlara kıyasla daha az olup, beceri kullanımı ile ilişkisi anlamlılık seviyesine ulaşmamış olabilir.

Çalışmada baş etme becerilerinin ilişki değişkenleri ile ilişkisi incelenmiştir. Kadın ve erkeğin diyadik baş etme becerilerini kullanmaları, hem kendi hissettikleri hem de partnerlerinin hissettiği evlilik uyumunun, ilişki doyumunun ve romantik yakınlığın artması ile ilişkili bulunmuştur.

Yukarıda bahsedilen bulgular, diyadik baş etme becerilerinin bireylerin kendi iyilik hallerini artırdığını (daha az depresif semptomlar, kaygı, stres ve daha fazla yaşam doyumu ve daha fazla psikolojik iyi oluş), ancak partnerlerinin bireysel iyilik haline genel olarak bir katkıda bulunmadığına işaret etmektedir. Buna karşın, diyadik baş etme becerilerini kullanmalarının hem erkek hem de kadında kendi hissettikleri evlilik uyumunu artırmıştır ve partnerlerinin de romantik yakınlık, evlilik uyumu ve ilişki doyumunun artması ile ilişkili olduğu görülmüştür. Diyadik baş etme becerilerini kullandıklarında, bu beceriler partnerinin bireysel iyilik haline olumlu etkisi olmamakta, ancak ilişki ile ilgili değişkenleri olumlu etkilemektedir. Diyadik baş etmenin çift olarak kullanılan bir beceri olduğu düşünüldüğünde bireysel değil, ancak çifti ile ilgili değişkenleri olumlu etkilemesi literatür ile uyumludur. Önceki araştırmalar dışsal stresin evlilik ilişkisini korumasının ancak çiftin diyadik baş etme becerilerini kullandıklarında gerçekleştirdiğine işaret etmektedir (Breitenstein vd., 2018; Hilpert vd., 2018). Literatür dışsal stresin kaçınılmaz olduğuna ve dışsal stresin yaşandığı durumlarda da evlilik

uyumunun azalmaması için çiftlerin baş etme becerilerini öğrenmeleri önemli olduğuna işaret etmektedir (Falconier vd. 2015; Neff ve Karney, 2004).

4.2.4. Diyadik Baş Etme Stratejilerinin COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile İlişkisel Faktörler Arasındaki İlişkide Aracılık Etkisinin İncelenmesi

4.2.4.1. COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile Evlilik Uyumu, İlişki Doyumu ve Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Diyadik Baş Etmenin Aracı Rolü

Bulgular, erkeğin diyadik baş etme becerilerinin, kadının COVID-19 stres ve kaygısı ile erkeğin evlilik uyumu, hissettiği romantik yakınlık ve ilişki doyumu arasında aracı rol oynadığına işaret etmiştir. Kadın COVID-19 stres ve kaygısı hissettiği esnada, erkeğin baş etme becerilerini kullanmasının, erkeğin kendi hissettiği evlilik uyumunu, romantik yakınlığı ve ilişki doyumunu artırdığı gözlenmiştir. Bu bulgu, kadın COVID-19 stresi ve kaygısı yaşadığında, erkeğin kendisinin ilişki doyumunu koruyabilmesi için erkeğin baş etme becerilerini kullanmasının önemine vurgu yapmaktadır.

Yukarıda bahsedilen partner-aktör etkisi, alanyazına katkı sunmaktadır. Alanyazında önceki çalışmalarda kadın için partner-partner, erkek için ise aktör-partner ilişkisi anlamlı bulunmuştur. (Brock ve Lawrence, 2008). Başka bir deyişle, önceki çalışmalar erkek dışsal stres hissettiğinde, kadının diyadik baş etme becerilerini kullanmasının erkeğin evlilik doyumunu artırdığını ve erkek dışsal kaygı hissettiğinde erkeğin diyadik baş etme becerileri kullanmasının kadının evlilik doyumunu arttırdığını göstermiştir. Mevcut çalışmada ise her üç ilişki değişkeninde de erkek için partner-aktör etkisi bulunmuştur. Bu bulgu, ayrıca, evlilik ilişkisinde partnerlerden biri dışsal stres yaşadığında sadece tek bir partnerin bile diyadik baş etme becerilerini kullanmasının diğerinin ilişki değişkenlerini olumlu etkilediğini gösteren çalışmaları destekler niteliktedir. Bodenmann'ın Sistemik-Transaksiyonel Modeli (1995, 1997, 2005) de partnerlerden birinin stresli hissettiği ve diğerinin hissetmediği durumlarda, stres ifade eden partnere bu stres ile baş etmek için destek vermenin önemine vurgu yapar.

Araştırmalar kadınların ve erkeklerin değişik baş etme becerileri kullandıklarına işaret etmişlerdir (Endler ve Parker, 1990; Ptacek vd., 1992). Rosario (1988) Sosyalizasyon Teorisinde kadınların daha çok duygu odaklı; erkeklerin ise problem çözme odaklı baş etme becerilerini kullandıkları ileri sürmüştür, önceki araştırmalar da bu iddiayı desteklemiştir (Matud, 2004; Ptacek vd., 1992). Ancak, Hamilton ve Fagot (1988) sosyalizasyon teorisine gölge düşürecek şekilde kadınların daha fazla stres beyan etmesine rağmen erkekler ile kadınların baş etme yöntemlerinin farklı olmadığını ileri sürmüştür. Hatta dışsal stres kaynağının türüne göre, kadınların daha çok problem-çözme odaklı baş etmeyi kullandıkları da görülmüştür (Ben-Zur ve Zeidner, 1996; Zivotofsky ve Koslowsky, 2005). COVID-19 bağlamında bu çalışmada incelenen baş etme mekanizmaları ise aşağıda detaylıca açıklanmıştır.

4.2.4.1.1. COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Baş Etme Alt Türlerinin Aracı Rolü

Bu çalışmanın bulguları, hem kadın hem de erkeğin **kendi duygu odaklı destekleme becerilerinin** hem kendi hem de eşlerinin evlilik uyumlarını artırdığına işaret etmiştir. Kadın ve erkekler, duygu odaklı becerileri kullanarak partnerlerini desteklediklerini hissettiklerinde hem kendi hem de eşlerinin evlilik uyumu artmaktadır. Ancak hem erkek hem de kadında, kendilerinin partnerlerini duygu odaklı desteklemelerinin, partnerlerinin COVID-19 stres ve kaygısı ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide aracılık etmemektedir. Başka bir deyişle, bireyler kendilerinin partnerlerine verdiği duygu odaklı desteğin COVID-19 gibi dışsal bir stresin evlilik uyumunu etkilemesine engel olmadığını hissetmektedirler.

Erkeğin **eşinin duygu odaklı desteklemesine dair olan algısının**, kendi COVID-19 stres ve kaygısı ile evlilik uyumu arasında aracılık etkisi göstermesi, COVID-19 stres ve kaygısının evlilik uyumunda yaratabileceği düşüşleri eşin duygu odaklı baş etmesinin kısmen azaltabileceğine dair veri sunmaktadır. Hem kadınlar hem de erkekler, eşlerinin kendilerini duygu odaklı desteklediğini düşündüklerinde hem kendilerinin hem de eşlerinin evlilik uyumları artmaktadır. Erkeğin partner-aktör aracılık etkisinin anlamlı olması, kadında COVID-19 stresi ve kaygısı olduğunda, erkek eşini kendisine duygu odaklı destek verir algılıyorsa, bunun erkeğin evlilik uyumunu artıracağına işaret etmektedir. Bu bulgu kadının eşine duygu odaklı destek vermesinin önemine işaret etmektedir. Kadının partner-aktör aracılık etkisinin anlamlı olması ise, erkeğin COVID-19 stresi olduğunda, kadın eşini kendisine duygu odaklı destek verir algılıyor ise, bunun kadının evlilik uyumunu artıracağına işaret etmektedir. Bu bulgu erkeğin eşine duygu odaklı destek vermesinin önemine işaret etmektedir. Başka bir deyişle, hem erkek hem de kadın için COVID-19 stres ve kaygısının varlığında, birbirlerine destek verdiklerini hissettirmelerinin kendi evlilik uyumlarına olumlu etkisinin olduğu gözlenmiştir. Eşinin kendisine empati gösterdiğini ve kendisinin tarafında olduğunu hissetmesi, bireylerin hem kendi hissettikleri hem de eşlerinin hissettiği evlilik uyumunu artırmaktadır. Bu bulgu evlilikte eşlerin birbirlerini empatik dinlemelerinin önemine vurgu yapmaktadır. Yapılan araştırmalar da stresli olayları takiben empatik dinleme ve cevap vermenin evlilikteki stresi azalttığına işaret etmektedir (Bodenmann, 2000). Partnerler duygularına, endişelerine ve ihtiyaçlarına cevap verildiğini hissettiklerinde daha yüksek seviyede evlilik kalitesi bildirmişlerdir (Girme vd., 2019). Mutsuz evliliklerde sorunlar hakkındaki duyguların geçersiz kılındığı görülmüştür (Clements vd., 1997; Gottman, 1994). Duyguları ifade etmek ve ve partnerin geçerli kılması ise çift müdahalelerinde değişimi yaratan en önemli iki değişim süreci olarak belirmiştir (Greenberg vd., 1988) Bu bulgular çiftlere yönelik geliştirilecek eğitimlerde eşe duygusal olarak destek verme, empati gösterme, eşini geçerli kılma becerilerinin öğretilmesinin önemine işaret etmektedir. Diyalektik Davranışçı Terapi ve diğer terapi türleri

bu becerileri öğretmekte ve etkinlikleri kanıta dayalı tedavilerle gösterilmektedir (Linehan, 1993, 2014).

Kadın ve erkeğin her ikisi de **duygu odaklı baş etmeyi ortak** kullandıklarında, birbirlerinin evlilik uyumunun arttığı gözlenmiştir. Ancak bu analizde partner-aktör veya partner-partner ilişkisinin etkisi görülmemiştir. Önceki bulgular ile birlikte değerlendirildiğinde, COVID-19 gibi dışsal bir stresin varlığında, katılımcıların stres kaynağı ile ortak baş etmekten ziyade bireysel olarak destek vermenin evlilik uyumunu daha çok artırdığını düşündükleri gözlenmiştir. Bunun sebeplerinden biri; karşı eşin empatik dinlemesinin, anlaşıldığını hissettirmesinin ve geçerli kılmasının bireydeki olumlu hisleri artırma ihtimali olabilir. Başka bir deyişle, ortak baş etme kısmına geçebilmek (ör. Problemlerle beraber baş etmeye çalışırız ve çözüm yolları ararız; probleme farklı bir açıdan bakmak için birbirimize yardım ederiz), öncelikle bireysel duygu düzenlemenin yapılmasını gerektirebilir. Partnerin veya bireyin kendisinin duygu odaklı baş etmeyi kullanması duyguları zaten düzenleyeceğinden, duyguları kullanarak ortak baş etmenin aracılık etkisi anlamlı çıkmamış olabilir. Ancak, COVID-19 dışındaki dışsal stres kaynaklarında ise ortak baş etmenin aracılık etkisi anlamlı çıkabilir. Örneğin, Bodenmann'ın Sistemik-Transaksiyonel Teorisi (STM) (1995, 1997, 2005) çiftlerin günlük stres ile baş etmesinden, çiftlerin kritik hayat olaylarını (ör. kanser) birlikte yönetmelerini açıklayan bir modele doğru evrilmiştir (Kayser vd., 2007). Bu yönüyle STM'nin klinisyenler için terapötik müdahaleler yapmak konusunda yol gösterici olması beklenmektedir. Tipik olarak bir danışanın partneri ancak arada sırada tedavi planına dahil olurken ve hasta olan danışanın psikoeğitim programlarında desteklerken (ör. destekleyici diyalog baş etme ve delege eden diyalog baş etme), genişletilmiş STM terapistin her iki partneri de sanki her ikisi de stresörden muzdaripmiş gibi müşterek diyalog baş etme becerilerini kullanmaları için teşvik etmesini önerir. STM her iki partnerin de fiziksel ve psikolojik sıkıntılar ile ortak baş etmek için kaynaklarının olduğunu ileri sürer (Bodenmann vd., 2017). Destekleyici veya delege eden diyalog baş etmektense, ortak diyalog baş etme yaklaşımının bir partnere depresyon teşhisi konulduğu durumlarda ve göğüs kanseri tedavisinde daha etkili olduğu ileri sürülmüştür (Bodenmann vd., 2008; Rottman vd., 2015).

Buna karşın COVID-19 stres ve kaygısı ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide **problem odaklı baş etmenin** bir aracılık etkisi bulunmamıştır. Başka bir deyişle, bireylerin-erkek veya kadın-problem odaklı baş ediyor olması stres ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi etkilememiştir. Mevcut araştırmanın bu bulgusu literatürde problem odaklı baş etmenin evlilik uyumunu artırdığını destekleyen araştırmaları (Bıykoğlu, 2012; Mahmoodi, 2011) desteklememiş; duygu odaklı baş etmenin evlilik uyumunu artırdığını iddia eden araştırmaları desteklemiştir (Canary ve Stafford, 1992; Falconier vd., 2015). Alanyazındaki bazı çalışmaların bulguları ile mevcut çalışmanın bulgusu arasındaki bu farklılık, yine alanyazında belirtilen kadın ve erkekler

arasında duygu odaklı veya problem çözme odaklı baş etme mekanizmalarının kullanılmasının bağlama göre değiştiği bulgularını destekler niteliktedir (Ben-Zur ve Zeidner, 1996; Miller ve Kirsch;1987). Örneğin, Ben-Zur ve Zeidner (1996) kadınların Körfez Savaşı sırasında erkeklere kıyasla daha sık problem-odaklı, erkeklerin ise duygu-odaklı becerileri kullandıklarını göstermiş, ancak bu örüntü savaş sonrasında tersine dönmüştür. Bu çalışmada ise spesifik olarak COVID-19 pandemisinin yarattığı stres ve kaygı bağlamında, kadın ve erkeklerin problem odaklıdan ziyade duygu odaklı baş etme stratejilerini kullanmalarının evlilik uyumu üzerinde olumlu etkisi gözlenmiştir.

Kendine dair baş etme algısı göz önüne alındığında, erkeğin partner-partner tam aracılık etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stres ve kaygısı ile erkeğin evlilik uyumu arasındaki ilişkide, erkeğin kendine dair baş etme algısı tam aracı rolü oynamaktadır. Bu bulgu evlilikte kadının dışsal stresi olsa dahi, erkek kendi baş etme mekanizmalarını kullandığını hissettiğinde erkeğin kendi evlilik uyumunun olumsuz etkilenmediğine işaret etmektedir. COVID-19 stresi varlığında etkili baş etme tekniklerini kullanan (hem duygusal, problem odaklı, yetkilendiren, stres iletişimi, vb.) erkeklerin evlilik uyumlarında azalma olmamaktadır. Bu bulgu bir kez daha özellikle erkeklerin eşleri COVID-19 bağlantılı stres ve kaygı hissettiğinde, bu stresin evlilik uyumlarını azaltmaması için baş etme mekanizmalarını kullanmalarının ve kendi baş etme becerilerini güçlendirmelerinin önemine işaret etmektedir.

Eşe dair baş etme algısının aracılık etkisi göz önüne alındığında, erkeğin partner-aktör aracılık etkisinin anlamlı bulunması kadının COVID-19 stresi olduğunda erkeğin eşinin baş etme becerilerini kullandığını düşünmesinin erkeğin evlilik uyumunu artırdığını göstermektedir. Kadın kaygılı hissettiğinde erkeğin eşini baş etme becerilerini kullanıyor olarak algılaması, erkeğin evlilik uyumunu sürdürmesi için gerekli gözükmemektedir. Buna ek olarak kadın eşinin baş etme becerilerini kullandığını düşündüğünde kadının evlilik uyumu artmaktadır. Bu bulgu, eşlerin birbirlerinin baş etme becerilerini kullandıklarını düşünmelerinin, yani karşılıklı olarak evlilikleri için çaba gösterdiklerini düşünmelerinin önemine işaret etmektedir.

