



**Erkeklerin Sosyalleşmesinde Öğrenilmiş Güçlülük:
Kavramsal Bir İnceleme**

Hülya ÇAKIR ¹

Özet

Kız ve erkek çocukları sosyalizasyon süreci boyunca, toplumsal cinsiyet rollerine ait kavramsallaştırmaların etkisinde kalmaktadır. Kadınlara erkeklere yardımcı ve buldukları durumdan hoşnut insanlar olmaları, öfkelerini asla göstermemeleri, otorite figürlerine asla soru sormamaları, hayır dememeleri ve diğer insanları mutlu ve rahat ettirmeleri gerektiği, böylece kadına çocukluğundan itibaren atılgan olmayan davranışlara sahip olma öğretilmektedir. Bu davranışlar arasında kendinden önce başkalarının gereksinimlerini karşılama, sessiz olma ve uyumlu davranma yer alır. Bunun sonucu olarak da kendine güvensiz, pasif, kararsız başkaları tarafından verilen kararlara uyan ve duygularını gizleyen, çatışmadan kaçınan yani güçsüzlüğü öğrenen geleneksel kadın imajı gelişmektedir. İlk kez Meichenbaum (1977) tarafından insan davranışlarını açıklamada kişisel faktörlerden biri olarak ifade etmek için kullanılan öğrenilmiş güçlülük kavramı, stresli yaşam olayları ve sorunlarla başa çıkmada bireye yardımcı olan belirli tutumları içermektedir. Öğrenilmiş güçlülüğü yüksek bireyler bir engelle karşılaştıklarını hissettiklerinde, mevcut durumlarını korumaya yönelik direnme ve bu engelden kurtulmak için tüm problem çözme becerilerini harekete geçirmektedirler. Araştırma bulguları öğrenilmiş güçlülüğün çevresel veya durumsal ve bireysel etmenlerden etkilendiğini göstermektedir. Bu çalışmada kız ve erkek çocukların sosyalleşmesi açısından öğrenilmiş güçlülük kavramsal açıdan ele alınmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Sosyalizasyon
Öğrenilmiş Güçlülük
Toplumsal Cinsiyet
Toplumsal Cinsiyet Roller

**Learned Resourcefulness From Male Socialization:
A Conceptual Investigation**

Abstract

Girls and boys are influenced by the conceptualization of gender roles throughout the socialization process. Women are taught to help men and to be happy people, to never show their anger, to never ask questions to authority figures, to say no, and to make other people happy and comfortable, so that women have unattractive behavior from childhood.

Keywords

Socialization
Learned Resourcefulness
Gender
Gender Roles

¹ Yrd. Doç. Dr., Bozok Üniversitesi, hulya.cakir@bozok.edu.tr.

These behaviors include self-fulfillment of others' needs, silence, and compliance. As a result, the image of a traditional woman who develops insecurity, passive, indecisive decisions that conform to the decisions given by others, and who learns the weakness that hides his feelings and avoids conflicts is developing. The concept of learned strength, which was first used by Meichenbaum (1977) to express human behaviors as one of the personal factors in explaining, includes stressful life events and specific attitudes that help the individual to cope with problems. When learners with high levels of strength learn to cope with an obstacle, they are actively engaging in problem-solving abilities to resist and to resist the protection of existing situations. Survey findings show that learned strength is influenced by environmental or situational and individual factors. In this study, the strength learned from the point of socialization of girls and boys is discussed from a conceptual point of view.

GİRİŞ

Kadınlara toplumsal yapıdaki sosyalleşme süreciyle, neleri yapıp yapmamaları gerektiği o kadar güçlü bir şekilde öğretilmektedir ki, toplumsal yaşam alanında o kalıp yargı ve kuralların dışına çıkamayıp, yeni bir denemede bulunmayı aklından bile geçirmeyerek, olması gerektiği gibi tutum ve davranış göstererek, bir anlamda kaybetmeyi öğrenmektedir. Değişime yönelik çaba ise çoğu zaman görülmeyen ancak hissedilen duvarlara çarpmaktadır. Kendi rol ve statülerinde değişim yapmaya çalışan, ancak bu duvarlara çarpan kadın öğrenilmiş çaresizlikle erkeğin görece üstünlüğünü kabul ederek, kimliğini bunun üstüne inşa etmektedir (Gökkaya, 2015: 53-59). Erkeklerde ise toplumsal yapıdaki sosyalleşme süreci kadınlarda yaşanan öğrenilmiş çaresizliğin belli yönleriyle antitezi olan öğrenilmiş güçlülük temelinde gerçekleşmektedir. Her toplumda kültüre göre belirlenen yerleşik kalıp yargılar vardır. Türk toplumunda da kız çocuklarının sosyalizasyon sürecinde sosyal cinsiyet rollerine ait birtakım kavramlaştırmalarla cinsiyet rolleri aşılacaktır. Toplumda kız çocuklarının daha çekingen, pasif, içe dönük vb. kişilik özellikleri geliştirmesi makbul olan iken erkek çocuklarının da daha özgür, dışa dönük, hakkını arayan vb. özellikleri içselleştirerek yetiştirilmesi istenilmektedir. Genel çerçeveye baktığımızda ise kız çocuklarının sosyalizasyonu öğrenilmiş çaresizlik ölçütleri ekseninde oluşurken, erkek çocuklarının sosyalizasyonunun öğrenilmiş güçlülük kriterleri doğrultusunda gerçekleştirildiği görülmektedir. Çalışmada bu perspektif doğrultusunda oluşturulan kavramsal bir incelemedir.

Cinsiyet ve Toplumsal Cinsiyet

Cinsiyet (sex), kişinin kadın ya da erkek olarak gösterdiği genetik, fizyolojik ve biyolojik özellikleri olarak tanımlanırken; toplumsal cinsiyet (gender), kadının ve erkeğin sosyal olarak belirlenen rol ve sorumluluklarını ifade eder. Bourdieu için cinsiyet, sadece toplumsallaşma sürecinin sonucunda kazanılan bir "kimlik" değil, aynı zamanda kişinin içinde aktif bir özne olarak kendine yer bulduğu, farklı iktidar ve sermaye biçimlerini barındıran, çok bileşenli ve karmaşık bir süreçtir (Bora, 2008:181).

Toplumsal cinsiyet kavramını sosyolojiye kazandıran Ann Oakley: “Toplumsal cinsiyet bir kültür meselesidir, erkek ve kadınların ‘eril’ ve ‘dişil’ olarak toplumsal sınıflandırılmasına işaret eder.” İnsanların erkek ya da kadın olduğu, çoğunlukla biyolojik göstergelere göre anlaşılabilir. İnsanların eril veya dişil olduğu ise aynı şekilde anlaşılmaz; ölçütler kültürel, yere ve zamana göre değişiklik gösterir. Cinsiyet değişikliği de kabul edilmelidir. Oakley şöyle bir sonuca varmaktadır: Toplumsal cinsiyet rolünün biyolojik kökeni yoktur, cinsiyet ile toplumsal cinsiyet arasındaki bağlantılar gerçekte hiç de ‘doğal’ değildir (Akt. Marshall, 1999: 98).

