

Azize Gül OZAN

Evli Çiftlerin Evlilik Uyumlarının ve Depresyon Düzeylerinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi

Arel Üniversitesi, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi *

Danışman: Prof. Dr. M. Engin Deniz

Özet

Bu araştırmadaki temel amaç; evli çiftlerin evlilik uyumu düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemektir. Demografik değişkenlerin evlilik uyumu ve depresyon üzerindeki etkileri araştırmanın bir diğer amacı olarak kabul edilmiştir. 178 kadın ve 170 erkekten oluşan toplam 348 kişiyle yapılan bu çalışmada, demografik ve sosyoekonomik değişkenler araştırmacı tarafından oluşturulan anketten elde edilen bilgilerle incelenmiştir. Evli bireylerin evlilik uyumunu ölçmek için *Evlilik Uyum Ölçeği*, depresyon düzeylerini ölçmek için de *Beck Depresyon Ölçeği* uygulanmıştır. Araştırma Tekirdağ ili, Çorlu ilçesinde ikamet eden, Vehbi Gunaştı İlkokulu velisi olan evli bireylerle sınırlandırılmıştır. Yapılan çalışmada depresyon düzeyi cinsiyet ve eğitim düzeyi açısından anlamlı bir farklılık gösterirken, evli bireylerin yaşlarının, evlilik sürelerinin, evlenme yaşlarının ve anlaşarak, görücü usulü ile evlenmesi gibi durumların depresyon düzeyi üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Ancak, katılımcıların geniş aile ya da çekirdek aileye sahip olmaları, sahip oldukları çocuk sayısı, çalışıp ya da çalışmamaları, gelir seviyelerinin yüksek ya da az olması, eşleri tarafından beklendikleri ilgiyi görme ve fikirlerine önem verme sıklığı, aile içinde yaşadıkları kavga ve tartışmaların seviye farklılıkları yaşadıkları depresyon düzeyleri üzerinde anlamlı bir fark yarattığı görülmüştür. İstatistiki analizler sonucunda elde edilen bulgular literatür ve alanda konuyla ilgili yapılan çalışmalarla ilişkilendirilerek tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Evlilik, Evlilik Uyumu, Depresyon, Sosyodemografik Faktörler

1. Giriş

Evlilik uyumu, işlevleri dolayısıyla evlilik ilişkisinin sürdürülmesini sağlayan en önemli etkenlerden biridir. Evlilikte uyum, duygusal sağlığı, duygusal sağlık da evlilikte uyumu olumlu yönde etkilemektedir. İnsanlar evliliklerindeki sorunları hayatlarındaki diğer sorunların da nedeni olarak görmektedirler. Evlilik uyumu üzerinde etkili olabilecek değişkenleri bireysel değişkenler, aileye ilişkin değişkenler ve sosyoekonomik değişkenler olarak sınıflandırmaktadır. Cinsiyet, yaş, evlilik sayısı, ilk evlenme yaşı, sağlık durumu, fiziki görünüş vb. gibi özellikler bireysel değişkenler, eşler arasındaki yaş farkı, evlilik biçimi, çocuk sahibi olup olmama, eşle duygu ve düşünceleri paylaşma, eşlerin cinsel yaşamdaki doyumları vb. gibi özellikler ise aileye ilişkin değişkenlerdir. Sosyoekonomik değişkenler de ailenin aylık geliri, gelirin yeterlilik düzeyi, eşlerin öğrenim düzeyi, eşlerin aile gelirine katkısı, eşlerin mesleki durumları vb. gibi özelliklerden oluşmaktadır. Depresyon da evlilik uyumunun bozulmasında önemli bir etken rol oynamaktadır. Eşlerden birinde ya da her ikisinde depresyonun olması evlilik uyumunu olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

1.1. Problem

Bu araştırmanın genel amacı; evli bireylerin evlilik uyumlarının, depresyon düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Bu genel amaç çerçevesinde aşağıdaki problemler araştırılacaktır.

1.2. Alt Problemler

1. Evli bireylerin Evlilik Uyumu puan ortalamaları ile ilgili olarak;
 - 1.1. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları cinsiyet değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 1.2. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları yaş değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 1.3. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları evlilik durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 1.4. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları evlilik yılı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 1.5. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları evlenme yaşı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 1.6. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları evlenme şekli değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 1.7. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları aile yapısı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

- 1.8. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları çocuk sayısı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 1.9. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları çalışma durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 1.10. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları sosyoekonomik durum değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 1.11. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları eşinin fikirlerine önem verdiğini düşünme durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 1.12. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları eşinden beklediği ilgiliyi görme durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 1.13. Evli bireylerin evlilik puan ortalamaları aile içinde kavga ve tartışma durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
2. Evli bireylerin Depresyon puan ortalamaları ile ilgili olarak;
 - 2.1. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları cinsiyet değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.2. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları yaş değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.3. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları evlilik durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.4. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları evlilik yılı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.5. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları evlenme yaşı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.6. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları evlenme şekli değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.7. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları aile yapısı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.8. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları çocuk sayısı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.9. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları çalışma durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.10. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları sosyoekonomik durum değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.11. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları eşinin fikirlerine önem verdiğini düşünme durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.12. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları eşinden beklediği ilgiliyi görme durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - 2.13. Evli bireylerin depresyon puan ortalamaları aile içinde kavga ve tartışma durumu değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
3. Evli bireylerin evlilik uyumu puanları ile depresyon puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?