Bu çalışmada çiftler **negatif baş etme** stratejilerini kullandıklarında, kadın ve erkeğin kendi evlilik uyumu olumsuz etkilenmiştir. Kadının marjinal düzeyde olsa da- birbirlerinin evlilik uyumlarını da olumsuz etkilemişlerdir. Bulgular genel olarak negatif baş etme stratejilerini kullanmanın evlilik uyumunu olumsuz etkilediğine işaret ederken önceki çalışmaların bulguların desteklemektedir (Bodenmann, 2000; Revenson vd., 2005). Ancak COVID-19 stresi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide **negatif baş etmenin** aracılık etkisinin bulunmaması, yani negatif baş etmenin bu iki değişken arasındaki ilişkiyi açıklamıyor olması COVID-19 gibi tüm dünyada beklenmedik, sıradışı olan bir pandemi yaşandığı sırada

partnerlerin hissettiği stres ve kaygı esnasında partnerlerin birbirlerine müsamaha gösterdiğine işaret ediyor olabilir. Örneğin, erkekte olan COVID-19 stres ve kaygısını takiben, kadın negatif diyadik stratejilerden birini kullandığında erkek bunu COVID-19 pandemisinin yarattığı kaosa bağlayıp evlilik ilişkisinin geneliyle ilgili bir çıkarım yapmıyor olabilir. İleriki çalışmalar bu bulguyu detaylıca anlamaya yardımcı olacaktır. Bunun yanısıra, partnerlerden birinin COVID-19 gibi spesifik ve sıradışı bir dışsal stres ve kaygısının olması hostilete, çelişkili ve yüzeysel diyadik baş etme becerilerini kullanmaktan ziyade diğerinde tepkisizliğe, stresin iki bireye de yayılmasına (Revenson vd., 2005) veya bu çalışmada ölçülmemiş olan başka becerileri (ör. sosyal networkler) faydalanmaya yöneltmiş olabilir.

Pozitif baş etmenin aracılık etkisi göz önüne alındığında, erkeğin partner-aktör etkisinin anlamlı bulunması, kadının COVID-19 stresi yaşadığında, erkeğin pozitif baş etme stratejilerini kullanmasının erkeğin kendi evlilik uyumunu artırdığına işaret etmektedir. Bu bulgu yine kadın COVID-19 stres ve kaygısı yaşasa dahi, erkeğin olumlu şekilde baş etmesinin erkeğin evlilik ilişkisini olumlu etkilediğini göstermektedir. Bu bulgu partnerlerden birinin diyadik baş etmeyi kullandığında diğerinin de ilişki değişkenlerinin olumlu etkilendiğini gösteren çalışmaları destekler niteliktedir (Revenson vd., 2005).

Evlilik uyumu açısından bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, erkeğin baş etme mekanizmalarını kullanmasının kendi evlilik uyumunu olumlu etkilediğine; kadında ise COVID-19 stres ve kaygısının evlilik uyumunu yordamadığı için benzer bir ilişkinin görülmediğine işaret etmiştir. Bulgular kadının COVID-19 stres ve kaygısının baş etme becerilerini kullanmaktan farklı olarak,- farklı şekillerde yönetebileceğine işaret etmektedir. Örneğin kadın yaşadığı COVID-19 stres ve kaygısına farklı bir anlam veriyor ve diyadik baş etme becerilerinden farklı baş etme becerilerini kullanıyor olabilir. Demografik bazı değişkenler de (ör.sosyal destek) kadının evlilik uyumunda koruyucu rol alıyor olabilir. Bu bulguyu daha detaylı anlayabilmek için ileride yapılacak yeni çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

4.2.4.1.2. COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Baş Etme Alt Türlerinin Aracı Rolü

COVID-19 stres ve kaygısı ile ilişki doyumu arasındaki ilişkide kişinin **kendi duygu odaklı desteklemesine** yönelik algısının aracılık etkisi görülmemiştir. İlişki doyumu söz konusu olduğunda kişinin kendine ait duygu odaklı desteklemesinden ziyade diğer diyadik baş etme alt türlerinin daha faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Eşin duygu odaklı desteklemesine yönelik algının aracılık etkisi göz önüne alındığında, erkeğin aktör-aktör ve partner-aktör aracılık etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı bulunması, erkek kendi COVID-19 stres ve kaygısı hissettiğinde eşinin ona duygu odaklı destek olduğunu hissederse ilişki doyumunda azalma olmayacağına işaret etmektedir. Bu durum kadının erkeğe duygu odaklı destek vermesinin ilişki doyumunun artmasına yardımcı

olacağını göstermektedir. Buna ek olarak, kadın COVID-19 stres ve kaygısı hissettiğinde, erkeğin eşini duygu odaklı baş ediyor olarak algılaması erkeğin ilişki doyumunu olumlu yönde etkilemektedir. Bu bulgu, kadın COVID-19 ile ilgili stres ve kaygı yaşasa bile erkek onu “her şeye rağmen baş etmeye çalışıyor, bana duygusal destek vermeye çalışıyor” şeklinde algılıyorsa, kadının yaşadığı stresin erkeğin ilişki doyumunu azaltmadığına aksine artırdığına işaret etmektedir. Bu durum bireylerin dışsal stres hissettiklerinde dahi birbirlerine duygusal destek vermeye devam etmelerinin ve bunu partnerlerine hissettirmelerinin önemine işaret etmektedir. Bu bulgu İlişki Odaklı Baş Etme Modeline sonradan eklenmiş olan dördüncü bir boyut empatik cevap verme boyutunun önemini destekler niteliktedir. İlişki-Odaklı Baş Etme Modeli empatik cevap verme boyutuna göre, empatik cevap verme ilişkiyi sürdürmeyi hedefler. Diğer partnerin bakış açısının anlamayı, diğer partnerin duygu ve düşüncelerini anlamayı ve yargılamadan hassas ve empatik şekilde cevap vermeyi içerir (O'Brien vd., 2009).

COVID-19 stresi ve kaygısı ile ilişki doyumu arasındaki ilişkide **duygu odaklı ortak baş etmenin** aracılık etkisinin bulunmaması, evlilik uyumu değişkeninde de açıklandığı üzere, COVID-19 bağlamında ortak baş etme becerilerinden ziyade kişinin partnerinin kendisine destek vermeye çalıştığını hissetmesinin ilişki doyumunu artırdığına işaret etmektedir.

Kendine dair baş etme algısının aracılık etkisi incelendiğinde, erkeğin partner-aktör aracılık etkileri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stres ve kaygısı ile erkeğin ilişki doyumu arasındaki ilişkide erkeğin kendi baş etme algısı aracı rol oynamaktadır. Başka bir deyişle, kadın dışsal stres faktörüne sahip olsa bile bunun ilişkiye yansiyıp erkeğin ilişki doyumunun azaltmaması için erkeğin kendisinin baş etme becerilerini kullanması gerekir. Ayrıca erkek için partner-partner etkisinin bulunması, kadın COVID-19 stresi ve kaygısı hissettiğinde erkek kendini baş etme becerilerini kullanıyor olarak görüyorsa bu, kadının evlilik uyumunu artırdığına işaret etmektedir. Bodenmann'ın Transaksiyonel Modeli (1997, 2000) stresin iletişim modeli olup, bu modelde partnerlerden biri stres yaşadığında bunu ifade etmesini takiben diğeri partnerin stres mesajını alıp, diyadik baş etmenin bir formunu uygular. Romantik partnerler arasında karşılıklı bağımlılık ilkesi (Kelly ve vd., 1983), hayatın değişik alanlarında geçerli olacak şekilde partnerlerin birbirleri üzerinde güçlü ve sık etkileri olduğunu ileri sürer. Bu sebeple çiftlerden birinin stresi sadece kendisi ile sınırlı kalmayacağı gibi, baş etme davranışı da sadece kişinin kendisi ise sınırlı kalmaz. Diyadik baş etme iki kişinin baş etme tepkilerinden toplamından daha fazlası olarak görülür (Folkman, 2009). Bir partnerin baş etmesi, diğer partnerin de ilişki değişkenlerini etkileyecektir (Acitelli ve Badr, 2005; Bodenmann, 1995, 1997; 2005; Bodenmann vd., 2017; Kayser, 2005; Lyons vd., 1998; Revenson ve Lepore, 2012; Revenson, Kayser ve Bodenmann, 2005). Mevcut çalışmanın bulguları da bu yönden önceki çalışmaların bulgularını destekler niteliktedir.

COVID-19 stresi ve kaygısı ile ilişki doyumu arasındaki ilişkide **eşe dair baş etme algısının** aracılık Etkisi incelendiğinde, erkeğin partner-aktör aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı bulunması kadında COVID-19 stresi ve kaygısı olduğunda, erkeğin eşini baş ediyor şeklinde algılamasının, erkeğin ilişki doyumunu artırdığına işaret etmektedir. Başka bir deyişle, kadın stresli ve kaygılı olsa bile diyadik baş etmeye çalıştığını, ilişkiye yatırım yapmaya çalıştığını erkek gördüğünde bu kavrayış erkeğin ilişki doyumunu olumlu etkilemektedir.

COVID-19 stresi ve kaygısı ile ilişki doyumu arasındaki ilişkide **pozitif baş etmenin aracılık etkisi** incelendiğinde, erkeğin partner-aktör dolaylı etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olması, kadının COVID-19 stresi ve kaygısı olduğunda erkeğin pozitif baş etme becerilerini kullanmasının kendi ilişki doyumuna olumlu etkisi olduğuna işaret etmektedir. Dolayısıyla, kadının COVID-19 stresi ve kaygısı ister istemez ilişkiye yansıdığında, erkeğin pozitif baş etme becerileri kullanmasının, erkeğin ilişki doyumunu artırması beklenmektedir.

COVID-19 stresi ve kaygısı ve ilişki doyumu arasındaki ilişkide **negatif baş etmenin aracılık etkisi** bulunmamıştır. Bu bulgu, negatif baş etmenin stres ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi etkilemediğini göstermektedir. Yukarıda bahsi geçen evlilik uyumu kısmında tartışıldığı üzere, bu ilişkide aracılık etkisi gösteren farklı değişkenler olması beklenmektedir.

4.2.4.1.3. COVID-19 Stresi ve Kaygısı ile Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkide Baş Etme Alt Türlerinin Aracı Rolü

COVID-19 stresi ve kaygısı ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide kişinin **kendi duygu odaklı desteklemesine yönelik algısının** aracılık etkisi incelendiğinde, erkeğin COVID-19 stresi ve kaygısı olduğunda, kadının duygu odaklı baş etme becerilerini kullanmasının erkeğin hissettiği stresin ilişkiye taşmasını engelleyip ve kadının hissettiği romantik yakınlığın sürmesini sağlayacağı görülmektedir. Erkek COVID-19 stresi ve kaygısı hissettiğinde, kadın eşinin bu stresini anlayıp ve eşinin davranışlarını anlamlandırıp, diyadik baş etme becerilerini kullanmaya başladığında, eşine empati gösterdiğinde, onu geçerli kıldığında eşinin stresine rağmen kadının eşine karşı hissettiği romantik yakınlık devam etmektedir.

COVID-19 stresi ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide **eşin duygu odaklı desteklemesine yönelik algının** aracılık etkisi incelendiğinde, erkeğin aktör-aktör ve partner-aktör aracılık etkileri anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi ve kaygısı ile erkeğin romantik yakınlığı arasındaki ilişkide erkeğin eşinin duygu odaklı desteklemeye yönelik algısı aracı etki göstermektedir. Kadının dışsal stresi evliliğin içine taşabileceği durumlarda eğer erkek kadını duygu odaklı baş etmeye çalışıyor görüyorsa, bu erkeğin hissettiği romantik yakınlığın sürmesine yardımcı olmaktadır. Ayrıca erkek COVID-19 stresi ve kaygısı hissettiğinde, eşinin baş etme becerilerini kullandığını düşünmesi, yine erkeğin romantik yakınlığını sürdürmesine yardımcı olmaktadır. Son olarak, kadının aktör partner etkisinin anlamlı çıkması, kadın COVID-19 stresi ve kaygısı yaşadığında, kendisinin eşinin duygusal

baş etme becerilerini kullandığını düşünmesi erkeğin romantik yakınlığını sürdürmesine yardımcı olmaktadır. Özetle, birbirlerinin duygu odaklı desteklediklerini düşünmeleri romantik yakınlığı sürdürmekte önemli gözükmektedir. Bu bulgular ve bir önceki paragrafta açıklanan bulgu birlikte değerlendirildiğinde, mevcut çalışmanın bulguları alanyazındaki duygu odaklı diydik baş etmeyi kullanmanın önemine vurgu yapan önceki çalışmaların bulgularını desteklemektedir (Canary ve Stafford, 1992; Clements vd., 1997; Falconier vd., 2015; Gottman, 1994; Greenberg vd., 1988). Bulgular ayrıca, Bodenmann'ın çiftler arasında stres iletişimi ve diydik baş etme teorisini destekler niteliktedir (Revenson vd. 2005).

COVID-19 stresi ve kaygısı ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide **duygu odaklı ortak baş etmenin** aracılık etkisi incelendiğinde ise anlamlı bir sonuç bulunmaması, ortak baş etme algısından ziyade 'eşim beni destekliyor' algısının romantik yakınlığı sürdürmeye yardımcı olduğuna işaret etmektedir.

COVID-19 stresi ve kaygısı ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide **kendine dair baş etme algısının** aracılık etkisi incelendiğinde, erkeğin partner-aktör aracılık etkileri anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi ve kaygısı ile erkeğin romantik yakınlığı arasındaki ilişkide erkeğin kendi stres ile baş etme algısı aracı rol oynamaktadır. Başka bir deyişle, kadın COVID-19 bağlanıtlı stresli ve kaygılı olduğunda bu ilişkiye taşsa bile, eğer erkek kendisinin baş etme becerilerini kullandığını düşünüyorsa bu erkeğin romantik yakınlığını artırmaktadır.

COVID-19 stresi ve kaygısı ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide **eşe dair baş etme** algısının aracılık etkisi incelendiğinde; erkeğin partner-aktör aracılık etkisinin anlamlı bulunması, kadın COVID-19 stresi ve kaygısı yaşadığında erkeğin eşinin baş etmeye çalıştığını düşünüyor olması, hissettiği romantik yakınlığın devam etmesine yardımcı olmuştur. Ayrıca kadının aktör-aktör etkisinin de anlamlı olması, kadının COVID-19 stresi ve kaygısı olduğunda, eşinin baş etmeye çalıştığını düşünmesi kadının kendi hissettiği romantik yakınlığın sürmesine yardımcı olmuştur. Başka bir deyişle, eşler birbirlerini baş etmeye çalışıyor şeklinde algıladıklarında, bu çabanın romantik yakınlığın sürmesine yardımcı olduğu gözlenmiştir. Bu bulgu eşlerin kendi niyetlerini eşlerine iletişim becerilerini kullanarak aktarmalarının önemine işaret etmektedir. Bu bulgu eşler arasında iletişim becerilerinin önemine vurgu yapan çalışmaların bulgularını desteklemektedir (Blanchard, 2009; Markman, 2010; O'Brien vd., 2009)

COVID-19 stresi ve kaygısı ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide **pozitif baş etmenin aracılık etkisi** incelendiğinde erkeğin partner-aktör aracılık etkileri anlamlı bulunmuştur. Kadının COVID-19 stresi ve kaygısı ile erkeğin hissettiği romantik yakınlık arasında erkeğin pozitif baş etme becerileri aracı rol oynamaktadır. Bodenmann (1997, 2005) partnerlerden biri dışsal stres yaşadığında bunun ilişkinin içine taşıp her iki partneri de etkileyeceğine ve bu stresin diydik stres adını alacağını ileri sürmektedir (Story ve Bradbury, 2004). Dolayısıyla,

erkeğin kadının stresini hissedip, bu strese karşı harekete geçip, pozitif yollar ile baş etmesi, kadın tarafından olumlu algılanıp tekrar erkeğin romantik yakınlığını olumlu etkilediği düşünülmektedir. Bu durumda, bu çalışmanın bulguları, Revenson vd. (2005) tarafından ileri sürülen modeli desteklemektedir. Bu modele ek olarak, erkeğin (partner b) diyardik baş etme davranışları yine sonuçta erkeğin romantik yakınlığını olumlu etkilemektedir.

COVID-19 stresi ve kaygısı ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide **negatif baş etmenin aracılık etkisi** anlamlı çıkmamıştır. Önceki iki ilişki değişkeninde tartışıldığı gibi negatif baş etme stratejilerinin romantik yakınlığa bir katkısı bulunmadığı gözlenmiştir.

Tüm bu bulgular, kadın COVID-19 stresi ve kaygısı yaşasa bile, eğer erkek eşini yine de kendisine duygusal destek vermeye çalışır görüyorsa (empati göstermesi, kendini duygularını geçerli kılması, vb.), eşinin baş etme becerilerini kullandığını ve stresi ile baş etmeye çalıştığını görüyorsa ve kendisi de baş etme becerilerini kullanıyorsa ve bu beceriler pozitif becerilerse evlilik uyumu, ilişki doyumu ve romantik yakınlığın sürdüğüne işaret etmektedir. Bu bulgular evlilik ilişkisinde kadın COVID-19 gibi bir dışsal stres yaşadığında, hem erkeğin baş etme becerilerini kullanmasının hem de kadının strese rağmen baş etme becerilerini kullanmasının ve bunu eşine hissettirmesinin önemine işaret etmektedir. İnkâr, kaçınma, kendini suçlama, negatif olarak kendini ifade etme, geri çekilme, madde kullanımı ve şiddet evlilik kalitesinin düşmesine yol açmaktadır. Aktif iletişim, yapıcı sorun çözümü, optimizm, olumlu olarak kendini ifade etme, durumu yeniden çerçevelendirmek ise yüksek evlilik doyumu ile ilişkili bulunmuştur (Ptacek ve Dodge,1995). Mevcut çalışma ise özellikle duygusal ve pozitif diyardik baş etme becerilerinin önemine işaret etmektedir.

