

Kültüre Duyarlı Psikolojik Danışma Bağlamında Mikrosaldırıcılık: Ayrımcılığın Örtük Hali

Microagration in the Context of Multi-Cultural Counseling: Implicit Aspect of Discrimination

Sebahat Sevgi Uygur^{ID}, Derya Sarı^{ID}, Aslı Uz Baş^{ID}

Öz. Ayrımcılık geçmişten günümüze varlığını devam ettirmiş ancak daha örtük, gizli ve çoğunlukla bilinçsizce gerçekleştirilen bir yönelime bürünmüştür. Mikrosaldırıcılık adı verilen bu ayrımcılık türü; günlük hayatta, okullarda, iş ortamlarında gerçekleşmekte ve bireylerin psikolojik sağlıklarını olumsuz yönde etkilemektedir. Bu nedenle bu derleme çalışmasının amacı, Türkiye’de daha önce ele alınmayan bu önemli olgunun Türk alanyazınında ırk, cinsiyet, cinsel yönelim, kilo, din ve engelliler bağlamında incelenmesi ve değerlendirilmesidir. Bu amaç doğrultusunda, YÖK TEZ, Google Akademik, PsycINFO, Ulakbim, Ebscohost veri tabanlarında “mikrosaldırıcılık, mikrosaldırıcılık ve okul, cinsiyet, cinsel yönelim, kilo, din, engelliler” anahtar kelimeleri kullanılarak tarama yapılmıştır. Elde edilen bilgiler doğrultusunda, mikrosaldırıcılıkların bireylerin günlük hayatını fiziksel ve psikolojik olarak olumsuz etkilediği, bu nedenle mikrosaldırıcılıklara yönelik çeşitli çalışmaların yürütülmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır. Mikrosaldırıcılık kavramı Türk kültüründen de örnekler verilerek aktarılmaya çalışılmış ve konuyla ilgili psikolojik danışmanlara ve okullarda çalışan öğretmenlere öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler. Mikrosaldırıcılık, cinsiyet, cinsel yönelim, kilo, din, engelliler, okul

Abstract. Discrimination has maintained its existence to present from the past, but it is embodied in an orientation that is more implicit, hidden, and mostly unconscious. This type of discrimination, called microaggression, shows itself in a daily life, in schools, in work environments, and affects the psychological health of individuals in the negative direction. Therefore the purpose of this review study, is examination and evaluation the important case that was not adressed previously in Turkey, in the context of gender, sexual orientation, weight, religion, disabilities in Turkish literature. For this purpose, scanning was conducted using the keywords "microaggression, microaggression and school, gender, sexual orientation, weight, religion, disability" in YOK TEZ, Google Academic, PsycINFO, Ulakbim, Ebscohost databases. In the light of the obtained information, microaggregations have affected the daily life of the individuals physically and psychologically, and therefore, various studies on microaggressions have to be carried out. The obtained information was tried to be given by giving examples from the Turkish culture and suggestions related to the subject were given to counselors and teachers working in the schools.

Keywords. Microaggression, gender, sexual orientation, weight, religion, obstacles, school

Sebahat Sevgi Uygur (Sorumlu Yazar)

Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İzmir, Türkiye
e-mail: sevgi.uygur@deu.edu.tr

Derya Sarı

MEB, Eğitim Fakültesi, İzmir, Türkiye
e-mail: deryakalender2008@gmail.com

Aslı Uz Baş

Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İzmir, Türkiye
e-mail: asliuzbas@deu.edu.tr

Geliş / Received: 19 Haziran/June 2018
Düzeltilme / Revision: 8 Ağustos/August 2018
Kabul / Accepted: 15 Ekim/October 2018



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

Ayrımcılık, mantıklı bir gerekçe olmaksızın, bir bireye, benzer koşullardaki diğer bireylerden daha farklı ve adaletli olmayan bir şekilde muamele edilmesi olarak tanımlanmaktadır. Ayrımcılık kavramı, insanlar arasındaki eşitlik fikrinden kaynaklanmaktadır. Bu fikre göre, her insan aslında doğuştan eşittir. İnsanlar, hangi cinsiyetle, ten rengiyle, cinsel yönelimle, dinle, etnik kökenle doğarlarsa doğsunlar, insan olmak bakımından tamamen eşittirler. Batılılar, Doğululardan; erkekler, kadınlardan; Yahudiler Müslümanlardan daha iyi ya da daha doğru değildir. Ancak insanlık tarihi, eşitlik ilkesinin ihlalleriyle dolup taşmaktadır. “Biz” ve “ötekiler” olarak yaratılan iki ayrı kutup, çoğu kez hiçbir neden olmaksızın, pek çok insanın acı çekmesine neden olmuştur (Çelenk, 2010).

Ashburn-Nardo, Morris ve Goodwin’e (2008) göre, ayrımcılık bazen ayrımcılığı yapan kişiler tarafından farkında olmadan gerçekleştirilmektedir. Bu durumda önyargıya maruz kalan kişi de zaman zaman ayrımcılığa maruz kaldığını anlayamamaktadır. Ashburn ve arkadaşları (2008), bu ayrımcılık tarzlarını tanımlamak amacıyla *mikrosaldırğanlık* terimini kullanmıştır. Mikrosaldırğanlıklar, bir kişi veya gruba karşı aşağılayıcı, genellikle otomatik, kasıtlı veya kasıtsız gerçekleştirilen sözel, davranışsal ve sistemik adaletsizliklerdir (Pierce, Carew, Pierce-Gonzalez ve Willis, 1977). Azınlık statüsüne sahip olan veya sosyal olarak marjinal bireylerin maruz kaldığı, ayrımcılık olarak nitelendirilebilecek, bilinçli veya bilinçsizce yapılan zararlı tutum, düşünce ve eylemler olarak görülmektedir. Bireylerin toplum içinde karşılaştıkları birçok adaletsizlik ve baskı biçimlerinden bir tanesidir (Sue ve diğerleri, 2007). Mikrosaldırğanlık kavramı daha sonra Sue (2010) tarafından da kullanılarak daha kolay incelenebilmesi için çeşitli kategorilere ayrılmıştır.

Mikrosaldırğanlık içeren davranışlar, failer tarafından keskin bir ayrımcılık niyetinde görülmemektedir. Sözel ifadeler kullanılarak yapılan mikrosaldırğanlıklar şaka niyeti, geçmişlerinde edindikleri bilgilerin doğruluğunu sınaama merakı, çevreden aldıkları duyular ya da sadece diyalog başlatmak isteği ile de görülebilmektedir. Fail bir arkadaş aile üyelerinden biri olabileceği gibi sadece bir otobüs yolculuğundaki yol arkadaşı da olabilmektedir. Mikrosaldırğanlık uygulayan fail, ayrımcılık davranışı göstermediğini farz ettiği için karşı tarafın neden bu kadar kırıldığını da anlamlandıramamaktadır. Bu

sebeple mikrosaldırğanlıklar geçmişten bugüne belirli konular üzerinde açık bir tavır ile yapılan ayrımcılık davranışlarının gölgesi gibi kendini göstermektedir (National Research Council, 2004).

Mikrosaldırğanlıklar, hedef bireylere veya gruplara saygısızlık eden bireyler veya kuruluşlar tarafından gerçekleştirilen iletişim biçimleri olarak da kabul edilmektedir. Bazen bir kereliğine yapılabileceği gibi, bir davranış örüntüsü haline gelip yinelenebilir (Ross-Sheriff, 2012). Bu davranışlar, hedef kişi veya grup tarafından, onların meşruiyetlerini sorgulayan olumsuz davranışlar olarak algılanmaktadır. Aynı zamanda, bulaşıcı ve öğrenilmiş sistematik davranışlardır (Brown, 2011). Pierce (1995), mikrosaldırğanlığın bir akıl hastalığı olduğunu ileri sürmüştür. Çünkü uygulayan bireylere doğrudan getirilen özelliklerin ve yine ırkın üstünlük ya da aşağılıkla ilgisi olmadığına dair kanıtlar gösterilmesine rağmen; mikrosaldırğanlık değişmeyen yanlış bir inanç olarak varlığını sürdürmektedir. Mikrogresyonların, anksiyete ve depresyon gibi olumsuz psikolojik sonuçlarla ilişkili olduğu da dikkat çekmektedir (Torres, Driscoll ve Burrow, 2010).

Mikrosaldırğanlık kavramı yurt dışı literatüründe geniş yer kaplarken, Türkiye literatürü için ise en yeni kavramlardan bir tanesi olarak kabul edilmektedir. Bu nedenle bu kavramın Türkiye'ye tanıtılması noktasında bir ihtiyaç hissedilmektedir. Bu araştırmanın amacı, mikrosaldırğanlık kavramını farklı yönelimlerde (ırk, cinsiyet, cinsel yönelim, kilo, din, engel durumu) ele alarak açıklamak, okullarda öğrencilerin sıklıkla karşılaştıkları mikrosaldırğanlıklara değinmek ve öğretmenler ile psikolojik danışmanlara bu kapsamda birtakım öneriler sunmaktır.

YÖNTEM

Bu derleme çalışmasında, mikrosaldırğanlığın ırk, cinsiyet, cinsel yönelim, kilo, din ve engelliler bağlamalarında incelenmesi ve değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrudan, şubat 2018-Haziran 2018 tarihleri arasında YÖK TEZ, Google Akademik, Ulakbim, PsycINFO, Ebscohost veri tabanlarında “mikrosaldırğanlık, mikrosaldırğanlık ve okul, cinsiyet, cinsel yönelim, kilo, din, engelliler” anahtar kelimeleri kullanılarak tarama gerçekleştirilmiştir. İlk taramada 10.567 araştırmaya ulaşılmıştır. Ulaşılan çalışmaların başlık ve özetleri gözden

geçirilmiş yinelenen, tam metnine ulaşlamayan, poster bildiri olarak yayımlanan araştırmalar kriter dışında bırakılmıştır. Çalışmanın amacına uygun olan ve kriterleri karşılayan toplam 114 makale detaylı bir şekilde incelenmiştir. Tarama sonucunda elde edilen veriler mikrosaldırğanlığa giriş ve tanımlar, ırkçılık yönelimli mikrosaldırğanlık, cinsiyetçi mikrosaldırğanlık, LGBT bireylerine yönelik mikrosaldırğanlık, kilo yönelimli mikrosaldırğanlık, din durumuna yönelik yapılan mikrosaldırğanlık, engel/yetersizlik durumuna yönelik yapılan mikrosaldırğanlık, mikrosaldırğanlık ve iş ortamı, mikrosaldırğanlık ve okul ortamı, mikrosaldırğanlık deneyimleri ve etkileri, mikrosaldırğanlıkları önleme ve müdahale alt başlıkları altında derlenerek sunulmuştur.

Mikrosaldırğanlığa Giriş ve Tanımlar

Mikrosaldırğanlığın çıkış noktası ırkçılığa dayanmakta olup (Pierce, Carew, Pierce-Gonzalez ve Willis, 1977; Wells, 1998; Sue diğ., 2007), kavramın içeriği son yıllarda genişletilmiştir. Günümüzde cinsel yönelim (Platt ve Lenzen, 2013), cinsiyet (Galupo, Henise ve Davis, 2014), din (Dupper, Forrest-Bank ve Lowry-Carusillo, 2015), etnik köken, yetenek statüsü (Ross-Sheriff, 2012) gibi yönelimler içinde ele alınmaya başlanmıştır. Bu nedenle yurt dışında mikrosaldırğanlık kavramı farklı örneklem grupları ile çalışılmaktadır. Irka, cinsiyete ya da cinsel yönelime dayanan mikrosaldırğanlıkların çoğu, failin kendi aşağılık duygusunun bir yansıması olabilmekte veya mikrosaldırğanlıklar failin duyarsızlığını, yanlış anlamlandırmasını, bilgisizliğini yansıtabilmektedir. Ayrıca failin toplum içerisinde kendi statüsünü korumak istemesi veya grup içerisinde eğlenmek, ilgi çekmek, dikkati dağıtmak, samimilik ya da dayanışmayı ifade etmek gibi sosyal amaçlar için de kullanılabilir. Ancak failin amacı ne olursa olsun mikrosaldırğanlıklar mağdura zarar verdiği için mikrosaldırğanlıkların durdurulması ve engellenmesi gerekmektedir (Condor, 2006; Ross-Sheriff, 2012).

İrkçılık Yönelimli Mikrosaldırğanlık

İrkçılık, bireysel, kurumsal veya toplumsal düzeyde ortaya çıkabilecek azınlık grubuna yönelik üstünlük tutumları, davranışları ve düşünceleri olarak tanımlanmaktadır (Jones, 1997). Türk Dil Kurumuna göre (2018) ise; ırkçılık,

bireyin ait olduğu ırkın üstünlüğüne inanması ve bunun sonucunda ise kendi ırkından olmayan toplulukları aşağılaması ve onları hor görmesi olarak tanımlanmaktadır. Irkçılık kavramının tam olarak ne zaman ortaya çıktığı bilinmese de bu konuyla ilgili iki farklı görüş karşımıza çıkmaktadır. İlk görüşe göre, ırkçılık kavramının kökeni Antik Yunana dayanmaktadır ve tarihin her sayfasında yer almaktadır. Bu görüş, Antik Yunanlıların Barbarlara olan tutum ve davranışlarını ırkçılık olarak ele almaktadır. İkinci görüşe göre ise, ırkçılık kavramı kapitalizmin doğurduğu sömürgeci ekonomi sistemiyle birlikte ortaya çıkmıştır. Sömürgeci toplumlar sömürge altına aldıkları toplumları aşağı görmüşler ve köleleştirmeye çalışmışlardır (Özbek, 2012; akt. Gültekin, 2017).

İrkçılık kendi arasında bazı türlere ayrılmaktadır. Bunlar; bireysel ırkçılık, kurumsal ırkçılık, gruplararası ırkçılık ve kültürel ırkçılıktır. Bireysel ırkçılık, bir ırktaki insanların kendi ırkından olmayan diğer insanları daha aşağı görmesi ve bu muameleye layık olduklarını düşünmesidir. Bireysel ırkçılık, bilinçli ve kasıtlı olmak üzere diğer ırka yönelik olarak yapılan her türlü zarar verme davranışlarını, ayrımcılık ve nefret söylemlerini içermektedir. Kurumsal ırkçılık, ırkçılığı bireysel düzeyde ele almayıp ırkçılığın toplumdaki tüm bireylerin arasındaki yaygınlığına işaret etmektedir. Özellikle devletin, devlete ait veya özel kurumların (okul, hastane, hukuk, din kurumları, askeriye vb.) uyguladıkları politika ve prosedürleri içermektedir. Gruplararası ırkçılık kavramı, egemen ve baskın grubun başka bir gruba yönelik savunduğu ırkçı değer ve inançları, ırkçı söylemlere maruz kalan grubun üyelerinden biri olmasına rağmen kabul eden bireyleri tanımlamak amacıyla kullanılmaktadır. Bu durum, grupların kendi içindeki hoşnutsuzluk ve çatışmalarına neden olmaktadır. Son olarak kültürel ırkçılık ise, belli bir ırka ait olan gelenek, inanç, dil, tarih gibi kültürel miraslarının diğer ırklardan üstün olarak kabul edilmesidir. Bu durumda, o ırkın değerleri diğer gruplara kıyasla daha doğru olarak algılanmaktadır (Carter, 2007; Sue, 2010).

İrkçılık geçmişten bugüne toplumların karşı karşıya kaldığı, özellikle ırkçılığa maruz kalan bireylerin anılarında kötü izler bırakan konulardan bir tanesidir. Toplumların demografik yapısı değışmeye devam ettikçe önemle ele alınması gereken konulardan bir tanesi olarak da kalacaktır. Ancak günümüzde ırkçılık biçim değıştirmeye başlamıştır. Sue'ya (2010) göre; ırkçılık düşmanca ve açık bir şekilde gösterilen davranış, tutum ve ifadelerden daha çok ırkçı mikrosaldırğanlık olarak ifade edilen örtülü bir ırkçılık biçimine dönüşmüştür.

Mikrosaldırğanlık kelimesi ilk kez Pierce, Carew, Pierce-Gonzalez ve Wills (1977) tarafından Afrika kökenli Amerikalıların deneyimlerini tanımlamak amacıyla örtülü, genellikle otomatik ve sözsüz (bakış, beden hareketi, ses tonu) olan küçümseme davranışları olarak tarif edilmiştir. Wells (1998) ise mikrosaldırğanlığı, bir ırkın diğer bir ırka karşı yaptığı, bireyi kendini savunmaya iten, bilinçli veya bilinçsiz kümülatif saldırılar olarak tanımlamıştır. Nadal ve arkadaşlarına(2011) göre, bu kümülatif saldırılar “binlerce kesim ile ölüm” olarak düşünülebilir. Ancak daha sonra Sue ve arkadaşları (2007) bu tanımları daha detaylı bir şekilde ele almışlardır. Onlara göre ırksal mikrosaldırğanlık, belli bir azınlık grubunu aşağılamaya yönelik olarak gündelik hayatta verilen mesajlardır. Bu mesajlar, örtülü oldukları için bireyler ırkçı bir eyleme maruz kalıp kalmadıklarını anlamakta güçlük çekmekte ve kafa karışıklığı yaşamaktadırlar. ırksal mikrosaldırğanlıklar, çoğu zaman iyi niyetli insanlar tarafından bilinçsizce ve akılcı bir şekilde yapıldıkları için kaçınmacı ırkçılığa benzetilmektedirler (Noh, Kaspar ve Wickrama, 2007) ancak; Kohli ve Solorzano'ya (2012) göre ırksal mikrosaldırğanlıklar, üstünlük taslama, aşağılama, dışlama gibi söylem ve tutumları içermesine rağmen açık niyetle yapılan bağnazlıktan farklıdır. Çünkü çoğu zaman kötü niyet barındırmayan kişiler tarafından bilinçsizce gerçekleştirilmektedir fakat bu bireyler yaptıklarının farkında olmadığı için genellikle herhangi bir suçluluk duygusu da hissetmemektedirler. Mikrosaldırğanlıklar o kadar otomatiktir ki, çoğu zaman fail, bu tutumlara sahip olduğunun ve mikrosaldırğanlık gösterdiği iddia edildiğinde kendini haklı görerek öfkeli olduğunun ve savunmacı davrandığının farkında değildir (Brown, 2011).