1.3. Evlilik Uyumu

Mutlu bir evliliği, mutsuz bir evlilikten ayıran nedir? sorusu, evlilikle ilgili yapılan ilk çalışmanın cevap aradığı temel bir sorudur. Bununla birlikte, günümüze kadar birçok araştırmanın merak konusu olmuş temel bir soru olarak güncelliğini korumaktadır (Yüksel, 2013: 3). Evlilik uyumu; Locke'a (1968) göre eşlerin birbirlerine ve evliliğin bütünlüğüne uyum sağlayacak şekilde değişiklikleri özümstedikleri, birbirleri ile iletişim kurabildikleri, anlaşmazlıkları her ikisini de memnun edecek şekilde çözümledikleri ya da anlaşmazlıklardan uzak durdukları; böylece birbirlerinden ve evlilikten mutluluk duydukları adaptasyondur (akt. Çakır, 2008: 1). Evlilik Uyumu; evliliğin kendine ait çok özel şartları içinde eşlerin kendileri ve birbirleriyle uzlaşma, ortak amaca ulaşma ve denge kurma çabasıdır. (Baltaş ve Baltaş, 1993: 103)

1.4. Evlilik Uyumu, Beden, Ruh Sağlığı ve Psikolojik Belirtiler

İlişkilerin psikolojisi üzerine olan çalışmaların odağı, evlilik doyumu ve sürekliliğini otonomik sinir sisteminin, endokrin ve bağışıklık sistemlerinin etkilemesine kadar genişlemiştir (Kiecolt-Glaser, Fisher ve Orgrocki, 1987),

ayrıca evlilik doyumu ve süreklilik çalışmaları, sağlık ve uzun yaşam gibi diğer konuları da içerir hale gelmektedir. Evlilik kalitesi ve sağlık arasında, (Burman ve Margolin, 1992) evli olma durumu ile daha iyi sağlık ve uzun yaşam arasındaki güçlü bağlar tanımlanmıştır (Berkman ve Syme, 1979; Berkman ve Breslow, 1983). Araştırmalar bastırılmış evlilik sorunlarının bağışıklık sistemi (Kiecolt-Glaser vd. 1987; Malarkey, Kiecolt-Glaser vd. 1994), kardiovasküler etkinlik artışı (Levenson ve Gottman, 1983 ve 1985; Ewart, Burnett vd. 1983; Ewart, vd. 1991; Brown ve Smith, 1992; Gottman ve Levenson, 1992; Gottman, 1994) ve katekolamin ve kortizostreoidler gibi stresle ilgili hormonların artışıyla (Kiecolt-Glaser vd. 1993) ile ilgili olduğunu göstermektedir. Literatür erkek için evliliğin sağlığa tampon olma etkileri olduğunu (Bernard, 1982; Berkman ve Breslow, 1983; Burman ve Margolin, 1992; Shumaker ve Hill, 1991) ve kadınların evlilik sorunları yaşandığında daha fazla sağlık sorunları yaşamasının yüksek olduğunu göstermektedir (Gaelick, vd. 1985; Huston ve Ashmore, 1986; Ewart vd. 1991; Kiecolt-Glaser vd. 1993). Yapılan araştırmalar, evlilik içi etkileme girişimleri ve kan basıncı değişimleriyle (Brown, vd. 1998), partnerlerinin kronik sırt ağrısından söz ettikleri sırada eşlerin kalp atım oranı ve cilt iletkenliğindeki değişimlerle (Stampler, vd. 1997) ilgili sorular ortaya atmaktadır. Thomsen ve Gilbert (1998), evlilikte tatmin yaşayan çiftler arasındaki fizyolojik sistemlerde tatmin yaşamayanlara kıyasla daha fazla senkron ve örtüşme olduğunu bulmuşlardır. Malarkey, vd. (1994), yeni evlilerin evlilik içi çatışmada yüksek seviyelerdeki düşmanlığın bir fonksiyonu olarak hipofiz salgısında ve adrenalın hormonlarında artış olduğunu bulmuşlardır (akt. Johnson vd., 2004: 137-141). Son yıllarda hem doğu, hem de batı kültürlerinde yapılan araştırmalar, evli olup olmamanın değil, evlilik ilişkisinin kalitesiyle sağlık durumu arasında bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Holt-Lunstad vd. 2008; Bloch vd. 2010; Jabamelian, 2011). Kiecolt-Glaser ve Newton (2011) tarafından yapılan gözden geçirme çalışmasında, evlilik işlevselliğinin sağlıklı olmayla yakından ilişkili olduğu gösterilmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, evliliğin olumsuz boyutları sağlık tutumları ve depresyon üzerinden kendini açığa çıkarırken, kardiovasküler, endokrin, bağışıklık, sinir sistemi, duysal ve diğer fiziksel mekanizmalardaki sorunlarla da doğrudan ilişkilidir. Thomsen ve Gilbert (1998) de, yine, evlilik ilişkisi ile psikolojik ve fizyolojik sistemlerin yakından ilgili olduğunu göstermişlerdir. (Yüksel, 2013: 26) Otuz iki evli çiftin çatışma çözümündeki etkileşimlerinin video görüntüsü ve fizyolojik ölçümlerle kaydedildiği bu çalışmada, nörotizm ve negatif duygulanımın evlilik doyumuyla negatif bir ilişkiye sahip olduğu, aynı zamanda, evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin, düşük olanlara göre elektrodermal ve kalp atım sistemlerinin daha senkronize olduğu görülmüştür. Gottman ve Levenson (1992) ise, evlilikte yaşanan stresin, kanser, kalp hastalıkları ve kronik ağrı gibi rahatsızlıklarla ilişkili olduğunu ve bu olumsuz sonuçları en fazla kadınların yaşadığını kaydetmiştir. Bunun sebebi, kadınların evliliğe ve aileye kendilerinden, eşlerine göre daha çok şey yatırmaları ve bu nedenle evlilikteki sorunlardan daha fazla etkilenmeleri olabilir (Birtchnell ve Kennard, 1983'den akt. Yüksel, 2013: 8-9). Daha özel olarak, hangi psikolojik belirtilerin evlilikle ilişkisi olduğuna bakıldığında, evliliğe dair sıkıntıların yüksek derecede kaygı, duygu durum bozuklukları ve madde kullanım bozukluklarıyla yakından ilgili olduğu görülmektedir (Whisman, 2007: 638-643). Whisman ve Uebelacker (2009) ise, evlilik anlaşmazlığı ve depresyon semptomları arasında hem kadınlarda hem de erkeklerde olmak üzere çift yönlü bir ilişki tespit etmişlerdir. Buna göre, eşlerin depresyonu evlilik ilişkisini olumsuz yönde etkilerken, evlilik uyumundaki bozulma da kişilerde depresyon semptomlarının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Whitton ve Whisman'ın (2010), kadınlarla 12 hafta boyunca yaptığı değerlendirmeler de, evlilik doyumundaki istikrarsızlık arttıkça depresyon semptomlarının arttığını göstermektedir.