COVID-19 stresi ve kaygısı ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide diyardik baş etmenin aracılık etkisi bulunmamıştır. Aracılık analizi sonuçları kadın ve erkek için dolaylı etkilerin anlamlı olmadığını ortaya koymuştur. Alt ölçeklerde de anlamlı etki bulunmamıştır. Bu bulgular COVID-19 gibi stres zamanlarında diyardik baş etme becerilerinin bireysel psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide bir etkisi olmadığına işaret etmiştir.

4.2.5. Kesitsel Çalışma Sonuç

Erkeklerde de kadınlarda da COVID-19 stresi ve kaygısı arttıkça bireysel psikolojik iyi oluş azalmaktadır. Ancak COVID-19 stresinin ve kaygısının artması, birbirlerinin bireysel iyi oluşuna etki etmemektedir. Dışsal stres erkeğin hem kendi ilişki değişkenlerini (evlilik uyumu, ilişki doyumu, romantik yakınlık) olumsuz etkilemekte, hem de eşinin ilişki değişkenlerinin çoğunu (evlilik uyumu ve romantik yakınlık) olumsuz etkilemektedir. Ancak COVID-19 stres ve kaygısından kadının ilişki değişkenleri olumsuz etkilenmemektedir. Başka bir deyişle, evlilik uyumu, romantik yakınlık ve ilişki doyumu azalmamakta, erkeğin ilişki değişkenlerini de olumsuz etkilememektedir. Bu bulguya göre, erkek dışsal stresten hem daha çok etkilenmekte, hem de bunu eşine daha çok yansıtmaktadır. Bu durum, ilişki kalitesini korumak hedef

olduğunda, özellikle erkeğin stres yönetmesini sağlayacak mekanizmaları kendisine sunmanın faydalı olabileceğine işaret etmektedir. Bunların başında ise beceri eğitimleri, bilişsel yeniden yapılandırma ve psikoterapi süreci gelebilir.

Yukarıda bahsedilen bulgular, diyadik baş etme becerilerinin bireylerin kendi iyilik hallerini artırdığını (daha az depresif semptomlar, endişe, stres ve daha fazla yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş), ancak partnerlerinin bireysel iyilik haline genel olarak bir katkıda bulunmadığına işaret etmektedir. Buna karşın, diyadik baş etme becerilerini kullanmalarının hem erkek hem de kadında kendi hissettikleri evlilik uyumunu artırmıştır. Ek olarak, partnerlerinin de romantik yakınlık, evlilik uyumu ve ilişki doyumunun artması ile ilişkili olduğu görülmüştür. Diyadik baş etme becerilerini kullandıklarında, bu beceriler partnerinin bireysel iyilik haline olumlu etkisi olmamakta, ancak ilişki ile ilgili değişkenleri olumlu etkilemektedir. Çalışma, COVID-19 pandemisinde diyadik baş etme becerilerinin kullanımı ile bireysel semptomlar ve ilişki değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ile literatüre özgün bir katkıda bulunmaktadır.

Aracılık analizlerinde erkeğin partner-aktör etkisi sıklıkla gözlenmiştir. Bu bulgu, kadın COVID-19 stres ve kaygısı hissettiğinde, bunun evliliğin içine yansıyor geçiş etkisi ile erkeğin ilişki doyumu ve evlilik uyumunun düşmemesi için erkeğin baş etme becerilerini kullanmasının faydalarına işaret etmiştir. Bunun yanında problem çözme becerilerinin hiçbir aracılık analizinde anlamlı çıkmaması, COVID-19 pandemisi bağlamında, kadın ve erkeklerin dışsal stresi ile ilişki değişkenleri arasında problem çözme becerilerinin bir aracı etkisinin olmadığına, yani uyumlu ve mutlu bir evliliğin sürmesi için problem çözme becerilerinden ziyade diğer becerilerin, örneğin duygu odaklı, kullanılmasının önemine işaret etmektedir. Problem çözme becerilerinin evlilik değişkenlerini yordamamış olması bu çalışmayı önceki çalışmaların bulgularından farklılaştırmıştır (Neff ve Brody, 2011). Bildiğimiz kadarıyla bu çalışma, COVID-19 stresi ve kaygısı ile evlilik ilişkisi değişkenleri arasındaki ilişkide diyadik baş etme alt türlerinin aracı etkisine bakan ilk çalışma olup, özgün yanı bulunmaktadır. Bu yanıyla da, diyadik baş etmeyi genel olarak değil alt türleri ile birlikte çalışmak gerektiğini savunan literatüre (Bodenmann vd., 2017) katkıda bulunmaktadır.

Hem kadın hem de erkek için, partnerinde COVID-19 stresi ve kaygısı olduğunda, eğer eşinin duygu odaklı baş etme becerilerini kullandığını düşünüyorsa, bu kendi evlilik uyumunu olumlu yönde etkilemiştir. Başka bir deyişle, partner dışsal bir stres hissettiğinde eşinin duygu odaklı becerileri kullandığını düşünmesi, “bana destek olmaya çalışıyor” hissini alması kendi hissettiği evlilik uyumunu artırmaktadır.

Duygu odaklı ortak baş etmenin dışsal stres ile evlilik memnuniyeti arasındaki ilişkide bir aracı rolü oynamaması ise, ortak baş etme becerilerinden bireysel olarak duygu odaklı

baş etmenin evlilik memnuniyetini artırdığına işaret etmektedir. Çalışma bu yanıyla, literatürde var olan tartışmalara ek veri sunmaktadır.

Bulgular ilişkinin iyilik halinin devam etmesi için her iki partnerin de çaba sarf etmesinin önemine işaret etmektedir. Bu çalışmada çiftlerin diydik becerileri kullanarak ilişkilerinin iyilik halini sürdürebileceklerine dair veri toplanmıştır. Özellikle de partnerleri stresli hissettiklerinde diydik baş etme becerilerini kullanmalarının kendilerinin ilişkilerden aldıkları doyuma olumlu katkısı olduğu gözükmeaktadır. Kullanılacak beceriler daha çok partneri geçerli kılmaya yönelik duygu odaklı ve pozitif bakış açısı, açık, güvence veren, iş bölümü yapan pozitif becerilerdir.

4.3. Tartışma – Günlük Çalışma

Günlük çalışmanın amacı pandemi sürecinde stres faktörlerinin evlilik ilişkilerini nasıl etkilediğinin ve diydik baş etmenin strese karşı koruyucu işlevinin incelenmesidir. Bu çalışma, pandemi sürecinde evliliğin dışındaki ve içindeki stresin ilişki kalitesine etkisini incelemekte ve çiftlerin birlikte stres ile baş etme becerilerinin stres ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi nasıl şekillendirdiğini araştırmaktadır. Ayrıca çiftlerin günlük ilişkilerinde önemli bir konu olan yakınlığın kişilerarası süreç modeli COVID-19 stresi bağlamında bildiğimiz kadarıyla ilk defa incelenmiştir.

4.3.1. Stres ve İlişki Doyumu

Pandemi sürecindeki günlük dışsal stres faktörlerinin (ev, iş, eğitim, ekonomik koşullar, COVID-19 pandemisi, genel sağlık sorunları, çocuklar, sosyal ilişkiler) partnerlerin ilişki doyumunu olumsuz etkileyeceği öngörülmüştür. Bulgular dışsal stres faktörlerinin çiftlerin her ikisinin de ilişki doyumunu olumsuz etkilediğini göstermektedir. Günlük çalışmanın bu bulgusu, Randall ve Bodenmann (2017)'ın ilişki kalitesini etkileyen faktörlerin başında dışsal, minör ve kronik stres faktörlerinin olduğu yönündeki görüşlerini desteklemektedir. Randall ve Bodenmann'a göre çiftlerin yaşadığı stres partneriyle etkileşimini olumsuz etkilemektedir. Sistemik Transaksyonel Modelin de (STM) ortaya koyduğu gibi evlilik ilişkilerindeki bozulma günlük stres faktörleriyle yakından ilişkilidir (Revenson ve Lepore, 2012). Stresin partnerler üzerindeki olumsuz etkisi onu diydik bir olgu olarak değerlendirmeyi mümkün kılmaktadır (Randall ve Bodenmann, 2017). Bununla beraber bazı çalışmalar dışsal stresin ilişkiler üzerindeki doğrudan etkisini ortaya koyarken (Randall ve Bodenmann, 2017), önemli miktarda çalışma stres ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi şekillendiren ve aracılık eden değişkenleri incelemektedir (Falconier vd., 2014; Karademas ve Roussi, 2016). Bu bağlamda dışsal stres değişkeni, ilişki doyumu üzerinde hem doğrudan etkileriyle hem de aracılık etkisiyle incelenmiştir.

Literatürdeki bulgularla benzer şekilde bu çalışmada hem kadının hem de erkeğin deneyimlediği günlük ilişki stresinin ilişki doyumunu azalttığı bulunmuştur. Bodenmann (2005) STM'de dışsal stresin partnerlerin ilişkilerini etkilemesinin yanı sıra ilişkinin kendisinin de bir

stres faktörü olabileceğini ifade etmektedir. Falconier'in (2014) çalışması da ilişki içindeki stresin ilişki doyumunu önemli ölçüde azalttığını ortaya koymaktadır. Ayrıca partnerin içsel stresi de hem kadının hem de erkeğin ilişki doyumunu anlamlı bir şekilde olumsuz etkilemektedir. Bu bulgu stresin geçişken özelliğini vurgulayan teorileri ilişki doyumu bağlamında desteklemektedir (Neff ve Karney, 2007). Bununla beraber literatürle benzer şekilde kişinin kendi içsel stresi partnerinin içsel stresinden daha fazla ilişki doyumunu olumsuz etkilemektedir (Ledermann vd., 2010).

Bulgular pandemi sürecinde yaşanan değişime bağlı olarak gelişen stres faktörlerinin (çocukların evde olması, çalışma koşullarının değişimi, işsizlik, COVID-19 virüsü, sosyal ilişkilerin sınırlı oluşu vb.) ve bunun yanı sıra çiftlerin kendi aralarında yaşanan gerilimlerin ilişkilerini olumsuz etkilediğini ve ortaya koymaktadır. Milek vd. çalışması (2015) kişilerin birlikte geçirdikleri zaman arttığında ilişki kalitelerinin arttığını, fakat kişilerin içsel stres düzeyleri arttığında birlikte geçirilen zamanın olumlu etkisinin kaybolduğunu göstermektedir. Bu çalışmada da benzer şekilde, pandemi sürecinde her ne kadar pek çok evli çift daha fazla birlikte zaman geçirse de stres faktörlerinin günlük romantik ilişkilerini olumsuz etkilediğini göstermektedir. Bununla beraber pandemi sürecinde dışsal stres faktörlerinden hangilerinin spesifik olarak çiftlerin ilişkisini olumsuz etkilediği bilinmemektedir. Araştırmaya katılan katılımcıların demografik özelliklerine bakıldığında, kadınlarının büyük çoğunluğu çalışmadığı için günlük dışsal stres faktörleri daha ziyade çocukların evde olması ve uzaktan eğitim alması, kendine ait zamanla ve sosyal ilişkilerin kısıtlanmasıyla ilgili olabileceği düşünülmektedir. Demografik bulgular çalışmaya katılan erkek katılımcıların ise büyük çoğunluğunun çalışmakta ve çalışmaya iş yerinde devam ettiklerini göstermektedir. Bu nedenle erkeklerin dışsal stres faktörleri iş ilişkileri, çalışma koşulları, COVID-19 virüsüne yakalanmakla ilgili olabilir. Gelecek çalışmalarda erkeğin dışsal stres faktörleri ve kadının dışsal stres faktörleri ayrı ayrı tanımlanabilir ve hangi faktörlerin ilişkiyi daha olumsuz etkilediği incelenebilir. COVID-19 pandemisi majör diye nitelendirebileceğimiz bir yaşam krizi olmakla beraber COVID-19 pandemisinin uzun süre devam etmesi minör stresleri de beraberinde getirmiştir. Günlük çalışma ile pandemi sürecindeki minör stres faktörleri incelenmiş ve STM'nin belirttiği gibi (Revenson ve Lepore, 2012) evlilik ilişkisindeki doyumun azalması pandemi sürecindeki minör stres faktörleriyle ilişkilidir. Özellikle kadınların stresten etkilenmesine bakıldığında, kesitsel çalışmada kadınların ilişki doyumlarının COVID-19 stresinden doğrudan etkilenmediği fakat 14 gün boyunca COVID-19 stresinin de içinde olduğu tüm dışsal stres faktörlerinin birlikte kadının ilişki doyumunu azalttığı görülmüştür. Bu bulgu majör bir olgu olan COVID-19 virüsüne yönelik bilişsel ve fiziksel değerlendirmelerden ziyade pandemi sürecinin getirdiği diğer stres faktörleri; çocukların bakım yükünün artması, eğitim süreçleriyle ilgilenme, sosyal izolasyon ve kendine ait zamanın azalması gibi faktörlerin özellikle kadınlarda daha olumsuz etkiler doğurduğunu

düşündürmektedir. Pandemi sürecinde virüs bulaşma endişesinden ziyade artan sorumlulukların, iş ve ev dengesinin zorlaşmasının ve çocuklara ebeveynlik yapmanın yanı sıra öğretmenlik yapma durumunda kalmalarının kadınlar için daha zorlayıcı olabileceği görülmektedir.

4.3.2. Stres ve Romantik Yakınlık

Bu çalışmada pandemi sürecinde hem dışsal hem de içsel stresin partnerlerin romantik yakınlıklarını nasıl etkilediği ve ilişkilerde geçişsel özelliğinin olup olmadığı incelenmiştir. Bulgulara göre, pandemi sürecinde yalnızca kadının günlük dışsal stresinin artması kendi romantik yakınlık hissini anlamlı ölçüde azaltmıştır. Bu durum erkeğin dışsal bir stres yaşadığında odak noktasının ilişki olmayabileceğini ve bu nedenle partneriyle kurduğu yakınlık hissini değişmediğini düşündürmektedir. Kadınlar ise çocuklarla, sosyal ilişkileriyle veya işle ilgili bir sıkıntı yaşadığında partnerinden daha fazla ilgi, onaylanma ve destek bekleyebilmektedir. Yani ilişkinin dışındaki bir stres kadının partnerinden beklentisini artırabilmekte fakat bu beklentinin karşılığı bulunamamaktadır.

İçsel stresin etkilerine bakıldığında, pandemi sürecinde çiftlerin günlük ilişkideki stres faktörlerinin hem kadının hem de erkeğin romantik yakınlık hissini azalttığı bulgulanmıştır. Karney ve Neff'in (2013) belirttiği gibi hem kadının hem de erkeğin günlük içsel stres deneyiminin artması partnerinin romantik yakınlık hissini olumsuz etkilemiştir. Stresin geçişken (crossover) özelliği çiftlerin içsel stres deneyimlerinde ortaya çıkmıştır. Stres araştırmaları da stresin geçişken özelliğine dikkat çekmektedir. Neff ve Karney (2007), partnerlerden birinin yaşadığı deneyimin kendi süreçlerini etkilediği kadar diğer partneri de etkilediğini belirtmektedir. Evlilik ilişkilerinin diydik doğası da bir partnerin yaşadığı stresin diğer partnerin duygu durumunu ve ilişki işlevselliğini etkileyebileceğini düşündürmektedir (Karney ve Neff, 2013). Bununla beraber stresin evlilik ilişkilerindeki geçişsel özelliği sınırlı sayıda araştırma ile incelenmiştir (Larson ve Almedia, 1999, Bodenmann, 2005; Story ve Bradbury, 2004). Bu çalışma hem stresin geçişken özelliğini hem de evlilik ilişkilerinde bir diğer önemli mekanizma olan yakınlık süreçlerindeki günlük dalgalanmaları inceleyerek ilgili literatüre önemli bir katkı sağlamaktadır. Özetle çiftlerin günlük ilişki içerisinde deneyimledikleri stres (içsel stres), stresin geçişken özelliğini vurgulayan teorileri romantik yakınlık bağlamında da desteklemektedir.