Mikrosaldırğanlık teorisi, mağdur ve fail arasındaki etkileşimi incelemeye, gündelik hayatta nasıl karşımıza çıktığını araştırmaya, bireylerin nasıl etkilendiğine ve bireylerin bu deneyimlerle nasıl başa çıktıklarını keşfetmeye odaklanmaktadır (Noh, Kaspar ve Wickrama, 2007; Sue, 2010). Sue, Capodilupo, Torino, Bucceri, Holder, Nadal ve Esquilin, 2007 yılında ırksal mikrosaldırğanlığın farklı biçimlerde ortaya konduğunu göstermek amacıyla bir taksonomi geliştirmişlerdir. Bu taksonomide mikrosaldırğanlık ırkçılığın daha açık formundan daha örtülü formuna doğru sınıflandırılmıştır. Daha sonra Sue ve diğerlerinin (2007) bu taksonomii cinsiyet, cinsel yönelim, kilo vb. yönelimli

mikrosaldırđanlık türlerine de uyarlanmıştır.. Irksal mikrosaldırđanlık taksonomisi üç temel kategoriden meydana gelmektedir. Bunlar; mikro-saldırđı, mikro-aşaşılama ve mikro-invalidasyondur. *Mikro-saldırđılar*, genel olarak açık ve bilinçli bir şekilde yapılan saldırđılar olarak tanımlanırken; *mikro-aşaşılamalar*, azınlıkların suçlu veya anormal olduklarını ifade eden yorumlar ve *mikro-invalidasyonlar* ise; farklı ırktaki insanların ayrımcı deneyimlerini inkar eden davranışlar olarak tanımlanmaktadır.

Mikro-saldırđılar, mikrosaldırđanlıđın en açık şekilde gerçekteştirilen ancak en az rastlanan formudur. Bireylere incitmek amacıyla lakaplar takma, dışlamak, amaçlı ayrımcılık, saldırđı olarak isimlendirilecek birtakım zararlı davranış girişimlerinde bulunma gibi ayrımcı eylemleri içermektedir. Mikro-aşaşılamalar, bir bireyin kimliğine, değerlerine, kültürel mirasına yöneltilen ve örtülü bir şekilde gerçekteştirilen duyarsız, küçümseyici ve kaba olarak nitelendirilebilecek davranışlardır. Mikro-aşaşılamalar, örtülü bir şekilde diğer ırktan olan bireyin sahip olduğu değere dair de mesajlar vermektedir. Sue ve diğerlerine (2007) göre; mikro-aşaşılamalar kendi arasında dört ayrı temaya ayrılmaktadır. Bunlar; Zekaya Atıf (Ascription of Intelligence), İkinci Sınıf Statüsü (Second-Class Status), Kültürel Değerlerin ve İletişim Biçimlerinin Patolojikleştirilmesi (Pathologizing Cultural Values/Communication Styles) ve Suç Statüsü Çıkarımı-Varsayımıdır (Assumption of Criminal Status).

Zekaya Atıf, bir bireyin kapasitesine, zekasına ve yeterliğine dair sırf sahip olduğu ırktan dolayı üstünlük veya aşaşılık anlamları içeren atıflarda bulunulmasıdır (Sue ve diğer, 2007; Sue, 2010). Örneğin Türk toplumunda Laz bir bireyin ince bir zekaya sahip olduğu varsayılırken; Roman bir bireyin akademik anlamda yeterli kapasiteye sahip olmadığı ifade edilebilmekte veya marjinalleştirilen herhangi bir bireye nasıl iş bulduğu sorulabilmektedir. *İkinci Sınıf Statüsü*, bir bireyin diğer bireye kıyasla daha ayrıcalıklı bir muameleyle karşılaşırken, diğer bireyin ise o kişiden daha düşük ve yetersiz olduğunu hissettiği bir muameleye maruz kalmasıdır (Sue ve diğer, 2007; Sue, 2010). Bir doktorun Suriyeli bir sđđınmacıyı tedavi etmek istememesi ya da bir taksicinin görmediğini iddia ederek arabasına almayı reddetmesi İkinci Sınıf Statüsüne örnek olarak gösterilebilmektedir. *Kültürel Değerlerin ve İletişim Biçimlerinin Patolojikleştirilmesi*, belli bir ırka özgü olan kültürel değer ve iletişim tarzlarının doğru ve normal; diğer ırklara özgü olan kültürel değer ve iletişim tarzlarının ise yanlış ve anormal olduğunun kabul

edilmesidir. Bu durumda egemen olan ırk, kendi değerlerinin ideal olduğunu ve herkesin o değerleri kabul etmesi gerektiğine inanmaktadır (Sue ve diğ, 2007; Sue, 2010). Türk toplumunda karşılaşılan bir yaşantı olarak Roman bir bireyin dans etmesinin anormal bir davranış olarak değerlendirilmesi Değerlerin ve İletişim Becerilerinin Patolojikleştirilmesi olarak kabul edilebilir. *Suç Statüsü Varsayımı* ise, belli bir ırka sahip olan bireylerin suç işleme, sapkın ve tehlikeli davranışlar ortaya koyma ihtimalinin daha yüksek olduğuna inanılması ve bu inanışa yönelik davranışların ortaya konmasıdır (Sue ve diğ, 2007; Sue, 2010). Bir Suriyeli sığınmacı geçerken farklı bir ırktan olan bireyin çantasını önüne doğru çekmesi bu mikrosaldırıcılık türüne örnek olarak gösterilebilir. Örnekte de görüldüğü gibi burada karşı ırktan olan bireye “Senin suç işleme potansiyalin yüksek. Buraya ait değilsin. Bu nedenle kendimi senden korumalıyım.” örtülü mesajı verilmektedir.

Son olarak *mikro-invalidasyonlar*, örtülü bir şekilde gerçekleştirilen, insanların sahip oldukları ırktan dolayı onların düşünce ve duygularını küçümseyen veya görmezden gelen ve dışlayan davranışlardır. Mikro-invalidasyonlar da kendi içerisinde dört temaya ayrılmaktadır. Bunlar; Bireyin Kendi Ülkesindeki Yabancı (Alien in One’s Own Land), Renk Körlüğü (Color Blindness), Meritokrasi Efsanesi (Myth of Meritocracy) ve Bireysel Irkçılığın Reddidir (Denial of Individual Racism) (Sue ve diğ, 2007; Sue, 2010).

Bireyin Kendi Ülkesindeki Yabancı, diğer ırktan olan bireylerin yabancı olarak kabul edilmesi anlamına gelmektedir. Farklı bir ırktan gelen bireye “Sen aslen nerelisin?”, “Türkçeyi iyi konuşuyorsun” şeklinde yöneltilen söylemler buna örnek olarak verilebilir. Aslında bu yaklaşım bireye “Sen buraya ait değilsin. Sen bir Türk değilsin.” mesajı göndermektedir. *Renk Körlüğü*, daha çok Amerika’da karşılaşılan mikrosaldırıcılık türlerinden bir tanesidir. Çünkü bu mikrosaldırıcılık türü özellikle Siyahları hedef almaktadır. Örneğin; Beyaz bir bireyin Siyah bir bireye “Amerika adeta farklı ırktan gelen insanların kaynaştığı bir ülke. Bu nedenle sana baktığımda renk görmüyorum.” demesi ırkın istenmeyen bir tartışma konusu olduğuna, bireyin sahip olduğu ırkın bilinmesine gerek olmadığına dair mesajlar göndermektedir. Yani bu anlayışa göre bireyin ırkı değerli ve önemli değildir ve renk farklılıklarının insanların hayatları üzerinde bir

etkisi yoktur. *Meritokrasi Efsanesi* ise, ırkın bireyin başarılı olma yeteneğini etkilemediğini, dolayısıyla farklı ırktaki bireylerin başarıya ulaşma şanslarının eşit olduğunu ve başarılı olmanın bireysel farklılıklardan kaynaklandığını öne sürmektedir. Buna göre, aslında farklı ırktan olan insanlar sahip oldukları ırktan dolayı değil; yeteneksiz ve yetersiz oldukları için başarılı olamadıkları mesajını almaktadırlar. Yani bu bireylerin yaşamda başarı elde edememelerinin sebebi; kendi başarısızlıklarıdır. Meritokrasi Efsanesi, bu yönüyle bireylerin sahip oldukları ırktan dolayı toplumda maruz kaldıkları ayrımcılığın inkarını içermektedir. *Bireysel Irkçılığın Reddi*, egemen olan toplumun diğer ırktan olan bireylere karşı gösterdikleri ırkçı söylem, tutum ve davranışların reddini içermektedir. Birey, ırksal önyargıları tümüyle reddetmekte ve bu önyargıların geçmişte kaldığını öne sürmektedir. Bu söylemler, en başta birlik ve beraberliği pekiştiriyor olarak algılanabilir ancak pek çok tehlikeyi de beraberinde getirmektedir. Örneğin, “Ben asla ırkçı değilim, Kürt, Laz ve Roman olan pek çok arkadaşım var ve onlarla iyi anlaşıyorum.” veya “Ben ayrımcılık yapmadım, sadece şaka yapmıştım, Sen yanlış anladın ve aşırı tepki veriyorsun ve olayı abartıyorsun.” gibi yorumlar, aslında ırkçılığı sadece açık bir şekilde ifade edenlerin ırkçı oldukları inancını taşımaktadır. Oysaki bazı ırkçı tutum ve söylemler, toplumun özüne öylesine sinmiştir ki normalize edilerek artık gerçeğin bir parçası olarak kabul edilmeye başlanmıştır. Bu nedenle toplumdaki kimi iyi niyetli bireyler zarar verme ve ayrımcılık yapma gibi gayeler taşımaları da bilinçsiz bir şekilde ya da istemeyerek ırkçı düşünce ve duygular taşıyabilirler. Ancak Bireysel Irkçılığın Reddi mikrosaldırğanlığı, bu bireylerin olasılığını en aza indirgeyerek ırkçılığı sadece bireysel bir patolojiye dayandırmaktadır (Sue, 2010; Sue ve diğ., 2007). Sue, Capodilupo, Torino, Bucceri, Holder, Nadal ve Esquelin’e (2007) göre, bazı ırkların belirli mikrosaldırğanlık biçimlerini deneyimleme olasılıkları daha yüksektir. Örneğin Asyalıların, Bireyin Kendi Ülkesindeki Yabancı mikrosaldırğanlığını deneyimleme olasılıklarının daha fazla olduğunu belirtirken, Siyahların ise Suç Statüsü Çıkarımı mikrosaldırğanlığını deneyimleme olasılıklarının daha yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Yukarıda da görüldüğü gibi aslında taksonomide ırksal mikrosaldırğanlık kendi içerisinde kategori ve temalara ayrılrsa da aralarında keskin çizgilerle ayrılmış farklılıklar bulunmamakta ve zaman zaman birbirlerini içerebilmektedirler. Bundan soranki bölümde mikrosaldırğanlık, farklı yönelimler halinde ele alınarak açıklanmaya çalışılmıştır. Bunlar; Cinsiyetçi Mikrosaldırğanlık, LGBT Bireylerine

Yönelik Mikrosaldırğanlık, Kilo Yönelimli Mikrosaldırğanlık, Dine Yönelik Yapılan Mikrosaldırğanlık, Engel/Yetersizlik Durumuna Yönelik Yapılan Mikrosaldırğanlıktır.

Cinsiyetçi Mikrosaldırğanlık (Cinsiyet Yönelimli Mikrosaldırğanlık)

Yapılan istatistiki çalışmalar, özellikle farklı etnik gruplara ait olan kadınların yetersiz olarak algılandıklarını ve bu nedenle de daha az prestijli yerlerde çalıştıklarını, üniversitelerde ise öğretim görevlileri ve öğretim üyelerinin küçük bir kısmını oluşturduklarını ortaya koymaktadır (Ulusal Eğitim İstatistikleri Merkezi, 2009; akt. Ross-Sheriff, 2012). Bu kadınlar işe girme, terfi alma konusunda zorluk yaşadıklarını, diğer çalışanlar ve idari üstleri tarafından anlaşılmadıklarını ve takdir edilmediklerini dile getirmektedirler (Muhs, Niemann, Gonzalez ve Harris, 2012). Cinsiyetçi mikrosaldırğanlıklar sadece tek bir kadına yönelik saygısızlığı içermemekte ve aslında tüm grubu hedef alarak onların değerini düşürmeye çalışmaktadır. Böyle bir ayrımcılık, zaman zaman zorbalık, fiziksel şiddet, nefret söylemleri, kadınları belli birtakım rollerle çerçevelemek, onları çalışma dünyasından ve kendi ayakları üzerinde durmaktan alıkoymak gibi davranışları da içerebilmektedir.

Philomena Essed'in ortaya koyduğu bir terim olan cinsiyete dayalı veya cinsiyetçi ayrımcılık, kadınların karşı karşıya kaldıkları cinsiyet yanlılıklarını ifade etmektedir (Lewis, Mendenhall, Harwood ve Hunt, 2013). Sue ve Capodilupo (2008) ise, cinsiyetçi mikrosaldırğanlıkların cinsiyetçiliğın örtülü bir biçimi olduğunu ifade etmişlerdir. Buna bağlı olarak kadınların, günlük hayatta toplumsal cinsiyet yönelimli mikrosaldırğanlıkları yaşadıklarını tespit etmişlerdir. Kadınlar, kişilerarası ve profesyonel ilişkilerde, medyada, hukuk sisteminde, kültürel hayatta mikrogresyonla karşılaşmaktadırlar (Szymanski ve Stewart, 2010). Bu tür mikrosaldırğanlıklara maruz kalan kadınlar, üzüntü, değersizlik, umutsuzluk gibi duyguları deneyimlemektedirler (Centers for Disease Control and Prevention, 2010; akt. Jones, 2016).

Sue, Capodilupo, Torino, Bucceri, Holder, Nadal ve Esquelin'nin (2007) mikrosaldırğanlık taksonomisinde yer verdiği mikro-ışağlamalar cinsiyet yönelimli mikrosaldırğanlığın en yaygın biçimini oluşturmaktadır. Örneğın;

matematik sınavından yüksek not alan bir kız öğrenciye öğretmenın “Vay canına, erkekler kadar iyi yapmışsın.” demesi aslında kız öğrenciye “Sen matematikte erkek öğrenciler kadar iyi olamazsın, bu nedenle yüksek not almana şaşırıdım.” mesajını göndermektedir. Ya da öğretmenın bazı formları sadece erkek öğrencilere dağıtması kız öğrencilerin kendilerini görmezden geliniyor olarak hissetmesine yol açmaktadır (Beaulieu, 2016). Özellikle okul ortamları mercek altına alındığında bu tür örneklerin çoğaltılabileceği söylenebilmektedir. Çünkü okullarda öğretmenlerin, erkek ve kız öğrencilere eşit davranmadığı görülmektedir. Erkeklerin öğretmenlerin daha çok dikkatini çektiği, daha az eleştirildiği ve en çok övgüyü de onların aldıkları belirtilmektedir (Lockheed ve Harris, 1984). Ayrıca öğretmenın cinsiyeti ne olursa olsun sınıfta erkek öğrencilerin kız öğrencilere olan egemenlik ve dominantlığını kabul edildiğini ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur (Sadker ve Sadker, 1995). Bu durum zaman içerisinde kız öğrencilerin performanslarındaki düşüşle sonuçlanabilmektedir (Konishi, Hymel, Zumbo ve Li, 2010). Cinsiyetçi mikroinvalidasyonlar ile bir öğretmenın bir kız öğrencinin ortaya attığı yaratıcı bir fikri görmezden gelmesi veya o fikri erkek akranlarına atfetmesi, kız öğrenciye duygusal ve bilişsel açıdan bir zarar verecek ve kız öğrenci bir dahaki derslerde fikirlerini beyan etmeme eğiliminde olacaktır (Friedlaender, 2018).

