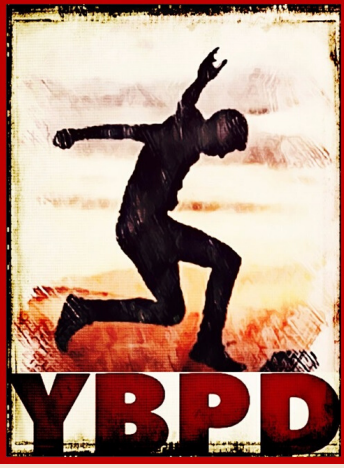


E-ISSN: 2587-1536



# YAŞAM BECERİLERİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

LIFE SKILLS JOURNAL OF PSYCHOLOGY

YIL(YEAR): 2020, CİLT(VOLUME): 4, SAYI(ISSUE): 7, HAZİRAN (JUNE)



PSİKIYATRI  
PSİKOLOJİ  
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK  
SOSYAL HİZMET  
PSİKIYATRI HEMŞİRELİĞİ  
ÇOCUK GELİŞİMİ  
OKULÖNCESİ EĞİTİMİ  
ÖZEL EĞİTİM  
ISSN 2587-1536

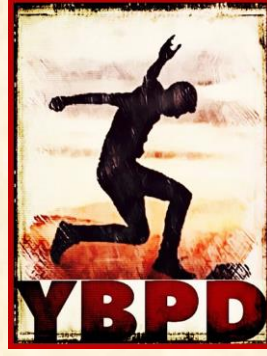
PSYCHIATRY  
PSYCHOLOGY  
PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND GUIDANCE  
SOCIAL WORK  
PSYCHIATRIC NURSING  
CHILD DEVELOPMENT  
EARLY CHILDHOOD EDUCATION  
SPECIAL EDUCATION



9 772587 153004



[www.dergipark.org.tr/ybpd](http://www.dergipark.org.tr/ybpd)



**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi**  
**Life Skills Journal of Psychology**

ISSN: 2587-1536

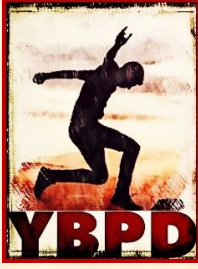
**Cilt: 4 • Sayı: 7 • Haziran 2020**  
**Volume: 4 • Issue: 7 • June 2020**

**Yılda İki Kez Yayınlanan Hakemli Dergi**  
**Biannual Peer-Reviewed Journal**

ISSN 2587-1536



9 772587 153004



# YAŞAM BECERİLERİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

## LIFE SKILLS JOURNAL OF PSYCHOLOGY

Yıl: 2020, Cilt: 4, Sayı: 7, Haziran  
Year: 2020, Volume: 4, Issue: 7, June

**Başlangıç** 2017  
**Founded**

**ISSN** 2587-1536

**Yayın Türü** Bilimsel, Süreli ve Hakemli  
**Publication Type** Scientific, Periodical and Peer-Reviewed Publication

**Periyot** Yılda 2 Sayı (Haziran ve Aralık)  
**Period** Biannually (June and December)

**Dili** Türkçe-İngilizce  
**Language** Turkish-English

**Hakemlik Türü** Çift Kör Hakemlik  
**Peer Review Type** Double Blind Peer Review

**Sahibi ve Sorumlu Yazı İşleri Müdürü** Muhammed YILDIZ, İstanbul Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
**Owner and Legal Representative**

**Editör** Doç. Dr. Sevgi NEHİR, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa-TÜRKİYE  
**Editor**

**Yayın Kurulu** Prof. Dr. Ayşegül BİLGE, Ege Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE  
**Editorial Boards** Prof. Dr. Esra ENGİN, Ege Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Hasan YILMAZ, Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Bişkek-KIRGIZİSTAN  
Prof. Dr. Işıl BULUT, Başkent Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Kamuran ELBEYOĞLU, Toros Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Mazlum ÇÖPÜR, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Mehmet Erdal VARDAR, Trakya Üniversitesi, Edirne-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Sefa BULUT, İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Aydın ÇİVİLİDAĞ, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Fikret GÜLAÇTI, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Kasım TATLILIOĞLU, Bingöl Üniversitesi, Bingöl-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Pınar GÜRKAŞ, Clayton State University, Morrow, Georgia-ABD  
Doç. Dr. Zihniye OKRAY, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC  
Dr. Özge GÜRCANLI, Rice University, Houston, Teksas-ABD  
Dr. Yaşar BARUT, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE  
Dr. Yunus PINAR, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE

**Danışma Kurulu** Prof. Dr. Ali Fuat ERSOY, Karabük Üniversitesi, Karabük-TÜRKİYE  
**Advisory Boards** Prof. Dr. Belma TUĞRUL, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Emine AHMETOĞLU, Trakya Üniversitesi, Edirne-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Zekiye ÇETİNKAYA DUMAN, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Gülseli BAYSU, Queen's University Belfast, Belfast-KUZEY İRLANDA  
Dr. Belgin PARLAKYILDIZ, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa-KKTC  
Dr. Cemaliye DİREKTÖR, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC  
Dr. Davut İBRAHİMOĞLU, İstanbul Esenyurt Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Dudu Melek SABUNCUOĞLU, İstinye Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Güldener ALBAYRAK, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde-TÜRKİYE  
Dr. Sevinç PEKER, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

**Hakem Kurulu** Prof. Dr. Aslı ASLAN, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE  
**Referees Boards** Prof. Dr. Ayşe SEZEN SERPEN, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Bedriye ÖNCÜ, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Binnur YEŞİLYAPRAK, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Prof. Dr. Nesrin HİSLİ ŞAHİN, Başkent Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Arzu YILDIRIM, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Fahriye OFLAZ, Koç Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Leyla BAYSAN ARABACI, İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Mualla YILMAZ, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN, Uludağ Üniversitesi, Bursa-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Neşide YILDIRIM, Sakarya Üniversitesi, Sakarya-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Pinar GÜZEL ÖZDEMİR, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Recep YILDIZ, Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Balıkesir-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Sait ULUÇ, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Seda BAYRAKTAR, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE  
Dr. Aylin SOP, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur-TÜRKİYE  
Dr. Ayşe KAYA GÖKTEPE, İstanbul Şehir Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Azize ATLI ÖZBAŞ, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Dr. Banu ELMASTAŞ DİKEÇ, Uludağ Üniversitesi, Bursa-TÜRKİYE  
Dr. Buse ŞENCAN, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Dr. Cahit NURİ, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa-KKTC  
Dr. Didem YÜCEL, Biruni Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Doruk UYSAL IRAK, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Duygu DİNÇER, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Elvan KİREMİTÇİ CANIÖZ, Gümüşhane Üniversitesi, Gümüşhane-Türkiye  
Dr. Ertuğrul GÖDELEK, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE  
Dr. Esin TEMELOĞLU ŞEN, İstanbul Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Fatih KUCUR, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Gün PAKYÜREK, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın-TÜRKİYE  
Dr. Halil KAYIKCI, Bingöl Üniversitesi, Bingöl-TÜRKİYE  
Dr. Hüdayar CİHAN GÜNGÖR, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Dr. İdris KAYA, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep-TÜRKİYE  
Dr. Mine CİHANOĞLU, Atılım Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Dr. Mine EKİNCİ, Atatürk Üniversitesi, Erzurum-TÜRKİYE  
Dr. Ömür GÜREL SELİMOĞLU, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE  
Dr. Özgür DEMİRCİ SEYREK, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE  
Dr. Özlem ÇELİK, İstanbul Okan Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Rıdvan ÜNEY, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Satı DOĞAN, Ege Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE  
Dr. Sayra LOTFİ, İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Sinem ÜZAR ÖZÇETİN, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Dr. Sultan ŞEHİTOĞLU, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC  
Dr. Tuğba YILMAZ, İzmir Bakırçay Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE  
Dr. Yakup YILDIRIM, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE  
Dr. Zöhre KAYA, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van-TÜRKİYE  
Dr. Zümrüt GEDİK, İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE

**Yazışma Adresi ve İletişim** Hacıosmanlı Mahallesi 4012 sk. No:7/2, 80010 Merkez/Osmaniye/Türkiye  
**Correspondence Address and Contact** Web: www.dergipark.org.tr/ybpd E-Mail: pdrdanisman@hotmail.com  
Telefon / Phone: +90 533 144 36 99

**Dizinler** DOAJ, Erih Plus, Index Copernicus, Crossref, SOBİAD, Türk Medline  
**Abstracting and Indexing** Türk Psikiyatri Dizini, Türk Eğitim İndeksi, İdeal Online

**Tüm hakları saklıdır. Makalelerin sorumlulukları yazarlara aittir.**  
**All rights reserved. Authors are fully responsible for their papers.**

**Bu sayının hakemleri** Prof. Dr. Hasan YILMAZ, Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Bişkek-KIRGIZİSTAN  
**Referees of this issue** Prof. Dr. Sefa BULUT, İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Aydın ÇİVİLİDAĞ, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Mualla YILMAZ, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE  
Doç. Dr. Zihniye OKRAY, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC  
Dr. Banu ELMATAŞ DİKEÇ, Uludağ Üniversitesi, Bursa-TÜRKİYE  
Dr. Buse ŞENCAN, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE  
Dr. Cahit NURİ, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa-KKTC  
Dr. Davut İBRAHİMOĞLU, İstanbul Esenyurt Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Dudu Melek SABUNCUOĞLU, İstinye Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Duygu DİNÇER, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Elvan KİREMİTÇİ CANIÖZ, Gümüşhane Üniversitesi, Gümüşhane-Türkiye  
Dr. Ertuğrul GÖDELEK, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE (2 makalenin hakemliğini yapmıştır)  
Dr. Esin TEMELOĞLU ŞEN, İstanbul Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Güldener ALBAYRAK, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde-TÜRKİYE  
Dr. Gün PAKYÜREK, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın-TÜRKİYE  
Dr. Halil KAYIKCI, Bingöl Üniversitesi, Bingöl-TÜRKİYE  
Dr. Mine EKİNCİ, Atatürk Üniversitesi, Erzurum-TÜRKİYE  
Dr. Özgür DEMİRCİ SEYREK, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE  
Dr. Sayra LOTFİ, İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Sevinç PEKER, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE  
Dr. Yaşar BARUT, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE  
Dr. Yunus PINAR, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE  
Dr. Zöhre KAYA, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van-TÜRKİYE

## YAYIN İLKELERİ

**1.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, psikiyatri, psikoloji, psikolojik danışma ve rehberlik, sosyal hizmet, psikiyatri hemşireliği, çocuk gelişimi, okulöncesi eğitimi ve özel eğitim alanlarında Türkçe ve İngilizce özgün araştırmalara yer veren hakemli akademik bir dergidir.

**2.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, Haziran ve Aralık aylarında olmak üzere yılda iki kez yayınlanır. Ancak ihtiyaç olması durumunda özel sayılar da yayımlanabilir.

**3.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, araştırma makalesi, olgu sunumu, derleme, konferans bildirisi, tez makalesi, editöre mektup, kitap incelemesi, sistematik derlemeler ve meta analiz türünden makaleler kabul etmektedir. Konferans ve kongrelerde sunulan ancak tam metni kongre kitabında yayımlanmamış olmak kaydıyla yapılan çalışmalarda, sunumun gerçekleştiği konferans ve kongrenin adı, yapıldığı yer ve tarih birinci sayfanın altında dipnot olarak ifade edilmelidir. Gönderilecek çalışma yüksek lisans ya da doktora tezinden üretilmişse bu ayrıntı yazar tarafından makalenin ilk sayfasının altında dipnot kısmında ifade edilmelidir.

**4.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, açık erişimli bir dergidir. Bilimsel eserlerin akademisyenler, öğrenciler ve halkla ücretsiz bir biçimde paylaşılması prensibini benimsemiştir. Budapeşte Açık Erişim Girişimi'ni desteklemektedir. Okurlar dergide yayınlanan makalelere ücretsiz olarak erişebilmektedirler.

**5.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisine gönderilen eserlerin daha önce herhangi bir dergide yayımlanmamış ya da yayımlanmak üzere gönderilmemiş olması gerekmektedir. Bu hassasiyetin sağlanmasından yazar sorumludur. Makale yayımlandıktan sonra, başka dergilere de gönderilmesinin anlaşılması üzerine makale yayından kaldırılır. Bu durumda doğacak etik ihlalinin sorumlulukları yazara aittir.

**6.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde yayımlanan yazılar nedeniyle yazarlara ve hakemlere herhangi bir ücret ödenmez.

**7.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, Creative Commons Atıf 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır. Bu nedenle yayımlanan eserlerin telif hakları yazara aittir. İlk yayımlama hakkı dergiye aittir. Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde yayımlanan eserlerin tüm sorumlulukları eser sahibine aittir.

**8.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde değerlendirilmeye alınan makaleler önce bilimsel içerik ve etik standartlara uygunluk bakımından editör kurulu tarafından incelenir. Gönderilen makalelerin benzerlik kontrolü ve intihal denetimi Turnitin programıyla yapılır. Benzerlik oranı %15'in üstünde olan ve intihal yapıldığı tespit edilen makaleler anında reddedilir. Editör incelemesinde, makalenin bilimsel özgünlüğü, öne sürdüğü hipotezler, tutarlılığı, test edilebilirliği ve tekrarlanabilirliği gibi belli özelliklere sahip olup olmadığı, alana bulunacağı katkı, yöntemin yeterli olup olmaması, araştırmaya dahil edilen değişkenlerin aralarında ilişki aranıp aranmayacağına ve makalenin dergi yazım kuralları ve APA formatına uygun bir biçimde yazılıp yazılmadığına bakılır. Ayrıca istatistiki yöntemlerin kontrolü, makalenin daha önce bir yerde yayınlanıp yayınlanmadığı, herhangi bir tezin parçası olup bu durumun dipnot olarak bildirilip bildirilmediği, herhangi bir kongrede sunulmuş olup bu durumun dipnot olarak bildirilip bildirilmediği, sunulduysa tam metnin kongre kitabında yayınlanıp yayınlanmadığı araştırılır. En son ise kaynakça kontrolü yapılır. Tüm kontrollerin sonunda uygun bulunan makaleler, alanlarında uzman hakemlere gönderilir.

**9.**Editöryal süreci başarıyla geçen makaleler alanında uzman iki hakeme gönderilir. Dergi makale değerlendirmesinde çift kör hakemlik sistemiyle çalışmaktadır. Yazar makalesini değerlendiren hakemin kim olduğunu, hakemse makalesini değerlendirdiği yazarın kim olduğunu bilmez. Bu gizliliğin sağlanmasından editör sorumludur. Her iki hakemin de olumlu görüş bildirmesinden sonra makale yayımlanır. Hakemlerden biri olumsuz diğeri olumlu görüş bildirmişse, makale üçüncü bir hakeme gönderilir. Hakemlik süreci biten makaleler erken görünüm başlığı altında yayınlanır.

**10.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisine gönderilen makaleler, metin içi referans gösterme, tablo gösterimi ve kaynakça gösteriminde American Psychological Association (APA) 6 stilinde olmalıdır. Çalışmanın değerlendirilmeye alınması için benzerlik oranının özet, abstract ve kaynakça hariç %15'in altında olması gerekmektedir.

**11.**Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisine makale göndermek isteyen yazarlar, makalelerini derginin yazım kurallarına göre düzenledikten sonra Dergipark sistemine giriş yapmalıdırlar. Ardından makale gönder sekmesinden yayını göndermelidirler. Biçim bakımından şablona uygun olarak gönderilmeyen yazılar hiç bir şekilde değerlendirmeye alınmayacaktır.

## YAYIN ETİĞİ KRİTERLERİ

Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde yayın etiği kriterleri olarak *International Committee of Medical Journal Editors* ve *Committee on Publication Ethics* önerileri dikkate alınmıştır.

### Editörün Sorumlulukları

- 1.Editör, dergiye gönderilen makalenin ön incelenmesinden yayın kuruluna sunulmasına, hakemlere gönderilmesinden kabul veya ret aşamasına ve yayına kabul edilen makalelerin baskı süreçlerine kadar tüm aşamalarda sorumluluk taşımaktadır.
- 2.Editör, gönderilen makalenin içeriğinin gizliliğinden ve kör hakemlik sürecinde hakem isimlerinin gizliliğinden sorumludur.
- 3.Editör, dergiye gönderilen makalenin ilk aşamasında benzerlik kontrolünü yapar. Derginin standartlarının üzerinde benzerlik oranına sahip ve benzerlik oranı düşük olsa bile intihal yapıldığı tespit edilen makaleleri anında reddeder. Bu anlamda problem bulunmayan makaleleri yayın kuruluna sunar. Yayın kurulu makalenin bilime sunacağı katkı, özgünlüğü, tekrarlanabildiği, bilimsel metodolojiye sahip olması konularında nihai kararını editöre bildirir. Editör uygun bulunan makaleleri alanda en az doktora düzeyinde iki hakeme gönderir.
- 4.Editör hakemlik sisteminde çift kör hakem metodunu kullanır. Hakemin yazarı görmesine, yazarınsa hakemi görmesine izin vermez. Bu gizliliğin sağlanmasından sorumludur. Makalenin doğru bireylerce değerlendirilmesi için hakemlerin bu alanda spesifik çalışmaları olmalarına dikkat eder. İki hakemin ret verdiği makaleyi yazara iade eder. Bir hakemin kabul bir hakemin ret verdiği makaleyi bir kez olmak koşuluyla üçüncü bir hakeme gönderir. En az iki hakemin yayınlanabilir raporu verdiği makaleleri yayın aşamasına koyar.
- 5.Editör dergiye makale gönderen yazarları görebildiklerinden onlarla ilgili bir yanlılığa düşmez. Görevini kötüye kullanmaz ve onları herhangi bir özelliklerinden dolayı ayrımcılığa veya ayrıcalığa tabi tutmaz.
- 6.Dergide yayınlanmış bir makaleyle ilgili ilerleyen süreçte etik bir ihlalin saptanması durumunda editör bu durumla ilgili yaptırımlarını uygular.

### Hakemlerin Sorumlulukları

- 1.Hakemler yazıyı değerlendirme sürecinde adil ve şeffaf olmalıdır. İlgili makalenin konusu uzmanlık alanı nedeniyle kendi yayınlarına benzer olabileceği için herhangi bir yanlı veya olumsuz bir tutum içerisine girmemeli yayını adil bir biçimde değerlendirmelidir.
- 2.Hakemler makalede bulunan metin içi alıntılarla kaynakçanın örtüşmesini kontrol etmeli bu anlamda gördükleri hataları editöre bildirmelidir.
- 3.Hakemler, gönderilen makaleyle ilgili alanlarda çalıştıkları için, makalenin özgünlüğü konusunda hassas olmalıdır. Makaleyle ilgili bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenleri yordayıp yordamayacağı veya değişkenler arasında ilişki aranıp aranmayacağı konusunda ilgili literatürü kontrol edip makaleyle ilgili karar vermelidir.
- 4.Hakemler, gönderilen makalelerin daha önce bir kongrede sunulup sunulmadığı veya bir tezin parçası olup olmadığını kontrol etmeli, böyle bir durumun dipnot olarak verilip verilmediğini incelemelidir.
- 5.Hakemler, makaleyi değerlendirirken yazarı incitecek kişisel yorumlamalardan kaçınmalı ve tüm eleştirileri bilimsel bir dille yapmalıdır.
- 6.Hakemler, değerlendirdikleri makalelerin gizliliğinden sorumludur. Bu nedenle makaleyle ilgili duygusal bir tavır takınmaktan uzak olmalıdırlar.
- 7.Hakemler, çıkar çatışması olduğunu düşündükleri durumları mutlaka editöre bildirmekle sorumludur.
- 8.Hakemler, kendilerine verilen süre zarfında makaleyi değerlendiremeyeceklerse bu durumu editöre bildirmelidir.



## **Yazarların Sorumlulukları**

1.Yazarların çalışması özgün olmalı, bilime katkıda bulunabilecek yeterlikte olmalı, bilimsel metodolojiyi takip etmeli ve raporlaştırmayı APA 6 kriterlerine göre uygun standartlarda yapmalıdır.

2.Yazarlar dergiye intihal yapılmamış bir makale sunmak zorundadırlar. Makalenin yayımından yıllar sonra bile böyle bir durumun tespiti halinde haklarındaki idari ve adli yaptırımların olabileceğini göz ardı etmeden yayınlarını bilimsel ve ahlaki standartlara göre hazırlamakla sorumludurlar.

3.Yazarlar yayınlarında alıntılama kurallarına uymadan alıntı yapmak, bir başka yazarın ifadelerini kaynakça göstermeden kendi beyanı gibi kullanmak, uydurulmuş verileri kullanmak, verilerle oynamak, yapılmamış bir çalışmayı yapılmış olarak göstermek, daha önce yayınlanmış bir makaleyi tekrar yayın için göndermek, bir datadan birden fazla yayın çıkarmaya çalışmak, hak etmediği halde makaleye hediye yazar eklemek, araştırma esnasında destek aldığı kurumların katkılarını makalesinde yazmamak, deneysel çalışmalarda insan haklarına uymamak ve ileride telafisi güç hatalar yapmak, bir tezden birden fazla makale yayınlamaya çalışmanın etik ihlali olduğunu bilmeli ve bu standartlara göre hareket etmelidir.

4.Yazarlar dergiye gönderdikleri makaleleri yazım kurallarıyla yazmak zorundadırlar. Ayrıca imla ve noktalama konusunda hassasiyet göstermelidirler. Öz, bilimsel açıdan yeterli olsa bile şekil konusunda hassas olunmayan makalelerin reddedileceğini unutmamalıdır.

5.Yazarlar, değerlendirme sürecinde editörle devamlı iletişim halinde olmalıdırlar. Editör yazara, hakemin düzeltme tavsiyelerini gönderecek ve bu düzeltmeleri tekrar hakeme gönderebilecektir. Yazar düzeltmeleri zamanında yapmalı ve hakemlerin önerilerini harfiyen yerine getirmelidir. Bu konuda yükümlülüklerini yerine getirmeyen yazarın makalesi reddedilecektir.

6.Yazarlar araştırmalarda elde ettikleri verileri saklamakla yükümlüdür. Dergi editörlüğü makalelerin yayımından yıllar sonra bile yazarlardan bu dataları talep edebilir.

7.Yazarlar makaleye katkısı olmayan kişileri yazar olarak eklememelidir. Ayrıca çok yazarlı makalelerde yazarların sırası, makaleye katkı yoğunluklarına göre yapılmalıdır.

8.Dergiye makale gönderildikten sonra yazar, makaleye yazar eklemek ve yazar çıkartmak için başvuru yapamaz, böyle bir talep oluştuğunda makalesinin reddedileceğini peşinen kabul eder.

9.Yazarlar makaleleriyle ilgili çıkar çatışmasını ve varsa mali destekleri dipnot olarak beyan etmelidir.

## YAZIM KURALLARI

Metnin tamamında bölüm başlıklarının yalnızca ilk harfi büyük yazılmalıdır ve hiçbir başlığa numara verilmemelidir. Makalelerde sıralama şu şekilde olmalıdır: Giriş, kuramsal çerçeve, literatür taraması, yöntem, bulgular, tartışma ve sonuç ve kaynakça. Makaleniz A4 boyutunda, 1 satır aralığında, karakter olarak Cambria 12 pts olmalıdır. Bölüm başlıkları 12 pts ve bold yazılmalıdır. Sayfa kenarları soldan, sağdan, alt ve üstlerden 3 cm boşluk içermelidir. Paragraf arası önce ve sonra 6 nk boşluk bırakılmalıdır. Paragraflarda girinti verilmemelidir.

**1.Türkçe Başlık:** Makalenin başlığı, araştırmayı en doğru ifade edecek bir biçimde yazılmalı, yazı büyüklüğü 14 pts ve bold olmalıdır. Tümü büyük harflerle yazılmalıdır.

**2.Türkçe başlığın altında yayın sahibi/sahiplerinin Adı SOYADI,** yer almalıdır. Bunun altında çalışılan kurum, en altta ise yazara ait Orcid ID yer almalıdır. Yazı büyüklüğü 12 pts ve bold olmalıdır. Birinci sayfanın en altında ise yayın sahibi/sahiplerinin Unvanı, Kurumu, e-mail adresi dipnot olarak yer almalıdır. Yazı büyüklüğü 8 pts olmalıdır. Çalışılan kurumlar ifade edilirken kısaltmalar kullanılmamalı, kurumun, fakültenin tam adı açıkça yazılmalıdır.

**3.Türkçe Öz:** Öz başlığı 10 pts ve bold, öz içeriği 10 pts ve iki tarafa yaslı olmalıdır. 225-250 kelime içermelidir. Bu bölümde çalışmanızın Türkçe özü yer almalıdır. Öz kısmında araştırmanın nerede yapıldığı, örneklem büyüklüğü, kullanılan ölçme araçları, kullanılan istatistiksel analizler, analizlerin sonuçları yer almalıdır. Anahtar Kelimeler başlığı 10 pts ve bold, içeriği 10 pts olmalıdır. Anahtar kelimelerin ilk harfleri büyük gerisi küçük harfle yazılmalıdır. Anahtar kelimeler başlığı normal, diğerleri italik yazılmalıdır. En az 3, en fazla 5 sözcük bulunmalıdır. Ve virgül (,) işareti ile ayrılmalıdır.

**4.İngilizce Başlık:** Makalenin başlığı, araştırmayı en doğru ifade edecek bir biçimde yazılmalı, yazı büyüklüğü 14 pts ve bold olmalıdır. Tümü büyük harflerle yazılmalıdır.

**5.İngilizce Abstract:** Abstract başlığı 10 pts ve bold, abstractın içeriği 10 pts ve iki tarafa yaslı olmalıdır. 225-250 kelime içermelidir. Bu bölümde çalışmanızın İngilizce özü yer almalıdır. Abstract kısmında araştırmanın nerede yapıldığı, örneklem büyüklüğü, kullanılan ölçme araçları, kullanılan istatistiksel analizler, analizlerin sonuçları yer almalıdır. Key words başlığı 10 pts ve bold, içeriği 10 pts olmalıdır. Key wordsun ilk harfleri büyük gerisi küçük harfle yazılmalıdır. Key words başlığı normal, diğerleri italik yazılmalıdır. En az 3, en fazla 5 sözcük bulunmalıdır. Ve virgül (,) işareti ile ayrılmalıdır.

**6.Giriş:** Bu kısımda araştırmacı bu makalede değindiği problemin niçin bu kadar önemli olduğunu ifade etmelidir. Araştırmada ele alınan problem açık ve anlaşılır bir biçimde ifade edilmelidir.

**7.Kuramsal Çerçeve:** Makalelerde, her bir değişken için kuramsal çerçeve verilmelidir.

**8.Literatür Taraması:** Çalışmayla ilgili yurt içi ve yurt dışı literatüre yer verilmelidir.

**9.Yöntem:** Bu kısımda araştırmanın türü, örnekleme, ölçme araçları ve kullanılan istatistiksel analize yer verilmelidir. Alt başlıklar numaralandırılmamalıdır. Ölçek isimleri 12 pts ve eğik yazıyla verilmelidir.

**10.Bulgular:** Bu kısımda bulgulara yer verilmeli tablo başlıkları 12 pts ve bold yazıyla verilmelidir. Tablolarda yalnızca ilk kelime büyük harfle başlamalı, tablo içi yazı büyüklüğü 8 pts olmalıdır. Tablo gösteriminde APA 6 stili kullanılmalıdır.

**11.Tartışma ve Sonuç:** Bu kısımda elde edilen sonuçlar literatürle beraber değerlendirilmeli, daha önce yapılmış olan araştırmaların sonuçlarıyla karşılaştırılmasını içermeli ve önerilere değinilmelidir.

**12.Metin içi atıflar ve Kaynakça:** APA kriterleri kullanılmalıdır. Kaynaklar ilk satırdan sonra 0.6 cm girintili yazılmalıdır.

### Tek Yazarlı Kitap

Güleç, C. (2009). *Psikiyatrinin ABC'si* (2. Basım). İstanbul: Say Yayınları.

### İki Yazarlı Kitap

Kalkan, M., & Ersanlı, K. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme kuram ve uygulama* (1.Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

#### **Editörlü Kitap**

Akın, A. (Ed.). (2013). *Eğitimde kullanılan güncel ölçme araçları* (1.Basım). Ankara: Nobel Yayınları.

#### **Editörlü Kitaptan Bölüm**

Cohen, R.J., & Swerdlik, M.E. (2015). *Psikolojik test ve değerlendirme. Testlere ve ölçmeye giriş*. E. Tavşancıl (Ed.). Test Geliştirme (A. Kan, Çev.) içinde, Ankara: Nobel Yayıncılık, 233-276.

#### **Yüksek Lisans, Uzmanlık ve Doktora Tezleri**

Ergin, F. (2000). *Üniversite öğrencilerinin sahip oldukları duygusal zekâ düzeyiyle 16 kişilik özelliği arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

#### **Makaleler**

Ertem, Ü., & Yazıcı S. (2006). Ergenlik döneminde psikososyal sorunlar ve depresyon, aile ve toplum. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(9), 7-12.

#### **Bildiriler**

Aktekin, M., Şenol, Y., Türkay, M. & Erengin, H. (2002). Tıp öğrencilerinde kaygı, depresyon ve bazı yaşam sorunlarının düzeyleri: Uzunlamasına bir çalışma. *Ulusal Halk Sağlığı Kongresi*. 23-28 Eylül 2002 Diyarbakır; 852-855.

#### **Web Sitesi Alıntıları**

Zorlu, S. (2010). *Kognitif (bilişsel) davranışçı terapi nedir*. doktorsitesi.com, Erişim tarihi: 17.03.2017.

## ÖNSÖZ

Merhaba,

Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi'nin (YBPD) 7. sayısı ile huzurlarınızdayız. 2017 yılı haziran ayında başladığımız yayıncılık serüvenimizde üçüncü yılı tamamlamış bulunmaktayız. Geçen süre zarfında 7 sayı ve 81 makale yayınladık. Dergimiz ülkemiz ruh sağlığı literatürüne saygın eserlerle katkıda bulunmaktadır. Gönderilen makale sayısı, yayınlanan makalelerin aldıkları atıflar ve alandaki saygın akademisyenlerin dergimiz kurullarında yer alma isteği bizleri motive etmektedir. Dergi web sayfası üç yıllık süre zarfında 46000 kez görüntülenmiş ve yayınlanan makaleler 72000 kez indirilmiştir. Bu rakamlar henüz 3 yaşında olan bir dergi için oldukça sevindiricidir. Dergi sadece ruh sağlığı alanında eserlere yer verme ve yılda 2 sayı yayınlama politikasına devam edecektir.

Dergimizin bu sayısında emekleri olan editör, hakem ve yazarlara teşekkür ediyoruz. Sekizinci sayıda görüşmek üzere

Hoşçakalın...

**Muhammed YILDIZ**

**Yazı İşleri Müdürü**

## İÇİNDEKİLER / CONTENTS

### Derleme / Review

1. Esra Nihan BRIDGE, Nesrin DUMAN.....(1-7)  
Transformation of Childhood Traumatic Experiences to Violence.  
*Çocukluk Çağı Travmatik Deneyimlerinin Şiddete Dönüşümü.*

### Araştırma Makalesi / Research Article

2. Nesrin DUMAN, Ceren KÖROĞLU, Pınar GÖKSU, Ayşegül TALAY.....(9-17)  
Üniversite Öğrencilerinde Mental İyi Oluş ile Psikolojik Dayanıklılık İlişkisi.  
*Mental Well-Being and Psychological Resilience Relationship in University Students.*

3. Saniyebengisu BÜYÜKMUMCU, A. Aykut CEYHAN.....(19-35)  
Üniversite Öğrencilerinde İşlevsel Olmayan Tutumlar, Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Sosyal Karşılaştırma Yönelimlerinin Beden İmgesini Yordayıcılığı.  
*Predictiveness of Dysfunctional Attitudes, Perceived Parental Attitudes and Social Comparison Orientation on University Students' Body Image.*

4. Rumeysa HOŞOĞLU.....(37-49)  
Öz-Anlayış Düzeyi ile Yaşam Doymumu Arasındaki İlişki: Otomatik Düşüncelerin Aracı Etkisi.  
*The Relationship Between Self-Compassion and Life Satisfaction: Automatic Thoughts As A Mediator.*

5. Osman SÖNER, Olcay YILMAZ.....(51-68)  
Ergenlerin Sosyal Medya Beğenilmeme Korkularının Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Benlik Tasarımı.  
*Self-Esteem and Self-Concept As Predictors of Adolescents' Social Media Dislike Fears.*

6. Pelin PALAS KARACA, Yeliz KAYA, Sevde ÇUBUKÇU AKSU.....(69-79)  
Kadın Doğum Kliniklerinde Çalışan Sağlık Profesyonellerin Perinatal Kayıp ve Yas ile İlgili Görüşleri.  
*The Opinions of Health Professionals in Maternity Clinics on Perinatal Loss and Lament.*

### Derleme / Review

7. Gün PAKYÜREK.....(81-90)  
Oksitosinin Nörobiyolojik Temelleri ve Davranışsal Doğurgularının İncelenmesi.  
*Neurobiological Basis of Oxythosin and Investigation its Behavioral Outcomes.*

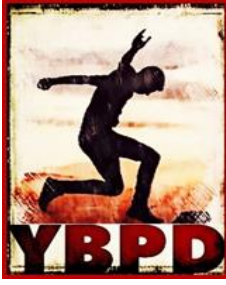
### Araştırma Makalesi / Research Article

8. Pelin PALAS KARACA, Sevde ÇUBUKÇU AKSU.....(91-100)  
Sağlık Hizmetleri Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları ile Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişki.  
*The Relationship between Health Care Students' Attitudes Towards Gender Roles and Psychological Well-Being.*

### Derleme / Review

9. Meltem AKCA, Burcu Özge ÖZASLAN ÇALIŞKAN.....(101-114)  
Stigma, Dissatisfaction, Disengagement and Intention To Quit: A Model Proposal.  
*Damgalanma, İş Tatminsizliği, Geri Çekilme ve İşten Ayrılma Niyeti: Bir Model Önerisi.*

10. Fatma Senem ŞAHLAR, A. Meltem ÜSTÜNDAĞ-BUDAK.....(115-125)  
Working Mothers: Intensive Mothering and Momism.  
*Çalışan Anneler: Uzman Annelik ve Yoğun Annelik.*



## TRANSFORMATION OF CHILDHOOD TRAUMATIC EXPERIENCES TO VIOLENCE

Esra Nihan BRIDGE<sup>1</sup> & Nesrin DUMAN<sup>2</sup>

### ABSTRACT

Although there are several genetic, social, cultural, and evolutionary explanations for violence, this article will only be based on a psychological aspect with a special focus on trauma theory. Traumatic events in childhood including witnessing family violence and experiencing abuse, neglect, loss and abandonment can cause long term emotional pain and distress. Particularly, trauma becomes more severe when children are victims of family violence and parents who are supposed to love, protect, and reassure children become violent and threatening. Traumatic events leave children with overwhelming feelings of fear, anger, and vulnerability. Many authors emphasized the link between childhood traumatic experiences and aggressive behaviors, and they consider trauma and violence inseparable. However, there is little research focusing on the developmental aspects of this relation. Bowlby's attachment theory suggests that traumatic experiences interrupt a child's secure attachment and they generate attachment injuries that interfere with obtaining healthy relationships. Ferenczi's identification with the aggressor theory claims that traumatic experience teaches children both roles: victim role and the abuser role. Trauma in children and youth, differently than trauma in adults, affects underdeveloped personalities and it has a significant role in building the immature personality of children. This article focuses on explaining how childhood traumatic experiences turn into violence in light of Bowlby and Ferenczi's theories.

### Key Words

*Trauma, Child Abuse, Family Violence, Adverse Childhood Experiences, Attachment*

## ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMATİK DENEYİMLERİNİN ŞİDDETE DÖNÜŞÜMÜ

### ÖZ

Şiddetle ilgili genetik, sosyal, kültürel ve evrimsel açıklamalar olmasına rağmen, bu makale sadece travma teorisine odaklanan psikolojik bir bakış açısını temel alacaktır. Çocukluktaki istismar, ihmal, aile içi şiddete tanık olma, kayıp yaşama ve terk edilme gibi travmatik olaylar uzun süreli duygusal acı ve strese neden olabilmektedir. Çocuklar özellikle aile içi şiddet mağduru olduklarında, kendilerini sevmeleri, korumaları ve güven vermeleri gereken ebeveynler kendilerine şiddet ve tehdit oluşturmakta ve travma daha şiddetli hale gelmektedir. Travmatik olaylar çocukları yoğun korku, öfke ve kırılabilirlik hisleri ile başbaşa bırakmaktadır. Birçok araştırmacı, çocukluk çağı travmatik deneyimleri ile saldırgan davranışlar arasındaki bağlantıyı vurgulayarak, travma ve şiddet birbirinden ayrılmaz olarak görmüşlerdir. Ancak, çok az çalışma travma ile şiddet arasındaki ilişkinin gelişimsel yönüne odaklanmıştır. Bowlby'nin bağlanma teorisi, travmatik deneyimlerin çocuğun güvenli bağlanmasını ve sağlıklı ilişkiler kurmalarını engelleyen önemli bağlanma yaralanmalarına yol açtığını öne sürmektedir. Ferenczi'nin saldırganla özdeşleşme kuramı travmatik deneyimin çocuklara mağdur rolü ve istismarcı rolü olmak üzere her iki rolü de öğrettiğini ileri sürmektedir. Çocuklarda ve gençlerdeki travmanın, yetişkinlerdeki travmadan farklı olarak olgunlaşmamış ya da az gelişmiş kişilikleri etkilediğini ve kişilik gelişiminde önemli bir rol oynadığını iddia etmektedir. Bu makale, Bowlby ve Ferenczi'nin teorileri ışığında çocukluk travmatik deneyimlerinin nasıl şiddete dönüştüğü açıklanmasına odaklanmaktadır.

### Anahtar Kelimeler

*Travma, Çocuk İstismarı, Aile İçi Şiddet, Olumsuz Çocukluk Deneyimleri, Bağlanma*

<sup>1</sup>Expert Psychologist, Justice Academy of Turkey, e-mail: esranihanbridge@gmail.com, ORCID ID: 0000-0001-5600-3129

<sup>2</sup>Asst.Prof.Dr., Istanbul Ayvansaray University, e-mail: nesrinduman@ayvansaray.edu.tr, ORCID ID: 0000-0002-2751-8315

**Citation:** Bridge, E.N., Duman, N. (2020). Transformation of childhood traumatic experiences to violence. *Life Skills Journal of Psychology*, 4(7), 1-7.

## Introduction

According to World Health Organization statistics, each year, over one and half million people lose their lives due to violence ("WHO Violence and Injury", 2019) and millions of people suffer violence-related injuries ("WHO Violence Prevention", 2019). Desiring to prevent violence led many theoreticians to focus on reasons for violence from various perspectives to provide effective solutions. Although there are several genetic, social, cultural, and evolutionary aspects of violence, this article will only concentrate on the psychological approach with a special focus on trauma theory.

Traumatic events in childhood including witnessing family violence, experiencing abuse, neglect, loss and abandonment can cause long term emotional pain and distress (Felitti et al., 1998; "What is child", 2019). Recent studies have established a strong link between childhood traumatic experiences and violent behaviors (as cited in Ethier, Lemelin, & Lacharite, 2004; Bosqui et al., 2014; Dyer et al., 2013; Shaffer, Huston, & Egeland, 2008). Research to date (such as Spitzer et al., 2006; Day et al., 2013) suggests that deleterious childhood exposures are underlying reasons for juvenile delinquency. In particular, being a victim of physical abuse and family violence are found the most consistent predictors of youth violence (Gilbert et al., 2009; Maas et al., 2008). Abused children are considered at increased risk of demonstrating aggressive and violent behaviors in adolescence and inflicting pain on others (Gilbert et al., 2009; Haapasalo & Pokela, 1999; Maas, Herrenkohl, & Sousa, 2008; Trickett et al., 2011). This convincing explanation also is consistent with the finding that many adults who committed a violent crime have reported suffering adverse childhood experiences.

Although many studies on behavior problems of maltreated children established a link between adverse childhood experience and behavioral and emotional problems, there is a lack of studies that concentrated on the developmental aspects of this relation. Therefore, the present study seeks to clarify how the complexity of childhood trauma transforms into violence. Attachment theory provides a remarkable approach to demonstrate how healthy child development is interrupted by a traumatic experience which ultimately leads children to struggle with severe psychological distress.

## Attachment theory

Bowlby (1969), a developer of attachment theory, describes attachment as the nature of the child's tie to his/her mother. During his work, Bowlby (1969) focused on the unique relationship between a mother and a child and stated that this interaction determines a child's attachment, which is an innate need for every human from the beginning to the end of life (Bowlby, 1969). Attachment theory emphasizes that infants' earliest experiences with caregivers, or attachment figures, are crucial for them to develop self-images and learn how to maintain proximity with others (Bowlby, 1969). In other words, early caregiving relationships help children build psychological representations of self, others, and self in relation to others. Due to this early interaction, children learn that they are worthy of love which has a powerful influence on children's obtaining a positive sense of self and forming healthy relationships.

Bowlby (1988) states that the accessibility and responsiveness of caregivers is key to building secure bonds between mothers and children. If caregivers are available and responsive to children's needs, this enables children to feel secure. Having this secure feeling provides a sense of trust and safety for children and also encourages them to value and continue the relationship. However, if the attachment figure is inaccessible or absent this can create anger and anxiety for the child. Attachment theory first explained anger as a response to separation (Bowlby, 1973). Bowlby (1973) emphasized that threats and fears of abandonment and/or separation from the attachment figure bring distress to children. Early studies illustrated that, during the separation period with their attachment figures, children demonstrated distinct aggressive and destructive behaviors. Bowlby (1973) views trauma of separation and loss as a threat to secure bond and reason of anger arousal in children. Experiencing

repeated separations and feeling threatened with abandonment are considered the origin of severe attachment injuries and hostile emotions for the child (Bowlby, 1973).

According to Bowlby (1988) feeling fear, threatened, or distress activates attachment needs. If children are exposed to unmanageable distress, they depend on their caregivers and the attachment bonds for survival (Bowlby, 1969). During separation, children seek their mothers for reassurance. When children reunite with the attachment figure, their mothers function as a safe haven for them to give comfort. When they find comfort, this allows them to tolerate separation. On the other hand, if the mother is absent or the child does not maintain contact from the attachment figure, this can lead to anger and despair (Bowlby, 1973). The secure attachment bond between the mother and child provides the foundation of a child's developmental competencies, in particular distress tolerance (Van der Kolk, 2005). When caregivers do not mitigate the pain or they are too distant, too occupied, or too distressed to respond, children will not be able to relieve and modulate their experiences (Van der Kolk, 2005). Accordingly, even if the attachment figure is physically available, being emotionally unavailable, and not responsive to the child's needs, it also leads to extreme distress and anger for the child (Bowlby, 1973). Bowlby (1973) clarified this anger as dysfunctional to protest a weakened bond of attachment and alienated caregiver.

### **Childhood trauma and its effects**

Childhood trauma predominantly addresses being exposed to physical, sexual, emotional abuse, and/or physical, emotional neglect during childhood. In addition to abuse and neglect, divorce, loss of a parent, experiencing household dysfunction such as violence, substance abuse, incarceration, or mental health issues in the family are other common forms of traumatic childhood experiences (Felitti et al., 1998). Previous studies suggested that childhood traumatic experiences are major events for children that interfere with secure attachment (Van der Kolk, 2005). When children are exposed to trauma in their family relationships, the majority of them maintain insecure attachment patterns (Van der Kolk, 2005). Being hurt or witnessing other family members being deliberately hurt damages the safety of humans and the world (Webb, 2015), and children can lose their sense of safety and security. The mother becomes a source of danger instead of the primary source of safety, comfort and protection (Cyr et al., 2010; Hildyard & Wolf, 2002). Without feeling safe and secure and feeling supported by a caregiver, distressed children cannot trust others, which causes repeated experiences of anxiety or anger (Streeck-Fischer & Van der Kolk, 2000).

When children are exposed to traumatic events, they usually experience via the senses and this imprints on their memory and children carry this disturbance all the time (Hordvick, 1999, p.25). After traumatic experiences, children can be overwhelmed with feelings of fear, anger, vulnerability, and confusion (Howell, 2014). Many times, fear of violence, an overwhelming sense of helplessness, self-contempt, feeling shame and guilt follow those emotions (Herman, 1992, p.98). As a result of trauma, the child remains with overwhelming feelings such as terror and rage (Howell, 2014). Being overwhelmed with stress creates a vulnerable state for children which leads to very minor stress to be perceived as intolerable. Traumatized children can be easily disrupted by their intense emotions or environmental circumstances. That distress intolerance may cause intense aggressive emotions which cause children to act violently (Webb, 2015). For this reason, abused children can be rageful and aggressive. Moreover, when there is repeated traumatic stress, this generates more complex feelings.

Pynoos and Eth (1985) asserted that children who are victims of violence or witness of extreme acts of violence strongly incline of developing anxiety, conduct, depressive, and post-traumatic stress disorders (Webb, 2015; Pynoos and Eth, 1985, p.19). Being exposed to childhood trauma also can lead complex trauma characterized with emotional dysregulation, somatization, and various forms of aggressive behavior (Webb, 2015). As stated above, trauma can lead to malfunctioning of emotions, cognition, and behavior and it can generate cognitive, social, and emotional



impairment, disrupted neurodevelopment, exhibiting health-risk behaviors such as drug usage and behavioral problems in children (Felitti et al., 1998). Moreover, findings demonstrated that after traumatic experiences many children demonstrate behavioral problems such as running from the house, acting out, physical violence, verbal violence, anger tantrums, self-injury, and withdrawal (Webb, 2015).

Insecure attachment patterns cause a detrimental effect on children's ability to communicate and interact with others (Bacon & Richardson, 2001). These children desperately continue to seek someone to depend upon, find a way to trust in untrustworthy people, feel safe in a unsafe situation, and find power during helplessness (Herman, 1992, p.96). A child's formation of an attachment to the mother is a crucial task that influences a child's representations of self and others (Dozier, Stovall-McClough & Albus, 2008). Attachment-related events like abuse lead to alterations in children's inner representations and affect how they process their thoughts and feelings (Dozier, Stovall-McClough & Albus, 2008). Abused children might use defenses to preserve their attachment with their abusive caretakers such as repressing the memory to unconscious like it never happened, or rationalizing like it was not abuse (Herman, 1992, p.102), or altering this experience through dissociation. (Herman, 1992, p.102). Sometimes, if defenses are inadequate, children can try to justify the experience by self-blame such as their innate badness caused the abuse. In this situation abused children try to be extremely good and try to change themselves to avoid deserving abuse (Herman, 1992, p.103).

