

Bağlanma Tarzları ve İnternet Bağımlılığının Evlilik Uyumuna Etkisi

Attachment Styles and Impacts of Internet Addiction to the Marital Adjustment

Ceren AYCANOĞLU, Gül ÜNSAL

Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

ÖZ

Türkiye İstatistik Kurumu 2015 yılı verilerine göre, evlenen çiftlerin sayısı bir önceki yıla göre %0,1 azalırken, boşanan çiftlerin sayısı %4,5 artmıştır. Boşanma oranlarındaki bu artış ilişkinin devamını sağlayan “evlilikte uyum” kavramının tanımlanmasını ve uyumu etkileyen; evlilik uyumu ile bireylerin bağlanma stilleri arasında bir ilişki olup, olmadığı, hangi bağlanma stillerine sahip bireylerin eş olarak bir araya geldiği ve hangi bağlanma stiline sahip olan çiftlerin evlilik uyumunun daha fazla olduğuna ilişkin faktörlerin araştırılmasını zorunlu kılmaktadır. İnternet bağımlılığı kavramı da son zamanlarda evlilik uyumunu etkileyen bir faktör olarak düşünülmektedir. Özellikle eşlerden birinin internet üzerinden ilişki (siber-ilişki) içinde olması evliliklere yeni bir boyut kazandırmaktadır. İnternetin evlerde kullanılması, hem karı-koca ilişkileri ile hem de ebeveyn-çocuk ilişkileri ile bağlantılı sorunlara neden olabileceği göz önüne alınarak yapılacak çalışmalar alandaki bilgi birikimine katkı sağlayabilirken, evlilik uyumunu etkileyen sorunların belirlenmesi ve çözüm yolları ile evliliklerde yaşanan/yaşanabilecek sorunları önleme ve müdahale çalışmalarına kaynak oluşturabilir.

Anahtar kelimeler: Evlilik uyumu, internet bağımlılığı, bağlanma stilleri

ABSTRACT

Turkish Statistical Institute data has shown that the number of couples married in the year 2015 decreased by 0.1% relative to the previous year, while the number of couples divorced increased by 4.5% compared to previous year. This increase in divorce rates necessitates the definition of the concept of “harmony in marriage” which ensures the continuation of the relationship, and investigation of the factors related to a correlation between the attachment styles of individuals and their marital adjustment, the style of attachment which have a distinct tendency to result in individuals becoming spouses and the type of the attachment which provides higher marital adjustment. The concept of Internet addiction has also been recently considered as a factor affecting marital adjustment. Especially when one party involved in an online-relationship (cyber relationship) the marriages acquire new dimensions. A study on this field might contribute to the knowledge on this specific subject and also may serve as a source material for other studies and works that focus on determination of the problems that affect the marital adjustment, and their solutions, prevention of possible problems that may arise in marriages.

Keywords: Marital adjustment, internet addiction, attachment styles

GİRİŞ

Aile, toplumun temel taşı, insan yaşamını sağlayan yapıcı hücre ve akrabalık ilişkilerinin sağlam temelleri olan gelenek ve sosyal değerleri korumanın temel merkezi olarak düşünülür. İnsanın duygularını ifade etmesi, ortaya çıkarması ve sosyal eğitim için bir yerdirdir ⁽¹⁾.

Evlilik ortaya çıkışının başlangıcından bu yana güvenli bir yer gibi insan yaşamını kapsar ve akrabalık ağı içinde yeni bir dalga oluşturur ⁽²⁾. Evlilik yaşamında önemli olan, evlilik uyumu ve memnuniyetidir. Evlilik ilişkisi en önemli ve en temel insan ilişkisi olarak tanımlanmaktadır. Çünkü bir aile kurma ve yeni nesil yetiştirme için temel yapıdır ⁽³⁾ ve evlilik doyumu ya da uyumu evlilik ilişkisinin çok önemli ve karmaşık bir yönüdür ⁽⁴⁾.