Bebekler doğduklarında (hatta doğmadan önce) sahip oldukları cinsiyet organlarına bakılarak ya kadın cinsiyet grubuna ya da erkek cinsiyet grubuna ait olarak kimliklenirler. Bundan sonra nüfus cüzdanlarının renginden, seçecekleri mesleğe kadar tüm ayrımlar bebek için işlemeye başlar (Dökmen, 2014: 21). Toplumsal cinsiyet düzeni, herhangi bir toplumda toplumsal cinsiyet ilişkilerinin geliştiği genel sistem olarak tanımlanmaktadır. Kadınlarla erkeklerin yaşamları, toplumsal cinsiyet düzeni tarafından şekillenmekte ve bu düzen içindeki toplumsal cinsiyetçi işbölümünün yanı sıra kadınlar ve erkeklere ilişkin farklı sosyo-kültürel kurallar ve beklentiler gibi pek çok yolla pekiştirilmektedir (UN 2008: 209). Özetle toplumsal cinsiyet düzeni toplumda erkekler ve kadınlar için kabul edilebilir, teşvik edilebilir ve izin verilebilir olanı belirlemektedir.

Toplumsal cinsiyetçi yapı içerisinde erkeklerin yaşamları güce sahip olmak, güç üretmek ve gücün kendisi olmak biçiminde inşa edilmiştir. Güç, erkeklerin yalnızca kadın ve çocuklar üzerinde değil, aynı zamanda birbirlerine karşı da geliştirdikleri bir olgudur. Ekonomik tüm alanlar erkeklerin kontrolünde ve egemenliğindedir; her ne kadar neslin devamını doğurarak sağlayan kadınlar olsa da, erkekler soylarını garanti altına alabilmek için kadınların tüm cinsel yaşamlarını egemenlikleri altına alırlar ve baskı kurarlar (Demren, 2003: 3).

Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet kavramı konusunda temelde iki tür eleştiri bulunmaktadır. Bunlardan birincisi Foucaultcu eleştirel yaklaşımdır. Bu yaklaşım toplumsalın dışında biyolojik bir farklılık (cinsiyet) bulunduğunu reddetmektedir (Marshall, 1999: 99). İkinci türdeki bir eleştiri, toplumsal cinsiyet kavramının kadınlar ile erkekler arasındaki, gücün (iktidarın) ve tahakkümün aleyhine işleyen farklılıklarda odaklanmasıyla bağıntılıdır. Bazı yazarlar, güç (iktidar) sorununu hem analitik hem de siyasal bakımdan ön planda tutma çabasında başlıca düzenleyici kavram olarak ‘ataerkillik’ terimini kullanmayı tercih ederler. İlk olarak Connell (1998: 245) tarafından ortaya atılan hegemonik erkeklik; “patriarkinin meşrulaştırılması sorunsalına genel kabul görmüş bir cevap olarak toplumsal cinsiyet pratiklerinin yapılanışı anlamına gelen ve erkeklerin baskın konumları ile kadınların ikincil konumlarını garanti eden bir kavram” olarak tanımlanmıştır (Sayer, 2011: 16).

Erkeklik

Erkeklik; toplumsal, kültürel ve tarihsel koşulların ürünüdür ve bir toplumsal inşadır. Hem zamansal, hem de kültürel ve toplumsal farklılıklar gösterir. Bu nedenle bireysel ve kolektif olarak değişme potansiyeli barındırmaktadır (Kimmel, 2013: 92). Kimmel’e göre,

erkeklik çalışmaları bir disiplin olarak 1970'lerin sonları, 1980'lerin başında, kadın çalışmaları ve feminizme olumlu bir tepki olarak başlamış ve pratik olarak erkeklere ve erkeklerin işlerine odaklandığı insan varlıkları üzerine yapılan çalışmalarla birlikte başlamıştır (2008: 16). "Erkeklik çalışmaları, erkekliğin tarihsel, kültürel ve toplumsal bir kurgu olduğundan hareketle, eril iktidarın kaynaklarına ve farklı tezahürlerine ışık tutmayı amaçlayan disiplinler arası bir akademik çalışma alanıdır." (Zeybekoğlu, 2010: 5).

Eleştirel erkeklik çalışmalarının ilk dalgası, feminist çalışmaların ikinci dalgasıyla aynı döneme denk gelmektedir. Bu dönemde kadınlar için olduğu gibi, erkekler için de toplumsal cinsiyet pratiklerinin ele alınması ve ideal bir erkeklik hali üzerinden tartışmalar yürütülmesi gerektiği savunulmuştur. İkinci dalga ise 1980'lerin ortalarına denk gelmektedir. Bu dönemde tek bir erkekliğin değil, farklı erkekliklerin söz konusu olduğu ve erkeklerin ataerkil sistemden çıkar sağlayanlar olarak her zaman ittifak halinde olmadıkları yönündeki fikirler tartışılmaya başlanmıştır. Şu an içinde bulunduğumuz üçüncü dalgada ise erkeklik çalışmaları iyice gelişmiş ve disiplinler arası bir alana taşınarak, edebiyat, medya, kültür çalışmaları gibi alanları içermeye başlamıştır. Türkiye'de erkeklik çalışmaları ise, bu üçüncü dalgaya girilirken, yani 90'ların başında yankı bulabilmiştir (Barutçu, 2013:12).

Erkekler ve erkekliğe dair araştırmalara, kadınlar ya nadiren dahil edilmekte ya da varlıkları ihmal edilmektedir. Hearn (2004: 52)'e göre; ataerkil güç ilişkilerinin sürdürülmesinde, hem erkeklerin hem de kadınların rızası vardır; bazı güçlü erkekler, kadınların rızasının inşasında ve erkeklerin rızasının yeniden üretilmesinde baskın bir rol oynarlar.

Hearn'e göre ise feminizm ve erkeklikler çalışmalarının çözüm aradığı sorunlar aslında bir kesişim kümesinden başka birşey değildir (Akşit ve Varışlı, 2016: 13). Erkeklerin birbirleriyle ve kadınlarla olan ilişkileri "erkeklik" söylemini oluşturmakta, beslemekte ve zamanı geldiğinde dönüştürmektedir. Belirli bir anda egemen olan "erkeklik" söyleminin içerisinde mücadele halinde pek çok argüman bulunmaktadır. Değişen toplumsal koşullara göre sürekli mücadele halindeki bu argümanlardan bazıları gücünü kaybederken, bazıları egemen olur. Böylece "erkeklik" bir süreç içinde sabitlenmeksizin sürekli yeniden oluşur. Her kimlik biçimi gibi "erkeklik" in de tanımını yapmak bu nedenle zordur. Çünkü bahsi geçen çok boyutlu, değişken ve sürekli inşa halinde bir süreçtir. Bu yaklaşıma göre "erkek" i sabit bir öz gibi tanımlamak ve incelemek mümkün değildir. Bir toplumda belli bir dönemde var olan çoklu "erkeklik" tanımlarını ve bunlar arasındaki "ittifak, egemenlik ve boyun eğme ilişkilerini" görmek bu yaklaşım sayesinde mümkün hale gelmiştir (Uçan, 2012: 264).