### **Identification with the aggressor**

Repeated trauma in childhood forms and deforms the personality which is different from experiencing trauma in adulthood (Herman, 1992, p.96). Trauma in children and youth, differently than trauma in adults, affects underdeveloped personalities and it plays a significant role in building the immature personality of children. In trauma theory, Ferenczi's term of "identification with the aggressor" suggests that traumatic experience teaches children both roles: victim role and the abuser role (Frankel, 2002). According to this theory, while minors are dealing with this painful experience to survive, they dissociate from their own feelings and perceptions (Howell, 2014). During this unpleasant moment, children capture an image of the abuser into their own head. This way, the bad object in other words the aggressor is internalized by children. By doing that children split of from their experience and their emotions, thoughts, and behaviors transform into the abuser's. Thus, children start imitating the aggressors' behaviors (Frankel, 2002), and children's passive traumatic sexual abuse memory as a victim is converted to active abusive behavior (Howell, 2014; Bridge & Duman, 2018).

Identification with the aggressor is a process that addresses psyche splitting. During the traumatic moment, children usually feel confused and terrified to process the memory. They can be overwhelmed by danger and trauma can break apart their organization and shatter their sense of continuity (Howell, 2014). After a traumatic event, the personality can be stuck in its development and can remain undeveloped (Ferenczi, 1933, p. 162-3; Howell, 2014). The overpowering force and authority of the aggressor conquer the child, annihilate his senses, and leave him dumb. According to Herman (1992) children take the evil of the abuser inside, load themselves with the aggressor and develop a contaminated identity (Herman, 1992, p.105). With this new identity abused children turn to an aggressor to deal with their trauma.

### **Conclusion**

Traumatic experiences violate personal safety and cause a great deal of distress. During the traumatic moment, children depend on their caretakers for protection and security (Webb, 2015). However, inadequate intervention to alleviate children's suffering by the attachment figure leads to both physical and emotional pain in children. Studies underline that the family environment in which children are raised in is the most basic structure in the emergence of aggressive behavior. If parents were the ones who traumatize the kids or the family was abusive this situation generate detrimental effects for children. When children are victims of family violence, they experience unresolvable conflicts, because the very people who need to love and

protect them from a threat become violent and threatening (Dozier, Stovall-McClough & Albus, 2008). Suffering from violence in their family also leads to feelings of being trapped in the hazardous environment of child abuse (Howell, 2014; Van der Kolk, 2005). In this hazardous environment, children are obliged to find a way to build a sense of trust and form primary attachments to dangerous, harmful, untrustworthy, or negligent caretakers (Herman, 1992, p.101).

Abused children are considered at increased risk of demonstrating aggressive and violent behaviors in adolescence and inflicting pain on others (Haapasalo & Pokela, 1999; Trickett et al., 2011; Maas, Herrenkohl, & Sousa, 2008; Gilbert et al., 2009;). Some of those traumatized kids demonstrate pathological self-soothing behaviors, aggression toward others, substance abuse, sleep disturbances, poor modulation of impulses, difficulty with understanding and following rules and eating disorders (Cook et al., 2005). Changes of the brain due to the toxic stress can have detrimental effects on decision-making, impulsive behavior, emotion, and stress reaction (Shonkoff et al., 2012). Recent research emphasized that self-mutilating behavior, compulsive sexual behavior, purging and vomiting, compulsive risk-taking or exposure to danger, and the use of psychoactive drugs can be an attempt to regulate intense emotions for abused children (Herman, 1992, p.109) who are in a high risk group for crime and violence. (Duke et al., 2010; Fox et al., 2015).

Dealing with the effects of early traumatic experiences and alleviating suffering are many times a lifelong process. Processing these intolerable experiences and obtaining a healthy identity can be excessively challenging for children without adequate internal or external support. When children and youth are exposed to traumas, inevitably their families and communities also should be involved for support (Webb, 2015). Repressing the overwhelming feelings of fear, anger, vulnerability, and confusion requires a lot of energy for children (Hordvick, 1999, p.26); therefore, working on those feelings help to relieve tension. Creating and increasing awareness on effects of childhood traumas and promoting help and support are essential to protect children from adverse consequences. Also, for mental health community, providing extensive assessment, treatment and follow-up for traumatized children are crucial to combat violence.

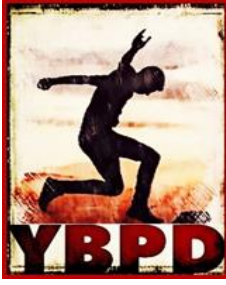
While this paper focused on explaining how early traumatic experience leads to later violence of children, it should be underlined that not all children who had deleterious childhood exposures demonstrate these negative consequences. Herman (1992, p.113) states that the majority of childhood trauma survivors do not become aggressors. Children's age, developmental stage, temperamental characteristics, and family and/or community's support can be protective factors for children in high-risk situations (Webb, 2015). This support can help them to cope with traumatic memory and be resilient which bolsters the ability to recover from adversity and capability to demonstrate high adaptation in situations of chronic stress, severe trauma, or a high-risk status. Therefore, building family and community support systems to reinforce resilience is imperative to strengthen the violence prevention.

## References

- Bacon, H., & Richardson, S. (2001). Attachment theory and child abuse: An overview of the literature for practitioners. *Child Abuse Review, 10*(6), 377-397.
- Bosqui, T.J., Shannon, C., Tiernan, B., Beattie, N., Ferguson, J., & Mulholland, C. (2014). Childhood trauma and the risk of violence in adulthood in a population with a psychotic illness. *Journal of Psychiatric Research, 54*, 121-125.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Volume 1: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Volume 2: Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bridge, E.N., & Duman, N. (2018). Identifying pedophile. *Life Skills Journal of Psychology, 2*(4), 215-222.
- Cook, A., Spinazzola, J., Ford, J., Lanktree, C., Blaustein, M., Cloitre, M., . . . & Van der Kolk, B. (2005). Complex trauma in children and adolescents. *Psychiatric Annals, 35*(5), 390-398.
- Cyr, C., Euser, E.M., Bakermans-Kranenburg, M.J., & Van Ijzendoorn, M.H. (2010). Attachment security and disorganization in maltreating and high-risk families: A series of meta-analyses. *Development and Psychopathology, 22*(1), 87-108.
- Day, D.M., Hart, T.A., Wanklyn, S.G., McCay, E., Macpherson, A., & Burnier, N. (2013). Potential mediators between child abuse and both violence and victimization in juvenile offenders. *Psychol Serv, 10*(1), 1-11.
- Dozier, M., Stovall-McClough, K.C., & Albus, K.E. (2008). *Attachment and psychopathology in adulthood*. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (p. 718-744). The Guilford Press.
- Duke, N.N., Pettingell, S.L., McMorris, B.J., & Borowsky, I.W. (2010). Adolescent violence perpetration: Associations with multiple types of adverse childhood experiences. *Pediatrics, 125*(4), 778-786.
- Dyer, K.F.W., Dorahy, M. J., Shannon, M., & Corry, M. (2013). Trauma typology as a risk factor for aggression and self-harm in a complex PTSD population: The mediating role of alterations in self-perception. *J Trauma Dissociation, 14*(1), 56-68.
- Ethier, L.S., Lemelin, J.P., & Lacharité, C. (2004). A longitudinal study of the effects of chronic maltreatment on children's behavioral and emotional problems. *Child Abuse & Neglect, 28*(12), 1265-1278.
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine, 14*(4), 245-258.
- Ferenczi, S. (1933). *Confusion of tongues between adults and the child. The language of tenderness and of passion*. In *Final contributions to the problems and methods of psycho-analysis* (pp. 156-167). London: Karnac Books, 1980. Also see: Confusion of the tongues between the adults and the child (The language of tenderness and of passion). *International Journal of Psycho-Analysis, 1949, 30*, 225-231.
- Frankel, J. (2002). Exploring Ferenczi's concept of identification with the aggressor: Its role in trauma, everyday life, and the therapeutic relationship. *Psychoanalytic Dialogues, 12*(1), 101-139.
- Fox, B.H., Perez, N., Cass, E., Baglivio, M.T., & Epps, N. (2015). Trauma changes everything: Examining the relationship between adverse childhood experiences and serious, violent and chronic juvenile offenders. *Child Abuse & Neglect, 46*, 163-173.

- Gilbert, R., Spatz Widom, C., Browne, K., Fergusson, D., Webb, E., & Janson, J. (2009). Burden and consequences of child maltreatment in high-income countries. *The Lancet*, 373(9657), 68-81.
- Haapasalo, J., & Pokela, E. (1999). Child-rearing and child abuse antecedents of criminality. *Aggression and Violent Behavior*, 4(1), 107-127.
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery*. New York: Basic Books.
- Hildyard, K. L., & Wolf, D. A. (2002). Child neglect: Developmental issues and outcomes. *Child Abuse & Neglect*, 26(6-7), 679-695.
- Hordvick, E. (1999). *What is psychological trauma? Methods of treatment*. in Childhood and Trauma: Separation, Abuse, War. (Ullmann, E., & Hilweg, W., Eds.). Routledge.
- Howell, E.F. (2014). Ferenczi's concept of identification with the aggressor: Understanding dissociative structure with interacting victim and abuser self-states. *The American Journal of Psychoanalysis*, 74(1), 48-59.
- Maas, C., Herrenkohl, T., & Sousa, C. (2008). Review of research on child maltreatment and violence in youth. *Trauma, Violence & Abuse*, 9(1), 56-67.
- Mills, C. (2004). *Problems at home, problems at school: The effects of maltreatment in the home on children's functioning at school. An overview of recent research*. London: National Society for the Prevention of Cruelty to Children.
- Pynoos, R. S., & Eth, S. (1985). *Children traumatized by witnessing of personal violence*. In: Posttraumatic Stress Disorder in Children, Chap. 2, ed. S. Eth & R. Pynoos. Washington, D.C.: American Psychiatric Press.
- Shaffer, A., Huston, L., & Egeland, B. (2008). Identification of child maltreatment using prospective and self-report methodologies: A comparison of maltreatment incidence and relation to later psychopathology. *Child Abuse & Neglect*, 32(7), 682-692.
- Shonkoff, J.P., & Garner, A.S. (2012). Committee on psychosocial aspects of child and family health committee on early childhood, adoption, and dependent care section on developmental and behavioral pediatrics the lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), 232-246.
- Spitzer, C., Chevalier, C., Gillner, M., Freyberger, H. J., & Barnow, S. (2006). Complex posttraumatic stress disorder and child maltreatment in forensic inpatients. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 17(2), 204-216.
- Streeck-Fischer, A., & van der Kolk, B. A. (2000). Down will come baby, cradle and all: Diagnostic and therapeutic implications of chronic trauma on child development. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34(6), 903-918.
- Trickett, P.K., Negriff, S., Ji, J., & Peckins, M. (2011). Child maltreatment and adolescent development. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 3-20.
- Van der Kolk, B.A. (2017). Developmental trauma disorder: Toward a rational diagnosis for children with complex trauma histories. *Psychiatric Annals*, 35(5), 401-408.
- Webb, N.B. (Ed.). (2015). *Clinical practice with children, adolescents, and families. Play therapy with children and adolescents in crisis (4th ed.)*. New York, NY, US: The Guilford Press.
- What is child trauma?* National Child Traumatic Stress Network. (2019). Retrieved from [nctsn.org/what-is-child-trauma/about-child-trauma](http://nctsn.org/what-is-child-trauma/about-child-trauma).
- WHO Violence and Injury Prevention. (2019). Retrieved from [who.int/violence\\_injury\\_prevention/en/](http://who.int/violence_injury_prevention/en/).
- WHO Violence Prevention. (2019). Retrieved from [who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/en/](http://who.int/violence_injury_prevention/violence/en/).





## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE MENTAL İYİ OLUŞ İLE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK İLİŞKİSİ

Nesrin DUMAN<sup>1</sup>, Ceren KÖROĞLU<sup>2</sup>, Pınar GÖKSU<sup>3</sup>, Ayşegül TALAY<sup>4</sup>

### ÖZ

Araştırma; üniversite öğrencilerinin mental iyi oluşları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkiyi bazı demografik değişkenlere göre incelemeyi temel almıştır. Bu amaçla yaşları 18-24 arası değişen 57 üniversite öğrencisine Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği" ve "Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği" uygulanmıştır. Demografik bilgilerin tespiti için ayrıca "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin mental iyi oluşlarının (51.85±9.99 puan ile) ve psikolojik dayanıklılıklarının "iyi" düzeyde olduğu görülmüştür. Mental iyi oluş ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinden elde edilen puanların cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin mental iyi oluşları ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki incelendiğinde; Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin "sosyal kaynaklar" alt başlığının mental iyi oluş ile negatif yönlü, düşük şiddetli ve anlamlı bir korelasyonel ilişki içerisinde olduğu görülmüştür. Diğer alt ölçeklerle mental iyi oluş arasında anlamlı bir korelasyonel ilişki görülmemiştir.

### Anahtar Kelimeler

*Psikolojik İyi Oluş, Psikolojik Dayanıklılık, Mental İyi Oluş, Üniversite, Öğrenci*

## MENTAL WELL-BEING AND PSYCHOLOGICAL RESILIENCE RELATIONSHIP IN UNIVERSITY STUDENTS

### ABSTRACT

The research is based on investigating the relationship between mental well-being and psychological resilience of university students according to some demographic variables. For this purpose, 57 university students whose ages ranged from 18 to 24 were administered the "Psychological Resilience Scale" and the "Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale". The "Personal Information Form" was also used to determine demographic information. As a result of the study, it was observed that the students' mental well-being (with a score of 51.85 ± 9.99) and psychological resilience were "good". It was found that the scores obtained from mental well-being and psychological resilience scale did not differ significantly according to gender groups. When the relationship between mental well-being and psychological resilience of the students is examined; the subscale of 'social resources' of the Psychological Resilience Scale was found to have a negative and low significant correlation with mental well-being. No significant correlational relationship was observed between other subscales of psychological resilience and mental well-being.

### Key Words

*Psychological Well Being, Psychological Resilience, Mental Well Being, University, Student*

<sup>1</sup>Dr. Öğretim Üyesi, İstanbul Ayyansaray Üniversitesi, e-mail: nesrinduman@ayvansaray.edu.tr, ORCID: 0000-0002-2751-8315

<sup>2</sup>Öğrenci, Bartın Üniversitesi Psikoloji Bölümü, e-mail: cerenkoroglu123@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1824-5271

<sup>3</sup>Öğrenci, Bartın Üniversitesi Psikoloji Bölümü, e-mail: pinargoeksu@gmx.ch, ORCID: 0000-0001-5687-6544

<sup>4</sup>Öğrenci, Bartın Üniversitesi Psikoloji Bölümü, e-mail: aysegultalay3@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4132-678X

**Alıntılama:** Duman, N., Köroğlu, C., Göksu, P., Talay, A. (2020). Üniversite öğrencilerinde mental iyi oluş ile psikolojik dayanıklılık ilişkisi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 9-17.

## Giriş

Geleneksel psikoloji yaklaşımında insanların iyilik halleri yıllar boyunca araştırılmış, incelenmiş ve hiçbir psikopatolojiye sahip olmama durumu insanların iyi olma hali olarak adlandırılmıştır (Sarıcaoğlu ve Baltacı, 2016). Son dönemlerde ise mutluluk; psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş, hayat standartları seviyesi, yaşamdan alınan haz ve olumlu duygulanım gibi bazı tanımlar üzerinden değerlendirilmektedir (Tuzgöl Dost, 2006 & 2007).

Mental iyi oluş, ruhsal açıdan sağlıklı bireyi tarif etmektedir (Tekkurşun Demir vd., 2018). Mental iyi oluş, Dünya Sağlık Örgütü açıklamalarında, yeteneklerin farkına varılması, amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürme ve topluma olumlu katkıda bulunma, diğerleriyle pozitif ilişkiler kurma ve desteklendiğini hissetme, içsel huzur, memnuniyet, mutluluk ve neşe yaşama, yaşamın iniş ve çıkışlarıyla başa çıkma, kendinden emin ve sağlam (yılmaz) olma, kendisi ve diğerleri için uygun biçimde sorumluluk alma kapasitesi olarak kavramsallaştırılmaktadır (Demirtaş ve Baydemir, 2019). Mental iyi oluş, pozitif duygu, memnuniyet ve psikolojik etkinlikten oluşan çok boyutlu bir yapıdır (Vainganker vd., 2012). Mental iyi oluş yalnızca doyurucu ve istikrarlı ilişkilerin tesis edilmesi için gerekli olan kaynakları değil, aynı zamanda sağlıkla ve sosyal konularla ilgili önemli sonuçları da içermektedir (Tennant vd., 2007). Huzur, mutluluk, özgüven ve dünyaya bağlılık duyguları mental iyi oluşun bileşenleridir (Demirtaş ve Baydemir, 2019).

Psikolojik dayanıklılık, bireyin güçlüklerle gösterdiği uyum ve bununla baş etme yeteneğidir (Block ve Kremen, 1996). Psikolojik dayanıklılık (resilience) pozitif psikolojinin üzerinde durulması gereken terimlerinden biridir. "Resilience" teriminin Türkçe karşılığı olarak psikolojik dayanıklılık, kendini toparlama gücü, psikolojik sağlamlılık, dayanıklılık ve yılmazlık gibi kavramların kullanıldığı görülmektedir. Psikolojik sağlamlığın açıklaması ile ilgili farklılıklar ve değişiklikler olmakla birlikte genel olarak; bireyin olumsuz durumlarla, önemli değişikliklerle ve tehdit edici olaylarla karşılaştığında bu durumun ve olayların üstesinde gelebilme yetisi ve kapasitesi olarak tanımlanmaktadır (akt. Altuntaş ve Genç, 2018).

Psikolojik dayanıklılık kavramında iki husus önem kazanmaktadır. Bunlar, önemli olumsuzluk durumuna maruz kalma veya tehdit ve gelişim dönemlerini aksaklığa uğratabilecek büyük olumsuzluklara karşın yine de başarılı bir uyum sürecinin yaşanmasıdır (akt. Karabeyeser, 2013). Yıkıcı bir olay bireyi önceki halinden daha güçlü bir noktaya da getirebilir (Duman, 2019b). Dolayısıyla bireyin hayatındaki problemlerle sağlıklı şekilde baş etmesi hem öznel hem de psikolojik iyi oluşu arttırabilmektedir (Cenkseven ve Akbaş, 2007). Dumont ve Provost (1999) psikolojik açıdan dayanıklı bireylerin benlik saygılarının da yüksek olduğunu saptamışlardır.

İnsanların kendilerini mental olarak iyi hissediyor oluşları, yaşadıkları sorunlarla baş etme becerilerini etkilemektedir. Çalışmalar (Keyes, 2002; Keyes, Dhirgra ve Simoes, 2010) mental iyi oluşu yüksek olan bireylerin, fiziksel ve psikolojik sağlıklarının çok iyi düzeyde olduğuna işaret etmektedir. Araştırma öğrencilerin psikolojik dayanıklılığına etki eden hangi alanların mental iyi oluş ile ilişkide önem arz ettiğinin anlaşılmasını sağlayacaktır. Araştırma sonuçları, mental iyilik haline etki eden faktörlerin ele alındığı gelecek çalışmalar açısından önem taşımaktadır.

## Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin mental iyi oluşları ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin bazı sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Öğrencilerin mental iyi oluş düzeyi nedir?
2. Öğrencilerin mental iyi oluş düzeyi cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
3. Öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyi nedir?
4. Öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyi cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

5.Öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile mental iyi oluşları arasında anlamlı bir korelasyonel ilişki var mıdır?

### Yöntem

Araştırma ilişkisel tarama modelidir.

### Veri Toplama Araçları

*Kişisel Bilgi Formu:* Araştırmacılar tarafından geliştirilmiş olup cinsiyet, yaş gibi bazı demografik değişkenlere dair kapalı uçlu sorular içermektedir.

*Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği:* Friborg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlanması, Basım ve Çetin (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin uygulanabilir yaş skalası geniş olup, üniversite öğrencileri ve yetişkinler üzerinde kullanılabilir. Ölçek 5 boyut içermektedir. Sonradan altı boyuta ulaşılmıştır. Sorularda 5'li Likert tipi bir ölçeklendirme kullanılarak 1-5 arası puanlanmıştır. Ölçekten 33-165 arası puan alınmaktadır. Ölçeğin bütün maddeleri pozitif puanlanır. Ölçekte ters puanlanan madde yoktur. Yüksek puan almak psikolojik dayanıklılık düzeyinin 'iyi' olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.924 olarak belirlenmiştir.

*Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği:* Tennant ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilmiş, Keldal (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, 14 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipinde olup; ölçekten 14-70 arası puan alınabilmektedir. Puanların yükselmesi yüksek psikolojik iyi oluş anlamına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0.89'dur. Bu çalışmada 0.925 olarak belirlenmiştir.

### İşlem

Bu araştırma Bartın Üniversitesi'nde yapılmış olup Bartın Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Etik Kurulu'nun 2018-092 sayılı onay kararı ile araştırmaya başlanmıştır. Katılımcılar bilgilendirilmiş onam formu doldurmuş ve ölçükleri yanıtlamışlardır.

### Verilerin Analizi

Öncelikle verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığına bakılmıştır. Tabachnick ve Fidell (2013) çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 1.50$  arasında olduğu durumlarda dağılımın normal dağılım olarak gerçekleştiğini vurgulamışlardır. Araştırmada Mental İyi Oluş Ölçeği toplam puanlarının çarpıklık ve basıklık değerleri bu aralık içerisinde yer aldığından veri setinin normal dağılım gösterdiği söylenebilir. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve alt ölçeklerinin basıklık çarpıklık değerleri ise  $\pm 1.50$  aralığı içerisinde yer almamaktadır (Tablo 1). Bu nedenle bu veri seti normal dağılım göstermemektedir.

**Tablo 1. Basıklık-çarpıklık değerleri**

	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Toplam	-2.339	4.490
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-yapısal stil	-1.196	1.937
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-gelecek algısı	-1.157	2.295
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-aile uyumu	-1.693	2.238
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-kendilik algısı	-1.401	2.107
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-sosyal yeterlilik	-1.937	3.519
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-sosyal kaynaklar	-1.779	2.576
Mental İyi Oluş Ölçeği Toplam	-0.765	1.173

Ölçeklerin basıklık ve çarpıklık sonuçlarına göre parametrik veya non-parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir. Yapılan analizlerde Mental İyi Oluş Ölçeğine ait veri setinin normal dağılım gösterdiği ancak Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğine ait veri setinin normal dağılım göstermediği anlaşılarak analizler için ayrı ayrı parametrik ve non-parametrik testler kullanılmasına karar verilmiştir. Ancak cinsiyete göre mental iyi oluş düzeyinin karşılaştırması yapıldığında erkek grubunun  $n < 30$  olması nedeniyle parametrik testler yerine non-parametrik testler tercih



edilmiştir. Bu haliyle araştırmada non-parametrik testlerden Mann-Whitney U ve Spearman Korelasyon Analizleri kullanılmıştır. Yorumlamada  $p < 0.05$  ve  $p < 0.001$  anlamlılık düzeyleri tercih edilmiştir.

### Örneklem grubu

Bu araştırma 2018-2019 eğitim öğretim dönemi güz yarıyılında Bartın Üniversitesi'nde yapılmıştır. Basit seçkisiz örnekleme tekniği kullanılmıştır. Araştırmaya toplam 67 üniversite öğrencisi katılmıştır. Toplanan evraklar arasında çalışmayı yarıda bırakan 10 öğrencinin sonuçları değerlendirme dışı bırakılmıştır. Bu haliyle çalışmaya 57 öğrenci dâhil olmuştur. Katılımcıların 46 (%80.7)'si kadın, 11 (%19.3)'i erkektir. Katılımcılar 18 ile 24 yaş arasındadır. Katılımcıların yaş ortalaması 19.42'dir.

### Bulgular

#### Mental iyi oluş düzeyi betimsel analizleri

Öğrencilerin mental iyi oluş ölçeğinden aldıkları puanlar 21-70 puan aralığında dağılım göstermiş olup ortalama puan  $51.85 \pm 9.99$ 'dur (Tablo 2). 14-70 aralığında puan alınabilen ölçekten elde edilen  $51.85 \pm 9.99$  puan ile katılımcı grubun üst sınıra yaklaşan bir puan ortalaması gösterdikleri; bu haliyle öğrencilerin mental iyi oluşlarının "iyi" düzeyde olduğu görülmüştür.

**Tablo 2. Mental iyi oluş düzeyi betimsel analiz sonuçları**

	N	Minimum	Maksimum	$\bar{X}$	Ss
Mental İyi Oluş Ölçeği Toplam	57	21	70	51.85	9.99

#### Cinsiyete göre mental iyi oluş düzeyi ilişkisel analizler

Öğrencilerin mental iyi oluş düzeyinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti için non-parametrik testlerden Mann Whitney U analizi yapılmış, sonuçlar Tablo 3'te gösterilmiştir.

**Tablo 3. Cinsiyete göre mental iyi oluş düzeyi Mann Whitney U analiz sonuçları**

	Kadın		Erkek		U	p
	n	Mdn	n	Mdn		
Mental İyi Oluş Ölçeği Toplam	46	53.5	11	49	182	0.150

$p = 0.150$ ;  $p > 0.05$  anlamlı farklılaşma yoktur.

Mann Whitney U analiz sonuçlarına göre cinsiyete göre toplam mental iyi oluş puanları arasında anlamlı farklılaşma bulunmamıştır,  $U = 182$ ,  $p = 0.150 > 0.05$

#### Psikolojik dayanıklılık düzeyi betimsel analizler

Öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ölçeğinden aldıkları puanlar toplam ve altı alt ölçekte olmak üzere 7 başlıkta incelenmiştir. Öğrenciler psikolojik dayanıklılık ölçeğinden  $90.19 \pm 28.46$  puan almıştır. Alt ölçekler incelendiğinde de katılımcı grubun üst puan sınırına yaklaşan bir puan ortalamasının olduğu görülmüştür. Bu haliyle öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının "iyi" düzeyde olduğu anlaşılmıştır (Tablo 4).

**Tablo 4. Psikolojik dayanıklılık betimsel analiz sonuçları**

	N	Min	Maks	$\bar{X}$	Ss
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Toplam	57	0	117	90.19	28.46
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-yapısal stil	57	0	20	11.28	4.06
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-gelecek algısı	57	0	20	10.87	3.88
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-aile uyumu	57	0	22	16.50	5.78
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-kendilik algısı	57	0	27	16.96	5.96
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-sosyal yeterlilik	57	0	26	17.33	5.72
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-sosyal kaynaklar	57	0	26	17.22	6.18

### Cinsiyete göre psikolojik dayanıklılık ilişkisel analizler

Psikolojik dayanıklılığın cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla non-parametrik testlerden Mann-Whitney U testi yapılmıştır. Cinsiyete göre psikolojik dayanıklılık düzeyinde anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir,  $U=158.5$ ,  $p=0.056$ . Psikolojik dayanıklılık toplam ve alt ölçeklere dair analiz sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur.

**Tablo 5. Cinsiyete göre psikolojik dayanıklılık düzeyi Mann Whitney U analiz sonuçları**

	PDÖ Toplam	PDÖ Alt Ölçekler					
		Yapısal stil	Gelecek algısı	Aile uyumu	Kendilik algısı	Sosyal yeterlilik	Sosyal kaynaklar
Mann-Whitney U	158.5	173	231	223	177.50	189	178.50
p	0.056	0.101	0.649	0.541	0.124	0.189	0.125

PDÖ: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

### Mental iyi oluş düzeyi ile psikolojik dayanıklılık korelasyonel analizler

Öğrencilerin mental iyi oluşları ile psikolojik dayanıklılıkları arasında bir ilişkinin var olup olmadığını incelemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Grupların normal dağılım göstermemesi nedeniyle Spearman Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 6'da sunulmuştur.

**Tablo 6. Mental iyi oluş ile psikolojik dayanıklılık düzeyi Spearman Korelasyon Analiz sonuçları**

	1	2	3	4	5	6	7	8
<sup>1</sup> Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Toplam <sup>a</sup>	-							
<sup>2</sup> Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-yapısal stil	0.500**	-						
<sup>3</sup> Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-gelecek algısı	0.575**	0.375**	-					
<sup>4</sup> Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-aile uyumu	0.667**	0.296*	0.353**	-				
<sup>5</sup> Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-kendilik algısı	0.710**	0.237	0.372**	0.463**	-			
<sup>6</sup> Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-sosyal yeterlilik	0.535**	0.290*	0.396**	0.377**	0.328*	-		
<sup>7</sup> Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-sosyal kaynaklar	0.605**	0.394**	0.299*	0.311*	0.376**	0.282*	-	
<sup>8</sup> Mental İyi Oluş Ölçeği Toplam <sup>b</sup>	-0.130	0.035	-0.185	0.237	0.001	0.050	-0.292*	-

\*\* $p<0.001$  \* $p<0.05$  <sup>a</sup>N=57, <sup>b</sup>N=57

Buna göre psikolojik dayanıklılığın "sosyal kaynaklar" alt başlığı ile mental iyi oluş arasında anlamlı düzeyde, negatif yönlü ve düşük şiddette korelasyonel ilişki tespit edilmiştir,  $r(55)=-0.292$ ,  $p<0.05$ . Psikolojik dayanıklılığın diğer alt başlıkları ile mental iyi oluş düzeyi arasında anlamlı düzeyde korelasyonel ilişki bulunmamıştır.

### Tartışma ve Sonuç

Araştırma sonuçlarında öğrencilerin mental iyi oluşlarının ( $51.85\pm 9.99$ ) "iyi" düzeyde olduğu görülmüştür. Gönener, Öztürk ve Yılmaz (2017)'in araştırmasında öğrencilerin mental iyi oluş düzeylerinin ortalama  $55.31\pm 9.79$  puan ile "iyi" olduğu bulunmuştur. Literatür incelendiğinde araştırma sonuçlarının literatürü destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerinin mental iyi olma puan ortalamaları cinsiyet değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma göstermemiştir. Gönener, Öztürk ve Yılmaz (2017)'in araştırmasında mental iyi oluşun cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma göstermediği görülmektedir. Aynı şekilde Diener ve Diener (1995)'in yaptığı araştırmada da mental iyi oluşun cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmektedir. Haring ve arkadaşları (1984) araştırmasında erkeklerin kadınlara göre daha yüksek psikolojik iyi olma düzeyinde olduğunu belirtmiştir. Tekkurşun ve arkadaşları (2018) sporcu erkeklerin kadınlara göre daha yüksek mental iyi oluş düzeyine sahip olduklarını bulmuşlardır. Wood ve arkadaşları (1989) yaptığı incelemeler sonucunda kadınların psikolojik iyi olma düzeylerinin erkeklere göre

daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Gürkan ve Gür (2019) erkeklerin kadınlardan daha yüksek mental iyi oluş düzeyine sahip oldukları sonucuna varmıştır. Çalışma Gönener, Öztürk ve Yılmaz (2017) ile Diener ve Diener (1995)'in çalışmalarını destekler niteliktedir. Bu noktada örneklem grubundaki erkek katılımcı sayısının azlığı, araştırmada bir sınırlılık olarak durmaktadır.

Araştırmada öğrencilerin psikolojik dayanıklılıkları altı alt başlık altında incelenmiştir. Öğrencilerin bu alt başlıkların her birinden üst sınıra yaklaşan bir puan ortalaması gösterdikleri ve bu bağlamda öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının "iyi" düzeyde olduğu saptanmıştır. Araştırmada öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının cinsiyete göre anlamlı farklılaşma göstermediği tespit edilmiştir. Aydın ve Egemberdiyeva (2018) tarafından yapılan araştırmada psikolojik dayanıklılık düzeyi cinsiyet değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Benzer şekilde Özer (2013) araştırmasında, cinsiyete göre psikolojik dayanıklılık düzeyi anlamlı düzeyde farklılaşma göstermediği tespit edilmiştir. Bektaş ve Özben (2016) evli bireylerin psikolojik dayanıklılıklarında cinsiyete göre anlamlı fark görmemiştir. Çalışma sonuçları literatür bilgisini destekler niteliktedir. Araştırma kapsamında öğrencilerin psikolojik dayanıklılıkları ile mental iyi oluş düzeyleri arasında ilişki incelenmiş olup, psikolojik dayanıklılığın "sosyal kaynaklar" alt başlığı ile mental iyi oluş düzeyi arasında negatif yönlü, düşük şiddette anlamlı bir korelasyonel ilişki tespit edilmiştir. Araştırmanın en çarpıcı bulgusu sosyal kaynaklar ile mental iyi oluş arasında negatif yönlü bir ilişkinin çıkmış olmasıdır. Sosyal kaynakların varlığı bireyin sosyal ilişkilerinin gücünü ortaya koymaktadır (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015). Bireyin çevresiyle olumlu yönde ilişkiler kurduğunda yani sosyal ilişkilerini güçlü kıldığında mental iyi oluş düzeyinde bir artış meydana gelmesi beklenirken, sonuçlar farklı bulgulara işaret etmiştir. Psikolojik dayanıklılığın diğer alt başlıkları ile mental iyi oluş düzeyi arasında anlamlı bir korelasyonel ilişkiye rastlanmamıştır. Frisch (2000) araştırmasında yüksek öznel iyi oluşa sahip olan kişilerin etkin problem sorun çözme becerilerine sahip olduğunu saptamıştır. İnsanların kendilerini mental olarak iyi hissedişlerinin, yaşadıkları sorunları ve bu sorunlarla baş etme becerilerini etkileyeceği tahmin edilebilir. Çalışmalar (Keyes, 2002; Keyes, Dhingra ve Simoes, 2010) mental iyi oluşu yüksek olan bireylerin, fiziksel ve psikolojik sağlıklarının çok iyi düzeyde ve yaşam niteliklerinin güçlü olduğunu ortaya koymuştur. Bu perspektiften bakıldığında mental iyilik halinin psikolojik dayanıklılıkla yakın ilişkide olduğu görülmektedir. Araştırma sonuçları öğrencilerin mental iyi oluşları ile psikolojik dayanıklılık düzeyi arasında anlamlı bir korelasyonel ilişkiye işaret edememiştir. Ancak örneklem grubunun küçüklüğü bu duruma bir sebep olarak gösterilebilir. Çalışmanın ilginç bulgusu ise psikolojik dayanıklılığın sosyal kaynaklar alt boyutu ile mental iyi oluş arasında anlamlı korelasyonel ilişki olmasıdır. Sosyal kaynaklar, kişinin sahip olduğu/erişebileceği sosyal ağları, ailesini ve arkadaş çevresini ifade etmektedir. Araştırma sonuçları sosyal kaynakların kısıtlı oluşunu daha iyi bir mental iyilik hali ile ilişki içerisinde bulmuştur. Çalışma, öğrencilerin sorunlar karşısında daha yalnız olma eğiliminde olduklarını, zor durumlarla kendi kendilerine baş etmeyi tercih ettiklerini, sıkıntılarını arkadaş çevresinden ziyade yakın bir aile üyesi ile paylaşmaya meyil ettiklerini göstermiştir. Bu eğilim onların mental iyi oluşlarını arttırmaktadır. Bu noktada yeni jenerasyon yalnızlaştı mı yoksa başka değişkenlerin mi incelenmesi gerekiyor soruları akıllara gelmektedir. Zira insanların aile ilişkileri, arkadaş ilişkileri, gönül ilişkileri, işbirliği, oyun ve sosyal ilişkiler gibi aktivitelerde yer alabilmesi mentalizasyon kapasitesi ile ilişkilendirilmektedir. Bu aktivitelerde yer alabilmek de psikolojik sağlığın belirleyicisi olarak önemlidir (Duman, 2019a).

Son söz olarak üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve mental iyi oluşları üzerine daha çok araştırmaya ihtiyaç olduğu görülmektedir. Yapılabilecek yeni araştırmalarla bireylerin mental iyi oluşlarını ve psikolojik dayanıklılıklarını artırmanın yollarını saptamanın, mental iyi oluşa etki eden faktörlerin incelenmesinin gençlerin yaşam kalitelerinin artırılmasında faydalı olabileceği düşünülebilir.

## Öneriler

1. Aynı ölçeklerin uygulandığı daha geniş örneklem gruplu araştırmaların yapılması,

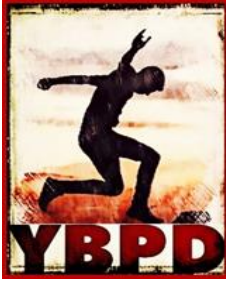
2. Üniversite öğrencileri ile aynı yaş grubunda üniversite eğitimi almayan gençlerin karşılaştırıldığı araştırmaların yapılması,
3. Mental iyi oluş ve psikolojik dayanıklılığın insan yaşamındaki önemini anlamasıyla, üniversite öğrencilerine sosyal, duygusal ve zihinsel destek sağlanması,
4. Öğrencilerin bu ölçeklerin yanı sıra sosyal ilişkilerinin özelliklerinin ve kalitesinin incelendiği yeni araştırmaların yapılması,
5. Mental iyi oluşa etki eden faktörlerin incelendiği yeni çalışmalar yapılması.

**Kaynakça**

- Altuntaş, S. ve Genç, H. (2018). Mutluluğun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık: öğretmen örnekleminin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. Advance online publication.
- Aydın, E. ve Egemberdiyeva, A (2018). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Basım, N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Bektaş, M. ve Özben, Ş. (2016). Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 215-240.
- Block, J., & Kremen, A.M. (1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361.
- Cenkseven, F. ve Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43-65.
- Çetin, F., Yeloğlu, H.O. ve Basım, H.N. (2015). Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında beş faktör kişilik özelliklerinin rolü: Bir kanonik ilişki analizi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 81-92.
- Demirtaş, A. S. ve Baydemir, K. (2019). Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği kısa formu'nun Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(70), 654-666.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. ve Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life-satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663.
- Douce, L. A., ve Keeling, R. P. (2014). *A strategic primer on college student mental health*. A report by NASPA: Student Affairs Administrators in Higher Education, the American Council on Education, and the American Psychological Association. Erişim adresi: [nacua.org/documents/CollegeStudentMentalHealth\\_October2014.pdf](http://nacua.org/documents/CollegeStudentMentalHealth_October2014.pdf).
- Duman, N. (2019a). Mentalizasyon ve mentalizasyonun psikopatoloji, duygudurum düzenleme, saldırganlık ve şiddet ilişkisi üzerine bir derleme. *Pesa International Journal of Social Studies*, 5(2), 200-208.
- Duman, N. (2019b). Travma sonrası büyüme ve gelişim. *Uluslararası Afro-Avrasya Araştırmaları Dergisi*, 4(7), 178-184.
- Dumont, M. ve Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(3), 343-363.
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H. ve Hjemdal, O. (2005) Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14(1), 29-42.
- Friborg O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J.H. ve Martinussen, M. (2003). A New Rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research* 12(2), 65-76.
- Frisch, M. B. (2000). *Improving mental and physical health care through quality of life therapy and assessment*. In E. Diener, and D.R. Rahtz, (Eds.), *Advances in quality of life. Theory and research*, (pp. 207-241). Dordrecht: Kluwer Academic Press.
- Gönener, A., Öztürk, A. ve Yılmaz, O. (2017). Kocaeli üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin mental (psikolojik) iyi olma düzeylerinin mutluluk düzeylerine etkisi. *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1, 44-45.

- Gürkan, U. ve Gür, S. (2019). Genç yetişkinlerde mental iyi oluş düzeyinin depresyonla ilişkisinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(6), 516-536.
- Haring, M.J., Stock, W.A. ve Okun, M.A. (1984). A research synthesis of gender and social class as correlates of subjective well-being. *Human Relations*, 37(8), 645-657.
- Karabeyeser, M. (2013). *Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumları ve stresli yaşam olaylarına göre psikolojik iyi oluşu*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Keldal, G. (2015). Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 103-115.
- Keyes, C.L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222.
- Keyes, C.L., Dhingra, S.S., Simoes, E.J. (2010). Change in level of positive mental health as a predictor of future risk of mental illness. *American Journal of Public Health*, 100(12), 2366-2371.
- Özer, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zekâ ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. Doktora Tezi, Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Sarı, T. ve Yıldırım, M. (2017). Pozitif bir karakter gücü olarak şükür: mental iyi oluş ve bazı demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 62, 13-32.
- Sarıcaoğlu, H., Baltacı, Ö. (2016). Mental iyi oluş ve öz-anlayış arasındaki ilişkinin incelenmesi. 1763-4. III<sup>rd</sup> International Eurasian Educational Research Congress. *Muğla - Sıtkı Koçman Üniversitesi*.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics (Sixth edition)*. United States: Pearson Education.
- Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., Cicioğlu, İ. (2018). Bireysel ve takım sporcularının karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 176-191.
- Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J. ve Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1), 50-63.
- Tuzgöl Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(22), 132-143.
- Tuzgöl Dost, M. (2006). Subjective well-being among university students. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(31), 188-197.
- Vaingankar, J.A., Subramaniam, M., Chong, S.A., Abdin, E., Edelen, M.O., Picco, L., .....Sherbourne, C. (2011). The positive mental health instrument: Development and validation of a Culturally Relevant Scale in a multi-ethnic Asian population. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9(92), 1-18.
- Wood, W., Rhodes, N., Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*, 106(2), 249-264.





## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE İŞLEVSEL OLMAYAN TUTUMLAR, ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI VE SOSYAL KARŞILAŞTIRMA YÖNELİMLERİNİN BEDEN İMGESİNİ YORDAYICILIĞI<sup>\*,\*\*</sup>

Saniyebengisu BÜYÜKMUMCU<sup>1</sup>, A. Aykut CEYHAN<sup>2</sup>

### ÖZ

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinde beden imgesini; işlevsel olmayan tutumlar, algılanan ebeveyn tutumları, sosyal karşılaştırma yönelimi ve cinsiyetin nasıl yordadığını ortaya koymayı amaçlayan ilişkisel tarama türünde nicel bir araştırmadır. Araştırmanın çalışma grubu, bir devlet üniversitesinde 2018-2019 güz döneminde örgün öğrenim gören 442 (%63.3) kadın ve 256 (36.7) erkek olmak üzere toplam 698 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Çalışmada veri toplama araçları olarak Çok Yönlü Beden-Self İlişkileri Ölçeği, Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği, Kısıtlanmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği, Iowa-Netherlands Sosyal Karşılaştırma Yönelimi Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, Pearson Korelasyon Analizi ve Aşamalı (Adımsal) Regresyon Analizi kullanılmış ve önem düzeyi  $p<0.05$  olarak kabul edilmiştir. Ayrıca çalışmada, cinsiyet değişkeni dummy değişken (kadın=1) olarak kodlanmış ve bağımsız değişken olarak analizlere dahil edilmiştir. Araştırmada, anne duygusal sıcaklık tutumu, sosyal karşılaştırma yönelimi, cinsiyet (kadın) ve işlevsel olmayan tutum değişkenlerinin, üniversite öğrencilerinde beden imgesinin anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Bu çerçevede, bireylerin anne duygusal sıcaklık tutumu ve sosyal karşılaştırma yönelimlerinin artması, işlevsel olmayan tutumlarının ise azalması durumunda, beden imgelerinin daha olumlu bir hale geldiği ortaya çıkmıştır. Cinsiyet değişkeni ele alındığında ise kadın öğrencilerin beden imgelerinin, erkek öğrencilere göre anlamlı biçimde daha olumsuz olduğu belirlenmiştir. Bu doğrultuda anne tutumları, işlevsel olmayan tutum, sosyal karşılaştırma ve cinsiyet değişkenlerinin, üniversite öğrencilerinin beden imgesi üzerinde önemli bir rolü olduğu belirtilebilir.

### Anahtar Kelimeler

*Beden İmgesi, İşlevsel Olmayan Tutum, Ebeveyn Tutumları, Sosyal Karşılaştırma*

## PREDICTIVENESS OF DYSFUNCTIONAL ATTITUDES, PERCEIVED PARENTAL ATTITUDES AND SOCIAL COMPARISON ORIENTATION ON UNIVERSITY STUDENTS' BODY IMAGE

### ABSTRACT

This research is a quantitative and relational screening study aimed at revealing body image, dysfunctional attitudes, perceived parental attitudes, social comparison orientation and gender in university students. The group of study consisted of a total of 698 university students, 442 (%63.3) females and 256 (%36.7) males, who attended formal education in a state university in the fall term of 2018-2019. In order to collect the data of research, Multidimensional Body-Self Relationship Scale, Non-Functional Attitudes Scale, Abbreviated Perceived Parental Attitudes Scale, Iowa-Netherlands Social Comparison Orientation Scale and Personal Information Form were used. Descriptive statistics, Pearson correlation analysis and stepwise regression analysis were used in the analysis of the data and the significance level was accepted as  $p<0.05$ . In addition, gender variable was coded as dummy variable (female=1) and included as independent variable. In the study, it was found that maternal emotional warmth attitude, social comparison orientation, gender (female) and dysfunctional attitude variables were significant predictors of body image in university students, respectively. In this context, it is revealed that body images become more positive if individuals' emotional warmth and social orientation tendencies increase and dysfunctional attitudes decrease. When the gender variable is taken into consideration, it is determined that body images of female students are significantly more negative than male students. In this respect, it can be stated that maternal attitudes, dysfunctional attitudes, social comparison and gender variables have an important role on the body image of university students.

### Key Words

*Body Image, Dysfunctional Attitude, Parental Attitudes, Social Comparison*

<sup>\*</sup>Bu makale, Saniyebengisu BÜYÜKMUMCU'nun Anadolu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda A.Aykut CEYHAN danışmanlığında 2019 yılında tamamladığı yüksek lisans tezinden oluşturulmuştur.

<sup>\*\*</sup>Destekleyen Kurum: Anadolu Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri (BAP). Proje Numarası:1807E264

<sup>1</sup>Arş. Gör., Konya Gıda ve Tarım Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi, e-mail: bengisuyesilyurt@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4253-7159

<sup>2</sup>Prof. Dr., Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi, e-mail: aceyhan@anadolu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-0174-3642

**Alıntılama:** Büyükmumcu, S., Ceyhan, A.A. (2020). Üniversite öğrencilerinde işlevsel olmayan tutumlar, algılanan ebeveyn tutumları ve sosyal karşılaştırma yönelimlerinin beden imgesini yordayıcılığı. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 19-35.