Alındığı tarih: 26.04.2017

Kabul tarihi: 24.10.2017

Yazışma adresi: Ceren Aycanoğlu, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, 34959 - İstanbul - Türkiye

e-posta: cerensonakin@hotmail.com

doi: 10.5222/jaren.2017.163



Evlilik; dostluk, sevgi, sadakat, dayanışma, güven, cinsellik ve çocuk sahibi olmak gibi birçok gereksinimi doyurma beklentisi içinde kurulmakta ancak ömür boyu beraber ve mutlu olmak için başlanılmış bu birlikteliklerin bir kısmında, çok geçmeden sorunlar ortaya çıkmaktadır. Çözülmemeyen sorunlar eşler arasında uyumsuzluklara yol açmakta ve ayrılma kararlarına geçmişe oranla daha sık rastlanmaktadır. Sonuç olarak, Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre, 2015 yılında evlenen çiftlerin sayısı bir önceki yıla göre %0,1 azalırken, boşanan çiftlerin sayısı %4,5 artmıştır ⁽⁵⁾. Boşanma oranlarındaki bu artış ilişkinin devamını sağlayan “evlilikte uyum” kavramının tanımlanmasını ve uyumu etkileyen faktörlerin araştırılmasını zorunlu kılmaktadır.

Evlilik Uyumu

Evlilik uyumu, bir bireyin evliliğe olan beklentilerinin kendi evliliğine ne derece yansıtacağını gösteren “bireyin evliliğin genel doğasını öznel değerlendirmesi” olarak tanımlanmıştır ⁽⁶⁾. Evlilik doyumunu inceleyen araştırmacılar, evlilik doyumunu kavramının kendisinin akıcı ve öznel niteliği de dahil olmak üzere çeşitli güçlüklerle karşılaşmaktadır.

Evlilik uyumu ya da çiftlerin evlilikteki uyumu, evliliği gerçekleştiren bireylerin ve toplumun gereksinimlerini karşılama açısından çok önemlidir ⁽⁷⁾. Evlilik uyumu ve doyumunu kavramının farklı olduğunu ileri süren araştırmacılar olmasına karşın, bu iki kavram aralarındaki yüksek korelasyon nedeniyle literatürde birbirinin yerine de kullanılmaktadır ⁽⁸⁾. Evlilik uyumu ya da evlilik doyumunu kavramları ilişkideki harmoniyi, akışı sürekliliği anlatan özel ve önemli bir bilimsel ilgi alanını anlatma niyetini gösterir.

Evlilik uyumu karmaşık bir kavram olmasına rağmen, birbirleriyle iletişim halinde olan, evlilik ve aile ile ilgili konularda birlikte düşünebilen ve sorunlarını olumlu bir şekilde çözebilen çiftlerin evliliği uyumlu kabul edilir. Ayrıca uyum, bir evliliğin zorunlu ve gönüllü boyutlarının dengede olması olarak da tanımlanmaktadır ⁽⁹⁾.

Johnson ve arkadaşları ⁽¹⁰⁾, yaptıkları çalışmada, eşler arasındaki uyumun beş ayrı boyuttan oluştuğunu bildirmişlerdir. Bunlar eşler arasında mutluluk, etkileşim, çatışmalar, sorunlar ve boşanma eğilimleridir.

Johnson ve arkadaşları bu beş boyutu iki boyut altında toplamışlardır. Mutluluk ve etkileşim birinci, anlaşmazlıklar, sorunlar ve boşanma eğilimi de ikinci boyutu oluşturmaktadır. Araştırmacılara göre, mutluluk, ilişkinin hem genel hem de özel alanlarında kişisel tatmin elde edilmesi anlamına gelmektedir. Etkileşim ise birlikte yapılan etkinlikler ve geçirilen zaman olarak tanımlanabilir. Diğer boyutta yer alan anlaşmazlık ise ilişkideki sözel ve fiziksel çatışma yoğunluğunu açıklamak için kullanılan bir terimdir. Sorunlar, kişinin strese ya da birbiriyle ilişkili sorunlara neden olan sorun davranışları oranına (alkol alımı, küsme, kolay incinme vb.) yanıt verme yeteneği ile ilgilidir. Son boyut olan boşanma eğilimi, sorunlu durumlarda boşanma olasılığını düşünme gibi bilişsel ve yakınlarla ya da eşle bu konuyu konuşma gibi davranışsal öğeler içerir. Ancak bu boyutlar evlilik süresi ve cinsiyet gibi faktörlere bağlı olarak değişkenlik gösterebilir.