1.5. Depresyon

Depresyonu; duygusal alanda; disfori, anhedoni, iritabilite, üzüntü, anksiyete, kognitif alanda; değersizlik, çaresizlik, benlik saygısında azalma, karamsarlık, umutsuzluk, kendini küçük görme, suçluluk duyguları, konuşma ve düşüncede retardasyon, varsanılar, sanrılar, obsesif düşünceler, hipokondriyak uğraşlar, ölüm ve intihar düşünceleri, bellek, dikkat ve konsantrasyon bozuklukları, vejetatif alanda; enerji azlığı, yorgunluk, bitkinlik, güçsüzlük, iştah değişiklikleri, kilo kaybı (nadiren kilo alımı), uyku bozuklukları, ajitasyon, cinsel ilgi ve etkinlikte azalma, kabızlık, harekette yavaşlama, somatik yakınmalar, kadınlarda adet düzensizlikleri, sosyal alanda; toplumdan uzaklaşma, sosyal-mesleki işlevlere karşı ilgi kaybı, intihar girişimleri gibi belirtileri içeren bir sendromdur. (Tezcan, 2000: 77-98)

1.6. Evlilik Uyumu ve Depresyon Arasındaki İlişki

Depresyon ve evlilikte yaşanan sıkıntılar büyük oranda birbiriyle örtüşen sorunlardır. Evlilikte var olan uyumsuzluk ve depresyon arasında güçlü bir ilişkinin olduğu yapılan çalışmalarla da kanıtlanmıştır. Ve genel olarak çalışma sonuçlarına göre evlilikte yaşanan sıkıntılar depresyonun oluşumunda ve sürmesinde etken rol

oyunmaktadır (Gordon vd. 2005). Burns, vd. (1994), bilişsel-davranışçı terapi yöntemiyle depresyon tedavisi görenlerde 12 aylık bir izleme çalışması yapmış ve yakın ilişkilerdeki depresyon ve doyumumsuzluk arasındaki ilişkinin nedensel yönünü araştırmışlardır. Araştırma sonuçlarına göre başlangıçta ve 12 haftanın sonunda, depresyon ve evlilik doyumu arasında negatif yönlü bir korelasyon bulmuşlardır (Düzgün, 2009). Düzgün (2009) çalışmasında, evlilik uyumu ile depresyon arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yüksek düzeyde evlilik uyumuna sahip kişilerin depresyon düzeyi, düşük düzeyde evlilik uyumuna sahip kişilere kıyasla daha düşüktür. Senchak ve Leonard (1993), 312 yeni evli çiftte, eşlerin depresyon ve öfke düzeyleri, evlilikteki olumsuz yaşam olayları için yapılan nedensel yüklemeler ve evlilik uyumu arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Sonuçta, depresif eşler, daha az evlilik uyumu göstermektedirler ve kendilerine ve eşlerine olan olumsuz değerlendirmeleri artmaktadır (Sabuncuoğlu, 2006). Coleman ve Miller (1975), hasta olmayan örneklem üzerinde depresyon ve evlilik uyumu arasında anlamlı negatif bir ilişki ortaya koymuşlardır. Mitchell ve arkadaşları (1983) normal çiftler ve eşlerden birinin klinik olarak depresif olduğu çekleri karşılaştırmış ve ikinci grubun daha çok stres yaşamakta oldukları belirlemiştir. Crowther (1985) depresif olan ve olmayan hasta grupları üzerinde depresyon ve evlilik uyumu arası ilişki incelemiş depresif grubun evliliklerinin diğer gruplardan daha uyumsuz olduğunu bulmuştur. Crowther'ın 1998 ise evlilik için uyum ve depresyon arasındaki ilişkiyi araştırmıştır evlilik ilişkisinin niteliği ve eşler de semptom oluşumu hakkındaki bu çalışmanın örneklemini eşlerden birisi veya her ikisi de depresyon tanısı almış olan 30 çift ve terapi sürecinde olmayan 30 kontrol çifti oluşturmuştur araştırmacı çalışmasında depresyon tanısı almış kişilerde evlilik uyumunun düşük olacağını ve kadınlarda erkeklere kıyasla depresyon belirtilerinin daha fazla olacağını bunun sonucunda kadınların evlilik uyumlarının daha düşük olacağını öne sürmüştür yapılan analizler sonucunda evlilik uyumu ile depresyon arasındaki ilişkinin varlığı ortaya konmuştur.