4.3.3. Baş Etmenin Düzenleyici (Moderatör) Rolü

Diydik baş etmenin partnerleri stresin olumsuz etkilerinden koruduğu bilgisinden yola çıkarak bu çalışmada evli çiftlerin birlikte kullandıkları baş etme stratejilerinin COVID-19'un getirdiği dışsal ve içsel stres faktörlerinin ilişkiler üzerindeki olumsuz etkisine yönelik koruyucu bir mekanizma olup olmadığı incelenmiştir. Bulgular diydik baş etmenin hem kadının hem erkeğin ilişki doyumunu ve romantik yakınlık hissini artırdığını ortaya koymuştur. Çiftler stres ile baş ettiklerinde, gün içinde ilişkilerinde hem daha fazla doyum hem de yakınlık

hissetmişlerdir. Partnerlerden birinin yaşadığı stres diğerini de olumsuz etkilemekle beraber stres ile baş etme sürecinde partnerlerden birinin sağladığı destek diğerinin stres ile başa çıkmasını kolaylaştırabilmektedir (Randall ve Bodenmann, 2017). Bu durum, çift olarak stres ile başa çıkma yöntemlerinin de evlilik ilişkileri için önemini vurgular. (Bodenmann, 1997). Araştırmanın bulguları, diydik baş etmenin ilişki doyumunu etkilediğini ortaya koyan çalışmaları desteklemektedir (Bodenmann vd., 2006; Herzberg, 2013; Papp ve Witt, 2010). Ayrıca araştırmanın sonuçları, Cutrona'nın (1996) çiftlerle yürüttüğü günlük çalışmada partnerinden duygu odaklı çift olarak baş etme desteği alan kişilerin partnerlerine daha yakın hissettikleri ve ilişki doyumlarının arttığı bulgusunu desteklemektedir.

Bu çalışmada diydik baş etmenin stres ve ilişki kalitesi arasındaki ilişkiyi biçimlendirme etkisi incelenmiştir. Sonuçlar, kadın katılımcıların dışsal stres ile daha az baş ettiklerini hissettiklerinde ilişki doyumlarının azaldığını göstermiştir. Erkekler ise dışsal stres ile daha fazla baş ettiklerini hissettiklerinde ilişki doyumları artmıştır. İçsel stresin ilişkiler üzerindeki etkisiyle ilgili bulgulara göre, kadın katılımcıların daha fazla içsel stres yaşadıkları günlerde stres ile daha az baş ettiklerini hissetmeleri ilişki doyumlarını azaltmaktadır. Erkeklerin ise içsel stres yaşadıkları günlerde daha fazla çift olarak baş ettiklerini hissetmeleri ilişki doyumunu artırmıştır. Ek olarak, aktör ilişki doyumunu tahmin etmede partnerin diydik baş etmesi ve partnerin içsel stresi etkileşim göstermiştir. Erkek katılımcıların daha fazla içsel stres yaşadıkları günlerde stres ile daha fazla baş ettiklerini hissetmeleri kadınların ilişki doyumlarını artırmıştır. Kadınların ise içsel stres yaşadıkları günlerde daha az çift olarak baş ettiklerini hissetmeleri erkeğin ilişki doyumunu azaltmıştır. Sonuçlar erkeğin diydik baş etmesinin hem kendisi hem de eşi için içsel strese karşı koruyucu bir işlevi olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, Brock ve Lawrence'in (2008) çalışmasında kadının evlilik doyumunun kadın ve erkeğin stres seviyesi ile negatif yönde ilişkili olması ve erkeğin diydik baş etme becerisinin bu ilişkide tampon görevi görmesine benzemektedir. Falconier vd. (2013) da diydik baş etme becerisinin ilişkilerde stresin olumsuz etkisine karşı koruyucu bir işlev gördüğüne dikkat çekmektedir. Sonuçlar stresin geçişken özelliğine benzer şekilde diydik baş etmenin de geçişken özelliği olduğunu düşündürmektedir.

Dışsal stresin romantik yakınlık üzerindeki etkilerine baktığımızda, dışsal stres ile daha iyi baş ettiğini hisseden kadınların romantik yakınlık hisleri artmıştır. Dışsal stres ile baş edemeyen erkeklerin ise romantik yakınlıkları azalmıştır. Öte yandan içsel stres ile baş ettiğini hisseden erkeklerin romantik yakınlıkları artarken, baş edemeyen kadınların romantik yakınlıkları azalmıştır. Diydik baş etmenin geçişken özelliğine baktığımızda erkeğin ilişkisel stres ile baş etmesi kadının romantik yakınlık hissini artmıştır. Bu bulgu partnerlerden biri stres ile baş edemese bile diğer partnerin baş edebilmesinin ilişki kalitesini olumlu etkileyebildiğini göstermektedir (Brock ve Lawrence, 2008). Dolayısıyla stres ile baş etme becerilerini her iki

partnerin kazanması önemli olmakla beraber özellikle erkek partnerin baş etme becerileri kazanmasının her iki partneri de olumlu etkileyeceğini düşündürmektedir.

4.3.4. Stresin Yayılma Etkisi

Bu çalışmada, COVID-19 stresi bir dışsal stres faktörü olarak incelenmiş ve bulgular ilişkiye yayılma etkisi gösterdiğine işaret etmiştir. Günlük COVID-19 kaygısının artması yalnızca erkeğin ilişki doyumunu doğrudan azaltmıştır. Bununla beraber COVID-19 kaygısı hem kadının hem de erkeğin içsel stresini etkilemiştir. Ayrıca STM'nin öngördüğü şekilde partnerlerden birinin COVID-19 stresinin artması diğerinin de içsel stresini artırmıştır. Kadının günlük COVID-19 stresi doğrudan erkeğin ilişkisel stresini artmıştır. Erkeğin günlük COVID-19 stresi de kadının içsel stresine yayılmıştır. Neff ve Karney (2004) ilişkinin dışındaki stres faktörlerinin ilişkide stres faktörlerine dönüşebileceğini ve bu durumun uzun vadede çiftlerin işlevselliğini azaltacağını öne sürmektedir. Ledermann ve arkadaşları da içsel stresin, ilişki doyumunu ile dışsal stres arasında aracılık etkisini ortaya koymuştur. Pek çok çalışma ilişkinin dışındaki stresin (dışsal stres) içsel stresi harekete geçirerek yayılma etkisi gösterdiğini ortaya koymuştur (Bodenmann vd., 2007; Neff ve Karney, 2004; Repetti vd., 2009; Falconier vd., 2015).

Bu çalışmanın bulguları, hem aktör etkilerinde hem de partner etkilerinde COVID-19 stresinin yayılma etkisi gösterdiğine, kadın ve erkeğin günlük ilişki doyumunun azaldığına işaret etmiştir. İlişkisel stresin ilişki doyumunu üzerinde negatif etkisinin bulunduğu yönünde literatürde güçlü kanıtlar bulunmaktadır (Randall ve Bodenmann, 2009; Breitenstein vd., 2017). Günlük çalışmanın bulguları da hem kadının hem de erkeğin ilişkisel stresinin ilişki doyumunu azalttığını ortaya koymuştur. Ayrıca bu çalışmada partnerlerin içsel stresinin de diğer partnerin ilişkiden aldığı doyumunu olumsuz etkilediği görülmüştür.

COVID-19 stresinin yayılma etkisinde diydik baş etmenin stresin negatif etkilerine karşı koruyucu rolü incelenmiştir. Kadının stresin yayılma etkisine karşı diydik baş etme becerisi onu stresin olumsuz etkilerine karşı korumuş ve ilişki doyumunu stresten negatif etkilenmemiştir. Ayrıca kadının ilişki doyumunda erkeğin stresinin yayılma etkisine karşı erkeğin baş etme becerisi de koruyucu bir işlev görmektedir. Erkeğin diydik baş etme becerisi ayrıca kendi stresine karşı da koruma sağlamıştır. Diydik baş etmenin stresin yayılma etkisine karşı koruyucu işlevi Falconier vd. (2013) ve Milek vd. (2017) bulgularını desteklemektedir.

4.3.5. Kişilerarası Bir Süreç Modeli Olan Yakınlıktaki Pandemi Etkileri

Pandemi sürecinde çiftlerin yakınlıklarını etkileyen faktörleri incelemek günlük çalışmanın bir diğer amacını oluşturmaktadır. Bulgular, zaman düzeyinde günlük partnere kendini açmanın ve partnerin kendisini açmasının romantik yakınlığı artırdığını göstermektedir. Yine literatürle benzer şekilde algılanan partner duyarlılığı hem kadının hem de erkeğin yakınlık hissini kendini açmaktan daha fazla etkiliyor görünmektedir. COVID-19 stresinin

etkilerine zaman düzeyinde bakıldığında, erkeğin COVID-19 stresi kendini açma ve algılanan partner duyarlılığıyla etkileşime girdiğinde erkeğin ilişkide hissettiği yakınlık hissini azaltmaktadır. Ayrıca erkeğin 14 gün boyunca romantik yakınlık hissini anlamlı bir şekilde azaldığı görülmüştür. Erkeğin COVID-19 stresinin ilişki kalitesini olumsuz etkilemesine benzer bir bulgu elde edilmiştir. Erkeğin günlük COVID-19 stresi arttığında kendini partnere açmasının ve partnerinin kendisini ona açmasının ve algılanan partner duyarlılığının yakınlık sürecindeki olumlu etkisi ortadan kalkmaktadır. Kadınlar ise kendilerini partnerlerine daha fazla açtıkları ve partnerinin duyarlılığını hissettikleri günlerde daha az COVID-19 stresi hissetmeleri durumunda romantik yakınlıkları artmıştır. Bu durum COVID-19 stresinin erkekleri daha fazla etkilediğine yönelik kesitsel çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Yakınlığın kişilerarası süreç modeli, kendini partnere açmanın ve partner duyarlılığının önemine dikkat çekmektedir (Laurenceau vd., 2005). Kişinin kendisiyle ilgili bilgileri diğer kişiyle paylaşmasıyla başlayan yakınlık süreci, dinleyicinin kabul ve onaylamasıyla devam etmektedir. Romantik yakınlık, kişinin kendini partnerine açtığında anlaşılmış, önemsenmiş ve kabul edilmiş hissetmesini tanımlamaktadır (Laurenceau vd., 2004). Bu nedenle pandemi sürecinde çiftlerin kendilerini açmalarının ve sonrasında hissettikleri partner duyarlılığının, ilişkide hissedilen yakınlığı nasıl etkilediği ve COVID-19 ile ilgili stresin kişilerarası süreçte olumsuz bir etkisinin olup olmadığı incelenmiştir. Kendini açma ve partner duyarlılığı yakınlığın önemli bileşenleri olarak kabul edilmiş ve araştırmalarla desteklenmiş olmakla beraber pandemi ile ilgili stres faktörlerinin kendini açma ve partner tarafından önemsenme, anlaşılmış ve kabul edilmiş hissetme sürecini olumsuz etkileyebileceği hipotezi ilk defa bu çalışmada incelenmiştir. Araştırmanın bu bulgusu yakınlığın kişilerarası süreç modeline önemli bir katkı sağlamıştır.

4.4. Araştırma Bulgularının Desteklediği Bir Uygulama Programı Önerisi: Stres ile Diyadik Baş Etme Eğitimi (SDBEE)

Bu araştırmanın bulgularından yola çıkarak hazırlamış olduğumuz “Stres ile Diyadik Baş Etme Eğitimi” çiftlerin duygu odaklı pozitif diyadik baş etme becerisine odaklanmaktadır. SDBEE Bodenmann’ın (2004) modelinden faydalanılarak hazırlanmış olup bu çalışmanın bulgularına göre revize edilmiş ve Diyalektik Davranış Terapisi Beceri Eğitimi modeliyle zenginleştirilmiştir. Eğitimin geneli iki partnerin de birbirlerinin süreçlerini sahiplenmesini, müşterekliği kazandırmayı, her iki partnerin stres ile birlikte baş etme motivasyonunu geliştirmeyi ve birlikteliğe dair bakış açısı kazandırmayı hedeflemektedir. Bodenmann’ın modeli daha kapsamlı bir model olup, bu uygulama önerisinde kesitsel çalışmadan elde edilen ampirik verinin işaret ettiklerine göre daha duygu odaklı bir eğitim planlanmıştır. Bu çalışmanın bulgularından edinilen bilgiler doğrultusunda COVID-19 stres ve kaygısına karşı problem odaklı baş etmenin çiftlerde etkili bir baş etme becerisi olmaması nedeniyle Bodenmann’ın

modelinde yer alan problem çözmeye yönelik beceriler önerilen modele dahil edilmemiştir. Ayrıca Bodenmann'ın duygulara yönelik farkındalık modülünün kapsamı Diyalektik Davranışçı Terapi (DDT) kuramı çerçevesinde genişletilmiştir. DDT'nin Aile Becerileri Eğitiminde üzerinde önemle durulan çiftlerin birbirlerinin duygularını tanımaya yönelik “diyadik farkındalık” kavramı ve becerileri bu modele entegre edilmiştir. Diyadik farkındalık becerileri yargılamaları uzaklaştırmaya ve dönüştürmeye yardımcı olduğu için (Fruzzetti, 1996), partnerlerin duyguları tanıma ve düzenleme becerilerine diyadik farkındalık ile başlamalarının süreci daha kolaylaştıracağı düşünülmektedir. İlave olarak, SDBEE'nin diyadik duygu odaklı pozitif baş etme modülünün içeriği ilişkilerde oldukça önemli bir unsur olan “geçerli kılma” becerisiyle zenginleştirilmiştir. Geçerli kılma becerisi DDT perspektifinden kavramsallaştırılmıştır. Geçerli kılma becerisinin ilişkide partnere odaklanmayı, partnerin söylediklerini anladığını hissettirmeyi, partnerin geçmişini gözönüne alarak söylemediklerini, partnerin hissettiklerini ve düşündüklerini anlamaya çalışmayı (Linehan, 2015) hedeflemesinden dolayı çiftlerin duygu odaklı baş etme sürecine olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Her partner kendi stresi ile ne kadar etkili bir şekilde baş ederse, stresin yayılma olasılığı o kadar azaltılabilir ve böylece ilişki stresin olumsuz etkilerinden korunabilir. Her iki partner de birlikte stres ile daha iyi başa çıktıkça (örneğin, stres deneyimlerini ortaklaşa tartışarak, aralarındaki dayanışma duygusunu artırarak, durumu yeniden çerçeveleyerek, birbirlerinin rahatlamasına yardımcı olarak vb.) stresi etkili bir şekilde azaltmaları ve bunu yaparken daha büyük bir uyum duygusu geliştirmeleri mümkündür.

Konuşma ve dinleme tekniklerini öğretmek daha iyi çift iletişimini teşvik etmenin yanı sıra, bireysel ve diyadik baş etme becerilerinin geliştirilmesi SDBEE içinde önemli bir vurgudur. Diyadik baş etmeyi öğrenirken, partnerler kendi stres deneyimleri hakkında birbirleriyle daha net bir şekilde nasıl iletişim kuracaklarını keşfederler. Bu süreç ve ilgili duygusal keşif sayesinde, birbirlerine nasıl destek sunacaklarını, ilişki içindeki yakınlığı ve samimiyeti nasıl teşvik edeceklerini öğrenirler, böylece her bir partner günlük stres ile daha etkili bir şekilde başa çıkabilir.

SDBEE, yeni bir ilişkiye başlayan (evlilik öncesi sıkıntıyı önleme) ve bir süredir birlikte olan ve erken sıkıntı belirtileri yaşayan çiftler için uygundur. Bu eğitim, evlilik terapisine ihtiyaç duyan şiddetli kriz geçiren çiftler için önerilmez. Eğitime kayıt olmadan önce, evli çiftlere, akut krizde evli çiftlerin daha uygun hizmetlere yönlendirilmesini sağlamak için evlilik kalitesini, boşanma düşüncelerini vb. değerlendiren bir dizi anket verilir (Bodenmann ve Shantinath, 2004).

4.4.1. Stres ile Diyadik Baş Etme Eğitiminin Tanıtımı

SDBEE'nin Hedefleri: Eğitimin amacı, her iki partnerin de yeni uyarlanabilir davranışlar edinmesine yardımcı olmak ve mevcut olanları güçlendirmektir. Ana hedefler (a) COVID-19 gibi dışsal stresin varlığında kişinin kendi stres yönetimini geliştirmek; (b) COVID-19 gibi dışsal stresin varlığında çift olarak başa çıkma yeteneğini geliştirmek; (c) çifti karşılıklı empati ve geçerli kılma konularına duyarlı hale getirmek; (d) evlilik iletişimini geliştirmek ve (e) çiftin duygularını ifade etme ve düzenleme becerilerini geliştirmek. Özetle SDBEE araştırma bulgularımıza göre oluşturulmuş olup, üç modülden oluşması planlanan bir beceri eğitimi programıdır. Bu modüller aşağıdaki şekildedir:

1. Stres iletişimi
2. Diyadik farkındalık: duyguları tanımlama ve düzenleme
3. Diyadik duygu odaklı pozitif baş etme: empati ve geçerli kılma

Süre ve Biçim: Uygulama programının 9 saat olması planlanmıştır ve süresi 3 saatten oluşan 3 modülden oluşur. Modüller çeşitli formatlarda sunulabilir. Tipik olarak, Bodenmann ve Shantinath (2004)'nın önerdiği gibi SDBEE cuma akşamı başlayıp pazar akşamı sona eren bir hafta sonu atölyesi olarak sunulabilir. Her biri 3 saat süren üç haftalık oturumlar dizisi olarak da gerçekleştirilebilir. Başka bir format ise, programın tatil ve çocuk bakımını içeren, bir haftalık çiftlerin inzivaya yerleştirilmesine olanak tanır. SDBEE tipik olarak 4 ila 8 çift arasında gruplar halinde yürütülebilir. Bununla beraber önerilen eğitimin bireysel veya çiftlerle uygulanması da mümkündür.