Ataerki toplumlarda, kadınların erkeklere kıyasla daha güçsüz ve zayıf olduklarına inanıldığı belirtilmektedir. Zamanla kadınlar da bu anlayışı içselleştirmekte ve yeterli fiziksel güçleri olsa bile, ağır bir nesneyi hareket ettirmek için erkeklerden yardım istemektedirler. Günümüzde adalet, ahlak gibi konular üzerinde pek çok değişiklik olmuştur ancak kullanılan ahlaki dil olduğu gibi kalmış ve değişime uğramamıştır. Örneğin; pek çok bilimle uğraşan kadın olmasına rağmen bazı yerlerde “bilim adamı” terimi kullanılabilir ve ya ataerkilliği güçlendiren bir terim olan “insanoğlu” benimsenmiştir ve bu şekilde kullanılmaya devam edilmektedir (Friedlaender, 2018). Ayrıca günümüzde cinsiyet rolleri hala varlığını sürdürmekte ve düşmanlık tohumlarını yaymaya devam etmektedir. Kadınların özellikle iş hayatında karşılaştıkları en büyük sorunlardan biri *cam tavan*dır. Cam tavan, kadınların iş hayatında daha yüksek pozisyonlara gelme konusunda karşılaştıkları engelleri, önyargıları ifade etmekte ve adeta görünmez bir bariyer rolü oynamaktadır (Akbaş ve Korkmaz, 2017). Her ne kadar kadınlar, oy hakkı, medeni haklar gibi haklara sahip olsalar da ve her ne kadar feminist hareketler mücadelesine devam etse de, cam tavan

kalınlığını korumaktadır. Örneğın; Fuchs, Tamkins, Heilman ve Wallen (2004), kadınların erkeklerin dominant olarak kabul edildikleri yöneticilik gibi mesleklerde soğuk ve ulaşılabilir olarak algılandıklarını ortaya koymuştur. DeNavas-Walt, Proctor ve Mills (2004) ise, kadınlar ve erkekler arasında maaş anlamında çok büyük uçurumlar olduğunu belirtmektedir. Moya, Glick, Exposito, de Lemus ve Hart (2007), cinsiyetle ilgili geleneksel inançlara sahip olan erkeklerin romantik ilişkide birlikte oldukları kadınların “tehlikeli” olarak kabul edilen mesleklerde çalışmalarını reddettiklerini ifade etmektedir. Kılıç ve Çakıcı (2016), eğitim ve sağlık sektöründe çalışanların orta düzeyde cam tavan algısına sahip olduğunu ve Sökmen ve Şahingöz (2017) ise, cam tavanın kadınların iş tatmini negatif yönde etkilediğini ortaya koymuştur. Bu örneklerden yola çıkarak toplumsal cinsiyet kalıp yargılarının ve toplumsal cinsiyet rollerinin toplumdaki kadınlara yönelik rol ve beklentileri sınırlamaya devam ettiğini görebilmekteyiz.

Mikrosaldırğanlığa en çok maruz kalan gruplardan bir tanesi ise, hamile kadınlardır. Yapılan araştırmalar, hamile kadınların daha az işe alındığını, iş başvurusu esnasında daha fazla zorluk çektiklerini, işe girseler bile daha düşük ücretle çalıştıklarını ve iş yerinde meslektaşlarının önyargı ve öfkelerine maruz kaldıklarını ortaya koymaktadır (Bragger, Kutcher, Morgan ve Firth, 2002). Ayrıca bu hamile kadınlar iş yerindeki çalışanların sürekli olarak izin almadan büyüyen karınlarına dokunduklarını, kiloları hakkında yorum yaptıklarını, bebek doğduğunda nasıl işi bırakacağından bahsettiklerini ve bu konuda “Eminim işi bırakmak için sabırsızlanıyorsunuzdur.” gibi çıkarımlarda bulduklarını, tüm bu tutum ve davranışların onları rahatsız ettiğini anlatmışlardır (Murkoffetal, Eisenberg ve Hathaway, 2002).

LGBT Bireylerine Yönelik Mikrosaldırğanlık (Cinsel Yönelim Yönelimli Mikrosaldırğanlık)

Mikrosaldırğanlık teriminin ırkçılığa özgü olmadığı ve cinsel yönelim bağlamında da uygulanabileceği anlaşılmaktadır (Balsam, Molina, Beadnell, Simoni ve Walters, 2011). Toplumların cinsiyetle ve cinsel yönelimle ilgili katı görüşleri, bireylerin farklı cinsiyet kimliklerini benimseme özgürlüğünü olumsuz yönde etkilemektedir (Norton ve Herek, 2013). Bu görüşler sadece bireylerin hayattaki

fırsat ve deneyimlerini şekillendirmekle kalmayıp, aynı zamanda biyolojik cinsiyetlerine ve cinsel yönelimlerine uymayanları da cezalandırabilmekte ve transfobi, homofobi gibi nefret topluluklarını ortaya çıkarabilmektedir (Letherby, 2003). Araştırmacılar bu bireylerin, aile, eğitim, işyeri, sağlık hizmetleri gibi pek çok alanda alaycılık, düşmanlık ve ayrımcılığa maruz kaldıklarını ortaya koymaktadır (Clements-Nolle, Marx ve Katz, 2006; Nadal, Skolnik ve Wong, 2012). Bu nedenle LGBT bireyler toplumda sosyal ve ekonomik açıdan en dezavantajlı gruplardan bir tanesi olarak kabul edilmektedir. LGBT bireyler de günlük hayatta önyargının daha örtülü ve daha az farkındalıkla gerçekleştirilen formu olan mikrosaldırğanlıkların hedefi olmaktadır (Nadal, Davidoff, Davis ve Wong, 2014).

Bu bireylere karşı kullanılan mikrosaldırğanlıklar farklı formlarda karşımıza çıkabilmektedir. Modern ayrımcılık ya da gündelik ayrımcılık olarak da ifade edilen mikrosaldırğanlıklar, bilinen ayrımcılıktan farklı olarak failer tarafından daha çok bilgisizlikten, kasıtlı olarak zarar verme amacı güdülmeyen ve zarar verdiğinin farkında olmadan daha örtülü bir şekilde gerçekleştirilmektedir (Shoshana, 2015). Transfobik bireylerin cinsiyetini değiştiren bir kadına hala bir erkek olarak hitap etmesi, LGBT bireylerin cinsel sapkın olarak kabul edilmeleri (Tüm LGBT'li bireyler seks işçisi ve bağımlısıdır), toplum içerisindeki görmezden gelinmeleri, normatif toplumsal cinsiyet rollerinin güçlü bir şekilde desteklenmesi, LGBT bireylerin tedavi edilmeye çalışılması ya da tedavi edilmesi gerektiğinin düşünülmesi, "Nasıl yani bir işte çalışıyor musunuz?, Ailenizin bundan haberi var mı?" gibi toplumda sosyal varlıklarını sürdürmelerinin kusurlu olduğuna ilişkin sorgulamalar yapılması, cinsel yönelimi cinsel davranışa indirgeme eğilimi göstermek örneğın lezbiyen ilişkileri erkeklerin zevkine yönelik cinsel etkinliklerle ilişkilendirmek, "Nasıl cinsel ilişkiye giriyorsunuz?" gibi özel hayatlarına ve bedensel mahremiyetlerine yönelik söylemler ve tutumlar bu mikrosaldırğanlık türlerine örnek olarak verilebilir (Jones, 2016; Ingram, Speedlin, Cannon, Prado ve Avera, 2017; Nadal ve diğ., 2012). Örnekte de görüldüğü gibi failer, LGBT bireyi ile iletişim içinde bulunmakta, kendilerine anlamlı gelmeyen ve garip olarak adlandırdıkları konularda sorular sorarak ya da görüş bildirerek karşı tarafı mağdur edebilmektedirler. LGBT bireyi için olağan ve doğal olan bu durumların eleştirel bir biçimde incelenmesinin bu bireylerde rahatsızlık uyandırması beklendik bir durum olarak nitelendirilebilir.

Sue ve diğerlerinin (2007), mikrosaldırıcılık taksonomisinde belirlediği kategoriler LGBT gruplara da uyarlanabilmektedir. Mikro-saldırılar bunlardan bir tanesidir. Mikro-saldırılar daha bağnazca yapılan tutum, davranış ve söylemleri içermektedir. Genellikle fail, çevresinde onun gibi önyargılara sahip bireyler tarafından destekleneceğini hissettiğinde ya da kendi kontrolünü, soğukkanlılığını kaybettiğinde gerçekleşmektedir. LGBT bireylerle ilişkiye girmeyi reddetmek, bireyin gay olduğunu göstermek amacıyla kullanılan el hareketleri buna örnek olarak verilebilir (Sue, 2010). Doğum yapan lezbiyen bir birey, hemşirenin bebeğini beslemesine yardımcı olmayı reddettiğinden ve hemşirenin muayene ederken de çok ilgisiz olduğundan bahsetmiştir. Bu yaklaşımlar, mikro-saldırı olarak kabul edilebilmektedir (Liss, 2015). Mikro-aşağılamalar; bilinçsizce duyarsızca kullanılan ifadeler veya yapılan şakalar, heteroseksist dilin kullanımı, sanki övgüymüşçesine yapılan “Eşcinsel gibi görünmüyorsun!” veya eleştirmek amacıyla kullanılan “Bir eşcinselmış gibi davranıyorsun.” gibi söylemler ve bu bireylere saygı duyulmadığını ifade eden kadınların cinselliğini öne çıkartan resimlerin kullanılması buna örnek olarak verilebilir. Mikroinvalidasyonlar, genellikle bilinçsiz olsa da marjinal grupların yaşadığı deneyimleri silmeye veya reddetmeye hizmet etmektedir. Örneğin, ayrımcılığın geçmişte kaldığını iddia ederek, lezbiyen, gey, biseksüel ve transseksüel bireylerin onur günlerinin ve onur yürüyüşlerinin, farkındalık kazandırmaya yönelik yapılan çalışmalara duyulan ihtiyaçların reddedilmesi (Sue, 2010). Spidsberg (2007) ise toplum içerisinde bireylerin “lezbiyen, gay” gibi kelimeleri adeta yasakmış gibi kullanmayı reddetmelerinin aslında mikroinvalidasyon örneği olduğundan söz etmektedir. Çünkü bu bireyler ayrımcılık ya da önyargı algısının asılsız olduğunu ifade ederek mikrosaldırıcılığı reddetmektedirler (Ylloja, Cochran, Woodford ve Renn, 2018).

Nadal ve diğerleri (2012), LGBT bireylere yönelik ailevi, sistemik ve çevresel mikrogresyonları tanımlamışlardır. Ailesel mikrogresyonlar, aile tarafından bireyin kimliğinin kabul edilip edilmemesiyle ilişkilidir. Sessiz kalarak tepkisini yansıtan, yapılan diğer mikrosaldırıcılıkları görmezden gelerek savunuculuğunu yapmayan veya reddeden bir aile üyesinin kendisi de bu davranışları ile mikrosaldırıcılığı sürdürmektedir. Sistemik ve çevresel mikrosaldırıcılıklar, kamusal tuvaletlerde, sosyal medyada, sağlık merkezlerinde görülebilmektedir.

Örneğin, tuvaletlerde failerin mağduru köşeye sıkıştırması, alay etmesi, sosyal medyanın LGBT bireyleri birer suçlu ve sapkın olarak göstermesi, doktorların bu bireylere tedavi uygulamayı reddetmesi en sık karşılaşılan örneklerdendir. Bu mikrosaldırğanlıklar, birçok LGBT bireyin yaşamları boyunca karşılaşılabilecekleri ayrımcı deneyimlere neden olmaktadır.

Ylioja, Cochran, Woodford ve Renn (2018) ise, çevresel mikrosaldırğanlıkları, bireysel, kurumsal veya toplumsal olarak marjinalize olmuş gruplara iletilen sosyal, eğitimsel, politik ve ekonomik tehditkar mesajlar olarak tanımlamaktadır. Fiziksel çevre bile mikrosaldırğanlığa hizmet edebilmektedir. Örneğin; lavabolarda sadece iki cinsiyetin temsilinin kullanılması ve devlet formlarında seçenek olarak sadece iki cinsiyete yer verilmesi diğer cinsiyet ve cinsel yönelimlerin göz ardı edildiğini göstermektedir (Munro, 2017). LGBT bireylere yönelik yapılan mikrosaldırğanlıklar homofobiye benzemektedir. Heteroseksüel olmadıkları için sıklıkla aşağılayıcı söylemlere, devletlerin anti-LGBT ile ilgili uygulamalarına maruz kalabilmektedirler (Ylioja, Cochran, Woodford ve Renn, 2018).

Philomena Essed (1991) ırkçılığın ve cinsiyetçiliğın eş zamanlı deneyimini ele almakta ve ırkçılık ve cinsiyetçiliğın iç içe geçtiğinden bahsetmektedir. Örneğın, “Güçlü Siyah Kadın” kalıp yargısı, olumlu bir yargı olarak düşünülebilir çünkü güç, azim gerektirmektedir. Ancak bu kalıp yargı yüzünden tüm Siyah kadınlar güçlü kalıbına uymak adına pek çok stres içerikli zorluklar yaşayabilirler. Böyle bir inanç, kişilerarası ilişkileri etkileyebilir ve Siyah kadınların duygularını bastırmasına neden olabilir (akt. Woods-Giscombé ve Black, 2010).

Yukarıda bahsedilen üç yönelim türü (ırkçı, cinsiyetçi, cinsel yönelimli) mikrosaldırğanlıkla ilgili pek çok çalışmaya konu olmuş ve bu çalışmalar uygulanan mikrosaldırğanlığın aslında kesin çizgilerle ayrıl原因amayacağını ve bireylerin sahip oldukları pek çok özellikten dolayı farklı yönelimli mikrosaldırğanlıklara maruz kalabileceklerini göstermiştir. Bu ihtiyaçtan hareketle *kesişen mikrosaldırğanlık terimi* ortaya atılmıştır. Kesişen mikrosaldırğanlık terimi, birden fazla dezavantaja sahip olan bireylerin maruz kaldıkları mikrosaldırğanlıkları ifade etmek için kullanılmaktadır (Lewis ve Neville, 2015). Kesişen mikrosaldırğanlıkla ilgili yapılan ileri araştırmalar, hem ırksal hem cinsiyetçi hem de cinsel yönelimli mikrosaldırğanlıkları içererek çok

yönlü bir bakış açısı sunmaktadır (Greene, 2000). Bowleg, Huang, Brooks, Black ve Burkholder'ın (2003) çalışmasına göre, hem Siyah hem de homoseksüel olan kadınlar, iş yerinde cinsiyetçi ayrımcılığa maruz kaldıklarını, homoseksüel olarak da ailesel problemler yaşayarak, toplumdan uzak durduklarını, işyerinde sorunlar yaşadıklarını ve kamuoyunda kendilerini tehdit eden mesajlar yüzünden güven duyamadıklarını dile getirirken, en stresli mikrosaldırğanlık deneyimlerinin ise ırksal mikrosaldırğanlıklar olduğunu belirtmişlerdir.

Kilo Yönelimli Mikrosaldırğanlık

Mikrosaldırğanlığa maruz kalan bir diğer grup ise; yeterince zayıf olmadığı düşünülerek negatif söylemler ve davranışlarla karşılaşan bireylerdir. Özellikle toplumsal normlardan kaynaklanan veya medyanın yönlendirmesiyle oluşan bu dalga giderek yayılmaktadır. İnsanların sadece belli bir kiloda olması gerektiği belirtilerek insanlar belli bir kalıba sokulmaya çalışılmakta ve bu kalıba uymayan bireyler ise acımasız bir şekilde eleştirilmekte ve kilolarıyla dalga geçilerek eğlence konusu haline getirilmektedir. Bu tür mikrosaldırğanlıklar, bireylere “Sen çok çirkinsin, senin bedeninin arzu edilmiyor.” mesajını göndermektedir.

Reklamlarda zayıflığın vurgulanması, zayıflığın güzellikle eşleştirilmesi, modellerin ve sanatçıların zayıflığına ulaşmaya çalışılması bu dalganın sonuçları arasında yer almaktadır. Bir erkeğin sosyal medyadaki durumuna “Şişman tavuklarla çıkmıyorum!” yazması, insanların “Ne yani bunların hepsini mi yiyeceksin?” diyerek birbirlerinin beslenme miktarına müdahale etmesi ve inceden inceye “Yemek kötüdür ve onu yersen kilo alırsın” mesajının verilmesi ya da “Sadece senin sağlığını düşündüğüm için böyle söylüyorum” diyerek mikrosaldırğanlığının iyi niyete büründürülmeye çalışılması buna örnek olarak gösterilebilmektedir (Munro, 2017).

Kilo damgalanmasının kilolu bireyler üzerinde zararlı bir etkisi bulunduğu bilinmektedir çünkü özellikle anti-kilo karşıtı söylemler bu bireyleri daha çok incitmektedir. Saguy'a (2012) göre ise, kilo damgalaması da ırksallaştırılmaya ve sınıflandırılmaya başlanmıştır. Örneğin; günümüzde aşırı kilolu olmak daha çok farklı ırktan gelen veya yoksul olan bireylere atfedilmektedir.

Dine Yönelik Yapılan Mikrosaldırđanlık

Irka yönelik mikrosaldırđanlık çalışmalarının başlamasının (Sue, 2010) ardından dinsel mikrosaldırđanlık araştırmaları da yapılmaya başlanmıştır (Nadal, 2012). Özellikle Amerika Birleşik Devletleri'nde 11 Eylöl saldırsından sonra görölen Müslömanlara yönelik aleni zorbalık, suç davranışları ve İslamofobinin artışı dikkat çekmiştir. Bu noktada dinsel mikrosaldırđanlık çalışmalarına önem verilmesi ve bu konudaki farkındalığın arttırılması gereği duyulmuştur (Nadal, 2008; Nadal, Davidoff, Davis, Wong, Marshall, McKenzie, 2010). Araştırmalara ışık tutması ve yön göstermesi için dinsel mikrosaldırđanlık davranışlarını meydana getiren inanç biçimleri ırk, etnik köken ve diğer değişkenlerden bağımsız olarak altı tema altında toplanmıştır (Nadal ve diğer., 2010). Bunlar;

Dini Kalıpyarguları Doğrulama (Endorsing Religious Stereotypes): Bazı dini gruplar hakkında doğru olmayan algılar ya da yanlış söylemler doğrultusunda davranış ve ifadelere bulunmayı tanımlamak amacıyla kullanılmaktadır. Örnek: Bir Müslöman bireyin terörist olduğu yönünde geliştirilen kalıp yargılar.