Erkeklik, kökleri tarih boyunca ataerkil cinsiyet düzeni içinde şekillenen ve kendini dil, bilinç ve toplumsal yaşamın kurumsallaşmış yapılarında yeniden üreten, cinsiyet eşitsizliği bağlamında anlaşılmalıdır (Ertürk, 2004: 4-5). Ataerkillik, erkek iktidarını desteklemek ve kadınları erkeklere tabi kılmak amacıyla geniş düzeydeki toplumsal denetim mekanizmaları ve edimleri yaratan, cinsiyete dayalı toplumsal tabakalaşma sistemidir (Renzetti ve Curran, 1999: 3).

Erkeklik biçimleri arasında geçişli, hiyerarşik ve çatışmalı bir ilişki inşa eden hegemonik erkeklik, erkeklerin kadınlar üzerindeki tahakkümünden beslenerek toplumsal cinsiyet düzenini oluşturmakta ve özellikleri farklı toplumlarda farklı şekillerde olabilmektedir (Şimşek ve Öner, 2015: 449). Hegemonik erkeklik, toplumsal cinsiyet ilişkileri sisteminde bir konumu, sistemin kendisini ve erkek egemenliğini yeniden üretmeyi sağlayan güncel ideolojiyi açıklamaktadır (Connell, 2005: 77). Hegemonik erkeklik, “belirli erkek gruplarının güç ve zenginliği nasıl ellerinde tuttıkları, tahakkümü yaratan toplumsal ilişkileri nasıl meşrulaştırdıklarını ve yeniden ürettiklerini” anlamaya yönelik olarak oluşturulmuş bir kavramdır (Carrigan vd. 2002: 112).

Hegemonik erkeklik; sadece erkeklerin kadınlar üzerindeki tahakkümünü değil, farklı erkeklik grupları arasındaki tahakküm ilişkilerini anlamaya yönelik olarak oluşturulmuş ikili işleve sahip bir kavramdır. Dışsal hegemonya erkeklerin kadınlar üzerindeki tahakkümünün kurumsallaşması sürecine işaret ederken, içsel hegemonya bir grup erkeğin diğer erkekler üzerindeki hakimiyetine göndermede bulunmaktadır. Hegemonik erkeklik, sadece zor ya da şiddet üzerinden işlemez. Kavramın asıl değeri, erkeklerin kadınlara ve birbirlerine karşı kurdukları tahakküm ilişkilerinin inşasında kültür ve kurumlar üzerinden işleyen ikna ve rıza pratiklerine göndermede bulunmasında yatmaktadır (Türk, 2007: 3-4).

Ataerkillik “erkeklik” olgusuyla ortaya çıkmıştır ve bu olgu yok edildiği an ataerkil ağ ve sistem de çöker. Burada söz edilen insanlara empoze edilen, uyumlarının sağlandığı, içselleştirilen ataerkil hegemonik erkekliklerdir. Ataerkilliğin bu hegemonik erkekliklere her anlamda ihtiyacı vardır; çünkü kendi devamını ancak böyle sağlayabilir. Ataerkilliğin en iyi işlediği alanlardan biri, cinsiyetler arası işbölümüdür. Ataerkillik, üretim tarzları ve biçimleri arasındaki karşılıklı ilişkilere verilen önemi ifade etmektedir (Kandiyoti, 2013: 122). Kadınlar, ataerkil ağ içerisinde genelde belirli alanlar içerisinde tanımlanmıştır. Bu alanların en yaygın olanı ev içi alandır. Kadınların tanımlandığı roller de genelde bu ev içi yaşamın barındırdığı rollerdir. “Anne” ve “eş” rolleri bunların başlıcalarıdır. Oldukça daraltılmış ve beirlenmiş bu alanda alanın gerektirdiği kurallar içerisinde yaşarlar. Erkekler ataerkil ağ içerisinde kadınlar gibi kısıtlanmış değillerdir. Ataerkil sistemde ideolojik ve politik iktidarı paylaşan erkeklere hiyerarşinin içinde olmak, görece bir özgürlük ve serbestlik tanımaktadır. Bir erkek tüm yaşamı süresince içinde bulunduğu alan içerisinde belli bir otoriteyi kurmak zorundadır. Otoritesini başta kadın ve çocuklar olmak üzere, kendisinden yaşça ve statüce düşük olanları kapsayacak şekilde kurar. Davranışlarını bu ataerkil ağca belirlenmiş otoriteye göre belirler. Ataerkillik erkek üzerinde öyle bir baskı kurar ki, erkek tüm o sürece uymak zorunda kalır. Zorlu toplumsal veya kurumsal sınavlara tutulurlar. Ataerkil ağ, erkekleri belli bir rekabet ve kişisel savaş ortamına itebilir. Erkeklerin böyle tehlikeli durumlarda da dayanıklı, cesur ve atak olmaları beklenir (Demren, 2003:2-7).

Toplumsal cinsiyetin, cinsiyete dayalı iktidar ilişkilerini belirleme gücü yoktur. Erkek egemenliğini oluşturan, toplumsal kurumların erkeklere verdiği, kadınlar üzerinde güç ve denetim sahibi olma yetkisidir. Toplumsal cinsiyet farklılaşmasını erkek egemenliğinin gelişiminin nedeni olarak görmek, konuyu psikolojik ve kültürel alana sıkıştırmaktadır.

Ayrıca, bu kuram, toplumdaki kurumsal yapıların ve maddi kaynakların bölüşümü ve özellikle güç ve tahakküm ilişkilerini belirleyen kuralların etkisini göz ardı etmek olduğu gerekçesiyle eleştirilir. Toplumsal kurumlarda erkeklerin güçlü konumda olması ve kadınları denetim altında tutmaya yönelik araçların kullanılması ve ekonomik alandaki güç, erkek egemenliğinin oluşumunda temeldir (Young, 1997: 27-31).

Bir toplumda ideal ve hegemonik erkeklik algılayışları ve bunlara bağlı biçimlenmeler vardır. İdeal olan, çoğu zaman ve olunması istenen ve umulan olduğu için toplumdan topluma, bölgeden bölgeye hatta kişiden kişiye göre bile değişebilmektedir. Hegemonik erkeklik ise toplumdaki diğer erkekliklerin ona göre şekillenebileceği veya rekabet edebileceği ortak bir varsayımdır. Bu varsayım uzlaşmaları ve çatışmaları barındırır. Toplum veya kültürün bireylerince varolduğuna inanılan hegemonik bir erkeklik söz konusudur. Örneğin Türkiye’de bir Türk hegemon erkekliğinden söz edilebilir. Atına(arabasına), avradına, silahına düşkündür, maçodur, namusuna söz söyletmez, delikanlıdır bu erkekliğin başlıca özelliklerindedir (Demren, 2003: 5).