4.4.2. SDBEE Modülleri

4.4.2.1. Stres İletişimi

İlk modülde katılımcılar, Lazarus ve Folkman (1984) tarafından tanımlanan stres fikri ile tanıştırılır. Stres kaynakları ve türleri hakkında bilgilendirilirler. COVID-19 stresinin etkileri hakkında bilgilendirilirler. İçsel stres hakkında bilgilendirilirler. Stresin, belirli stres duygularına yol açan bilişsel değerlendirmeleri tetiklediği bir süreç olduğunu öğrenirler. Katılımcılar bunun aynı zamanda her partnerin aynı durumu farklı değerlendirebileceği ve sonuç olarak farklı duygular yaşayabileceği anlamına geldiğini öğrenirler. Bu süreç birkaç alıştırmada örneklendirilir ve katılımcılar günlük yaşamlarında kendi stres seviyeleri hakkındaki farkındalıklarını artırırlar. Bu modülde rol-play ile çiftler partnerlerine streslerini nasıl etkin bir şekilde ifade edeceklerini öğrenirler. Çiftlerin dinleme ve kendini ifade etme becerileri geliştirilir. İşlevsiz iletişimin parçaları ampirik bilgiler eşliğinde tanıtılır.

Daha sonra katılımcılara stresi önleyebilecekleri bireysel ve diyadik çeşitli yollar gösterilir. Bu yollara örnek olarak daha organize olmak, zamanı daha etkili yönetmek, gerçekçi

olmayan beklentileri azaltmak verilebilir. Çalışma sayfaları kullanarak, yaşamlarında stresi azaltmaya veya önlemeye başlayabilecekleri alanları belirlerler.

Bu çalışmanın bir diğer unsuru, katılımcıları stresin olumsuz yönlerine karşı koymak için kullanılabilecek keyif verici aktivite repertuarlarını güçlendirmeleri için motive etmektir. Bu, her iki partnerin de haftalık programlarında planlanan düzenli keyifli aktivitelere (bireysel ve çift olarak) katılmasının istendiği anlamına gelmektedir. Yaşadıkları şiddetli strese bir panzehir olarak sosyal, kültürel, yaratıcı veya entelektüel faaliyetlerde bulunmaya teşvik edilirler. Grup ortamında çiftler birlikte ortak keyifli aktiviteler listesi hazırlarlar ve bunları nasıl gerçekleştireceklerine ilişkin bir program yaparlar. Olası bir çatışmayı önlemek için eğitmen çiftlere bu aşamada destek olur.

4.4.2.2. Diydik Farkındalık: Duyguları Tanımlama Ve Düzenleme

Temel duygular tanıtılır. Bu duyguların birey ve çiftte etkileri tartışılır. Çift ilişkisinde stres ve olumsuz duygularla baş etmek için diydik baş etme becerileri tanıtılır. Baş etme becerilerinden özellikle üzerinde durulacak olan duygu odaklı baş etme ve pozitif baş etme tanıtılır.

Diydik farkındalık SDBEE'de ilişkiye özgü spesifik farkındalık kazanımını amaçlamaktadır. Temel farkındalık becerilerinin yanı sıra diydik farkındalık becerileri öğretilir. Dolayısıyla “diydik farkındalık” olarak isimlendirilen bu modül, kişinin kendisine yönelik farkındalığı ve partnerine yönelik farkındalığını içermektedir (Fruzzetti, 1996). Bu modülde amaç, partnerlerin birbirlerinin duygularını tanımlama becerilerini öğretmektir. Bu beceriler kişinin hem kendisinin hem de partnerinin stresini, stresi ortaya çıkaran durumu ve stresin etkilerini tanımlamalarına olanak sağlamaktadır. Diydik farkındalık becerileri yargılamaları uzaklaştırmaya ve dönüştürmeye odaklanmaktadır. Ayrıca bu modülde temel farkındalık becerileri ve kademeli kas gevşetme becerileri de öğretilmektedir.

Diydik farkındalığın yanı sıra bu modülde bilişsel teknikler de ele alınacaktır. Öncelikle, katılımcılar her durumu, durumun talepleri açısından değerlendirmeye ve böylece stresli durumun belirli özelliklerinin daha fazla farkına varmaya teşvik edilir. Durumun çeşitli yönleri açısından (örneğin, durumun göreceli önemi, aktif olarak kişiyi değiştirme veya etkileme olasılığı ve sonucun kesin olup olmadığı) olaylar hakkında düşünceleri ve uygun baş etme stratejilerini seçmeleri istenir. Başa çıkmaya yönelik duruma dayalı yaklaşım, uygun başa çıkmanın her bir durumun doğasına bağlı olduğunu öğretir. Bu teknikler, çeşitli egzersizler ve öz değerlendirme sayfaları kullanılarak uygulanmaktadır. Bireyler, stresli durumun nasıl görüldüğünü, durumla nasıl başa çıktıklarını ve neyin en etkili başa çıkma tepkisini temsil ettiğini düşündüklerini not ederler.

4.4.2.3. Diyardik Duygu Odaklı Pozitif Baş Etme: Empati ve Geçerli Kılma

Diyardik duygu odaklı pozitif baş etmeyi ele alan modül, SDBEE'nin önemli bir unsurudur. Bu modülde huni yöntemi olarak bilinen bir metaforla tanımlanan duygusal stres araştırması yapılır oluşur. Bir partner (partner A), çiftle alakası olmayan stresli bir durumun yakın zamandaki bir örneğinin gerçeklere dayalı bir açıklamasıyla huninin tepesinden başlar (örneğin, işte olan bir şey) ve huninin dibine kadar çalışır, burada stresli olayın daha derin yönleri hakkında konuşur ve olay tarafından harekete geçirilen kişisel yapıları keşfeder. Durumun kısa bir anlatı tanımlarıyla başlayarak, partner A, eğitmen tarafından stresli olayla bağlantılı duygularına, düşüncelerine ve algılarına daha derinlemesine girmesi için yönlendirilir ve stresli olaya hangi kişisel yapıların (örneğin mükemmeliyetçilik, bağımlılık) dahil olabileceğini keşfetmesine yardımcı olunur. Eğitmen destekleyici bir iletişim tarzı kullanarak, bireyi duygusal keşif sürecinde " Nasıl hissettin? ", " Sana ne oldu? ", "Bu senin için bir anlam ifade etti mi? ", ve "Bu neden bu kadar stresliydi? " gibi kısa açık uçlu sorularla cesaretlendirir ve yol gösterir. Aynı zamanda, eğitmen, partner A'nın söylediklerinin önemli yönlerini dinlemesi ve özetlemesi ve açıklama gerekirse açık uçlu sorular sorması için partner B'ye yol gösterir. Örneğin, bir doktor randevusuna geç kalmak, ilk başta öfke, hayal kırıklığı veya utanç gibi genel duyguları tetikleyebilir. Bu olayı daha ayrıntılı bir şekilde keşfederek, (huniden aşağı doğru ilerleyerek), stresli kişi güvenilmez veya yetersiz olarak algılanmak gibi temel inançlara dokunur. Kişinin benliğine ilişkin bu tür değerlendirmeler, hayal kırıklığı, suçluluk, utanç, endişe veya üzüntü gibi duyguların harekete geçmesine yol açabilir ve kişisel yapıları ortaya çıkarabilir (değersiz olmak, kontrol altında olmamak, mükemmel olmamak). Bu duygusal keşif süreci, her iki partnerin de bu stres duygularının, kendi değerlendirmelerinin ve ilgili şemaların veya yapıların etkinleştirilmesinin mantıksal bir sonucu olduğunu anlamasına olanak tanır. Partner B, partner A için stresli olayın anlamını anlayarak, doğru duygu odaklı destekleyici çift olarak başa çıkmayı teşvik edebilir.

İkinci aşamada, partner B'den, partner A'nın gösterdiği duygusal kendini açma düzeyiyle eşleşen pozitif destekleyici çift olarak başa çıkma sağlaması istenir. Bu noktada B partneri, stresli olayın A partneri için taşıdığı anlamın farkında olur ve empati ile ilgiyi ifade edebilir. Ayrıca, durumu olumlu bir şekilde yeniden çerçevelemeye yardımcı olmak, partnerle dayanışma duygusunu teşvik etmek, partnere nasıl takdir edildiğini söylemek, partnerin güçlü yönlerine işaret etmek, partnerin rahatlamasına yardımcı olmak veya partnerin soruna aktif olarak çözüm bulmasına yardımcı olmak gibi duygu odaklı destekleyici çiftlerde başa çıkma biçimlerini sağlayabilir. Bu aşamada, partner A dinler ancak partner B'ye yanıt olarak herhangi bir değerlendirici yorum sunmaz.

Üçüncü aşamada, partner A, partner B'ye, partnerinin sağladığı destekten ne kadar memnun olduğunu söylemesi için davet edilir. Desteğin ne kadar yardımcı olduğunu ve kendini daha iyi hissetmesine başka nelerin yardımcı olabileceğini anlatır. Bu geri bildirim, yeterince desteklenme duygusunu artırır.

Bu aşamanın tamamlanmasının ardından, partnerler rolleri değiştirir ve daha sonra B partneri stresli bir olayı anlatır ve A partneri diyalog baş etme becerilerini sunar. Eğitim süresince, her iki partnerin de her iki rolde yer alması önemlidir, böylece stres ile ilgili duygularını tarif etme ve diğer partnerin empati ve anlayışını sunması mümkün olabilir.

Katılımcılara pozitif baş etme becerisi olarak partnerini geçerli kılmak öğretilir. Geçerli kılma adımları olarak partnerine dikkat etmek, söylediklerini anladığını hissettirmek, partnerinin geçmişini gözönüne alarak söylemediklerini de anlamaya çalışmak, partnerinin hissettiklerini ve düşündükleri anlamaya çalışmak; partnerinin hissettikleri, düşündükleri, davranışlarında anlaşılır olanı geçerli kılmak ve tüm bunları yaparken eşitlik ve adalet ilkesini göz önünde bulundurmayı içerir (Linehan, 2015).

4.5. Çalışmanın Sınırlılıkları

Mevcut çalışmanın çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, bu çalışma Temmuz 2020-Aralık 2020 tarihleri arasında yürütülmüştür. Bu çalışmanın verisi Eylül 2020-Ekim 2020 tarihleri arasında toplanmıştır. Verinin toplandığı tarih Türkiye'de COVID-19 vaka sayısının özellikle artışta olduğu bir tarih aralığı olmadığından, bulguların bu durum gözönüne alınarak değerlendirilmesi gerekir. Vakaların artışta olduğu dönemlerde stres, psikolojik semptomlar ve evlilik ilişkisini etkileyen değişkenlerin arasındaki ilişkilerin değişmesi beklenebilir. İkinci olarak, bu çalışmada amaçlı örnekleme yapılmıştır. Çalışmanın sonuçları sadece COVID-19 kapsamında evli çiftlere genellenebilir. Diğer dışsal stres faktörleri bağlamında veya evli olmayan çiftlerde araştırma bulgularının farklı çıkması olasıdır. Son olarak, araştırmanın günlük kısmında pandemi sürecinde dışsal stres faktörlerinin hangilerinin spesifik olarak çiftlerin ilişkisini olumsuz etkilediği incelenmemiştir. İleride yapılacak çalışmalar erkeğin ve kadının stres faktörlerini ayrı ayrı tanımlayıp, hangi dışsal faktörlerin ilişki değişkenlerini olumsuz etkilediğini detaylıca inceleyebilir.

KAYNAKÇA

- Aarskaug Wiik, K., Keizer, R., Lappegård, T. 2012. "Relationship quality in marital and cohabiting unions across Europe", *Journal of Marriage and Family*, 74(3), 389–398.
- Acitelli, L. K., Badr, H. J. 2005. "My illness or our illness? Attending to the relationship when one partner is ill, ss. 121–136". *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping*. Editör: Revenson, T. A., Kayser, K., Bodenmann, G. Washington: American Psychological Association.
- Affii, T. D., Huber, F. N., Ohs, J. 2006. "Parents' and adolescents' communication with each other about divorce-related stressors and its impact on their ability to cope positively with the divorce", *Journal of Divorce & Remarriage*, 45, 1–30.
- Ahorsu, D. K., Lin, C.Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., Pakpour, A. H. 2020. "The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation", *International Journal of Mental Health and Addiction*.
- Akalın, S., Özgüner, İ., Şakiroğlu, M. 2020. "COVID-19 salgınının ve karantinanın psikolojik etkileri", *Electronic Turkish Studies*, 15(4).
- Akçora, P.S.G. 2018. Algılanan stres düzeyi ve ilişkilerde yüklemelerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aktaş, S. 2009. Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alkhamees, A. A., Alrashed, S. A., Alzunaydi, A. A., Almohimeed, A. S., Aljohani, M. S. 2020. "The psychological impact of COVID-19 pandemic on the general population of Saudi Arabia", *Comprehensive Psychiatry*, 102, 152192.
- Altemus M. 2006. "Sex differences in depression and anxiety disorders: Potential biological determinants", *Hormones and Behavior*, 50(4), 534–538.
- Altun, Ö.Ş., Polat, Ü., Apay, S.E., Olçun, Z. 2020. "Kadınlarda evlilik uyumunu etkileyen faktörlerin belirlenmesi", *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(2), 82-90.
- Andrews, F. M., Abbey, A., Halman, L. J. 1991. "Stress from infertility, marriage factors, and subjective well-being of wives and husbands", *Journal of Health and Social Behavior*, 32(3), 238–253.
- Antill, J. K., Cotton, S. 1987. "Self disclosure between husbands and wives: Its relationship to sex roles and marital happiness", *Australian Journal of Psychology*, 39(1), 11-24.

- Arpaci, I., Karataş, K., Baloğlu, M. 2020. "The development and initial tests for the psychometric properties of the COVID-19 Phobia Scale (C19P-S)", *Personality and Individual Differences*, 110108.
- Baba, H., Yendork, J. S., Atindanbila, S. 2020. "Exploring married girls' subjective experiences of well-being and challenges", *Journal of Adolescence*, 79, 193-207.
- Baltık, M.V., Kalkan, M. 2017. "Evlilikte algılanan sorun çözme becerileri ve evlilik doyumu", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(5), 2630-2646.
- Bayer, Ö. 2017. Evlilik doyumu ve çok boyutlu algılanan sosyal desteğin öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolünün incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Benlian, A., Haffke, I. 2016. "Does mutuality matter? Examining the bilateral nature and effects of CEO–CIO mutual understanding", *Journal of Strategic Information Systems*, 25, 104–126.
- Ben-Zur, H., Zeidner, M. 1996. "Gender differences in coping reactions under community crisis and daily routine conditions", *Journal of Personality and Individual Differences*, 20, 331–340.
- Berg, C.A., Meegan, S.P., Deviney, F.P. 1998. "A socio-contextual model of coping with everyday problems across the lifespan", *International Journal of Behavioral Development*, 22, 239–261.
- Berg, C.A., Upchurch, R. 2007. "A social contextual model of couples coping with chronic illness across the adult life span," *Psychological Bulletin*, 133, 920–954.
- Bıyıkoglu, E.B. 2012. Evlilik uyumunun mükemmeliyetçilik özellikleri, stresle başa çıkma stratejileri ve cinsiyet açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Biçer, İ. Çakmak, C. Demir, H. Kurt, M.E. 2020. "Koronavirüs Anksiyete Ölçeği Kısa Formu: Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi*, 25(1), 216-225.
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quinonez, H. R., Young, S. L. 2018. "Best practices for developing and validating scales for health, social, and behavioral research: a primer", *Frontiers in Public Health*, 6, 149.
- Bodenmann G., Ledermann T., Blattner-Bolliger D., Galluzzo C. 2006. "The association between everyday stress, critical life events, and sexual dysfunction", *Journal of Nervous and Mental Disease*, 194, 494-501.
- Bodenmann G., Ledermann T., Bradbury T.N. 2007. "Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships*", 14, 407-425.