2. Yöntem

178 kadın ve 170 erkekten oluşan toplam 348 kişiyle yapılan bu çalışmada, demografik ve sosyoekonomik değişkenler araştırmacı tarafından oluşturulan anketten elde edilen bilgilerle incelenmiştir. Evli bireylerin evlilik uyumunu ölçmek için *Evlilik Uyum Ölçeği*, depresyon düzeylerini ölçmek için de *Beck Depresyon Ölçeği* uygulanmıştır.

2.1. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini Tekirdağ ili Çorlu ilçesindeki evli çiftler, örnekleme ise, Tekirdağ ili Çorlu ilçesindeki Vehbi Günüşta İlkokulu velisi olan 348 evli çift oluşturmaktadır.

2.2. Veri Toplama ve Ölçme Değerlendirme

Demografik Bilgi Formu : Araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu aracılığıyla, katılımcılara ait cinsiyet, yaş, çalışma durumu, eğitim düzeyi, algılanan ekonomik düzey, evlilik süresi, evlilik yaşı, evlilik türü, çocuk sayısı vb. bilgilerinin alınması amaçlanmıştır.

Evlilik Uyum Ölçeği: *Evlilik Uyum Ölçeği* - EUÖ, Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilmiştir (Tutarel-Kışlak, 1999). Evliliğin niteliğini ölçmek için oldukça yaygın olarak kullanılan EUÖ, Tutarel-Kışlak (1999) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. 15 maddeden oluşan EUÖ, hem genel evlilik doyumu ya da niteliğini ölçmekte, hem de çeşitli konularda (aile bütçesi, duyguların ifadesi, arkadaşlar, cinsellik, toplumsal kurallar, yaşam felsefesi) anlaşma ya da anlaşamama ile ilişki tarzını (boş zaman, ev dışı etkinlikler, çatışma çözme, güven) ölçmektedir. Alınan puanlar, 1-58 arasındadır. Ölçekte puanlar uyumsuzluktan uyumluluğa doğru artmaktadır (Tutarel-Kışlak, 1999).

Beck Depresyon Envanteri: Beck Depresyon Envanteri (BDE), Beck, Rush, Shaw ve Emery (1978) tarafından geliştirilmiş ve depresyonda görülen somatik, duygusal, bilişsel ve motivasyonel belirtileri ölçmesi amaçlanmıştır. 21 maddeden oluşan BDE'nin her bir maddesinde dört seçenek bulunmaktadır. Her madde 0 ile 3 arasında puan alır. Alınabilecek en yüksek puan 63'tür ve toplam puanın yüksek oluşu, depresyon düzeyinin ya da şiddetinin yüksekliğini göstermektedir (Savaşır ve Şahin, 1997)

3. Bulgular

3.1. Evli Bireylerin Evlilik Uyumlarının Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişisine Yönelik Bulgular

Tablo 1: Evli Bireylerin Sahip Oldukları Çocuk Sayısına Göre Evlilik Uyumlarının Ortalamaları

Çocuk Sayısı	n	X	SS
1 çocuk	118	44,51	9,24
2 çocuk	199	46,47	8,44
3 çocuk ve üzeri	31	41,35	9,27
Toplam	348	45,35	8,90

Tek çocuk sahibi olan evli bireylerin evlilik uyum ortalaması 44,51, iki çocuk sahibi olanların 46,47 olarak saptanmıştır. Ancak üç çocuk ve üzeri çocuk sahibi olan evli bireylerin evlilik uyum ortalamaları 41,35 olarak elde edilmiştir. Tukey analizine göre, iki çocuğa sahip olan evli bireylerin evlilik uyumu puan ortalamaları ile üç çocuğa sahip evli bireylerin evlilik uyum puan ortalamaları arasındaki fark 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Sahip olunan çocuk sayısı arttıkça evlilik uyumu azalmaktadır.

Tablo 2: Evli Bireylerin Gelir Düzeylerine Göre Evlilik Uyumlarının Ortalamaları

Gelir Düzeyi (Sosyoekonomik Durum)	n	X	SS
Düşük	13	32,92	8,77
Orta	241	44,86	8,87
Yüksek	94	48,34	7,19
Toplam	348	45,35	8,90

Sonuçlara göre evli bireylerin gelir düzeyi yükseldikçe evlilik uyumlarının arttığı görülebilmektedir.

Tablo 3: Evli Bireylerin Eşleri Tarafından Fikirlerine Önem verilmesine Göre Evlilik Uyumlarının Ortalamaları

Eşlerin fikirlere önem verme durumu	n	X	SS
Evet	219	48,90	6,56
Hayır	129	39,32	9,14
Toplam	348	45,35	8,90

Evli bireylerin eşleri tarafından fikirlerine önem verilenlerin evlilik uyum ortalaması 48,90 iken, eşleri tarafından fikirlerine önem verilmeyenlerin evlilik uyum ortalaması 39,32'dir. Eşi tarafından fikirlerinin önemsendiğini düşünen evli bireylerin evlilik uyumları daha yüksektir.

Tablo 4: Evli Bireylerin Eşleri Tarafından Bekledikleri İlgiye Göre Evlilik Uyum Ortalamaları

Bireylerin eşlerden ilgi görme durumları	n	X	SS
Evet	224	49,08	6,63
Hayır	124	38,61	8,53
Toplam	348	45,35	8,90

Evli bireylerin eşlerinden beklediği ilgiyi görenlerin evlilik uyum ortalaması 49,08 iken, eşleri tarafından beklediği ilgiyi görmeyenlerin evlilik uyum ortalaması 38,61'dir. Eşinden beklediği ilgiyi gören evli bireylerin evlilik uyum düzeyleri yüksek iken beklediği ilgiyi görmeyenlerin evlilik uyum düzeyi düşüktür.