Öğrenilmiş Güçlülük İle İlgili Kuramsal Açıklamalar

Öğrenilmiş güçlülük; bireyin, bugüne dek öğrenmiş olduğu, hedefe yönelik davranışlarını engelleyen düşünce, duygu, acı gibi etkenleri denetim altına almasını mümkün kılan beceriler olarak tanımlanmaktadır (Rosenbaum, 1983: 54-73). Bireyin; duygusal ve fizyolojik tepkileriyle başa çıkmak için kişisel kaynaklarından ve bilişlerinden yararlanması, planlama, problemi tanımlama, seçenekleri değerlendirme ve sonuçları tahmin etme gibi problem çözme stratejilerini kullanması, doyumunu erteleyebilme becerisine ve içsel olaylarını erteleyebileceğine dair genel bir inanca sahip olması gibi davranışlar öğrenilmiş güçlülük kavramı içine girmektedir (Rosenbaum, 1990: 3-30).

Öğrenilmiş güçlülük teorisine göre yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip bireyler, stresin performansları üzerindeki negatif etkisini en aza indirebilmektedirler, bu nedenle de öğrenilmiş güçlülüğü düşük bireylere nazaran stresli ortamlarda daha başarılı olmaktadır (Rosenbaum 1990’dan Akt: Akgün, 2004: 441-448).

Rosenbaum (1980a) öğrenilmiş güçlülük kavramını bireylerin içsel olayları düzenlemede kullandıkları bir davranışsal ve bilişsel beceriler dağarcığı olarak tanımlamış ve bu becerilerin olayların değil, onların birey üzerindeki etkilerini kontrol etmede kullanıldığına da dikkat çekmiştir. Rosenbaum öğrenilmiş güçlülük kavramının dört temel öz kontrol becerisini içerdiğini belirtmiştir. Bunlar (1980b, 581-590):

- duygusal ve fiziksel tepkileri kontrol etmek amacıyla bilişsel beceri ve içsel konuşmaların kullanılması,
- problem çözme becerilerinin uygulanması (planlama, problemi tanımlama, seçenekleri değerlendirme, sonuçları tamin etme gibi),
- doyumunu hemen erteleyebilme yeteneği,

- bireylerin içsel olayları düzenleyebilme yeteneklerine ait genel inançları, yani özyeterlik algıdır.

Öğrenilmiş güçlülük, bireylerin stresle karşı karşıya kaldıkları ortamda bilinçli olarak bu durumdan ne denli başarıyla kendilerini kurtarabildiklerini ifade etmektedir (Dağ, 1991: 269-274). Buna göre stresli yaşam olayları ve sorunlarla etkin bir şekilde başa çıkmada bireye yardımcı olan belirli tutumları içermektedir (Çakır, 2009: 147-165).

Öğrenilmiş Güçlülük ve Öğrenilmiş Çaresizlik İlişkisi

Öğrenilmiş güçlülük becerilerine sahip olmak bireylere örneğin olumsuz duygularla başa çıkmada, kötü alışkanlıklardan kurtulmada, sağlıklı yaşam diyetlerinin uygulanmasında, sıkıcı fakat yapılması zorunlu görevlerin bitirilmesinde ve günlük yaşamda karşılarına çıkan diğer engellerin üstesinden gelmelerinde yardımcı olan bir özellik olarak karşımıza çıkmaktadır. Öğrenilmiş güçlülük düzeyi yüksek bireyler zorluklarla karşılaştıklarında, zorluklara karşı inatçı ve ısrarlı olup mücadele etmekte ve amaçlarını gerçekleştirmek için daha fazla çaba harcamaktadırlar (Çakır, 2009a). Öğrenilmiş güçlülüğü düşük bireyler ise, mücadeleden vazgeçmeye daha eğilimlidirler ve herhangi bir başarısızlıkla karşılaştıklarında bunu kendi yeteneksizliklerine bağlamaktadırlar (Kennett ve Keefer, 2006: 441-457).

Rosenbaum, öğrenilmiş güçlülük kavramının belli yönleriyle öğrenilmiş çaresizlik kavramının bir antitezi olduğunu savunmaktadır. Bunun yanısıra, yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip olanların öğrenilmiş çaresizliğe karşı daha dirençli oldukları da bilinmektedir. Yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip olan çocukların sorun çözme becerilerinin daha gelişmiş olduğu, kendilerine daha fazla güvendikleri, öfke, kaygı, depresyon gibi olumsuz duyguları daha az yaşadıkları bilinmektedir (Güloğlu ve Aydın, 2007:164).

Öğrenilmiş çaresizlik, mevcut toplumsal yapıdaki sosyalleşme süreciyle, bireye neleri yapması neleri yapmaması gerektiğini o kadar güçlü bir şekilde öğretir ki, o kişi (genelde bu kişi kadındır) toplumsal yaşam alanında o kalıp yargı ve kuralların dışına çıkamayıp, yeni/farklı bir eylemde/denemede bulunmayı aklından bile geçirmeyerek, olması gerektiği gibi tutum ve davranış göstererek, bir anlamda kaybetmeyi öğrenir. Toplumsal alanlarda yer almayan/alamayan kadın, toplumdaki bu mevcut durumu değiştirmeye, aşmaya çalışsa da toplumda oluşturulmuş, çoğu zaman görülmeyen ancak hissedilen duvarlara çarpılmaktadır. Kendi rol ve statülerinde değişim yapmaya çalışan, ancak bu duvarlara çarpan kadın öğrenilmiş çaresizlikle erkeğin görece üstünlüğünü kabul ederek, kimliğini bunun üstüne inşa etmektedir (Gökkaya, 2015: 53-59).

Öğrenilmiş çaresizlik modelinde depresyona yol açan bilişsel tarz ve çevresel izlerliklerin neler olduğu üzerinde durulurken, öğrenilmiş güçlülükte, depresyonu ve diğer bozuklukları başlatacak durumsal ve bilişsel faktörlere rağmen, bunların gelişmesini önleyen ve hatta gerileyen beceriler üzerine odaklanılmaktadır. İki kavram arasındaki bu ayrım deneysel bazı çalışmalarla da desteklenmiştir (Dağ, 1991: 270).

Toplumsal Cinsiyet ve Sosyalizasyon

Çocuğun çevresindeki kurallara, normlara ve geleneklere göre bireyselleşmesi, sosyalizasyon süreci olarak tanımlanmaktadır. Toplumsal cinsiyet sosyalizasyonu ise bu sürecin farklı cinsiyetteki çocukların toplumsal cinsiyet rollerine göre sosyalleştiği bir parçasıdır (Crespi, 2003: 2).

Toplumun farklı sosyal yapılanmaları arasında en önemli sosyal kurumlardan biri olan aile içinde yaşanan sosyalizasyon sürecinde toplumsal cinsiyet rolleri birincil olarak aile içinde öğretilmektedir (Balkır, 2012: 84). Kadın ile erkek arasındaki farklılığın en belirginleştiği yer olarak aile içinde erkeğin ve kadının yeri kesin çizgilerle tanımlanmış ve sınırlandırılmıştır. Toplumsal cinsiyet sosyalizasyonu, kız ve erkek çocukları doğduğu andan itibaren başlamaktadır. Çocuklar, toplum tarafından kız ya da erkek olarak etiketlendikten sonra, cinsiyetin kültürel anlamlarını, toplumun “öğretmenleri” olan sosyalizasyon ajanları yoluyla öğrenmeye ve kazanmaya başlarlar. Bu kültürel anlamlar, toplumsal cinsiyet rolleri olarak görülür (Crespi, 2003: 2-5). Çocuklar bu sistemi öğrendikçe, kendilerini ve diğerlerini etiketlerler, kendi cinsiyetleri için tipik veya uygun olan özellikleri, tutum ve davranışları göstermeye çalışarak diğerlerinden kaçınmayı öğrenirler. Bir erkek için uygun olduğu düşünülen davranışlar erkeksi, kadınlar için uygun olduğu düşünülen davranışlar ise kadınsı olarak adlandırılmaktadır (Dökmen, 2004: 15-22).