- Bodenmann, G. 1995. "A systemic-transactional conceptualization of stress and coping in couples", *Swiss Journal of Psychology*, 54(1), 34-49.
- Bodenmann, G. 1997. "Dyadic coping — A systemic-transactional view of stress and coping among couples: Theory and empirical findings", *European Review of Applied Psychology*, 47, 137–140.
- Bodenmann, G. 2000. *Stress und Coping bei Paaren*. Göttingen: Hogrefe.
- Bodenmann, G. 2005. "Dyadic coping and its significance for marital functioning, ss. 33-50". *Couples Coping with Stress: Emerging Perspectives on Dyadic Coping*. Editor: Revenson, T. A., Kayser, K., Bodenmann, G. Washington, DC: American Psychological Association.
- Bodenmann, G. 2007. "Dyadic coping and the 3-phase-method in working with couples", *Innovations in Clinical Practice: Focus on Group and Family Therapy*, 235-252.
- Bodenmann, G., Cina, A. 2000. "Stress and coping as predictors of divorce: A 5-year prospective study", *Zeitschrift für Familienforschung*, 12, 5–20.
- Bodenmann G., Falconier M., Randall A.K. 2017. "Systemic-Transactional Model of Dyadic Coping". *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*. Editor: Lebow J., Chambers A., Breunlin D. Springer: Cham.
- Bodenmann G., Ledermann T., Blattner-Bolliger D., Galluzzo C. 2006. "The association between everyday stress, critical life events, and sexual dysfunction", *Journal of Nervous and Mental Disease*, 194, 494-501.
- Bodenmann G., Ledermann T., Bradbury T.N. 2007. "Stress, sex, and satisfaction in marriage", *Personal Relationships*, 14, 407-425.
- Bodenmann, G., Plancherel, B., Beach, S. R. H., Widmer, K., Gabriel, B., Meuwly, N., Schramm, E. 2008. "Effects of coping-oriented couples therapy on depression: A The Systemic Transactional Model (STM) 22 randomized clinical trial", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(6), 944– 954.
- Bodenmann, G., Pihet, S., Kayser, K. 2006. "The relationship between dyadic coping and marital quality: A 2-year longitudinal study", *Journal of Family Psychology*, 20(3), 485.
- Bodenmann, G., Shantinath, S. D. 2004. "The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A New Approach to Prevention of Marital Distress Based Upon Stress and Coping", *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 53(5), 477–484.
- Bolger, N., Davis, A., Rafaeli, E. 2003. "Diary methods: Capturing live as it is lived", *Annual Review of Psychology*, 54, 579 – 616.

- Bourion-Bédès, S., Tarquinio, C., Batt, M., Tarquinio, P., Lebreuilly, R., Sorsana, C., Legrand, K., Rousseau, H., Baumann, C. 2020. "Psychological impact of the COVID-19 outbreak on students in a French region severely affected by the disease: Results of the PIMS-CoV 19 study", *Psychiatry Research*, 113559.
- Boyce, C. J., Wood, A. M., Ferguson, E. 2016. "For better or for worse: The moderating effects of personality on the marriage-life satisfaction link", *Personality and Individual Differences*, 97, 61–66.
- Brailovskaia, J., Cosci, F., Mansueto, G., Miragall, M., Herrero, R., Baños, R. M., ... Margraf, J. 2020. "The association between depression symptoms, psychological burden caused by COVID-19 and physical activity: An investigation in Germany, Italy, Russia, and Spain", *Psychiatry Research*, 113596.
- Breitenstein, C. J., Milek, A., Nussbeck, F. W., Davila, J., Bodenmann, G. 2017. "Stress, dyadic coping, and relationship satisfaction in late adolescent couples", *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(5), 770–790.
- Brock, R. L., Lawrence, E. 2008. "A longitudinal investigation of stress spillover in marriage: Does spousal support adequacy buffer the effects?", *Journal of Family Psychology*, 22(1), 11–20.
- Brock, R. L., Lawrence, E. 2014. "Intrapersonal, interpersonal, and contextual risk factors for overprovision of partner support in marriage", *Journal of Family Psychology*, 28(1), 54–64.
- Brown, S. L., Booth, A. 1996. "Cohabitation versus Marriage: A Comparison of Relationship Quality", *Journal of Marriage and the Family*, 58(3), 668.
- Buck, A. A., Neff, L. A. 2012. "Stress spillover in early marriage: The role of self-regulatory depletion", *Journal of Family Psychology*, 26(5), 698–708.
- Busby, D. M., Christensen, C., Crane, D. R., Larson, J. H. 1995. "A revision of the Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and nondistressed couples: Construct hierarchy and multidimensional scales", *Journal of Marital and family Therapy*, 21(3), 289-308.
- Cabarkapa, S., Nadjidai, S. E., Murgier, J., Ng, C. H. 2020. "The psychological impact of COVID-19 and other viral epidemics on frontline healthcare workers and ways to address it: A rapid systematic review", *Brain, Behavior, & Immunity – Health*, 100144.
- Cai, Z., Cui, Q., Liu, Z., Li, J., Gong, X., Liu, J., Wan, Z., Yuan, X., Li, X., Chen, C., Wang, G. 2020. "Nurses endured high risks of psychological problems under the epidemic of COVID-19 in a longitudinal study in Wuhan China", *Journal of Psychiatric Research*, 131, 132–137.

- Caillet, A., Coste, C., Sanchez, R., Allaouchiche, B. 2020. "Psychological Impact of COVID-19 on ICU Caregivers", *Anaesthesia Critical Care & Pain Medicine*. 39(6), 717-722
- Canary, D. J., Stafford, L. 1992. "Relational maintenance strategies and equity in marriage. *Communication Monographs*", 59, 243–267.
- Canbulat, N., Çankaya, Z. C. 2014. "Evli bireylerin öznel iyi olma düzeylerinin yordanması", *Ege Eğitim Dergisi*, 15(2), 556-576.
- Casagrande, M., Favieri, F., Tambelli, R., Forte, G. 2020. "The enemy who sealed the world: Effects quarantine due to the COVID-19 on sleep quality, anxiety, and psychological distress in the Italian population", *Sleep Medicine*, 12-20.
- Cénat, J. M., Blais-Rochette, C., Kokou-Kpolou, C. K., Noorishad, P.-G., Mukunzi, J. N., McIntee, S.-E., Dalexis, R.D., Goulet, M., Labelle, P. 2020. "Prevalence of Symptoms of Depression, Anxiety, Insomnia, Posttraumatic Stress Disorder, and Psychological Distress among Populations Affected by the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis", *Psychiatry Research*, 113599.
- Choi, N. G., Ha, J.-H. 2011. "Relationship between spouse/partner support and depressive symptoms in older adults: Gender difference", *Aging & Mental Health*, 15(3), 307–317.
- Cirhinlioglu, F. G., Tepe, Y. K., Cirhinlioglu, Z. 2017. "Psychological distress, self esteem and emotional dependency of married individuals as predictors of marital adjustment", *Procedia Computer Science*, 120, 164–171.
- Clements, M. L., Cordova, A. D., Markman, H. J., Laurenceau, J.-P. 1997. "The erosion of marital satisfaction over time and how to prevent it, ss. 335–355". *Satisfaction in Close Relationships*. Editör: R. S. Sternberg, R. S., Hojjat, M. New York: Guilford Press.
- Cook, W. L., Kenny, D. A. 2005. "The actor-partner interdependence model: A model of bidirectional effects in developmental studies", *International Journal of Behavioral Development*, 29, 101–109.
- Cordova, J. V., Scott, R. L. 2001. *Intimacy: A behavioral interpretation*. *The Behavior Analyst*, 24(1), 75–86.
- Coyne, J.C., Smith, D.A.F. 1991. "Couples coping with a myocardial infarction: A contextual perspective on wives' distress", *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 404–412.
- Crespo, C., Davide, I. N., Costa, M. E., Fletcher, G. J. O. 2008. "Family rituals in married couples: Links with attachment, relationship quality, and closeness", *Personal Relationships*, 15(2), 191–203.
- Crouter, A. C., Perry-Jenkins, M., Huston, T. L., Crawford, D. W. 1989. "The influence of work-induced psychological states on behavior at home", *Basic and Applied Social Psychology*, 10, 273–292.

- Curun, F. 2001. "The Effects of sexism and sex role orientaion on romantic relationship satisfaction", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Cutrona, C. E. 1996. "Social support in couples: Marriage as a resource in times of stress", Sage Publications, Inc.
- Çağ, P., Yıldırım, İ. 2016. "Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler", Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 4(39).
- Çağ, P., Yıldırım, İ. 2018. "The Mediator Role of Spousal Self-Disclosure in the Relationship between Marital Satisfaction and Spousal Support", Educational Sciences: Theory & Practice, 18(3).
- Çelebi, B. M., Polat, A. 2019. "Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıların, Yetişkin Bağlanma Stilllerinin ve Psikolojik İyi Oluşun Evlilik Doyumu Üzerindeki Etkisi", Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 5(1), 29-34.
- Çiçek, B., Almalı, V. 2020. "COVID-19 Pandemisi Sürecinde Kaygı Öz-yeterlilik ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki: Özel Sektör ve Kamu Çalışanları Karşılaştırması", Electronic Turkish Studies, 15(4).
- Çölgeçen, Y., Çölgeçen, H. 2020. "COVID-19 Pandemisine Bağlı Yaşanan Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi: Türkiye Örneği", Electronic Turkish Studies, 15(4).
- Dawson, D. L., Golijani-Moghaddam, N. 2020. "COVID-19: Psychological Flexibility, Coping, Mental Health, and Wellbeing in the UK during the pandemic", Journal of Contextual Behavioral Science.
- Demir, D. 2016. Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dhabhar, F. S. 2014. "Effects of stress on immune function: the good, the bad, and the beautiful", Immunologic Research, 58(2-3), 193–210.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. 1985. "The satisfaction with life scale", Journal of Personality Assessment, 49(1), 71-75.
- Diener E., Diener M., Diener C. 2009. "Factors Predicting the Subjective Well-Being of Nations". Culture and Well-Being. Editör: Diener E. Dordrecht: Springer.
- Diener, E., Lucas, R. E., Oishi, S. 2018. "Advances and Open Questions in the Science of Subjective Well-Being", Collabra: Psychology, 4(1), 15.
- Diener, E., Oishi, S., Tay, L. 2018. "Advances in subjective well-being research", Nature Human Behaviour, 2(4), 253–260.
- Dindia, K., Canary, D. J. 1993. "Definition and theoretical perspectives on maintaining relationships. Journal of Social and Personal Relationships", 10, 163–173.

- Dush, C. M. K., Amato, P. R. 2005. "Consequences of relationship status and quality for subjective well-being", *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(5), 607–627.
- Eftekhari, A., Hejazi, M., Yazdani, K. 2018. "Predicting marital satisfaction through early maladaptive schemas and communication styles of couples", *International Journal of Psychology*, 12(2), 118-146.
- Eggleston, E., Wong, E. L., Hardee, K., Irwanto, Poerwandari, E. K., Severy, L. J. 2001. "Measuring women's psychological well-being in Indonesia", *Women & Health*, 32(4), 17-32.
- El Keshky, M. E. S., Alsabban, A. M., Basyouni, S. S. 2020. "The psychological and social impacts on personal stress for residents quarantined for COVID-19 in Saudi Arabia", *Archives of Psychiatric Nursing*.
- Endler, N.S., Parker, J.D.A. 1990. "Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation", *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844–854.
- Ercan, H., 2019. "Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği Geliştirme Çalışması", *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 205-231.
- Falconier, M. K., Jackson, J. B., Hilpert, P., Bodenmann, G. 2015. "Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis", *Clinical Psychology Review*, 42, 28–46.
- Falconier, M. K., Nussbeck, F. W., Bodenmann, G. 2013. "Immigration Stress and Relationship Satisfaction in Latino Couples: The Role of Dyadic Coping", *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(8), 813-843.
- Farooqi, S. R. 2014. "The construct of relationship quality." *Journal of Relationships Research*, 5.
- Farrell M.R., Sengelaub, D.R. Wellman, C.L. 2013. Sex differences and chronic stress effects on the neural circuitry underlying fear conditioning and extinction. *Physiology & Behavior*, 122, 208–215.
- Florin, M., Pinar, U., Chavigny, E., Bouaboula, M., Jarboui, L., Coulibaly, A., Lemogne, C., Fournier, L. 2020. "Socio-economic and psychological impact of the COVID-19 outbreak on private practice and public hospital radiologists", *European Journal of Radiology*, 132, 109285.
- Folkman, S. 2009. "Commentary on the special section "theory-based approaches to stress and coping: Questions, answers, issues, and next steps in stress and coping research", *European Psychologist*, 14(1), 72–77.
- Gardner, P. J., Moallef, P. 2015. "Psychological impact on SARS survivors: Critical review of the English language literature", *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 56(1), 123–135.

- Geniş, B., Gürhan, N., Koç, M., Geniş, Ç., Şirin, B., Çırakoğlu, O. C., Coşar, B. 2020. "Development of Perception and Attitude Scales Related with COVID-19 Pandemia", *Pearson Journal of Social Sciences - Humanities*, 5(7), 306-328.
- Girme, Y. U., Maniaci, M. R., Reis, H. T., McNulty, J. K., Carmichael, C. L., Gable, S. L., Overall, N. C. 2018. "Does support need to be seen? Daily invisible support promotes next day relationship well-being", *Journal of Family Psychology*, 32(7), 882.
- Gleason, M. E. J., Iida, M., Bolger, N., Shrout, P. E. 2003. "Daily Supportive Equity in Close Relationships", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(8), 1036–1045.
- Goodboy, A. K., Bolkan, S. 2011. "Attachment and the use of negative relational maintenance behaviors in romantic relationships", *Communication Research Reports*, 28, 327–336.
- Goodboy, A. K., Myers, S. A., Members of Investigating Communication. 2010. "Relational quality indicators and love styles as predictors of negative maintenance behaviors in romantic relationships", *Communication Reports*, 23, 65–78.
- Goodboy, A.K., Dainton, M., Borzea, D., Goldman, Z.W. 2017. "Attachment and Negative Relational Maintenance: Dyadic Comparisons Using an Actor-Partner Interdependence Model", *Western Journal of Communication*.
- Gottman, J., Markman, H., Notarius, C. 1977. The topography of marital conflict: A sequential analysis of verbal and nonverbal behavior, *Journal of Marriage and the Family*, 39(3), 461–477.
- Gottman, J.M., Levenson, R.W. 1992. "Marital processes predictive of later dissolution: Behavior, physiology and health", *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 221–233.
- Gottman, J. M. (1994). What predicts divorce: The relationship between marital processes and marital outcomes. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Greenberg, L. S., James, P. S., Conry, R. F. 1988. Perceived change in couples therapy, *Journal of Family Psychology*, 2, 5–23.
- Grover, S., Helliwell, J. F. 2017. "How's Life at Home? New Evidence on Marriage and the Set Point for Happiness", *Journal of Happiness Studies*, 20(2), 373-390.
- Gündoğdu, A. 2007. Benlik kurguları ile evlilik kalitesi ilişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gürel, B., Çopur, Z. 2020. "Evlilik Kalitesi Ölçeği'nin Geliştirilmesi", *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(2), 30-42.
- Gürer, T. 2019. Evli Bireylerde Eşe Kendini Açma ve Evlilik Doyumu. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Halford, W. K., Gravestock, F. M., Lowe, R., Scheldt, S. 1992. "Toward a behavioral ecology of stressful marital interactions", *Behavioral Assessment*, 14, 199–217.

- Halliday Hardie, J., Lucas, A. 2010. "Economic Factors and Relationship Quality Among Young Couples: Comparing Cohabitation and Marriage", *Journal of Marriage and Family*, 72(5), 1141–1154.
- Harper, J. M., Schaalje, B. G., Sandberg, J. G. 2000. "Daily Hassles, Intimacy, and Marital Quality in Later Life Marriages", *The American Journal of Family Therapy*, 28(1), 1–18.
- Hasan, N., Bao, Y. 2020. "Impact of "e-Learning Crack-up" Perception on Psychological Distress among College Students During COVID-19 pandemic: A mediating Role of "Fear of Academic Year Loss"", *Children and Youth Services Review*, 105355.
- Hassebrauck, M., Fehr, B. 2002. "Dimensions of relationship quality", *Personal Relationships*, 9(3), 253-270.
- Hatun, O., Dicle, A. N., Demirci, İ. 2020. "Koronavirüs Salgınının Psikolojik Yansımaları ve Salgınla Başa Çıkma", *Electronic Turkish Studies*, 15(4).
- Heller, D., Watson, D., Iles, R. 2004. "The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination", *Psychological Bulletin*, 130, 574–600.
- Hendrick, S. S. 1988. "A generic measure of relationship satisfaction", *Journal of Marriage and the Family*, 93-98.
- Henry, J. D., Crawford, J. R. 2005. "The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical sample", *British Journal of Clinical Psychology*, 44(2), 227-239.
- Herzberg, P. Y. 2013. "Coping in relationships: the interplay between individual and dyadic coping and their effects on relationship satisfaction", *Anxiety Stress Coping* 26, 136–153.
- Hilpert, P., Kuhn, R., Anderegg, V., Bodenmann, G. 2015. "Comparing simultaneously the effects of extra-dyadic and intra-dyadic experiences on relationship outcomes", *Family Science*, 6, 129–142.
- Hilpert, P., Xu, F., Milek, A., Atkins, D. C., Bodenmann, G., Bradbury, T. N. 2018. "Couples coping with stress: between-person differences and within-person processes", *Journal of Family Psychology*, 32, 366–374.
- İlkketenci, R. 2004. Evli bireylerin problem çözme becerileri ve evlilik uyumları arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Jackson, B., Beauchamp, M. R. 2010. "Efficacy beliefs in coach–athlete dyads: Prospective relationships using actor–partner inter-dependence models", *Applied Psychology: An International Review*, 59, 220–242.