Tablo 5: Evli Bireylerin Aile İçi Tartışma Şiddetine Göre Evlilik Uyumlarının Ortalamaları

Eşlerin Aile İçinde Tartışma ve Kavga Şiddetleri	n	X	SS
Hiç Yaşanmaz	70	50,12	6,56
Yaşanır	207	46,67	6,72
Sık Yaşanır	71	36,80	10,75
Toplam	348	45,35	8,90

Hiç tartışma ve kavga yaşamayan bireylerin Evlilik Uyum ortalamaları 50,12 iken, sık tartışma ve kavga yaşadığını ileten bireylerin Evlilik Uyum ortalamaları 36,80 çıkmıştır. Tukey testi bulgularına göre de, evlerinde hiç tartışma ve kavga yaşamayan bireylerin evlilik uyum ortalamaları ile; evlerinde tartışma yaşandığını ileten ve sık tartışma ve kavga yaşadığını ileten bireylerin evlilik uyum ortalamaları arasındaki fark 0,05 düzeyinde anlamlıdır. Eşlerin yaşadıkları kavga ve tartışma şiddet seviyesi arttıkça evli bireylerin evlilik uyum ortalamaları da düşmektedir.

3.2. Evli Bireylerin Depresyon Düzeylerinin Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 6: Beck Depresyon Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t Testi Sonuçları

Beck Depresyon Ölçeği	n	X	SS	t	p
Kadın	178	9.46	8.15	2.90	0.004
Erkek	170	7.16	8.50		

$p < 0.05$ olduğu için evli bireylerin cinsiyetlerine göre ortalama depresyon düzeyleri anlamlı bir farklılık gösterir. Tabloya bakacak olursak evli kadınların depresyon düzeylerinin ortalaması evli erkeklerin depresyon düzeyleri ortalamasından fazladır.

Tablo 7: Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Depresyon Düzeylerinin Ortalamaları

Eğitim Düzeyleri	n	X	SS
İlkokul Mezunu	84	9,88	7,61
Ortaokul Mezunu	49	10,12	8,48
Lise Mezunu	144	7,29	7,48
Üniversite Mezunu	71	7,40	6,01
Toplam	348	8.34	7.47

Yukarıdaki tabloya bakacak olursak evli bireylerin depresyon düzeyleri ortalamaları eğitim düzeyleri ile ters orantılıdır. Yani evli bireylerin eğitim düzeyi yükseldikçe depresyon düzeyi düşmektedir.

Tablo 8: Beck Depresyon Ölçeğinin Aile Yapısı Açısından Ortalama Puanların t Testi Sonuçları

Beck Depresyon Ölçeği	n	X	SS	t	p
Geniş Aile	60	5.81	6.08	-2.90	0.004
Çekirdek Aile	288	8.86	7.63		

$p < 0.05$ olduğu için evli bireylerin aile yapılarına göre ortalama depresyon düzeyleri anlamlı bir farklılık gösterir. Tabloya bakacak olursak geniş aile yapısına sahip evli bireylerin depresyon düzeyleri ortalaması çekirdek aile yapısına sahip evli bireylerden daha düşüktür.

Tablo 9: Evli Bireylerin Çalışma Durumlarına Göre Depresyon Düzeylerinin Ortalamaları

Çalışma Durumu	n	X	SS
Çalışıyor	248	7,57	6,89
Çalışmıyor	100	10,25	8,48
Toplam	348	8.34	7.47

Tabloya göre çalışan evli bireylerin depresyon düzeyleri ortalaması çalışmayan evli bireylerin depresyon düzeyleri ortalamasına göre daha düşük çıkmıştır.

Tablo 10: Evli Bireylerin Gelir Düzeylerine Göre Depresyon Düzeylerinin Ortalamaları

Gelir Düzeyi	n	X	SS
Düşük	13	20.61	9.63
Orta	241	8.06	6.88
Yüksek	94	7.36	7.20
Toplam	348	8.34	7.47

Sonuçlara göre evli bireylerin gelir düzeyi yükseldikçe depresyon düzeylerinin düştüğü görülebilmektedir. Gelir düzeyi kötü olan evli bireylerin depresyon düzeyi ortalamaları 20.61 iken gelir düzeyi yüksek olan evli bireylerin depresyon düzeyi ortalamalarının 7.36 olduğu görülmektedir. Tukey testi ile de sonuç yinelenmiştir. Bu sonuçlara göre, gelir düzeyi ile depresyon düzeyi arasında ters orantı vardır. Gelir düzeyi düştükçe depresyon düzeyi artmaktadır.

Tablo 11: Evli Bireylerin Eşleri Tarafından Fikirlerine Önem verilmesine Göre Depresyon Düzeylerinin Ortalamaları

Eşlerin fikirlere önem verme durumu	n	X	SS
Evet	219	6,32	5,57
Hayır	129	11,75	8,93
Toplam	348	8,34	7,47

Elde ettiğimiz sonuçlarda evli bireylerin eşleri tarafından fikirlerine önem verilenlerin depresyon düzeyi ortalaması 6,32 iken, eşleri tarafından fikirlerine önem verilmeyenlerin depresyon ortalaması 11,75'dir.

Tablo 12: Evli Bireylerin Eşlerinden Bekledikleri İlgiyi Görme Durumuna Göre Depresyon Düzeylerinin Ortalamaları

Bireylerin eşlerden ilgi görme durumu	n	X	SS
Evet	224	6,45	6,00
Hayır	124	11,75	8,60
Toplam	348	8,34	7,47

Elde ettiğimiz verilere göre evli bireylerin eşlerinden beklediği ilgiyi görenlerin depresyon düzeyi ortalaması 6,45 iken, eşleri tarafından beklediği ilgiyi görmeyenlerin depresyon ortalaması 11,75'dir. Eşinden beklediği ilgiyi gören evli bireylerin depresyon düzeyleri düşük iken beklediği ilgiyi görmeyenlerin depresyon düzeyi yüksektir.