Storaasli ve Markman ⁽¹¹⁾, 131 evli çiftle yaptıkları boylamsal çalışmada, evlilik uyumunun erken evlilik, erken ebeveynlik, evlilik öncesi dönemlerin uyumlu ve sorunlu olmasıyla ilişkisini araştırmışlardır. Bu araştırmacılar, para, cinsel yaşam, iletişim, yakınları ile ilişki kurma, çocuk yetiştirme, kıskançlık ve uyuşturucu kullanımı gibi alanların sorunlu olduğunu belirtmiş ve kadın-erkek için her durumda evlilik ilişkileri ile sorun yoğunluğu arasında tartışılmaz bir bağ olduğunu belirtmişlerdir .

Kudiaki ⁽¹²⁾ tarafından cinsel doyum ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi ve cinsel doyumun yordanmasında rol oynayan çeşitli değişkenleri saptamak amacıyla yapılmış olan araştırmada, evlilik uyumu “yüksek” ve “düşük” olarak belirlenen iki grubun puanları karşılaştırılmış ve evlilik uyumu yüksek olan grubun cinsel doyumunun yüksek olduğu bulunmuştur. Bu araştırmada cinsel doyumun yordanmasında evlilik süresi ve eğitim değişkenlerinin de etkisinin olduğu gözlenmiştir ⁽¹³⁾.

Demiray ⁽¹⁴⁾, evli çiftler arasındaki evlilik uyumunun bazı sosyodemografik değişkenler (yaş, cinsiyet, eğitim, evlilik süresi, çocuk sayısı, çalışma durumu, aile ziyaretleri, evlilik biçimi, gelir düzeyi, aile tipi) ile ilişkisini incelediği araştırmada, eşlerin yaşları, evlilik süreleri ve aile ziyaretlerinin, evlilik uyumuyla ilişkisi anlamlı bulunmuştur.



kararsız bağlanma biçimine sahip bireyler ise aile ilişkilerini hem yakın hem de uzak boyutları olan tutarsız bir ilişki olarak tanımlamışlardır. Ek olarak, sonuçlar, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin yakın ilişkide zorluk çekmediğini ve ilişkilerinin tutarlı ve uzun vadeli olduğunu göstermektedir. Bu grup aynı zamanda romantik ilişkilere karşı genel olarak daha mutlu, kendine güvenen ve sempatik ve destekleyici bir tutum sergilemektedir ⁽²⁰⁻²²⁾.

Bağlanma kuramını konu alan çok sayıda kuramsal ve deneysel çalışma yapılmıştır ^(15-18,20-24). Lussier, Sabourin ve Turgeon ⁽²⁵⁾, kaçınan ve kaygılı eşlerin güvenli bağlananlara göre evlilikle ilgili daha çok gerginlik belirttiklerini bulmuşlardır. Son olarak, Senchak ve Leonard ⁽²⁶⁾, iki güvenli eşin, biri güvenli diğeri güvensiz gibi karma bağlanma biçimine sahip eşlerden daha çok yakınlık ve daha az sözel saldırganlık ve boşanma yaşadıklarını belirtmişlerdir. Sözü edilen çalışmada, her iki eşin de güvenli olduğu evliliklerde, evlilik yaşantısının daha çok sevgi ve daha az çatışma göstermekte olduğu ileri sürülmüştür.

Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu'nun ⁽²⁷⁾ 100 evli çift üzerinde yaptığı çalışma sonuçlarına göre, evli kişilerde güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma biçimlerine sahip olanlar içinden, güvenli ve saplantılı bağlanma biçimi olanların evlilik uyum puanları yüksek çıkmıştır.

Yapılan pek çok çalışma, ilişki doyumuyla güvenli bağlanma biçimleri arasında olumlu, güvensiz bağlanma biçimleri arasında olumsuz yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir. En yüksek uyum güvenli bağlanma biçimine sahip kişiler tarafından yaşanırken, en düşük uyumun ise, kaygılı-kararsız bağlanma biçimine sahip bireyler tarafından yaşanmaktadır ⁽¹⁵⁾.

Evlilik Uyumu ve İnternet Bağımlılığı

İnternete erişim büyüyen bir olgudur. Her gün daha fazla insan internet kullanıcıları arasında yer almakta ve internete bağımlı hale gelmektedir. 2016 yılı Türkiye istatistiklerine baktığımızda, ülkemizdeki 79.14 milyonluk nüfusun, 46.3 milyonunun internete bağlandığı görülmektedir. İnternet kullanıcılarının 42 milyonu aktif olarak sosyal medyada yer alırken, bu kullanıcıların 36 milyonu ise sosyal medyaya mobil cihazlardan ulaşmaktadırlar ⁽⁵⁾.