- Jackson, G. L., Krull, J. L., Bradbury, T. N., Karney, B. R. 2017. "Household Income and Trajectories of Marital Satisfaction in Early Marriage", *Journal of Marriage and Family*, 79(3), 690–704.
- Karademas, E. C., Roussi, P. 2017. "Financial strain, dyadic coping, relationship satisfaction, and psychological distress: A dyadic mediation study in Greek couples", *Stress and Health*, 33(5), 508-517.
- Karayağiz, Ş., Taş, E., Hamurcu, A. 2019. The effect of number of children on marital satisfaction and spouse support, *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 43(1), 145-154.
- Karney B.R., Bradbury T.N. 1995. "The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research", *Psychological Bulletin*, 118, 3-34.
- Karney B.R., Story L.B., Bradbury T.N. 2005. "Marriages in context: Interactions between chronic and acute stress among newlyweds". *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping*. Editör: Revenson, T. A., Kayser, K., Bodenmann, G. Washington, D.C: American Psychological Association.
- Karney, B. R., Neff, L. A. 2013. "Couples and stress: How demands outside a relationship affect intimacy within the relationship, ss. 664–684". *The Oxford Handbook of Close Relationships*. Editör: Simpson, J. A. & Campbell, L. Oxford University Press.
- Kasapoğlu, F., Yabanigül, A. 2018. "Marital satisfaction and life satisfaction: The mediating effect of spirituality." *Spiritual Psychology and Counseling*, 3(2), 177-195.
- Kaur, T., Bhargava, M. 2016. "Correlates of marital harmony", *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 7(9), 893-896
- Kayser, K. 2005. "Enhancing dyadic coping during a time of crisis: A theory-based intervention with breast cancer patients and their partners, ss175–194". *Couples Coping with Stress: Emerging Perspectives on Dyadic Coping*. Editör: Revenson, T. A., Kayser, K., Bodenmann, G. Washington: American Psychological Association.
- Kayser, K., Watson, L. E., Andrade, J. T. 2007. "Cancer as a "we-disease": Examining the process of coping from a relational perspective", *Families, Systems, & Health*, 25(4), 404–418.
- Kelley, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, J. H., Huston, T. L., Levinger, G., Peterson, D. R. 1983. *Close relationships*. New York: W. H. Freeman.
- Kenny, D. 2018. "Reflections on the actor-partner interdependence model", *Personal Relationships*, 25, 160-170.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., Ryff, C. D. 2002. "Optimizing Well-Being: The empirical encounter of two traditions", *Journal of Personality & Social Psychology*, 82(6), 1007-1023.

- Kışlak, Ş.T, Göztepe, İ. 2012. "Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler", Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2012, 3(2)
- Kiecolt-Glaser, J.K., Loving, T.J., Stowell, J.R., Malarkey, W.B., Lemeshow, S., Dickinson, S.L., vd. 2005. "Hostile marital interactions, proinflammatory cytokine production, and wound healing", Archives of Genetic Psychiatry, 62, 1377–1384.
- Kim, H. K., McKenry, P. C. 2002. "The Relationship Between Marriage and Psychological Well-being", Journal of Family Issues, 23(8), 885–911.
- Kiuru, N., Salmela-Aro, K., Nurmi, J.-E., Zettergren, P., Andersson, H., Bergman, L. 2012. "Best friends in adolescence show similar educational careers in early adulthood", Journal of Applied Developmental Psychology, 33, 102–111.
- Köker, S. 1991. Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Krishnamoorthy, Y., Nagarajan, R., Saya, G. K., Menon, V. 2020. "Prevalence of Psychological Morbidities Among General Population, Healthcare Workers and COVID-19 patients Amidst the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis", Psychiatry Research, 113382.
- Kurt, İ. E., Akbaş, T. 2019. "Stresle Çift Olarak Baş Etme Envanteri'nin Türkçe'ye Uyarlanması", OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 13(19), 636-655.
- Kyeong, S., Kim, J., Kim, J., Kim, E. J., Kim, H. E., Kim, J.-J. 2020. "Differences in the modulation of functional connectivity by self-talk tasks between people with low and high life satisfaction", NeuroImage, 116929.
- Larson, R. W., Almeida, D. M. 1999. "Emotional transmission in the daily lives of families: A new paradigm for studying family process", Journal of Marriage and the Family, 61(1), 5 – 20.
- Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., Rovine, M. J. 2005. "The interpersonal process model of intimacy in marriage: A daily-diary and multilevel modeling approach", Journal of Family Psychology, 19(2), 314.
- Laurenceau, J. P., Bolger, N. 2005. Using diary methods to study marital and family processes", Journal of Family Psychology, 19(1), 86–97.
- Laurenceau, J. P., Rivera, L. M., Schaffer, A. R., Pietromonaco, P. R. 2004. "Intimacy as an interpersonal process: Current status and future directions", Handbook of Closeness and Intimacy, 61-78.
- Lavner, J. A., Clark, M. A. 2017. "Workload and marital satisfaction over time: Testing lagged spillover and crossover effects during the newlywed years", Journal of Vocational Behavior, 101, 67–76.
- Lazarus, R., Folkman, S. 1984. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.

- Lebron-Milad, K., Milad, M.R. 2012. "Sex differences, gonadal hormones and the fear extinction network: Implications for anxiety disorders", *Biology of Mood & Anxiety Disorders*, 2(1).
- Ledermann, T., Bodenmann, G., Rudaz, M., Bradbury, T. N. 2010. "Stress, Communication, and Marital Quality in Couples", *Family Relations*, 59(2), 195–206.
- Lee, S. A., Mathis, A. A., Jobe, M. C., Pappalardo, E. A. 2020. "Clinically significant fear and anxiety of COVID-19: A psychometric examination of the Coronavirus Anxiety Scale", *Psychiatry Research*, 113112.
- Lee, S. M., Kang, W. S., Cho, A.-R., Kim, T., Park, J. K. 2018. "Psychological impact of the 2015 MERS outbreak on hospital workers and quarantined hemodialysis patients", *Comprehensive Psychiatry*, 87, 123–127.
- Leifker, F. R., Marshall, A. D. 2019. "The impact of negative attributions on the link between observed partner social support and posttraumatic stress disorder symptom severity", *Journal of Anxiety Disorders*, 65, 19–25.
- Li, A., Wang, S., Cai, M., Sun, R., Liu, X. 2021. "Self-compassion and life-satisfaction among Chinese self-quarantined residents during COVID-19 pandemic: A moderated mediation model of positive coping and gender", *Personality and Individual Differences*, 170, 110457.
- Lin, C.-Y., Broström, A., Griffiths, M. D., Pakpour, A. H. 2020. "Investigating mediated effects of fear of COVID-19 and COVID-19 misunderstanding in the association between problematic social media use, psychological distress, and insomnia", *Internet Interventions*, 21, 100345.
- Linehan, M. M. 1993. *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*, New York, NY: Guilford Press.
- Linehan, M. M. 2014. *DBT Skills Training Manual Second Edition*. New York: The Guilford Press.
- Lovibond P., 1998. "Long-term stability of depression, anxiety and stress syndromes", *Journal of Abnormal Psychology*, 107, 520–526.
- Lovibond, P. F., Lovibond, S. H. 1995. "The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories", *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- Lucas, R. E., Clark, A. E. 2006. "Do People Really Adapt To Marriage?", *Journal of Happiness Studies*, 7(4), 405–426.
- Luetke, M., Hensel, D., Herbenick, D., Rosenberg, M. 2020. "Romantic Relationship Conflict Due to the COVID-19 Pandemic and Changes in Intimate and Sexual Behaviors in a

- Nationally Representative Sample of American Adults”, *Journal of Sex & Marital Therapy*, 1–16.
- Luo, M., Guo, L., Yu, M., Wang, H. 2020. “The Psychological and Mental Impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) on Medical Staff and General Public – A Systematic Review and Meta-analysis”, *Psychiatry Research*, 113190.
- Lyons, R. F., Mickelson, K. D., Sullivan, M. J. L., Coyne, J. C. 1998. Coping as a communal process. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(5), 579–605.
- Mahmoodi, F. 2011. “The relationship between the coping styles with stress and marital satisfaction and their comparison among female student and normal population of women in Tehran”, *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 30, 1301–1302.
- Mamun, M. A., Sakib, N., Gozal, D., Bhuiyan, A. I., Hossain, S., Bodrud-Doza, M., Mamun, F. A., Hosen, I., Safiq, M. B., Abdullah, E. H., Şarker, M. A., Rayhan, I., Sikder, M. T., Muhit, M., Lin, C., Griffiths, M. D., Pakpour, A. H. 2020. “The COVID-19 pandemic and serious psychological consequences in Bangladesh: A population-based nationwide study”, *Journal of Affective Disorders*, 279, 462-472.
- Margolis, S., Schwitzgebel, E., Ozer, D. J., Lyubomirsky, S. 2019. “A new measure of life satisfaction: The Riverside Life Satisfaction Scale” *Journal of Personality Assessment*, 101(6), 621-630.
- Matud, M. P. 2004. “Gender differences in stress and coping styles”, *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1401–1415.
- McHenry, J., Carrier, N., Hull, E., Kabbaj, M. 2014. “Gender differences in anxiety and depression: Role of testosterone”, *Frontiers in Neuroendocrinology*, 35(1) 42–57.
- Merz, C. A., Meuwly, N., Randall, A. K., Bodenmann, G. 2014. “Engaging in dyadic coping: Buffering the impact of everyday stress on prospective relationship satisfaction”, *Family Science*, 5(1), 30–37.
- Milek, A., Butler, E. A., Bodenmann, G. 2015. “The interplay of couple’s shared time, women’s intimacy, and intradyadic stress”, *Journal of Family Psychology*, 29(6), 831.
- Milek, A., Randall, A. K., Nussbeck, F. W., Breitenstein, C. J., Bodenmann, G. 2017. “Deleterious effects of stress on time spent together and parents' relationship satisfaction”, *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 16(3), 210-231.
- Miller, S. M., Kirsch, N. 1987. “Sex differences in cognitive coping with stress, ss. 278-307”. *Gender & Stress*. Editor: R. C. Barnett, R. C., Biener, L., Baruch, G. K. New York: The Free Press.
- Moore, K. A., McCabe, M. P., Brink, R. B. 2001. “Are married couples happier in their relationships than cohabiting couples? Intimacy and relationship factors”, *Sexual and Relationship Therapy*, 16(1), 35–46.

- Nabity-Grover, T., Cheung, C. M. K., Thatcher, J. B. 2020. "Inside out and outside in: How the COVID-19 pandemic affects self-disclosure on social media", *International Journal of Information Management*, 55, 102188.
- Neff, L. A., Karney, B. R. 2007. "Stress crossover in newlywed marriage: A longitudinal and dyadic perspective", *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 594-607.
- Neff, L. A., Karney, B. R. 2009. "Stress and reactivity to daily relationship experiences: How stress hinders adaptive processes in marriage", *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(3), 435.
- Neff, L. A., Broady, E. F. 2011. "Stress resilience in early marriage: Can practice make perfect?", *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(5), 1050–1067.
- Neff, L. A., Karney, B. R. 2004. "How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(2), 134–148.
- Nikčević, A. V., Spada, M. M. 2020. "The COVID-19 Anxiety Syndrome Scale: Development and psychometric properties", *Psychiatry Research*, 292, 113322.
- O'Brien, T. B., DeLongis, A., Pomaki, G., Puterman, E., Zwicker, A. 2009. "Couples coping with stress: The role of empathic responding", *European Psychologist*, 14(1), 18–28.
- Odriozola-González, P., Planchuelo-Gómez, Á., Irurtia, M. J., de Luis-García, R. 2020. "Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university", *Psychiatry Research*, 290, 113108.
- Odriozola-González, P., Planchuelo-Gómez, Á., Irurtia, M. J., de Luis-García, R. 2020. "Psychological symptoms of the outbreak of the COVID-19 confinement in Spain", *Journal of Health Psychology*, 1359105320967086.
- Omani-Samani, R., Maroufizadeh, S., Ghaheri, A., Amini, P., Navid, B. 2018. "Reliability and validity of the Kansas Marital Satisfaction Scale (KMSS) in infertile people", *Middle East Fertility Society Journal*, 23(2), 154–157.
- Oprisan, E., Cristea, D. 2012. "A few variables of influence in the concept of marital satisfaction", *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 33, 468–472.
- Özkan, P.Y. 2018. Evli bireylerin stresle başa çıkması ile evlilik uyumunun incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özmete, E. 2016. "Evli Kadınlar ve Erkekler İçin Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlaması", *Bilgi*, 78, 361.
- P. Greeff, Hildegard L. Malherbe, A. 2001. "Intimacy and marital satisfaction in spouses", *Journal of Sex & Marital Therapy*, 27(3), 247-257.

- Pakenham, K. I., Landi, G., Bocolini, G., Furlani, A., Grandi, S., Tossani, E. 2020. "The moderating roles of psychological flexibility and inflexibility on the mental health impacts of COVID-19 pandemic and lockdown in Italy", *Journal of Contextual Behavioral Science*, 17, 109-118.
- Papp, L. M., Witt, N. L. 2010. "Romantic partners' individual coping strategies and dyadic coping: Implications for relationship functioning", *Journal of Family Psychology*, 24, 551–559.
- Paredes, M. R., Apaolaza, V., Fernandez-Robin, C., Hartmann, P., Yañez-Martinez, D. 2020. "The impact of the COVID-19 pandemic on subjective mental well-being: The interplay of perceived threat, future anxiety and resilience", *Personality and Individual Differences*, 170, 110455.
- Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G., Tollerud, T. R. 2007. "Intimacy, Differentiation, and Personality Variables as Predictors of Marital Satisfaction", *The Family Journal*, 15(4), 359–367.
- Petzold, M. B., Bendau, A., Plag, J., Pyrkosch, L., Maricic, L. M., Rogoll, J., Betzler, F., Grobe, J., Ströhle, A. 2020. "Development of the COVID-19-Anxiety Questionnaire and first psychometric testing", *BJPsych Open*, 6(5).
- Pietromonaco, P. R., Overall, N. C. 2020. "Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships", *American Psychologist*. Advance online publication.
- Polat, K. 2014. *Evli Bireylerde Çift Uyumu ve Bazı Psikolojik Belirtilerin Benliğin Farklılaşması Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Proulx, C. M., Helms, H. M., Buehler, C. 2007. "Marital Quality and Personal Well-Being: A Meta-Analysis", *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576–593.
- Ptacek, J. T., Dodge, K. L. 1995. "Coping strategies and relationship satisfaction in couples.", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 76–84.
- Ptacek, J.T., Smith, R.E., Zanas, J. 1992. "Gender appraisal and coping: a longitudinal analysis", *Journal of Personality*, 60, 747–768.
- Qasem S., A. M., Asad M., F. M., Ayadh A., A. A. 2020. "Psychological impact of the COVID-19 pandemic on health care workers", *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 15(6), 536-543.
- Quek, K. M.-T., Taniguchi, N., Argiropoulou, M. I. 2015. "Self-Disclosure Between Marital Couples: A Comparative Study Between Singapore and Greek Couples", *Journal of Comparative Family Studies*, 46(2), 221–240.