Tablo 13: Evli Bireylerin Aile İçi Tartışma Şiddetine Göre Depresyon Düzeylerinin Ortalamaları

Eşlerin Aile İçinde Tartışma ve Kavga Şiddetleri	n	X	SS
Hiç Yaşanmaz	70	7,28	6,16
Ara Sıra Yaşanır	207	7,42	6,69
Sık Yaşanır	71	12,05	9,48
Toplam	348	8,34	7,47

Elde ettiğimiz verilere göre evli bireylerin aile içinde hiç tartışma ve kavga yaşamadığını söyleyenlerin depresyon düzeyi ortalaması 7,28 iken, sık tartışma ve kavga yaşadığını söyleyenlerin depresyon ortalaması 12,05'dir. Ara sıra tartışma ve kavga yaşadığını söyleyenlerin depresyon ortalaması ise 7,42'dir. Tukey testi ile de doğrulandığı üzere eşlerin aileleri içerisinde yaşadıkları kavga ve tartışma şiddet seviyesi arttıkça evli bireylerin depresyon düzeyi ortalamaları da artar. Aile içerisinde sık tartışma yaşayan evli bireylerin depresyon düzeyleri yüksektir.

3.3. Evli Bireylerin Evlilik Uyumu Düzeyleri ile Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Depresyon yaşayan ya da yaşamayan evli bireylerin evlilik uyumlarının farklı olup olmadığını belirlemek için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır.

Tablo 14: Evli Bireylerin Evlilik Uyumunun Depresyon Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Evlilik Uyumu	Karalar Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	5246.59	4	1311.64	20.18	0.00
Gruplar İçi	22293.22	343	64.99		
Toplam	27539.81	347			

Tabloya göre $p < 0.05$ olduğu için evli bireylerin depresyon düzeyleri ile evlilik uyumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunduğu söylenebilir.

Tablo 15: Evli Bireylerin Depresyon Düzeylerine Göre Evlilik Uyumu Ortalamaları

Depresyon Düzeyi	n	X	SS
Normal	246	47.54	7.55
Hafif Duygu Durum Değişiklikleri	61	42.42	8.16
Sınırdaki Klinik Depresyon	14	40.35	11.24
Orta Düzey Depresyon	19	36.00	8.25
Ağır Depresyon	8	31.50	14.31
Toplam	348	45.35	8.90

Tabloda da görüldüğü gibi depresyon düzeyi normal olan evli bireylerin evlilik uyumlarının ortalaması 47.54 olarak en yüksek değere sahipken ağır depresyona sahip evli bireylerin evlilik uyumlarının ortalaması 31.50 olarak en düşük değere sahiptir. Sonuç olarak depresyon yaşamayan evli bireylerin evlilik uyumu yüksek iken depresyon düzeyi arttıkça evlilik uyumu azalır.

Tablo 16: Evli Bireylerin Evlilik Uyumlarına Göre Depresyon Düzeyi Ortalamaları

Evlilik Uyumu	n	X	SS
Evlilik uyumsuzdur	111	12,61	8,99
Evlilik uyumludur	237	6,34	5,63
Toplam	348	8,34	7,47

Tabloda da görüldüğü gibi evliliği uyumsuz olan evli bireylerin depresyon düzeylerinin ortalaması 12,61 iken evliliği uyumlu olan evli bireylerin depresyon düzeyi ortalaması 6,34'tür.

Tablo 17: Evli Bireylerin Evlilik Uyumları ile Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişki

		Evlilik Uyumu
Depresyon Düzeyi	r	-.48
	p	.000

Evli bireylerin evlilik uyumu toplam puanları ile depresyon ölçeği toplam puanları arasındaki korelasyon incelenmiştir. Buna göre, evlilik uyumu ile depresyon düzeyi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur ($r=-.48$, $p<.001$). Bu sonuca göre depresyon düzeyinin yüksek oluşunun evli bireylerin evlilik uyumlarını da olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

4. Sonuç

Araştırmanın bulgularına göre; depresyon yaşamayan evli bireylerin evlilik uyumu düzeyinin yüksek çıktığı belirlenmiştir. Depresyon düzeyi arttıkça evlilik uyumunun azaldığı saptanmıştır. Depresyon düzeyi cinsiyet ve eğitim düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık gösterirken, evli bireylerin yaşlarının, evlilik sürelerinin, evlenme yaşlarının ve anlaşarak, görücü usulü ile evlenmesi gibi durumların depresyon düzeyi üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Katılımcıların geniş aile ya da çekirdek aileye sahip olmaları, sahip oldukları çocuk sayısı, çalışıp ya da çalışmamaları, gelir seviyelerinin yüksek ya da az olması, eşleri tarafından bekledikleri ilgiyi görme ve fikirlerine önem verme sıklığı, aile içinde yaşadıkları kavga ve tartışmaların seviye farklılıkları değişkenlerinin bireylerin yaşadıkları depresyon düzeyleri üzerinde anlamlı bir fark yarattığını söyleyebiliriz. Ayrıca, yapılan bu çalışmada evli bireylerin evlilik uyumları bireylerin cinsiyet, yaş, eğitim seviyeleri, evlilik süreleri, evlenme yaşları, evlilik şekilleri ve çalışma durumlarına göre istatistiksel açıdan farklılık göstermemektedir. Evli bireylerin evlilik uyumları aile yapılarına, sahip oldukları çocuk sayılarına, gelir düzeylerine, eşleri tarafından fikirlerinin önemsenmesi durumuna, eşleri tarafından bekledikleri ilgiyi görme durumlarına ve aile içi tartışma seviyelerine göre istatistiksel açıdan farklılık göstermektedir.