Eğotikleşme (Exoticization): Bir dinin sembollerini moda ya uygun olarak görme ve kullanmayı içermektedir. Örnek: Belli bir dini kıyafeti kişinin kendi zevki için moda ya uygun olarak görmesi ve giyinmesi.

Farklı Dini Grupların Patolojisi (Pathology of Different Religious Groups): Belli bir din ve o dine mensup olan insanlar hakkında onların yanlış ve anormal olduğuna dair onları günahkar, garip, sapkın olarak yargılamak, cezalandırmak ya da kötü muamele etmek ile ilişkilendirilmektedir. Örnek: 'Yanlış bir dine inanıyorsun.'

Kişinin Kendi Dini Kimliklerinin Norm Olarak Varsayımı (Assumption of One's Own Religious Identity as the Norm): Kişinin kendi dinini tek gerçek din olarak algılaması ve mikrosaldırđanlık uygulayan kişinin diğer insanların kendi dinine uygun olarak davranmasını beklemesini ifade etmektedir. Örnek: 'Merhaba' yerine 'Selamun Aleyküm' şeklinde selamlamak gerekliliği üzerine algının iletildiği yorumlar ve davranışlar.

Dinsel Homojenliğin Varsayımı (Assumption of Religious Homogeneity): Bir dine mensup üyelerin hepsinin aynı şekilde giyindiği, davrandığı, düşündüğu şeklindeki varsayımları, genellemeleri içermektedir. Örnek: Tüm Müslömanların

beş vakit namaz kıldığıının varsayılması. Ancak gerçekte her Müslüman birey beş vakit namaz kılmayabilir.

Dini Önyargının Reddi (Denial of Religious Prejudice): Bireylerin sözleri veya davranışları bir dine karşı önyargılı olduklarını gösterse bile, dinsel olarak önyargılı olmadıkları yönünde yaptıkları iddiaları kapsamaktadır. Örnek: Sunni bir bireyin Alevilik hakkında olumsuz anlam taşıyan ifadeleri kullandıktan sonra, önyargılı davranmadığı konusunda ortaya koyduğu ikna çabası (Nadal ve diğ., 2010).

Nadal, Griffin, Hamit, Leon, Tobio ve Rivera (2012) Müslüman Amerikalılar'ın dinsel mikrosaldırıcılık deneyimlerini rapor etmek ve daha önce belirtilen 6 maddelik dinsel taksonominin varlığını test etmek için nitel bir çalışma yapmışlardır. Bulunan maddeler şunlar olmuştur; (1) Özellikle 11 Eylül saldırısından sonra oluştuğu düşünülen müslümanların terörist olduğu iddiası ile kalıplaştırılarak kabul edilen doğrulama (Endorsing Religious Stereotypes of Muslims as Terrorists); (2) Müslümanlık dininin patolojisi (Pathology of the Muslim Religion) yani Müslümanları anormal görme, kendi Arapça isimlerini kullanırken ya da başörtüleri yüzünden insanların garip tavır ve söylemleri ile karşılaşmaları gibi; (3) Dini homojenliğin varsayımı (Assumption of Religious Homogeneity) yani her Müslüman'ın namaz kıldığına inanılması ya da her Müslüman bireyin Arap olması gerektiği gibi etnik kökenlere yönelik genelleştirmeler; (4) Egzotikleştirme (Exoticization) yani Müslümanlığa ait kıyafetlerin cezbedici olduğunun söylenmesi gibi; (5) İslamofobik ve alaycı bir dilin kullanılması (Islamophobic and Mocking Language), (6) Kendi ülkesinde yabancılaşma durumu (Alien in Own Land) yani Amerika'da doğmuş, büyümüş bir Müslüman'ın hoş karşılanmadığını içeren söylemler ve davranışlar gibi. Görüldüğü üzere son iki taksonomi maddesi farklı bulunmuştur. Aynı zamanda sadece dinsel mikrosaldırıcılıktan ziyade etnik köken, cinsiyet ve ırk durumları ile kombine bir biçimde yaşanan kesişen mikrosaldırıcılık durumları dikkat çekmektedir.

Önceden beri yapılmakta olan ateist önyargılar da söz konusudur. Atesitlerin Allah'a inanmayışı sebebi ile karşılaştıkları olumsuz tutumlar gösterilmek

istenmiş ve Amerika'da, 618 bireyin katıldığı çevirimiçi bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırmada yer alan 'Jordan' adlı kurgusal bir ateist birey için verilen cevaplar incelenmiştir. Bu çalışmanın sonucunda ateist bireylere karşı güçlü bir önyargının ortaya çıktığı grlmştir (Swan ve Heesacker, 2012).

Amerika Birleşik Devletleri'nde ortaokul ğrencilerinin dini azınlık (11 ğrenci Yahudi, 11 Mslman, 18 Katolik ve 10 niteryen) olarak bulunduğu bir bölgede yapılan çalışmada (Dupper ve diğ., 2015), öğrencilerin zorbalık davranışlarına maruz kaldığı, mikrosaldırđanlıktan etkilendikleri ve öğretmenler tarafından da mikrosaldırđanlıđının uygulandığı grlmştir. Öğrencilerin tatillerinin ve müfredat içeriğinin genel Hristiyan kurallarına uygun bir biçimde düzenlenmesi, dini azınlık grubuna ye olan öğrencileri olumsuz anlamda etkilemiştir.

Nadal, Davidoff, Davis, Wong, Marshall ve McKenzie (2015) tarafından önceki araştırmalardan farklı olarak, tekil kimliklerin mikro-agresyonlarının yerine (tek olarak dinsel mikrosaldırđanlık yaşama durumları yerine) birden fazla kimliğin etkilenebildiği mikrosaldırđanlıkların durumunu analiz etmek için (hangi mikrosaldırđanlık durumlarının sıklıkla birlikte grlebiliği) nitel bir çalışma yapılmıştır. Kesifen mikrosaldırđanlık durumuna bakılmıştır. Araştırmaya 80 birey katılmıştır. Mslman bireyler için; cinsiyet ve dinin keşiştiği grlmştir. Mslman kadınların başorts takmalarının kendi seçimlerinin dışında olduğuna inanıldığı, cinsel zorbalığın kurbanları olarak görüldükleri ortaya konmuştur. Mslman erkeklerin eğlenmeyi bilmediği yönündeki algıların ve onların genç kızlara tecavüz ettiği şeklindeki söylemlerden duyulan rahatsızlıklar araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur.

Kim (2016) dinin etnik azınlıkların yaşamında önemli bir rol oynadığını belirtmekte ve ırksal mikrosaldırđanlık bağlamında dindarlığın daha fazla araştırılması gerektiğini savunmaktadır. Destek Bozulma Modeli'ne göre (Support Deterioration Model) stresin varlığı algılanan sosyal desteği etkileyebilmekte, hem sosyal destekten yararlanma hem de etkisini algılama konusunda olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Barrera, 1986). Bu sebeple ırksal mikrosaldırđanlıklara maruz kalan bireyin yaşadığı stres kişinin yeterli dini desteği almadığı yönünde algısını da şekillendirmektedir (Kim, 2016). Nadal ve diğ. (2012) Mslman Amerikalılar için de eşitlik çalışmalarının yapılmaya başlanmasını önermektedir. Ayrıca okullarda dini hoşgörünün arttırılması

(Dupper ve diğ.leri, 2015), mikrosaldırğanlığa maruz kalan bireylerin ruhsal iyilik durumlarının ve günlük hayat işleyişlerinin etkilenmemesi için medyanın olumsuz mesajlarına dikkat edilmesi (Nadal ve diğ., 2012) önerilmektedir.

Engel/Yetersizlik Durumuna Yönelik Yapılan Mikrosaldırğanlık

Mikrosaldırğanlığın ableismin (engellilere yapılan ayrımcılık) örtük hali olarak görülebildiği ve bununla birlikte ableist mikrosaldırğanlık tanımının gündeme geldiği görülmüştür (Bell, 2013). Keller ve Galgay (2010) tarafından engelli bireylere yönelik yapılan mikrosaldırğanlıklar için 8 alana sahip bir taksonomi geliştirilmiştir. Bunlar;

Kişisel Kimliğin Reddi (Denial of personal identity): Kişinin kimliğinin reddedilmesini, görmezden gelinmesini ve engelli bireylerin yaptıklarına duyulan şaşkınlığı içermektedir. Örnek: ‘Evlendiğine inanamıyorum.’

Engel dair Deneyimlerin Reddi (Denial of disability experience): Engel durumu ile deneyimler bir araya geldiğinde, mikrosaldırğanlık uygulayan kişinin, engeli yaşayan bireyin yaşadığı zorluğu hafife alması ya da reddetmesini içeren cümleleri kapsamaktadır. Örnek: ‘Hadi ama hepimizin bazı engelleri var.’

Mabremiyetin Reddi (Denial of privacy): Engeli yaşayan bireyin bilgileri hakkında izinsiz şekilde konuşma hakkına sahip olunduğunun düşünülmesi ve ifade edilmesidir. Örnek: ‘Biri sana ne olduğunu sordu, ben de söyledim.’ gibi bir açıklama ile kişi hakkında özel olan bilgilerin paylaşımı.

Çaresizlik (Helplessness): Bu tepki, insanların engeli yaşayan bireye yardım etme davranışlarında görülmektedir. Bunu engelli birey istemeyebilir ya da ihtiyacı olmayabilir ama yine de yapılır, sanki hiçbir şeyi kendi yapamıyormuş, felaket durumdaymış gibi hissetmesine sebep olabilmektedir.

İkincil Kazanç (Secondary gain): Kendini iyi hissetmek için engel yaşayan bireye yardım eden kişileri ifade etmek için kullanılmaktadır.

Yayılma Etkisi (Spread effect): Bir engeli yaşayan birey hakkında engel yaşadığı duruma göre farklı özelliklere sahip olması gerektiğine dair beklentilerin geliştirilmesini ifade etmektedir. Örnek: 'Diğer hislerin benimkinden daha kuvvetlidir.' ya da 'Sen duymadığına göre çok iyi görüyorsunuz.'

Çocuk Muamelesi Yapma (Infantilization): Diğer bireylerin engeli yaşayan bireyden daha iyi kapasitede olduğunu düşünüp onunla ilgilenmesi olarak tanımlanmaktadır. Örnek: 'Senin için yapmama izin ver.'

Üstünlük taslamak (Patronization): Engelli bireylerin her konuda övülmesini ifade etmektedir. Örnek: 'Çok ilham vericisiniz.', 'Bununla yaşadığın için çok özelsin.'

İkinci Sınıf Vatandaş (Second-class citizen): Bu durum engelli bireylerin eşitlik haklarının kabul edilmeyip zaman kaybı, rahatsızlık verici ve kaynak israfı olarak görülmesini tanımlamak amacıyla kullanılmaktadır.

Cinsel Olarak Çekici Gelmeme (Desexualization): Engelli bireylerin cinsel çekiciliklerinin reddini ifade etmektedir. Örnek; 'Tekerlekli sandalye ile dolaşan biri ile asla randevuya çıkmam.' (Keller ve Galgay, 2010). Buradaki örnekte engelli bireye yönelik bilindik ayrımcılıkta olduğu gibi doğrudan bir takım hakaret sözcükleri ya da davranışları sergilenmemiştir. Ancak ifade edilen söylem ile örtük bir ayrımcılık mesajı verilmektedir. Ayrıca fail yaptığı davranışın doğal ve toplum tarafından da kabul gören bir davranış olduğuna inanmakta ve mağdurun neler hissedebileceğini hesaba katmamaktadır.

Keller ve Galgay (2010) da engelli bireylere yönelik yapılan ayrımcılıktan (ableism) bahsetmişlerdir. Bu bireylerin devlet politikalarında yer almadıkları, sık sık olumsuz söylemlerle karşılaştıkları ve yaşamın engeli olmayan bireylere yönelik bir şekilde oluşturulduğunu ifade etmişlerdir. Kesgin ve Karakoç (2017) ableisim kavramının yeniliğini ortaya koymuş, kavram hakkında son zamanlarda genellikle engelli bireyler üzerinde yoğunlaşan çalışmaların olduğunu belirtmiştir. Engelli bireylere yapılan ayrımcılığın normalleştirilmesinin kabulü ile bu bireylerin sosyal bir varlık olarak görülmediği, kurulan cümlelerde ableist bir dil kullanılarak, bu dilin anlamının sorgulanmadığı ve engelli bireylerin ötekileştirmeyi içeren bir dile maruz kaldıkları belirtilmiştir. Ableism sistemler

dahilinde normalleştirilerek uygulanmakta, dikkat edilmesi ve fark edilmesi gereken kavramlardan biri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Mikrosaldırğanlık ve İş Ortamı:

Mikrosaldırğanlıkların en çok görüldükleri yerlerden biri de iş ortamlarıdır. Yapılan araştırmalar iş ortamlarında bireylerin ırk, cinsiyet ve cinsel yönelimli mikrosaldırğanlıklara maruz kaldıklarını ortaya koymuştur (Foley ve diğ., 2005; Offermann, Basford, De Graaf, Graebner ve Jaffer, 2013). Mikrosaldırğanlıklar soğuk bir iş ortamı yaratabilmekte, çalışanlar arası sağlıklı olmayan ilişkileri doğurabilmekte, işle ilgili konuların çözümlenmesini zorlaştırabilmekte (Constantine ve Sue, 2007), iş performansını olumsuz yönde etkileyebilmekte, iş yerine bağlılığı azaltabilmekte ve işten ayrılma isteğine yol açabilmektedir (Foley ve diğ., 2005; Offermann, Basford, De Graaf, Graebner ve Jaffer, 2013). Ayrıca mikrosaldırğanlıkların, çalışan sağlığını olumsuz yönde etkilediği, benlik saygısını düşürdüğü (Alleyne, 2004), ruhsal sağlığa zarar verdiği bulunmuştur (Bhui ve diğ., 2005; Wadsworth ve diğ., 2007).

Landsbergis'e (1988) göre, çeşitli işyeri ortamları ayrımcılığı arttıracak şekillerde yapılandırılabilir. Bu ortamlarda özellikle daha düşük pozisyona sahip olan çalışanlar yüksek ve gerçekleştirilmesi zor taleplerle karşı karşıya kalabilmektedirler. Galupo ve Resnick (2016), 100 çalışan LGBT'li yetişkin üzerinde yürüttükleri çalışmada, katılımcılar cinsel yönelimli mikrosaldırğanlıkların iş ortamında heteroseksist ve ayrımcı bir atmosfer yarattığını ifade etmişlerdir. Katılımcılar ayrıca bu mikrosaldırğanlıkların işyerinin örgütsel yapısı içinde yer aldığını ve çalışanların pozisyonuna özgü güç dinamiğini yansıttığını belirtmişlerdir. Bu nedenle bu mikrosaldırğanlıkların iş yeri politikalarıyla ilişkili olduğu görülmektedir. Ancak King ve arkadaşlarına (2011) göre, bazen iş yerleri LGBT'li bireylere yönelik herhangi olumsuz bir politika uygulamasa bile bu bireyler, diğer çalışanlar tarafından farklı mikrosaldırğanlık türlerine maruz kalabilmektedirler.

Alanda yapılan çalışmalar, iş yerlerinde yaşanan mikrosaldırğanlıkları gözler önüne sermektedir. Örneğin; DeCuir-Gunby ve Guby (2016) kıdem yılı ortalaması 10.8 olan, eğitim kurumlarında eğitimci olarak çalışan bireyler

üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarında, işyerinde ırksal mikrosaldırđanlık yaşayan eğitimcilerin iş doyumlarının bu durumdan olumsuz yönde etkilendiğini ortaya koymuşlardır. Alleyne, 2004 yılındaki araştırmasının sonucunda iş yeri baskısının daha çok örtük bir şekilde gerçekleştiğini ortaya çıkarmıştır. Çalışmada yer alan katılımcılar, iş ortamında kendileriyle göz temasından kaçınıldığını, soru sorduklarında cevap alamadıklarını, varlıklarının görmezden gelindiğini veya sahip oldukları ırka (renge) yönelik onları rahatsız eden söylemlerin yer aldığını belirtmişlerdir. Constantine, Smith, Redington ve Owens'in (2008), psikolojik danışmanlık ve rehberlik anabilim dalında görev yapan Siyah öğretim üyelerinin mikrosaldırđanlıktan nasıl etkilendiklerini araştırdıkları çalışmasında, öğretim üyelerinin iş ortamında kendilerini marjinalleşmiş hissettiklerini, görmezden gelindiklerini, iş yerindeki beklentilerin ırka göre ayrımlaştığını ve yeterliklerinin sorgulandığını göstermişlerdir.