## Giriş

Günümüzde fiziksel görünüme yönelik bazı ideal standartların varlığından sıklıkla söz edilmektedir. Bu ideal standartların, kadınlar için zayıf bir beden; erkekler için kaslı bir yapı olmak üzere toplum tarafından örtük bir şekilde belirlendiği görülmektedir. Özellikle medya yoluyla ön plana çıkarılan bu mükemmel kadın ve mükemmel erkek standartları, sosyal bir içerik oluşturarak bireylerde beden şekli, kilosu ile ilgili sabit fikirler ortaya çıkarmaktadır (Slaughter ve Sun, 1999). Çocukluk çağında bile çizgi filmler, hikâye kitapları ve masallar yoluyla, arzu edilen karakterlerin ideal bedenlere sahip olmasının vurgulandığı görülmektedir (Herbozo, Tanfleck-Dunn, Gokee-Larose ve Thompson, 2004). Toplumda hâkim olan “güzel olan iyidir” anlayışı ile birlikte (Dion, Berscheid ve Walster, 1972), bu ideal standartları taşımak genellikle mutluluk, başarı gibi olumlu özelliklerle ilişkili olarak algılanmakta, bu da özellikle toplumun odak noktasında olan genç bireyleri fiziksel görünüşü konusunda kaygılandırmaktadır. Özellikle Batı toplumları gibi dış görünüme değer veren kültürlerde, kusursuz görünmeye yönelik baskıların bir sonucu olan görünüş kaygıları, gençlerde normal kabul edilebilecek kadar yaygındır (Parent, 2013). Zira idealleştirilmiş bu ölçütler genellikle gençlere yöneliktir ve toplumlarda güzellik ile gençliği eş anlamlı görme eğilimi bulunmaktadır (Cepanec ve Payne, 2000).

Üniversite çağındaki gençlerde fiziksel görünüş, bireyin “kim” olduğunun en temel parçalarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Alanyazında beliren yetişkinlik olarak ifade edilen ve bir geçiş aşaması olarak görülen (Arnett, 2006) bu üniversite yıllarında bireyler, hem ergenlik döneminde bedeninde gerçekleşen değişimlere adapte olmaya çalışmakta hem de yetişkinliğin belirtisi olan artan özerklik ile birlikte pek çok sosyal etkileşime doğrudan bedensel özellikleriyle katılmaktadır. Dolayısıyla gencin bedeni fiziksel, psikolojik ve sosyal açıdan önem kazanmakta ve bu dönemde bedenini aktif bir şekilde kullanmaktadır. Ayrıca bu dönemde bireyler, kimlik gelişiminin bir parçası olarak (Arnett, 2006; Atak ve Çok, 2010) arzu edilen görünüme ulaşma motivasyonuna da sahiptirler (Furia, Lee, Strother ve Huang, 2009). Dolayısıyla tüm bunlar, bu dönemde bedene yönelik ilgiyi artırmakta, bu da gençlerin beden imgesini ön plana çıkarmaktadır. Nitekim bir araştırmada, 11-24 yaş arası gençlerin bedene yönelik kaygıları; aile çatışması, stresle başa çıkma, alkol kullanımı gibi konulardaki kaygıların önüne geçerek bir numaralı endişe kaynağı olarak değerlendirilmiştir (Tiggemann, 2002).

Beden imgesi, bireyin bedeninin zihinsel temsiline atıfta bulunan çok ince ve karmaşık bir olgudur (Hutchinson, 1982). Bu olgu, Schilder (1950) tarafından “*bedenimizin kendimize görüldüğü şekliyle, kendi zihnimizde oluşturduğumuz resim*” olarak tanımlanmıştır. Bu tanım bağlamında, beden imgesinin öznel bir yapı olduğu ve nesnel gerçekliği yansıtmadığı belirtilebilir (White, 2000). Buradan hareketle, bir bireyin yakışıklı veya güzel olmasının olumlu bir beden imgesine sahip olduğu anlamına gelmediği de söylenebilir (Wilhelm, 2006). Bu durum, beden imgesinde belirleyici olanın bireyin fiziksel görünümünden ziyade, bedenini algılayış biçimi olduğuna işaret etmektedir. Bu çerçevede beden imgesinin bireylerin belirli durumlardaki bilişlerinden etkilenmesi olası görülmektedir. Nitekim, felaketleştirme, hayal kırıklığına düşük tolerans, olumsuz kendini değerlendirme gibi bilişsel hataları (Möller ve Bothma, 2001) ve ruminatif düşünceleri (Abak, 2019) yüksek olan bireylerin, beden imgelerinin olumsuz olduğu bilinmektedir. Dahası, beden imgesi ile ilgili sorun yaşayan bireylere, işlevsel olmayan düşünce ve tutumlara müdahale amacıyla geliştirilen bilişsel davranışçı yaklaşım temelli beden imgesi müdahale programının uygulanması sonrasında, bu bireylerin bedenlerine ilişkin daha olumlu bir tutum sergiledikleri ifade edilmektedir (Tunç, 2007; Vocks, Wächter, Wucherer ve Kosfelder, 2008). Dolayısıyla, bireylerin beden imgesini daha doğru anlayabilmek için düşünsel süreçler üzerine odaklanmak gerekmektedir. Bu düşünsel süreç, bireyin kendisine, çevresine ve dünyaya ilişkin mantıken bir dayanağı bulunmamasına ve bireyin kendisini zorlamasına rağmen gerçek olarak kabul ettiği düşüncelere işaret etmektedir (Beck, 1995). Bilişsel yaklaşımın bir parçası olan bu düşünceler, işlevsel olmayan tutumlar olarak kavramsallaştırılmıştır. İşlevsel olmayan tutumlar, çocukluk çağından başlayarak hem bireyin kendi yaşantıları hem de çevresi yoluyla şekillenmeyi sürdüren, yaşam boyu değişime açık ve bireyin kendisine, çevresine ve

dünyaya ilişkin nispeten kalıcılaşmış tutum ve beklentiler olarak ifade edilmektedir (Beck, 1995; 2015). Bireyin bu işlevsel olmayan tutumlarının, onların duygu ve davranışlarını etkileyeceği öne sürülmektedir (Beck, 2015). Dolayısıyla işlevsel olmayan tutumların, bireylerin beden imgeleri için de önemli bir risk faktörü olması muhtemeldir.

Beden imgesi, fiziksel görünüme dair duygu, düşünce ve davranışların birleşimi dışında ayrıca sosyal bir deneyim olarak sonuçlanmaktadır. Dolayısıyla bu deneyimde etkili olan ilk ve en önemli faktörlerden birinin de aile olduğu düşünülebilir. Çocuklarla yapılan çalışmalarda, çocukların olumlu bir beden imgesi geliştirmek için en büyük rolün ailede olduğunu ve ailelerin hem kalıtım yoluyla hem de sonradan yetiştirme tarzları ve sunduğu ortamlarla bedenlerine yön verdiklerini düşündükleri ortaya koyulmuştur (Dinç, 2010; Garbett ve Diedrichs, 2016). Ailelerin de çocuklarının beden imgesi gelişiminde temel ve önemli bir faktör oldukları belirtilmektedir (Liechty, Clarke, Birky, Harrison ve Team, 2016). Yapılan çalışmalarda ebeveynlerin çocuklarının görünümüne yönelik eleştiriler yaparak (Schaefer ve Salafia, 2014; Webb vd., 2017; Wilhelm, 2006), çocuklarının nasıl görünmeleri gerektiği konusunda taleplerde bulunarak (Helfert ve Warschburger, 2011) ya da çocuğu kilo ya da beden şeklini kontrol etmeye teşvik ederek (Kluck, 2010) beden imgesi üzerinde doğrudan önemli etkiler bırakabildikleri görülmektedir.

Ebeveynler beden imgesi gelişimi sürecine doğrudan dâhil olmanın yanı sıra, çoğunlukla farkında olmadan da bireyin beden imgesi üzerinde etkili olabilmektedir. Erken yaşam dönemlerinde kurulan çocuk-ebeveyn ilişkilerinin etkileri, bireye her zaman varlığını hissettirmekte ve sosyal yaşamda bireyin başkaları ile olan ilişkilerini temsil edebilecek güce sahip temel yapıtaşlarından birini oluşturmaktadır (Kulaksızoğlu, 2011). Dolayısıyla bireylerin ebeveynleri ile olan ilişkilerini algılama biçimi, onların beden imgeleri üzerinde önemli bir rol oynayabilir. Yapılan çalışmalarda ebeveynlerin, çocukları tarafından daha az ilgili, ihtiyaçlara daha az duyarlı (Kutlu, 2009), daha az şefkatli, daha az yardımsever ve daha çok korumacı, daha çok cezalandırıcı (Horesh, Sommerfeld, Wolf, Zubery ve Zalsman, 2015), eleştirel (Ferris, 2017), yetersiz sosyal destek sağlayan (Bearman, Presnell, Martinez ve Stice, 2006) kişiler olarak algılanmasının, bedene ilişkin olumsuz tutumlarla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bunların tersine ebeveynlerini, duygusal olarak sıcak (Barash, 2016; Ferris, 2017; Hedgpeeth, 2008), hoşgörülü (Coccia, Darling, Rehm, Cui ve Sathe, 2012) ve demokratik (Enten ve Golan, 2009) olarak algılayan bireylerin, bedenlerine ilişkin bakış açıları daha olumlu olmaktadır.

Beden imgesi ile ilişkili olabilecek bir diğer değişken ise sosyal karşılaştırmadır. Sosyal karşılaştırma, evrensel insani bir durum olup, zihinsel ve motivasyonel temellere dayanmaktadır (Bilgin, 1995). Kendisi hakkında bilgi sahibi olma ihtiyacını karşılamak için kendini diğerleriyle karşılaştıran insan, görüşleri, yetenekleri, inançları gibi birçok konuda kendisini değerlendirmek istemektedir (Festinger, 1954). Ayrıca, sosyal karşılaştırma süreçlerinin kimlik gelişimi için temel oluşturduğu belirtilmektedir. Bu doğrultuda aslında tüm bireyler sosyal karşılaştırmalara girerek kendini tanımlamak ve bir kimlik geliştirerek benliğini ortaya koymak durumundadır. Beden imgesi de bu benliğin temsilinde önemli bir noktaya işaret etmektedir (Kramer, Ingledew ve Iphofen, 2008). Özellikle son yıllarda medyanın dayattığı ideal görünüm mesajları ile birlikte bireyler, kendilerini diğer bireylerle karşılaştırmaya daha eğilimli hale gelmekte, bu da bedene yönelik bakış açısını olumsuz etkileyebilmektedir (Betz, Sabik ve Ramsey, 2019; Kleemans, Daalmans, Carbaat ve Anschutz, 2018).

Sosyal karşılaştırma eğilimi ile beden imgesi arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalar, farklı sonuçlar ortaya koymaktadır. Yapılan çalışmalar, bireylerin sosyal karşılaştırma eğiliminin yüksek olmasının, kızlarda bedene ilişkin kaygı ve kilo konuşmaları (Corning ve Gondoli, 2012); erkeklerde ise daha zayıf olma isteği ve çekiciliğe ilişkin toplumsal mesajları daha çok içselleştirme (Blizzard ve King, 2003) gibi olumsuz beden imgesine işaret eden faktörler ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Diğer taraftan bu sonuçların tersine, bireylerin sosyal karşılaştırma düzeyleri yükseldikçe daha olumlu bir beden imgesi sergilediklerini ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır (Çetinkaya, 2004; Erkol, 2018; Yumurtacı, 2012). Birbirinden farklı bu

araştırma sonuçları, sosyal karşılaştırma ile beden imgesi ilişkisini açıklayabilecek bazı değişkenlere işaret etmektedir. Cinsiyet de bu değişkenlerden biri olup, medya figürleriyle yapılan görünüm karşılaştırmalarının kızlarda üzüntü, kıskançlık, beden memnuniyetsizliği, görünümü değiştirme isteği gibi eğilimlere sebep olurken erkeklerde ilham verici olarak algılandığı ifade edilmektedir (Tatangelo ve Ricciardelli, 2017). Dolayısıyla sosyal karşılaştırma ve beden imgesi ilişkisini daha net açıklayabilmek için bu konuda çalışmaların yapılmasına ihtiyaç duyulduğu belirtilebilir.

Tıpkı beden gibi yaşam boyu değişmeye ve gelişmeye devam eden bir yapı olan beden imgesi (Cash, 2002), bebeklikten yaşlılık dönemine kadar her dönemde fiziksel, psikolojik ve bilişsel gelişimin önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Ancak, üniversite öğrencilerini içerisine alan beliren yetişkinlik döneminde, beden ayrı bir öneme sahip olması sebebiyle araştırmacılar bu grup üzerine yoğunlaşmışlardır. Zira bu dönemde bedene ilişkin olumsuz bakış açısının, yeme bozukluğu (Fitzsimmons-Craft ve diğerleri, 2014), düşük benlik saygısı (ALAhmari vd., 2017; Wang vd., 2018), depresyon (Güzel, 2016; Yanarca-Uras, 2004) gibi olumsuz durumlarla ilişkili olduğu bilinmektedir. Özellikle bu dönemde kız üniversite öğrencileri erkeklere göre daha sıklıkla olumsuz beden imgesi geliştirebilmektedirler (Gillen ve Lefkowitz, 2006; Grossbard, Lee, Neighbors ve Larimer, 2009; Lowery vd., 2005). Bunun bir sebebi ise toplumda kadınların ideal güzelliğe ilişkin baskı ve damgalanmalara daha yoğun maruz kalması olabilir. Geçmişten bu yana özellikle kitle iletişim araçları, kadınlar için artan bir şekilde ideal güzellik mesajları ile donanmıştır. Bu mesajlar çoğu kadının sağlıklı yollarla elde edemeyeceği bir seviyede zayıflığı vurgulamaktadır. Dolayısıyla toplumun kadınlara belirli bir güzellik anlayışını dayatması, onlarda beden imgesi, kilo kaygısı, yeme tutumları ve duygudurumu üzerinde olumsuz birtakım neticeler doğurmaktadır (Jackson, 2002; Tiggemann, 2002). Hatta bu dönemlerde, bedeninden memnun olmayan kadınlar, gençlik ve kadınlığın kültürel gereksinimlerini karşılamak için, estetik müdahalelere sıklıkla başvurabilmektedirler (Cepanec ve Payne, 2000). Ayrıca Uluslararası Estetik Plastik Cerrahi Derneği'nin (ISAPS) 2016 yılında açıkladığı verilere göre dünyada estetik operasyonların %86.2'si kadınlar tarafından yapılmaktadır. Aynı zamanda verilere genel bağlamda bakıldığında dünya genelinde estetik operasyonların en yoğun 19-34 yaş aralığında gerçekleştirildiği ve Türkiye'nin, yapılan estetik operasyon işlem sayısı ile dünya genelinde sekizinci sırada yer aldığı görülmektedir. Diğer bir yandan, medyada son zamanlarda sıklıkla vurgulanan zayıflatma ve kas yapma ilaçları da bedeni değiştirmeye yönelik çabaya işaret etmektedir. Dolayısıyla tüm bu işlemler, araştırmacıları olumsuz beden imgesinin gerisindeki süreçleri anlamaya yöneltmektedir.

Alanyazında beden imgesi üzerinde olumlu ya da olumsuz rolü olduğu düşünülen birçok değişkenden söz edilmektedir. Bu sebeple beden imgesini yordayan etmenlerin özellikle üniversite öğrencilerinde saptanması, önemli bir gelişim aşaması olan beliren yetişkinlik döneminde beden imgesinin olumlu gelişmesine yönelik çabaları daha etkili bir hale getirebilir. Çünkü olumlu beden imgesi, gençlerin yaşam kalitesi, zihinsel ve fiziksel sağlığı, sosyal ilişkilerinin geliştirilmesi açısından önem taşımakta (Grogan, 2008; Holsen, Jones ve Birkeland, 2012) ve benlik saygısı, yaşam doyumu, özşefkat gibi özelliklerine de katkıda bulunmaktadır (Coccia ve Darling, 2017; Kelly ve Stephen, 2016; Yanarca-Uras, 2004). Bu çerçevede bu araştırma, üniversite öğrencilerinde beden imgesini; işlevsel olmayan tutumlar, algılanan ebeveyn tutumları, sosyal karşılaştırma eğilimi ve cinsiyet değişkenlerinin nasıl yordadığını ortaya koymayı amaçlamaktadır.

## Yöntem

Bu araştırma; üniversite öğrencilerinde işlevsel olmayan tutumların, algılanan ebeveyn tutumlarının, sosyal karşılaştırma yöneliminin ve cinsiyetin onların beden imgesinin anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını ortaya koymayı amaçlayan ilişkisel tarama türünde nicel bir araştırmadır.

## Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubu, 2018- 2019 öğretim yılı güz döneminde bir devlet üniversitesinin çeşitli fakültelerinde örgün lisans programlarına devam eden 698

öğrenciden oluşmaktadır. Çalışma grubu belirlenirken öncelikle sınıf ve cinsiyet dağılımlarının heterojen olması dikkate alınmıştır. Bu doğrultuda araştırmanın çalışma grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin 191'i (%27.3) birinci sınıf, 166'sı (%23.7) ikinci sınıf, 182'si (%26.0) üçüncü sınıf ve 159'u (%22.7) ise dördüncü sınıfta öğrenimlerine devam etmektedir. Toplamda çalışmanın katılımcılarından 442'si (%63.3) kadın, 256'sı (%36.7) ise erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

*Çok Yönlü Beden- Self İlişkileri Ölçeği:* Winstead ve Cash (1984) tarafından geliştirilen ve Doğan (1992) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek, beden imgesinin çok boyutlu yapısını bütüncül bir bakış açısı ile ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek toplamda 57 maddeden ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır. 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı kızlarda 0.96, erkeklerde 0.92, tüm gruplarda ise 0.94 olarak bulunmuştur (Doğan, 1992). Bu çalışmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.91 olarak bulunmuştur.

*Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği:* Weissman ve Beck (1978) tarafından geliştirilen, Şahin ve Şahin (1992) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek, bireylerin işlevsel olmayan inanç, düşünce ve tutumlarını belirlemeyi amaçlamaktadır. Ölçek toplamda 40 madde ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. 7'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe formu için yapılan güvenilirlik çalışmalarında iç tutarlılık katsayısı 0.79 ve madde toplam korelasyonu 0.34 olarak bulunmuştur (Şahin ve Şahin, 1992). Bu çalışmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.86 olarak ortaya koyulmuştur.

*Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği:* Arrindell ve arkadaşları (1999) tarafından geliştirilmiş olup, Dirik, Yorulmaz ve Karancı (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek, yetişkinlerin çocukken anne babalarının kendilerine yönelik davranış biçimleri ile ilgili algılarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçek toplamda 23 maddeden ve duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. 4'lü likert tipi bir ölçektir. Hem anne hem baba formu bulunmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmalarında iç tutarlılık katsayıları anne duygusal sıcaklık için 0.65, anne aşırı koruyuculuk için 0.71, anne reddedicilik için 0.68, baba duygusal sıcaklık için 0.73, baba aşırı koruyuculuk için 0.72 ve baba reddedicilik için 0.50 bulunmuştur (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015). Bu çalışmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayılarının anne duygusal sıcaklık için 0.74, anne aşırı koruyuculuk için 0.80, anne reddedicilik için 0.77, baba duygusal sıcaklık için 0.81, baba aşırı koruyuculuk için 0.79 ve baba reddedicilik için 0.78 olduğu elde edilmiştir.

*Iowa-Netherlands Sosyal Karşılaştırma Yönelimi Ölçeği:* Gibbons ve Buunk (1999) tarafından geliştirilen ve Teközel (2000) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek, evrensel bir güdü olan sosyal karşılaştırma eğilimindeki bireysel farklılıkları belirlemeyi amaçlamaktadır. Ölçek toplamda 11 maddeden ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarında Cronbach alfa iç tutarlılık sayısı 0.82 olarak, madde toplam korelasyonları ise 0.26 ile 0.65 arasında değişen bir aralıkta bulunmuştur (Teközel, 2000). Bu çalışmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısının 0.80 olduğu ortaya koyulmuştur.

*Kişisel Bilgi Formu:* Çalışma kapsamında, katılımcıların bazı kişisel bilgilerini elde etmek için araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Bu kişisel bilgi formunda öğrencilerin yaş, cinsiyet, öğrenim görülen fakülte ve bölüm bilgilerini ölçmek üzere sorular yer almaktadır.

### Verilerin Toplanması ve Analizi

Mevcut araştırmanın veri toplama sürecinde öncelikle, çalışmada kullanılan veri toplama araçlarını uyarlayan araştırmacılardan ve uygulamaların gerçekleştirildiği Anadolu Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 26.09.2018 tarih ve 87974 protokol no ile etik kurul izni alınmıştır. Gerekli izinlerin alınmasının ardından, sıra etkisi göz önünde bulundurularak iki farklı veri toplama kitapçığı hazırlanmıştır. Araştırmaya katılım için gönüllülük esas alınmış olup, bu doğrultuda uygulamaya katılmayı istemediğini belirten 3 öğrenci çalışma dışında tutulmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin ise kitapçık setini yaklaşık 20-30 dakika aralığında tamamladıkları görülmüştür. Bu doğrultuda çalışma kapsamında

764 öğrenciye ulaşılmıştır. Ancak veri setlerini eksik veya hatalı doldurduğu belirlenen 45 veri geçersiz sayılmıştır.

Verilerin analizine geçilmeden önce 719 kişinin verileri gözden geçirilmiş ve değişkenlerin Mahalanobis uzaklık mesafesi hesaplanarak çok değişkenli normallik varsayımı değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda Mahalanobis uzaklık mesafesi ölçüt değerlerinin [ $\chi^2(7)=14.06$ ,  $p=0.05$ ] üzerinde olan 21 kişinin verileri uç değer olarak kabul edildiği için analize dâhil edilmemiştir. Böylece toplamda 698 lisans öğrencisinden elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programı kullanılarak analize dâhil edilmiştir. Verilerin analizinde betimsel istatistik, Pearson Korelasyon Analizi ve Aşamalı (Adımsal) Regresyon Analizi kullanılmış ve önem düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Ayrıca çalışmada, cinsiyet değişkeni dummy değişken (kadın=1) olarak kodlanarak analizlere dahil edilmiştir.

## Bulgular

Çalışmanın amacı çerçevesinde ilk olarak verilere ilişkin betimsel istatistikler ve değişkenler arası korelasyon katsayıları belirlenmiş ve sonrasında üniversite öğrencilerinde beden imgesinin yordayıcıları incelenmiştir. Bunun için de ilk olarak araştırmada yer alan değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1. Değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler (n=698)**

	En Düşük	En Yüksek	$\bar{X}$	Std. Hata	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Beden imgesi	115	264	193.45	1.00	26.63	-.08	-.10
İşlevsel olmayan tutum	57	209	120.89	1.00	26.44	.44	-.13
Algılanan ebeveyn tutumları							
Anne duy. sıcaklık	10	28	22.62	.14	3.74	-.78	.07
Baba duy. sıcaklık	7	28	21.04	.17	4.63	-.71	-.04
Anne reddedicilik	7	27	9.54	.12	3.38	2.02	4.67
Baba reddedicilik	7	26	9.64	.13	3.55	2.06	4.71
Anne koruyuculuk	9	36	20.46	.22	5.99	.31	-.54
Baba koruyuculuk	9	35	19.04	.21	5.74	.54	-.22
Sosyal karşılaştırma	15	55	36.07	1.00	7.23	-.00	-.73

Tablo 1’de verilen betimsel istatistik bulguları incelendiğinde beden imgesi, işlevsel olmayan tutum, anne duygusal sıcaklık, baba duygusal sıcaklık, anne koruyuculuk, baba koruyuculuk ve sosyal karşılaştırma değişkenlerinin çarpıklık-basıklık katsayılarının +1 ile -1 arasında değiştiği görülmektedir. Bununla birlikte, anne reddedicilik tutumu ve baba reddedicilik tutumu çarpıklık-basıklık katsayılarının ise 2-4 arasında değişim gösterdiği ortaya çıkmıştır. Bu sebeple anne reddedicilik ve baba reddedicilik tutumlarının normal dağılım şartlarını sağlamadığı için analiz dışında tutulmasına karar verilmiştir. Ayrıca, araştırmanın yordayıcı değişkenleri arasında çoklu doğrusal ilişki olup olmadığını saptamak için bağımsız değişkenler arasındaki Pearson korelasyon değerleri incelenmiştir. Bu doğrultuda araştırmada yer alan değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2. Değişkenler arasındaki korelasyon değerleri**

	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Beden imgesi	-.09*	.12**	.30**	.24**	-.11**	-.10**	-.02	-.01
2.İşlevsel olmayan tutum	-	-.37**	-.20**	-.23**	.24**	.27**	.21**	.25**
3.Sosyal karşılaştırma		-	-.04	-.08*	.16**	.17**	.27**	.23**
4.Anne duy. sıcaklık			-	.66**	-.45**	-.33	-.14**	-.11**
5.Baba duy.sıcaklık				-	-.31**	.48**	-.19**	-.13
6.Anne reddedicilik					-	.63**	.45**	.32**
7.Baba reddedicilik						-	.32**	.44**
8.Anne koruyuculuk							-	.71**
9.Baba koruyuculuk								-

\* $p<0.05$ , \*\*  $p<0.01$ .

Tablo 2 incelendiğinde, değişkenler arasındaki korelasyon katsayılarının 0.01 ile 0.71 arasında değiştiği görülmektedir. Tabloda yer alan korelasyon katsayıları, değişkenler arasında çoklu bağlantılı problemi bulunmadığını göstermektedir. Araştırmada beden imgesinin, anne koruyuculuk ( $r=-0.02$ ,  $p<0.01$ ) ve baba koruyuculuk ( $r=-0.01$ ,  $p<0.01$ )

değişkenleri ile anlamlı bir ilişki göstermediği bulunmuştur. Ayrıca araştırmanın bağımlı değişkeni olan beden imgesinin, en yüksek anlamlı ilişkiyi anne duygusal sıcaklık değişkeni ile ( $r=0.30$ ,  $p<0.01$ ), en düşük ilişkiyi ise işlevsel olmayan tutumlar değişkeni ile ( $r=-0.09$ ,  $p<0.05$ ) gösterdiği görülmektedir. Bu doğrultuda regresyon analizi gerçekleştirmek için araştırmanın bağımlı değişkeni olan beden imgesi ile anlamlı ilişki gösterdiği belirlenen işlevsel olmayan tutumlar, sosyal karşılaştırma, anne duygusal sıcaklık ve baba duygusal sıcaklık değişkenleri ile devam edilmiştir. Bu değişkenlere ek olarak cinsiyet değişkeni de dummy değişken (kadın=1) olarak kodlanmış ve bağımsız değişken olarak analizlere dâhil edilmiştir.

Araştırmada, regresyon analizine geçilmeden önce analiz sonuçlarının güvenilirliğine ilişkin varyans büyütme faktörü (VIF) 1.00 - 1.24 olarak, tolerans değeri .80 -1.00 olarak ve Durbin-Watson değeri 2.01 olarak elde edilmiş olup, regresyon analizinin temel varsayımlarının sağlandığı görülmüştür. Bu çerçevede, işlevsel olmayan tutumlar, sosyal karşılaştırma, anne duygusal sıcaklık, baba duygusal sıcaklık ve cinsiyet değişkenleri ile yapılan aşamalı (adımsal) regresyon analizinin sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

**Tablo 3. Üniversite öğrencilerinde beden imgesinin yordayıcılarına ilişkin regresyon analizi sonuçları**

Model	B	Std. Hata B	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	Std. Hata R	F
1 Sabit	144.67	5.88		24.58*	.30	.09	25.39	70.63*
Anne duy. sıcaklık	2.15	.25	.30	8.40*				
2 Sabit	124.99	7.69		16.24*	.33	.11	25.13	43.70*
Anne duy. sıcaklık	2.20	.25	.31	8.66*				
Sosyal karşılaştırma	.51	.13	.14	3.91*				
3 Sabit	128.12	7.67		16.70*	.35	.12	24.91	34.19*
Anne duy. sıcaklık	2.32	.25	.32	9.14*				
Sosyal karş.	.48	.13	.13	3.69*				
Cinsiyet (kadın)	-7.28	1.97	-.13	3.68*				
4 Sabit	142.07	8.70		16.31*	.37	.14	24.73	28.75*
Anne duy. sıcaklık	2.16	.25	.30	8.46*				
Sosyal karşılaştırma	.65	.13	.17	4.66*				
Cinsiyet (kadın)	-8.43	1.99	-.15	4.22*				
İşlevsel olmayan tutum	-.13	.04	-.13	3.30**				

\* $p<0.000$ , \*\* $p<0.001$

Tablo 3'te regresyon analizlerine ilişkin sonuçlar yer almaktadır. Bu tabloya göre, anne duygusal sıcaklık, sosyal karşılaştırma, cinsiyet (*kadın*) ve işlevsel olmayan tutumun anlamlı yordayıcı değişkenler olduğu görülmektedir. Buna karşın çalışmada, baba duygusal sıcaklık değişkeninin, üniversite öğrencilerinde beden imgesinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir. Tablo 3'te modele ilk olarak anne duygusal sıcaklık tutumunun girdiği ve modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ( $F=70.63$ ,  $p<0.001$ ). Anne duygusal sıcaklık tutumunun, standardize edilmiş katsayısının ( $\beta=.30$ ) hesaplanması sonucunda, bu değişkenin önemli bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda Model 1, anne duygusal sıcaklık tutumunun tek başına beden imgesini %9 açıklama gücüne sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Tabloda yer alan Model 2'de, anne duygusal sıcaklık değişkeninin yanında sosyal karşılaştırma değişkeni modele dâhil olduğunda modelin istatistiksel olarak anlamlılığını koruduğu görülmektedir ( $F=43.70$ ,  $p<0.001$ ). Bu doğrultuda anne duygusal sıcaklık ( $\beta=.31$ ) ve sosyal karşılaştırma ( $\beta=.14$ ) değişkenlerinin anlamlı birer yordayıcı olduğu ve üniversite öğrencilerinde beden imgesinin %11'ini açıkladıkları görülmektedir.

Model 3 incelendiğinde, analize cinsiyet değişkeninin dâhil edildiği ve modelin anlamlı kaldığı görülmektedir ( $F=34.19$ ,  $p<0.001$ ). Değişkenlerin standardize edilmiş katsayılarına göre, anne duygusal sıcaklık ( $\beta=.32$ ), sosyal karşılaştırma ( $\beta=.13$ ) ve cinsiyet (*kadın*) değişkenleri ( $\beta=-.13$ ) üniversite öğrencilerinde beden imgesinin %12'sini açıkladığı anlaşılmaktadır.

Son adım olan Model 4'te ise analize işlevsel olmayan tutumlar değişkeni dâhil edilmiş ve modelin istatistiksel olarak anlamlılığını koruduğu görülmüştür ( $F=28.75$ ,  $p<0.001$ ). Bu kapsamda değişkenlerin standardize edilmiş katsayıları incelendiğinde, anne duygusal sıcaklık ( $\beta=.30$ ), sosyal karşılaştırma ( $\beta=.17$ ), cinsiyet (*kadın*) ( $\beta=-.15$ ) ve işlevsel olmayan tutum değişkenlerinin ( $\beta=-.13$ ) anlamlı birer yordayıcı olduğu ve bu değişkenlerin birlikte beden imgesinin %14'ünü açıkladığı bulunmuştur. Sonuç olarak araştırma bulguları, sırasıyla anne duygusal sıcaklık, sosyal karşılaştırma, cinsiyet (*kadın*) ve işlevsel olmayan tutum değişkenlerinin, üniversite öğrencilerinde beden imgesinin anlamlı yordayıcıları olduğunu ortaya koymaktadır.

### Tartışma ve Sonuç

Araştırmada işlevsel olmayan tutumlar, algılanan ebeveyn tutumları, sosyal karşılaştırma yönelimi ve cinsiyet değişkenlerinin üniversite öğrencilerinde beden imgesini ne derece yordadığını belirlemek amaçlanmıştır. Bu doğrultuda gerçekleştirilen çalışmada anne duygusal sıcaklık, sosyal karşılaştırma, cinsiyet (*kadın*) ve işlevsel olmayan tutum değişkenlerinin üniversite öğrencilerinin beden imgesinin anlamlı birer yordayıcısı olduğu ve bu değişkenlerin birlikte beden imgesinin %14'ünü açıkladığı bulunmuştur. Bununla birlikte çalışmada, baba duygusal sıcaklık tutumunun üniversite öğrencilerinin beden imgesinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir.

Mevcut çalışmanın sonuçları incelendiğinde, üniversite öğrencilerinde beden imgesinin en güçlü yordayıcısının anne duygusal sıcaklık tutumu olduğu ( $\beta=.30$ ) görülmektedir. Bu sonuç, anneden algılanan duygusal sıcaklık tutumu yüksek olan bireylerin, daha olumlu bir beden imgesine sahip olduğuna işaret etmektedir. Bu sonuçlar, çeşitli araştırma bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Alanyazında annelerini duygusal olarak sıcak ve ilgili (Barash, 2016; Ferris, 2017), hoşgörülü (Coccia vd., 2012) algılayan bireylerin, beden imgelerinin daha olumlu olduğu; duygusal sıcaklığı daha az deneyimlediğini belirten (Krug vd., 2016), çocukluk çağında annelerini daha az ilgili, ihtiyaçlarına daha az duyarlı algılayan (Kutlu, 2009) ve annelerinin sosyal desteğinde eksiklik hisseden bireylerin (Bearman vd., 2006) ise daha olumsuz beden imgesine sahip oldukları bulunmuştur. Bu araştırma bulguları, anne duygusal sıcaklık tutumları ile beden imgesi arasında bulunan mevcut ilişkiyi destekler niteliktedir. Anne duygusal sıcaklık tutumunun, beden imgesinin en güçlü yordayıcısı olması, ebeveyn tutumlarının bireylerin fiziksel, sosyal ve psikolojik gelişiminde başlıca role sahip olması ile açıklanabilir. Anneleri ile sıcak bir bağ kurmuş olan bireylerin, kendilerine değer verme ve duygusal olarak rahat hissetme olasılıkları daha yüksektir (Sharpe vd., 1998). Bu sebeple bireyin duygusal ihtiyaçlarını dikkate alan ve bunu çocuğa karşı fiziksel, sözel ya da sembolik yollarla sıcak bir şekilde gösterebilen bir anne tutumu, bireyin sağlıklı psikolojik gelişimi için önem taşımaktadır (Kestenbaum, Farber ve Sroufe, 1989; Rohner, 2016). Aksi takdirde annenin çocuğa yönelik sevgi, sıcaklık, ilgi ve desteğinin az olması, çocuğun sevilmeyen ya da hatalı biri olduğuna ilişkin bir inanç oluşturmaya ve bu inanç doğrultusunda bedenine ilişkin olumsuz tutumlar geliştirmesine yol açabilir. Tüm bu çalışmaların sonucunda, duygusal sıcaklık tutumunu benimseyen annelerin, bedene saygı ve kabulü de içeren beden imgesi yapısının daha olumlu olmasında önemli bir faktör olduğu belirtilebilir.

Bu çalışmada, baba duygusal sıcaklık tutumu ile beden imgesi arasında bir ikili ilişki var olmasına rağmen ( $r=0.24$ ,  $p<0.01$ ), baba duygusal sıcaklık tutumunun beden imgesi için anlamlı bir yordayıcı olmadığı bulunmuştur. Buna göre, alanyazındaki çalışmalarda duygusal olarak sıcak ve ilgili anne tutumu algılayan bireylerin beden imgeleri daha olumlu bulunurken, babalar için anlamlı bir ilişki bulunmaması (Cheng, 2006) veya babalar için bu ilişkinin çok daha zayıf bulunması (Mesnik, 2008) mevcut araştırmanın sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Bu çalışmaların tersine, alanyazında olumlu ve sıcak baba-kız ilişkilerinin beden memnuniyetini artırdığına (Hedgepeth, 2008) ve babaların daha az şefkatli ve daha az yardımsever olarak algılanmasının olumsuz beden imgesi ile ilişkili olduğuna (Horesh, Sommerfeld, Wolf, Zubery ve Zalsman, 2015) ilişkin çalışmalar da yer almaktadır. Bu çalışmalar bütünüyle değerlendirildiğinde, baba duygusal sıcaklık tutumu ile beden imgesi

arasındaki ilişkide birbirinden farklı sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Bu çalışmada anne duygusal sıcaklık tutumunun tersine, baba duygusal sıcaklık tutumunun beden imgesinin yordayıcısı olarak ortaya çıkmaması, çocuklarının bedenleriyle ilgili tutumlarında, babalara göre annelerin daha önemli bir etken olabileceğine işaret etmektedir. Günümüzde, aile yapısında değişimler olmasına rağmen, birçok ailede çocuk yetiştirme ile ilgili konuların büyük bir kısmının hala annelerin sorumluluğunda olduğu bilinmektedir (Kuzucu, 2011). Dolayısıyla çocuktan annenin sorumlu olmasını içeren bu toplumsal rollerin birçok ailede hâkim olduğu düşünüldüğünde, annelerin çocuğun gelişimi ile daha yakından ilgilendiği belirtilebilir. Bu doğrultuda annelerin, gelişimin bir parçası olan beden imgesi üzerinde de daha büyük bir rol oynaması olasıdır.

Çalışmada, üniversite öğrencilerinde beden imgesinin diğer bir yordayıcısının sosyal karşılaştırma eğilimi olduğu ( $\beta=.17$ ) bulunmuştur. Buna göre, sosyal karşılaştırma eğilimi yüksek olan bireylerin, beden imgeleri daha olumludur. Bu ilişki, alanyazında incelenen diğer çalışmalarda elde edilen sonuçlarla farklılık göstermektedir. Alanyazında yer alan çalışmalarda bireylerin sosyal karşılaştırma eğilimleri yükseldikçe, onların bedenlerine yönelik daha olumsuz tutumlar benimsediği (Jones, 2001; Myers ve Crowther, 2009; Tatangelo ve Ricciardelli, 2017); bunun yanı sıra bireyin kendini diğerleriyle karşılaştırma eğiliminin yüksek olmasının kızlarda kilo konuşmaları ve beden kaygısı (Corning ve Gondoli, 2002), erkeklerde ise daha zayıf olma isteği (Blizzard ve King, 2003) ve kaslılık dürtüsü (Bucchianeri, Serrano, Pastula ve Corning, 2014) gibi beden imgesinin olumsuz değerlendirildiğine dair belirtilerle ilişkili olduğu bulunmuştur. Dolayısıyla çalışmanın mevcut sonuçlarının, ilgili diğer araştırmalar tarafından desteklenmediği görülmektedir.

Sosyal karşılaştırma eğilimi yüksek olan bireylerin, beden imgelerinin daha olumlu olması ile ilgili farklı açıklamalar yapılabilir. İlk olarak bireyler bir sosyal karşılaştırma sürecine girdiğinde, karşılaştırma hedefi, karşılaştırma konusu ya da kişisel birçok faktöre göre yapılan karşılaştırmalardan olumlu ya da olumsuz etkilenebilmektedir. Sosyal karşılaştırma eğilimi yüksek olan bir birey, kendisinden daha kötü durumda olan kişilerle girdiği karşılaştırma sonucunda kendisini daha şanslı bulabilir ya da kendisinden daha iyi durumda olan kişilerle girdiği karşılaştırma sonucunda o kişiye benzeyebileceğine ilişkin umut ve cesaret hissetme olasılığı yükselir (Smith, 2000). Her iki durumda da bireyin benliği, bu karşılaştırmalardan olumlu etkilenecektir. Dolayısıyla sosyal karşılaştırma eğilimi yüksek olan bireylerin, olumlu beden imgesine sahip olması beklenilebilir bir durumdur. Diğer bir yandan, bu çalışmada sosyal karşılaştırma eğilimi yükseldikçe beden imgesinin daha olumlu olması, kişisel faktörlerin etkisiyle de açıklanabilir. Bu kişisel faktörlerden birinin benlik saygısı olabileceği düşünülmektedir. Benlik saygısı yüksek olan bireylerin, düşük benlik saygısı olan bireylere göre sosyal karşılaştırmalardan sonra daha olumlu duygular ortaya koydukları bilinmektedir (Jones ve Buckingham, 2005). Buna göre bireyin kendini sıklıkla başkalarıyla kıyaslaması, onun yüksek bir benlik saygısına sahip olmasına işaret edebilir, bunun da olumlu duygular ve olumlu bir beden imgesi ile ilişkili olması muhtemeldir. Diğer yandan başka çalışmalarda başa çıkma stratejilerini aktif bir şekilde kullanma (Pinkasavage, Arigo ve Schumacher, 2015), özgüven ve olumlu tutumlara sahip ebeveyn (Burnette, Kwitowski ve Mazzeo, 2017) gibi etkenlerin de sosyal karşılaştırma eğilimi yüksek bireylerin olumsuz beden imgesi geliştirme olasılıklarını azalttığı belirtilmektedir. Dolayısıyla bu çalışmalar, bireylerin sosyal karşılaştırma eğilimi ile beden imgeleri arasındaki ilişkide önemli olan kişisel faktörlere işaret etmektedir. Ayrıca boylamsal bir çalışmada, yüksek sosyal karşılaştırma eğilimi olan bireylerin, yukarı doğru karşılaştırmalar yapmasının, yaklaşık bir yıl sonra göreceli yoksunluğun yükselmesi ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Buunk, Zurriaga, Gonzalez-Roma ve Subirats, 2003). Göreceli yoksunluk, bireyin kendini başkalarıyla kıyaslaması sonucunda, var olan ve olması gereken arasındaki farklılıklar sebebiyle olumsuz duygular hissetmesidir (Kıral, 2009). Dolayısıyla yüksek bir sosyal karşılaştırma eğiliminin birey üzerindeki etkileri zamanla ortaya çıkabilir.

Mevcut çalışmada üniversite öğrencilerinin beden imgelerini yordayan bir diğer değişken de cinsiyettir ( $\beta=-.15$ ). Buna göre, kadınların erkeklere göre daha olumsuz bir beden imgesine sahip olduğu görülmektedir. Alanyazında ulaşılan çalışmaların



neredeysi hepsi bu sonuç ile paralellik göstermektedir (Abbott ve Barber, 2010; Aktaran, 2018; Cohane ve Pope, 2001; Kalafat, 2006; Smolak, 2002). Kadınların erkeklerle kıyaslandığında bedenine yönelik daha olumsuz tutum benimsemesi, erkeklerin yalnızca nesnel olarak fazla kilolu olduklarında bedenlerine yönelik bir kaygı yaşarken, kadınların gerçek kilolarına bakmaksızın bedenlerine yönelik kaygı duymaları ile açıklanabilir (Field vd., 2001). Bunun yanı sıra erkek ve kadınların beden imgeleri arasındaki ayrımın önemli nedenlerinden biri aile, akran, medya gibi sosyokültürel faktörlerin etkisi olarak belirtilmektedir (Jones, Vigfusdottir ve Lee, 2004). Batı toplumlarında var olan kültürel değerlere göre, kadınların beden şekli ve kilosu, onların kimliğini yansıtmaktadır (Levine, 2012). Bu kültürel normlar, kadınların ideal güzellik ölçütlerini genç, zayıf, uzun gibi dar bir şekilde sınırlandırmasına karşın, erkekler için bu ölçütleri daha esnek tutmaktadır (Humphreys ve Paxton, 2004). Kültürün bir yansıması olan medyaya bakıldığında ise kadınların oldukça zayıf erkeklerin ise standart kilolarda gösterilme eğiliminde olduğu (Grogan, 2008) ve kadın dergilerinin, erkek dergilerine göre daha fazla fiziksel çekicilik mesajı içerdiği (Strahan, Wilson, Cressman ve Buote, 2006) görülmektedir. Tüm bu açıklamalar çerçevesinde sosyokültürel faktörlerin kadınların bedenlerine ilişkin bakış açısı üzerinde önemli bir rol oynadığı, böylece kadınların erkeklere göre olumsuz beden imgesi geliştirmeye daha eğilimli olmasının mümkün olduğu söylenebilir.

Son olarak üniversite öğrencilerinin beden imgeleri üzerinde işlevsel olmayan tutumların önemli bir belirleyici olduğu ( $\beta=-.13$ ) ortaya koyulmuştur. Çalışmada işlevsel olmayan tutumları daha yüksek olan bireylerin, daha olumsuz bir beden imgesine sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç, alanyazında yer alan araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Alanyazında bu konuda yürütülmüş olan çalışmalarda, akılcı olmayan inançların beden imgesi üzerinde önemli bir rolünün bulunduğu (Yumurtacı, 2012) ve beden memnuniyetsizliği yaşayan bireylerde felaketleştirme, olumsuz kendini değerlendirme gibi akılcı olmayan inançların (Möller ve Bothma, 2001) ve ruminatif düşüncelerin (Abak, 2019) yüksek düzeyde var olduğu ortaya koyulmuştur. Benzer şekilde görünüme ilişkin işlevsel olmayan inançları ve bilişsel hataları fazla olan bireylerin, olumsuz beden imgesine ilişkin belirtileri daha sıklıkla deneyimlemeleri, bu çalışmanın sonuçları ile tutarlılık göstermektedir (Jakatdar, Cash ve Engle, 2006; Rudiger ve Winstead, 2013; Spangler, 2002). Tüm bu çalışmalar, hatalı düşünme süreçlerine sahip olan bireylerin, beden imgelerinin daha olumsuz olduğunu göstermektedir. Ayrıca alanyazında kız ergenler üzerine yapılan deneysel bir çalışmada, işlevsel olmayan düşünceler üzerine yoğunlaşan bilişsel davranışçı beden imgesi müdahale programının, beden imgesi memnuniyetini yükseltmede etkili olduğu ortaya koyulmuştur (Tunç, 2007). Bu çalışmanın da, işlevsel olmayan düşünceler ile beden imgesi arasındaki mevcut ilişkiyi desteklediği belirtilebilir.

Bilişsel kurama göre hatalı düşünme süreçleri, bireylerin duygu ve davranışlarını etkileyerek ve bireyin karşılaştığı uyarınları yanlış bir biçimde yorumlamasına yol açarak birçok psikolojik sıkıntıya zemin hazırlamaktadır (Beck, 1995). Dolayısıyla bu hatalı düşünme süreçlerinin, bireylerin psikolojik sağlıklarının bir parçası olan beden imgesi üzerinde önemli bir role sahip olduğu düşünülmektedir (Cash, 2002). Olaylara, nesnelere ve diğer kişilere ilişkin hatalı düşünme süreçleri benimseyerek yaşamını sürdüren bir bireyin, bu düşünme süreçlerini, bedenine ilişkin duygu, düşünce ve davranışları üzerine de yansıtmalarının kaçınılmaz olduğu söylenebilir. Dolayısıyla bunlar, işlevsel olmayan tutumları yüksek olan bireylerin beden imgelerinin daha olumsuz olmasını açıklar niteliktedir. Buradan hareketle bireylerde işlevsel olmayan tutumların yüksek olmasının beden imgesi için önemli bir risk faktörü olduğu söylenebilir.