Toplumsallaşma iki genel aşamada gerçekleşir: Birincil toplumsallaşma bebeklik ve çocukluğun ilk döneminde gerçekleşir ve öğrenmenin en yoğun dönemidir. Bu dönemin asıl toplumsallaşma süreci ailedir (Başak, 2013: 215). Sosyalleşme, ailede başlar. Ebeveynler ise çocuklarına giydirdikleri kıyafetler, odalarını dekore ediş tarzları, onlara verdikleri oyuncak çeşitleri, hatta kendi tutum ve davranışları gibi birçok yolla cinsiyete ilişkin kalıp yargıları çocuklarına aktarırlar (Crespi, 2003: 4-6). Genellikle kız çocukları annelerini, erkek çocukları ise babalarını model olarak almaktadır. Bu şekilde gelecekteki toplumsal kimliklerini belirlemeye çalışırlar.

İçerisinde yaşanan toplum tarafından belirlenen toplumsal cinsiyet rolleri, kadınlar ve erkekler tarafından doğumun hemen ardından başlayan sosyalleşme süreçleri içerisinde öğrenilir; kültürel anlamda kadınlığa ve erkekliğe ait ortak inanç ve değerler yoluyla bireylere geçişleri sağlanır (Sayer, 2011: 13). Böylece, sosyalleşme süreci bireylere kadın ve erkeği ayırt etmeyi, kadınlar ve erkeklerden beklenen davranışları ve kişilerin toplum içinde biyolojik cinsiyetlerine uygun toplumsal cinsiyet rollerini benimsemelerini sağlar. Kadın yaşadığı sosyalizasyon süreci boyunca, toplumsal cinsiyet rollerine ait kavramsallaştırmaların (annelik, kadınlık, kendini eşine ve çocuklarına adama-erkeklik, aileyi geçindirip koruma) etkisinde kalır (Günindi Ersöz, 1999: 28).

Sosyal ortamda bireyler sosyalizasyon süreci içerisinde toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin pek çok girdiyle donatılırlar. Sosyal ortamın eril özellikleri sosyalizasyon sürecinde öğrenilen toplumsal cinsiyet rollerini de belirler. Eril yaklaşım böylece kendi varlığını meşrulaştıracak ve devamlılığını sağlayacak toplumsal cinsiyet rollerinin var olmasını sağlar (Rakow, 1995:

22). Tan (1979)'a göre sosyalleşme sürecinde Türk aile yapısında erkek çocuklarla karşılaştırıldığında, kız çocuklarının başarı gizilgüçlerinin gerçekleşmesine daha az elverişli bir ortam oluşturulmaktadır.

Kağıtçıbaşı ve Kansu'nun 1969 yılında ailede toplumsal cinsiyet rollerinin sosyalleşmesine ilişkin yaptıkları çalışmada ise, kadınların geleneksel rolleri daha fazla benimsedikleri belirlenmiştir (Kağıtçıbaşı ve Kansu, 1991:105). Geleneksel olarak kadınlara erkeklere yardımcı ve buldukları durumdan hoşnut insanlar olmaları, öfkelerini asla göstermemeleri, otorite figürlerine asla soru sormamaları, hayır dememeleri ve diğer insanları mutlu ve rahat ettirmeleri gerektiği, böylece kadına çocukluğundan itibaren atılğan olmayan davranışlara sahip olma öğretilmektedir. Bu davranışlar arasında kendinden önce başkalarının gereksinimlerini karşılama, sessiz olma ve uyumlu davranma yer alır. Bunun sonucu olarak da kendine güvensiz, pasif, kararsız, başkaları tarafından verilen kararlara uyan ve duygularını gizleyen, çatışmadan kaçınan geleneksel kadın imajı gelişmektedir (Kahraman, 2010: 30). İkincil toplumsallaşma çocukluğun son dönemi gençlik ve olgunlukta gerçekleşir. Bu dönemin toplumsallaşma araçları okul, akran grupları, örgütler, medya ve işyerleridir. Toplumsallaşma araçları, çocukların toplumsal cinsiyet rollerini öğrenmede önemli rol oynarlar. Kadın ve erkeklerin rolleri yaşamın sonraki dönemlerinde diğer toplumsallaşma araçları tarafından pekiştirilir (Başak, 2013: 215-216).

Türkiye'de mevcut kültürel kalıp yargıların belirlediği geleceğe yönelik belirleme ve buna ilişkin yetiştirilme biçimi, sözlü kültür yoluyla kendini üretmeye devam etmektedir. Kız ve erkek çocuğun sosyalizasyonunda ne gibi bir farklılığın gözetildiği hususunda bu kültür ürünlerinin ipucu niteliğinde olduğu ve cinsiyetlendirilmiş atasözleri ve deyimlerinin, ev yaşamının anlamı, eşler arası ilişki, sorumluluk ve görev alanları gibi toplumsal yaşamı ve aileyi ilgilendiren her alanda bir rehber işlevi gördüğü söylenebilir. Türkiye'de kız çocuğu "el kapısında, evi çekip çevirecek ve çocuklara bakacak" şekilde büyütülmektedir. Buna karşılık erkek çocuğun ise "okuyup adam olacak" ya da "iş-güç, bark" sahibi olacak şekilde daha çok ikincil toplumsallık alanı doğrultusunda yetiştirildiği görülmektedir. Sosyalizasyon sürecinde kız çocuğunun yetiştirilmesinde sosyo-psikolojik ve kültürel nitelikler vurgulanırken, erkek çocuk için ekonomik ve toplumsal nitelikler daha çok göz önünde bulundurulur. Anne ve ev kadını olacak şekilde yetiştirilen kız çocuğuna ailede bu yönde bir beceri ve tecrübenin verilmesi amaçlanır ve anne bunda asıl sorumluluğu üstlenen ebeveynidir (Erdoğan, 2012: 14).