4.1. Öneriler

Depresyon ve evlilikte yaşanan sıkıntılar büyük oranda birbiriyle örtüşen sorunlardır. Evlilikte var olan uyumsuzluk ve depresyon arasında güçlü bir ilişkinin olduğu yapılan çalışmalarla da kanıtlanmıştır. Bu araştırma kapsamında, veriler evli bireylerden toplanmıştır ancak katılımcıların eşleri çalışmaya dâhil edilmemiştir. Eşlerin birbirlerini karşılıklı olarak etkileyeceği gerçeğinden yola çıkarak bu konuda yapılacak diğer çalışmalarda katılımcıların eşlerine ilişkin bilgilerin alınması ve mümkünse katılımcıların eşlerinin de araştırma sürecine dâhil edilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Depresif kişinin evlilik yaşantısı belirli noktalarda hastalığın gidişini de etkilemektedir. Eşlerin depresyonu evlilik ilişkisini olumsuz yönde etkilerken, evlilik uyumundaki bozulma da kişilerde depresyon semptomlarının ortaya çıkmasına ya da varolan depresyonun seviyesinin yükselmesine neden olmaktadır. Evlilik ilişkisinin depresif bireyde ekstra stres yaratması veya hastalık kaynağını gözardında bırakması, eşin duygusal, sosyal destek sunması veya bunu eşinden mahrum bırakması, evlilik ilişkisi içinde bireyin benlik saygısı ve varoluş hissini onaylanması veya törpülenmesi bakımından evlilik uyumunun ve depresyon ilişkisinin daha ayrıntılı incelenmesi faydalı olacaktır. Evlenmeyi planlayan bireylerin birbirlerini iyi tanımaları, evlilik kurumu içinde önemli olduğu varsayılan tüm değişkenler ve stres kaynağı olabilecek problem alanları hakkında bilgilendirilmeleri sağlanmalı, evlilikte problem çözme becerilerini geliştirebilmelerine yönelik olarak planlanmış eğitim çalışmaları uygulanmalıdır. Evlilik öncesi danışmanlığı kavramı gündeme alınmalı, işlevli ve uygulanabilir bir platformda hizmet vermelidir diye düşünülmektedir. Diğer yandan, düşük eğitim durumu, düşük aile geliri, sahip olunan çocuk sayısının fazlalığı gibi değişkenlerin, evlilik uyumunu ve dolayısıyla bireylerin ruh sağlığını direkt olarak etkilediği saptanmıştır. Bu sonuca bakarak, ülkemizdeki eğitim düzeyinin ve kalitesinin yükseltilmesi, ailelerin gelir seviyelerinin artırılması ve kadının toplum içindeki statüsünün yükseltilmesi konusunda müdahalelere ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Kaynakça

- Adamek, M. A. ve Slater, G. Y. (2008). Chapter 7; Depression and Anxiety, *Journal Of Gerontological Social Work*, 50 (1), 151-189.
- Akar, H. (2005). *Psikiyatrik Yardım Talebi Olanlar ile, Yardım Talebi Olmayan ve Boşanma Aşamasında Olan Çiftlerde; Çift Uyumu ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi, İstanbul.
- Aktaş, A.M. (2004). Aile Terapisinde Sosyal Hizmet Yaklaşımı, *Aile ve Toplum*, 2 (7), 33-42.
- Alper, Y. (1997). *Depresyon Psikoterapisi*. İstanbul: Era Yayıncılık.
- Alper, Y. (1999). *Bütün Yönleriyle Depresyon*. İstanbul: Gendaş Yayınları
- Alper, Y. (2002a). Freud'dan Bugüne Yaratıcı-Sanatçı Psikodinamiğine Bakış. *Türkiye'de Psikiyatri*, 4 (2-3), 65-77
- Alper, Y. (2002b). *Depresyonun Psikodinamiği*. İzmir: Ege Psikiyatri Yayınları.
- Altuğ, D. (2004). *Çocukluktan Yaşlılığa Kendilik Değeri*. Ankara: Başkent Üniversitesi Haberal Eğitim Vakfı Yayınları
- Aluş, Y. (2015). Kültürel ve Toplumsal Gerçekliğimiz Açısından Aile Anlayışlarının ve Türk Ailesinin Değerlendirmesi. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1(1).
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *DSM-V-TR Tanı Ölçütleri: Başvuru Elkitabı*. E. Köroğlu. (çev.), Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arkar, H. (1992). Beck'in Depresyon Modeli ve Bilişsel Terapisi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*. 5 (1-5), 37-40.
- Aslıhan, M. N. (1998). *Parçalanmış veya Tam Aileye Sahip Çocukların Öz-kavramı Depresyon Düzeyleri ve Akademik Başarılarının Yaş ve Cinsiyet Yönünden Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Aşkın, R. (1999). *Depresyon El Kitabı 2*. Baskı. Konya: Atlas Kitabevi
- Aşkın, R. (2000). Kronik depresyon. *Duygudurum Dizisi*, 1, 47-48.
- Ateş, R., Erdoğan, İ., Ergin, H., Gül, G., Şenel, H.G., G.Özkardeş, O., İlgar, L., İlgar, Ş., İşmen, A.E, Kılıçaslan, A., Özabacı, N., Yavuzer, H., Yıldız, A., Y. Şahin, F. (2004). *Evlilik Okulu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., Nolen-Hoeksema, S. (2002). *Psikolojiye Giriş*. (Çev: Y. Alogan). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Atkinson. R. ve Atkinson C. R. (1995). *Anormal Psikoloji* (Çev: K. Atalay, M. Atakay, A. Yavuz) İstanbul: Sosyal Yayınlar.
- Ay, T. R. (2015) *Lise Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumlarının Öğrencilerin Sosyal Problem Çözme Becerilerine ve Depresyon Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi*. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Aysan, F., Uzbaş, A., (2004). İlköğretim 4. ve 5. Sınıflarda Okuyan Öğrencilerin Sosyal Becerileri ve Okul Uyumu İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4 (8), 91-107.
- Aysev, A. S., Taner Y. I. (2007). *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Hastalıkları*. İstanbul: Golden Print.
- Bağlı, M., Sever, A. (2005) Tabulaştırılan/Tabulaşan Kurumun (Ailenin) Kurbanlıklar Edinme Pratiği. *Aile ve Toplum Dergisi* 7, 2 (8), 9-22.
- Beck, J. S. (2001). *Bilişsel Terapi Temel İlkeler ve Ötesi*. (Çev. N. Hisli Şahin), Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Bıyıkoğlu, E. B. (2012). *Evlilik Uyumunun Mükemmelliyetçilik Özellikleri, Stresle Başa Çıkma Stratejileri ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Bilen, M. (2004). *Sağlıklı İnsan İlişkileri*. 6. Baskı. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Bilgin, M. (1990). *Çalışan ve Çalışmayan Kadınlara İlişkin Bazı Değişkenlerin Depresyon Düzeylerine Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Blazer, D. (1995) *Mood Disorders: Epidemiology*. In *Comprehensive Textbook Of Psychiatry*, Sixth Edition, Ed(s) Kaplan H, Sadock J. USA: Williams & Wilkins, Baltimore.
- Boratav C. (2000). Duygudurum Bozuklukları ve Nozoloji: Eleştirel Bir İnceleme. *Duygudurum Dizisi* 1, 18-28.