Çalışmada, üniversite öğrencilerinin beden imgesi ile ebeveyn tutumlarından olan anne aşırı koruyuculuk ( $r=-0.02$ ,  $p<0.01$ ) ve baba aşırı koruyuculuk ( $r=-0.01$ ,  $p<0.01$ ) tutumları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuş ve bu değişkenler regresyon analizine dahil edilememiştir. Benzer şekilde Barash (2016) tarafından yapılan bir çalışmada da koruyucu ebeveyn tutumunun beden saygısı ile anlamlı bir ilişki göstermediği bulunmuş olup, bu bulgu mevcut araştırma ile tutarlılık göstermektedir.

Ancak yapılan diğer çalışmalarda koruyucu ebeveyn tutumunun olumsuz beden imgesi ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Horesh ve diğerleri, 2015; Mesnik, 2008). Dolayısıyla alanyazında beden imgesi ile aşırı koruyucu ebeveyn tutumları arasındaki ilişki ile ilgili farklı çalışma sonuçlarının olduğu görülmektedir. Aşırı koruyucu bir tutum, ebeveynlerin çocuklarının güvenliğine ilişkin kaygılı olması, bu nedenle çocukları yanlarından ayırırsa onların bazı tehlikeli durumlarla karşılaşabileceğini düşünmeleri ve dolayısıyla bağımsız davranışları onaylamamaları ile karakterizedir (Kiel ve Buss, 2010). Bu tutumu benimseyen ebeveynler, çocuklarına gösterdikleri özeni, gereğinden fazla kontrolcü ve denetleyici davranarak ortaya koymaktadırlar (Yavuzer, 2016). Bu kontrolcü ve denetleyici davranışları ile çocuklarının özerk gelişimlerini kısıtlayabilen aşırı koruyucu ebeveyn tutumları, çocukların psikolojik sağlıkları için bir risk faktörü olabilir. Ancak mevcut çalışmada, aşırı koruyucu ebeveyn tutumları ile beden imgesi arasında anlamlı bir ilişki bulunamaması, bu kontrol ve denetleyiciliğin hakim olduğu tutumların, doğrudan çocuklarının bedenlerine yönelik bir tutumu içermemesi olabilir. Diğer bir deyişle, ebeveynlerin çocuklarına yönelik olarak; beden şekil ve ağırlıklarını kontrol etme (Helfert ve Warschburger, 2013), nasıl giysiler giyeceği ve nasıl görüneceği konusunda karar verme (Smolak, 2002) ve ideal bir görünüm için baskı uygulama (Jones, 2011) gibi kontrolcü ve denetleyici tutumlara sahip olabildiği görülmektedir. Genel bir aşırı koruyucu ebeveyn tutumundan ziyade, bu çalışmalarda olduğu gibi doğrudan bedene ilişkin koruyucu tutumların, beden imgesi ile ilişkili olma ihtimali daha yüksek olabilir. Ayrıca çalışmada ebeveyn tutumlarını belirleyebilmek için bireyin kendisinin geçmiş algı ve değerlendirmelerine dayanan geçmişe dönük retrospektif ölçme araçları kullanılması, aslında bireylerin ebeveynlerinin geçmiş tutumlarının net bir şekilde yansıtılmamasına da sebep olması muhtemeldir.

Sonuç olarak, bu araştırma kapsamında üniversite öğrencilerinin beden imgeleri üzerine işlevsel olmayan tutumlar, ebeveyn tutumları, sosyal karşılaştırma yönelimi ve cinsiyet değişkenlerinin yordayıcılıkları incelenmiştir. Bu çerçevede, çalışmada sırasıyla anne duygusal sıcaklık tutumu, sosyal karşılaştırma yönelimi, cinsiyet (kadın) ve işlevsel olmayan tutum değişkenlerinin üniversite öğrencilerinde beden imgesinin %14'ünü açıkladığı ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda, araştırmacılara ve uygulayıcılara ilişkin bazı öneriler elde edilebilir. Öncelikle bu araştırma, bir devlet üniversitesinde örgün öğrenim gören üniversite öğrencileri ile sınırlıdır. Dolayısıyla çalışmanın farklı üniversitelerde ya da farklı gelişim dönemlerine ait bireylerle gerçekleştirilmesi, sonuçların genellenebilirliğine katkı sağlayabilir. Çalışmada kullanılan veri toplama araçları, öz bildirim dayalıdır ve çalışmada yalnızca nicel yöntemlerle veri toplanmıştır. Gelecekte yürütülmesi planlanan çalışmalarda değişkenler arasındaki ilişkileri daha detaylı bir biçimde açıklayabilmek için nitel yöntemlere de yer verilebilir. Ayrıca araştırmada, algılanan ebeveyn tutumları ölçeğinin reddedicilik boyutunun, çarpıklık-basıklık katsayıları normal değerlerin üzerinde bulunduğu için anne reddedici tutum ve baba reddedici tutum değişkenleri analiz dışında tutulmuştur. Ebeveyn reddedici tutumların çalışmaya dahil edilememesi, ebeveyn tutumları ile beden imgesi ilişkisinin bir yönünün eksik kalmasına neden olmuştur. Ebeveyn tutumları üzerine gelecekte yürütülmesi planlanan çalışmalarda nicel araştırma yöntemleri yerine, ebeveyn tutumlarının tüm boyutlarını bir arada inceleyen nitel araştırma yöntemleriyle veri toplanması daha kapsamlı sonuçlar elde etmeye yardımcı olabilir. Çalışmada anne duygusal sıcaklık tutumunun beden imgesini üzerinde önemli bir role sahip olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda anne-babalara çocuk yetiştirmede ebeveyn tutumları ile ilgili eğitici seminerler verilebilir. Ayrıca işlevsel olmayan tutum değişkeninin de beden imgesi üzerindeki rolü dolayısıyla, beden imgesi ile sorun yaşayarak psikolojik destek almak isteyen bireylere Bilişsel Davranışçı Terapi gibi bilişsel tekniklerin yoğunlukla kullanıldığı yaklaşımlar kullanılarak düşüncelerin beden imgesi üzerindeki olumsuz etkilerinin azalması sağlanabilir. Üniversitelerin psikolojik danışma merkezlerinde, okullarda ve diğer eğitim kurumlarında olumlu beden imgesi geliştirmeye yönelik önleyici ve koruyucu grup çalışmaları düzenlenebilir.

## Kaynakça

- Abak, E. (2019). *Ruminatif düşünme stili, beden algısı ve sosyal görünüş kaygısının romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Abbott, B. D. and Barber, B. L. (2010). Embodied image: Gender differences in functional and aesthetic body image among Australian adolescents. *Body Image*, 7(1), 22-31.
- Aktaran, A. K. (2018). *The relationship between body image and self-compassion in university students: the mediation effect of attachment*. Unpublished Master's thesis. İstanbul: Bahcesehir University, Graduate School of Social Sciences.
- ALAhmari, T., Alomar, A. Z., ALBeeybe, J., Asiri, N., ALAjaji, R., ALMasoud, R., & Al-Hazaa, H. M. (2019). Associations of self-esteem with body mass index and body image among Saudi college-age females. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 24(6), 1199-1207.
- Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood: understanding the new way of coming of age. J. Arnett and J. L. Tanner (Eds.), In *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 3-19), Washington: American Psychological Association.
- Arrindell, W. A., Sanavio, E., Aguilar, G., Sica, C., Hatzichristou, C., Eisemann, M., ... and Kállai, J. (1999). The development of a short form of the EMBU: Its appraisal with students in Greece, Guatemala, Hungary and Italy. *Personality and Individual Differences*, 27(4), 613-628.
- Atak, H. ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Barash, M. (2016). *What about males? An exploration of parenting experiences, body esteem and attachment in romantic relationships among males*. Unpublished Doctoral Dissertation. Pennsylvania: Marywood University, College of Education and Human Development.
- Bearman, S. K., Presnell, K., Martinez, E. and Stice, E. (2006). The skinny on body dissatisfaction: A longitudinal study of adolescent girls and boys. *Journal Of Youth and Adolescence*, 35(2), 217-229.
- Beck, A. T. (1995). *Bilişsel terapi ve duygusal bozukluklar*. (Çev. A. Türkcan ve V. Öztürk). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Beck, J. S. (2015). *Bilişsel davranışçı terapi temelleri ve ötesi* (Çev. M. Şahin). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Betz, D. E., Sabik, N. J. and Ramsey, L. R. (2019). Ideal comparisons: Body ideals harm women's body image through social comparison. *Body Image*, 29, 100-109.
- Bilgin, N. (1995). *Sosyal psikolojiye giriş*. İzmir: Ege Üniversitesi Yayınları.
- Blizzard, T. and King, R. (2003). Male body image: Role of investment, social comparison, sociocultural internalisation, and drive for muscularity. *The Abstracts of the 38th Conference of the Australian Psychological Society*, Perth, Western Australia, Oct. 2-5, pp. 167. M. Katsikitis (Eds).
- Bucchianeri, M. M., Serrano, J. L., Pastula, A. and Corning, A. F. (2014). Drive for muscularity is heightened in body-dissatisfied men who socially compare. *Eating Disorders*, 22(3), 221-232.
- Burnette, C. B., Kwitowski, M. A. and Mazzeo, S. E. (2017). "I don't need people to tell me I'm pretty on social media:" A qualitative study of social media and body image in early adolescent girls. *Body Image*, 23, 114-125.
- Buunk, B. P., Zurriaga, R., Gonzalez-Roma, V. and Subirats, M. (2003). Engaging in upward and downward comparisons as a determinant of relative deprivation at work: A longitudinal study. *Journal of Vocational Behavior*, 62(2), 370-388.

- Cash, T. F. (2002). A "negative body image": Evaluating epidemiological evidence. T. F. Cash and T. Pruzinsky (Eds), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* In (pp. 269-276). New York: Guilford Press.
- Cepanec, D. and Payne, B. (2000). "'Old bags" under the knife: Facial cosmetic surgery among women'. B, Miedema, J. M. Stoppard and V. Anderson (Eds), *Women's bodies, women's lives* In (pp. 121-41). Toronto: Sumach Press.
- Cheng, H. L. (2006). *Body image dissatisfaction of college women: potential risk and protective factors*. Unpublished Doctoral Dissertation. Columbia: University of Missouri, Faculty of the Graduate School.
- Coccia, C., Darling, C. A., Rehm, M., Cui, M. and Sathe, S. K. (2012). Adolescent health, stress and life satisfaction: The paradox of indulgent parenting. *Stress and Health*, 28(3), 211-221.
- Coccia, C. and Darling, C. A. (2017). Indulgent parenting and life satisfaction of college students: Examination of eating, weight, and body image. *Journal of Family Issues*, 38(9), 1191-1214.
- Cohane, G. H. and Pope Jr, H. G. (2001). Body image in boys: A review of the literature. *International Journal of Eating Disorders*, 29(4), 373-379.
- Corning, A. F. and Gondoli, D. M. (2012). Who is most likely to fat talk? A social comparison perspective. *Body Image*, 9(4), 528-531.
- Çetinkaya, H. (2004). *Beden imgesi, beden organlarından memnuniyet, benlik saygısı, yaşam doyumu ve sosyal karşılaştırma düzeyinin demografik değişkenlere göre farklılaşması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin: Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dinç, B. (2010). *Ergenlik döneminde beden imgesinin gelişimi üzerine aile, akran ve televizyonun etkilerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Dion, K., Berscheid, E. and Walster, E. (1972). What is beautiful is good. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24(3), 285-290.
- Dirik, G., Yorulmaz, O. ve Karancı, A. N. (2015). Çocukluk dönemi ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi: Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları-çocuk formu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(2), 123-130.
- Doğan, O. (1992). *Çok yönlü beden-self ilişkileri ölçeği el kitabı*. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları.
- Enten, R. S. and Golan, M. (2009). Parenting styles and eating disorder pathology. *Appetite*, 52(3), 784-787.
- Erkol, E. (2018). Body mass index, eating attitudes, body perception, and social comparison through physical appearance during the first year postpartum. *Interdisciplinary: Undergraduate Journal of Humanities and Social Sciences*, 2(2), 19-43.
- Ferris, E. L. (2017). *Expanding knowledge on mexican american women's negative body image: the role of sociocultural media messages and perceived family criticism and warmth*. Unpublished Doctoral Dissertation. USA: University of La Verne, College of Arts and Sciences, Psychology Department.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Field, A. E., Camargo, C. A., Taylor, C. B., Berkey, C. S., Roberts, S. B. and Colditz, G. A. (2001). Peer, parent, and media influences on the development of weight concerns and frequent dieting among preadolescent and adolescent girls and boys. *Pediatrics*, 107(1), 54-60.
- Fitzsimmons-Craft, E.E., Bardone-Cone, A.M., Bulik, C.M., Wonderlich, S.A., Crosby, R.D. and Engel, S.G. (2014). Examining an elaborated sociocultural model of disordered

- eating among college women: The roles of social comparison and body surveillance. *Body Image*, 11(4), 488-500.
- Furia, A.C., Lee, R.E., Strother, M.L. and Huang, T.T. (2009). College students' motivation to achieve and maintain a healthy weight. *American Journal of Health Behavior*, 33(3), 256-263.
- Garbett, K.M. and Diedrichs, P.C. (2016). Improving uptake and engagement with child body image interventions delivered to mothers: Understanding mother and daughter preferences for intervention content. *Body Image*, 19, 24-27.
- Gibbons, F.X. and Buunk, B.P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129-142.
- Gillen, M.M. and Lefkowitz, E.S. (2006). Gender role development and body image among male and female first year college students. *Sex Roles*, 55(1-2), 25-37.
- Grogan, S. (2008). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. New York: Routledge.
- Grossbard, J.R., Lee, C.M., Neighbors, C. and Larimer, M.E. (2009). Body image concerns and contingent self-esteem in male and female college students. *Sex Roles*, 60(3-4), 198-207.
- Güzel, K. (2016). *Üniversite öğrencilerinin beden algısının depresyon ile ilişkisi: Mizacın rolü*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hedgepeth, V.G. (2008). *Effects of the quality of parent-child relationships on body image satisfaction and image acculturation among African American girls: The mediating role of racial identity*. Unpublished Master's Thesis. USA: Virginia Commonwealth University.
- Helfert, S. and Warschburger, P. (2011). A prospective study on the impact of peer and parental pressure on body dissatisfaction in adolescent girls and boys. *Body Image*, 8(2), 101-109.
- Herbozo, S., Tantleff-Dunn, S., Gokee-Larose, J. and Thompson, J.K. (2004). Beauty and thinness messages in children's media: A content analysis. *Eating Disorders*, 12(1), 21-34.
- Holsen, I., Jones, D.C. and Birkeland, M.S. (2012). Body image satisfaction among Norwegian adolescents and young adults: A longitudinal study of the influence of interpersonal relationships and BMI. *Body Image*, 9(2), 201-208.
- Horesh, N., Sommerfeld, E., Wolf, M., Zubery, E. and Zalsman, G. (2015). Father-daughter relationship and the severity of eating disorders. *European Psychiatry*, 30(1), 114-120.
- Humphreys, P. and Paxton, S. J. (2004). Impact of exposure to idealised male images on adolescent boys' body image. *Body Image*, 1(3), 253-266.
- Hutchinson, M.G. (1982). Transforming body image: Your body, friend or foe. New England Association for Women in Psychology (Eds), In *Current feminist issues in psychotherapy*, (pp. 59-68). New York: Routledge.
- Jackson, L.A. (2002). Physical Attractiveness: A Sociocultural Perspective. T.F. Cash and T. Pruzinsky (Eds), In *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 13-21). New York: Guilford Press.
- Jakatdar, T.A., Cash, T.F. and Engle, E.K. (2006). Body-image thought processes: The development and initial validation of the Assessment of Body-Image Cognitive Distortions. *Body Image*, 3(4), 325-333.
- Jones, A.M. and Buckingham, J.T. (2005). Self-esteem as a moderator of the effect of social comparison on women's body image. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(8), 1164-1187.

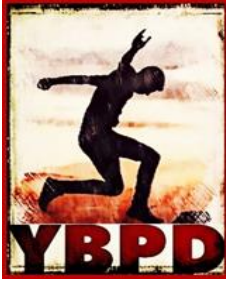
- Jones, C.D. (2011). Interpersonal and familial influences on the development of body image. T.F. Cash and L. Smolak (Eds), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*, In (pp. 110-119). USA: Guilford Press.
- Jones, D.C. (2001). Social comparison and body image: Attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys. *Sex Roles*, 45(9-10), 645-664.
- Jones, D.C., Vigfusdottir, T.H. and Lee, Y. (2004). Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys: An examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals. *Journal of Adolescent Research*, 19(3), 323-339.
- Kalafat, T. (2006). *Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyet düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi (Çanakkale ili örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale: Çanakkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kelly, A.C. and Stephen, E. (2016). A daily diary study of self-compassion, body image, and eating behavior in female college students. *Body Image*, 17, 152-160.
- Kestenbaum, R., Farber, E.A. and Sroufe, L.A. (1989). Individual differences in empathy among preschoolers: Relation to attachment history. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 1989(44), 51-64.
- Kıral, G. (2009). *Türkiye'de yaşayan kadınların göreceli yoksunluk ve adil dünya inancı ile siyasal katılım düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kiel, E.J. and Buss, K.A. (2010). Maternal accuracy and behavior in anticipating children's responses to novelty: Relations to fearful temperament and implications for anxiety development. *Social Development*, 19(2), 304-325.
- Kleemans, M., Daalmans, S., Carbaat, I. and Anschütz, D. (2018). Picture perfect: The direct effect of manipulated Instagram photos on body image in adolescent girls. *Media Psychology*, 21(1), 93-110.
- Kluck, A. S. (2010). Family influence on disordered eating: The role of body image dissatisfaction. *Body Image*, 7(1), 8-14.
- Krayer, A., Ingledew, D.K. and Iphofen, R. (2008). Social comparison and body image in adolescence: A grounded theory approach. *Health Education Research*, 23(5), 892-903.
- Krug, I., King, R.M., Youssef, G.J., Sorabji, A., Wertheim, E.H., Le Grange, D., ... and Olsson, C. A. (2016). The effect of low parental warmth and low monitoring on disordered eating in mid-adolescence: Findings from the Australian Temperament Project. *Appetite*, 105, 232-241.
- Kulaksızoğlu, A. (2011). *Ergenlik psikolojisi*. Ankara: Remzi Kitabevi.
- Kutlu, B. (2009). *Beden imajının gelişimi ve sağlıklı beden ağırlığının korunmasında yemeye ilgili tutumlar, temel inançlar ve ebeveyne bağlanmanın rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kuzucu, Y. (2011). Değişen babalık rolü ve çocuk gelişimine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 79-91.
- Levine, M.P. (2012). Media influences on female body image. T.F. Cash (Eds), In *Encyclopedia of body image and human appearance*. (pp. 540-547). Spain: Academic Press.
- Liechty, J.M., Clarke, S., Birky, J.P., Harrison, K. and Team, S.K. (2016). Perceptions of early body image socialization in families: Exploring knowledge, beliefs, and strategies among mothers of preschoolers. *Body Image*, 19, 68-78.
- Lowery, S.E., Kurpius, S.E.R., Befort, C., Blanks, E.H., Sollenberger, S., Nicpon, M.F. and Huser, L. (2005). Body image, self-esteem, and health-related behaviors among

- male and female first year college students. *Journal of College Student Development*, 46(6), 612-623.
- Mesnik, J. (2008). *Attachment style as a mediating factor in the relationship between parental bonding and disordered eating and body dissatisfaction*. Unpublished Doctoral Dissertation. New Jersey: Fairleigh Dickinson University, University College Arts, Sciences, Professional Studies.
- Möller, A.T. and Bothma, M.E. (2001). Body dissatisfaction and irrational beliefs. *Psychological Reports*, 88(2), 423-430.
- Myers, T.A. and Crowther, J.H. (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(4), 683-698.
- Parent, M.C. (2013). Clinical considerations in etiology, assessment, and treatment of men's muscularity-focused body image disturbance. *Psychology of Men and Masculinity*, 14(1), 88-100.
- Pinkasavage, E., Arigo, D. and Schumacher, L.M. (2015). Social comparison, negative body image, and disordered eating behavior: The moderating role of coping style. *Eating Behaviors*, 16, 72-77.
- Rohner, R.P. (2016). Introduction to interpersonal acceptance-rejection theory (IPARTheory) and evidence. *Online Readings in Psychology and Culture*, 6(1), 4.
- Rudiger, J.A. and Winstead, B.A. (2013). Body talk and body-related co-rumination: Associations with body image, eating attitudes, and psychological adjustment. *Body Image*, 10(4), 462-471.
- Schaefer, M.K. and Salafia, E.H.B. (2014). The connection of teasing by parents, siblings, and peers with girls' body dissatisfaction and boys' drive for muscularity: The role of social comparison as a mediator. *Eating Behaviors*, 15(4), 599-608.
- Schilder, P. (1950). *The image and appearance of the human body*. London: Routledge.
- Sharpe, T.M., Killen, J.D., Bryson, S.W., Shisslak, C.M., Estes, L.S., Gray, N. ... and Taylor, C. B. (1998). Attachment style and weight concerns in preadolescent and adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 23(1), 39-44.
- Slaughter, J.R. and Sun, A.M. (1999). In pursuit of perfection: A primary care physician's guide to body dysmorphic disorder. *American Family Physician*, 60(6), 1738-1742.
- Smith, R.H. (2000). Assimilative and contrastive emotional reactions to upward and downward social comparisons. J. Suls and L. Wheeler (Eds.), *Handbook of Social Comparison: Theory and Research* In (pp. 173-200). New York: Plenum Publisher.
- Smolak, L. (2002). Body image development in children. T.F. Cash and T. Pruzinsky (Eds), In *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 65-73). USA: Guilford Press.
- Spangler, D.L. (2002). Testing the cognitive model of eating disorders: The role of dysfunctional beliefs about appearance. *Behavior Therapy*, 33(1), 87-105.
- Strahan, E.J., Wilson, A.E., Cressman, K.E. and Buote, V.M. (2006). Comparing to perfection: How cultural norms for appearance affect social comparisons and self-image. *Body Image*, 3(3), 211-227.
- Şahin, N.H. and Şahin, N. (1992). How dysfunctional are the dysfunctional attitudes in another culture? *British Journal of Medical Psychology*, 65(1), 17-26.
- Tatangelo, G.L. and Ricciardelli, L.A. (2017). Children's body image and social comparisons with peers and the media. *Journal of Health Psychology*, 22(6), 776-787.
- Teközel, M. (2000). *Sosyal karşılaştırma süreçlerinde benliğin olumlu değerlendirilmesi ihtiyacının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Tiggemann, M. (2002). Media influences on body image development. T.F. Cash and T. Pruzinsky (Eds), In *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 91-98). USA: Guilford Press.
- Tunç, A. (2007). *Ergenlerin olumsuz beden imgelerine yönelik geliştirilen bilişsel-davranışçı ve değiştirilmiş sanat terapisi programlarının etkililiklerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Vocks, S., Wächter, A., Wucherer, M. and Kosfelder, J. (2008). Look at yourself: Can body image therapy affect the cognitive and emotional response to seeing oneself in the mirror in eating disorders? *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 16(2), 147-154.
- Wang, K., Liang, R., Ma, Z.L., Chen, J., Cheung, E.F., Roalf, D.R., Gur, R.C. and Chan, R.C. (2018). Body image attitude among Chinese college students. *PsyCh Journal*, 7(1), 31-40.
- Webb, H.J., Zimmer-Gembeck, M.J., Waters, A.M., Farrell, L.J., Nesdale, D. and Downey, G. (2017). "Pretty Pressure" From Peers, Parents, and the Media: A Longitudinal Study of Appearance-Based Rejection Sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 27(4), 718-735.
- Weissman, A.N. and Beck, A.T. (1978). *Development and validation of the Dysfunctional Attitude Scale: A preliminary investigation*. Toronto, Ontario: Annual Meeting of The American Educational Research Association.
- White, C.A. (2000). Body image dimensions and cancer: A heuristic cognitive behavioural model. *Psycho-Oncology: Journal of the Psychological, Social and Behavioral Dimensions of Cancer*, 9(3), 183-192.
- Wilhelm, S. (2006). *Feeling good about the way you look: A program for overcoming body image problems*. USA: Guilford Press.
- Winstead, B.A. and Cash, T.F. (1984). *Reliability and validity of the Body-Self Relations Questionnaire: A new measure of body image*. New Orleans, LA: Southeastern Psychological Association.
- Yanarca-Uras, B. (2004). *Body satisfaction and depression systems relationship among university students: The mediating role of self esteem*. Unpublished Master's Thesis. Ankara: Middle East Technical University, Graduate School of Social Sciences.
- Yavuzer, H. (2016). *Çocuk eğitimi el kitabı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yumurtacı, D. (2012). *Predictors of body image among university students*. Unpublished Master's Thesis. Ankara: Middle East Technical University, Graduate School of Social Sciences.







## ÖZ-ANLAYIŞ DÜZEYİ İLE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİ: OTOMATİK DÜŞÜNCELERİN ARACI ETKİSİ\*

Rumeysa HOŞOĞLU<sup>1</sup>

ÖZ

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin öz-anlayış düzeyleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin aracı etkisi incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu 166 kadın, 120 erkek toplam 286 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada veriler Öz-Anlayış Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Otomatik Düşünceler Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Veriler betimsel analizler, Pearson Korelasyon Testi ve Yapısal Eşitlik Modeli Analizi ile incelenmiştir. Sonuçlar öz-anlayış ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki, öz-anlayış ile otomatik düşünceler ve otomatik düşünceler ile yaşam doyumunu arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Araştırma kapsamında test edilen modelde, yaşam doyumunu ölçmek amacıyla kullanılan Yaşam Doyumu Ölçeğinin her maddesi "yaşam doyumunu" örtük değişkeni için birer gözlenen değişken olarak ele alınmıştır. Otomatik düşünce düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılan Otomatik Düşünceler Ölçeğinin her alt boyutundan elde edilen toplam puanlar "otomatik düşünceler" örtük değişkene ait gözlenen değişken olarak modele alınmıştır. Araştırmada "öz-anlayış" örtük değişkeni için Öz-Anlayış Ölçeği tek boyutlu bir yapıda olduğundan parselleme yöntemi ile üç parsel atanmıştır. Model testinde iki aşamalı bir yaklaşım tercih edildiğinden dolayı, önce modele ait olan ölçüm modeli test edilmiş, sonra test edilmek üzere ortaya konan yapısal model test edilmiştir. Analiz sonucunda ortaya çıkan modelin veri seti ile iyi uyuma sahip olduğu ortaya konmuştur. Sonra yapısal model testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda modelin veri seti ile iyi uyuma sahip olduğu belirlenmiştir. Yapısal modelin test edilmesinden sonra aracılık ilişkilerinin test edilmesi aşamasına geçilmiştir. Ki-kare Farklılık Testi sonucuna göre öz-anlayıştan yaşam doyumuna giden yolun çıkarılması modelde anlamlı bir bozulma olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak elde edilen veriler, öz-anlayış ile yaşam doyumunu arasında otomatik düşüncelerin kısmi aracı etkisinin olduğunu göstermiştir. Elde edilen bulgular literatüre dayanarak tartışılmıştır.

### Anahtar Kelimeler

Öz-Anlayış, Yaşam Doyumu, Otomatik Düşünceler, Üniversite Öğrencileri

## THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-COMPASSION AND LIFE SATISFACTION: AUTOMATIC THOUGHTS AS A MEDIATOR

### ABSTRACT

In this study, the mediating effect of automatic thoughts on the relationship between self-compassion and life satisfaction of university students was investigated. The study group consisted of 286 university students (166 females and 120 males). The Self-Compassion Scale, the Satisfaction with Life Scale and the Automatic Thoughts Scale were used to collect data from subjects. Descriptive statistics, Pearson's correlation, and structural equation model analysis were used to analyze the data. The results of the study revealed that while self-compassion is positively correlated with life satisfaction; both self-compassion and automatic thoughts are negatively correlated with automatic thoughts. In the model tested within the current study, each item of the Satisfaction with Life Scale which was used the measure participants' life satisfaction level is used as an observed variable for the latent variable of "life satisfaction". The total scores obtained from each sub-scale of the Automatic Thoughts Scale which was used to determine the frequency of automatic thoughts is used as an observed variable for the latent variable of "automatic thoughts". Due to the unidimensional structure of the Self-Compassion Scale, three parcels were created by parceling method for the latent variable of "self-compassion". Since the two-step procedure was used in the model, the measurement model was tested before examining the structural relationships. As a result of the analysis, the initial tests showed a satisfactory model fit. After the structural model was tested and it showed a satisfactory model fit. Just after the structural model was tested, the mediating effect was tested. According to the results of chi-square test, discarding the path from self-compassion to life satisfaction caused a deterioration in the model. As a result, the results showed that automatic thoughts had a partial mediator effect between self-compassion and life satisfaction. The findings were discussed based on the literature.

### Key Words

Self-Compassion, Life Satisfaction, Automatic Thoughts, University Students

\*Bu çalışma, 21. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

<sup>1</sup>Dr. Öğr. Üyesi, Kapadokya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu, Nevşehir, e-mail: rumeysa.hosoglu@kapadokya.edu.tr, ORCID: 0000-0003-3033-2965

**Alıntı:** Hoşoğlu, R. (2020). Öz-anlayış düzeyi ile yaşam doyumunu arasındaki ilişki: Otomatik düşüncelerin aracı etkisi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 37-49.

## Giriş

Öz-anlayış, bireyin ıstırap ve acı içindeyken, kendine karşı şefkat ve nezaket içinde bir anlayışa sahip olmasını, yetersizlik ve başarısızlıkları karşısında eleştirici olmayan bir tutum takınmasını ve kişisel yaşantılarını kabul etmesini içeren sağlıklı ve pozitif bir tutumdur (Neff, 2003a, 2003b). Neff'e (2003b) göre, öz-anlayış bir ucu şefkatli bir ucu merhametsiz davranışı temsil eden iki kutuplu, üç ana bileşeni içermektedir. Bunlar, (a) kendi kendini yargılamaya karşı kendine şefkat göstermek, bir diğer ifadeyle bireyin kendine karşı nazik, destekleyici ve anlayışlı olması. (b) İzole edilmişlik hissine karşı ortak insanlık duygusuna sahip olmak, bir diğer ifadeyle bireyin kendi yaşantılarını kişisel olmak yerine tüm insanlığın deneyimleyebileceği yaşantılar olarak hissetmesi. Öz-anlayışı yüksek olan bireyler kişisel eksiklikleri için kendilerini sert bir şekilde eleştirmek yerine, kendilerine sıcaklık/yakınlık gösterirler ve kendilerini koşulsuz kabul ederler. Bu bireyler 'ortak insanlık duygusu'na sahip olarak, yalnızca kendilerinin değil, tüm insanların başarısız, hatalı ve kusurlu olabileceğinin, ciddi yaşam zorlukları yaşayabileceklerinin farkındadırlar. Son olarak (c) kendini başkalarıyla aşırı özdeşleştirmeye karşı farkındalık, bir diğer ifadeyle bireyin, görmezden gelmeden veya büyütmeden dengeli bir şekilde, acı verici düşünce ve duygularının bilincinde olması. Bu çeşitli bileşenler, öz anlayışın çerçevesini temsil etmektedir (Neff, 2016).

Örneğin, öz-anlayışa sahip bir birey, başarısızlık gibi, acı veren bir yaşantı içindeyken, kendine "Şu anda ne yapabilirim?" diye sorar ve "Bu dünyanın sonu değil" şeklinde düşünerek aşırı özdeşleştirme duygularını azaltır. Başarısızlığın insan hayatının bir parçası olduğunu hatırlar ve "Bazen başarısız olmak normaldir" şeklinde düşünerek kendini yatıştırır. Böylelikle izolasyon duygusunu azaltarak bunun sadece kendi başına gelmediğine yönelik farkındalığını artırır. Olumsuz bir yaşantı deneyimlerken kendi kendine karşı nazik ve anlayışlı olmak, bireyin sert bir şekilde kendini yargılama davranışını azaltır ve "Birçok insan bu sorunlarla mücadele ediyordur" şeklinde gelişen bir düşünce, bireyde ortak insanlık duygularını artırır (Neff, 2015).

Yapılan araştırmalar öz-anlayışın psikolojik iyi oluş (Sarıcaoğlu, 2011; Zessin ve ark. 2015), mutluluk, iyimserlik (Hollis-Walker ve Colosimo 2011; Neff ve ark. 2007a, 2007b), ahlaki değer ve affedicilik (Sarıçam ve Biçer, 2015), yüksek motivasyon, olumlu beden imgesi, etkili başa çıkma (Albertson ve ark. 2014; Sbarra ve ark. 2012), duygusal zeka (Heffernan ve ark. 2010; Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007) gibi değişkenlerle olumlu yönde ilişkili olduğunu ortaya koyarken; ruminasyon (Johnson ve O'Brien, 2013; Raes, 2010), mükemmeliyetçilik ve başarısızlık korkusu (Neff, 2003a; Neff ve ark., 2005), depresyon (Raes, 2010), kaygı (Arimitsu ve Hofmann, 2015), boşanma (Sbarra ve ark. 2012), algılanan stres (Finlay-Jones, Rees ve Kane, 2015; Sümer, 2008) ve kronik ağrı (Costa ve Pinto-Gouveia, 2011) gibi değişkenlerle olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermektedir.

Öz-anlayış, bireyin kendine yönelik aşırı yargılayıcı kötü düşüncelere sahip olmasına karşı, pozitif bir kişisel yaklaşımdır (Neff, 2003a). Bu bağlamda öz-anlayış kavramının olumlu ve olumsuz otomatik düşünceler ile yakın bir ilişkiye sahip olduğu söylenebilir. Beck (1979) bireyin bir olaya ilişkin önceden düşünülmemiş, kendiliğinden gelen, anlık yorumlarını otomatik düşünceler olarak tanımlamaktadır. Benzer şekilde Calvete ve Cardenoso (2002) da otomatik düşünceleri, bireyin kendisiyle, dünyayla ve başkalarıyla olan ilişkileriyle ilgili düşünce ve inançlarını ifade eden bilişsel ürünler olarak tanımlamışlardır.

Otomatik düşünceler, olumlu/olumsuz, özgül ve otonom yapılarıyla çok geniş bir içeriğe sahiptirler (Freeman, Pretzer, Fleming ve Simon, 1990). Bu düşünceler belirli ortamlarda, bilinçli bir çaba veya kontrol olmadan akla gelmektedir (Beck, 1995). Çoğunlukla birey tarafından olayların abartılmış ve çarpıtılmış olarak algılanmasına neden oldukları için (Beck, 1995), ruh hali üzerinde güçlü bir etkiye sahip olabilmektedirler (Piasecki ve Hollon, 1987). Yalnızca psikolojik bir hastalığa sahip bireylere has olmayan otomatik düşünceler, hemen hemen her bireyde görülebilmektedir (Beck, 2005). Bu düşünceler çoğunlukla bireyin çevresindeki diğer kişiler tarafından anlamsız ve mantıksız bulunsa da birey için oldukça gerçekçi ve anlamlı görünmektedirler (Beck, 1995). Araştırmalar, otomatik düşüncelerin

psikolojik ve fiziksel iyi oluş halini etkilediğini göstermektedir. Örneğin yapılan araştırmalar otomatik düşüncelerin kaygı ve depresyon (Calvete ve Connor-Smith, 2005) ile olumlu yönde; iyimserlikle (Caryk ve Walker, 1986; Seligowski, Miron ve Orcutt, 2014) olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermektedir.

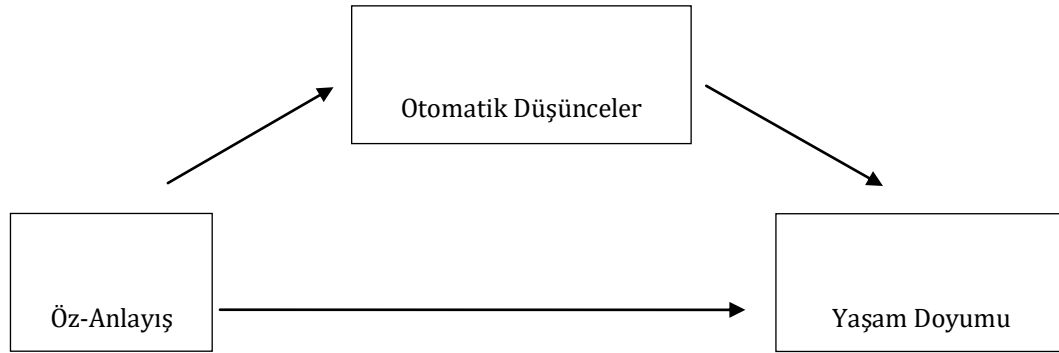
Otomatik düşünceler ve öz-anlayışın ilişkili olduğu önemli değişkenlerden biri de yaşam doyumudur. Olumsuz otomatik düşüncelere sahip olma, hatalarından dolayı kendini aşırı suçlama, başına gelen olumsuz yaşantıların sadece kendi yaşamında olduğunu düşünme gibi faktörler gençlerin kaygı seviyelerini arttırabilmektedir (Neff, 2003a). Bu durum da gençlerin yaşam doyumlarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Yapılan araştırmalar, öz-anlayışın yaşam doyumuyla olumlu yönde ilişkili olduğunu (Alibekiroğlu, Akbaş, Bulut-Ateş ve Kırdök, 2018; Heffernan, vd., 2010; Van-Dam, Sheppard, Forsyth ve Earleywine, 2011) ve öz-anlayış müdahalelerinin bireylerin yaşam doyumlarını arttırdığını gösterirken (Neff ve Germer, 2013; Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011); otomatik düşüncelerin yaşam doyumunu ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu (Jolly ve Wiesner, 1996) ortaya koymuştur.

Üniversite dönemindeki gençlerin, yaşam doyumunu düzeyleri çok çeşitli değişkenlerle ilişkilidir. İlgili literatür incelendiğinde de öz-anlayış, otomatik düşünceler ve yaşam doyumunu kavramlarının ilişkili değişkenler olduğu gözlenmektedir. Fakat bu değişkenler arasındaki ilişkide aracı etkinin var olup olmadığı bilinmemektedir. Öz-anlayışın yaşam doyumunu artırma yollarını ortaya çıkarmanın, öz-anlayışı geliştirme eğitimlerinin birey üzerindeki klinik etkilerinin anlaşılmasını kolaylaştıracağı düşünülmektedir.

### Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, öz-anlayış düzeyi ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi ortaya koymak ve bu ilişkide otomatik düşüncelerin aracı etkisini incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç için yapılandırılan araştırma modeli ve araştırma soruları aşağıdaki şekliyle ifade edilebilir:

### Şekil 1. Araştırma modeli



1. Öz-anlayış düzeyi, yaşam doyumunu ve otomatik düşünceler arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Öz-anlayış düzeyi ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin aracı etkisi var mıdır?

### Yöntem

#### Araştırmanın Modeli

Öz-anlayış, otomatik düşünceler ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkileri inceleyen bu araştırma ilişkiyel tarama modeline göre tasarlanmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analiz edilip yorumlanmasında nicel yaklaşım kullanılmıştır.

#### Çalışma Grubu

Araştırmada veriler, 2018-2019 eğitim öğretim yılında Kapadokya Meslek Yüksekokulu'nda öğrenim gören 300 öğrenciden toplanmıştır. Ancak ölçek setini hatalı doldurduğu tespit edilen 14 öğrenci değerlendirme dışı bırakılmış, veriler 286 katılımcı üzerinden değerlendirilmiştir. Çalışma grubunun seçiminde uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Katılımcıların 166'sı kadın (%58), 120'si erkektir (%42). Yaş ortalaması 20 olan katılımcıların yaş aralıkları 18 ile 24 arasında

değişmektedir. Katılımcıların 259'u Kapadokya Meslek Yüksekokulu'nda, 27'si Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu'nda öğrenim görmektedir ve 178'i birinci sınıfta (%62.2), 108'i ikinci sınıfta (%37.8) okumaktadır.

### Veri Toplama Araçları

**Öz-Anlayış Ölçeği:** Neff (2003b) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Deniz ve arkadaşları (2008) tarafından yapılmıştır. Tek boyutlu olan ölçek, 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert bir yapıya sahiptir. Elde edilen yüksek puanlar bireyin öz-anlayışının yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alfa değeri 0.89'dur (Deniz vd., 2008). Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısı 0.87 bulunmuştur.

**Yaşam Doyumu Ölçeği:** Ölçek 5 maddeden ve tek faktörden meydana gelmektedir (Köker, 1991). Yedili likert tipi olan ölçme aracında maddeler, (7) Çok uygun, (1) Hiç uygun değil şeklinde puanlanmaktadır. Elde edilen yüksek puanlar bireyin yaşam doyumunun yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0.85'dir (Köker, 1991). Bu çalışmada Cronbach alfa değeri 0.81 bulunmuştur.

**Otomatik Düşünceler Ölçeği:** Hollon ve Kendall (1980) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlamasını Şahin ve Şahin'in (1992) yaptığı ölçek 30 maddeden ve beş boyuttan oluşmaktadır. 5'li likert tipi olan ölçme aracında maddeler, (5) Hep aklımdan geçti, (1) Hiç aklımdan geçmedi şeklinde puanlanmaktadır. Elde edilen yüksek puanlar olumsuz otomatik düşüncelerin sıklığını göstermektedir. Ölçeğe ait Cronbach alfa katsayısı 0.93'tür (Şahin ve Şahin, 1992). Bu çalışmada Cronbach alfa değeri 0.96 bulunmuştur.

**Demografik Bilgi Formu:** Katılımcılara kişisel bilgilerine ilişkin soruların sorulduğu form, araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

### Verilerin Toplanması

Veri toplamaya başlamadan önce, Kapadokya Üniversitesi'nden etik kurul izni alınmıştır. Daha sonra, ölçek seti, araştırmacı tarafından, araştırmaya katılmak için gönüllü olan katılımcılara, ders saatleri içinde uygulanmıştır. Uygulama öncesinde katılımcılara araştırmanın amacı ve ölçek seti hakkında bilgi verilmiştir. Ölçek setinin yapılması 30 dakika sürmüştür.

### Verilerin Analizi

Verilerin analizi için; betimsel analizler, Pearson Korelasyon Testi ve Yapısal Eşitlik Modeli Analizi uygulanmıştır. Yapısal Eşitlik Modeli Analizinde, Baron ve Kenny'nin (1986) önerdiği gibi, öncelikle bağımlı, bağımsız ve aracı değişkenler arasındaki ilişkiler ortaya konulmuştur. Daha sonra aracı değişken ile bağımsız değişken bir arada analiz edildiğinde bağımsız değişkenin, bağımlı değişken üzerinde ortaya çıkardığı anlamlılık incelenmiştir. Baron ve Kenny'ye (1986) göre bu anlamlılık ortadan kalkmalı veya azalmalıdır. Analizler SPSS ve AMOS yazılım programları kullanılarak yapılmıştır. Manidarlık 0.05 düzeyinde sınanmıştır.

### Bulgular

Katılımcıların öz-anlayış, yaşam doyumu ve otomatik düşüncelerini gösteren betimleyici (tanımlayıcı) istatistikler Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1. Katılımcıların öz-anlayış, yaşam doyumu ve otomatik düşüncelerine ilişkin betimleyici (tanımlayıcı) istatistikler**

Değişkenler	N	En düşük	En yüksek	$\bar{X}$	Ss	
Öz-Anlayış	286	36	115	76.1853	16.02401	
Yaşam Doyumu	286	5	25	15.9196	4.62076	
Otomatik Düşünceler	Kişinin Kendine Yönelik Negatif Duygu ve Düşünceleri	286	13	65	26.3916	12.04438
	Şaşkınlık-Kaçma Fantezileri	286	6	30	14.4126	6.32492
	Kişisel Uyumsuzluk ve Değişme İstekleri	286	3	15	7.9126	3.39288
	Yalnızlık ve İzolasyon	286	4	20	9.6329	3.99493
	Ümitsizlik	286	4	20	7.8890	4.34816

Kullanılacak istatistik teknikleri belirlemek için verilerin dağılımının normal olup olmadığı analiz edilmiştir. Değişkenlere ait çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2. Çarpıklık ve basıklık katsayıları**

Değişkenler	N	Çarpıklık	Basıklık	
Öz-Anlayış	286	-,083	-,521	
Yaşam Doyumu	286	-,069	-,651	
Otomatik Düşünceler	Kişinin Kendine Yönelik Negatif Duygu ve Düşünceleri	286	1,139	,573
	Şaşkınlık-Kaçma Fantezileri	286	,658	-,447
	Kişisel Uyumsuzluk ve Değişme İstekleri	286	,409	-,650
	Yalnızlık ve İzolasyon	286	,602	-,296
	Ümitsizlik	286	1,016	,193

Tablo 2 incelendiğinde, çarpıklık ve basıklık değerlerinin beklenen aralıkta (-1,5 ile +1,5 arasında) yer aldığı gözlenmektedir. Bu nedenle, bu araştırmada kullanılan değişkenlere ait puanların normal dağılıma sahip olduğu söylenebilir. Değişkenlerin birbirleri ile olan ilişkileri Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılarak sınanmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Elde edilen sonuçlar Tablo 3’te sunulmuştur.

**Tablo 3. Pearson korelasyon katsayıları**

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
(1) Öz-Anlayış	-	,432*	-,544*	-,518*	-,489*	-,501*	-,473*
(2) Yaşam Doyumu		-	-,446*	-,470*	-,494*	-,370*	-,421*
(3) Kişinin Kendine Yönelik Negatif Duygu ve Düşünceleri (KKYNDD)			-	,824*	,745*	,802*	,802*
(4) Şaşkınlık-Kaçma Fantezileri				-	,780*	,758*	,786*
(5) Kişisel Uyumsuzluk ve Değişme İstekleri					-	,677*	,720*
(6) Yalnızlık ve İzolasyon						-	,703*
(7) Ümitsizlik							-

\*p&lt;0.01

Tablo 3 incelendiğinde, öz-anlayış değişkeni ile yaşam doyumu değişkeni arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki ( $r=0.432$ ), diğer değişkenler arasında, negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki ( $r_{KKYNDD}=-0.544$ ;  $r_{Şaşkınlık-Kaçma Fantezileri}=-0.518$ ;  $r_{Kişisel Uyumsuzluk ve Değişme İstekleri}=-0.489$ ;  $r_{Yalnızlık ve İzolasyon}=-0.501$ ;  $r_{Ümitsizlik}=-0.473$ ) olduğu görülmektedir.