Kadınların eşlerinden daha geleneksel rol beklentileri içinde olması, kadının kendi geleneksel rolünü içselleştirmekte ve kızı için de farklı bir rol beklentisi geliştirmesini engellemektedir (Günindi-Ersöz, 1997). Kadına yönelik toplumsal cinsiyet eşitsizliği sadece güç kullanılarak zor yoluyla değil, kadınların onayıyla da gerçekleşmektedir. Çünkü kadınlar da, yaşadıkları toplumda kadınlık rolü ile kendini gerçekleştirme olanaklarının neler olduğunu, bağımlılığı öğrenerek işbirliği yapar. Erkekler hükmetmeyi, kadınlar boyun eğmeyi öğrenmekte ve içselleştirmektedirler. Bu öğrenme sonucunda kadınlar özel alanda bırakılır. Kamusal alandan dışlanır. Bu yüzden kadın kendini erkeğe ekonomik olarak bağlı hisseder. İkincil konumda olma ve ezilmişlik duygusu, kadınların kendilerine birey olarak

saygı duymasını ve özgüven oluşturmamasını engellemektedir. Kendisine biçilen toplumsal rolü kısmen veya tamamen reddeden kadın ise, dışlanma başta olmak üzere çeşitli biçimlerde cezalandırılabilir. Kadınlara toplumsallaşma sürecinde dayatılan bu cinsiyetçi rol yaklaşımları, kadının çalışma yaşamına girmesini ve ileriye yönelik beklenti geliştirmesini de olumsuz yönde etkilemektedir. Bunun sonucunda kadınlar, geleneksel rollerini aksatmayacak işlere yönelmekte ya da her iki rolünü yerine getirirken daha fazla güç sarf etmek zorunda kalmaktadır (Chen, Hablemitoğlu, 2005).

Kadın ve erkek toplumsal birer varlıktır ve toplum her iki cinse doğumlarından itibaren belirli konumlandırmalar, roller ve davranış kalıpları yüklemektedir. Yüklenen bu olgular ise, toplum tarafından kabul edilmiş, "mevcut" doğrular olarak görülmektedir. Kadın ve erkekte toplumun oluşturduğu bu konumlara ve rollere uygun davranılması beklenilmektedir. Bu biçimde, sosyal bir varlık olan insanın, oluşturulan cinsiyet kimliklerine uygun davranması, toplumsal düzenin devamını ve uyumunu sağlayacaktır (Kahyaoğlu, 2013:34).

Modernleşmenin toplumda birçok alanda değişimi beraberinde getirmesine karşın, kadın bugün toplumumuzda hala özel alanla, evle sınırlı tutulmaktadır. Çalışma yaşamından, eğitime, sivil toplum örgütlenmesine kadar her türlü kamusal alan kadın ve erkek arasındaki eşitsizlikleri oluşturur. Bugün hemen hemen bütün toplumlarda, kadın ve erkeğin kendine ait rolleri ve sorumlulukları olduğu kabul edilmektedir. Ancak bu farklılıkların nereden kaynaklandığına bakıldığında, çoğunun doğuştan gelmeyen, zorunlu olmayan, değiştirilebilir farklılıklar olduğu görülecektir. Bu anlamda, sözgelimi kamusal alanda çalışmak ve siyaset yapmak "doğal" olarak erkek; ev ve aile ile ilgili işler "doğal" olarak kadın işidir görüşü birçok toplum tarafından benimsenmiş ve uygulanmaktadır. Toplumsal düzendeki kadın ve erkeğin yeri "doğal" olarak gösterilip benimsenerek meşrulaştırılmaktadır (Kaçar, 2007: 3). Görüldüğü üzere sosyalizasyon sürecinde kadınlara daha pasif ve itaatkar olması gerektiği öğretilmektedir. İçinde bulunduğumuz postmodern dönemde ne toplumsal cinsiyet rolleri ne patriarka ne de heteroseksizm gücünü kaybetmemiştir.

Sosyalleşme Sürecinde Erkeklerde Öğrenilmiş Güçlülük

Erkeklerin inşa edilen öznellikleri çoklu ve çelişkilidir, başta eş ve "öteki kadın" olarak kadınlarla ilişkisellik içerisinde deneyimlenirler. Erkeklerin öznelliklerinin icrası onların rızasını gerektirir, fakat bazen bu karşılıklı uzlaşmaya varılamaz ve çatışma doğar. Bu, erkekler arasında öznelliklerinin farklı algılanmasına neden olur (Demren, 2008:73).

"Erkeklik" ve "kadınlık" öznellikleri birbirlerine karşıt, birbirlerini tamamlayıcı ve birbirlerine bağlı şekilde kurgulanırlar. "Erkeklik'in, "kadınısı" veya "kadın" olmayan olduğu varsayılır ve erkeklige bağlı öznellikler bununla ilgili normatif söylemler tarafından sınırlandırılır ve inşa edilir. Özellikle iktidarın erkeklige bağlı öznelliklerle doğrudan bir ilişkisi vardır, iktidar 'erkeklik'le özdeşleştirilir. Erkeklige bağlı normatif ve hegemonik öznellikler iktidara içkin bir şekilde kurulurlar. Kadınlıklar da erkeklikle özdeşleştirilen bu iktidarın olmazsa olmaz bir tamamlayıcısı ve bütünleyeni olarak inşa edilirler. İktidar ilişkilerinin sürdürülebilmesi için bu öznellikler arasında belli bir uyumun ve ortaklığın

olacağı varsayılır, farklılıklar arasındaki bir uyumun ve ortaklığın. Yaşanılan deneyimler öznelere arasındır, bireysel ve sabit değil, toplumsal ve süreçseldir. Bu öznelere arasılık ve diyalog toplumsallık ve farklılık tarafından imlenmiş durumları içerir (Moore, 1994:1-3). “Erkek” olmak, bireysel ve sabit olmaktan çok, grup içerisindeki diğer öznelere beraber kurulan deneyimsel yani icra edilerek yaşanan bir süreçtir. İcraat ve deneyimden başka bir şey olmayan erkeklik, ontolojik varlığını ve gerçekliğini ancak yaşanan grup veya toplum içerisinde kazanır. Paylaşılan ortak bir deneyim ve icra etme yoksa erkeklik de yoktur (Demren, 2008:80).

Günümüzde Türkiye’de bir erkeğin egemen erkeklığe ulaşması için hayatı boyunca geçeceği beş temel aşama sünnet, cinsellik, askerlik, iş sahibi olma ve evlilik olarak düşünülebilir. Erkeğin son aşama olan evliliği gerçekleştirdikten sonra bir de çocuk sahibi olması beklenir. Tüm bu aşamaları başarıyla geçip babalık konumuna da erişen bir erkeğin artık yapması gereken tek şey, sahip olduğu bu hegemonik konumu elde tutmayı başarmaktır (Barutçu, 2013: 149). Erkekler sadece babalarından değil, aynı süreçlerden geçmiş diğer erkeklerin bulunduğu toplum tarafından da bu erkeklik algısını içselleştirir. Bu durum bireyin toplumsallaşmasına aileden başlayıp toplum içerisinde devam etmesiyle algılanabilir (Barutçu, 2013: 150).

SONUÇ

Başta çıkma stratejileri, stres ve sağlık durumu ilişkisinin araştırılmasında dikkate alınan önemli bir kavramsal değişkeni oluşturmaktadır. Aşırı stres altındaki bir birey, çeşitli duygusal, bilişsel ve davranışsal başta çıkma stratejilerini kullanarak, bu stresin kendi fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerinde yaratacağı olumsuz etkileri ortadan kaldırmaya ya da azaltmaya çabalar. Bu süreçte bireyin kendi kişilik özellikleri, stresli olaylara karşı duyarlılık düzeyi, çevresinde algıladığı sosyal destek gibi bazı değişkenlerin de etkili olduğu genel olarak bilinmektedir (Dağ, 1991: 269).