Hunter (2011), çalışanların neredeyse yarısının iş yerinde ırksal mikrosaldırđanlık türlerinden Zekanın Atfına maruz kaldıklarını göstermiştir. Bu mikrosaldırđanlıđa maruz kalan katılımcılar, öfke, üzüntü, hayal kırıklığı yaşadıklarını ve üstlerinin onlara anlamadıklarını düşünerek aynı şeyi birden çok anlatmaya çalıştığını ifade etmişlerdir. Ayrıca Hunter yine aynı çalışmada katılımcıların yarısından fazlasının Kültürel Değerlerin ve İletişim Biçimlerinin Patolojikleştirilmesi mikrosaldırđanlıđına maruz kaldığını belirtmiştir. Bu katılımcılardan birisi, kendi iş arkadaşlarının farklı ırktan olan müşterielerin konuşma ve davranma biçimleriyle dalga geçtiklerini ancak kendisinin varlığını unuttuklarını çünkü kendisinin de o ırka ait olduğunu dile getirmiştir. Shoshana (2015) İsrail'de Yahudi şirketlerinde çalışan Filistinli uzmanlarla görüşmeler gerçekleştirmiştir. Ofiste, Yahudi çalışanlar arasında *Arap zevki* (Bugün sana ne oldu? Aynı bir Arap gibi giyinmişsin) ve *Arap işi* (kalitesiz işi anlatmak için) gibi ifadelerin dalga geçmek ya da aşağılamak için kullanıldığını ortaya koymuştur. Basford, Offermann ve Behrend (2013) ise, araştırmalarının sonucunda kadınların erkeklere oranla örtük olsa bile yapılan mikrosaldırđanlıkların daha kolay farkına vardığını, bu mikrosaldırđanlıkların hem kadın hem de erkek çalışanların iş performanslarını olumsuz yönde etkilediğini ortaya koymuştur. Bu nedenle özellikle iş ortamlarında çalışanların cinsiyet yönelimli mikrosaldırđanlıka karşı farkındalıklarının arttırılması ve mikrosaldırđanlıka maruz kalanlar için destek programlarının oluşturulması gerektiğini belirtmişlerdir.

Mikrosaldırğanlık ve Okul Ortamı:

Bu bölümde ise mikrosaldırğanlık kavramı okul ortamında ele alınmıştır. Çünkü okullarda yaşanan mikrosaldırğanlıklar, öğrencilere zarar verip onları yıpratıldığı için doğrudan psikolojik danışmanları ilgilendiren bir olgu haline gelmektedir. Bu nedenle okul ortamında mikrosaldırğanlık örnekler ile ele alınmıştır.

Özellikle ergenlerin çeşitli ortamlarda mikrogresyonlara maruz kaldıkları ve olumsuz duygular yaşadıkları ortaya konmaktadır (Fisher, Wallace ve Fenton, 2000; Wong, Eccles ve Sameroff, 2003). Ergenlik döneminde mikrogresif olaylara daha fazla maruz kalılabilmekte ve bu durum ergenlerin yetişkinlik yaşamını da olumsuz yönde etkilemektedir (Laub ve Sampson, 2003). Mikrosaldırğanlıkların okullar başta olmak üzere alışveriş ortamlarında sokaklarda kısacası neredeyse her ortamda karşımıza çıktığı görülmektedir.

Ferguson'a (2000) göre, ırksal mikrosaldırğanlıklar okullarda çok yaygın bir şekilde yaşanmaktadır. Farklı bir ırktan gelen öğrencilerin derslerde iyi performans göstermesi veya aksansız konuşmaları durumunda okul üyeleri şaşkınlıklarını ifade edebilmektedir. Bazı durumlarda ise; öğretmenler derslerde özellikle diğer ırktan olan öğrencilere söz vermeyi reddederek o öğrencilerden çaldıkları fırsatı diğer öğrencilere sunmaktadırlar (Tyson, 2011). Ayrıca kimi okullarda ise okul disiplin uygulamaları özellikle belli bir öğrenci grubunu hedef almakta ve bu durum öğrenciler arasında uçurum yaratmaktadır (Ferguson, 2000). Hooks'a (2003; akt. Verjee, 2013) göre, öğretmenlerin tutum ve davranışları sebebi ile mağdur öğrencilerin akranlarının da onları daha az yetenekli olarak görmeye başladıkları ifade edilmektedir. Bu önyargıya maruz kalan öğrenciler gerçekten de derslerinde başarısızlık göstermeye başladıklarında ise inançlarının doğru olduğuna inanmaktadırlar. Okullarda ve diğer ortamlarda mikrosaldırğanlığa maruz kalmak utanç, korku, kaygı gibi olumsuz duyguları beraberinde getirmekte (Wong, Eccles ve Sameroff, 2003) ve akademik becerilerini olumsuz yönde etkilemektedir (Coleman, Jussim ve Isaac, 1991). Bu tür mikrosaldırğanlıklara uğrayan öğrenciler, kendilerini güvende hissetmeleri gereken okul ortamında tehlike altında ve sürekli savunmada olmaları gerekmiş gibi hissetmektedirler (Davis, 1989). Irksal mikrosaldırğanlıklar disipline etme, susturma ve bu öğrencileri güçsüzleştirme stratejisi olarak da kullanılmaktadır ve

bu nedenle yurt dışında yapılan çalışmalar mikrosaldırđanlıđa maruz kalan öğrencilerin, genellikle okulu yarım bıraktıklarını veya okul değiştirdiklerini ortaya koymaktadır (Davis, 1989; Mirza, 2006).

Ayrıca okullarda öğretmenler, kilolu öğrencilere dair de mikrosaldırđanlık uygulayabilmektedir. Çünkü ğretmenler bu öğrencilerden dışuk akademik performans bekleyebilmekte, akranları ise zorbalık uygulayabilmektedir. Diğer yandan sıraların kilolu öğrencilerin sığamayacağı şekilde tasarlanması da çevresel mikrosaldırđanlıđa örnek olarak verilebilir (Munro, 2017).

Eğitim ortamlarında, farklı ırktan gelen bireyler, disiplin politikaları (rn. sıfır tolerans), akademik takipsizlik ve egemen toplumun hegemonik müfredatları gibi yollarla da farklı migroagresyonlarla karşı karşıya kalmaktadır. Öğretmenler, bu öğrencilerin ailelerinde terbiye almadıklarını, ailelerinin sorumsuz olduğunu, sınıfın ve okulun düzenini bozduklarını, eğitim verilmeye değer olmadıklarını, dersleriyle ilgilenilmeye değer olmadıklarını çünkü zaten bir yüksek öğrenim kurumuna yerleşemeyeceklerini, iflah olmaz bir yaramaz olduklarını, ğretimi tamamlayacak yeterliğe sahip olmadıklarını düşünebilmektedirler. Bu ğrenciler bir kuralı iđnediklerinde ise sıfır tolerans politikasını uygulayarak en ağır cezayı uygulamaya meyil etmektedirler. Bu mikrosaldırđanlıklara maruz kalan öğrenciler, sosyal izolasyon, kimlik gelişiminde problemler, arkadaş ilişkilerinde sorunlar, kendinden şüphe ve hayal kırıklığı gibi duygular yaşamaktadırlar (Solórzano, Ceja ve Yosso, 2000). Ayrıca mikrosaldırđanlıklar öğrenme sürecini engellemekte ve öğrencilerin gcl yanlarının ortaya çıkarılması ve Kabul edilmesini önlemektedir (Allen, Scott ve Lewis, 2013).

Beaulieu (2016), ğretmen-ğrenci iletişiminde üç olası durumu ortaya koymuştur. İlk durum, ideal durumu ifade etmektedir. Buna göre, her iki taraf da birbirlerine saygı duymakta ve herhangi bir kişilerarası problem yaşanmamaktadır. Disiplin uygulanması gerekse bile saygılı bir şekilde gerçekleştirilmektedir. Böylece ilişki, güvenli bir şekilde varlığını sürdürmektedir. İkinci olası durum ise mikrosaldırđanlık durumunu ifade etmektedir. Bu olası durumda bir taraf saygı duyulmadığını algılamaktadır ve bu durum aralarındaki ilişkisel bağı zorlaştırmaktadır. Ancak fail karşı tarafa zarar verdiğinin farkına varıp bunu tamir etmeye çalışır ve karşı taraf da bu çabayı kabul eder ve anlarsa ilişkisel bağlar onarılabilir. nc olası durum ise daha ağır bir mikrosaldırđanlık

tablosu çizmektedir. Buna göre, fail yaptığı davranışların farkında değildir. Bazı çocuklar dilsel açıdan öğretmene karşı kendisini korumak ve öğretmene yaptığı davranışı fark ettirmek için yeterli beceriye sahip değildir ve durumu düzeltmek amacıyla hiçbir çaba harcamaz. Böylece ilişki onarılmadan kalır ve daha da kötüleşmeye devam eder. İlişkisel bağ tamir edilmediği için öğrenci aşağılanmış, küçümsenmiş, tehdit edilmiş ve duyguları reddedilmiş olarak hissetmektedir.

Mikrosaldırğanlık Deneyimleri ve Etkileri:

Mikrosaldırğanlık deneyiminde fail ve mağdur olmak üzere iki ayrı taraf olduğunu göz önünde bulundurulacak olursa; mikrosaldırğanlığının her iki taraf için de farklı şekilde deneyimlendiği düşünülebilir. Öncelikle faile göre, karşıdaki birey genellikle çok hassas, tepkisel, paranoyaktır ya da küçük bir şey yüzünden aşırı tepki göstermektedir ve yeterince çalışarak başarılı olamadığı için mazeretler uydurmaktadır (Brown, 2011). Branscombe, Schmitt ve Schiffhauer'a (2007) göre, failerin doğuştan getirdikleri empatik becerileri ve şefkatleri körelmeye başlamakta, algısal farkındalıkları azalmakta ve yanlış yanılsamaları sürdürmektedirler.

İrksal mikrosaldırğanlıklar mağdur deneyimleri açısından ele alındığında ise; ağır duygusal ve psikolojik sonuçlar taşıdıkları görülmektedir. Mikrosaldırğanlıklar maruz kalan bireyleri duygusal açıdan yormakta ve kişinin geçmiş yaşamına ait travmaları tetikleyebilmektedir (Helms, Nicolas ve Green, 2012). Mikrosaldırğanlıklar ayrımcılığın daha örtülü bir biçimi olduğu için bireyin mikrosaldırğanlığa maruz kaldığını fark etmesi de güçleşmektedir. Bu durum kafa karışıklığına ve kişinin kendisini sürekli sorgulamasına neden olduğu için açıkça yapılan bir ayrımcılığa kıyasla başa çıkılması daha zor hale gelmektedir (Shelton ve Delgado-Romero, 2011). Bu nedenle yapılan araştırmalar mikrosaldırğanlıkların pek çok psikolojik rahatsızlıkla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu çalışmalar, mikrosaldırğanlıkların mağdurların benlik saygısını olumsuz yönde etkilediğini (Nadal, Wong, Griffin, Davidoff ve Sriken, 2014), depresyona yol açtığını (Kaufman, Baams ve Dubas, 2017), duygusal ve sosyal gelişimi zedelediğini (Pouwels ve Cillessen, 2013), intihar oranını ve (Pierce, 1995), anksiyete düzeyini arttırdığını (Flanders, 2015) göstermiştir. Ayrıca mikrosaldırğanlıkların, ırkçı deneyimlerden çok daha güçlü bir duygusal,

bedensel rahatsızlık, öfke, hayal kırıklığı, paranoya, kızgınlık, umutsuzluk, stres, kaygı ve depresyona neden olabildiğı belirtilmiştir (Sue, 2010; Stewart, Schreck ve Simons, 2006). Bunun yanı sıra mikrosaldıranlıklar, aile problemleri, akademik başarısızlık, işyerinde verimsizlik ve zayıf arkadaş ilişkileriyle de yakından ilişkilidir (Ong, Buurow, Fuller-Rowell, Ja ve Sue, 2009; Pierce, 1995). Özellikle öğrencilerin okul ortamlarında hedef olma riski arttığı için mikrosaldıranlıkların öfke, zorbalık, alay ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Wintner, Almeida ve Hamilton-Mason, 2017).

Sue (2010) ise, mikrosaldıranlığın mağdurlarda ortaya çıkardığı sonuçları dört başlık altında řu şekilde toplamıştır; fizyolojik etkiler, duygusal etkiler, bilişsel etkileri ve davranışsal etkiler. Sue'ya göre (2010) mikrosaldıranlıklar, fizyolojik rahatsızlıklara (kalp, tansiyon hastalığı, bağışıklık sistemindeki bozukluklar) yol açmaktadır veya stres faktörünü pekiştirerek var olan rahatsızlıkların kötüleşmesine neden olmaktadır. Hall ve Field (2015) mağdurların uykusuzluk, kilo kaybı, hipertansiyon, ruminasyon, boyun ve omuz ağrısı gibi rahatsızlıklar yaşadıklarını ifade ettiklerini belirtmektedir. Sue (2010), bilişsel etkiler için ise; üç etmen sıralamıştır Bunlar; (1) ilişki belirsizliği (maruz kalınan davranışın mikrosaldıranlıklar olup olmadığı konusunda belirsizlik yaşanması ve bu duruma anlam verilmeye çalışılması), (2) bozulmuş bilişsel süreç (mikrosaldıranlıklar yüzünden bireyin odaklanmakta güçlük çekmesi) (3) kalıp yargı haline gelen tehdidin aktive edilme olasılığı (düşük performansa yol açmaktadır).

Genellikle mikrosaldıranlığa maruz kalan bireylerin probleme yol açmamak için sessiz kalmayı tercih ettikleri görülmektedir (Brown, 2011). Ancak hiçbir şey söylememe, devam etme ve uzaklaşma, olumsuz duyguların içselleştirilmesine neden olabilmekte (Hall ve Field, 2015) ve mağdurun omuzlarına daha çok duygusal yük eklemektedir. Hall ve Field'in (2015) çalışması mağdurların açık bir şekilde yapılan ırkçılığı tercih ettiklerini ortaya koymuştur. Aşağılanmış, küçümsenmiş, çaresiz, ihanete uğramış, hayal kırıklığına uğramış, hayrete düşmüş olarak hissetmektedirler.

İrkçi mikrogresyonlar görünüşte zararsızmış gibi görünmesine rağmen, Pierce (1974) özellikle bu deneyimlerin kümülatif etkilerinin çeşitli sağlık sorunlarına yol açabileceğini belirtmiştir. Çünkü sürekli olarak mikrosaldıranlığa maruz kalan bireyler bir süre sonra kendilerinden şüphe duymaya başlamaktadırlar ve bu

durum özgüvenlerini düşürmektedir. Çünkü bu deneyimler, onlara saygı duyulmadığını ya da egemen gruptakilere verilen nezaket ve saygının kendilerine verilmediğini göstermektedir. Kendilerini egemen gruptan daha eksik ve aşağı hissetmekte, kimileri bu ötekileştirme etiketini içselleştirmektedir. Zamanla ya kendilerinden nefret etmekte ya da kimliklerine tamamen yabancılaşmaktadırlar (Delgado, 2000; Mirza, 2006). Böylece kendilerini diğerleriyle eşit, tam ve daha da önemlisi kendileriymiş gibi hissedememektedirler. Genellikle mikrosaldırğanlığa maruz kalan bireylerin probleme yol açmamak için sessiz kalmayı tercih ettikleri de görülmektedir (Brown, 2011). Ancak hiçbir şey söylememe, devam etme ve uzaklaşma, olumsuz duyguların daha fazla içselleştirilmesine neden olabilmekte (Hall ve Field, 2015) ve mağdurun omuzlarına daha çok duygusal yük eklemektedir. Verjee'nin (2013), ırksal mikrosaldırğanlığa uğramış kadınlar üzerinde yürüttüğü çalışmasında, katılımcılar deneyimleri esnasında kendilerini görülmemiş, duyulmamış, değersiz, susturulmuş, aşağılanmış ve gözden düşürülmüş hissettiklerini belirtmişlerdir. İngilizce derslerine giren bir fakülte üyesi olan bir katılımcı, aksanından ve renginden dolayı İngilizce öğretmeye layık görülmediğine dair deneyimlerini paylaşmıştır. Başka bir katılımcı ise, müdürünün iş yerinde öğrencilerle çalışırken onu yetersiz olarak algıladığını ve bu nedenle sürekli olarak konuşmalarını keserek durumu kendisinin yönetmeye çalıştığından bahsetmiştir. Hall ve Field'in (2015) çalışması ise mağdurların açık bir şekilde yapılan ırkçılığı tercih ettiklerini ortaya koymuştur. Araştırmada, mağdurların bir kısmı görmezden gelindikleri için sosyal izolasyon yaşadıklarını hissetse de bir kısmı ise herhangi bir markete girdiklerinde sürekli olarak gözlerin onların üzerinde olduğunu ve her an bir şey çalabileceklerinden şüphelenildiğini, yolda yürürken sık sık polisler tarafından durdurularak sorguya çekildiklerini ve bu nedenle kendilerini aşağılanmış, küçümsenmiş, çaresiz, ihanete uğramış, hayal kırıklığına uğramış, hayrete düşmüş hissettiklerini dile getirmişlerdir.

Mikrosaldırğanlıkları Önleme ve Müdahale:

Yukarıda bahsi geçen mikrosaldırğanlık deneyimlerinin olumsuz sonuçları göz önünde bulundurulduğunda, toplumdaki bireyleri ve özellikle okullardaki okul personelinin mikrosaldırğanlık ve risk faktörleri konusunda bilgilendirmenin, mikrosaldırğanlığa maruz kalan öğrencilere yönelik empatik bir anlayış

geliştirmenin önemli olduğu görölmektedir. Ayrıca öğrencileri risk altında gördükleri zamanlarda müdahale etme konusunda onları cesaretlendirmenin, öğrencilerin sosyal becerilerini geliştirmenin ve sosyal destek ağları oluşturmalarına yardımcı olmanın okullarda mikrogresyon önleme ve müdahale çalışmaları için yararlı olacağı düşünölmektedir (Wintner, Almeida ve Hamilton-Mason, 2017).