Yaşam doyumu değişkeni ile otomatik düşünceler değişkeninin alt boyutlarından kişinin kendine yönelik negatif duygu ve düşünceleri ( $r=-0.446$ ), şaşkınlık-kaçma fantezileri ( $r=-0.470$ ), kişisel uyumsuzluk ve değişme istekleri ( $r=-0.494$ ) ve ümitsizlik ( $r=-0.421$ ) arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki, yalnızlık ve izolasyon değişkeni arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki ( $r=-0.37$ ) olduğu görülmektedir.

Araştırma kapsamında ortaya konan yapısal modeller test edilirken modellerde yer alan gözlenen değişkenlere ait betimleyici değerler Tablo 4'te sunulmuştur.

**Tablo 4. Gözlenen değişkenlere ait betimsel istatistikler**

Gözlenen Değişkenler	$\bar{X}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık
YD1	3.29	1.12	-.25	-.49
YD2	3.15	1.03	-.11	-.28
YD3	3.64	1.24	-.64	-.45
YD4	3.33	1.25	-.29	-.89
YD5	2.51	1.43	.46	-1.16
OzPar1	24.94	5.93	-.08	-.37
OzPar2	25.50	5.99	-.12	-.36
OzPar3	25.74	5.79	-.03	-.68
Kişinin kendine yönelik negatif duygu ve düşünceleri	26.39	12.04	1.14	.57
Şaşkınlık-Kaçma fantezileri	14.41	6.32	.66	-.45
Kişisel uyumsuzluk ve değişme istekleri	7.91	3.39	.41	-.65
Yalnızlık ve izolasyon	9.63	3.99	.60	-.30
Ümitsizlik	8.40	4.35	1.02	.19

YD1-5: Yaşam Doyumu Ölçeği maddeleri. OzPar1-3: Üç parsel, Öz-Anlayış Ölçeğinden üretilmiş.

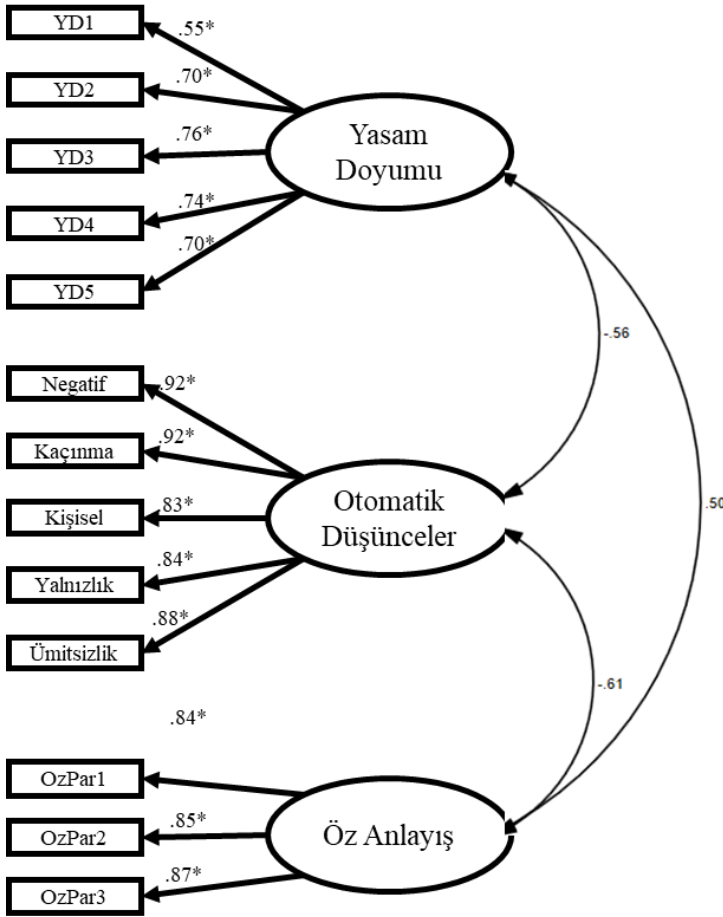
Verilen değerler incelendiğinde çarpıklık ve basıklık değerlerinin çok değişkenli normalite varsayımları arasında olduğu gözlenmektedir. Çokluk ve diğerlerine göre (2012) çok değişkenli normalite varsayımlarında ölçüt, çarpıklık değerinin  $>2$ , basıklık değerinin ise  $>7$  olmamasıdır. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde, gözlenen

değişkenlere ait çarpıklık ve basıklık değerlerinin normalden aşırı sapma göstermediği söylenebilir.

Araştırma kapsamında test edilen modelde, yaşam doyumunu ölçmek amacıyla kullanılan ilgili ölçeğin her bir maddesi “yaşam doyumunu” örtük değişkeni için teker teker gözlenen değişken olacak şekilde analize dahil edilmiştir. Otomatik düşünce düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılan Otomatik Düşünceler Ölçeğinin her boyutundan alınan puanların toplamı “otomatik düşünceler” örtük değişkene ait birer gözlenen değişken olarak oluşturulan modele ilave edilmiştir. Araştırmada “öz-anlayış” örtük değişkeni için de Öz-Anlayış Ölçeği tek boyutlu bir yapıda olduğundan parselleme yöntemi ile üç parsel atanmıştır.

Model testinde iki aşamalı yaklaşım benimsenmiştir. Bundan dolayı önce modele ait olan ölçüm modeli test edilmiş sonra test edilmek için karar verilen yapısal model test edilmiştir (Şekil 1). Verilerin analiz edilmesinin sonucunda meydana gelen modelin uyum iyiliği değerlerinin  $\chi^2/sd$  ( $133.64/62$ )=2.16;  $p=0.001$ ; GFI=.93; AGFI=.90; CFI=.97; NFI=.95; RMSEA=.064 (90% güven aralığında RMSEA=.049-.079) şeklinde olduğu görülmüş, modelin veri seti ile gösterdiği uyumun iyi olduğu belirlenmiştir. Yapılan analiz sonrasında oluşan modele ait çıktı, Şekil 2’de sunulmuştur.

**Şekil 2. Yapısal modele ait ölçüm modeli (standardize katsayılar)**



\* $p<0.01$ , YD1-5: Yaşam Doyumu Ölçeği maddeleri. OzPar1-3: Üç parsel, Öz-Anlayış Ölçeğinden üretilmiş.

Yapısal modelle oluşturulan ölçüm modeli analiz edildiğinde ortaya çıkan, örtük değişkenlere ait korelasyon değerleri Tablo 5’te yer almaktadır.

**Tablo 5. Örtük değişkenlere ilişkin korelasyonlar**

Örtük Değişkenler	1	2	3
1. Yaşam Doyumu	-	-0.52*	0.50*
2. Otomatik Düşünceler		-	-0.61*
3. Öz-Anlayış			-

\* $p<0.01$



Verilen korelasyon değerleri incelendiğinde, yaşam doymu, öz-anlayış ve otomatik düşünceler arasındaki ilişkilerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Test edilmek istenen yapısal modelde bulunan gözlenen değişkenler arasındaki ilişkileri gösteren korelasyonlar Tablo 6'da sunulmuştur.

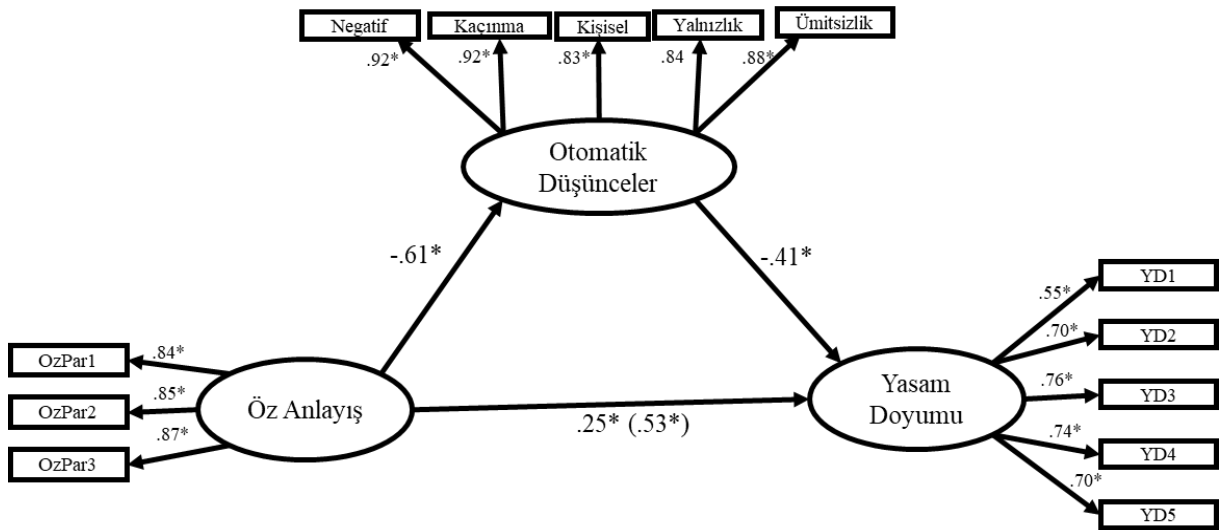
**Tablo 6. Gözlenen değişkenler arası ilişkiler**

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. YD1	.35*	.38*	.44*	.34*	.30*	.27*	.26*	-.33*	-.34*	-.35*	-.30*	-.26*
2. YD2	-	.56*	.55*	.46*	.25*	.26*	.16*	-.31*	-.29*	-.31*	-.21*	-.32*
3. YD3	-	-	.52*	.51*	.40*	.39*	.35*	-.44*	-.43*	-.44*	-.37*	-.44*
4. YD4	-	-	-	.55*	.29*	.29*	.23*	-.32*	-.32*	-.32*	-.21*	-.30*
5. YD5	-	-	-	-	.34*	.31*	.31*	-.35*	-.42*	-.46*	-.35*	-.35*
6. OzPar1	-	-	-	-	-	.70*	.75*	-.42*	-.41*	-.38*	-.38*	-.35*
7. OzPar2	-	-	-	-	-	-	.72*	-.56*	-.55*	-.50*	-.52*	-.51*
8. OzPar3	-	-	-	-	-	-	-	-.47*	-.45*	-.43*	-.46*	-.42*
9. Negatif	-	-	-	-	-	-	-	-	.84*	.73*	.79*	.81*
10. Kacınma	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.78*	.76*	.81*
11. Kisisel	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.69*	.74*
12. Yalnızlık	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.72*
13. Umitsizlik	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

\* $p < 0.01$ , YD1-5: Yaşam Doymu Ölçeği maddeleri. OzPar1-3: Üç parsel, Öz-Anlayış Ölçeğinden üretilmiş.

Test edilmesi amaçlanan modele ait ölçüm modelinin test edilmesinin ardından yapısal model testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda oluşan uyum iyiliği değerlerinin  $\chi^2/sd$  ( $133.64/62$ )=2.16;  $p=0.001$ ;  $GFI=.93$ ;  $AGFI=.90$ ;  $CFI=.97$ ;  $NFI=.95$ ;  $RMSEA=.064$  (90% güven aralığında  $RMSEA=.049-.079$ ) şeklinde olduğu, modelin veri seti ile iyi uyuma sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Analiz neticesinde meydana gelen model Şekil 3'te sunulmuştur.

**Şekil 3. Yapısal modelde hesaplanan standardize edilmiş yol katsayıları**



\* $p < 0.05$

Model analizi sonucuna göre, öz-anlayışın, otomatik düşünceleri ( $\beta = -.61$ ,  $p < 0.05$ ), ve yaşam doymunu ( $\beta = .25$ ,  $p < 0.05$ ), buna ek olarak otomatik düşüncelerin de yaşam doymunu ( $\beta = -.41$ ,  $p < 0.05$ ) anlamlı bir şekilde yordadığı ifade edilebilir. Aynı zamanda, öz-anlayış ve otomatik düşünceler değişkenlerinin birlikte yaşam doymunun %36'sını açıkladığı belirlenmiştir.

Yapısal modelin testinden sonraki aşamada aracılık ilişkilerin testi safhasına geçilmiştir. İç içe geçmiş modeller stratejisine göre aracılık etkisinin test edilmesi, yapısal modelden aracılık ile ilişkili yolların çıkarılarak veya eklenerek modeldeki

bozulmanın veya iyileşmenin Ki-Kare farklılık testi ile belirlenmesine dayanmaktadır. Öz-anlayış ile yaşam doymu arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin aracılık etkisinin test edilmesi için öz-anlayıştan yaşam doyumuna giden yol modelden silinerek modeldeki bozulma değerlendirilmiştir.

Öz-anlayıştan yaşam doyumuna giden yol modelden çıkarıldığında uyum değerlerinin;  $\chi^2/sd$  (144.28/63)=2.29;  $p=0.001$ ; GFI=.93; AGFI=.90; CFI=.97; NFI=.95; RMSEA=.067 (90% güven aralığında RMSEA=.053-.082) şeklinde olduğu belirlenmiştir.

Ki-kare farklılık testi sonucuna göre öz-anlayıştan yaşam doyumuna giden yolun çıkarılmasıyla modelde anlamlı bir bozulma olduğu belirlenmiştir (10.64, 1:  $p<0.05$ ). Bir başka deyişle, tam aracılığın olmadığı kanıtlanmıştır. Bu durumda model, Şekil 3'te verilen hali ile yani kısmi aracı model olarak kabul edilmiştir.

Ayrıca, modelde yer alan dolaylı etkilerin anlamlılığının belirlenmesi için Sobel testi gerçekleştirilmiştir. Bu test sonucunda kısmi aracılı modele ilişkin dolaylı etkilerin anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $z=4.59$ ,  $p<0.001$ ).

Neticede, öz-anlayış ile yaşam doymu arasındaki ilişki .53'den .25'e gerilemiştir ve istatistiksel olarak anlamlı kalmaya devam etmiştir. Dolayısıyla, öz-anlayış ile yaşam doymu arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin kısmi aracılık etkisinin bulunduğu söylenebilir.

### Tartışma ve Sonuç

Yapılan araştırmada öncelikle öz-anlayış, yaşam doymu ve otomatik düşünceler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar öz-anlayış ile yaşam doymu arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü bir ilişki bulunduğunu göstermiştir. Öz anlayış düzeyi yüksek olan bireylerin psikolojik sağlıklarının ve dolayısıyla yaşam doyumlarının daha yüksek olması beklenir (Neff, 2003b). Bu bireylerin kendi hatalarından kaynaklanan durumlarda kendilerine olumsuz olarak yüklenmek, kendilerini yargılamak, cezalandırmak gibi tutumlar sergilemedikleri için kendilerini ve yaşamlarını daha pozitif bir bakış açısıyla yorumladıkları söylenebilir.

Diğer bir sonuç, öz-anlayış ile otomatik düşünceler arasında orta düzeyde negatif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Öz anlayış ile yüksek oranda ilişkili olan kavramlardan biri kaygı verici düşüncelerdir (Neff, 2003b). Öz anlayış düzeyi yüksek olan bireyler stresli olaylar karşısında kendilerine dönük olarak eleştirel ve yıkıcı düşüncelere sahip olmak yerine merhametli bir düşünce tarzı sergilemektedirler (Neff, 2003a,b). Bu kişiler olumsuz düşüncelerle ve duygularla dengeli bir şekilde başa çıkabilir ve depresyon, anksiyete gibi olumsuz duygu durumları daha az yaşarlar (Neff, 2011). Bu nedenle ortaya çıkan sonucun literatürle uyumlu olduğu ifade edilebilir.

Diğer taraftan sonuçlar, yaşam doymu ve otomatik düşünceler arasında da orta düzeyde negatif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Bireylerin stres verici yaşam olaylarıyla etkin bir biçimde başa çıkabilmeleri düşünce tarzlarından etkilenmektedir (Aysan, 1988). Olumsuz otomatik düşünceleri yüksek olan bireylerin stresle başa çıkarken boyun eğici başa çıkma davranışlarını kullandıkları ve bunun sonucunda yaşam doyumlarının düşük olduğu görülmektedir (Akbağ, 2000). Tam tersi olarak, olumsuz otomatik düşünceleri düşük olan bireylerin ise stresle başa çıkarken iyimser başa çıkma davranışlarını kullandıkları ve bunun sonucunda yaşam doyumlarının yüksek olduğu görülmektedir (Akbağ, 2000). Bu nedenlerle bireyin kendine, geleceğe ve yaşamına dair olumsuz düşünceleri azaldıkça yaşam doyumunun artması beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Değişkenler arasında anlamlı ilişkiler elde edildikten sonra, ortaya çıkan model, yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Analiz sonucunda üniversite öğrencilerinde öz-anlayış ile yaşam doymu arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin kısmi aracı etkisi olduğu bulunmuştur. Öz-anlayış ve psikolojik iyi oluş arasındaki bir arabulucu, olumlu otomatik düşüncelerdir (Jolly ve Wiesner, 1996). İlgili literatüre göre, bireylerin öz-anlayış düzeyleri azaldıkça olumsuz düşünce ve duyguları abartma ve bu düşünce ve duygulara takılıp kalma eğilimleri artmaktadır (Neff, 2011). Bu durumun tersi olarak, öz-anlayış arttıkça, olumlu düşünceler ve sonunda yaşam doymu

artmaktadır (Ingram, Kendall, Siegle, Guarino ve McLaughlin, 1995). Öz-anlayışlı olmanın, bireylerin hem iyi hem de kötü yaşam olaylarını yargılayıcı olmayan bir şekilde değerlendirmelerini ve olumlu niteliklerini algılamalarını kolaylaştırdığı ve böylelikle olumlu otomatik düşünceleri artırarak yaşamdan doyum almalarını sağladığı varsayılabilir.

Bu araştırmanın sonuçlarının, konu ile ilgili yapılan araştırmaların sonuçları ile benzerlik gösterdiğini söylemek mümkündür. Örneğin, Neff ve Germer'in (2013) araştırmalarının, bireyin, öznel iyi oluşun bir göstergesi olan, yaşam doyumunun, kendine karşı anlayışlı bir bakış açısını benimsenmesinin ardından artacağını ortaya koyduğu görülmektedir. Benzer şekilde, Allen ve Leary'nin (2010) yaptıkları araştırma da öz-anlayışlı olmanın, etkili problem çözme veya olumsuz olayları değerlendirirken olumlu bilişsel yeniden yapılandırmayı kullanma gibi etkili başa çıkma stratejileri sergileme olasılığını artırdığını göstermiştir. Bu sonuçlar, öz-anlayışın, olumsuz bilişlere karşı koruyan ve psikolojik iyi oluşu arttıran başa çıkma mekanizmalarını geliştirdiğini göstermektedir.

Sonuç olarak; model testinden ortaya çıkan sonuçlar, öğrencilerde yaşam doyumunu ile öz-anlayış düzeyleri arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin aracı etkisinin kısmi olduğunu, yani yaşam doyumunu ile öz-anlayış düzeyi arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin de etkisi olduğunu, fakat aralarındaki ilişkinin bütünüyle otomatik düşüncelerden kaynaklanmadığını göstermiştir. Bu durum, üniversitelerin rehberlik ve psikolojik danışmanlık birimlerinde çalışan psikolojik danışmanların ve psikologların, öğrencilerin yaşam doyumlarını arttırmak için doğrudan öz-anlayış düzeylerine müdahale edemedikleri durumlarda, otomatik düşüncelerine müdahale etmelerinin de etkili olabileceğini göstermektedir.

Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda, gelecekte yapılacak araştırmalar için öz-anlayış ile yaşam doyumunu arasında var olan ilişkide farklı değişkenlerin de aracı etkilerinin incelenmesi önerilebilir. Bu araştırmada ele alınan değişkenler, farklı yaş gruplarında ve farklı sosyo-ekonomik düzeye sahip bireylerde tekrar incelenebilir. Diğer taraftan, bu araştırmanın sınırlılığı, araştırmanın bir meslek yüksekokulunda yapılmış olması nedeniyle, çalışma grubunun birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinden oluşmuş olmasıdır. Gelecek araştırmalarda lisans düzeyinde öğrenim alan öğrenciler üzerinde de benzer araştırmalar tekrarlanabilir. Yaşam doyumunu üzerinde etkiye sahip olabilecek gizil ve aracı değişkenlerin ortaya çıkarılabilmesi için ileri düzeyde istatistik analizler yapılabilir. Daha derin sonuçlar elde etmek için nitel ve deneysel araştırmalardan faydalanılabilir. Alan uygulayıcıları üniversitelerde öz-anlayışı arttırmaya, olumsuz otomatik düşünceleri azaltmaya yönelik bireysel ve grupla rehberlik/psikolojik danışma çalışmaları yapabilir.

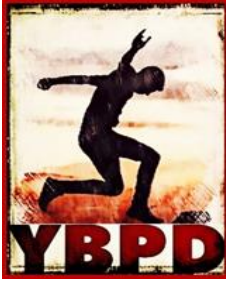
**Kaynakça**

- Albertson, E.R., Neff, K.D., & Dill-Shackleford, K.E. (2014). Self-compassion and body dissatisfaction in women: A randomized controlled trial of a brief meditation intervention. *Mindfulness*, 6(3), 444-454.
- Alibekiroğlu, P.B., Akbaş, T., Ateş, F.B., & Kırdök, O. (2018). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı etkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27(2), 1-17.
- Allen, A.B., & Leary, M.R. (2010). Self-compassion, stress, and coping. *Social and Personality Psychology Compass*, 4, 107-118.
- Arimitsu, K., & Hofmann, S.G. (2015). Cognitions as mediators in the relationship between self-compassion and affect. *Personality and Individual Differences*, 74, 41-48.
- Aysan, F. (1988). Lise öğrencilerinin stres yaşantılarında kullandıkları başa çıkma stratejilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Beck, A.T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: A Meridian Book.
- Beck, J. (1995). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. New York: The Guilford Press.
- Beck, J.S. (2005). *Cognitive therapy for challenging problems: What to do when the basics don't work*. New York: Guilford.
- Büyüköztürk, Ş. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Calvete, E., & Cardenoso, O. (2002). Self-talk in adolescent: Dimensions, states of mind, and psychological maladjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 26(4), 473-485.
- Calvete, E., & Connor-Smith, J.K. (2005). Automatic thoughts and psychological symptoms: A cross cultural comparison of American and Spanish students. *Cognitive Therapy and Research*, 29(2), 201-217.
- Caryk, C.J., & Walker, L.J. (1986). Optimism and irrational beliefs. *Psychological Reports*, 59, 457-458.
- Costa, J., & Pinto-Gouveia, J. (2011). Acceptance of pain, self-compassion and psychopathology: Using the chronic pain acceptance questionnaire to identify patients' subgroups. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 18, 292-302.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu G. ve Büyüköztürk Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara, Pegem Akademi.
- Deniz, M. E., Arslan, C., Özyeşil, Z., & İzmirli, M. (2012). Öz-anlayış, yaşam doyumu, negatif ve pozitif duygu: Türk ve diğer ülke üniversite öğrencileri arasında bir karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 428-446.
- Deniz, M., Kesici, Ş., & Sümer, A. S. (2008). The validity and reliability of the Turkish version of the Self-Compassion Scale. *Social Behavior and Personality*, 36(9), 1151-1160.
- Heffernan, M., Griffin, M., McNulty, S., & Fitzpatrick, J. J. (2010). Self-compassion and emotional intelligence in nurses. *International Journal of Nursing Practice*, 16, 366-373.
- Finlay-Jones, A.L., Rees, C.S., & Kane, R.T. (2015). Self-compassion, emotion regulation and stress among Australian psychologists: Testing an emotion regulation model of self-compassion using structural equation modeling. *Plos One*, 10(7), 1-19.
- Freeman, A., Pretzer, J., Fleming, B. & Simon, K.M. (1990). *Clinical applications of cognitive therapy*. New York: Plenum Press.
- Hollis-Walker, L., & Colosimo, K. (2011). Mindfulness, self-compassion, and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. *Personality and Individual Differences*, 50, 222-227.

- Hollon S.D., & Kendall P.C. (1980). Cognitive self-statements in depression: Development of an automatic thought's questionnaire. *Cognitive Therapy Research*, 4(4), 383-395.
- Ingram, R.E, Kendall, P.C., Siegle, G., Guarino, J., & McLaughlin, S.C. (1995). Psychometric properties of the positive automatic thought's questionnaire. *Psychological Assessment*, 7, 495-507.
- Johnson, E.A., & O'Brien, K.A. (2013). Self-compassion soothes the savage ego-threat system: Effects on negative affect, shame, rumination, and depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(9), 939-963.
- Jolly, J.B., & Wiesner, D.C. (1996). Psychometric properties of the automatic thought's questionnaire-positive with inpatient adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 20, 481-498.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Neff, K.D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-102.
- Neff, K.D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K.D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and personality psychology compass*, 5(1), 1-12.
- Neff, K.D. (2016). The self-compassion scale is a valid and theoretically coherent measure of self-compassion. *Mindfulness*, 7(1), 264-274.
- Neff, K.D., & Germer, C.K. (2013). A pilot study and randomized controlled trial of the Mindful Self-Compassion program. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 28-44.
- Neff, K.D., Hsieh, Y., & Dejitterat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity*, 4, 263-287.
- Neff, K.D., Kirkpatrick, K.L., & Rude, S.S. (2007a). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41, 139-154.
- Neff, K.D., Rude, S.S., & Kirkpatrick, K. (2007b). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41, 908-916.
- Piasecki J., & Hollon, S.D. (1987). Cognitive therapy for depression: Unexpected schemata and scripts. In Jacobson N. S., (Eds.), *Psychotherapies in clinical practice* (pp. 121-152). New York: Guilford Press.
- Raes, F. (2010). Rumination and worry as mediators of the relationship between self-compassion and depression and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 48, 757-761.
- Sarıcaoğlu, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi*. Doktora Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Sarıçam, H., & Biçer, B. (2015). Affedicilik üzerinde ahlaki değer ve öz-anlayışın açıklayıcı rolü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(1), 109-122.
- Sbarra, D.A., Smith, H.L., & Mehl, M.R. (2012). When leaving your ex, love yourself: Observational ratings of self-compassion predict the course of emotional recovery following marital separation. *Psychological Science*, 23(3), 261-269.
- Seligowski, A.V., Miron, L.R., & Orcutt, H.K. (2014). Relations among self-compassion, PTSD symptoms, and psychological health in a trauma-exposed sample. *Mindfulness*, 6(5), 1-9.

- Sümer, A.S. (2008). *Farklı öz-anlayış (self-compassion) düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinde depresyon anksiyete ve stresin değerlendirilmesi*. Doktora Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şahin, N.H. ve Şahin, N. (1992). Reliability and validity of the Turkish version of the Automatic Thoughts Questionnaire. *Journal of Clinical Psychology, 48*, 334-340.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics (Sixth ed.)* Boston: Pearson.
- Van-Dam, N.T., Sheppard, S. C., Forsyth, J.P., & Earleywine, M. (2011). Self-compassion is a better predictor than mindfulness of symptom severity and quality of life in mixed anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders, 25*(1), 123-130.
- Wei, M., Liao, K.Y.H., Ku, T.Y., & Shaffer, P.A. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of Personality, 79*(1), 191-221.
- Zessin, U., Dickhauser, O., & Garbade, S. (2015). The relationship between self-compassion and well-being: A meta-analysis. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 7*(3), 340-364.





## ERGENLERİN SOSYAL MEDYA BEĞENİLMEME KORKULARININ YORDAYICISI OLARAK BENLİK SAYGISI VE BENLİK TASARIMI\*

Osman SÖNER<sup>1</sup>, Olcay YILMAZ<sup>2</sup>

### ÖZ

Bu araştırma, ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkularını çeşitli değişkenler açısından incelemeyi ve benlik tasarımı ve benlik saygısı ile sosyal medya beğenilmeme korkuları arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul ili Sultanbeyli ilçesinde bulunan çeşitli liselerde eğitim gören 235'i (%37) erkek ve 396'sı (%63) kız olmak üzere toplam 631 öğrenci oluşturmaktadır. İlişkisel tarama modeli kullanılan bu çalışmada, veri toplama araçları olarak Sosyal Medya Beğenilmeme Korkusu Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Benlik Tasarımı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Veri analizi öncesinde veri setinin çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş ve uç değerler temizlenip normallik sayıltısı sağlandıktan sonra analizler gerçekleştirilmiştir. Gruplar arası karşılaştırmalarda t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmış, ayrıca gruplararası farklılığı belirlemek için ise F istatistiği kullanılmıştır. Ergenlerin benlik saygısı ve benlik tasarımlarının sosyal medya beğenilmeme korku düzeylerini yordamadaki gücünün belirlenmesinde ise Standart Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda; ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkularının cinsiyete, beğenilme sayısına ve arkadaş sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı; benlik saygısının cinsiyete göre farklılaşmadığı bunun yanında benlik tasarımı cinsiyete göre farklılaştığı ve kız öğrencilerin benlik tasarımlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu; benlik tasarımı sosyal medyadaki arkadaş sayısına göre farklılaştığı; benlik tasarımı ve benlik saygısının sosyal medya beğenilmeme korkusu ölçeğinin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve bu iki değişkenin sosyal medya beğenilmeme korkusunu da anlamlı bir şekilde yordadığı saptanmıştır.

### Anahtar Kelimeler

*Sosyal Medya, Benlik Tasarımı, Benlik Saygısı*

## SELF-ESTEEM AND SELF-CONCEPT AS PREDICTORS OF ADOLESCENTS' SOCIAL MEDIA DISLIKE FEARS

### ABSTRACT

This research aimed to examine adolescents' social media dislike fears in terms of various variables and to determine the relationship between self-concept and self-esteem and social media dislike fears. The study group of the research consists of 631 students, 235 (37%) boys and 396 (63%) girls studying in different high schools in Sultanbeyli district of Istanbul. Social Media Dislike Fear Scale, Rosenberg Self-esteem Scale, Self-concept Scale and a Personal Information Form were used as data collection tools. Skewness and kurtosis values were analyzed for data analysis and analyzes were performed after the extreme values of the data were cleared and normality assumption was observed. In comparisons between groups, t-test was used to compare the two groups and One-Way Analysis of Variance was used to compare more than two groups, and F statistics were used to determine the differences between groups. Standard Multiple Regression Analysis was used to determine the strength of adolescents' self-esteem and self-concepts in predicting social media dislike fear levels. According to research results; adolescents' social media dislike fears were found to differ significantly by gender, number of likes and number of friends; self-esteem does not differ according to gender, besides, self-concept differs according to gender and female students' self-concepts are higher than men's. Female students' self-concepts are higher than men's and there is a significant relationship between the sub-dimensions of self-esteem, self-concept and social media fear of dislike scale and these two variables were found to significantly predict social media dislike fear.

### Key Words

*Social Media, Self-Concept, Self-Esteem*

\*Bu makale Osman SÖNER'in Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde Dr. Olcay YILMAZ'ın danışmanlığında tamamladığı yüksek lisans tez çalışmasının bir bölümünün özetidir.

<sup>1</sup>Uzm.Psk.Dan., Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, e-posta: osmansoner02@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-9741-5357

<sup>2</sup>Dr. Öğr. Üyesi, TED Üniversitesi Eğitim Fakültesi, e-posta: olcay.yilmaz@tedu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-4740-3782

**Alıntılama:** Söner, O., Yılmaz, O. (2020). Ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkularının yordayıcısı olarak benlik saygısı ve benlik tasarımı. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 51-68.



## Giriş

Sosyal medya, alanyazında farklı tanımları olmakla birlikte günümüzde kullanımı insanlar arasında hızla yayılan tek veya çift yönlü bir iletişim aracı konumundadır. Sosyal medya genel anlamda web 2.0 teknolojisinin ürünü bireylerin birbirleriyle bilgi alışverişini sağlayan (Evans, 2012, s.38; Onat, 2010, s.104); resim, video, fotoğraf vb. içeriklerin paylaşıldığı (Atalay, 2014, s.1; Kaya, 2011, s.19); insanların hayat öykülerini ve deneyimlerini paylaşabildiği (Bostancı, 2010; Kamışoğlu, 2013) ve insanların karşılıklı olarak etkileşim kurarak farklı ortamların oluşmasını sağlayarak kullanıcılar tarafından oluşturulan içerikle oluşan (Boyd ve Ellison, 2008, s.214; Kietzman vd., 2011, s.241); bireylerin belirli bir sistem içinde, başkalarının da görmesine elverişli kişisel profillere sahip olunan web tabanlı hizmet olarak sosyal medya, bireylerin kendilerini içten geldiği şekilde anlattığı, aynı durum içinde başka bireylerin de içeriklerini görme imkanına sahip oldukları (Boyd ve Ellison, 2008, s.214) yeni iletişim kanallarıdır. Sosyal medyanın bu tanımlarına bakıldığında kullanıcının kendi düşünceleri, fotoğrafları, videoları gibi paylaşımlar yapabildiği ve yaptığı bu paylaşımların diğer kullanıcılar tarafından görüntülenebildiği ve başkalarıyla etkileşim ve iletişim sağlayan sanal bir ortam olarak tanımlanabilir. Sosyal medya kullanımı amacıyla yukarıda belirtildiği üzere her amaç için farklı platformlar bulunmaktadır. Kullanıcılar sosyalleşme için (Twitter, Facebook vb.), video paylaşmak için (YouTube, DailyMotion vb.) fotoğraf paylaşımı için (Flicker, PhotoBucket vb.), sosyal iş içerikli sayfaları kullanmak için (Linkedin vb.), bloglar için (Blogger.com, Wordpress vb.), (Armas vd., 2010, s.640; Dawley, 2009, s.111) çeşitli araçları kullanabilmektedir.

Benlik tasarımı da sosyal medya gibi alanyazında farklı tanımları olan, toplumda anlaşılabilir ve istenen bütün özelliklerinin bir bütünü bireyin kendisinde algılaması (Alpay, 2000, s.1); kişinin özel kimliğiyle pozitif olarak kendini ifade etmesi veya kişiliğine yapılan herhangi bir referans (Hess, 2005, s.9); kişinin kendi özelliklerine ilişkin yaklaşım ve görüşleri (Baymur, 2015, s.286) olarak tanımlanabilir. Bireyin kendi benliği hakkındaki farkındalığı, benlik kavramı, benlik imgesini, ideal-benliği ve bireyin benlik saygısını kapsayan bir "şemsiye" terim olarak görülebilir (Lawrence, 2006, s.2).

Allport (1961) benlik tasarımı; kişinin kendi şahsına özel olan varlık gücünü, "bu benim, bunu ben yapabilirim" şeklinde ifade ettiği özellikler olarak tanımlar. Benlik tasarımı ayrıca bireylerin kendi seçtikleri yolda gitmesine ve bireylerin kendilerini geliştirmesinde süreklilik olmasını sağlar (Tan, 2014, s.72). Tüm bu tanımların yanı sıra insanın, etkileşimde bulunduğu yakın çevresinden gelen dönütler aracılığıyla oluşan ve bireyin kendi yapısını anlamaya yardımcı olmakta olan benlik tasarımı, kişinin daha önceki yaşantısında, mevcut zamandaki ve daha önceki yaşantısında ve gelecek zamandaki isteklerinden meydana gelmektedir (Fadiman ve Frager, 2016). Benlik tasarımı genel anlamda bireyin benliğini içsel ve dışsal faktörlerin etkisiyle oluşturan ve bireyi diğer kişilerden ayıran duygu ve düşünceler olarak tanımlanabilir. Bu bakış açısıyla benlik tasarımı aynı zamanda bireyin toplum içinde kendini nasıl gördüğüdür.

Benlik saygısı ise bireyin kendisine karşı duymuş olduğu sevgi, saygı ve güven duygusu (Akçagöz, 2017, s.17); kendini değerli hissetme, kabiliyetlerini ve yeteneklerini gösterme, başarı, toplumsal olarak başkalarında kabullenilme, kendi dış görünüşünü kabullenme (Arıçak, 1999, s.35); bireyin kendisini öğrenmelere, bilişsel programlamaya ve inanç sistemine dayalı olarak yaptığı duygusal bir değerlendirme (Fanning ve McKay, 2000, s.1); kendinden memnun olma ve kendini olduğu gibi kabul etmeyi sağlayan olumlu bir özelliktir (Knighthley ve Whitelock, 2007, s.229). Bu kavram aynı zamanda bireyin kendi kendini anlamasıyla değil, çevrenin yaklaşımlarından da etkilenmektedir (Knighthley ve Whitelock, 2007, 229). Bu durum bireydeki benlik imajını yansıtmaktadır. Yani gerçek benlik ve ideal benlik arasındaki fark azaldıkça benlik saygısı oluşur (Yavuzer, 2016, s.15).

Benlik saygısının tam olarak gelişmediği durumlarda ise insanlar potansiyel olarak var olan benliklerinin varlığını anlarlar ancak bilinçdışı devamlı olarak gerçek benliğiyle karşılaştırır. Bireyin gerçek ve ideal benlik arasındaki uyumsuzluklar yaşam boyunca uğraşmak zorunda olacağı kendi kendini küçümsemeyi oluşturur (Yalom, 2018, s.377-378). Bireyin ideal ve gerçek benliği arasında oluşan farklar bireyin benlik saygısını belirlemektedir. Gerçek benliklerini kabullenen kişilerde benlik saygısının daha iyi geliştiği söylenebilir. Rosenberg (1965) bir çalışmada bireylerin benlik saygıları üzerinde etkili olan yetişilen çevre ve aile faktörlerini incelemiştir. Bunun amacı bireyin benliğine ilişkin tüm görüşlerin kişinin benlik anlayışı üzerinde etkisinin olduğunu belirtmesidir. Kişiler kendi benlikleri üzerinde değerlendirici etkiye sahiptir. Bireyin benlik imajı tutumlarını yansıtırken benlik saygısı değerlendirme anlayışını yansıtmaktadır. Bu çalışmada açıklanmaya çalışılan benlik saygısı kavramının bireyin kendisine gösterdiği olumlu veya olumsuz bakış açıları olduğu görülmüştür. Rosenberg'e (1965) göre benlik saygısı, bireyin kendi kendine ilişkin negatif veya pozitif tüm duygu ve düşünceleridir.

Alanyazında sosyal medya konusundaki çalışmalara bakıldığında sıklıkla sosyal medya kullanımının son zamanlarda artışının nedenlerini araştıran çalışmalara rastlanmaktadır. Bu araştırmalar gerek kişisel gerekse sistemik etmenlerin sosyal medyadan etkilenme düzeyine etki edebildiğini belirtmişlerdir. Örneğin Ellison ve arkadaşlarının (2006) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları araştırmada facebook kullanımının psikolojik refahın önlemleriyle etkileşime girdiği ve düşük benlik saygısı ve düşük yaşam doyumu yaşayan kullanıcılar için daha fazla fayda sağlayabileceği saptanmıştır. Dorpatcheon ve arkadaşlarının (2008) üniversite öğrencileri üzerindeki araştırmasında ise içedönük ve dışadönük insanların elektronik sosyal ağları kullanımları incelenmiştir. Bu çalışmada sosyal ağların sosyal etkileşim işlevinden içedönüklerden çok dışadönüklerin yararlandığı gösterilmiştir. Koçak (2012) sosyal medyayı en sık kullanan 15-24 yaşındaki bireyler üzerindeki araştırmasında bireylerin sosyal medyayı gündemden kopmamak ve eğlenme gibi amaçlar doğrultusunda kullandığını saptamıştır. Chuang ve arkadaşlarının (2018) ortaokul öğrencilerinin sosyal medya kullanımlarına yönelik araştırmasında sosyal medyanın çoğunlukla arkadaşlarla bağlantı kurmak, resim paylaşmak ve başkalarının ne yaptığını bulmak için kullanıldığını saptamıştır. Bu öğrencilerin, uygunsuz ilanlar nedeniyle saldırıya uğramak, duygularını incitmek, mahremiyet eksikliği, uygunsuz resim, zorbalık, olumsuzluk ve takipçileri nedeniyle sosyal medya ile ilgili endişeler duydukları bulunmuştur. Tezci ve İçen (2017) ise lise öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları üzerine yaptıkları araştırmasında, cinsiyet farklılıklarının, sosyal medya kullanımı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu belirlemişlerdir.

Benlik tasarımı ile ilgili yurt içi ve yurt dışında yapılan araştırmaların ise bireylerin diğer farklı özellikleri üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Creasy (2012) yetenekli öğrencilerin benlik tasarımları üzerinde yapmış olduğu araştırmada, yetenekli öğrencilerin benlik tasarımı, akademik başarıları ve yetenekli programlamaya kayıtlı yıl sayısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon olmadığını göstermiştir. Aynı araştırmada cinsiyete göre benlik tasarımı anlamlı bir şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Yamak'ın (2015) ergenler üzerinde yapmış olduğu başka bir araştırmada ise fiziksel uygunluk seviyelerinin beden imajı, benlik tasarımı ve stres düzeyine etkisi incelenmiş ve benlik tasarımı ile beden imajı arasında orta düzeyde negatif yönde ilişki tespit edilmiştir. Card ve arkadaşlarının (2009) yine ergenlerden oluşan bir örneklem ile gerçekleştirdiği çalışmada ise kardeşler için benlik tasvirleri karşılaştırılmış ve kardeşlerin benlik tasarımlarında ortalama olarak benzer olduklarını saptamıştır. Bununla birlikte, bu benzerlik, cinsiyet değişkenine ve kardeş ilişki özelliklerine bağlı olarak da değişmektedir. Erganlı (1988) lise öğrencilerinin benlik tasarımı düzeylerini etkileyen faktörleri incelediği bir diğer çalışmada erkeklerin benlik tasarımı düzeylerinin kızlara göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Aynı çalışmada ekonomik durumu yüksek ve orta olan ailelerden gelen öğrencilerin benlik tasarımı düzeyinin, ekonomik durumu düşük olan ailelerden gelen öğrencilerin benlik tasarımı düzeyinden daha yeterli olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca

ailenin tutumu demokratikleştikçe benlik tasarımının yükseldiği görülmüştür. Fraker (1986) da üniversite öğrencileri üzerindeki bir çalışmada bir dönem içinde yapılan okul etkinliklerinin, öğrencilerin benlik tasarımı ve uyum düzeylerini güçlendirdiği saptanmıştır.

Benlik saygısı ile ilgili Pehlivan (2017)'ın lise öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada, cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı farklılaşırken, sınıf düzeyi ve yaş değişkenlerine göre benlik saygısının farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Brown ve arkadaşlarının (2007) Doğu Asya ülkelerinin benlik saygısı üzerine yaptıkları bir diğer araştırmada Çinlilerin Amerikalılar gibi kendilerini olumlu hissettiklerini, ancak kendilerini aşırı olumlu bir şekilde değerlendirmeye daha az eğilim gösterdiklerini ortaya koymuştur. Caspi ve arkadaşlarının (2005) yürütmüş olduğu araştırmada ise, küresel benlik saygısı ve saldırganlık, antisosyal davranış ve kaçınma gibi dışa dönük sorunlar arasındaki tartışmalı bağ araştırılmıştır. Üç çalışmada, düşük benlik saygısı ve dışa yönelim sorunları arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, benlik saygısının saldırganlık üzerindeki etkisinin, narsisizmden bağımsız olduğu saptanmıştır.

Carlton-Ford ve arkadaşları (2008) tarafından Iraklı ergenlerde savaşın benlik saygıları üzerine etkilerini inceledikleri araştırmada ise tehdit altına alınmış hissetmenin, benlik saygısı düzeylerini yükselttiği bulunmuştur. Sosyal arka planın hem benlik saygısı hem de algılanan tehdit ile ilişkili olduğu, ancak sosyal arka planı kontrol etmenin, benlik saygısı ve algılanan tehdit arasındaki ilişkiyi ortadan kaldırmadığı saptanmıştır.

Anlaşılabileceği üzere sosyal medya, benlik tasarımı ve benlik saygısı ile ilgili araştırmaların büyük bir kısmı bu kavramın diğer değişkenlerle ilişkisinin değerlendirilmesi amacıyla ancak sosyal medya beğenilmeme korkusu ile benlik tasarımı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye bakan bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle bu çalışma literatürdeki bir boşluğu gidermeye dönük olarak yapılmıştır. Araştırmada şu sorulara cevap aranmıştır:

- Ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkuları, benlik tasarımı ve benlik saygısı ile cinsiyet, sosyal medya beğenilme sayısı ve sosyal medyadaki arkadaş sayısı arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- Ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkuları ile benlik tasarımı ve benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

## Yöntem

Ergenlerin benlik tasarımı ve benlik saygısının sosyal medya beğenilmeme korkuları üzerindeki etkisini çeşitli değişkenler açısından incelemeyi amaçlayan bu araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli bir grubun belirli özelliklerini öğrenmek ve belirlemek için anket ya da ölçek uygulayarak veya görüşme yapılarak, demografik değişkenlerle bazı ilişkilerin incelenmesi ve verilerin toplanmasıdır (Büyüköztürk vd., 2013, s. 14-20; Karasar, 2012, s. 81).

## Çalışma Grubu

Araştırmaya başlamadan önce Ufuk Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 21.11.2018 tarih 2018/7 toplantı sayısı ve 2018/51 karar sayısı ile ve İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü 24/12/2018 tarih ve 59090411-20-E.24863259 sayılı yazısı ile anket ve araştırma izni alınmıştır. Çalışma grubunu İstanbul Sultanbeyli ilçesinden belirlenen çeşitli liselerde eğitim gören 631 öğrenci oluşturmaktadır. Bu öğrencilerin 235'i (%37) erkek 396'sı (%63) ise kızlardan oluşmaktadır. Verilerin toplanması öncesinde araştırma amacı ve süreci, gönüllü katılım gibi konularda bilgilendirmeler yapılmış ve sadece araştırmaya katılmaya gönüllü katılımcılardan veri toplanmıştır.

## Veri Toplama Araçları

**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından bazı demografik özelliklerin saptanması ve bu özelliklere bağlı gruplandırmalar yapılabilmesi amaçlanmıştır. Bu formla katılımcılara cinsiyet ve ayrıca sosyal medyada paylaştıkları içeriklerin ortalama kaç beğeni aldığı ve sosyal medyadaki arkadaş sayısı sorulmuştur.

**Sosyal Medya Beğenilmeme Korkusu Ölçeği (SMBKÖ):** Söner (2019) tarafından liseli öğrenciler üzerinde geliştirilen ölçekte 24 madde ve beş alt boyut bulunmaktadır. Dörtlü likert tipi bir ölçektir. Ölçek puan aralığı 24-96'dır. Yüksek puan sosyal medya beğenilmeme korkusunun yüksekliğini göstermektedir. Ölçeğin geçerlilik çalışması sonucunda faktör yükleri .404 ile .833 arasında değişirken, Cronbach alpha değeri 0.814 olarak bulunmuştur.