Stresle başta çıkma ve olumsuz durumlara karşı bireyin kendi bilişsel repertuarını kullanarak sıkıntı ve çözümsüzlüğü en aza indirmesinde etkili olan bir kavram olarak tanıtılmıştır. Öğrenilmiş güçlülük seviyesi yüksek olan bireyler yaşamla mücadelede, stresle ve sorunlarla etkin başta çıkmada ve kendini denetleme becerisini gösterebilmektedir. Bu açıdan bakıldığında öğrenilmiş güçlülük bireyler açısından önemlidir.

Rosenbaum öğrenilmiş güçlülük becerilerini küçük yaşlardan itibaren her türlü öğrenme yoluyla kazanılmış bilişsel beceri olarak tanımlamaktadır. Ronen ise bu becerilerin gelişiminde ailenin rolü üzerinde durmuş ve çocukların bu becerileri anne babalarından model alma ya da doğrudan öğrenme yolu ile edindiklerini belirtmiştir. Ronen’e göre düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip anne babaların yetiştirdiği bireylerin bu becerileri geliştirmesi daha zordur. Özellikle ataerkil toplumlarda, kadınlara çocukluklarından itibaren maddi açıdan bağımsızlık kazanarak, kendi başlarının çarelerine bakmaları söylenmemekte, onlara evlenerek baba evinden, koca evine geçmeleri tavsiye edilmektedir. Ataerkil düzenin işlenmesi için kadının baskılanması ve güçsüz yetiştirilmesi, sistemin işleyişine uygundur

(Yavuz, 2015:121). Modelle öğrenmenin en önemli sosyal öğrenme yöntemlerinden biri olduğu dikkate alındığında kadınların sosyalizasyon sürecinden itibaren pasif, itaatkar bireyler olarak yetiştirilmesi; erkeklerin sosyalleşmesinde ise güçlü, girişken, aktif bireysel özellikler kazandırılmaya çalışılmaktadır.

Ataerkil düzen birebir erkeklerin yarattığı düzen değildir, modern öncesi kökleri de sağlamdır ancak kapitalizm ile güçlenmiş bir yapıya sahiptir. İş bölümünün kadın aleyhine kurulduğu, kamusal alandan dışlanmış ya da kamusal alanda varlığı sınırlandırılmış bir yapıda kadınlar ancak var olana eklenilerek yaşam alanı kurmaktadır. Başka bir yaşantıyı bilememek ve hayal edememek var olana sıkı sıkıya sarılmayı beraberinde getirir. Ataerkil yapı bir kez oluştu mu çözülmeyen kuralları olan baskı ve egemenlik ilişkisi olarak kavransa da kadın ve erkeğin eşitsiz olarak yer aldığı toplumsal yapının oluşumunda ezenler kadar ezilenlerin yani kadınlara da pay düştüğü bu araştırmada ortaya konmuştur (Yavuz, 2015: 128).

Rosenbaum (1990), öğrenilmiş güçlülük kavramının belli yönleriyle öğrenilmiş çaresizlik kavramının bir antitezi olduğunu savunmakta ve çevreden yaşam boyunca öğrenildiğini ancak bunun cinsiyete bağlı olmadığını ileri sürmektedir. Boyraz ve Aydın (2003: 59)'ın yetiştirme yurdu ve anne-baba yanında kalan ergenlerde öğrenilmiş güçlülük çalışmasında da kızlar ve erkeklerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinde fark olmadığı ancak yetiştirme yurdunda kalmaktan kaynaklanan bir cinsiyet farkı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu durum öğrenilmiş güçlülüğün bireyin çevresinde algıladığı sosyal desteğe de bağlı olduğunu göstermesi bakımından önem taşımaktadır.

Türk toplumunda kadınların küçük yaşlardan itibaren kız çocuklarının ev içi işleri (yemek yapmak, çocuk bakmak vb.) yapacak donanımda olması, okumasına gerek olmadığı evlenince onlara eşlerinin bakacağı, eğitim olanağı sağlansa da her mesleği yapamayacağı (örn; mühendislik vb.) ve genel olarak da işbirliği yapmaları öğretilirken; erkek çocuklarına ev içi işleri yapamayacakları gerekçesiyle evin geçimini sağlama, dış faktörlere karşı koruma gibi dışarıya yönelik işleri yapacak donanımda olması, tanınan eğitim hakkıyla eğitimlerini tamamlama olanağı sağlanması, meslek seçiminde öncelikle kız çocuklarının yapamayacağı düşünülen meslekler olmak üzere geniş bir tercih alternatifi yaratılması ve genel olarak da rekabetçi bir tutum içinde olacak şekilde yetiştirilmektedir. Bu ve benzeri toplumda sosyalizasyon sürecindeki katı toplumsal cinsiyet rolleri kadınları sınırlamaktadır. Kadınların yapmak istemediklerini yapmak zorunda bırakıp, istediklerini de gerçekleştirmelerinin önünde engel oluşturabilmektedir. Cinsiyetin öğrenilmiş güçlülük üzerinde etkili olmadığı ifade edilse de Türk toplumunda cinsiyet rolleri odaklı gerçekleşen sosyalizasyon dolayısıyla erkeklerin sosyalleşme süreçlerinin öğrenilmiş güçlülük temelinde gerçekleştiği söylenebilir.