- Bozkurt, N. (1998). *Lise Öğrencilerinin Okul Başarısızlıklarının Altında Yatan, Depresyonla İlişkili Otomatik Düşünme Kalıpları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Bozkurt, A., Karlıdere T. (2007). Depresyonda Farmakoterapi, *Türkiye Klinikleri* 3, 51-56.
- Bozkurt, A. (2014). *Evlü Bireylerde Bağlanma Stilleri, Aile İçi Eşler Arası Şiddet ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Bradbury, TN., Karney, BR. (2004). Understanding And Altering The Longitudinal Course Ofmarriage. *Journal of Marriage and Family*. 66, 862-879.
- Burns, D.D., Sayers, S.L., & Moras, K. (1994). Intimate Relationships And Depression: Is There A Causal Connection? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62 (5), 1033-1043.
- Canel, A. N. (2007). *Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Cemalcılar, Z., Canbeyli, R., Sunar, D., (2003) Learned Helplessness, Therapy And Personality Traits. *Journal of Social Psychology*, 143 (1)
- Cesur, M. (2015). *Eşi Alkol Bağımlısı Olan ve Olmayan Kadınların Evlilik Uyumu: Eş Bağımlılık, Algılanan Güç, Depresyon, Anksiyete ve Stres Açısından Bir İnceleme*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Charney, E., Weissman, M. (1988) *Epidemiology of Depressive and Manic Syndromes*. In *Depression And Mania*, ed(s) Georgotas A, Cancro R. Elseiver, New York, USA.
- Coyne, J.C., Thompson, R., Palmer, S.C. (2002). Marital Quality, Coping With Conflict, Marital Complaints And Affection İn Cuples With A Depressed Wife. *Journal of Family Psychology*. 16 (1), 26-37.
- Cully, J. A., Phillips, L. L., Kunik, M. E., Stanley, M. A. ve Deswal, A. (2010). Predicting Quality of Life in Veterans with Heart Failure: The Role of Disease Severity, Depression, and Comorbid Anxiety. *Behavioral Medicine*, 36 (2), 70-76.
- Çakır, B. (2011). *Modernleşme Sürecinde Türkiye’de Evlilik Kurumunun İşleyişi ve Boşanma Eğilimlerinin Seyri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çakır, S. (2008). *Evlü Bireylerin Evlilik Uyumlarının Ana Babalarına Bağlanma Düzeyleri ve Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çalıyurt, O., Güdücü, F. (2004) Depresyonda Uyku Yoksunluğu Tedavisi Uygulamaları. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7, 120-126.
- Çatak, P.D., Ögel, K. (2010). Bir Terapi Yöntemi Olarak Farkındalık. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 47, 69-73.
- Çelik, M. (2006) *Evlilik Doyum Ölçeği Geliştirme Çalışması*. Çukurova Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Adana.
- Danacı, A.E., Taşkın, O., Oruç Kotlan, S.,Uyar, Y. (2001). Premenstrüel Disforik Bozuklukta Semptomatolojinin Adet Döngüsüyle İlişkisi, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2 (1),15.
- Davison, G. C., Neale J. M., (1998). *Anormal Psikolojisi* (çev. İ. Dağ) İstanbul: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Demir, A., Fışiloğlu, H. (1999). Loneliness and Marital Adjustment Of Turkish Couples. *The Journal of Psychology*, 133 (2) 230-240.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte Uyumun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- Demirbağ, E. (2013). *Bilişsel Terapi ve Uygulamaları*. 2. Baskı. İstanbul: Litera Yayıncılık
-

*Bu bildiri **Prof. Dr. M. Engin Deniz** danışmanlığında *Psikoloji Ana Bilim Dalı, Psikoloji Bölümünde* Yüksek Lisans Tezi olarak hazırlanan **“Evlü Çiftlerin Evlilik Uyumlarının ve Depresyon Düzeylerinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi”** adlı araştırmanın bir bölümünü kapsamaktadır. Kısıtlı kaynakça bilgisi verilmiştir.