**Benlik Tasarımı Ölçeği:** Baymur (1968) tarafından geliştirilmiştir. 65 madde kişinin kendine yönelik fikir ve duygularını değerlendirmesini içermektedir. Beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçek puan aralıkları -130 ile +130'dur. Puanların yükselmesi olumlu bir benlik kavramı anlamına gelmektedir. Ölçeğin güvenirlik katsayılarının .83 ile .93 arasında olduğu saptanmıştır (akt., Togo, 2016). Ölçek ilk olarak lise öğrencileri üzerinde geliştirilmiş, daha sonra ölçek Baymur ve arkadaşları (1978) tarafından üniversite örneklemine de uygulanmıştır.

**Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ):** Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiştir. 12 alt boyutta 63 maddeden oluşmaktadır. Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılmıştır. Dörtlü likert tipidir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı 0.71 olarak bulunmuştur. Ölçekten puan aralıkları 10-40'tır. Puan arttıkça bireyin benlik saygısı da artmaktadır.

## Verilerin Analizi

İstatistikî yöntemlerden t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır

## Bulgular

Ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkularının cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için t-testi kullanılmıştır. Sonuçlar tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1. Sosyal medya beğenilmeme korkusunun cinsiyete göre farklılaşmasına yönelik t-testi sonuçları**

Ölçek	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	p
SMBKÖ	Erkek	235	35.97	7.98	629	0.46	0.65
	Kadın	396	36.26	7.36			

Tablo 1 incelendiğinde, ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkularının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ( $t(629)=0.46$ ,  $p>0.05$ ). Erkek öğrencilerin sosyal medya beğenilmeme korkuları ( $\bar{x}=35.97$ ) ile kız öğrencilerin sosyal medya beğenilmeme korkuları ( $\bar{x}=36.26$ ) arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkularının sosyal medyada paylaşılan içeriklerin beğenilme sayısı arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 2'de gösterilmiştir.

**Tablo 2. Sosyal medya beğenilmeme korkusunun beğenilme sayısına göre farklılaşmasına yönelik varyans analizi sonuçları**

Ölçek	Beğenilme sayısı	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
SMBKÖ	1-25 arası	52	34.90	7.80	2.34	0.54
	26-50 arası	110	34.54	7.12		
	51-75 arası	118	36.92	7.90		
	76-100 arası	120	36.17	7.36		
	101 ve üzeri	231	36.80	7.63		
	Toplam	631	36.15	7.59		

Tablo 2'deki bulgular, ergenlerin beğenilmeme korkularının beğenilme sayısına göre farklılaşmadığını göstermektedir. Ortalama puanlar incelendiğinde ise, 51-75 arası ve 101 ve üzeri beğenilme sayısı olanların daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Ancak bu durum anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

Ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkuları ile sosyal medyadaki arkadaş sayısı arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA yöntemi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 3'te gösterilmiştir.

**Tablo 3. Sosyal medya beğenilmeme korkusunun arkadaş sayısına göre farklılaşmasına yönelik varyans analizi sonuçları**

Ölçek	Arkadaş sayısı	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
SMBKÖ	1-50 arası	57	36.67	8.85	0.161	0.922
	51-100 arası	77	35.79	8.12		
	101-200 arası	167	36.24	7.71		
	201 ve üzeri	294	36.35	7.24		
	Toplam	595	36.28	7.64		

Tablo 3'teki bulgular, ergenlerin beğenilmeme korkularının arkadaş sayısına göre farklılaşmadığını göstermektedir ( $f(3,591)=0,161$ ,  $p>0.05$ ). Ortalama puanlar incelendiğinde ise, arkadaş sayısı 1-50 arası olanların daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Ancak bu durum anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı ile ilgili yapılan t-testi sonuçları ise Tablo 4'te verilmiştir.

**Tablo 4. Benlik saygısının cinsiyete göre t-testi sonuçları**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	p
Erkek	235	29.88	4.17	629	1.12	0.262
Kadın	396	29.50	4.11			

Tablo 4'teki sonuçlar incelendiğinde ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği ( $t(629)=1,12$ ,  $p>0.05$ ) görülmektedir. Ortalama puanlar incelendiğinde ise, erkeklerin ( $\bar{x}=29.88$ ) benlik saygısı düzeylerinin kızlara göre ( $\bar{x}=29.50$ ) daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Ancak bu durum anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin sosyal medyada paylaşılan içeriklerin beğenilme sayısına göre farklılaşp farklılaşmadığı ile ilgili yapılan varyans analizi sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

**Tablo 5. Benlik saygısının paylaşılan içeriklerin beğenilme sayısına göre farklılaşmasına yönelik varyans analizi sonuçları**

Ölçek	Beğenilme sayısı	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Benlik Saygısı	1-25 arası	52	28.71	4.83	0.959	0.429
	26-50 arası	110	29.64	4.03		
	51-75 arası	118	29.67	3.84		
	76-100 arası	120	29.48	4.33		
	101 ve üzeri	231	29.92	4.04		
	Toplam	631	29.64	4.13		

Tablo 5 incelendiğinde, ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin beğenilme sayısına göre farklılaşma olmadığı ( $f(4,626)=0.959$ ,  $p>0.05$ ) görülmüştür. Ortalama puanlar incelendiğinde ise beğeni sayısı 101 ve üzeri olanların ortalamasının daha yüksek olduğu görülmektedir. Ancak bu durum anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin sosyal medyadaki arkadaş sayısına göre farklılaşp farklılaşmadığı ile ilgili yapılan varyans analizi sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

**Tablo 6. Benlik saygısının sosyal medyadaki arkadaş sayısına göre farklılaşmasına yönelik varyans analizi sonuçları**

Ölçek	Arkadaş sayısı	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Benlik Saygısı	1-50 arası	57	28.71	4.69	2.680	0.054
	51-100 arası	77	30.17	3.69		
	101-200 arası	167	29.56	4.08		
	201 ve üzeri	294	29.69	4.16		
	Toplam	595	29.57	4.15		

Tablo 6 incelendiğinde, ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin arkadaş sayısına göre farklılık göstermediği ( $f(3,591)=2.680$ ,  $p>0.05$ ) görülmüştür. Ortalama puanlar incelendiğinde ise arkadaş sayısı 51-100 arası olanların ortalamasının daha yüksek olduğu görülmektedir. Ancak bu durum anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

Ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkusu ölçeği alt boyutları ile benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin bulunmasına yönelik yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

**Tablo 7. Benlik saygısı ile sosyal medya beğenilmeme korkusu alt boyutları arasındaki ilişki**

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1.Benlik Saygısı	1					
2.Mutsuzluk	-.127*	1				
3.Takıntılı Düşünce	-.142*	.367*	1			
4. Empati	-.043	.384*	.289*	1		
5. Beğenilme İsteği	-.193*	.382*	.351*	.239*	1	
6. Anonim Kimlik	-.226*	.282*	.384*	.132*	.350*	1
Ortalama	29.64	11.30	4.96	7.48	6.33	6.08
Standart Sapma	4.13	3.47	1.60	2.35	1.87	1.80

Tablo 7'deki sonuçlar incelendiğinde benlik saygısı ile mutsuzluk ( $r=-0.127$ ,  $p<0.01$ ), takıntılı düşünce ( $r=-0.142$ ,  $p<0.01$ ), beğenilme isteği ( $r=-0.193$ ,  $p<0.01$ ) ve anonim kimlik ( $r=-0.226$ ,  $p<0.01$ ) arasında negatif bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Bununla birlikte benlik saygısı ile empati arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r=-0.043$ ,  $p>0.05$ ). Sosyal medya beğenilmeme korkusu alt boyutları arasındaki ilişki

incelendiğinde ise mutsuzluk ve takıntılı düşünce alt boyutları arasında ( $r=0.367$ ,  $p<0.01$ ), mutsuzluk ve empati alt boyutları arasında ( $r=0.384$ ,  $p<0.01$ ), mutsuzluk ve beğenilme isteği alt boyutları arasında ( $r=0.382$ ,  $p<0.01$ ), mutsuzluk ve anonim kimlik arasında ( $r=0.282$ ,  $p<0.01$ ), takıntılı düşünce ve empati alt boyutları arasında ( $r=0.289$ ,  $p<0.01$ ), takıntılı düşünce ve beğenilme isteği alt boyutları arasında ( $r=0.351$ ,  $p<0.01$ ), takıntılı düşünce ve anonim kimlik alt boyutları arasında ( $r=0.384$ ,  $p<0.01$ ), empati ve beğenilme isteği alt boyutları arasında ( $r=0.239$ ,  $p<0.01$ ), empati ve anonim kimlik arasında ( $r=0.132$ ,  $p<0.01$ ), beğenilme isteği ve anonim kimlik alt boyutları arasında ( $r=0.350$ ,  $p<0.01$ ) pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğu anlaşılmaktadır.

Sosyal medya beğenilmeme korkusu alt boyutlarının benlik saygısını yordama düzeylerinin belirlenmesi için ise çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 8'de gösterilmiştir.

**Tablo 8. Benlik saygısının yordanmasına ilişkin standart çoklu regresyon analizi sonuçları**

Değişken	B	Standart Hata B	$\beta$	T	p	İkili r	Kısmi R
Sabit	34.100	0.789	---	42.717	0.000*	---	---
Mutsuzluk	-0.042	0.054	-0.035	-0.777	0.438	-0.127	-0.031
Takıntılı Düşünce	-0.084	0.116	-0.032	-0.721	0.471	-0.142	-0.029
Beğenilme İsteği	-0.260	0.098	-0.117	-2.656	0.008*	-0.193	-0.106
Anonim Kimlik	-0.381	0.100	-0.166	-3.826	0.000*	-0.226	-0.151
Empati	0.054	0.075	0.030	0.714	0.476	-0.043	0.029
R=0.261		R <sup>2</sup> =0.068					
F <sub>(5,625)</sub> =9.13		p=0.000					

Tablo 8'deki bulgular incelendiğinde mutsuzluk, takıntılı düşünce, beğenilme isteği, anonim kimlik ve empati birlikte, ergenlerin benlik saygısı puanları ile düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir ( $R=0.261$ ,  $R^2=0.068$ ,  $p<0.01$ ). Adı geçen beş değişken birlikte, benlik saygısındaki toplam varyansın %7'sini açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına ( $\beta$ ) göre, yordayıcı değişkenlerin benlik saygısı üzerindeki görece önem sırası; anonim kimlik, beğenilme isteği, mutsuzluk, takıntılı düşünce ve empatidir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, beğenilme isteği ve anonim kimlik alt boyutlarının benlik saygısı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Mutsuzluk, takıntılı düşünce ve empati alt boyutlarının ise önemli bir etkiye sahip olmadığı görülmektedir.

Ergenlerin benlik tasarım düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonuçları ise Tablo 9'da verilmiştir.

**Tablo 9. Benlik tasarımının cinsiyete göre t- testi sonuçları**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	p
Erkek	235	37.65	36.29	629	2.54	0.011*
Kadın	396	30.06	36.32			

(\* $p<0.05$ )

Tablo 9'daki bulgular, ergenlerin benlik tasarımı düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık oluşturduğunu ( $t(629)=2.54$ ,  $p>0.05$ ) göstermektedir. Erkek katılımcıların benlik tasarımlarının ( $\bar{x}=37.65$ ), kız katılımcılara göre ( $\bar{x}=30.06$ ) daha olumlu olduğu

görülmektedir. Bu bulgu, benlik tasarımı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Ergenlerin benlik tasarımı düzeylerinin sosyal medyada paylaşılan içeriklerin beğenilme sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığı ile ilgili yapılan varyans analizi sonuçları Tablo 10'da verilmiştir.

**Tablo 10. Benlik tasarımının paylaşılan içeriklerin beğenilme sayısına göre farklılaşmasına yönelik varyans analizi sonuçları**

Ölçek	Beğenilme sayısı	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Benlik Tasarımı	1-25 arası	52	25.21	37.04	1.742	0.139
	26-50 arası	110	37	36.73		
	51-75 arası	118	34.95	37.58		
	76-100 arası	120	36.45	32.92		
	101 ve üzeri	231	29.75	37.15		
	Toplam	631	32.89	36.48		

Tablo 10 incelendiğinde, ergenlerin benlik tasarımı düzeylerinin beğenilme sayısına göre farklılaşma olmadığı ( $f(4, 626) = 1.742, p > 0.05$ ) görülmektedir. Ortalama puanlar incelendiğinde ise beğeni sayısı 26-50 arası olanların ortalamasının daha yüksek olduğu görülmektedir. Ancak bu durum anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin sosyal medyadaki arkadaş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığı ile ilgili yapılan varyans analizi sonuçları Tablo 11'de verilmiştir.

**Tablo 11. Benlik tasarımının sosyal medyadaki arkadaş sayısına göre farklılaşmasına yönelik varyans analizi sonuçları**

Ölçek	Arkadaş sayısı	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	Fark
Benlik Tasarımı	1-50 arası	57	19.89	36.05	4.229	0.006*	1-50 Arası<51-100 Arası
	51-100 arası	77	42.03	35.30			
	101-200 arası	167	33.46	33.46			
	201 ve üzeri	294	34.08	35.79			
	Toplam	595	33.58	36.07			

(\* $p < 0.05$ )

Tablo 11 incelendiğinde, ergenlerin benlik tasarımı düzeylerinin arkadaş sayısına göre farklılaştığı görülmektedir ( $f(3,591) = 4.229, p < 0.05$ ). Benlik tasarımı arasındaki farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre, arkadaş sayısı 1-50 arası olanların benlik tasarımlarının arkadaş sayısı 51-100 arası olanlara göre daha düşük olduğu görülmektedir.

Benlik tasarımı ile sosyal medya beğenilmeme korkusu ölçeğinin alt boyutları arasındaki ilişkinin belirlenmesi için korelasyon analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 12'de sunulmuştur.



**Tablo 12. Benlik tasarımı ile sosyal medya beğenilmeme korkusu alt boyutları arasındaki ilişki**

	1	2	3	4	5	6
1.Benlik Tasarımı	1					
2.Mutsuzluk	-.263*	1				
3.Takıntılı Düşünce	-.253*	.367*	1			
4. Empati	-.144*	.384*	.289*	1		
5.Beğenilme İsteği	-.281*	.382*	.351*	.239*	1	
6. Anonim Kimlik	-.290*	.282*	.384*	.132*	.350*	1
Ortalama	32.89	11.30	4.96	7.48	6.33	6.08
Standart Sapma	36.47	3.47	1.60	2.35	1.87	1.80

(\*p&lt;0.01)

Tablo 12'deki veriler incelendiğinde benlik tasarımı ile mutsuzluk ( $r=0.263$ ,  $p<0.01$ ), takıntılı düşünce ( $r=-0.253$ ,  $p<0.01$ ), beğenilme isteği ( $r=-0.281$ ,  $p<0.01$ ), empati ( $r=0.144$ ,  $p<0.01$ ) ve anonim kimlik ( $r=-0.290$ ,  $p<0.01$ ) arasında anlamlı ve negatif bir ilişki bulunduğu görülmektedir.

Sosyal medya beğenilmeme korkusu alt boyutlarının benlik tasarımı yordama düzeylerinin belirlenmesi için standart çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 13'te gösterilmiştir.

**Tablo 13. Benlik tasarımının yordanmasına ilişkin standart çoklu regresyon analizi sonuçları**

Değişken	B	Standart Hata B	$\beta$	T	P	İkili r	Kısmi R
Sabit	97.54	6.75	---	14.54	.000*	---	---
Mutsuzluk	-1.29	0.46	-0.12	-2.82	.005*	-0.26	-0.11
Takıntılı Düşünce	-2,03	0.98	-0.09	-2.06	.039*	-0.25	-0.08
Beğenilme İsteği	-2.72	0.83	-0.14	-3.29	.001*	-0.28	-0.13
Anonim Kimlik	-3.46	0.84	-0.17	-4.11	.000*	-0.29	-0.16
Empati	-0.23	0.63	-0.02	-0.36	.717	-0.14	-0.14
R=0.382	R <sup>2</sup> =0.146						
F <sub>(5,625)</sub> =21.307	p=0.000						

(\*p&lt;0.05)

Tablo 13'te görüldüğü üzere mutsuzluk, takıntılı düşünce, beğenilme isteği, anonim kimlik ve empati birlikte, ergenlerin benlik saygısı puanları ile orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir ( $R=0.382$ ,  $R^2=0.146$ ,  $p<0.01$ ). Adı geçen beş değişken birlikte, benlik saygısındaki toplam varyansın %15'ini açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına ( $\beta$ ) göre, yordayıcı değişkenlerin benlik tasarımı üzerindeki görece önem sırası; anonim kimlik, beğenilme isteği, mutsuzluk, takıntılı düşünce ve empatidir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, beğenilme isteği, mutsuzluk, takıntılı düşünce ve anonim kimlik alt boyutlarının benlik saygısı üzerinde anlamlı birer yordayıcı oldukları görülmektedir. Empati alt boyutunun ise önemli bir etkiye sahip olmadığı anlaşılmaktadır.

## Tartışma ve Sonuç

Bu araştırma, ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkuları, benlik saygısı ve benlik tasarım düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemeyi ve ergenlerin benlik tasarımı ve benlik saygıları ile sosyal medya beğenilmeme korkusu ölçeğinin alt boyutları olan mutsuzluk, anonim kimlik, takıntılı düşünce, empati ve beğenilme isteği arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamıştır. Cinsiyet değişkeni ile sosyal medya beğenilmeme korkusu alt boyutları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan t-testi sonuçlarına göre, öğrencilerin sosyal medya beğenilmeme korkularının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Diğer taraftan alt boyutlara bakıldığında cinsiyet açısından mutsuzluk, takıntılı düşünce, anonim kimlik, ve empati arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir. Ancak cinsiyetin beğenilme isteği alt boyutunda erkekler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Bir başka deyişle, erkekler kızlara göre sosyal medyada beğenilme isteğinden daha fazla etkilenmektedir. Taylor'un (2015) ergenler üzerinde yapmış olduğu bir çalışmada ergenlerin sosyal medyada paylaştıkları içeriklerin akranları tarafından beğenilmesinin önemli olduğu vurgulanmıştır. Tezci ve İçen (2017) de, lise öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmada erkeklerin kızlara göre sosyal medyada akranlarının beğenisinden daha fazla etkilendiklerini belirtmesi bu bulguyu desteklemektedir.

Ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkularının paylaşılan içeriklerin beğenilme sayılarına göre farklılaşmadığı görülmektedir. Ayrıca her bir alt boyut için de yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre beğenilme isteği, takıntılı düşünce ve empati alt boyutunda anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir. Mutsuzluk alt boyutunda ise beğeni sayısı 101 ve üzeri olanların, beğeni sayısı 1-25 arası ve 26-50 arası olanlara göre ve ayrıca 51-75 arası olanların da 1-25 arası olanlara göre daha fazla sosyal medya beğenilmeme korkusundan dolayı mutsuzluk yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazında benzer bir bulguya ulaşan Chang ve Chua'nın (2016) Singapurlu genç kızlar üzerinde yapmış oldukları bir çalışmada genç kızların paylaşım yaparken önce çok fazla beğeni beklediklerini ancak bir zaman sonra bunu umursamadıkları ve mutsuz oldukları belirtilmiştir. Anonim kimlik alt boyutunda ise kendi kimliğini kullanmadan yapılan paylaşımların beğeni sayısı 101 ve üzeri olanların, beğeni sayısı 51-75 arası olanlara göre daha az sosyal medya beğenilmeme korkusu yaşadıkları görülmektedir. Özdemir (2015)'de bireylerin kendilerinde olumlu olan yanlarını gösterip olumsuz olan taraflarını gizlediklerini, bu durumun özellikle bireylerdeki beğenilme ve takdir edilme isteğinden kaynaklandığını söylemektedir. Beğenilme sayısı aynı şekilde incelenmemiş olsa da bireylerin kimliklerinin bir kısmını gizlemelerinde beğenilme isteğinin yer aldığı görülmektedir. Bu sonuç bu araştırma bulgularıyla örtüşmektedir. Valkenburg, Schouten ve Peter (2005)'in ergenler üzerinde yapmış oldukları çalışmada genç ergenlerin kimlik oluşturma başlarında olduğu ve bunda internetin önemli bir rol oynayabileceği belirtilmiştir. Ayrıca genç ergenlerin kendilerini daha güzel göstermeye meyilli oldukları ve bunlardan dolayı arkadaş sayısının bu dönemde hızla arttığı görülmüştür. Yine bu çalışmada da görüldüğü üzere ergenler beğeni almak için kendilerini olduklarından farklı göstermeye çalışabilmektedirler.

Araştırmada ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkularının arkadaş sayısına göre farklılaşmadığı görülmüştür. Ayrıca her bir alt boyut için de yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre de mutsuzluk, takıntılı düşünce, beğenilme isteği ve empati alt boyutunda anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı ortaya çıkmıştır. Anonim kimlik alt boyutunda arkadaş sayısı 201 ve üzeri olanların, arkadaş sayısı 101-200 arası olanlara göre daha az anlamlı düzeyde sosyal medya beğenilmeme korkusu yaşadıkları görülmektedir. Bu araştırma sorusuna benzer yerli ve yabancı literatürde herhangi bir araştırma sonucuna rastlanmamıştır. Bu sonuçla beraber bireylerin sosyal medyada artan arkadaş sayısına sahip olmalarının anonim kimlik kullanmada etkili olduğu sonucuna varılabilir.

Katılımcıların benlik saygılarının cinsiyete göre farklılaşmasına yönelik olarak yapılan t-testi sonuçlarına göre ise bir farklılık bulunmamıştır. Barker'ın (2009) yaptığı bir

çalışmada yüksek kolektif benlik saygısı olan kişilerin daha fazla çevresiyle iletişime geçtiği görülmektedir. Ayrıca kadınların daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu görülmüştür. Bu araştırma sonucu araştırma bulgularıyla örtüşmemektedir. Metin ve Bencik Kangal (2012)'de 12-14 yaşındaki üstün yetenekli çocukların benlik algılarının cinsiyet bakımından farklılık gösterip göstermediğini incelemiş ve üstün yetenekli kız çocukların erkeklere kıyasla daha olumlu bir benlik algısına sahip olduğunu bulgulamıştır. Pehlivan'ın (2017) lise öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada da kızların erkeklere oranla benlik saygılarının yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar da araştırma bulgularıyla örtüşmemekle birlikte bu araştırmanın sonuçlarını destekler çalışmalar da vardır. Bunlardan birinde Aksüt'ün (2011) ilkökul öğrencileri üstünde yaptıkları çalışmada benlik saygısının cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmektedir. Jabari, Moradi Şeyhjan ve Rajeswari (2014) de İranlı lise öğrencilerinin benlik saygılarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür.

Araştırmada ayrıca ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin sosyal medyada paylaştıkları içeriklerin beğeni sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Dilek Ertürk ve Ertem Eray'ın (2016) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri araştırmalarında da bireylerin paylaştıkları içeriklere beğeni sayısı arttıkça benlik saygısının da arttığı saptanmıştır. Jong ve Drummond (2016)'da benzer biçimde Güney Avustralya'da yaşları 12-14 arasında değişen kız öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmada, sosyal medyadaki olumlu geri bildirimlerin benlik saygısını arttırdığını belirtmişlerdir. Bu yönüyle bu araştırma bulgusunun aksine sosyal medya beğenilme durumunun benlik saygısını etkilediği anlaşılmaktadır.

Bu çalışmanın bir başka bulgusu olarak ergenlerin benlik saygılarının sosyal medyadaki arkadaş sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Alanyazında benzer bulgulara ulaşılan çalışmalar bulunmaktadır. Söner ve Yılmaz'ın (2018) lise öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerini inceledikleri araştırmalarında sosyal ağlarda edinilen arkadaş sayısı arttıkça mental iyi oluşun da arttığı görülmektedir. Bu sonuç bulunan araştırma bulgularıyla dolaylı olarak da olsa örtüşmediği görülmektedir. Başer'in (2014) sosyal medya kullanıcıları üzerinde yaptığı bir diğer çalışmada da facebook kullanıcılarının motivasyonları ve arkadaş sayıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yani facebookta edinilen arkadaş sayısı arttıkça bireylerin motivasyonlarının da arttığı görülmektedir.

Ergenlerin benlik saygıları ile sosyal medya beğenilmeme korkuları arasında ise negatif düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bununla birlikte benlik saygısının Sosyal Medya Beğenilmeme Korkusu Ölçeğinin alt boyutları olan mutsuzluk, takıntılı düşünce, beğenilme isteği ve anonim kimlik arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken, empati anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Alanyazındaki benzer çalışmalarda bu bulgulara hem paralel hem de farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Bunlardan birinde Aydemir (2014) mutsuz olan bireylerin benlik saygılarının da düşük olduğunu belirtmiştir. Cheng ve Furnham (2003) ise 18-23 yaş arasındaki bireylerde mutluluk ve benlik saygısı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca aynı çalışmada benlik saygısı ve takıntılı düşünce arasında da negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bir başka deyişle bireylerin benlik saygısı düştükçe takıntılı düşüncelerinin de artmakta olduğu görülmektedir. Takıntılı düşünceler ile benlik saygısı arasındaki bu ters yönlü ilişkiyi bulgulayan başka araştırmalar da mevcuttur. Biby (1998) benzer şekilde benlik saygısı ile obsesiflik arasındaki negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Garaigordobil, Durá ve Pérez'in (2005) 14-17 yaş arasındaki ergenler üzerinde yaptıkları çalışmalarında da benzer bir şekilde benlik saygısı ve obsesif düşünceler arasında negatif yönlü bir anlamlı bir sonuç bulunmuştur. Bu çalışmada benlik saygısı ve beğenilme isteği arasında da diğer alt boyutlar gibi negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Mehdizadeh'in (2010) yaşları 18-25 arasında değişen facebook kullanıcıları ile yaptığı bir çalışmada da narsisizm ve benlik saygısı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Narsisizm bilindiği üzere beğenilme isteğini içinde barındıran bir kavramdır. Bu noktada bireylerin beğenilme isteği arttıkça benlik saygısının arttığı görülmektedir. Bu araştırma sonucu bulunan sonuçlarla

örtüşmemektedir. Anonim kimlik ve benlik saygısı arasında ki ilişki incelendiğinde yine benzer şekilde negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Bu kavramlarla ilgili alanyazında benzer herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Son olarak empati ve benlik saygısı arasında bu araştırmada anlamlı düzeyde herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulguya benzer biçimde Carlo, Laible ve Roesch'in (2004) ergenlerden oluşan bir örneklem üzerinde yaptıkları araştırmalarında empati ve benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Salı'nın (2013) katılımcılarını ilköğretim öğrencilerinin oluşturduğu bir çalışmada ise bu araştırma bulgularının aksine bireylerin empatik eğilimleri ile benlik kavramları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Anlaşılacağı üzere bu konuda alanyazında farklı sonuçlara ulaşılmıştır.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre ergenlerin benlik tasarımlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Erkek ergenlerin benlik tasarımlarının kız ergenlere daha olumlu olduğu görülmektedir. Bu bulgu, benlik tasarımı ile cinsiyet arasında erkekler lehine anlamlı bir ilişkinin olduğu şeklinde yorumlanabilir. Cinsiyetler arasında benlik tasarımının nasıl farklılaştığını inceleyen çeşitli araştırmalarda (Barış, 2002; Creasy, 2012; Çetin vd., 2010; Gürsoy, 2006) ise benlik tasarımının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Bu sonuçlar araştırma bulgularıyla örtüşmemektedir.

Ergenlerin benlik tasarımlarının sosyal medyada paylaşılan içeriklerin beğeni sayısına göre farklılaşmasına yönelik olarak yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre ise, ergenlerin benlik tasarımlarının sosyal medyada paylaştıkları içeriklerin beğeni sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Bu konuyu inceleyen herhangi bir araştırma sonucuna rastlanmamakla birlikte bireylerin benlik tasarımlarının sosyal medyada paylaştıkları içeriklerin beğeni sayısından etkilenmediği sonucuna varılabilir. Ergenlerin benlik tasarımlarının sosyal medyadaki arkadaş sayısına göre farklılaşmasına yönelik bulgularda ise anlamlı bir farklılık görülmüştür. Benlik tasarımı arasındaki farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre de, arkadaş sayısı 1-50 arası olanların benlik tasarımlarının arkadaş sayısı 51-100 arası olanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu konuda herhangi bir araştırmaya rastlanılmamışsa da genelgeçer bir bakış açısıyla arkadaş sayısı arttıkça benlik tasarımının da artması beklenirken araştırmada bu bakış açısının tersine bir bulguya ulaşılmıştır. Bu durum sosyal medyadaki arkadaşlığın içeriğinin diğer arkadaşlıklardan daha farklı olduğu sonucunu düşündürmektedir.

Araştırmanın diğer bir amacı olan ergenlerin benlik tasarımları ile sosyal medya beğenilmeme korkuları arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan korelasyon analizinde orta düzeyde, negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Benlik tasarımının sosyal medya beğenilmeme korkusu ölçeğinin alt boyutları ile olan ilişki incelendiğindeyse; mutsuzluk, takıntılı düşünce, beğenilme isteği, empati ve anonim kimlik arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Benlik tasarımı ve mutsuzluk alt boyutu arasındaki negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki ergenlerin benlik tasarım düzeyi arttıkça mutsuzluk düzeylerinin düştüğünü göstermektedir. Bu konuyu inceleyen bir araştırma bulunamamışsa da mutsuzluk ile ilişkili kavramlar ve benlik tasarımı arasındaki bağlantıyı bulgulayan çalışmalar mevcuttur. Bunlardan birinde Hulme ve arkadaşları (2012) negatif benlik tasarımı olan kişilerin sosyal anksiyete sorunu yaşadıklarını, başka bir deyişle sosyal anksiyetesi olan kişilerin düşük benlik tasarımına sahip olduklarını belirtmiştir. Bireylerin sürekli bir şeyden korkması ve toplum içinde utanarak yaşaması olarak tanımlanan (Dilbaz, 2000) sosyal anksiyete bireylerin mutsuz olmalarına yol açabilmektedir. Bu açıklamalar dolaylı olarak bulunan araştırma sonucuyla örtüşmektedir. Benlik tasarımı ve takıntılı düşünce alt boyutu arasında ise negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bulgu ergenlerin takıntılı düşüncelerinden dolayı sosyal medya beğenilmeme korkuları arttıkça benlik tasarım düzeylerinin de düşmesi, bununla birlikte bireylerin benlik tasarımının sosyal medyada takıntılı düşünceler oluşturmada etkili olması olarak ifade edilebilir. Araştırmada ayrıca ergenlerin sosyal

medyada beğenilme isteği düştükçe benlik tasarımlarının da arttığı görülmüştür. Beğenilme isteği ile ilgili doğrudan bir araştırma sonucu bulunmasa da buna benzer bir çalışmada Bakker ve Bosman (2003) akran kabulü ve benlik tasarımı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Yani akranlar tarafından kabul gören kişilerin benlik tasarımlarının da yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar bulunan araştırma bulgularıyla örtüşmemektedir. Benlik tasarımı ve empati alt boyutu arasında ise negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu sonuca göre bireylerin benlik tasarımlarının sosyal medyada empati kurmalarında etkili olduğu sonucuna varılabilir. Benlik tasarımı ve anonim kimlik alt boyutu arasında da negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bulgu ise ergenlerin sosyal medyada beğenilmeme korkusu yaşamamak için kimliklerini gizlemelerinin benlik tasarımlarının düşüklüğü ile açıklanabilir. Başka bir deyişle bireylerin benlik tasarımlarının sosyal medyada anonim kimlik kullanmalarında etkili olduğu sonucuna varılabilir.

### Öneriler

Araştırma bulgularına göre ortaya konulan benlik saygısı ve sosyal medya beğenilmeme korkusu arasındaki negatif yönlü ilişki ergenlerde benlik saygısının geliştirilmesine yönelik çalışmalara ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir. Bu kapsamda okul psikolojik danışmanları tarafından okul idaresine, öğretmenlere ve ailelere benlik saygısını güçlendirmeye yönelik çalışmalar yapılması böylece öğrencilerin sosyal medyadan etkilenmesini en asgari düzeye indirmek düşünülebilir. Benzer biçimde benlik tasarımı ve sosyal medya beğenilmeme korkusu arasındaki negatif yönlü ilişkiye yönelik olarak okul yaşantısı dışındaki kaynakların kullanılması düşünülebilir. Örneğin Yamak'ın (2015) da belirttiği üzere sporla ilgilenen bireylerin benlik tasarımlarının yüksek olduğu düşünülerek belediyelerden ve gençlik spor il müdürlüklerinden destek alınarak ergenler spora yönlendirilebilirler. Bununla birlikte öğrencilerin sosyal medyadan çok sosyal etkileşim yoluyla aktivite yaşaması amacıyla okullarda yaratıcı drama ve zeka oyunları çalışmaları gerçekleştirilebilir.

Sonuç olarak sosyal medya, ergenler için arkadaş edinme, eğlence gibi birçok yönüyle kullanışlı bir ortam sağlamaktadır. Bireyin özellikle iletişim kurmak için sosyal medyayı yoğun olarak kullanması sosyal medyada beğenilmeme korkusu yaşamasına sebep olabilmektedir. Bu korku ise ergenlerin benlik saygısı ve benlik tasarımı ile açıklandığı üzere çeşitli boyutlarıyla ilişki göstermektedir. Bütün bunların yanı sıra bu çalışma bazı sınırlılıklara da sahiptir. Bunlardan en önemlisi araştırma konusunun teknoloji kullanımı ile yakından ilgili olduğu düşünüldüğünde katılımcıların teknoloji kullanma alışkanlıklarının genellenebilirliği ile ilgilidir. Bir büyükşehirin merkez ilçesinde yaşayan katılımcıların teknolojiye erişim olanakları diğer birçok yerleşim yerine göre farklılaşabileceğinden sosyal medya kullanımı açısından da önemli farklılıklar oluşabileceği düşünülebilir.

## Kaynakça

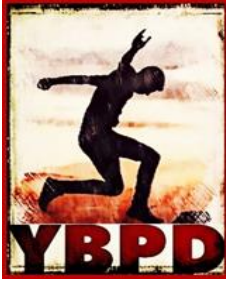
- Akçagöz, H. (2017). *Çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelenmesi benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aksüt, A. (2011). *The relationship between students' self-esteem, parental attitudes and students' achievement in foreign language learning*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Edirne: Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Alpay, E. (2000). Self-concept and self-esteem. *Technology, and Medicine*, 7(2), 1-5.
- Allport, G.W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Arıcak, O.T. (1999). *Grupla psikolojik danışma yoluyla benlik ve mesleki benlik saygısının geliştirilmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi), İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Armas, R.D., Gidumal, J.B., Lopez, E.P. and Tona, D.G. (2010). Intentions to use social media in organizing and taking vacation trips. *Computers in Human Behavior*, 27(2), 640-654.
- Atalay, R. (2014). *Lise öğrencilerinin sosyal medyaya ilişkin tutumları ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki (Bahçelievler ilçesi örneği)*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü.
- Aydemir, S. (2014). *Hemşirelerde benlik ve benlik saygısı (Diyarbakır kadın doğum ve çocuk hastalıkları hastanesi örneği)*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bakker, J.T., & Bosman, A.M. (2003). Self-image and peer acceptance of Dutch students in regular and special education. *Learning Disability Quarterly*, 26(1), 5-14.
- Barış, D.A. (2002). *Müzik eğitimi alan ve almayan lise öğrencilerinin benlik tasarımı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Ankara: Gazi Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Barker, V. (2009). Older adolescents' motivations for social network site use: The influence of gender, group identity, and collective self-esteem. *Cyberpsychology & Behavior*, 12(2), 209-213.
- Başer, A. (2014). *Sosyal medya kullanıcılarının kişilik özellikleri, kullanım ve motivasyonlarının sosyal medya reklamlarına yönelik genel tutumları üzerindeki rolü: Facebook üzerine bir uygulama*. (Yayımlanmamış doktora tezi), İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Baymur, F. (2015). *Genel psikoloji*. (26. Baskı). İstanbul: İnkılap Yayınları.
- Baymur, F., Özgüven, E., Kuzgun, Y., Kılıçcı, Y. ve Kepçeoğlu, M. (1978). *Üniversitede okuyan TÜBİTAK bursiyerlerinin başarılarını etkileyen faktörler*. Ankara: TÜBİTAK Bilim Adamı Yetiştirme Grubu. Proje No: BAYG-E32.
- Biby, E.L. (1998). The relationship between body dysmorphic disorder and depression, self-esteem, somatization, and obsessive-compulsive disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 54(4), 489-499.
- Bostancı, M. (2010). *Sosyal medyanın gelişimi ve iletişim fakültesi öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Boyd, D.M., & Ellison, N.B. (2008). Social network sites: Definition, history and scholarship. *Journal of Computer Mediated Communication*, 13(1), 210-230.

- Brown, J.D., Cai, H., Deng, C., & Oakes, M.A. (2007). Self-esteem and culture: Differences in cognitive self-evaluations or affective self-regard?. *Asian Journal of Social Psychology, 10*(3), 162-170.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Card, N.A., Gamble, W.C., & Yu, J.J. (2009). Self-representations in early adolescence: Variations in sibling similarity by sex composition and sibling relationship qualities. *Social Development, 19*(1), 148-169.
- Carlo, G., Laible, D.J., & Roesch, S.C. (2004). Pathways to self-esteem in late adolescence: The role of parent and peer attachment, empathy, and social behaviours. *Journal of Adolescence, 27*, 703-716.
- Carlton-Ford, S., Ender, M.G., & Tabatabai, A. (2008). Iraqi adolescents: Self-regard, self-derogation, and perceived threat in war. *Journal of Adolescence, 31*(1), 53-75.
- Caspi, A., Donnellan, M.B., Moffitt, T.E., Robins, R.W., & Trzesniewski, K.H. (2005). Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency. *Psychological Science, 16*(4), 328-335.
- Chang, L., & Chua, T.H.H. (2016). Follow me and like my beautiful selfies: Singapore teenage girls' engagement in self-presentation and peer comparison on social media. *Computers in Human Behavior, 55*, 190-197.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2003). Personality, self-esteem and demographic predictions of happiness and depression. *Personality and Individual Differences, 34*(6), 921-942.
- Chuang, W., Floransa, M., Teresa, K., Patti, W., & Weichao, W. (2018). Middle school students' social media use. *International Forum of Educational Technology & Society, 21*(1), 213-224.
- Creasy, L.A. (2012). *An examination of the relationship between gifted students' self-image, gifted program model, years in the program, and academic achievement*. (Theses - doctoral dissertations). Keiser University, United States.
- Çetin, F.Ç., Gökler, G., Pehlivanlı, B., Tüzün, Z., & Ünal, F. (2010). Attachment styles and self-image in Turkish adolescents. *Journal of Research on Adolescence, 20*(4), 840-848.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adölesanlarda benlik saygısı*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Dawley, L., (2009). Social network knowledge construction: Emerging virtual world pedagogy. *On The Horizon, 17*(2), 109-121.
- Dilbaz, N. (2000). Sosyal anksiyete bozukluğu: Tanı, epidemiyoloji, etiyoloji, klinik ve ayırıcı tanı. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 3*(2), 3-21.
- Dilek Ertürk, Y., Ertem Eray, T. (2016). Fenomenolojik bir kavram olarak kendilik ve sosyal ağlarda kendilik sunumu ile narsistik eğilimler ilişkisi: İletişim fakültesi (İ.Ü.İ.F.) öğrencileri üzerine bir ön çalışma. *Intermedia International e-Journal, 3*(1), 12-29.
- Dorpatcheon, N., Amichai-Hamburger, Y., & Kaplan, H. (2008). Click to the past: The impact of extroversion by users of nostalgic websites on the use of Internet social services. *Computers in Human Behavior, 24*, 1907-1912.
- Ellison, N., Steinfield, C., & Lampe, C. (2006). Spatially bounded online social networks and social capital. *International Communication Association, 36*, 1-37.
- Ersanlı, K. (1988). Lise öğrencilerinin benlik tasarımı düzeylerini etkileyen faktörler. (Yayımlanmamış doktora tezi), Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Evans, D. (2012). *Social media marketing an hour a day*. (Second Edition). Indiana: Wiley.
- Fadiman, J., & Frager, R. (2016). *Personality and personal growth*. (Sixth Edition). California: Pearson.
- Fanning, P., & Mckay, M. (2000). *Self esteem*. (Third Edition). United Stated: New Harbinger.
- Fraker, F.L. (1986). *The impact of entering a high school for the academically talented, on the academic self-concept, social-emotional adjustment, and causal attributions of beginning students*. (Unpublished Master's Thesis). University of Illinois at Urbana-Champaign, USA.
- Garaigordobil, M., Durá, A., & Pérez, J.I. (2005). Psychopathological symptoms, behavioural problems and self-concept/self-esteem: A study of adolescents aged 14 to 17 years old. *Annuary of Clinical and Health Psychology*, 1, 53-63.
- Gürsoy, F. (2006). Farklı sosyo ekonomik düzeydeki ergenlerin benlik tasarım düzeyleri ile kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(2), 183-190.
- Hess, S. (2005). *Authoring the self self-representation, authorship, and the print market in british poetry from pope through wordsworth*. New York: Rutledge.
- Hulme, N., Hirsch, C., & Stopa, L. (2012). Images of the self and self-esteem: do positive self-images improve self-esteem in social anxiety?. *Cognitive Behaviour Therapy*, 41(2), 163-173.
- Jabari, K., Moradi Şeyhjan, T., & Rajeswari, K. (2014). Self- esteem and academic achievement of high school students. *Cognitive Discourses International Multidisciplinary Journal*, 2(2), 38-41.
- Jong, S.T., & Drummond, M.J.N. (2016). Hurry up and 'like' me: Immediate feedback on social networking sites and the impact on adolescent girls. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport And Physical Education*, 7(3), 251-267.
- Kamışoğlu, İ. (2013). *Sosyal medyada kişilerarası iletişim çatışmaları*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri: Kavramlar-ilkeler-teknikler*. (23. Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kaya, A. (2011). *Öğretmen adaylarının sosyal ağ sitelerini kullanım durumları ve internet bağımlılığı düzeyleri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), İzmir: Ege Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Kietzmann, J.H., Hermkens, K., McCarthy, I.P., & Silvestre, B.S. (2011). Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. *Business Horizons*, 54(3), 241-251.
- Knighley, W.M., & Whitelock, D.M. (2007). Assessing the self-esteem of female undergraduate students: An issue of methodology. *Educational Studies*, 33(2), 217-231.
- Koçak, N.G. (2012). *Bireylerin sosyal medya kullanım davranışlarının ve motivasyonlarının kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı bağlamında incelenmesi: Eskişehir'de bir uygulama*. (Yayımlanmamış doktora tezi), Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Lawrence, D. (2006). *Enhancing self-esteem in the classroom*. (3rd Edition). London: Paul Chapman.
- Mehdizadeh, S. (2010). Self presentation 2.0: Narcicism and self-esteem on facebook. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13(4), 357-365.



- Metin, N., Bencik Kangal, S. (2012). Bilim sanat merkezlerine devam eden 12-14 yaş grubu üstün yetenekli çocukların benlik algılarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 37(163), 3-16.
- Onat, F. (2010). Bir halkla ilişkiler uygulama alanı olarak sosyal medya kullanımı: Sivil toplum örgütleri üzerine bir inceleme. *Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 31, 103-122.
- Özdemir, S. (2015). Sosyal medyada kimlik inşasında yeni akım: Özçekim kullanımı. *Maltepe Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 112-131.
- Pehlivan, S. (2017). *Lise öğrencilerinin sosyal uyum becerileri ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), İstanbul: Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University.
- Salı, G. (2013). İlköğretim ikinci kademedeki çocukların empatik eğilimlerinin ve benlik kavramlarının incelenmesi. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 6(4), 496-519.
- Söner, O. (2019). *Ergenlerde benlik benlik tasarımı ve benlik saygısı düzeylerinin sosyal medya beğenilmeme korkuları üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Söner, O. ve Yılmaz, O. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13, 59-69.
- Tan, H. (2014). *Psikolojik yardım ilişkileri: Psikolojik danışma ve psikoterapi*. (4. Basım). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Taylor, I.H. (2015). Facebook and the being Liked Motive. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 1(4), 1216-1227.
- Tezci, E., & İçen, M. (2017). High school students' social media usage habits. *Journal of Education and Practice*, 8(27), 99-108.
- Valkenburg, P.M., Schouten, A.P., & Peter, J. (2005). Adolescents' identity experiments on the Internet. *New Media & Society*, 7(3), 383-402.
- Yamak, B. (2015). *Adölesanların fiziksel uygunluk seviyelerinin vücut imajı, benlik tasarımı ve stres düzeyine etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi), Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yalom, I.D. (2018). *Varoluşçu psikoterapi*. (Z., Babayiğit, Çev.). (1. Baskı). İstanbul: Pegasus.
- Yavuzer, H. (2016). *Eğitim ve gelişim özellikleriyle okul çağı çocuğu*. (19. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.



## KADIN DOĞUM KLİNİKLERİNDE ÇALIŞAN SAĞLIK PROFESYONELLERİN PERİNATAL KAYIP VE YAS İLE İLGİLİ GÖRÜŞLERİ

Pelin PALAS KARACA<sup>1</sup>, Yeliz KAYA<sup>2</sup>, Sevde ÇUBUKÇU AKSU<sup>3</sup>

ÖZ

Araştırma, tanımlayıcı niteliktedir. Sağlık profesyonellerinin perinatal kayıp ve yas ile ilgili görüşlerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma, Eylül 2019-Kasım 2019 tarihleri arasında bir devlet hastanesi ve şehir hastanesinde kadın doğum ve yenidoğan kliniklerinde çalışan ebe ve hemşireler ile yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini araştırmaya katılmayı kabul eden ve veri toplama formunu dolduran toplam 52 sağlık profesyoneli oluşturmuştur. Araştırmanın verileri Kişisel Tanıtıcı Bilgi ve Perinatal Kayıp ve Yas İlişkin Görüş Formu ile toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır. Araştırmada, ebe ve hemşirelerin tamamının kadın (%56.7), tamamına yakının evli (%90.4) ve yarısından fazlasının hemşire (%69.2) olduğu belirlenmiştir. Bunlardan %5.8'inin lise, %19.2'sinin ön lisans, %71.2'sinin lisans, %3.8'inin lisansüstü mezunu olduğu saptanmıştır. Ebe ve hemşirelerin en fazla 20 yıl ve üstü çalışma yılına sahip olduğu bulunmuştur. Mezuniyet öncesi gebelik kayıpları ve perinatal yas konusunda eğitim alma durumu incelendiğinde, ebe ve hemşirelerin yarısına yakının eğitim aldığı (%46.2) ve katılımcılar alınan eğitimin kısmen yeterli (%32.7) olduğunu ifade etmişlerdir. Araştırmada katılımcıların en çok "Perinatal kayıp; erken/geç fetal ve yenidoğan ölümlerini kapsar", "Perinatal kayıp sonrası, ebeveynler yas süreci yaşayabilir" ve "Perinatal kayıp, kadının fiziksel sağlığını olumsuz etkileyebilir", "Perinatal kayıp, kadının psiko-sosyal sağlığını olumsuz etkileyebilir", "Perinatal kayıp yaşayan ebeveynler, sağlık çalışanları tarafından duygularını anlatmaları için cesaretlendirilmelidir" ifadelerine katılmışlardır. Araştırmada ebe ve hemşirelerin PKYGF puan ortalamalarının 39.69±5.65 (aralık: 26-51) olduğu belirlenmiştir. Ebe ve hemşirelerin perinatal kayıp ve yasa ilişkin bilgilerinin orta düzeyde olduğu saptanmıştır.