KAYNAKÇA

- Akgün, S. (2004). *The Effects of Situation and Learned Resourcefulness on Coping Responses*. Social Behavior and Personality, 32 (5), 441-448.
- Akşit, G. & Varışlı, B. (2016). *Türkiye’de Erkekler ve Erkeklikler: Jeff Hearn ile Ulusötesi Yaklaşımlar*. International Journal of Academic Value Studies, 2 (2): 12-19.
- Balkır, Z. G. (2012). *Toplumsal Cinsiyet ve Cinsiyet Ayrımcılığı*. Türkiye Barolar Birliği Kadın Hukuku Komisyonu (TÜBAKKOM), I. Kadın Avukatlar Kurultayı.
- Barutçu, A. (2013). *Türkiye’de Erkeklik İnşasının Bedensel ve Toplumsal Aşamaları*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Kadın Çalışmaları Anabilim Dalı, Ankara.
- Başak, S., Kingır, S. & Yaşar, Ş. (2013). *Kadının Görünmeyen Emeği: İkinci Vardiya*. Rapor No:01, Ankara: ANKA Kadın Araştırma Merkezi.
- Bora, A. (2008). *Cinsiyet ve Sınıf: Kimlikten Politik Özne Çıkar mı?, Cinsiyet Halleri- Türkiye’de Toplumsal Cinsiyetin Kesişim Sınırları*. (Der. Nil Mutluer). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Carrigan, T, Connel, B., & Lee, J. (2002). *Toward a New Sociology of Masculinity*. (Eds Adams, R. ve Savran, D.) The Masculinity Studies Reader içinde, Oxford: Blackwell.
- Chen, Y.Y., Subramanian, S.V., Acevedo-Garcia, D. and Kawachi, I. (2005). *Women’s Status and Depressive Symptoms: a Multilevel Analysis*. Social Science & Medicine, 60 (1), 49-60.
- Connell, R.W. (1998). *Toplumsal Cinsiyet ve İktidar*. (Çev: Cem Soydemir). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Connell, R. W. (2005). *Masculinities*. (2. baskı), University of California Press, Berkeley.
- Crespi, I. (2003). *Socialization and Gender Roles Within The Family: A Study on Adolescents and Their Parents in Great Britain*. Italy: Catholic University of Milan.
- Çakır, Ö. (2009). *Öğrenilmiş Güçlülük ve Çalışma Yaşamı*. (der. A. Keser, G. Yılmaz, S. Yürür), Çalışma Yaşamında Davranış içinde. İzmit: Umuttepe Yayınları.
- Dağ, İ. (1991). *Rosenbaum’un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeğinin Üniversite Öğrencileri İçin Güvenirliği ve Geçerliliği*. Türk Psikiatri Dergisi 2 (4).
- Demren, Ç. (2003). *Erkeklik, Ataerkillik ve İktidar İlişkileri*. Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Antropoloji, 1-10.
- Demren, Ç. (2008). *Kadınlık Dolayısıyla Erkeklik Öznelliği*. C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt: 32 No:1 73-92.
- Dökmen, Z. (2004). *Toplumsal Cinsiyet*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Z. (2014). *Toplumsal Cinsiyet Sosyal Psikolojik Açıklamalar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Erdoğan, T. vd. (2012). *Ailede Cinsiyet Sosyalleşmesini Etkileyen Faktörlerin Araştırılması: Denizli Örneği*. T.C. Pamukkale Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimi (PAUBAP) Bilimsel Araştırma Projesi Sonuç Raporu.
- Gökkaya, B. Veda (2015). *Çaresizliği Öğrenen Kadın: Öğrenilmiş Çaresizlik*. Turkish Studies Dergisi, 10(14), 53-70.
- Güloğlu, B. & Aydın, G. (2007). *İlköğretim 5. Sınıf Öğrencilerinin Öğrenilmiş Güçlülük ve Otomatik Düşünce Biçimi Arasındaki İlişki*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.

Günindi-Ersöz, A. (1999). *Cinsiyet Rollerine İlişkin Beklenti, Tutum, Davranışlar ve Eşler Arası Sorumluluk Paylaşımı (Kamuda Çalışan Yönetici Kadınlar Örneği)*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Hearn, Jeff (2004). *From Hegemonic Masculinity to Hegemony of Man*. *Feminist Theory*, 5(1), 49-72.

Kaçar, Ö. (2007). *Toplumsal Cinsiyet ve Kadının Konumu: Türkiye’de Yakın Zamanlardaki Değişimi Anlamak*. Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon.

Kahraman, S. (2010). *Kadınların Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliğine Yönelik Görüşlerinin Belirlenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi, 3(1), 30-35.

Kahyaoğlu, İ. (2013). *Postmodern Toplumda Ataerkil Düzen Değişiyor mu? Popüler Kültür İçinde Cinsellik Kullanımına Eleştirel Bir Bakış: Biscolata Reklamları ve Erkek İmgesi*. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication – TOJDAC*, Volume 3 Issue 1.

Kandiyoti, D. (2013). *Cariyeler, Bacılar, Yoldaşlar: Kimlikler ve Toplumsal Dönüşümler*. (Çev. A. Bora, F. Sayılan, Ş. Tekeli, H. Tapınç ve F. Özbay). İstanbul: Metis Yayınları.

Kennett, D. J. & K. Keefer (2006). *Impact of Learned Resourcefulness and Theories of Intelligence on Academic Achievement of University Students: An Integrated Approach*. *Educational Psychology*, 26 (3).

Kimmel, M. S. (2008). *Masculinity Studies: An Introduction*. *Debating Masculinity içinde*. (Ed. Josep M. Armengol ve Angels Carabi). Men’s Studies Press, 16-30.

Kimmel, S. M. (2013). *Homofobi Olarak Erkeklik: Toplumsal Cinsiyet Kimliğinin İnşasında Korku, Utanç ve Sessizlik*. (Çev: Mehmet Bozok), *Fe Dergi* 5, no. 2, 92-107.

Marshall, G. (1999). *Sosyoloji Sözlüğü*. (Çev: Osman Akınhay ve Derya Kömürcü), Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

Moore, H. L. (1994). *A Passion for Difference*. Indianapolis: Indiana University Press.

Özkan, S., M., Yıldız, Z. (2015). *Öğrenilmiş Güçlülük: Kavramsal Bir İnceleme*. *Kara Harp Okulu Bilim Dergisi*, 25, 1, 25-40.

Rakow, L. (1995). *Popüler Kültüre Feminist Yaklaşımlar: Ataerkinin Hakkını Teslim Etmek*. (Der. S. İrvan, M. Binark).

Rosenbaum, M. (1980a). *A Schedule for Assessing Self-Control Behaviors*. *Preliminary Findings*. *Behavioral Therapy*, 11.

Rosenbaum, M. (1980b). *Individual Differences in Self-control Behaviors and Tolerance of Painful Stimulation*. *Journal of Abnormal Psychology*, 89.

Rosenbaum, M. (1983). *Learned Resourcefulness as a Behavioral Repertoire for the Selfregulation of Internal Events: Issues and Speculations*. In M. Rosenbaum, C. M. Franks, ; Y. Jaffe (Eds.). *Perspectives on behavior therapy in the eighties*. New York: Springer.

Rosenbaum, M. (1990). *The role of learned resourcefulness in the self-control of health behavior*. In M. Rosenbaum (Ed.). *Learned resourcefulness: On coping skills, self-control, and adaptive behavior*. New York: Springer Publishing Co.

Sayer, H. (2011). *Toplumsal Cinsiyet Eşitliğine Erkeklerin Katılımı*. Ankara: Başbakanlık Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü.

Şimşek, A. A. & Öner, R.V. (2015). *Türkiye’de Hegemonik Erkeklik: Medyada ve Hukukta İzler, Dönüşümler ve Olasılıklar*. Global Media Journal Edition, 6 (11).

Türk, H., B. (2007). *Eril Tahakkümü Yeniden Düşünmek: Erkeklik Çalışmaları İçin Bir İmkan Olarak Pierre Bourdieu*. (İstanbul Teknik Üniversitesi’nin düzenlediği Pierre Bourdieu: Sosyal Bilimlerde Açılımlar Konferansı’na (3-4 Mayıs 2007) sunulmuş bildirinin gözden geçirilmiş halidir.)

Yavuz, Ş. (2015). *Ataerkil Egemen Erkeklik Değerlerinin Üretiminde Kadınların Rolü: Trabzon Örneği*. Fe Dergi 7, No. 1.

Young, I. M. (1997). *Is Male Gender Identity The Cause of Male Domination?*. (Ed. D.T. Meyer), *Feminist social thought: A reader* (21-37). London, New York: Routledge.

Zeybekoğlu, Ö. (2010). *Toplumsal Cinsiyet Rollerini Bağlamında Türk Toplumunun Erkeklik Algısı*. Ethos: Felsefe ve Toplumsal Bilimlerde Diyaloglar, Sayı 3 (1).