Günümüzde, internet teknolojisi ve sosyal ağlar insanların yaşamlarının bir parçası oldu ve ciddi sosyalizasyona neden olarak, evlilik ve evlilik doyumunu etkiledi ve pek çok endişeyi beraberinde getirdi. Çünkü evlilik doyumunda herhangi bir istikrarsızlık ve gevşeklik ya da bir evliliğin başarısızlığı, çiftlerin zihinsel rahatlamasını engellemekle kalmaz aynı zamanda ailenin yaşayabilirliğini de riske atmaktadır ⁽²⁸⁾.

Özellikle eşlerden birinin internet üzerinden ilişki (siber-ilişki) içinde olması evliliklere yeni bir boyut kazandırmaktadır. İnternet kullanımı ve ailenin çalışması arasında nedensel bir ilişki araştırılabilir. İnternetin evlerde kullanılması, ister istemez, hem karı-koca ilişkileri ile hem de çocukların eğitimi ve ebeveyn-çocuk ilişkileri ile bağlantılıdır ⁽²⁸⁾.

Bu bağlamda literatüre baktığımızda, internet bağımlılığı ve aile ilişkileri çoğunlukla çocuk ve anne-baba ilişkileri üzerinde ele alınmakta ve internet bağımlılığının evlilik uyumuna etkisi konusunda hiçbir çalışma bulunmamaktadır ^(29,30).

“İnternet bağımlılığı”, internetin kontrolsüz şekilde kullanılması şeklindeki davranış örüntüsü kimyasal olmayan, davranışsal bir bağımlılık olarak değerlendirilmiştir. Akıllı telefonlar aracılığıyla sosyal medya ve internet kullanımı kolaylıkla bağımlılık haline dönüşebilmektedir. Young internet bağımlıların %53'ünde ciddi ilişki sorunları olduğunu bildirmiştir. Araştırmalara baktığımızda, diğer bağımlılıklara benzer şekilde, internet bağımlılığı aile bireyleri arasında sıkıntulara yol açabilir ve aile bireyleri arasındaki bağlara zarar verebilir ⁽²⁸⁾.

Zahra ve ark.'nın ⁽²⁸⁾ internet bağımlılığı ile evli öğrencilerin facebook ve evlilik doyumunu ve duygusal boşanma kullanımı arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışma sonuçları da, internet bağımlılığı ile evlilik doyumunu arasında belirgin bir negatif ilişki olduğunu ve internet bağımlılığı ile duygusal boşanma arasında belirgin bir pozitif ilişki olduğunu ortaya koymuştur ($p<0.01$).

İnternet bağımlılığının yaşamın devamı ve evlilik ilişkileri üzerinde; yaşam tarzının değişmesi, internette çok daha fazla zaman geçirme, aile üyelerine ilginin azalması ya da yok sayma gibi negatif etkileri olduğu belirlenmiştir ⁽²⁹⁾.

Grifield ve Bartholomew⁽³¹⁾ evlilik uyumundaki düşüş ile ilgili olarak evlilik ve cinsel ilişkilerin, çoğunlukla internet bağımlılığından etkilenen konular olduğunu belirtmişlerdir. Görünen o ki pornografi, cybersex ve çevrimiçi arkadaşlık nedeniyle evlilik ve evlilik ilişkileri olumsuz yönde etkilenmektedir. Grifield ve Bartholomew'in çalışmasına göre, ankete katılanların % 62'si, cinsel gereksinimlerini için haftada 4 saat porno web sitelerini ziyaret ettiğini belirtmiştir.

SONUÇ

Bu bağlamda, yapılacak çalışmalar alandaki bilgi birikimine katkı sağlayabilirken, evlilik uyumunu etkileyen sorunların belirlenmesi ve çözüm yolları ile evliliklerde yaşanan/yaşanabilecek sorunlara karşı önleme ve müdahale çalışmalarına kaynak oluşturabilir.