### Anahtar Kelimeler

Ebelik, Hemşirelik, Perinatal Yas, Danışmanlık

## THE OPINIONS OF HEALTH PROFESSIONALS IN MATERNITY CLINICS ON PERINATAL LOSS AND LAMENT

### ABSTRACT

This is a descriptive study. It was carried out to determine the opinions of health professionals about "Perinatal Loss and Lamentation". The study was conducted with the midwives and nurses working in a maternity and neonatal clinics in a public hospital and a city hospital between September 2019 and November 2019. The sample of the study consisted of 52 health professionals who accepted to participate in the study and filled the data collection form. The data of the study were collected with "Personal Information Form" and "Opinions on Perinatal Loss and Mourning Form". Mann-Whitney U test and Kruskal-Wallis H test were used to evaluate the data. In the study, it was determined that all of the midwives and nurses were women (100%), almost all of them were married (90.4%) and more than half of them were nurses (69.2%). It was determined that 5.8% of them were high school graduates, 19.2% of them had an associate degree, 71.2% of them had a bachelor degree and 3.8% of them had a graduate diploma. It has been found that the midwives and nurses' highest working year was more than 20 years. When the pregnancy losses before the graduation and the status of receiving education about perinatal mourning were examined, nearly half of the midwives and nurses received the training (46.2%) and the participants stated that the training received was partially sufficient (32.7%). In the study, The statements of "Perinatal loss covers early/late fetal and neonatal deaths", "After perinatal loss, parents may experience a mourning period" and, "Perinatal loss may negatively affect the physical health of the woman", "Perinatal loss may negatively affect the psycho-social health of the woman", "Parents experiencing perinatal loss should be encouraged by healthcare professionals to express their feelings" were most shared ones by the participants. In the study, it was determined that the mean score of the midwives and nurses on the OPLMF was 39.69 ± 5.65 and the scores ranged between 26-51. It was determined that the midwives and nurses had moderate knowledge of perinatal loss and mourning.

### Key Words

Midwifery, Nursing, Perinatal Grief, Counseling

<sup>1</sup>Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Balıkesir. E-mail: pelinpaldas@hotmail.com, ORCID: 0000-0002-9336-6209

<sup>2</sup>Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Eskişehir. E-mail: yelizyilmazturk@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4277-3960

<sup>3</sup>Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Balıkesir. E-mail: sevde.c@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7749-8474

**Teşekkür:** Makalenin istatistiksel analizleri için Arş. Gör. Dr. Muzaffer BILGIN'e teşekkür ederiz.

**Alıntı:** Palas Karaca, P., Kaya, Y., Çubukçu Aksu, S. (2020). Kadın doğum kliniklerinde çalışan sağlık profesyonellerinin perinatal kayıp ve yas ile ilgili görüşleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 69-79.

## Giriş

Modern tıptaki ilerlemelere rağmen perinatal kayıplar, kadınlarda halen klinik olarak görülebilmektedir. Perinatal kayıp; erken gebelik kayıplarını (gebeliğin ilk 12 haftası), geç fetal kayıpları (>20. gebelik haftası) ve yenidoğan ölümlerini kapsamaktadır (Bhat ve Byatt, 2018). Gebeliklerin %20-25'i düşük, ektopik gebelik, ölü doğum ve neonatal ölüm gibi sebeplerle yitilmektedir (Adolfsson,2011; Robinson 2014). Ülkemizde ise istemsiz düşük oranı %13 olup, isteyerek düşük oranı %6 ve ölü doğum oranı ise %1 olarak bildirilmiştir (TNSA, 2018).

Perinatal kayıp, hem kadın hem erkek için güç ve travmatize edici bir durumdur. Bu durum, ebeveynleri biyolojik, psikolojik, sosyal ve spiritüel yönden etkileyebilmekte (Mecdi, 2019); yaşanan kayıp nedeni ile kadınlar yas sürecine girebilmektedir (Karaca ve Oskay, 2017). Kayıp sonrası kadında yoğun suçluluk duygusu, öfke, umutsuzluk, kızgınlık ve çaresizlik hissi görülebilmektedir. Ayrıca kendi bedenine olan güvenini kaybetme, yoğun anksiyete ve depresyon belirtileri yaşanabilmektedir (Bhat ve Byatt, 2018, Mecdi 2019). Bu durum sadece bebeğin kaybı ile sınırlı kalmamakta geleceğe yönelik ümitsizlik ve hayal kırıklığı, bir sonraki gebelik de ise gebelik anksiyetesi oluşmasına neden olabilmektedir (Taşkın 2011; Jense, 2013; Yörük vd., 2016).

Perinatal kayıp, kadınlarda komplike bir yas sürecinin yaşanmasına yol açabilmektedir. Komplike yas, kişinin yaşadığı çevreye uyum sağlayamaması, yaşamın diğer alanlarının olumsuz olarak etkilenmesi ve yitimin arkasından en az altı ay geçmesine rağmen günlük yaşam aktivitelerini yerine getirememesi olarak tanımlanmaktadır (Küçükkaya 2009). Perinatal kayıp sonrası komplike yas süreci; kaybın ani ve beklenmedik olmasından, fetal anomali nedeniyle gebeliğin sonlandırılmasından (kendini suçlama ve sosyal izolasyon daha yüksek), daha önceden majör depresyon varlığından, gebelikte ambivalence duygular yaşanmasından, normal yas sürecinin sağlıklı atlatılmamasından, sosyal desteğin yetersiz olmasından oluşabilir. Bu süreçte kadın çaresizlik, değersizlik ve umutsuzluk gibi duyguları da yaşayabilir (Brier 2008; Mulvihill ve Walsh 2014; Maguire et al.; Bhat ve Byatt, 2018). Bu yüzden sağlık profesyonelleri, perinatal kayba uğrayan kadınlara etkin ve uygun bakım uygulayarak komplike bir yas yaşamalarını engelleyebilir (Küçükkaya 2009; Yıldız 2009; Morales et al., 2012).

Hastanede hastalarla en çok zaman geçiren sağlık profesyonelleri ebe ve hemşirelerdir. Bu yüzden ebe ve hemşireler, perinatal kayıp yaşayan kadına yardımcı olmak, yas sürecini yaşamalarını sağlamak, kaybedilen bebeğe yönelik hatıralar oluşturmak, onu ve ailesini bu süreçte desteklemek, onun bakımında önemli bir rol üstlenmek, kadının anlattıklarını dinlemek, yaşadığı duygularının normal olduğunu söylemek, önceden uyguladıkları başarılı baş etme biçimleri saptamak ve tekrar kullanmalarını sağlamak ile sorumludurlar (Cote-Arsenault, 2003; Murphy ve Merrell, 2009; Williams et al, 2009; Jense 2013). Ebeler, perinatal kayıp ile yaşanabilecek stres konusunda hassas davranmalı, ebeveynlerin duygu ve deneyimlerini paylaşması konusunda cesaretlendirmelidir. Kayıp sonrası psiko-sosyal sağlığı ile ilgili değerlendirmeler yapmalı, kadınları uzmana yönlendirmeli, tedavisini ve telefon ya da ev ziyaretleri ile takibini sağlamalıdır. (Sayın, 2020). Buna karşın yapılan çalışmalarda sağlık profesyonellerin perinatal yas bakımı sağlamada güçlük çektiklerini ve iletişim becerilerinde sıkıntı yaşadıklarını göstermektedir. Sağlık profesyonellerin kayıp ile baş etmede ve bakım sağlamada kendilerini yeterli hissetmeleri için; perinatal yas bakımı sağlayacak sağlık profesyonellerine oryantasyon eğitimleri, iletişim becerileri eğitimi ve hizmet içi eğitimleri önerilmektedir (Rohers et al., 2008; Çam ve Tektaş, 2015). Bu bağlamda kadın doğum alanında çalışan sağlık profesyonellerin perinatal kayıp ve yas ile ilgili görüşleri, kayıp yaşayan kadınlara bakım verilmesinde, kadının beklentilerinin karşılanmasında, destekleyici bir bakım sağlanmasında ve yas sürecinin sağlıklı bir şekilde atlatılmasında önemlidir. Yapılan literatür incelemesinde de ülkemizdeki ebe ve hemşirelerin perinatal kayıp ve yas hakkındaki görüşleriyle alakalı araştırmaya rastlanmamıştır. Doğum ve kadın hastalıkları alanında çalışan ebe ve hemşirelerin görüşlerinin bilinmesi, perinatal kayıp ve yas ile ilgili hizmet içi eğitim programlarının geliştirilmesine yardımcı olabilir. Bu nedenle araştırma, doğum ve kadın hastalıkları

alanında çalışan ebe ve hemşirelerin perinatal kayıp/yasa ilişkin görüşlerinin saptanması amacıyla yapılmıştır.

## Yöntem

### Araştırmanın Şekli

Araştırma, tanımlayıcı niteliktedir. Sağlık profesyonellerinin perinatal kayıp ve yas ile ilgili görüşlerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

### Araştırmanın Soruları

Doğum ve kadın hastalıkları alanında çalışan ebe ve hemşirelerin perinatal kayıp ile ilgili görüşleri nelerdir?

Doğum ve kadın hastalıkları alanında çalışan ebe ve hemşirelerin perinatal yas ile ilgili görüşleri nelerdir?

### Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma, Eylül 2019-Kasım 2019 tarihleri arasında bir devlet hastanesi ve şehir hastanesinde kadın doğum ve yenidoğan kliniklerinde çalışan ebe ve hemşireler ile yapılmıştır. Araştırmada evrenin tamamına ulaşılması hedeflenmiştir. Araştırmaya davet edilen ebe ve hemşirelerden 52 kişi çalışmaya katılmayı kabul etmiştir (16 ebe, 36 hemşire). Araştırmada, iletişim engeli olan ve çalışmaya katılmaya gönüllü olmayanlar değerlendirme dışında bırakılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

*Kişisel Tanıtıcı Bilgi Formu:* ebe hemşirelerin eğitim durumlarını, şu anda çalıştığı kliniği, cinsiyeti, medeni durumunu, çalışma süresini, mezuniyet öncesi gebelik kaybı ve perinatal yas ile ilgili eğitim alma durumlarını, eğitimi nerden aldıklarını ve gebelik kaybı yaşayan kadın/aileye bakım verme durumlarını ve hangi konularda eğitim alma isteklerini sorgulayan toplam 11 soru içermektedir.

*Perinatal Kayıp ve Yasa İlişkin Görüş Formu:* Sağlık Profesyonellerinin PKYGF formu toplam 28 sorudan oluşmaktadır. Bu form araştırmacılar tarafından literatür bilgilerinden yararlanılarak oluşturulmuştur (Küçükkaya 2009; Yıldız 2009; Morales et al., 2012; Maguire et al., 2015; Karaca ve Oskay; 2017). Formunun anlaşılabilirliği ve kapsamını geliştirmek için ebelik ve doğum-kadın sağlığı ve hastalıkları hemşireliğinden üç öğretim üyesinin fikirlerine başvurulmuş ve form tavsiyeler ışığında yeniden düzenlenmiş olup, üç soru çıkartılmıştır. PKYGF yer alan ifadeleri, sağlık profesyonelleri katılıyorum, katılmıyorum ve kararsızım seçeneklerinden birini cevaplayarak yanıtlamışlardır. Formda cevap seçenekleri “katılıyorum=2 puan”, “kararsızım=1 puan” ve “katılmıyorum=0 puan” dır. Bu bağlamda PKYGF alınabilecek puanlar 0 ile 56 puan arasında değişmektedir. Formda 12, 13, 14, 16, 17,19, 20 ve 26. sorular ters kodlanmıştır.

### Verilerin Değerlendirilmesi

Normallik testi için Shapiro Wilk testi yapılmış, Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır. Anlamlılık değeri  $p<0.05$  alınmıştır.

### Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma için Balıkesir Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan ve İl Sağlık Müdürlüğü'nden yazılı izin alınmıştır.

### Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın iki merkezde yürütülmesi sınırlılığdır. Bununla birlikte örneklem sayısının az olması araştırmanın diğer bir sınırlılığını oluşturmaktadır. Bundan dolayı bulgular genellenemez. Ayrıca perinatal kayıp ve yas ile ilgili sağlık profesyonellerinin görüşleri ile ilgili hem ülkemizde hem uluslararası alanda çalışma az olduğundan, tartışma bölümünde de sınırlılığa yol açmıştır.

### Bulgular

Araştırmaya katılmayı kabul eden 52 ebe ve hemşirenin tanımlayıcı özellikleri Tablo 1'de yer almaktadır. Araştırmada, ebe ve hemşirelerin tamamının kadın (%100)

tamamına yakının evli (%90.4) ve yarısından fazlasının hemşire (%69.2) olduğu belirlenmiştir. Bunlardan %5.8'inin lise, %19.2'sinin ön lisans, %71.2'sinin lisans, %3.8'inin lisansüstü mezunu olduğu saptanmıştır. Ebe ve hemşirelerin en fazla 20 yıl ve üstü çalışma yılına sahip olduğu bulunmuştur (Tablo 1).

**Tablo 1. Ebe ve hemşirelerin tanıtıcı özellikleri**

Tanıtıcı Özellikler	N	%
<b>Cinsiyet (n:52)</b>		
Kadın	52	100
Erkek	-	-
<b>Medeni Durum (n:52)</b>		
Evli	47	90.4
Bekar	3	5.80
Boşanmış	2	3.80
Eşi vefat etmiş	-	-
<b>Eğitim Durumu (n:52)</b>		
Lise	3	5.80
Ön lisans	10	19.20
Lisans	37	71.2
Lisans üstü	2	3.80
<b>Meslek (n:52)</b>		
Ebe	16	30.80
Hemşire	36	69.20
<b>Çalışma Süresi (n:52)</b>		
5 yıl ve altı	7	13.50
6-10 yıl	13	25
11-20 yıl	12	23.10
20 yıldan fazla	20	38.5
<b>Mezuniyet öncesi gebelik kayıpları ve perinatal yas konusunda eğitim alma durumu (n:52)</b>		
Eğitim alan	24	46.2
Eğitim almayan	28	53.8
<b>Alınan eğitim yeterli olma durumu (n:24)</b>		
Yeterli	4	7.70
Kısmen yeterli	17	32.70
Yetersiz	3	5.80
<b>Mesleki yaşam boyunca gebelik kayıpları ve perinatal yas hizmet içi eğitime katılma durumu (n:52)</b>		
Evet	32	61.5
Hayır	20	38.5
<b>Mesleki yaşam boyunca gebelik kaybı yaşayan kadına bakım verme durumu (n:52)</b>		
Bakım veren	45	86.50
Bakım vermeyen	7	13.50
<b>Perinatal yas ile bakım vermede kendilerini iyi hissetme durumu (n:52)</b>		
Evet	15	28.80
Hayır	37	71.20
<b>Eğitim almak istedikleri konular (n:52)</b>		
Perinatal kayıplar	9	17.30
Perinatal Yas ve Bakım	24	46.20
İletişim Becerileri	10	19.20
Empati	9	17.30

Mezuniyet öncesi gebelik kayıpları ve perinatal yas konusunda eğitim alma durumu incelendiğinde, ebe ve hemşirelerin yarısına yakının bu konuda eğitim aldığı (%46.2) ve eğitim alan katılımcılar için de eğitimin kısmen yeterli (%32.7) olduğu belirlenmiştir. Mesleki eğitim süresince gebelik kayıpları ve perinatal yas konusunda hizmet içi eğitime katılma durumunun ise %61.5 olduğu Tablo 1'de görülmektedir. Ayrıca, araştırmada ebe ve hemşirelerin büyük bir kısmı (%86.5) mesleki yaşamlarında gebelik kaybı yaşayan kadına bakım verdiklerini ifade etmişlerdir. Bununla birlikte araştırmada ebe ve hemşirelerin %71.2'si perinatal yas ile ilgili bakım verirken kendilerini iyi hissetmemektedirler. Yine araştırmada katılımcılar perinatal kayıplar (%17.3), perinatal yas ve bakım (%46.2), iletişim becerileri (19.2) ve empati (17.3) konusunda eğitim almak istediklerini ifade etmişlerdir (Tablo 1). Araştırmada ebe ve hemşirelerin PKYGF puan ortalamalarının  $39.69 \pm 5.65$  (aralık:26-51) olup ebe ve hemşirelerin perinatal kayıp ve yasa ilişkin bilgilerinin orta düzeyde olduğu saptanmıştır.

**Tablo 2. Ebe ve hemşirelerin perinatal kayıp ve yasa ilişkin görüşleri**

Perinatal Kayıp ve Yasa İlişkin İfadeler	Katılıyorum		Kararsızım		Katılmıyorum	
	N	%	N	%	N	%
Perinatal kayıp; erken/geç fetal ve yenidoğan ölümlerini kapsar.	49	94.2	3	5.8	-	-
Perinatal kayıp sonrası, ebeveynler yas süreci yaşayabilir.	50	96.2	1	1.9	1	1.9
Perinatal kayıp, kadının fiziksel sağlığını olumsuz etkileyebilir.	43	82.7	6	11.5	3	5.8
Perinatal kayıp, kadının psiko-sosyal sağlığını olumsuz etkileyebilir.	50	96.2	1	1.9	1	1.9
Perinatal kayıpta, kadın o gebeliğe ait annelik rolünü kaybedebilir.	23	44.2	22	42.5	7	13.5
Perinatal kayıpta erkek, o gebeliğe ait babalık rolünü kaybedebilir.	22	42.3	21	40.4	9	17.3
Perinatal kayıp sonrası, kadın özgüvenini kaybedebilir.	18	34.6	22	42.3	12	23.1
Perinatal kayıp sonrası, kadın bir sonraki gebelikte anksiyete yaşayabilir.	41	78.8	6	11.5	5	9.6
Perinatal kayıp, kadının sosyal ve evlilik yaşamı olumsuz etkilenebilir.	27	51.9	18	34.6	7	13.5
Perinatal kayıp sonrası, anne ve baba yas tutar.	38	73.1	12	23.1	2	3.8
Perinatal kayıp sonrası ebeveynlerin yaşadıkları yas, basit ve karmaşık düzeyde olup, bireysel farklılıklar gösterebilir.	31	59.6	20	38.5	1	1.9
Planlanmamış ya da fark edilmemiş gebelik kaybı sonrası ebeveynler, bebeği için yas tutmayabilir.	15	28.8	13	25.0	24	46.2
Perinatal kayıp yaşayan ebeveynler, suçluluk duygusu hissetmezler.	13	25.0	8	15.4	31	59.6
Perinatal kayıp yaşayan bazı ebeveynler, bebeklerinin kaybı hakkında konuşmak istemezler.	26	50.0	20	38.5	6	11.5
Perinatal kayıp yaşayan ebeveynler, sağlık çalışanları tarafından duygularını anlatmaları için cesaretlendirilmelidir.	42	80.8	8	15.4	2	3.8
Perinatal kayıp sonrası, kadın yas sürecini kendisi atlatır, müdahale edilmez.	11	21.2	4	7.7	37	71.2
Kaybedilen bebeğe yönelik hatıraların oluşturulması, ebeveynlerin yas sürecini uzatabilir ve komplike yas yaşamasına yol açabilir.	24	46.2	18	34.6	10	19.2
Perinatal kayıp yaşayan aileye bakım vermede sağlık çalışanlarının rolü önemlidir.	46	88.5	5	9.6	1	1.9
Perinatal kayıp yaşayan ebeveynlere, kaybı için üzülmemesi ve ağlamaması söylenir.	7	13.5	2	3.8	43	82.7
Anne ve babayı sakinleştirmek için "Kaybın olması iyi oldu", "Bebeğin sakat olacağı", "Zamanla geçer ve sağlıklı bebeğiniz olur" gibi ifadeler kullanılır.	6	11.5	2	3.8	44	84.6
Perinatal kayıp yaşayan ebeveynlere ya da kadına yas sürecinde destek olunur.	47	90.4	1	1.9	4	7.7
Ebe/Hemşire kayıp yaşayan kadında sağlıklı bir iyileşme sağlar, kadının ruh sağlığını iyileştirir ve kadının ruh sağlığının korunmasına yardımcı olur.	45	86.5	3	5.8	4	7.7
Ebe/Hemşire kayıp yaşayan kadının duygularını paylaşmalı, kadın ile birlikte olup, gereksinimlerini karşılamalıdır.	43	82.7	5	9.6	3	5.8
Perinatal kayıp yaşayan kadına bakım veren ebe/hemşire, iyi bir empati becerisine sahip olmalıdır.	51	98.1	1	1.9	-	-
Ebelerin/Hemşirelerin mesleki eğitimlerinde perinatal kayıp ve yas daha fazla yer almalıdır.	36	69.2	9	17.3	7	13.5
Ebeler/Hemşireler için perinatal kayıp, yas ve yas danışmanlığı ile ilgili mezuniyet sonrası eğitim, mezuniyet öncesi eğitime oranla daha faydalıdır.	40	76.9	8	15.4	4	7.7
Perinatal Kayıp ve yas konusu ebeler/hemşireler tarafından ötelenmemesi gereken bir konudur.	47	90.4	2	3.8	3	5.8
Gebelik kayıplarında yas ile ilgili sadece psikolog ve psikiyatristler ilgilendirilmelidir.	16	30.8	6	11.5	30	57.7

Araştırmada ebe ve hemşirelerin perinatal kayıp ve yasa ilişkin görüşlerinin dağılımı Tablo 2'de görülmektedir. Araştırmaya katılan ebe ve hemşirelerden perinatal yasa ilişkin görüş formu maddelerine verdikleri yanıtlar incelendiğinde katılımcıların sırasıyla en çok; 'Perinatal kayıp yaşayan kadına bakım veren ebe/hemşire, iyi bir empati becerisine sahip olmalıdır.' (n=51), "Perinatal kayıp sonrası, ebeveynler yas süreci yaşayabilir." (n:50), "Perinatal kayıp, kadının psiko-sosyal sağlığını olumsuz etkileyebilir." (n:50), "Perinatal kayıp; erken/geç fetal ve yenidoğan ölümlerini kapsar." (n:49), "Perinatal Kayıp ve yas konusu ebeler/hemşireler tarafından ötelenmemesi gereken bir konudur." (n:47), "Perinatal kayıp yaşayan ebeveynlere ya da kadına yas

sürecinde destek olunur.” (n:47), “Perinatal kayıp yaşayan aileye bakım vermede sağlık çalışanlarının rolü önemlidir.” (n:46), “Ebe/Hemşire kayıp yaşayan kadında sağlıklı bir iyileşme sağlar, kadının ruh sağlığını iyileştirir ve kadının ruh sağlığının korunmasına yardımcı olur.” (n:45), “Perinatal kayıp, kadının fiziksel sağlığını olumsuz etkileyebilir.” (n:43), “Ebe/Hemşire kayıp yaşayan kadının duygularını paylaşmalı, kadın ile birlikte olup, gereksinimlerini karşılamalıdır.” (n:43) ve “Perinatal kayıp yaşayan ebeveynler, sağlık çalışanları tarafından duygularını anlatmaları için cesaretlendirilmelidir.” (n:42), görüşüne katıldıkları belirlenmiştir (Tablo 2).

Araştırmada ebe ve hemşirelerin, en çok katılmadıklarını ifade ettikleri maddeler “Perinatal kayıp yaşayan ebeveynlere, kaybı için üzülmemesi ve ağlamaması söylenir.”(n:43), “Anne ve babayı sakinleştirmek için kaybın olması iyi oldu, bebeğin sakat olacaktı, zamanla geçer ve sağlıklı bebeğiniz olur” gibi ifadeler kullanılır” (n:44) maddeleri olarak saptanmıştır (Tablo 2).

Araştırmada, ebe ve hemşirelerin yaklaşık yarısı “Perinatal kayıpta, kadın o gebeliğe ait annelik rolünü kaybedebilir” (n:22), “Perinatal kayıpta erkek, o gebeliğe ait babalık rolünü kaybedebilir” (n:21), “Perinatal kayıp sonrası, kadın özgüvenini kaybedebilir” (n:22) ifadelerinde kararsız oldukları saptanmıştır (Tablo 2).

**Tablo 3. PKYGF ile ebe ve hemşirelerin sosyo-demografik özelliklerine karşılaştırılması**

Sosyo-Demografik Özellikler		N	PKYGF Medyan (Q1 - Q3)	Test İstatistiği
Hemşire Eğitim Durumu	Lise	3	1,60 (1.58+1.64)	$X^2_{kw}:0,194^*$ p:0.979
	Ön lisans	4	1,56 (1.45+1.69)	
	Lisans	27	1,56 (1.31+1.77)	
	Lisasüstü	2	1,59 (1.54+1.65)	
Ebe Eğitim Durumu	Ön lisans	6	1,59 (1.38+1.72)	$Z_{mwu}:26.00^{**}$ p:0,713
	Lisans	10	1,54 (1.33+1.75)	
Çalışma Yılı	5 yıl ve altı	7	1.43 (1.33+1.55)	$X^2_{kw}:17.705$ p:0.001
	6-10 yıl	13	1.53 (1.38+1.69)	
	11-20 yıl	12	1.55 (1.38+1.64)	
	20 yıldan fazla	20	1.65 (1.31+1.77)	
Meslek	Hemşire	36	1.56 (1.33+1.75)	$Z_{mwu}:296.000$ p:0,874
	Ebe	16	1.57 (1.31+1.77)	

\* $X^2_{kw}$ : Kruskal-Wallis Testi \*\* $Z_{mwu}$ : Mann-Whitney U Testi

Tablo 3'te PKYGF ile katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine karşılaştırılmasına yer verilmiştir. PKYGF ile katılımcıların eğitim durumu ve çalışma yılı karşılaştırıldığında aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunamadı ( $p>0.05$ ). Buna karşın PKYGF ile katılımcıların çalışma yılı karşılaştırıldığında aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulundu ( $p<0.05$ ). Yapılan Bonferroni Düzeltmeli Mann-Whitney U testi analizinde bu farkın 5 yıl ve altı ile 20 yılın üstünde çalışanlar ( $M-U=-26.271$ ;  $p=0.000$ ) arasındaki farktan kaynaklandığı saptanmıştır.

**Tablo 4. PKYGF ebe ve hemşirelerin perinatal yas eğitimi ve bakımı verme durumlarına göre karşılaştırılması**

Perinatal Yas Eğitimi ve Bakım Verme Durumları		N	PKYGF Medyan (Q1 - Q3)	Test İstatistiği
Mezuniyet öncesi gebelik kayıpları ve perinatal yas konusunda eğitim alma durumu	Eğitim alan	24	1.55 (1.33+1.75)	$Z_{mwu}:388.000^*$ p:0.339
	Eğitim almayan	28	1.57 (1.31+1.77)	
Mesleki yaşam boyunca gebelik kayıpları ve perinatal yas hizmet içi eğitime katılma durumu	Eğitim alan	32	1.53 (1.33+1.72)	$Z_{mwu}:448.000$ p:0.016
	Eğitim almayan	20	1.62 (1.31+1.77)	
Mesleki yaşam boyunca gebelik kaybı yaşayan kadına bakım verme durumu	Bakım veren	45	1.56 (1.31+1.77)	$Z_{mwu}:164.000$ p:0.875
	Bakım vermeyen	7	1.58 (1.33+1.69)	

\* $Z_{mwu}$ : Mann-Whitney U Testi

Araştırmada PKYGF'nun katılımcıların perinatal yas eğitimi ve bakım verme durumlarına göre karşılaştırılması Tablo 4'te yer almaktadır. Araştırmaya katılan ebe ve hemşirelerin, mezuniyet öncesi gebelik kayıpları/perinatal yas konusunda eğitim alma ve gebelik kaybı yaşamış kadına bakım verme durumları ile PKYGF arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ( $p>0.05$ ). Buna karşın ebe ve hemşirelerin mesleki yaşam boyunca gebelik kayıpları/perinatal yas konusunda hizmet içi eğitime katılma durumları ile KYPŞG formu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ( $p<0.05$ ).

### Tartışma

Araştırmadan elde edilen başlıca bulguların, bu bölümde mevcut literatüre göre tartışması verilmiştir. Gebelik kaybı yaşayan ailelere bakım veren profesyonel sağlık ekibinin içinde obstetrisyen, pediatrist, ebe, hemşire ve sosyal çalışma uzmanı yer almalıdır (Aerde, 2001). Köneş'in yaptığı tez çalışmasında; olgulara mevcut gebelik kaybında destek verenlerin %76.7'sinin hemşireler olduğu bulunmuştur (Köneş, 2018). Sadece ebe ve hemşirelerin dahil edildiği bizim çalışmamızda örneklem grubunun yarısından fazlasının hemşire (%69.2) olduğu belirlenmiştir. Tanıtıcı özellikler incelendiğinde ise; ebe ve hemşirelerin tamamının kadın (%100), tamamına yakının evli (90.4), büyük bir kısmının da lisans mezunu (%71.2) olduğu saptanmıştır. Kayıp yaşayan kadın ile en çok vakit geçiren, bakım veren ve iletişim içerisinde olan ebe ve hemşirelerdir. Ebe ve hemşireler perinatal yas sürecinde bakım veren ekibin içinde aktif görev alması nedeniyle; ebe ve hemşirelerin perinatal yas konusunda bilgi düzeyleri ile kadına yaklaşımları önemlidir.

Perinatal yas eğitimi hemşirelerin, bireyselleştirilmiş bakım anlayışının anlaşılmasına yardımcı olan özel bilgi ve iletişim becerileri kazanmalarına yardımcı olur. Perinatal yas eğitimi düşüklerin anlamını değerlendirmek, hassas, destekleyici bakım sağlamak için önemli bir adımdır (Merrigan, 2018). Araştırmada perinatal kayıp ve yas bakımı ile ilgili katılımcıların yarısının mezuniyet öncesi (%53.8) ve yarısına yakının mesleki yaşamlarında hizmet içi eğitim almadıkları (%38.5) ve büyük bir kısmının perinatal yas ile ilgili kendilerini iyi hissetmedikleri (%71.2) görülmüştür. Rohers ve arkadaşları (2008) tarafından perinatal kayıp ile başa çıkan ailelerin bakımına ilişkin çalışmada, hemşirelerin kayıp yaşayan kadın ve aileye yas bakımı verirken kendilerini iyi hissetmedikleri ve hizmet içi eğitim ile yeterli hissedeceklerini düşündükleri bildirilmiştir. Yapılan bir diğer çalışmada bilgi, deneyim ve iletişim konusunda eğitime gereksinimlerinin olduğu belirlenmiştir (Chan 2008).

Bu sonuçlar sağlık personelinin hizmet içi eğitime ihtiyaçları olduğunu göstermektedir. Buna göre; kadın doğum kliniklerinde çalışan ebe ve hemşirelere hizmet içi eğitim kapsamında perinatal yas bakımı konusunda eğitim programların düzenlenmesi, bilgilerinin yenilenmesi dolayısıyla yetkinliklerinin ve hizmetin niteliğinin artacağı düşünülmektedir.

Gebelik sürecinde yaşanan perinatal kayıp sonucunda yas tutan aileler için yasın kamusal alanda ifade olanağı ya hiç yoktur ya da çok azdır. Yas sürecinin bir nesne,



kişi ya da vücut parçasının kaybedilmesinin anlaşılması ile yaşanan acı olarak görülmesi bunun bir nedenidir (Ujda ve Bendiksen, 2000). Bir araştırmada gebelikleri düşükle biten kadınların %75'inin yas tuttuğu saptanmıştır (Düzen, 2016). Yapılan diğer bir çalışmada da gebelik kaybı yaşayanlarda kadınlar tarafından anlaşılmasa da kayıp sonrasında üzüntü ve post-travmatik stresin oluşabileceği saptanmıştır (Layer vd., 2004; Ketten vd., 2015; Sayın, 2020). Kadınların kayıp ile birlikte yaşadıkları hayal kırıklığı ve yas, olmasını çok istedikleri bir durumun umulmadık bir biçimde ortadan kalkmasında çok sert bir şekilde deneyimlenebilir (Lasker ve Toedter, 2000). Bebeğin kaybedilmesiyle beraber, çocukla ilgili hayaller ve planlar da yok olmuştur (Ujda ve Bendiksen, 2000). Nitekim çalışmamızdaki sağlık profesyonellerinin büyük çoğunluğunun mesleki yaşamları boyunca gebelik kaybı yaşayan kadınlara bakım vermesinin (%86.5) neredeyse tamamının "*Perinatal kayıp sonrası, ebeveynler yas süreci yaşayabilir.*" (n:50), "*Perinatal kayıp, kadının psiko-sosyal sağlığını olumsuz etkileyebilir.*" (n:50) görüşünde etkili olduğu düşünülmektedir.

Gebelik öncesinde ve gebelik süresince gebelere bakım veren ve iletişimde bulunan sağlık profesyonelleri olan ebe ve hemşireler, en erken dönemde gebelikteki riskleri saptayarak ve tedbirler alarak anne ve bebeğin sağlığını korumakla görevlidir (Taşkın, 2011). Sosyal destek sistemlerinin tanımlanması, travmatik olay sonrasında yaşanan duygu ve tepkilerin farkındalığı, bireylerin duygu ve düşüncelerini ifade edebilmeleri konusunda cesaretlendirilmesi, antenatal bakım hizmetlerinin artırılması konularda kayıp yaşayan kadınlara multidisipliner bakım verecek ebe ve hemşirelerin önemi büyüktür (Sayın, 2020). Bu yüzdendir ki çalışmamızda kayıp yaşayan kadınlarla ilk temasta bulunan ebe ve hemşireler çoğunlukla "*Perinatal Kayıp ve yas konusu ebeler/hemşireler tarafından ötelenmemesi gereken bir konudur.*" (n:47), "*Perinatal kayıp yaşayan ebeveynlere ya da kadına yas sürecinde destek olunur.*" (n:47), "*Perinatal kayıp yaşayan aileye bakım vermede sağlık çalışanlarının rolü önemlidir.*" (n:46), "*Ebe/Hemşire kayıp yaşayan kadında sağlıklı bir iyileşme sağlar, kadının ruh sağlığını iyileştirir ve kadının ruh sağlığının korunmasına yardımcı olur.*" (n:45) görüşlerine sahiptirler. Yas sürecinde eşler farklı tepkiler gösterebilmektedirler. Anneler bu kayıp sürecini hem bebeklerine dair hayallerinin kaybı hem de kendilerinden bir parçanın kaybı olarak deneyimlemektedirler. Anneler kayıp ile birlikte bir yaralanmanın yasını tutarken, babalar babalık rolü beklentilerinin gerçekleşmemesine dair yas tutarlar (Sitrin, 1994; Düzen, 2016). Çalışmamızda da ebe ve hemşirelerin yaklaşık yarısı "*Perinatal kayıpta, kadın o gebeliğe ait annelik rolünü kaybedebilir*" (n:23), "*Perinatal kayıpta erkek, o gebeliğe ait babalık rolünü kaybedebilir*" (n:22) ifadelerine katılmaktadır. Perinatal kaybı deneyimleyen kadınların çözülme dönemleri yaklaşık olarak ölümden sonraki üç yıl içerisinde gerçekleşse de çözülme dönemiyle birlikte ailelerin normal yaşantılarına döndüklerini ancak bebeklerini kaybetmenin yarattığı travmayı hiçbir zaman unutmadıkları belirlenmiştir (Düzen, 2016). Çalışmaya katılan ebe ve hemşirelerin cinsiyeti, kendi mesleki ve kişisel deneyimlerinin çoğunlukla "*Perinatal kayıp sonrası, kadın özgüvenini kaybedebilir*" (n:22) ifadesinde kararsız olmaları üzerinde etkili olduğu düşünülebilir. Hemşireler tarafından, bütüncül bir yaklaşımla ebeveynlere karşı hazırlayıcı ve tutarlı bir yaklaşım sergilenmesi onların yas sürecini kolaylaştırmaktadır (Williams, et al 2019). Araştırmamızda ebe ve hemşirelerin, en çok katılmadıklarını ifade ettikleri maddeler "*Perinatal kayıp yaşayan ebeveynlere, kaybı için üzülmemesi ve ağlamaması söylenir.*", "*Anne ve babayı sakinleştirmek için kaybın olması iyi oldu, bebeğin sakat olacaktı, zamanla geçer ve sağlıklı bebeğiniz olur*" gibi ifadeler kullanılır" olduğundan ebeveynlere karşı hazırlayıcı ve tutarlı bir yaklaşımı onayladıkları düşünülmektedir. Yas sürecinde, kadının yanında olma ve gereksinimlerin belirlenmesinde en uygun kişi hemşiredir. Belirlediği sağlık sorunlarının çözümünde multidisipliner rol üstlenerek koordinatörlük yapar. Ayrıca bireyin kendi bakımına aktif katılımını sağlar. Böylece bakım, süreklilik ve anlam kazanır (Köneş, 2018). Ancak tüm bunları gerçekleştirebilmesi için mesleki yeterlilik ve bilgi düzeyine sahip olmalıdır. Araştırmamızda; PKYGF ile katılımcıların çalışma yılı karşılaştırıldığında aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<0.05). Bu da deneyimin konular hakkındaki görüş ve yaklaşımları etkilediğini düşündürmüştür. Araştırmaya katılan ebe ve hemşirelerin, mezuniyet öncesi gebelik kayıpları/perinatal yas konusunda eğitim alma ve gebelik kaybı yaşamış kadına bakım verme durumları ile PKYGF formu

arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ( $p>0.05$ ). Buna karşın ebe ve hemşirelerin mesleki yaşam boyunca gebelik kayıpları/perinatal yas konusunda hizmet içi eğitime katılma durumları ile PKYGF formu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ( $p<0.05$ ). Bu durum bize alınan eğitimin, mezuniyet öncesinde uygulamaya dökülme sıklığı açısından çalışmaya hayatına oranla daha az olmasından kaynaklı pekiştirilemediğini düşündürmektedir.

### **Sonuç ve Öneriler**

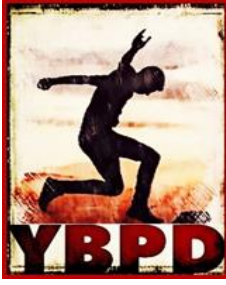
Sonuç olarak bu araştırmada katılımcıların perinatal yas ile ilgili bilgi düzeylerinin orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Literatürde perinatal kayıp konusunda yapılan çalışmaların az sayıda bulunması ve perinatal kayıp ve yasa ilişkin bir çalışmanın olmaması çalışmanın kısıtlılığı olmakla beraber, diğer taraftan üzerinde birçok çalışmanın yapılabileceği zengin bir alan olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu sonuçlara dayalı olarak şunlar önerilebilir; Sağlık profesyonellerine (özellikle ebe ve hemşirelere) mezuniyet öncesi perinatal yas ve danışmanlığı ile ilgili eğitimlerin müfredatlarına eklenmesi, hizmet içi ve mesleki eğitim programlarında perinatal yas, empati, iletişim teknikleri ve yas ekibi içerisindeki önemi ile ilgili konulara yer verilmesi, ülkemizde çalışmanın farklı özellikte bireyler ve illerde tekrarlanması.

**Kaynakça**

- Adolfsson, A. (2011). Metaanalysis to obtain a scale of psychological reaction after perinatal loss: Focus on miscarriage. *Psychol Res Behav Manag*, 4, 29-39.
- Aerde, J., (2001). Guidelines for healthcare professionals supporting families experiencing a perinatal loss. *Pediatric Child Health*, 6(7), 469-477.
- Bhat, A., & Byatt, N., (2016). Infertility and perinatal loss: when the bough breaks. *Curr Psychiatry Rep*, 18(3), 31.
- Brier, N., (2008). Grief following miscarriage: A comprehensive review of the literature. *J Women Health*, 17(3), 451-464.
- Cote-Arsenault, D., (2013). The influence of perinatal loss on anxiety in multigravidas. *Journal of Obstetric Gynecologic and Neonatal Nursing*, 32, 623- 629.
- Çam, M.O., & Tektaş P. (2015). Gebelik kaybında hemşirelik yaklaşımı. *Uluslararası Hakemli Kadın Hastalıkları ve Anne Çocuk Sağlığı Dergisi*, 6, 105-122.
- Düzen, A. (2016). *Tekrarlayan düşük yaşayan kadınların ruhsal süreçlerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Jense, S. (2013). *Emotional support following early pregnancy loss in the emergency department: A guide for health care providers*. content.lib.utah.edu/ utils/getfile/collection/ehsl.
- Karaca Palas, P. & Oskay, Ü. (2017). Düşük yapan kadınların bakımında swanson bakım kuramı. *HEAD*, 14(3), 228-232.
- Kaydırak, M. (2018). Tıbbi terminasyon kararı alınan gebelere roy adaptasyon modeli doğrultusunda geliştirilen destek programının etkinliği. Doktora Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Keten, H.S., Gençoğlan, S., Dalgacı, A.F., Avcı, F., Satan, Y., Ölmez, S., & Çelik, M. (2015). Gebelik kaybı sonrası akut stres bozukluğunun değerlendirilmesi. *Cukurova Medical Journal*, 40(2), 226-232.
- Köneş Özgür, M. (2018). *Gebeliğin farklı dönemlerinde yaşanan perinatal kayıplarda kadınların deneyimledikleri keder düzeyi ve etkileyen faktörler*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Küçükaya, P.G. (2009). Kayıp ve yas süreci. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 6(1),8-13.
- Lasker, J.N. & Toedter, L.J. (2000). Predicting outcomes after pregnancy loss: Results from studies using the Perinatal Grief Scale. *Illness, Crisis & Loss*, 8(4), 350-372.
- Layer S.D., Roberts, C., Wild, K., & Walters, J. (2004). Postabortion grief: Evaluating the possible efficacy of a spiritual group intervention. *Research on Social Work Practice*, 14(5), 344-350.
- Maguire, M., Light, A., Kuppermann, M., Dalton, V.K., Steinauer, J.E., & Kerns, J.L. (2015). Grief after second-trimester termination for fetal anomaly: A qualitative study. *Contraception*, 91(3), 234-239.
- Merrigan, J.L. (2018). Educating emergency department nurses about miscarriage. *MCN Am J Matern Child Nurs*, 43(1), 26-31.
- Morales, M.D., Monge, F.J., Puente, P.C., Sánchez DV., Huete, M.E. (2012). Influence of coping strategies on somatic symptoms in pregnant spanish women: Differences between women with and without a previous miscarriage. *Applied Nursing Research*, 25(3), 164-70.
- Mulvihill, A., & Walsh, T. (2014). Pregnancy loss in rural Ireland: An experience of disenfranchised grief. *The British Journal of Social Work*, 44(8), 2290-2306.
- Murphy, F., & Merrell, J. (2009). Negotiating the transition: Caring for women through the experience of early miscarriage. *Journal of Clinical Nursing*, 18(11), 1583-1591.
- Robinson, G.M. (2014). Pregnancy loss. *Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol*, 28(1),169-178.

- Roehrs, C., Masterson, A., Alles, R., Witt, C., & Rutt, P. (2008). Caring for families coping with perinatal loss. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 37(6), 631-639.
- Sayın, N. (2020). *Erken gebelik kaybı yaşayan kadınlarda posttravmatik stres bozukluğu ve ilişkili faktörlerin belirlenmesi*. Yüksek lisans tezi, Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Sitrin, L. (1994). *Parental coping after miscarriage, stillbirth, neonatal and infant death*. Ph.D. diss., California School of Professional Psychology, Alameda.
- Taşkın, L. (2011). *Doğum ve kadın sağlığı hemşireliği*. Sistem Ofset Matbaacılık, Ankara: 12-14.
- Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018. [hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/rapor/TNSA2018\\_ana\\_Rapor.pdf](https://hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/rapor/TNSA2018_ana_Rapor.pdf). Erişim Tarihi: 02.02.2020.
- Ujda, R. M., & Bendiksen, R. (2000). Health care provider support and grief after perinatal loss: A Qualitative Study. *Illness, Crisis, & Loss*, 8(3), 265-285.
- Yıldız, H. (2009). *Yenidoğan bebeği ölen ebeveynlerin yas sürecine yardım*. Doktora Tezi: İstanbul, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yörük, S., Türkmen, H., Yalnız, H., Nebioğlu, M. (2016). Gebelikte yas, kayıp ve ebelik. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 207-212.
- Williams, C., Cairnie, J., Fines, V., Patey, C., Schwarzer, K., Aylward, J., ... & Kirpalani, H. (2009). Construction of a parent-derived questionnaire to measure end-of-life care after withdrawal of life-sustaining treatment in the neonatal intensive care unit. *Pediatrics*, 123(1), e87-e95.