Mikrosaldırđanlık mağduru olan bireylere yardımcı olabilmek için öncelikle sosyal çalışmacıların ve psikolojik danışmanların mikrosaldırđanlıđın ne olduğuna dair fikir geliştirmeleri gerekmektedir. Mikrosaldırđanlıđını fark etmeye, bu davranışın nedenleri ve sonuçlarını anlamaya, bu anlayış ile danışanla iletişim kurmaya, danışanların mikrosaldırđanlıđını engellemeleri için stratejiler geliştirmelerine ihtiyaç duyulmaktadır. Bunun yanı sıra mikrosaldırđanlıđa ilişkin kendi düşünce ve davranışlarını gözden geçirmeye ilişkin beceriler geliştirmeler kazanmaları gerekmektedir. Aynı zamanda sosyal çalışmacı ve psikolojik danışmanların, öncelikle kendi ailelerinde yaşanan mikrosaldırđanlıkları fark ederek, bu mikrosaldırđanlıkları önlemeleri de mümkün olabilir ya da kadınlara ve azınlıklara karşı yapılan ayrımcılıkla mücadele eden derneklere katılarak oradaki çalışmalara yardımcı olabilir ve mikrosaldırđanlıkla mücadele etmede kendi becerilerini geliştirebilirler. Ancak faillerin davranışlarını ve tutumlarını değiştirmenin zor ya da imkansız olduğu durumlarda, danışanların baş etmek için kullandıkları stratejilere odaklanabilirler. Üstelik toplumun bu konudaki farkındalığını yükseltmek ve ölkede mikrosaldırđanlıđa karşı geliştirilen politik ve sosyal çalışmalara destek vermek gibi yollara da mutlaka başvurulması gerekmektedir (Ross-Sheriff, 2012). Mikrosaldırđanlıkları engellemenin yollarından bir tanesi ise görünmez olan mikrosaldırđanlıkların görünür hale getirilmesidir (Sue, 2004). Özellikle mikrosaldırđanlıkların yapıları hakkında bilgi edinmek, yapılan mikrosaldırđanlıkları daha kolay bir şekilde fark edilmesini ve onlara etkili şekilde müdahale edilmesini kolaylaştırmaktadır.

LGBT bireylerin yaşadığı deneyimlere ve zorluklara karşı farkındalığı ve anlayışı arttırmak da büyük önem taşımaktadır. Ayrıca psikolojik danışmanlar, aile, topluluk ve örgütsel düzeydeki mikrosaldırđanlıklar hakkında farkındalık oluşturabilirler. Örneğin, psikolojik danışmanlar LGBT bireylere yönelik ayrımcı uygulamalar hakkında farkındalık yaratmak için ilgili çalışmalara katılabilirler (Sangganjanavanich ve Cavazos, 2010). Sosyal medyanın ise transseksüel bireyler

için halkı eğitim almaları ve onların hak savunuculuğunu yapmaları konusunda cesaretlendirmesi büyük önem arz etmektedir (Nakagawa ve Arzubiaga, 2014).

Okullarda mikrosaldırğanlığa maruz kalan öğrenciler için destek ve rehberlik alabilecekleri birimlerin oluşturulması gerekmektedir. Bu müdahale türüne bir örnek olarak Utah Üniversitesinin mağdurlar için açtığı günlük eğitimler verilebilir. Ancak bu eğitimin etkililiği henüz değerlendirilmemiştir. Üstelik mikrosaldırğanlık eğitimleri sunmak, içeriği iyi hazırlanmadığı takdirde daha tehlikeli sonuçlar doğurabilmektedir. Bu durumda, mikrosaldırğanlık eğitim programları yarar sağlamaktan ziyade zarar verebilmektedir (Bartlett, 2017).

Okul psikolojik danışmanlarının kültüre duyarlılık konusunda bilgi, beceri ve yeterlikleri geliştirilmeli ve kültürel anlamda daha yetkin ve duyarlı bireyler yetiştirilmesine özen gösterilmelidir. Psikolojik danışmanların kişisel kültür ve mikrosaldırğanlıkla ilgili bilinci danışmanlara fayda sağlayacak ve onlara kendilerinden farklı kültürler hakkında farkındalık kazanma sürecinde yardımcı olacaktır (Ahmed ve diğ., 2011). Göçle ilgili konularla ilgilenirken özellikle koruyucu faktörleri devreye sokmamız gerekmektedir (Ross-Sheriff, 2012). Öğretmenlerin kültürel duyarlılık konusundaki bilgi eksikleri, farklı gruplar arasındaki pozitif sınıf ortamını yaratma becerilerindeki yetersizlikleri üzerine çalışılması gerekmektedir (Bernstein-Yamashiro ve Noam, 2013). Bu nedenle, öğretmenlerin sınıf ikliminde bu konuda daha dikkatli ve duyarlı olmaları, öğrencilerin tepkilerini gözlemleyerek farkında olmadan onlara herhangi bir zarar verip vermediklerini kontrol etmeleri sağlanmalıdır (Chapman ve Thomas, 2006; akt. Beaulieu, 2016).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Tüm insanların eşit haklara ve fırsatlara sahip olduğu düşünülduğünde, mikrosaldırğanlıkların insanların bu eşitlik hakkını ihlal ettiği ve bireyleri haksız bir hayat yaşamaya sürüklediği söylenebilir. Ayrıca her toplumun kendisine ait sosyal ve ahlaki değerleri, kültürel öğeleri olduğu, bu koşullar altında doğru ya da yanlışın yer almadığı unutulmamalıdır. Bu nedenle, insanların ırk, renk, din,

cinsiyet, engel, cinsel yönelim gibi farklılıklara yönelik sergiledikleri eşitsizlikleri azaltmak ve ortadan kaldırmak için sosyal adalet bilinci oluşturulması büyük önem taşımaktadır. İnsanların haklarını daha özgürce kullanabilmelerini sağlamak, kültürel çeşitliliğe karşı duyarlı olmak ve saygı duymak ancak sosyal adalet bilinci ile sağlanabilecektir. Okullarımızdaki engelli, farklı etnik kökenlere ve mezheplere sahip öğrencilerimiz için olası mikrosaldırğanlık durumlarını fark etmenin öğrencilerin gelişimlerini olumlu yönde destekleyeceği düşünülmektedir. Okullarda veli-öğrenci-öğretmen üçgeni arasında oluşabilecek mikrosaldırğanlık davranışlarına dair kazanılacak farkındalığın, psikolojik danışmanların çalışmalarına da açıklık ve netlik getireceği söylenebilir. Bu noktada, psikolojik danışmanlara sosyal adalet ve hak savunuculuğu konusunda büyük bir görev düşmektedir. Çünkü psikolojik danışmanlar eğitim kurumlarında, iş yerlerinde ve çalıştıkları diğer kurumlarda insanlarla doğrudan iletişime geçebilmekte, bireylerin kendilerini kişisel-sosyal alanda geliştirmelerine, gerçekleştirmelerine ve bireylerin problemlerinin çözümüne rehberlik ederek onların daha doyumlu ve sağlıklı bir hayat sürmelerine yardım etmektedirler. Bu nedenle mikrosaldırğanlığa uğrayan mağdur durumundaki bireyleri koruma, güçlendirme, destekleme, onların ihtiyaçlarını karşılayacak çevresel değişimleri harekete geçirme, mikrosaldırğanlık faillerinde ise, farkındalık ve adalet bilinci yaratarak, mikrosaldırğanlık davranışlarını azaltma bu görevler arasında yer alabilir. Çünkü psikolojik danışmanlar için öncelik, danışanların iyi oluşlarıdır ve kişisel, sosyal, mesleki gelişime engel yaratan, duygusal yük yaratarak benlik saygısını zedeleyen her türlü mikrosaldırğanlık danışanların iyi oluşlarını olumsuz yönde etkilemektedir.

Sosyal adalet bakış açısına sahip psikolojik danışmanların, sınıf ve diğer branş öğretmenlerinin yetiştirilmesi de ele alınması gereken bir diğer önemli noktadır. Bu bakış açısının adaylık eğitimleri esnasında kazandırılmasının daha doğru olacağı söylenebilir. Bu nedenle, lisans eğitim programlarında kültüre duyarlı psikolojik danışman yeterliklerine ve kültürel farklılıklara saygıyı ön plana çıkaran derslere ağırlık verilmesi faydalı olacaktır. Bu süreçte, adayların öncelikle mikrosaldırğanlığın ne olduğunu anlamaları, fail ya da mağdur durumunu üstlendikleri kendi mikrosaldırğanlık deneyimlerinin farkına varmaları temel amaçlardan olabilir. Bu farkındalığı danışanlara ve öğrencilere doğru genişletme ve çevreyi bu konuda daha duyarlı hale getirme gibi sorumluluklar da bu amaçlar arasına ilave edilebilir. Ancak mikrosaldırğanlık, gündelik bir ayrımcılık türü

olduğu için bu konuya yönelik yapılacak olan çalışmalarda sadece psikolojik danışmanlara ve öğretmenlere değil diğer alan uzmanlarına, yöneticilere, velilere ve sosyal medyaya da görev düşmektedir. Öğrencilere ve çalışanlara bu konuya yönelik çeşitli seminerlerin verilmesi, bireylerin farkındalıklarının ve bilgilerinin artırılması, eğitim kurumu ve iş yerlerinde mikrosaldırğanlığa karşı iş birliği içerisinde çalışılması önemli noktalar arasında yer almaktadır.

Adil bir davranış biçimi olmayan ayrımcılık ile *biz* ve *ötekiler* gibi kutuplaştırıcı ifadelerin varlığı (Çelenk, 2010) ve bu ayrımcılık davranışlarının örtük bir biçimde ifade edilmesi *mikrosaldırğanlık* içeren davranış ve söylemleri ortaya çıkarmaktadır. Bilindiği üzere mikrosaldırğanlıklar ayrımcılığa kıyasla daha zor anlaşılmakta (Shelton ve Delgado-Romero, 2011) ve farkında olarak ya da olmayarak yapılabilmektedir. Mikrosaldırğanlık içerikli davranışların ve söylemlerin ne anlama geldiğinin farkına varılmaması, sebep olduğu kafa karışıklığı ve arada kalmışlık, mağdurları güç bir duruma sokabilmektedir. Mikrosaldırğanlığı uygulayan bireyler ise davranışlarını normalleştirerek ve genelleştirerek gerçekte ne kadar zarar verici davrandıklarının farkında değildirlir. Branscombe ve arkadaşlarına (2007) göre, faillerin empatik becerileri düşmekte, şefkat ve algısal farkındalıkları azalmaktadır (Branscombe ve diğ., 2007). Bunun sonucu olarak arkadaş ilişkileri zarar görebilmektedir. Bu noktada faillerin mikrosaldırğanlıklara yönelik farkındalık ve bilgi düzeylerinin artırılması büyük önem taşımaktadır. Çünkü failler mikrosaldırğanlık uyguladıklarını fark etmedikleri müddetçe yukarıda belirtildiği gibi, mikrosaldırğanlık mağdurları geri çekilmekte, izolasyon yaşayabilmekte, ne cevap vereceğini bilememektedirler. Aynı zamanda mağdurlar kendileri için önemli konular, değerler ve özellikleri hakkında sınır koyamamaktadırlar, kişisel sınırlarını belirleyememeleri ve failler tarafından yapılan bu sınır ihlalleri mağdurların psikolojik anlamda problem yaşamalarına sebep olabilmektedir. Bu anlamda kişisel sınırların belirlenmesi ve ifade edilmesi üzerine yapılacak olan çalışmaların mağdurlar üzerinde önemli ve faydalı etkiler bırakacağı düşünülmektedir.

Bunların yanı sıra mikrosaldırğanlığın kültürümüz içinde görülme biçimlerinin ve yoğunluklarının araştırılması ile taksonomilerin kültürümüz içerisinde uygunluğunun araştırılması alana anlamlı bir katkı sağlayacaktır. Örneğin; Sue ve diğerlerinin (2007) geliştirmiş olduğu taksonomide yer alan Renk Körlüğü

mikrosaldırđanlıđının, Siyah bireylerin deneyimleri baz alınarak hazırlandığı için bizim kültürümüzde işlemeyeceği düşünölmektedir. Fakat kesin bulguların ortaya konması için bu konuyla ilgili çalışmaların yapılması büyük önem arz etmektedir.

Yurt dışında mikrosaldırđanlık davranış ve söylemleri üzerine yürütölen araştırmalar oldukça aydınlatıcı olmakla birlikte, bu araştırmaların daha çok ırk, cinsiyet ve cinsel yönelim bağlamlarına odaklandıkları ve kilo, din ve engel durumuna yönelik mikrosaldırđanlıklarla ilgili çalışmaların ise daha az yer kapladığı görölmüştür. Bu nedenle gelecekte bu yönelimlerin daha çok yer aldığı çalışmalara odaklanılmasının önemli olacağı düşünölmektedir. Ayrıca ölkemizde meydana gelen mikrosaldırđanlık davranış ve söylemlerinin gün yüzüne çıkarılması noktasında bir ihtiyaç hissedilmektedir. Türkiye çok etnikli, cinsel yönelimler açısından farklılaşan, farklı dini inanışlara ve mezheplere sahip, göç alan ve bölgelere göre çeşitli kültürel özelliklere sahip bir ölkedir. Bu kadar çeşitliliğe sahip bir öлке içinde hem hoşgörö içerikli davranışlar görölmekte, hem de bu farklılıklar kendi içlerinde veya kendileri arasında mikrosaldırđanlık içeren söylem ve davranışlara tanıklık edilmektedir. Türk-Kürt-Ermeni-Laz-Çerkez vb. etnik kökenler içerisinde, Alevi-Sunni-Hristiyan-Ateist-Deist vb. dini inançlarında, Doğulu-Batılı, Şehirli-Köylü gibi coğrafi bölgelerde, Sağır-Kör-Topal gibi engel ifadelerinin kullanımında ve Kadın-Erkek-Diğer gibi cinsiyet ifadelerinde ölkemizde yaşanmakta olan mikrosaldırđanlık durumlarının görölmesi, her türlü şiddet, öfke, zorbalık, arabuluculuk, empati, kimlik, benlik saygısı ve daha bir çok çalışma için faydalı öncöl bilgiler sunacak ve farkındalığın artmasını sağlayacaktır.

Okullarımızda bulunan öğretmenlerin, idarecilerin ve okul psikolojik danışmanlarının aynı zamanda velilerin ve öğrencilerin birbirlerine karşı yapabilecekleri mikrosaldırđanlık davranışlarının araştırılması da önemlidir. Çünkü yukarıda belirtildiği gibi mikrosaldırđanlık zorbalık, öfke ve alay etme davranışları ile ilişkili bulunmuştur (Winter ve diğerleri, 2017). Kendi kültürel yapımız içinde okullarımızda mikrosaldırđanlıđın hangi yönelim türlerinde, ne kadar yoğunlukta ve hangi konumlarda (öğretmen, öğrenci, veli gibi) yapıldığı ortaya konulmaya muhtaç önemli bir konudur. Araştırmacıların zorbalık, öfke, öznel iyi oluş, arabuluculuk, başarı, aile ilişkileri, empati gibi çeşitli kavramları dahil ettikleri korelasyonel çalışmalar ile mikrosaldırđanlıkların okullarımızda görölme oranlarını araştırmaları faydalı olacaktır. Yurt dışında yapılan nitel

çalışmalar ile ortaya konan açıklayıcı taksonomi çalışmalarının ülkemizde de yapılması, böylece kültüre yönelik farklılıkların-benzerliklerin görülebilmesi, farkındalık ve eğitsel anlamda yapılacak deneysel programların bu doğrultuda gerçekleştirilmesi önem arz etmektedir. Bartlett (2017) tarafından ifade edildiği gibi mikrosaldırğanlığa yönelik geliştirilen ve uygulanan programların yarardan ziyade zarar verici olmaması göz önünde bulundurulması gereken konulardan bir tanesidir. Mikrosaldırğanlık durdurulmalı ve engellenmelidir (Condor, 2006; Ross-Sheriff, 2012) ama önce konu hakkında çok çeşitli araştırmalara ihtiyacımız olduğu bir gerçektir.

Psikolojik danışmanların mikrosaldırğanlığının ne olduğu, nasıl görüldüğü, nasıl yapıldığı ve ne gibi önlem ya da müdahale çalışmaları yapılabileceği konusunda bilgiye ihtiyaç duydukları bilinmektedir (Ross-Sheriff, 2012). Çünkü mikrosaldırğanlık çağımızdaki yeni kavramlardan bir tanesidir. Türkiye’de mikrosaldırğanlıklar hakkında bilgi elde edebileceğimiz bir araştırma da henüz mevcut değildir. Okullarda görülen, zorbalık davranışı olarak nitelendirilen davranışların tanımlanması, önlenmesi ve müdahalesi içinde mikrosaldırğanlık kavramının bilinmesi gerekmektedir. Aynı zamanda arkadaşlık ilişkileri, yalıtılmışlık, öfke gibi birçok konuda mikrosaldırğanlığın etkisini görmek mümkündür. Örneğin; okullarda arkadaş ilişkilerini araştıran bir araştırmada, Uz-Baş ve Siyez (2011) ilköğretim 4. ve 5. sınıflarda bulunan öğrencilerden, arkadaşları tarafından kabul gören ve görmeyen öğrenciler arasında, arkadaşlığı sonlandırma sebebi olarak hoşla gitmeyen davranışlar, söylenen yalanlar ve alay edilmesi cevaplarının verildiğini görmüşlerdir. Kabul görmeyen öğrencilerin, hoşla gitmeyen davranışların neler olduğunu belirtmedikleri ve dolayısıyla bu davranış için farkındalıklarının olmadığı belirtilmiştir. Alan yazına katkı sağlayan bu gibi araştırmalar içinde mikrosaldırğanlığın düzeyi ve etkisini ifade eden araştırmaların eklenmesi daha aydınlatıcı sonuçlar gösterebilir. *Bu davranışlar içerisinde arkadaşlık ilişkilerinde belirlenmesi gereken sınırlar nelerdir? Yapılması gereken grup rehberliği programları nelerdir? Gerçekleştirilmesi gereken bilgilendirme çalışmaları nelerdir? Mikrosaldırğanlık ile neler ilişkilidir?* gibi soruların cevabını araştırmak gerekmektedir. Yenilikçi araştırmalara öncü olması adına yapılmış olan bu derleme çalışmasının, alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yazarlar Hakkında / About Authors

Sebahat Sevgi Uygur. Ege Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalından mezun oldu. Ege Üniversitinde Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında yüksek lisansını tamamladı. 2017 yılında Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde doktora programına başladı. Dokuz Eylül Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında araştırma görevlisi olarak görev yapmaktadır. Bilinçli farkındalık, duygusal düzenleme, başa çıkma becerileri, psikolojik esneklik çalışma alanlarıdır.