KAYNAKLAR

1. Ellis A, Abrams M, Abrams L. Theories of Personality (Sage Press). 2008.
2. Taniguchi ST, Freeman PA, Taylor S, Malcarne B. A study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *Journal of Experiential Education*, 2006; 28(3) 253-56. [CrossRef]
3. Larson JH, Holman TB. Predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 1994; (43) 228-37. [CrossRef]
4. Sternberg RJ, Hojjat M. Satisfaction in Close Relationships. New York: Guilford. 1997; 67-71.
5. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). 2015. URL: <http://www.tuik.gov.tr/PreHABerBultenleri.do?id=2115>. (Erişim Tarihi; 01.03.2017).
6. Gelles R. J. Contemporary family: A sociological view. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications Inc. 1995.
7. Bradbury T.N, Fincham F.D, Beach, S.R.H. Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in Review. *Journal of Marriage and the Family*, 2000; 62: 964-80. [CrossRef]
8. Yılmaz, A. Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2001; 1(4): 12-20.
9. Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çabukça, F. Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2002; 5(2): 35-41.
10. Johnson DR, White LK, Edwards JN, Booth, A. Dimensions of marital quality: Towards methodological and conceptual refinement. *Journal of Family Issues*, 1986; 7: 31-49. [CrossRef]
11. Storaasli R.D, Markman, H.J. Relationship problems in the early stages of marriage: A longitudinal investigation. *Journal of Family Psychology*, 1990; 4(1): 80-98. [CrossRef]
12. Kudiaki Ç. Cinsel doyum ile evlilik uyumu arasındaki ilişki. Ankara Üniversitesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara. 2002.
13. Bartholomew, K. Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1990; 7: 147-78. [CrossRef]
14. Demiray, Ö. Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi. Dicle Üniversitesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Diyarbakır. 2006.
15. Feeney JA, Noller P. Attachment style and verbal descriptions of romantic partners. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1991; 8: 187-215. [CrossRef]
16. Feeney J, Hohaus L. Attachment and spousal caregiving. *Personal Relationships*, 2011; 8: 21-39. [CrossRef]
17. Barse R. Attachment Style and Marital Satisfaction: Evidence for Dyadic Configuration Effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2013; 21: 273-282. [CrossRef]
18. Bowlby J. Attachment and loss: Vol 1. Attachment, New York: Basic Books. 1999.
19. Berk L. Infants, children and adolescents. Pearson international edition six edition. Boston 2008.
20. Brennan K, Shaver, P. Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2012; 21: 267-84. [CrossRef]
21. Fuller T, Fincham F. Attachment style in married couples: relation to current marital functioning, stability over time, and method of assessment. *Personal Relationships*, 2012; 2: 17-34. [CrossRef]
22. Hazan C, Shaver P. R. Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 2009; 5: 1-22. [CrossRef]
23. Kirkpatrick L, Davis KE. Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2009; 66(3): 502-12. [CrossRef]
24. Meyers, Landsberger SA. Direct and indirect pathways between adult attachment style and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 2012; 9: 159-72. [CrossRef]



25. Lussier Y, Sabourin S, Turgeon, C. Coping strategies as moderators of the relationship between attachment and marital adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1997; 14: 777-91. [\[CrossRef\]](#)
26. Senchak M, Leonard K.E. Attachment styles and marital adjustment among newlywed couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2012; 9: 51-64. [\[CrossRef\]](#)
27. Tutarel-Kıslak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2006; 3(9): 61-8.
28. Zahra et al. The relationship between the internet addiction and the use of facebook with marital satisfaction and emotional divorce among married university students. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*, 2015; 5(3): 709-17.
29. Block JJ. Issues for DSM-V: internet addiction. *American Journal of Psychiatry*, 2008; 3: 306-7. [\[CrossRef\]](#)
30. Murali V, George S. Lost online: an overview of internet addiction. *Adv Psychiatr Treat*, 2007; 13: 24-30. [\[CrossRef\]](#)
31. Griffin DW, Bartholomew K. Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1994; 67(3): 430. [\[CrossRef\]](#)

DÜZELTME

Jaren Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi'nin Cilt: 3, Sayı 2, Ağustos 2017 sayısında yayınlanan **“Mesleki beceri laboratuvarında uygulanan simülasyon yönteminin öğrencilerin sorun çözme becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi”** adlı çalışma Dicle Üniversitesi BAP-14-ASYO-159 numaralı bilimsel araştırma projesiyle desteklenmiştir.