- Racine, N., Plamondon, A., Hentges, R., Tough, S., Madigan, S. 2019. "Dynamic and Bidirectional Associations Between Maternal Stress, Anxiety, and Social Support: The Critical Role of Partner and Family Support", *Journal of Affective Disorders*. 252, 19-24.
- Randall, A., Bodenmann, G. 2009. "The role of stress on close relationships and marital satisfaction", *Clinical Psychology Review*, 29(2), 105-115.
- Randall, A., Bodenmann, G. 2017. "Stress and its associations with relationship satisfaction", *Current Opinion Psychology*, 13, 96-106.,
- Rathod, S., Pallikadavath, S., Young, A. H., Graves, L., Rahman, M. M., Brooks, A., Soomro, M., Rathod, P., Phiri, P. 2020. "Psychological impact of COVID-19 pandemic: Protocol and results of first three weeks from an international cross-section survey- focus on health professionals", *Journal of Affective Disorders Reports*, 1, 100005.
- Regan, T. W., Lambert, S. D., Kelly, B., McElduff, P., Girgis, A., Kayser, K., Turner, J. 2014. "Cross-sectional relationships between dyadic coping and anxiety, depression, and relationship satisfaction for patients with prostate cancer and their spouses", *Patient Education and Counseling*, 96, 120–127.
- Reis, H. T., Shaver, P. 1988. "Intimacy as an interpersonal process, ss. 367-389". *Handbook of personal relationships: Theory, Research and Interventions*. Editör: Duck, S., Hay, D. F., Hobfoll, S. E., Ickes, W., Montgomery, B. M. John Wiley & Sons.
- Reizer, A., Koslowsky, M., Geffen, L. 2020. "Living in fear: The relationship between fear of COVID-19, distress, health, and marital satisfaction among Israeli women", *Health Care for Women International*, 1-21.
- Repetti, R., Wang, S. W., Saxbe, D. 2009. "Bringing it all back home: How outside stressors shape families' everyday lives", *Current Directions in Psychological Science*, 18(2), 106-111.
- Revenson, T.A. 1994. "Social support and marital coping with chronic illness.", *Annals of Behavioural Medicine*, 16,122–130.
- Revenson, T.A., Kayser, K., Bodenmann, G. 2005. *Emerging perspectives on couples' coping with stress*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Revenson, T.A., Lepore, S.J. 2012. "Coping in social context, ss. 193–218". *Handbook of Health Psychology*. Editör: Baum, A. , Revenson, T. A., Singer, J. New York: Taylor & Francis.
- Rini, C., Schetter, C. D., Hobel, C. J., Glynn, L. M., Sandman, C. A. 2006. "Effective social support: Antecedents and consequences of partner support during pregnancy", *Personal Relationships*, 13(2), 207–229.

- Rosario, M., Shinn, M., Morch, H., Huckabee, C.B. 1988. "Gender differences in coping and support: testing socialization and role constraint theories", *Journal of Community Psychology*, 16, 55–69.
- Rottmann, N., Hansen, D. G., Larsen, P. V., Nicolaisen, A., Flyger, H., Johansen, C., Hagedoorn, M. 2015. "Dyadic coping within couples dealing with breast cancer: A longitudinal, population-based study", *Health Psychology*, 34, 486-495.
- Sarı, T., Çakır, G. 2016. "Mutluluk korkusu ile öznel ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi", *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 222-229.
- Satici, B., Gocet-Tekin, E., Deniz, M., Satici, S. 2020. "Adaptation of the Fear of COVID-19 Scale: Its Association with Psychological Distress and Life Satisfaction in Turkey", *International Journal Of Mental Health And Addiction*.
- Schmid, L., Wörn, J., Hank, K., Sawatzki, B., Walper, S. 2020. "Changes in employment and relationship satisfaction in times of the COVID-19 pandemic: Evidence from the German family Panel", *European Societies*, 1–16.
- Schokker, M.C., Bouma, J., Keers, J.C., Links, T.P., Wolffenduttel, B.H., Sanderman, R., vd 2010. "Support behavior and relationship satisfaction in couples dealing with diabetes: Main and moderating effects", *Journal of Family Psychology*, 24, 578–586.
- Schulz, M. S., Cowan, P. A., Cowan, C. P., Brennan, R. T. 2004. "Coming home upset: Gender, marital satisfaction, and the daily spillover of workday experience into couples interactions", *Journal of Family Psychology*, 18, 250–263.
- Scorsolini-Comin, F., dos Santos, M. A. 2012. "Correlations between Subjective Well-being, Dyadic Adjustment and Marital Satisfaction in Brazilian Married People", *The Spanish Journal of Psychology*, 15(01), 166–176.
- Segrin, C., Hanzal, A., Domschke, T. J. 2009. "Accuracy and Bias in Newlywed Couples' Perceptions of Conflict Styles and the Association with Marital Satisfaction", *Communication Monographs*, 76(2), 207–233.
- Sheraton, M., Deo, N., Dutt, T., Surani, S., Hall-Flavin, D., Kashyap, R. 2020. "Psychological effects of the COVID 19 pandemic on healthcare workers globally: A systematic review", *Psychiatry Research*, 292, 113360.
- Silver, R.C., Holman, E.A., McIntosh, D.N., Poulin, M., Gil-Rivas, V. 2002. "Nationwide longitudinal study of psychological responses to September 11", *JAMA*, 288, 1235–1244.
- Smith, B. M., Twohy, A. J., Smith, G. S. 2020. "Psychological inflexibility and intolerance of uncertainty moderate the relationship between social isolation and mental health outcomes during COVID-19", *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 162–174.

- Spanier, G. B. 1976. "Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads", *Journal of Marriage and the Family*, 15-28.
- Story, L.B., Bradbury, T. N. 2004. "Understanding marriage and stress: essential questions and challenges", *Clinical Psychology Rev*, 23, 1139-1162.
- Sun, N., Wei, L., Wang, H., Wang, X., Gao, M., Hu, X., Shi, S. 2020. "Qualitative Study of the Psychological Experience of COVID-19 Patients during Hospitalization", *Journal of Affective Disorders*.
- Şendil, G., Korkut, Y. 2008. "Evli Çiftlerdeki Çift Uyum ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi", *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.
- Taylor, S., Landry, C. A., Paluszek, M. M., Fergus, T. A., McKay, D., Asmundson, G. J. G. 2020. "Development and initial validation of the COVID Stress Scales", *Journal of Anxiety Disorders*, 72, 102232.
- Thompson, R. R., Garfin, D. R., Holman, E. A., Silver, R. C. 2017. "Distress, worry, and functioning following a global health crisis: A national study of Americans' responses to Ebola", *Clinical Psychological Science*, 5(3), 513-521.
- Tuğba, Ö. Z., Tatar, A. "Evlilik Doyumu İle Depresyon, Mutluluk ve Psikolojik İyi Oluş Arası İlişkide Evlilik Süresinin Aracı Rolü", *Humanistic Perspective*, 2(1), 18-31.
- Tull, M. T., Edmonds, K. A., Scamaldo, K., Richmond, J. R., Rose, J. P., Gratz, K. L. 2020. "Psychological Outcomes Associated with Stay-at-Home Orders and the Perceived Impact of COVID-19 on Daily Life", *Psychiatry Research*, 113098.
- Umberson, D., Williams, K., Powers, D., Liu, H., Needham, B. 2005. "Stress in Childhood and Adulthood: Effects on Marital Quality over Time", *Journal of Marriage and Family*, 67(5), 1332-1347.
- Upadhyay, R., Singh, B., Singh, U. 2020. "Psychological impact of quarantine period on asymptomatic individuals with COVID-19", *Social Sciences & Humanities Open*, 2(1), 100061.
- Uzun, H., Karaca, N. H., Metin, Ş. 2020. "Assesment of Parent-Child Relationship in COVID-19 Pandemic", *Children and Youth Services Review*, 105748.
- Ümmet, D. 2017. "Genel Psikolojik Sağlık ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Evlilik Uyumunun Aracı Rolü", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 159-175.
- Ünüvar, P., Tagay, Ö. 2015. "Çalışan Evli Kadınların Toplumsal Cinsiyet Roller, Yaşam, İş Doyumu ve Evlilik Uyumlarının İncelenmesi", *Kadin/Woman* 2000, 16(2), 21-44.
- Villeneuve, L., Dargis, L., Trudel, G., Boyer, R., Prévile, M., Bégin, J. 2014. "Daily hassles, marital functioning and psychological distress among community-dwelling older couples", *European Review of Applied Psychology*, 64(5), 251–258.

- Voncken, M. J., Dijk, C., Lange, W.-G., Boots, L. M. M., Roelofs, J. 2020. "Behavior when socially anxious individuals expect to be (dis)liked: The role of self-disclosure and mimicry in actual likeability", *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 69, 101574.
- Wadsworth, T. 2015. "Marriage and Subjective Well-Being: How and Why Context Matters", *Social Indicators Research*, 126(3), 1025–1048.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., Ho, R. C. 2020. "Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729.
- Wang, L.-Q., Zhang, M., Liu, G.-M., Nan, S.-Y., Li, T., Xu, L., ... Liu, F. 2020. "Psychological impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) epidemic on medical staff in different posts in China: A multicenter study", *Journal of Psychiatric Research*, 129, 198-205.
- Williams, K. 2003. "Has the Future of Marriage Arrived? A Contemporary Examination of Gender, Marriage, and Psychological Well-Being", *Journal of Health and Social Behavior*, 44(4), 470.
- Williams, L. M. 1995. "Association of stressful life events and marital quality", *Psychological Reports*, 76, 1115–1122.
- Williamson, H. C. 2020. "Early Effects of the COVID-19 Pandemic on Relationship Satisfaction and Attributions", *Psychological Science*, 095679762097268.
- Xiao, X., Zhu, X., Fu, S., Hu, Y., Li, X., Xiao, J. 2020. "Psychological impact of healthcare workers in China during COVID-19 pneumonia epidemic: a multi-center cross-sectional survey investigation", *Journal of Affective Disorders*, 274, 405-410
- Xu, F., Hilpert, P., Nussbeck, F. W., Bodenmann, G. 2018. Testing Stress and Dyadic Coping Processes in Chinese Couples. *International Journal of Stress Management*, 25(1), 84–95.
- Yang, D., Swekwi, U., Tu, C. C., Dai, X. 2020. "Psychological effects of the COVID-19 pandemic on Wuhan's high school students", *Children and Youth Services Review*, 119, 105634.
- Yıldız, M. A., Büyükşahin Çevik, G. 2016. "A study on marital satisfaction and life satisfaction with married individuals", *Journal of Human Sciences*, 13(1), 227-242.
- Yılmaz, Ö., Boz, H., Arslan, A. 2017. "Depresyon Anksiyete Stres Ölçeğinin (Dass 21) Türkçe Kısa Formunun Geçerlilik-Güvenilirlik Çalışması", *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-91.

- Yüksel, Ö. 2013. Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Zhang, C., Ye, M., Fu, Y., Yang, M., Luo, F., Yuan, J., Tao, Q. 2020. "The Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic on Teenagers in China", *Journal of Adolescent Health*, 67(6), 745-755.
- Zivotofsky, A. Z., Koslowsky, M. 2005. "Short Communication: Gender differences in coping with the major external stress of the Washington, D.C. sniper", *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 21(1), 27–31.
- Zoleikha K., Negah A., Shahla O., Syed Mohamed Shafeq bin Syed Mansor A., Mark D. G. 2020. "Factors that influence marital intimacy: A qualitative analysis of Iranian married couples", *Cogent Psychology*, 7(1), 1771118.
- Zuhal, E. N. D. E., Tüfekci, F. G., 2015. "Engelli çocuğu olan ebeveynlerde evlilik uyumu ve yaşam doyumunun değerlendirilmesi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi", *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 102-112.

EKLER

EK-A. COVID-19 Stres ve Kaygı Ölçeği

Aşağıda Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19) ile ilgili birtakım sorular bulunmaktadır. Lütfen her bir ifadeyi okuyup **bugün de dahil olmak üzere geçen hafta boyunca** sizin için en uygun olan yanıtı veriniz.

1= Hemen hemen hiç, 2= Çok az, 3= Biraz, 4= Ne az ne çok, 5= Çok, 6= Oldukça çok, 7= Neredeyse tamamen

- 1) COVID-19 ile ilgili kaygınızı nasıl derecelendirirsiniz?
- 2) Geçen hafta boyunca odaklanmakta güçlük çektiniz mi?
- 3) Geçen hafta boyunca sürekli huzursuzluk ya da gerginlik hissettiniz mi?
- 4) Geçen hafta boyunca COVID-19'a yakalanma endişenizi nasıl derecelendirirsiniz
- 5) Geçen hafta boyunca siz istemeseniz de COVID-19 ilgili olumsuz düşünceler zihninize geldi mi?
- 6) Geçen hafta boyunca olumsuz düşüncelerle baş etmekte zorlandınız mı?
- 7) Olumsuz düşüncelerle baş etmek için yineleyici istemsiz eylemlerde bulundunuz mu? (el yıkama, nesneleri yıkama, kontrol etme gibi)
- 8) Geçen hafta boyunca aile bireylerinizi COVID-19 tehlikesi altında hissettiniz mi?
- 9) Geçen hafta boyunca fiziksel belirtileriniz sizi ne ölçüde kaygılandırdı? (öksürme, hapşıрма, terleme gibi)

TÜBİTAK
PROJE ÖZET BİLGİ FORMU

Proje Yürütücüsü:	Doç. Dr. FATMA İŞİL BİLİCAN YURTERİ
Proje No:	120K417
Proje Başlığı:	Covid-19 Pandemisinin Evlilik Uyumu Üzerindeki Etkileri
Proje Türü:	1001 - Araştırma
Proje Süresi:	6
Araştırmacılar:	
Danışmanlar:	
Projenin Yürütüldüğü Kuruluş ve Adresi:	İSTANBUL MEDENİYET Ü. EDEBİYAT F. PSİKOLOJİ B.
Projenin Başlangıç ve Bitiş Tarihleri:	01/07/2020 - 31/12/2020
Onaylanan Bütçe:	94045.0
Harcanan Bütçe:	67023.76
Öz:	Bu çalışma Covid-19 pandemisinde evli çiftlerin evlilik uyumunu ve öznel iyi oluşlarını yordayan Covid-19 ile ilgili stres ve kaygı faktörlerini ve baş etme becerilerini incelemeyi amaçlamıştır. Bu amaçla üç çalışma düzenlenmiştir. İlk çalışmada, Covid-19 ile ilgili stres ve kaygıyı ölçen bir ölçek geliştirilmiştir. İkinci çalışmada, bir dışsal stres faktörü olarak Covid-19 kaygısının bireysel ve ilişki değişkenleri ile ilişkisi kesitsel çalışma ile incelenmiştir. Üçüncü çalışmada Covid-19 kaygısı hem dışsal hem de içsel stres faktörleriyle boylamsal/günlük olarak incelenmiştir. İlk çalışmaya 847 kişi katılmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik bulguları ölçeğin, Covid-19 ile ilgili stres ve kaygıya yönelik fiziksel ve bilişsel semptomları ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymuştur. Kesitsel çalışma 102 çift ile yürütülmüştür. Bulgular, bireylerin Covid-19 ile ilgili kaygılarının kendi psikolojik semptomlarını ve iyi oluşunu etkilediğine fakat eşlerinin psikolojik semptomlarını ve iyilik hallerini etkilemediğine işaret etmiştir. Covid-19 kaygısı yalnızca erkeklerin evlilik uyumunu ve ilişki doyumunu doğrudan olumsuz etkilemiştir. Erkeklerin Covid-19 kaygısı arttığında, kadınların evlilik uyumu ve yakınlığı azalmıştır. Bireyin diydik baş etme becerilerini kullanmasının, partnerinin bireysel iyilik haline olumlu etkisi olmamış, ancak partnerinin romantik yakınlık, evlilik uyumu ve ilişki doyumunun artması ile ilişkili bulunmuştur. Partneri geçerli kılmaya yönelik duygu odaklı ve pozitif baş etme becerileri evlilik uyumunu artması ile ilişkili bulunmuştur. Covid-19 kaygısının varlığında, hem kadınların hem de erkeklerin bireysel iyilik halleri bu stres kaynağından etkilenmiş, ancak sadece erkeklerde bireysel stresi de aşırılığa yansıyan bir geçiş olmuştur. 100 çiftle yürütülen günlük çalışmanın bulguları, pandemi sürecindeki hem dışsal, hem de içsel stres faktörlerinin çiftlerin günlük ilişki doyumlarını olumsuz etkilediğini; Covid-19 kaygısının içsel strese yayılma etkisi gösterdiğini ortaya koymaktadır. Diydik baş etme strese karşı koruyucu bir işlev görmektedir. Gün içerisinde partnere kendini açmak ve algılanan partner duyarlılığı romantik yakınlığı artırmıştır. Bulgular, ilişki kalitesini korumak için çiftlere, özellikle de erkeğe, stresi yönetmelerini sağlayacak mekanizmaları sunmanın faydalı olabileceğine işaret etmektedir.
Anahtar Kelimeler:	Covid-19, dışsal ve içsel stres, diydik baş etme, evlilik uyumu, romantik yakınlık, ilişki doyumu.
Fikri Ürün Bildirim Formu Sunuldu Mu?:	Hayır