She graduated from Ege University Faculty of Psychological Counseling and Guidance Department. She completed her master's degree in the Department of Psychological Counseling and Guidance, Ege University, Institute of Social Sciences. She began her doctor's degree in the Department of Psychological Counseling and Guidance, Dokuz Eylül University, Institute of Education Sciences in 2017. She is a research assistant in the Psychological Counseling and Guidance Department at the Dokuz Eylül University. Her research interests include mindfulness, emotion regulation, coping skills and psychological flexibility.

Derya Sarı. Pamukkale Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü'nden 2006 yılında mezun oldu. Dokuz Eylül Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü Yüksek Lisans eğitimini 2012'de bitirdi. 2006-2008 yılları arasında Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'nde görev yaptı. 2008 yılından beri Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı ilk, orta ve anaokullarında Rehber Öğretmen olarak görev yapmaya devam etmektedir. Evli ve bir çocuk annesidir.

She graduated from Guidance and Psychological Counseling Department of Pamukkale University in 2006. She received her MA degree in Guidance and Psychological Counseling at Dokuz Eylül University in 2012. Between 2006 and 2008, he worked in Private Education and Rehabilitation Center. Since 2008, he has been working as a Counselor for the first, middle and kindergartens of the Ministry of National Education. She is married and has one child.

Aslı Uz Baş. Dokuz Eylül Üniversitesi'nde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim dalında profesördür. Okul psikolojik danışmanlığı, çocuk ve ergenlerde sosyal beceriler, reaktif ve proaktif saldırganlık ve mükemmeliyetçilik çalışma alanları arasındadır. Son yıllarda psikolojik danışma alanında pozitif psikoloji yaklaşımı üzerine çalışmaktadır.

Aslı Uz Baş, is a professor in the Guidance and Counseling Program at Dokuz Eylül University, İzmir. Her professional interests are focused on school counseling, social skills, reactive and

proactive aggression and perfectionism in children and adolescents. In recent years, she has been studying positive psychology in counseling.

Yazar Katkıları / Author Contributions

SSU, çalışmanın tasarlanması, literatür taraması ve yazımını içerecek şekilde tüm aşamalarında katkıda bulunmuştur. DS, çalışmanın literatür taraması ve yazımı aşamalarında katkıda bulunmuştur. AUB, çalışma konusunun ve kapsamının belirlenmesi, dizaynı ve son okumalarının yapılması konusunda katkıda bulunmuştur.

SSU contributed to all stages of the study, including the design, literature review and writing. DS contributed to the literature review and writing of the study. AUB has contributed to the determination, design and final reading of the study subject and scope.

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazarlar tarafından çıkar çatışmasının olmadığı rapor edilmiştir.

It has been declared that authors hadn't any conflicts of interest.

Fonlama / Funding

Bu çalışmada herhangi bir fon desteği alınmamıştır.

This manuscript involved no financial support.

Etik Bildirim / Ethical Standards

Çalışmada uygulanan bütün süreçler 1964 Helsinki Bildirgesi'nin ve sonraki düzenlemelerinin etik standartları ile uyumludur.

All procedures performed in studies were in accordance with the ethical standards of the 1964 Helsinki Declaration.

ORCID

Sebahat Sevgi Uygur  <http://orcid.org/0000-0001-8848-8968>

Derya Sarı  <http://orcid.org/0000-0001-8588-0614>

Ash Uz Baş  <http://orcid.org/0000-0001-8307-6198>

KAYNAKÇA

- Ahmed, S., Wilson, K. B., Henriksen, R. ve Jones, J. (2011). What does it mean to be a culturally-competent counselor. *Journal for Social Action in Counseling and Psychology*, 3(1), 17-28.
- Akbaşa, G. ve Korkmaz, L. (2017). Kadın yneticiler: Grnmez engellerin glgesinde ykselme çabası. *İş ve İnsan Dergisi*, 4(2), 1-1.
- Allen, A., Scott, L. M., ve Lewis, C. W. (2013). Racial Microaggressions and African American and Hispanic Students in Urban Schools: A call for culturally affirming education. *Interdisciplinary Journal of Teaching and Learning*, 3(2), 117-129.
- Alleyne, A. (2004). Black identity and workplace oppression. *Counselling and Psychotherapy Research*, 4(1), 4-8.
- Ashburn-Nardo, L. Morris, K. A. ve Goodwin, S. A. (2008). The confronting prejudiced responses (CPR) model: Applying CPR in organizations. *Academy of Management Learning & Education*, 7(3), 332-342.
- Balsam, K. F., Molina, Y., Beadnell, B., Simoni, J. ve Walters, K. (2011). Measuring multiple minority stress: The LGBT People of Color Microaggressions Scale. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 17(2), 163-174. doi:10.1037/a0023244.
- Bartlett, T. (2017). The shaky science of microaggression. *The Chronicle of Higher Education*. 1-5.
- Beaulieu, R. (2016). A critical discourse analysis of teacher-student relationships in a third-grade literacy lesson: Dynamics of microaggression. *Cogent Education*, 3(1), 1244028.
- Bell, A. K. (2013). Nothing about us without us: A qualitative investigation of the experiences of being a target of ableist microaggressions. F. Kennedy University, ProQuest Dissertations Publishing, 3620204.
- Bernstein - Yamashiro, B. ve Noam, G. G. (2013). Teacher - student relationships: A growing field of study. *New Directions for Student Leadership*, 2013(137), 15-26.
- Barrera, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445. doi:10.1007/BF00922627
- Basford, T. E., Offermann, L. R. ve Behrend, T. S. (2014). Please accept my sincerest apologies: Examining follower reactions to leader apology. *Journal of Business Ethics*, 119(1), 99-117.
- Bhui, K., Stansfeld, S., McKenzie, K., Karlsen, S., Nazroo, J. ve Weich, S. (2005). Racial/ethnic discrimination and common mental disorders among workers: Findings from the empiric study of ethnic minority groups in the United Kingdom. *American Journal of Public Health*, 95(3), 496-501.
- Bowleg, L., Huang, J., Brooks, K., Black, A. ve Burkholder, G. (2003). Triple jeopardy and beyond: Multiple minority stress and resilience among Black lesbians. *Journal of Lesbian Studies*, 4, 87-108. doi:10.1300/J155v07n04_06

- Bragger, J., Kutcher, E., Morgan, J. ve Firth, P. (2002). The effects of the structured interview on reducing biases against pregnant job applicants. *Sex Roles*, 46, 215- 226. doi:10.1023/A: 1019
- Branscombe, N. R., Schmitt, M. T. ve Schifffhauer, K. (2007). Racial attitudes in response to thoughts of White privilege. *European Journal of Social Psychology*, 37(2), 203-215.
- Brown, R. (2011). *Prejudice: Its Social Psychology*. John Wiley & Sons.
- Carter, R. T. (2007). Racism and psychological and emotional injury: Recognizing and assessing race-based traumatic stress. *The Counseling Psychologist*, 35(1), 13-105.
- Cheng, Z. H., Pagano, L. A., J. ve Shariff, A. F. (2017). The development, validation, and clinical implications of the Microaggressions Against Religious Individuals Scale (MARIS). *Psychology of Religion and Spirituality*. 1-12, <http://dx.doi.org/10.1037/rel0000126> adresinden elde edilmiştir.
- Clements-Nolle, K., Marx, R. ve Katz, M. (2006). Attempted suicide among transgender persons: The influence of gender-based discrimination and victimization. *Journal of Homosexuality*, 51(3), 53-69.
- Coleman, L. M., Jussim, L. ve Isaac, J. L. (1991). Black students' reactions to feedback conveyed by White and Black teachers. *Journal of Applied Social Psychology*, 21(6), 460-481.
- Condor, S. (2006). Temporality and collectivity: Diversity, history and the rhetorical construction of national entitativity. *British Journal of Social Psychology*, 45(4), 657-682.
- Conover, K. J., Israel, T. ve Nylund-Gibson, K. (2017). Development and Validation of the Ableist Microaggressions Scale. *The Counseling Psychologist*. 45 (4), 570-599.
- Constantine, M. G., Smith, L., Redington, R. M. ve Owens, D. (2008). Racial microaggressions against Black counseling and counseling psychology faculty: A central challenge in the multicultural counseling movement. *Journal of Counseling & Development*, 86(3), 348-355.
- Constantine, M. G. ve Sue, D. W. (2007). Perceptions of racial microaggressions among black supervisees in cross-racial dyads. *Journal of Counseling Psychology*, 54(2), 142.
- Çelenk, S. (2010). *Ayrımcılık ve Medya. İçinde Televizyon Haberciliğinde Etik*, (pp. 211-228). Ankara: AU İLEF.
- Davis, P. C. (1989). Law as microaggression. *The Yale Law Journal*, 98(8), 1559-1577.
- DeCuir-Gunby, J. T. ve Gunby, N. W. (2016). Racial microaggressions in the workplace: A critical race analysis of the experiences of African American educators. *Urban Education*, 51(4), 390-414.
- Delgado, R. (2000). Words that Wound: A Tort Action for Racial Insults, Epithets, and Namecalling, *Critical Race Theory: The Cutting Edge*, R. Delgado and J. Stefancic, eds. Philadelphia: Temple University Press, pp. 131-140

- Denavas-Walt, C, Proctor, B. D. ve Mills, R. J. (2004). Income, Poverty, and Health Insurance Coverage in the United States: 2003. İçinde US Census Bureau Report. <http://www.census.gov/prod/2004pubs/p60-226.pdf> adresinden elde edilmiştir.
- Dupper, D. R., Forrest-Bank, S. ve Lowry-Carusillo, A. (2015). Experiences of religious minorities in public school settings: Findings from focus groups involving Muslim, Jewish, Catholic, and Unitarian Universalist youths. *Children & Schools*, 37(1), 37-45.
- Ferguson, A. A. (2000). *Bad boys: Public schools in the Making of Black Masculinity*. Ann Arbor: University of Michigan Press.
- Friedlaender, C. (2018). On Microaggressions: Cumulative Harm and Individual Responsibility. *Hypatia*, 33(1), 5-21.
- Fisher, C. B., Wallace, S. A. ve Fenton, R. E. (2000). Discrimination distress during adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 29(6), 679-695.
- Flanders, C. E. (2015). Bisexual health: A daily diary analysis of stress and anxiety. *Basic and Applied Social Psychology*, 37(6), 319-335.
- Foley, S., Hang-yue, N. ve Wong, A. (2005). Perceptions of discrimination and justice: Are there gender differences in outcomes? *Group & Organization Management*, 30, 421-450.
- Fuchs, D. L., Tamkins, M. M., Heilman, M. E. ve Wallen, A. S. (2004). Penalties for success: Reactions to women who succeed at male gender-typed tasks. *Journal of Applied Psychology*, 89, 416-427. doi:10.1037/0021-9010.89.3.416
- Galupo, M. P., Henise, S. B. ve Davis, K. S. (2014). Transgender microaggressions in the context of friendship: Patterns of experience across friends' sexual orientation and gender identity. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 1(4), 461.
- Galupo, M. P. ve Resnick, C. A. (2016). Experiences of LGBT microaggressions in the workplace: Implications for policy. In *Sexual orientation and transgender issues in organizations* (pp. 271-287). Springer, Cham.
- Gltekin, A. K. (2017). Cumhuriyetin Kuruluş Dnemi açısından antropoloji ve ırkçılık tartışmalarını hakkında grşler. *Ankara niversitesi Dil ve Tarih-Coğrafiya Fakltesi Dergisi*. 55(1), 91-111.
- Greene, B. (2000). African American lesbian and bisexual women. *Journal of Social Issues*, 56, 239-249.
- Hall, J. M. ve Fields, B. (2015). It's Killing Us! Narratives of black adults about microaggression experiences and related health stress. *Global qualitative nursing research*, 2, 1-14.
- Helms, J. E., Nicolas, G. ve Green, C. E. (2012). Racism and ethnviolence as trauma: Enhancing professional and research training. *Traumatology*, 18(1), 65-74.
- Hunter, R. L. (2011). *An examination of workplace racial microaggressions and their effect on employee performance*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Gonzaga University, USA.
- Ingram, M. V., Speedlin, S., Cannon, Y., Prado, A. ve Avera, J. (2017). A Seat at the Table: Using Social Media as a Platform to Resolve Microaggressions Against Transgender Persons. *Journal of Creativity in Mental Health*, 12(3), 289-304.

- Jones, J. M. (1997). *Prejudice and Racism*. McGraw-Hill Humanities: USA.
- Jones, V. N. (2016). Black Women Matter: Assessing Scales to Examine Minority Stress and Intersectional Microaggression. *People of Color Caucus Panel: Coloring Epistemologies*.
- Kaufman, T. M., Baams, L. ve Dubas, J. S. (2017). Microaggressions and depressive symptoms in sexual minority youth: The roles of rumination and social support. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 4(2), 184.
- Keller, R. M. ve Galgay, C. E. (2010). Microaggressive experiences of people with disabilities. İçinde D. W. Sue (Ed.), *Microaggressions and marginality: Manifestation, dynamics, and impact* (pp. 241–268). Hoboken, Wiley.
- Kesgin Y. ve Karakoç E. (2017). Turkish Proverbs as a Reproduction of Ableist Language in Social Memory, XIV. European Conference on Social and Behavioral Sciences Odessa, Ukraine, Odessa, Ukrayna, pp. 94-94.
- Kılıç, T. ve Çakıcı, A. B. (2016). Sağlık ve Eğitim Sektöründeki Kadın Çalışanların Cam Tavan Algısının Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 19(3).
- Kim, P. Y. (2016). Religious support mediates the racial microaggressions-mental health relation among Christian ethnic minority students. *Psychology of Religion & Spirituality*. 9(2), 148-157. doi:/10.1037/rel0000076.
- King, E. B., Dunleavy, D. G., Dunleavy, E. M., Jaffer, S., Morgan, W. B., Elder, K. ve Graebner, R. (2011). Discrimination in the 21st century: Are science and the law aligned?. *Psychology, Public Policy, and Law*, 17(1), 54.
- Kohli, R. ve Solórzano, D. G. (2012). Teachers, please learn our names!: Racial microaggressions and the K-12 classroom. *Race Ethnicity and Education*, 15(4), 441-462.
- Konishi, C., Hymel, S., Zumbo, B. D. ve Li, Z. (2010). Do school bullying and student—teacher relationships matter for academic achievement? A multilevel analysis. *Canadian Journal of School Psychology*, 25(1), 19-39.
- Laub, J. H. ve Sampson, R. J. (2003). *Shared Beginnings, Divergent Lives: Delinquent Boys To Age 70*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Landsbergis, P. A. (1988). Occupational stress among health care workers: A test of the job demands-control model. *Journal of Organizational Behavior*, 9(3), 217–239.
- Letherby, G. (2003). *Feminist Research In Theory And Practice*. Buckingham, UK: McGraw-Hill Education.
- Lewis, J. A., Mendenhall, R., Harwood, S. A. ve Huntt, M. B. (2013). Coping with gendered racial microaggressions among Black women college students. *Journal of African American Studies*, 17(1), 51-73.
- Lewis, J. A. ve Neville, H. A. (2015). Construction and initial validation of the Gendered Racial Microaggressions Scale for Black women. *Journal of Counseling Psychology*, 62(2), 289.

- Liss, A. R. (2015). Microaggression experiences, stress, and coping for lesbian, bisexual, or queer-identified women seeking the goals of childbirth and/or co-parenting: An online survey of experiences with maternal health care (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Teachers College, Columbia University.
- Lockheed, M. E. ve Harris, A. M. (1984). Cross-sex collaborative learning in elementary classrooms. *American Educational Research Journal*, 21(2), 275-294.
- Mirza, H. S. (2006). Transcendence over Diversity: Black Women in the Academy. *Policy Futures in Education*. 4(2), 101–113.
- Moya, M., Glick, P., Expósito, F., De Lemus, S. ve Hart, J. (2007). It's for your own good: Benevolent sexism and women's reactions to protectively justified restrictions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(10), 1421-1434.
- Muhs, G. G., Niemann, Y. F., González, C. G. ve Harris, A. P. (Eds.). (2012). *Presumed incompetent: The intersections of race and class for women in academia*. University Press of Colorado, USA.
- Munro, L. (2017). Everyday Indignities: Using the Microaggressions Framework to Understand Weight Stigma. *The Journal of Law, Medicine & Ethics*, 45(4), 502-509.
- Murkoff, H., Eisenberg, A. ve Hathaway, S. (2002). *What to Expect When You're Expecting*. New York: Workman Publishing Company, Inc.
- Nadal, K. L. (2008). Preventing racial, ethnic, gender, sexual minority, disability, and religious microaggressions: Recommendations for promoting positive mental health. *Prevention in Counseling Psychology: Theory, Research, Practice and Training*, 2(1), 22–27.
- Nadal, K. L., Davidoff, K. C., Davis, L. S. ve Wong, Y. (2014). Emotional, behavioral, and cognitive reactions to microaggressions: Transgender perspectives. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 1(1), 72.
- Nadal, K. L., Davidoff, K. C., Davis, L. S., Wong, Y., Marshall, D. ve McKenzie, V. (2015). A qualitative approach to intersectional microaggressions: Understanding influences of race, ethnicity, gender, sexuality, and religion. *Qualitative Psychology*, 2(2), 147-163.
- Nadal, K. L. ve Esquilin, M. (2007). Racial microaggressions in everyday life: Implications for clinical practice. *American Psychologist*, 62(4), 271-286.
- Nadal, K. L., Griffin, K. E., Hamit, S., Leon, J., Tobio, M. ve Rivera, D. P. (2012). Subtle and overt forms of Islamophobia: Microaggressions toward Muslim Americans. *Journal of Muslim Mental Health*, 6(2), 15–37.
- Nadal, K. L., Issa, M., Griffin, K. E., Hamit, S. ve Lyons, O. B. (2010). Religious microaggressions in the United States: Mental health implications for religious minority groups. İçinde D. W. Sue (Ed.), *Microaggressions and marginality: Manifestation, dynamics, and impact* (pp. 287–310). New York: Wiley & Sons.
- Nadal, K. L., Issa, M. A., Leon, J., Meterko, V., Wideman, M. ve Wong, Y. (2011). Sexual orientation microaggressions: "Death by a thousand cuts" for lesbian, gay, and bisexual youth. *Journal of LGBT Youth*, 8(3), 234-259.

- Nadal, K. L., Skolnik, A. ve Wong, Y. (2012). Interpersonal and systemic microaggressions toward transgender people: Implications for counseling. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 6(1), 55-82.
- Nadal, K. L., Wong, Y., Griffin, K. E., Davidoff, K. ve Sriken, J. (2014). The adverse impact of racial microaggressions on college students' self-esteem. *Journal of college student development*, 55(5), 461-474.
- Nakagawa, K. ve Arzubaga, A. E. (2014). The use of social media in teaching race. *Adult Learning*, 25(3), 103-110.
- Noh, S., Kaspar, V. ve Wickrama, K. A. S. (2007). Overt and subtle racial discrimination and mental health: Preliminary findings for Korean immigrants. *American journal of public health*, 97(7), 1269-1274.
- Norton, A. T. ve Herek, G. M. (2013). Heterosexuals' attitudes toward transgender people: Findings from a national probability sample of US adults. *Sex Roles*, 68(11-12), 738-753.
- Offermann, L. R., Basford, T. E., De Graaf, S., Graebner, R. ve Jaffer, S. (2013). Sights, snubs, and slurs: Leader equity and perceptions of workplace microaggressions. *Equality, Diversity, and Inclusion*, 32, 374-393.
- Ong, A. D., Fuller-Rowell, T. E. ve Burrow, A. L. (2009). Racial discrimination and the stress process. *Journal of Personality and Social Psychology*. 96, 1259-1271. doi: 10.1037/a0015335
- Pierce, C.M. (1974). Psychiatric problems of the Black minority. İçinde G. Caplan ve S. Arieti (Eds.), *American handbook of psychiatry* (512-523). New York: Basic Books.
- Pierce, C.M. (1995). Stress analogs of racism and sexism: Terrorism, torture, and disaster. İçinde C. Willie, P. Rieker, B. Kramer ve B. Brown (Eds.), *Mental health, racism, and sexism* (277-293). Pittsburgh: University of Pittsburgh Press.
- Pierce, C. M., Carew, J. V., Pierce-Gonzalez, D. ve Wills, D. (1977). An experiment in racism: TV commercials. *Education and Urban Society*, 10(1), 61-87.
- Platt, L. F. ve Lenzen, A. L. (2013). Sexual orientation microaggressions and the experience of sexual minorities. *Journal of Homosexuality*, 60(7), 1011-1034.
- Pouwels, J. L. ve Cillessen, A. H. (2013). Correlates and outcomes associated with aggression and victimization among elementary-school children in a low-income urban context. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(2), 190-205.
- Ross-Sheriff, F. (2012). Microaggression, women, and social work. *Affilia: Journal of Women and Social Work*. 27(3), 233-236.
- Sadker, M. ve Sadker, D. (1995). *Failing at Fairness: How Our Schools Cheat Girls*. New York, NY: Touchstone.
- Saguy, A. C. (2012). *What's Wrong with Fat?*. New York, NY: Oxford University Press.

- Sangganjanavanich, V. F. ve Cavazos Jr, J. (2010). Workplace aggression: Toward social justice and advocacy in counseling for transgender individuals. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 4(3-4), 187-201.
- Shelton, K. ve Delgado-Romero, E. A. (2011). Sexual orientation microaggressions: The experience of lesbian, gay, bisexual, and queer clients in psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 58(2), 210.
- Shoshana, A. (2016). The language of everyday racism and microaggression in the workplace: Palestinian professionals in Israel. *Ethnic and Racial Studies*, 39(6), 1052-1069.
- Solorzano, D., Ceja, M. ve Yosso, T. (2000). Critical race theory, racial microaggressions, and campus racial climate: The experiences of African American college students. *Journal of Negro Education*, 60-73.
- Sökmen, A. ve Şahingöz, S. A. (2017). Kadın çalışanlarda cam tavan yansıtıcılarından kurum ikliminin, iş tatmini ve işten ayrılma niyetine etkisi: Otel işletmelerinde bir araştırma. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 113-133.
- Spidsberg, B. D. (2007). Vulnerable and strong-lesbian women encountering maternity care. *Journal of Advanced Nursing*, 60(5), 478-486.
- Stewart, E. A., Schreck, C. J. ve Simons, R. L. (2006). I Ain't Gonna Let No One Disrespect Me: Does the Code of the Street Reduce or Increase Violent Victimization among African American Adolescents?. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 43(4), 427-458.
- Sue, D. W. (2004). Whiteness and ethnocentric monoculturalism: Making the "Invisible" Visible. *American Psychologist*, 59(8), 759-769.
- Sue, D. W. (2010). *Microaggressions in Everyday Life: Race, Gender, and Sexual Orientation*. John Wiley & Sons.
- Sue, D. W. (2010). Microaggressions, marginality, and oppression: An introduction. In D. W. Sue (Ed.), *Microaggressions and marginality: Manifestations, dynamics, and impact* (pp. 3-23). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Sue, D. W. ve Capodilupo, C. M. (2008). Racial, gender, and sexual orientation microaggressions: Implications for counseling and psychotherapy. *Counseling the culturally diverse: Theory and practice*, 5, 105-130.
- Sue, D. W., Capodilupo, C. M., Torino, G. C., Bucceri, J. M., Holder, A. M. B., Nadal, K. L. ve Esquilin, M. (2007). Racial microaggressions in everyday life: Implications for clinical practice. *American Psychologist*, 62(4), 271-286.
- Swan, L. K. ve Heesacker, M. (2012). Anti-Atheist Bias in the United States: Testing Two Critical Assumptions. *Secularism and Nonreligion*, 1, 32-42.
- Szymanski, D. M. ve Stewart, D. N. (2010). Racism and sexism as correlates of African American women's psychological distress. *Sex Roles*, 63(3-4), 226-238.
- Torres, L., Driscoll, M. W. ve Burrow, A. L. (2010). Racial microaggressions and psychological functioning among highly achieving African-Americans: A mixed-methods approach. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(10), 1074-1099.

- Türk Dil Kurumu (2018). Irkçılık. http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&view=bts&kategori1=veritbn&kelimesec=161402 adresinden 12.03.2018 tarihinde elde edilmiştir.
- Tyson, K. (2011). *Integration Interrupted: Tracking, Black Students, and Acting White After*. Brown, Oxford: Oxford University Press.
- Uz Baş, A ve Siyez, D. (2011). Akranları tarafından kabul gören ve görmeyen ilköğretim okulu öğrencilerinin akran ilişkilerine yönelik algılarının incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(1), 43-70.
- Verjee, B. (2013). Counter-storytelling: The experiences of women of colour in higher education. *Atlantis: Critical Studies in Gender, Culture & Social Justice*, 36(1), 22-32.
- Wadsworth, E., Dhillon, K., Shaw, C., Bhui, K., Stansfeld, S. ve Smith, A. (2007). Racial discrimination, ethnicity and work stress. *Occupational Medicine*, 57(1), 18-24.
- Wells, L. (1998). Consulting to black-white relations in predominantly white organizations. *The Journal of Applied Behavioral Science*. 392-396.
- Wintner, S., Almeida, J. ve Hamilton-Mason, J. (2017). Perceptions of microaggression in K-8 school settings: An exploratory study. *Children and Youth Services Review*, 79, 594-601.
- Wong, C. A., Eccles, J. S. ve Sameroff, A. (2003). The influence of ethnic discrimination and ethnic identification on African American adolescents' school and socioemotional adjustment. *Journal of personality*, 71(6), 1197-1232.
- Woods-Giscombé, C. L. ve Black, A. R. (2010). Mind-body interventions to reduce risk for health disparities related to stress and strength among African American women: the potential of mindfulness-based stress reduction, loving-kindness, and the NTU therapeutic framework. *Complementary Health Practice Review*, 15(3), 115-131.
- Ylioja, T., Cochran, G., Woodford, M. R. ve Renn, K. A. (2016). Frequent experience of LGBQ microaggression on campus associated with smoking among sexual minority college students. *Nicotine & Tobacco Research*, 305.

Extended Abstract

Introduction: The history of humanity is filled with violations of the principle of equality. The two separate poles created as "we" and "others" often cause many people to suffer without any reason (Çelenk, 2010). Discrimination has maintained its existence to present from the past, but it is embodied in an orientation that is more implicit, hidden and mostly unconscious. This type of discrimination, called microaggression, is one of the many forms of injustice and oppression that individuals face in society (Sue et al., 2007). Microaggression occur in everyday life, in schools, in workplaces, and affect the psychological well-being of individuals (Torres, Driscoll and Burrow, 2010). The theory of microaggression focuses on examining the interaction between the victim and the perpetrator, exploring how they react in daily life, how individuals are influenced, and how individuals are able to cope with these experiences (Noh, Kaspar and Wickrama, 2007).

The outcome of microaggression is based on racism (Pierce, Pierce-Gonzalez and Wills, 1977; Wells, 1998; Sue et al., 2007). Nowadays, sexual orientation (Platt and Lenzen, 2013), gender (Galupo, Henise and Davis, 2014), religion (Dupper, Forrest-Bank and Lowry-Carusillo, 2015), ethnicity orientations have begun to be taken into consideration. For this reason, the concept of microaggression is studied with different sample groups abroad.

Sue et al. developed a taxonomy in 2007 to demonstrate that racial microaggressions are presented in different forms. In this taxonomy, microaggression is classified into a more covert form of racism than a more explicit form of racism. Later on, this taxonomy of Sue et al. showed that gender, sexual orientation, weight and so on oriented microaggression types. The taxonomy of racial microaggregation comes in three main categories. These; micro-assault, micro-insult, and micro-invalidation. While micro-assaults are generally defined as attacks carried out in an open and conscious manner; micro-insults, interpretations of minorities as criminal or abnormal, and micro-invalidations; are defined as behaviors that deny discriminatory experiences of peoples.

Method: The concept of mikroaggression wide space in foreing literature, literature for Turkey is considered as one of the new concept. Therefore, a need is felt to Turkey at the point of introduction of this concept. The aim of this research is to explain the microaggression concept in different orientations (race, gender, sexual orientation, weight, religion, obstacle situation), to address the microaggressions frequently encountered by the students in the schools and to offer suggestions to the teachers and psychological counselors in this context. For this purpose, in this study, screening was carried out in the databases of YOK TEZ, Google Academic, , PsycINFO, Ulakbim,

Ebscohost using "microaggression, microaggression and school, gender, sexual orientation, weight, religion, obstacle " keywords.

Results: According to Sue et al. (2007), racial microaggression is the messages given in everyday life to humiliate a certain minority group. Because these messages are implicit, individuals are experiencing difficulty and confusion. Microaggressions are so automatic that often the perpetrator is unaware that he has these attitudes (Brown, 2011). Although the work carried out is mostly racial, it is seen that different orientations are included. One of them is a gender microaggression. Sue and Capodilupo (2008) state that gender microaggressions are an implicit form of sexism. Gender microaggressions try to reduce value of women. Such discrimination may include occasional bullying, physical violence, hate speech, framing women with certain roles, and deterring them from the working world and from standing on their feet. Women face microaggression in interpersonal and professional relationships, in the media, in the legal system, and in cultural life (Szymanski and Stewart, 2010). Women who are exposed to these types of microaggressions experience feelings of sadness, worthlessness, hopelessness (Muhs, Niemann, Gonzalez and Harris, 2012). They also report that they are not understood and appreciated by other employees and administrative superiors (Centers for Disease Control and Prevention, 2010; akt. Jones, 2016). It has been documented that the term microaggression can also be applied in the context of sexual orientation (Balsam, Molina, Beadnell, Simoni and Walters, 2011). Views of societies on gender and sexual orientation negatively affect the freedom of individuals to adopt different gender identities (Norton and Herek, 2013). These opinions punish those who do not comply with their biological gender and sexual orientation, and can reveal hate communities such as transphobia and homophobia (Letherby, 2003). Researchers have shown that these individuals are exposed to sarcasm, hostility and discrimination in many areas such as family, education, workplace, and health care (Clements-Nolle, Marx and Katz, 2006, Nadal, Skolnik and Wong, 2012). For this reason, LGBT individuals are regarded as one of the most disadvantaged groups in terms of social and economical societies (Nadal, Davidoff, Davis and Wong, 2014).

Another groups exposed to microaggressions are individuals who are exposed to negative discourses and behaviors because they are not sufficiently slim. This wave, which originated especially from social norms or by the direction of the media, is spreading gradually. It is stated that people should only be in a certain weight, and those who do not fit in this mold are criticized in a relentless manner and are made funny on their weight. Religious microaggressions have also begun (Nadal, 2012), following the start of microaggressions studies for racism (Sue, 2010). Especially in the United States,

the public bullying, crime behaviors and the rise of Islamophobia towards Muslims, attracted attention. At this point, it has been shown that the importance of religious microaggressions studies and the need to raise awareness on this subject (Nadal, 2008; Nadal et al., 2010). It is stated that the arrangement of the students' tuition and curriculum content in accordance with the general Christian rules negatively affects the students who are members of the religious minority group. It has also been shown that microaggressions can be seen on the disabled people (Bell, 2013). With the adoption of the normalization of discrimination against disabled people, it is stated that these individuals are not regarded as a social entity (Keşgin and Karakoç, 2017).

According to Ferguson (2000), racial microaggressions are very common in schools. Exposure to microaggressions in schools and other settings is associated with negative emotions such as shame, fear, anxiety (Wong, Eccles and Sameroff, 2003) and adversely affects their academic ability (Coleman, Jussim and Isaac, 1991). Students who experience such microaggressions feel that they must be in danger and in constant defenses in the school environment where they should feel safe (Davis, 1989). The experiences of microaggressions carry heavy emotional and psychological consequences (Helms, Nicolas and Green, 2012). It has been shown that microaggressions has a negative impact on self-esteem (Nadal, Wong, Griffin, Davidoff, and Sriken, 2014), depression (Kaufman, Baams and Dubas, 2017), impaired emotional and social development (Pouwels and Cillessen, 2013) (Pierce, 1995) and increased anxiety levels (Flanders, 2015). Although microaggressions are difficult to detect, microaggressions have been associated with anger, bullying, especially as the risk of being a target in the school environment has increased, especially for students (Wintner, Almeida and Hamilton-Mason, 2017).

Given the negative consequences of microaggression experiences, it is important to educate individuals in the community and school staff about microaggression and risk factors, to develop an empathic understanding of the students exposed to microaggression, to encourage them to intervene at times when they are at risk, helping them build social networks is thought to be beneficial for the prevention and intervention of microaggressions in schools (Wintner, Almeida and Hamilton-Mason, 2017). Social workers and psychological counselors should develop ideas about what microaggression is, to recognize microaggregation, to understand the causes and consequences of this behavior, to communicate with this understanding and to the client (Ross-Sheriff, 2012). It is also important to raise awareness and understanding of the experiences and difficulties experienced by LGBT individuals. In addition, psychological counselors may be aware of microaggregations at family, community, and organizational levels. School psychological counselors should develop knowledge, skills and competencies about cultural sensitivity in a cultural sense (Ahmed et al., 2011).

Discussion & Conclusion: Despite the fact that the studies conducted on microaggression behavior are quite enlightening abroad, there is a need to point out that the microaggression behaviors that are happening in our country can be brought to light. Turkey is a country that is multiethnic, which differ in terms of sexual orientation, have different religious beliefs, has different cultural features. The investigation of the patterns of microaggression in our culture and the investigation of the appropriateness of taxonomy in our culture will make a meaningful contribution to the field. It is also important that the teachers, administrators, and school counselors in our schools investigate the behavior of microaggression that parents and students can do against each other at the same time. It would be beneficial for researchers to investigate the incidence of microaggressions in our schools with various correlational studies (bullying, anger, subjective well-being, success, family relationships, empathy, etc.). It is important to carry out explanatory taxonomy studies that are proved by qualitative studies carried out abroad, so that cultural differences and similarities can be seen, awareness It is a fact that our psychological counselors need information about what microaggression is, how it is seen, how it is done, and what prevention or intervention work can be done. The concept of microaggregation needs to be known within the definition, prevention and intervention.