## OKSİTOSİNİN NÖROBİYOLOJİK TEMELLERİ VE DAVRANIŞSAL DOĞURULARININ İNCELENMESİ

Gün PAKYÜREK<sup>1</sup>

### ÖZ

Oksitosin psikoloji araştırmalarını oldukça etkileyen, bağlanma, sosyal işlevler, hayatta kalma, duygusal yüz ifadelerini tanımlama, sosyal ilişkiler, aşk, üreme, ebeveynlik ve çocuk bakımı gibi birçok temel konuda etkin rol oynadığı düşünülen bir hormondur. Sosyal etkileşim olmadığında insanların üreme davranışında, gelişiminde ve hatta hayatta kalmasında sorunlar yaşaması kaçınılmaz olduğu düşünülmektedir. Sosyal etkileşimi kolaylaştırdığı öne sürülen oksitosin türü peptidlerin oluşumundan sorumlu genlerin 700 milyon yıl önce evrildiği ileri sürülmektedir. Beyindeki ve kandaki oksitosin miktarı türlere göre değişiklik göstermekte ve oksitosin seviyesindeki bireysel farklılıklar sosyal davranışlarını da içeren şekilde kişilik özellikleriyle ilişkilendirilmektedir. Oksitosin miktarı kadınlarda emzirme döneminde zirve yapmaktadır ve sütün gelmesini kolaylaştırıp anne-bebek arasındaki sosyal ve hormonal ilişkinin kurulmasına katkı sağlamaktadır. Sosyal ilişkilerdeki bağı güçlendirip olumlu ipuçlarının yakalanmasını arttırmaktadır. Böylece stresle tetiklenen kortizon salınımını baskılayarak kaygıyı azaltıp, güven ortamı sağlayarak olumlu ilişkilerin kurulmasında aracılık etmektedir. Güvenli bir ortam oluşturulduğunda sosyal davranışlarda korkusuz ya da daha rahat ilişkide bulunmayı sağlayarak sevgi dolu ilişkiler oksitosinin davranışsal etkileriyle desteklenerek sağlanabilmektedir. Ayrıca oksitosin kullanımının otizm, madde bağımlılığı, şizofreni, travma sonrası stres bozukluğu, sosyal fobi ve saldırganlık, gibi birçok psikiyatrik hastalıkların tedavisinde uygulandığı ve katkı sağladığı ileri sürülmektedir. Kişilik oluşumu gibi sosyal davranışlarımız temelinde bulunan kişiliğin de oksitosin miktarıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Sosyal yaşamı önemli derecede etkileyen oksitosinin fizyolojik, davranışsal ve bilişsel yönlerini araştırarak disiplinlerarası çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu makalede oksitosinin nörobiyolojik temelleri ve sosyal yaşamımızdaki önemi üstünde durulmuş olup davranışsal doğurguları allostatik, korku/stres, sosyo-evrimsel ve sosyal belirginlik kuramları bağlamında tartışılmıştır.

### Anahtar Kelimeler

*Oksitosin, Sosyal İlişkiler, Ebeveynlik, Bağlanma*

## NEUROBIOLOGICAL BASIS OF OXYTHOSIN AND INVESTIGATION ITS BEHAVIORAL OUTCOMES

### ABSTRACT

Oxytocin is a hormone that is highly influenced by psychology research and is thought to play an active role in many basic topics such as attachment, social functions, survival, defining emotional facial expressions, social relationships, love, reproduction, parenting and childcare. In the absence of social interaction, it is thought that it is inevitable for people to have problems in reproductive behavior, development and even survival. It is suggested that the genes responsible for the formation of oxytocin-type peptides, which are claimed to facilitate social interaction, evolved 700 million years ago. The amount of oxytocin in the brain and blood varies by species, and individual differences in oxytocin level are associated with personality traits, including social behavior. The amount of oxytocin peaks during breastfeeding in women and contributes to the establishment of a social and hormonal relationship between mother and baby by facilitating milk delivery. It strengthens the bond in social relations and increases the catching of positive cues. Thus, it mediates positive relationships by reducing anxiety and providing an atmosphere of trust by suppressing stress-induced cortisone release. When a safe environment is created, by providing fearless or more comfortable relationships in social behaviors, loving relationships can be provided by supporting the behavioral effects of oxytocin. In addition, it has been observed that oxytocin use has been applied and contributed to the treatment of many psychiatric diseases such as autism, substance abuse, schizophrenia, post-traumatic stress disorder, social phobia, and aggression. It is thought that the personality, which is based on our social behaviors such as personality formation, is also related to the amount of oxytocin. Interdisciplinary studies are needed to investigate the physiological, behavioral and cognitive aspects of oxytocin, which significantly affects social life. In this study, the importance of oxytocin in our social life and neurobiological basis is emphasized and it is aimed to discuss its behavioral outcomes in the context of allostatic, fear/stres, social-evolutionary and social salience theories.

### Key Words

*Oxytocin, Social Relations, Parenting, Attachment*

<sup>1</sup>Dr. Gün Pakyürek, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Aydın. E-mail: gun.pakyurek@adu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-1373-9109

**Alıntılama:** Pakyürek, G. (2020). Oksitosinin nörobiyolojik temelleri ve davranışsal doğurgularının incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 81-90.

## Giriş

Oksitosin 6 aminoasit halkası (ring) ve 3 aminoasit kuyruğundan (tail) oluşan 9 aminoasit peptid içermekle birlikte klasik bir nörotransmitter işlevi görmeyip nöronal somadan, aksondan ve dendritten salınan, sinir sisteminde nöromodülatör olarak görev yapan bir hormondur (Carter, 2014; Quintana ve Guastella, 2020). Ayrıca oksitosin, diğer nörotransmitterlerden farklı olarak hipotalamusun paraventrik çekirdeğinden merkezi amigdalaya ekspres yollarla hızlıca ulaşarak amigdalanın ve beyin sapının duygusal işlevlerini düzenleyebilmektedir (Stoop, 2012). Gimpl ve Fahrenholtz (2001) oksitosini tanımlarken hayatta kalma ve bağlanma kavramlarına bağlı kalmışken; Meyer-Lindenberg (2008) oksitosinden sadece 2 aminoasiti farklı olan vazopresinin kardiovasküler ve otonomik düzenlemede, akış dengesinde, sosyal işlevlerde ve duygusal yüz ifadelerini tanımadaki önemini vurgulayarak vazopresin ile oksitosini beraber ele almıştır. Genel olarak birçok işleve sahip olan oksitosinin en temel görevlerinden biri tüm omurgalılarda üremeyi çeşitli seviyelerde kolaylaştırmasıdır (Gimpl ve Fahrenholtz, 2001).

## Oksitosinin Tarihsel Ardaları

Primat türleri arasında insan, yaşamının sürdürülmesinde hayatta kalma bakımından sosyal zekaya ve sosyal iletişime en güçlü şekilde ihtiyaç duyan ve gücünü buradan kullanan bir türdür (Carter, 2014). Sosyal etkileşim olmadığında insanların üreme davranışında, gelişiminde ve hatta hayatta kalmasında sorunlar yaşaması kaçınılmaz olduğu düşünülmektedir. Sosyal etkileşimi kolaylaştırdığı öne sürülen oksitosin türü peptidlerin oluşumundan sorumlu genlerin 700 milyon yıl önce evrildiği ileri sürülmektedir (Donaldson ve Young, 2008). Memeli evrimi boyunca bu moleküllerin zamanla yeni işlevler kazanıp karmaşık sosyal davranışların düzenlenmesinde etkili olduğu yönünde değerlendirmeler yapılmaktadır (Goodson, Kelly ve Kinsbury, 2012).

Tarihte oksitosin hormonunun ilk ortaya çıkışına baktığımızda Henry Dale tarafından 1906 yılında keşfedilip, arka hipofiz özütünün gebe kedilerde uterus kasılması yaptığı bulunmuştur (Viero vd., 2010). Bu sebeple bu hormona Yunancada hızlı doğum (quick birth) anlamına gelen oksitosin adı verilmiş olup 1953 yılında Vincent du Vigneaud tarafından sekansı çıkarılan ve sentezi yapılan ilk peptid hormon özelliğini taşımaktadır böylece bu çalışma 1955 yılında Nobel ödülü kazandırmıştır (Viero vd., 2010).

## Oksitosinin Nörobiyolojik Temelleri

Oksitosinin ilk olarak hipotalamusun paraventriküler ve supraoptik nükleuslarının magnoselüler nöronlarında sentezlenip sonrasında posterior hipofize taşındığı ve burada salgılanmak üzere depolandığı gösterilmiştir (Lee, Macbeth, Pagani, Young, 2009). Bununla birlikte oksitosinerjik nöronlar beyin ve beyin sapında geniş bir yayılıma sahip olup bazal gangliyonlar, limbik sistem (santral amigdaloyit çekirdek, talamus, hipotalamus ventromedial çekirdek), beyin sapı ve spinal kord, oksitosin reseptörünün bulunduğu yerlerden bazılarıdır (Tribollet, Dubois, Dreifuss, Barberis ve Jard, 1992).

Ostrowski (1998) oksitosini işlevlerine göre bulunduğu 4 temel bölgeye ayırmıştır: Birincisi steroid duyarlı üreme davranışı ile ilgili olarak hipotalamik ventromedial çekirdeği ve paraventrikal çekirdek bölgesi; ikinci olarak annelik davranışı ile ilgili olarak paraventrikal çekirdek, substantia nigra ve ventral tegmental alan; üçüncü olarak öğrenme ve bellekle ilişkili hipokampus bölgesi ve son olarak pekiştirme ile ilgili olarak substantia nigra, ventral tegmental alan, lateral septum, kaudat putamen, amigdaloyit çekirdek bölgesidir. Görüldüğü üzere oksitosin sentezleyen geniş magnoselüler nöronlar, posterior hipofiz bezine kadar uzanmakta ve hücreler çoğunlukla hipotalamik orta hat nöronlarında bulunmaktadır (Carter, 2014). Hipotalamusun paraventrik çekirdeğinde ve supraoptik çekirdeğinde geniş oksitosin hücreleri ve bazı vazopresin hücreleri yoğunlukta olup etkileri bu alanlara sınırlı kalmamaktadır (Gainer, 2012). Annelik davranışı ile ilgili olarak medial preoptik ve ventral tegmental alanlarda hamilelik sırasında düzenlemeler gerçekleşmektedir (Viero vd., 2010). Bu dönemde yenidoğanın anneyi emmesi oksitosin salımı için güçlü bir ipucu olmaktadır (MacDonald ve MacDonald, 2010). Hayvan çalışmalarından elde

edilen bilgiler ise fiziksel strese, psikolojik strese ve korkuya karşı intraserebral ve periferik dolaşıma oksitosin salındığını göstermektedir (Neumann, Kromer, Toschi ve Ebner, 2000). Bu bulgular oksitosinin vücutta çok amaçlı olarak işlev gördüğünü kanıtlamaktadır.

Oksitosinin işlevlerinden bazıları sülfür bağının dinamik biyolojik özelliklerinden kaynaklanabileceği ve bu bağın oksitosin moleküllerinin diğer kimyasal birimlerle kısa ve uzun dönemli ilişkiler oluşturmasını sağlamasına yardım ettiğini düşündürmektedir (Carter, 2014). Yapılan son çalışmalar nörostereoidler, oksitosin ve kalsiyum iyonları arasındaki ilişkinin önemine dikkat çekmektedir (Viero vd., 2010).

### **Oksitosinin Vücuttaki Etkileri**

Beyindeki ve kandaki oksitosin miktarı türlere göre değişiklik göstermekte ve oksitosin seviyesindeki bireysel farklılıklar sosyal davranışlarını da içeren şekilde kişilik özellikleriyle ilişkilendirilmektedir (Gouin vd., 2010).

Genel olarak vücutta yaptıkları etkilere baktığımızda ise yüksek oksitosin grubunun düşük oksitosin grubuna göre yaraların daha hızlı iyileşme gösterdiği bulunmuştur (Gouin vd., 2010). Benzer bulgular çayır farelerinde de görülmüştür (Cho vd., 1999). Çiftlerin beraber geçirdikleri zaman oksitosin seviyeleri yükseltirken daha iyi iletişim kurmalarını sağlamıştır ve oksitosin seviyesi yüksek olan katılımcıların bu sebeple yaralarının daha hızlı iyileşme gösterdiği ileri sürülmektedir (Gouin vd., 2010).

Khazipov, Tyzio ve Ben-Ari'nin (2008) yaptığı çalışmaya göre oksitosin doğum sırasında beyinde oluşan oksijen yetmezliğinden kaynaklanan sorunun çözümünde de önemli rol oynamaktadır. Oksitosin salınımı doğum sırasında büyük kafaya sahip olan memelilerde ve özellikle insanda oksijen yetmezliğinden korunmaya yardımcı olmaktadır.

Son olarak oksitosinin varlığında korku ve kaçınmanın olumlu duygusal durumlarla yer değiştirebildiği ve hayvanlarda lokomotor aktiviteyi azalttığı bulunmuştur. Yüksek doz oksitosinin sedatif etkiler oluşturduğu belirtilirken, davranışsal etkilerinin 1 saatte en üst seviyeye ulaştığı ve 24 saat içinde kaybolduğu bildirilmiştir (Uvnas, Ahlenius, Hillegaart ve Alster, 1994).

### **Vazopresin ve Oksitosin İlişkisi**

Meyer-Lindenberg (2008) oksitosinden sadece 2 aminoasiti farklı olan vazopresinin etkilerinin oksitosinin etkileriyle tamamlayıcı özellikler taşıdığını belirtmiştir. Goodson, Kelly ve Kinsbury (2012) vazopresin ve oksitosinin ortak ata bir molekül olarak kabul edilen vazotokin'den evrildiğini bu sebeple aminoasit dizilim ve sayılarının benzer olduğunu ileri sürmüşlerdir. İki hormonun da üreme ve metabolizma işlevleri dışında beslenme davranışı ve vücudun dirençliliğini sağlama konusunda rol aldığı gösterilmiştir (Leng ve Sabatier, 2017). İlk başlarda vazopresinin özellikle vücut sıvı dengesini sağlamada rol oynadığı düşünülmüş fakat bir nörotransmitter gibi beyinde de önemli rollere sahip olduğu daha sonraları anlaşılmıştır (Engelmann, Wotjak, Neumann, Ludwig ve Landgraf, 1996).

Evrimsel açıdan bakıldığında vazopresinin işlevleri daha temel işlevlere yakın durup saldırganlık ve savunma davranışlarını düzenleyerek hayatta kalmaya yardımcı olduğuna dair kanıtlar sunulmaktadır (Frank ve Landgraf, 2008). Vazopresinin, kendini, aileyi ve sosyal ağdaki diğer üyeleri koruyarak sosyal adaptasyonu sağladığı bununla birlikte stresi, kaygıyı, tekrarlı davranışı, savunma saldırganlığı ve duygusal düzensizlikle de ilişkili olduğu gösterilmiş ve oksitosinle etkilerinin farklılığına rağmen en uygun üreme ve hayatta kalma ortamını sağladığı belirtilmiştir (Carter, 1998). Vazopresin genellikle stres ve uyarılma ile ilişkili bulunmuştur çünkü savunma davranışlarında ön plana çıkmaktadır (Ferris, 2008).

Oksitosin ve vazopresin ortak atadan gelse de birbirine zıt aynı zamanda tamamlayıcı etkiler gösterdiği davranışsal doğurgulara baktığımızda görülebilmektedir. Örneğin oksitosin annelik davranışının bakım ve büyütme kavramları ile ilgiliyken vazopresin annelik saldırganlığıyla ilgilidir. Ayrıca vazopresin kan basıncını arttırarak kardiovasküler hastalıklar ve travma sonrası stres bozukluğu olasılığını



yükseltmektedir (Carter, 2014). Oksitosinin ise travma sonrası stres bozukluğu oluşumuna karşı koruyucu etkisi olduğu düşünülmektedir. Pitman, Orr, ve Lasko'nun (1993) Vietnam gazileriyle yaptıkları bir araştırmada burun içine sprey yoluyla oksitosin verilerek yapılan uygulamanın travma sonrası stres bozukluğu seviyesinde azalmaya neden olduğunu ileri sürülmüştür.

### Yöntem

Oksitosinin davranışsal doğurguları bakımından yayınları gözden geçirmek üzere yapılan sınıflamada oksitosin ve oksitosinin sosyal davranışlara etkisi konu başlıkları anahtar sözcük olarak yazılarak iki ayrı yoldan tarama gerçekleştirilmiştir. İlk taramada, Google Akademik'teki 1990-2020 arasındaki otuz yıllık makaleler, ikincisinde ise Scopus üstünden 2010-2020 arasındaki on yıllık dönemde konuyla ilgili makaleler belirlenmiştir. Tarama sonucunda elde edilen makaleler belirlendikten sonra oksitosinin üreme, ebeveynlik, sosyal davranışlar, ilişkiler, bağlanma ve psikopatolojiler üzerindeki etkileri olmak üzere farklı alt başlıklara ayrılmıştır. Daha sonra bu anahtar sözcüklere göre elde edilen yayınlar, bu kategorilerdeki konu başlıklarına göre gruplandırılmıştır. Oksitosinle ilişkili bulunan biyokimyasal, nöroendokrinolojik, endokrinolojik ve farmakolojik çalışmalar kategori dışı tutulup çalışmaya dahil edilmemiştir. Oksitosinin davranışsal doğurgularına göre belirlenen çalışmalar konu kategorisi ve türü bakımından değerlendirilmiştir.

### Oksitosinin Üreme ve Ebeveynlik Üzerindeki Etkileri

Memeli davranışının çoğunlukla seçici sosyal etkileşimlere bağlı olduğu ve memelilerin gebelikte doğumda ve doğum sonrası dönemde anneleri ya da diğer bakıcılar tarafından desteğe ihtiyaç duydukları bilinmektedir (Seyfarth ve Cheney, 2012). Doğum öncesi ve sonrasında memeli yavrular duygusal ve fizyolojik olarak bakım verenlere bağımlıdır (Feldman, 2012). Ayrıca yeni korteks çoğu memelide doğum sonrasında büyümeye devam eder özellikle bu büyüme insanda en uzun süreli olanı olmaktadır (Seyfarth ve Cheney, 2012). İnsanı diğer canlı türlerinden ayıran en büyük özelliklerden biri de yeni korteksin vücuda oranla daha fazla büyümesi ve bu büyümenin doğum sonrasında uzunca bir süre devam etmesidir. Bu büyümenin topluluk halinde yaşamının sonucu olarak geliştiği ve sosyal bağların artmasıyla ivme kazandığına dair denenceler bulunmaktadır. Memelinin sosyal bağları ilk olarak anne bebek ilişkisi ve emzirme döneminde görülmektedir (Carter, 1998). Yeni korteksin gelişimi özellikle doğum sonrasındaki annelik davranışı ve emzirme döneminde zirve yapmaktadır ve oksitosin sütün gelmesini kolaylaştırıp anne sütünde bulunarak anne-bebek arasındaki sosyal ve hormonal ilişkinin kurulmasına katkı sağlamaktadır (Carter, 2014). İnsan beyni yetişkinliğe kadar büyümeye devam ettiği için gebelik, doğum ve emzirmenin nörobiyolojik alt yapısı bu büyümeye ön ayak olmaktadır (Somel, Liu ve Khaitovich, 2013). Emziren anne oksitosin salgılayarak bu büyüme boyunca oluşabilecek stres kaynaklarına karşı tepkiselliği azaltmaktadır (Carter, 1998). Bu uyumsallık çocuk bakımında esneklik sağlayarak bebeğin davranışsal ve fizyolojik gelişimine katkı sunmaktadır (Carter, 2014).

İnsan gibi avlanan topluluklarda diğer grup üyeleri de çocuk bakımında kritik rol oynamaktadır (Seyfarth ve Cheney, 2012). Oksitosin salınımı doğum sırasındaki acıdan ya da acının hatırlamasını hem annede hem bebekte korurken bağlanmayı arttırmaktadır ve oksitosin salınımı anneyi doğum sonrası depresyona karşı korumaktadır (Carter, 2014). Doğum sonrası depresyonu diğer adıyla postpartum vakaları incelendiğinde hem annede hem de bebekte oksitosin seviyesinin az olduğu bulunmuştur (Pratt vd., 2015). Boylamsal çalışmalar oksitosin miktarının bebeğin sonraki gelişim sürecinde de sağlıklı sosyal ilişkiler kurmasında kritik rol oynadığını göstermektedir (Feldman ve Bakermans-Kranenburg, 2017). Ayrıca anne sesini dinlemenin bebeklerde oksitosin salınımı arttırıp stres ve kaygıyı azalttığı ileri sürülmektedir (Seltzer, Ziegler ve Pollak, 2010).

Sosyal topluluklarda annelik ve bebek birimi daha geniş kavramda kabul edilmektedir (Carter, 2014). Bu bağlamda bebekle ilgilenen yetişkin erkekte de oksitosin salınımı gerçekleşebilir (Feldman, 2012). Bu da bebeğin karmaşık ihtiyaçlarını karşılamada yetişkin erkeğe kolaylık sağlamaktadır (Carter, 2014). Kirsch ve arkadaşlarının (2005)

oksitosinin korku ve stresi azalttığını öne sürdüğü korku/stres kuramı oksitosinin üreme ve ebeveynlik üzerindeki etkisiyle tutarlı bulunmaktadır.

### **Oksitosin ve Sosyal Davranışlar**

İnsanların sosyal davranışlarında aldıkları yardım etme, ilişkiye başlama ve bitirme kararlarını nasıl aldıkları felsefeciler, ekonomistler ve psikologlar tarafından onlarca yıldır araştırılmaktadır (Roberts, Teoh ve Hutcherson, 2019). Liu ve arkadaşları (2019) amigdalanın sosyal davranışlar üzerindeki önemini fMR görüntüleme tekniği çalışmasıyla göstermişlerdir. Bu çalışmada katılımcıların belli bir miktar parayı kendisine ve arkadaşına pay etmesi gerekmektedir ve sprey yoluyla oksitosin uygulandığında daha bireyci olan katılımcıların arkadaşına yardım etme davranışının arttığı bulunmuştur. Böylece oksitosinin amigdala bölgesinde sosyal değer temsilini değiştirerek yardım etme davranışını arttırdığını ileri sürmüşlerdir (Liu vd., 2019).

Oksitosin sosyal dikkat ve bakışma (eye gaze) sırasında artış göstermektedir ve ilişkinin başlarında bunların kritik bir öneme sahip olduğu ayrıca yeni eşle ilk zamanlarda heyecan ve uyarılmanın yükseldiği bilinmektedir (Graustella ve MacLeod, 2012; Kenkel vd., 2013). Graustella ve Macleod (2012) yaptıkları çeşitli deneylerde burun içine sprey yoluyla oksitosin verdiklerinde özellikle olumlu ipuçlarının yakalanmasında artış meydana getirdiğini ve yaşanan bu artışın sosyal davranışları olumlu yönde etkilediği yönünde değerlendirmeler yapmışlardır. Kenkel ve arkadaşları (2013) ise sosyal ve tek eşli erkek çayır farelerinin bir yavruya maruz bırakıldıklarında oksitosin ve vazopresin seviyelerinin artış gösterdiği ve ebeveyni olmadıkları bu yavruya karşı ilgi gösterdiklerini ileri sürmüşlerdir. Çayır farelerinin kalp atım hızının hızlanmasının sempatik sistemin uyarılması ve parasempatik sistemin geri çekilmeden sürdürülmesi sayesinde erkeklerinde yavruya karşı koruyucu ve gelişmesinde yardımcı olacak davranışlar sergilemesine neden olduğu belirtilmiştir. Bir başka çalışmada oksitosin uygulandıktan sonra, katılımcılar yüz ifadesinde ve ses tonundaki korku ve mutluluk duyguları daha güçlü şekilde yansıtmışlardır (Spengler vd., 2017). Bu bulgu sosyal belirginlik kuramıyla tutarlı bulunmuştur. Buna göre oksitosin sosyal ipuçlarının yakalanmasını ve ifade edilmesini arttırmaktadır.

Oksitosinin sosyal davranışlardaki rolünün özellikle duygusal zihin teorisinde sosyo-ekonomik düzeyi düşük bireylerde daha etkili olduğu gösterilmiştir (Sun, Vuillier, Deakin ve Kogan, 2020). Sosyo-ekonomik seviyesi düşük olan bireyler daha kaotik ve tehlikeli yerlerde yaşadıkları için başkalarının ihtiyaçlarına ve motivasyonlarına daha duyarlı olmak durumundadır. Bu sebeple oksitosinin o grupta daha etkili olduğu düşünülmektedir (Kraus, Piff, Mendoza-Denton, Rheinschmidt ve Keltner, 2012; Sun ve ark., 2020). Benzer şekilde oksitosinin bireyci kültürlerde, toplulukçu kültüre göre daha etkili olduğu ileri sürülmektedir (Liu vd., 2019). Allostatik kurama göre oksitosinin etkisi bağlama ve duruma göre farklılık gösterebilmektedir (Quintana ve Guastella, 2020). Ekolojik yaklaşım değişen çevre koşullarında adaptasyonu sağladığı öne sürdüğü kuramı, bireyci ve toplulukçu veya sosyo-ekonomik düzey farklılıklara bağlı olarak değişimi açıklamada daha güçlü konumda bulunmaktadır.

### **Oksitosinin İlişkiler ve Bağlanma Üzerindeki Etkileri**

Son yıllarda kemirgen hayvanlarda hatta insanlarda yapılan araştırmalar oksitosinin aynı zamanda aşk hormonu olarak da adlandırılmasına da neden olmuştur (Carter, 1998). Aşkın tanımında sosyal iletişim, empati, karşılıklı güven bulunmaktadır ve oksitosinin de güven, işbirliği, empati gibi sosyal ilişkilerdeki gücü bilinmektedir. Bu bağlamda oksitosin olumlu ilişkilere aracılık ederken stres deneyimlerine karşı da tampon görevi yapabilmektedir (Carter, 2014). Genel olarak oksitosin güvenli bir ortam sağlayarak sosyal davranışlarda korkusuz ya da kaygısızca bulunmayı sağlayabilmektedir (Porbes, 1998). Aşk dolu ilişkiler oksitosinin davranışsal etkileriyle desteklenerek sağlanabilir (Carter, 2014). Hatta oksitosin uygulaması katılımcıların hiç tanımadığı insanlara güven duymasını ve etkilenmesini sağlayabilmektedir (Kosfeld, Heinrichs, Zak, Fischbacher, ve Fehr, 2005). Çayır farelerinde yapılan çalışmalar oksitosin ve vazopresinin sosyal temas ve seçici sosyal tercihleri kolaylaştırdığını ortaya koymuştur (Cho vd., 1999). Memelilerde ve insanlarda varolan tek eşlilik ve yavruya ana babalı bakım, yenidoğanın yaşamını

sürdürmesi için evrildiğini düşündürmektedir (Viero vd., 2010). Çayır farelerinde ve tek eşli memelilerde yapılan araştırmalar özellikle kadınlarda oksitosinin bağlılığı arttırdığını göstermiştir (Carter, 2014). Ancak zorunlu yüzme testi gibi stres dolu deneyimler erkek çayır farelerinde yavruya karşı ebeveynsel olmayan bakımı arttırırken dişi çayır farelerinde bir farklılığa neden olmamıştır (Kenkel vd., 2013).

Oksitosin kişiler arası çekiciliği ve ebeveyn bağlanmasını kolaylaştıran kilit bir hormondur ancak ilk görüşmedeki bu bağ kurulduktan sonra tek eşli birlikteliğin sürdürülmesindeki etkisinin devam edip etmediği bilinmemektedir. Scheele ve arkadaşları, (2012) oksitosinin tek eşli birlikteliğin sürdürülmesinde önemi olup olmadığını anlamak için bir araştırma yapmışlardır. Buna göre burun spreyi kullanılarak bir grup erkeğe oksitosin hormonu diğer gruba ise plasebo verilmiştir. Daha sonra erkek katılımcıların çekici araştırmacı kadınlara ne kadar yaklaşacağı ölçülmüştür. Oksitosin alan erkekler plasebo koşulundaki erkeklere göre çekici kadınlardan daha uzak mesafede durmuşlardır. Buna göre oksitosin hormonunun aynı zamanda erkeklerdeki tek eşliliğin sürdürülmesine yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Çekici araştırmacı kadın yerine erkek araştırmacıya yaklaşma mesafelerine bakıldığında oksitosin verilir verilmemesinin anlamlı bir farklılık yaratmadığı bulunmuştur. Bu bağlamda oksitosinin varolan eşe bağlılığın sürdürülmesinde etkili olduğu ve sadakati sürdürmede yardımcı olduğu öne sürülmüştür (Scheele vd., 2012). Sosyo-evrimsel kuram, bu ilişkinin sürdürülmesinde oksitosinin rolünün olduğu görüşünü desteklemektedir (Crespi, 2016).

### **Oksitosinin Psikopatolojik Doğurguları**

Oksitosinin depresyon, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, şizofreni ve bipolar bozukluklarla ilişkisini araştıran çalışmalar ülkemizde de gerçekleştirilmiştir (Balıkcı, Aydın, Sönmez ve Danacı, 2018; Demirci, Özmen ve Öztop, 2016; Özsoy, Esel ve Kula, 2009; Turan, Uysal, Asdemir ve Kılıç, 2013). Dünyada da sıklıkla otizm, şizofreni, sosyal fobi, duygudurum bozukları, yaygın anksiyete bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu başta olmak üzere obsesif kompulsif bozukluk, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, alkol/madde bağımlılığı, saldırganlık, yeme bozukluğu, intihar, istismar, yeme bozukluğu ve borderline kişilik bozukluğu gibi psikiyatrik bozukluklarla ilişkisini inceleyen çalışmalar bulunmaktadır (Say ve Müjdecı, 2016). Bu çalışmalarda genellikle oksitosin seviyesinin azalmasıyla beraber psikiyatrik bozukların yaşandığı belirtilmiştir (Say ve Müjdecı, 2016) ve daha çok oksitosin kullanımının psikiyatrik bozuklarının tedavisindeki etkiliği üzerindeki bulgulara değinilmiştir. Oksitosinin sosyal davranışlardaki olumlu etkisinin çeşitli alanlarda ve farklı çalışmalarında gösterilmesinden sonra ek tedavi olarak psikopatolojilerde de kullanılabileceği ileri sürülmüştür (Hurlermann, 2017). Timmermann ve arkadaşlarının (2017) çalışmasında antisosyal gençlerde oksitosin kullanımının yüzdeki duygu ifadelerini tanımayı kolaylaştırdığı bulunmuştur. Eckstein ve arkadaşları (2016) oksitosin kullanımının sosyal fobinin tedavisinde başarı oranını arttırdığını göstermişlerdir. Sosyo-evrimsel kurama göre oksitosin seviyesinin azalması ve testosteron miktarının artışı düşük sosyal bilişle ve özellikle otizmle ilişkilidir (Crespi, 2016). Parker ve arkadaşlarının (2017) yaptıkları çalışmada ise çocuklarda oksitosin uygulamasının sosyal eksikliklerinin tedavisinde etkili olduğu belirtilmiştir. Yüksek oksitosin seviyesi ve düşük testosteron seviyesi ise şizofreni, depresyon ve bipolar bozuklukla ilişkili olabileceği ileri sürülmektedir (Crespi, 2016). Oksitosin ve psikopatolojiler arasında alanyazında çelişkiler bulgular bulunmaktadır. Otizm, alkol bağımlılığı, borderline kişilik bozukluğu gibi farmakolojik ve psikoterapötik yaklaşımların yetersiz kaldığı durumların anlaşılmasında oksitosinle ilgili temel araştırmaların katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **Tartışma ve Sonuç**

Oksitosinin insan davranışları üzerindeki etkinliğı çeşitli yöntemlerle araştırılmıştır ve davranışsal doğurguları üzerine yapılan çalışmalar her geçen gün artış göstermektedir. Vücutta sosyal ilişkilerle birlikte doğal yollarla üretilen oksitosinin hangi koşullarla salınımının arttığı ve bu oksitosinin davranışsal doğurguları ve bilişsel süreçleri nasıl etkilediğine dair çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Sosyal belirgin kuramı oksitosini empati, güven, yakın ilişki davranışları ve sosyal ipuçlarının

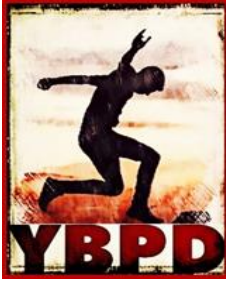
yakalanması bakımından ele almaktadır (Shamay-Tsoory ve Abu-Akel, 2016). Bu kurama göre oksitosin, dış bağlamsal sosyal ipuçlarına dikkat performansını arttırarak sosyal davranışların güçlenmesine neden olmaktadır ancak bu durum cinsiyete, kişilik özelliklerine ve psikopatolojik duruma göre değişiklik gösterebilmektedir (Shamay-Tsoory ve Abu-Akel, 2016). Korku/Stres kuramı ise oksitosinin stres seviyesini azaltmasından dolayı sosyal etkileşim artmasına katkı sağladığını öne sürmektedir (Kirsch vd., 2005). Sosyo-evrimsel kuram ise oksitosinin sosyal gruplardaki etkileşimin sürdürülmesinde motive edici olup ödül etkisi yarattığını ileri sürmektedir (Crespi, 2016). Crespi (2016) oksitosin ve testosteronun etkilerinin zıt yönlü olduğunu ve birinin miktarının fazlalığında otizm ve şizofreni gibi psikopatolojiler yaşandığını öne sürerek kuramını desteklemektedir. Son olarak, Quintana ve Guastella (2020) allostatik kuram ile evrimsel ve gelişimsel bakış açısı yerine etolojik bakış açısıyla oksitosinin etkisini açıklamaya çalışmaktadır. Bu kuram, oksitosinin, allostatik bir hormon olarak değişen çevre koşullarına karşı sosyal ve sosyal olmayan davranışların istikrarlı bir şekilde sürdürülmesinde etkili olduğunu ileri sürmektedir (Quintana ve Guastella, 2020). Oksitosinin allostatik özelliği sayesinde zorlaşan çevre koşullarına karşı organizmayı daha istikrarlı olarak yaşamını sürdürmesinde katkı sağladığı düşünülmektedir. Sosyal belirginlik kuramıyla beraber ele aldığımızda oksitosinin neden bağlamsal durumlara göre etkinliğinin değiştiği açıklanabilir. Buna göre oksitosin uygulanması her koşulda ve bağlamda olumlu olmayabilmektedir. Sapkın sosyal davranış üzerindeki etkisinin bağlama göre değişiklik gösterebileceği unutulmamalıdır. Sosyal belirginlik kuramının aksine allostatik kuram oksitosin uygulamasının öğrenme ve karar verme süreçlerini sosyal olan ve olmayan tüm ipuçlarında arttıracağını öne sürmektedir. Ancak yapılan çalışmalarda farklı bulgular oksitosinin etkisi tek ve kapsamlı bir kuramın ortaya çıkışını engellemektedir (Mierop vd., 2020). Bu bağlamda bilişsel bilimlerin disiplinlerarası çalışmalarıyla oksitosinin gündelik hayatımızdaki etkileri ve bilişsel süreçleri nasıl etkilediğini daha ayrıntılı bir şekilde yapılan araştırmalarla kuramların test edilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Kişilerarası ilişkilerden sosyal davranışlara, bağlanmadan çocuk bakımına kadar tüm gelişimsel süreçlerde yaşamımızı sürdürmemizde önemli rol oynadığı düşünülen oksitosinin nasıl bu kadar etkin olabildiğinin ve davranışlarımız üzerindeki bu etkinliğinin diğer değişkenlerle ilişkisinin gösterilmesinin alanyazına ışık tutacağı öngörülmektedir.

**Kaynakça**

- Balıkçı, K., Aydın, O., Sönmez, I. ve Danacı, A. E. (2018). Şizofreni hastalarının annelerinde bağlanma biçimi ile kan oksitosin düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(6), 531-536.
- Carter, S. (1998). Neuroendocrine perspectives on social attachment and love. *Psychoneuroendocrinology*, 23, 779-818.
- Carter, S. (2014). Oxytocin Pathways and the Evolution of Human Behavior. *The Annual Review of Psychology*, 65, 17-39.
- Cho, M.M., DeVries, A.C., Williams, J.R. ve Carter, C.S. (1999). The effects of oxytocin and vasopressin on partner preferences in male and female prairie voles (*Microtus ochrogaster*). *Behavioral Neuroscience*, 113(5), 1071.
- Crespi, B.J. (2016). Oxytocin, testosterone, and human social cognition. *Biological Reviews*, 91(2), 390-408.
- Demirci, E., Özmen, S., & Öztop, D. B. (2016). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan erkek çocuk ve ergenlerde dürtüsellik ve serum oksitosin ilişkisi: Bir ön çalışma. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 53(4), 291-295.
- Donaldson, Z.R., & Young, L.J. (2008). Oxytocin, vasopressin, and the neurogenetics of sociality. *Science*, 322(5903), 900-904.
- Eckstein, M., Scheele, D., Patin, A., Preckel, K., Becker, B., Walter, A., ... & Hurlmann, R. (2016). Oxytocin facilitates Pavlovian fear learning in males. *Neuropsychopharmacology*, 41(4), 932-939.
- Engelmann, M., Wotjak, C.T, Neumann, I., Ludwig, M. ve Landgraf, R. (1996). Behavioral consequences of intracerebral vasopressin and oxytocin: focus on learning and memory. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 20(3), 341-358.
- Feldman, R. (2012). Oxytocin and social affiliation in humans. *Hormones and Behavior* 61, 380-391.
- Feldman, R. ve Bakermans-Kranenburg, M.J. (2017). Oxytocin: A parenting hormone. *Current Opinion in Psychology*, 15, 13-18.
- Ferris, C.F. (2008). Functional magnetic resonance imaging and the neurobiology of vasopressin and oxytocin. *Progress in Brain Research Prog*, 170, 305-320.
- Frank, E., & Landgraf, R. (2008). The vasopressin system-from antidiuresis to psychopathology. *European Journal of Pharmacology*, 583(2-3), 226-242.
- Gainer, H. (2012). Cell-type specific expression of oxytocin and vasopressin genes: An experimental odyssey. *Journal of Neuroendocrinology*, 24(4), 528-538.
- Gimpl, G., & Fahrenholz, F. (2001). The oxytocin receptor system: Structure, function, and regulation. *Physiological Reviews*, 81(2), 629-683.
- Goodson, J.L., Kelly, A.M., & Kingsbury, M.A. (2012). Evolving nonapeptide mechanisms of gregariousness and social diversity in birds. *Hormones and Behavior*, 61(3), 239-250.
- Graustella, A.J., & MacLeod, C. (2012). A critical review of the influence of oxytocin nasal spray on social cognition in humans: Evidence and future directions. *Hormones and Behavior*, 61(3), 410-418.
- Hurlmann, R. (2017). Oxytocin-augmented psychotherapy: Beware of context. *Neuropsychopharmacology*, 42(1), 377.
- Khazipov, R., Tyzio, R., & Ben-Ari, Y. (2008). Effects of oxytocin on GABA signalling in the foetal brain during delivery. *Progress in Brain Research*, 170, 243-257.
- Kenkel, W.M., Paredes, J., Lewis, G.F., Yee, J.R., Pournajafi-Nazarloo, H., Grippo, A.J., ... ve Carter, C.S. (2013). Autonomic substrates of the response to pups in male prairie voles. *PLoS One*, 8(8), e69965.

- Kirsch, P., Esslinger, C., Chen, Q., Mier, D., Lis, S., Siddhanti, S., ... & Meyer-Lindenberg, A. (2005). Oxytocin modulates neural circuitry for social cognition and fear in humans. *Journal of Neuroscience*, *25*(49), 11489-11493.
- Kraus, M.W., Piff, P.K., Mendoza-Denton, R., Rheinschmidt, M.L. ve Keltner, D. (2012). Social class, solipsism, and contextualism: How the rich are different from the poor. *Psychological Review*, *119*(3), 546-572.
- Kosfeld, M., Heinrichs, M., Zak, P.J., Fischbacher, U., & Fehr, E. (2005). Oxytocin increases trust in humans. *Nature*, *435*(7042), 673-676.
- Landgraf, R., & Neumann, I.D. (2004). Vasopressin and oxytocin release within the brain: A dynamic concept of multiple and variable modes of neuropeptide communication. *Frontiers in Neuroendocrinology*, *25*(3-4), 150-176.
- Lee, H.J., Macbeth, A.H., Pagani, J.H., & Young, W.S. (2009). Oxytocin: The great facilitator of life. *Progress in Neurobiology*, *88*(2), 127-151.
- Leng, G., & Sabatier, N. (2017). Oxytocin-the sweet hormone?. *Trends in Endocrinology & Metabolism*, *28*(5), 365-376.
- Liu, Y., Li, S., Lin, W., Li, W., Yan, X., Wang, X., ... & Ma, Y. (2019). Oxytocin modulates social value representations in the amygdala. *Nature Neuroscience*, *22*(4), 633-641.
- MacDonald, K., & MacDonald, T.M. (2010). The peptide that binds: A systematic review of oxytocin and its prosocial effects in humans. *Harvard Review of Psychiatry*, *18*(1), 1-21.
- Meyer-Lindenberg, A. (2008). Impact of prosocial neuropeptides on human brain function. *Progress in Brain Research*, *170*, 463-470.
- Mierop, A., Mikolajczak, M., Stahl, C., Béna, J., Luminet, O., Lane, A. ve Corneille, O. (2020). How can intranasal oxytocin research be trusted? A systematic review of the interactive effects of intranasal oxytocin on psychosocial outcomes. *Perspectives on Psychological Science*. <http://hdl.handle.net/2078.1/229405>.
- Neumann, I.D., Krömer, S.A., Toschi, N., & Ebner, K. (2000). Brain oxytocin inhibits the (re) activity of the hypothalamo-pituitary-adrenal axis in male rats: Involvement of hypothalamic and limbic brain regions. *Regulatory Peptides*, *96*(1-2), 31-38.
- Ostrowski, N. L. (1998). Oxytocin receptor mRNA expression in rat brain: Implications for behavioral integration and reproductive success. *Psychoneuroendocrinology*, *23*(8), 989-1004.
- Ozsoy, S., Esel, E., & Kula, M. (2009). Serum oxytocin levels in patients with depression and the effects of gender and antidepressant treatment. *Psychiatry Research*, *169*(3), 249-252.
- Parker, K.J., Oztan, O., Libove, R.A., Sumiyoshi, R.D., Jackson, L.P., Karhson, D.S., ... & Carson, D.S. (2017). Intranasal oxytocin treatment for social deficits and biomarkers of response in children with autism. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *114*(30), 8119-8124.
- Pitman, R.K., Orr, S.P., & Lasko, N.B. (1993). Effects of intranasal vasopressin and oxytocin on physiologic responding during personal combat imagery in Vietnam veterans with posttraumatic stress disorder. *Psychiatry Research*, *48*(2), 107-117.
- Porges, S.W. (1998). Love: An emergent property of the mammalian autonomic nervous system. *Psychoneuroendocrinology*, *23*(8), 837-861.
- Pratt, M., Apter-Levi, Y., Vakart, A., Feldman, M., Fishman, R., Feldman, T., ... & Feldman, R. (2015). Maternal depression and child oxytocin response; moderation by maternal oxytocin and relational behavior. *Depression and Anxiety*, *32*(9), 635-646.
- Quintana, D. S. ve Guastella, A. J. (2020). An allostatic theory of oxytocin. *Trends in Cognitive Sciences*. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.tics.2020.03.008>
- Roberts, I.D., Teoh, Y.Y., ve Hutcherson, C.A. (2019). Oxytocin and the altruistic 'Goldilocks zone'. *Nature Neuroscience*, *22*(4), 510-512.

- Say, G.N., & Müjdeci, M. (2016). Oksitosin ve psikiyatrik bozukluklar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(2), 102-113.
- Scheele, D., Striepens, N., Güntürkün, O., Deuschländer, S., Maier, W., Kendrick, K.M. and Hurlmann, R. (2012). Oxytocin modulates social distance between males and females. *The Journal of Neuroscience*, 32(46), 16074-16079.
- Seltzer, L.J., Ziegler, T.E., & Pollak, S.D. (2010). Social vocalizations can release oxytocin in humans. *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 277(1694), 2661-2666.
- Seyfarth, R.M. ve Cheney, D.L. (2012). The evolutionary origins of friendship. *Annual Review of Psychology*, 63, 153-177.
- Shamay-Tsoory, S.G., ve Abu-Akel, A. (2016). The social salience hypothesis of oxytocin. *Biological Psychiatry*, 79(3), 194-202.
- Spengler, F.B., Scheele, D., Marsh, N., Kofferath, C., Flach, A., Schwarz, S., ... & Hurlmann, R. (2017). Oxytocin facilitates reciprocity in social communication. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 12(8), 1325-1333.
- Somel, M., Liu, X., & Khaitovich, P. (2013). Human brain evolution: Transcripts, metabolites and their regulators. *Nature Reviews Neuroscience*, 14(2), 112-127.
- Stoop, R. (2012). Neuromodulation by oxytocin and vasopressin. *Neuron*, 76(1), 142-159.
- Sun, R., Vuillier, L., Deakin, J. ve Kogan, A. (2020). Oxytocin increases emotional theory of mind, but only for low socioeconomic status individuals. *Heliyon*, 6(3), 35-40.
- Timmermann, M., Jeung, H., Schmitt, R., Boll, S., Freitag, C. M., Bertsch, K. ve Herpertz, S.C. (2017). Oxytocin improves facial emotion recognition in young adults with antisocial personality disorder. *Psychoneuroendocrinology*, 85, 158-164.
- Tribollet, E., Dubois, D. M., Dreifuss, J.J, Barberis, C. ve Jard, S. (1992). Oxytocin receptors in the central nervous system. Distribution, development, and species differences. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 652, 29-38.
- Turan, T., Uysal, C., Asdemir, A., & Kılıç, E. (2013). May oxytocin be a trait marker for bipolar disorder?. *Psychoneuroendocrinology*, 38(12), 2890-2896.
- Uvnäs-Moberg, K., Ahlenius, S., Hillegaart, V., & Alster, P. (1994). High doses of oxytocin cause sedation and low doses cause an anxiolytic-like effect in male rats. *Pharmacology Biochemistry and Behavior*, 49(1), 101-106.
- Viero, C., Shibuya, I., Kitamura, N., Verkhatsky, A., Fujihara, H., Katoh, A., ... ve Dayanithi, G. (2010). Oxytocin: Crossing the bridge between basic science and pharmacotherapy. *CNS neuroscience & therapeutics*, 16(5), 138-156.



## SAĞLIK HİZMETLERİ ÖĞRENCİLERİNİN TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİNE İLİŞKİN TUTUMLARI İLE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Pelin PALAS KARACA<sup>1</sup>, Sevde ÇUBUKÇU AKSU<sup>2</sup>

### ÖZ

Araştırma sağlık hizmetleri öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma, tanımlayıcı ve progresif niteliktedir. Araştırma, 2019-2020 eğitim-öğretim yılının, güz yarıyılında bir üniversitenin Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu'nda yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemini İlk ve Acil Yardım ile Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik programında okuyan, toplam 165 öğrenci oluşturmuştur. Veriler, Kişisel Tanıtıcı Bilgi Formu, Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutum Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile toplanmıştır. Araştırmanın verileri Bağımsız Gruplarda t-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi ve Pearson Korelasyon Testleri ile değerlendirilmiştir. Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin; büyük bir kısmının, İlk ve Acil Yardım programında öğrenim gördükleri, ikinci sınıf oldukları, çalışmadıkları ve çekirdek ailede yaşadıkları belirlenmiştir. Öğrencilerin, Toplumsal Cinsiyet Tutum Ölçeği puan ortalaması 54.31, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puan ortalaması ise 39.57'dir. Bu çalışmada kadınların ve İlk ve Acil Yardım programında okuyan öğrencilerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarının anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmada öğrencilerin toplumsal cinsiyet rolleri tutumu ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi değerlendirmek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır ( $r=0.158$ ;  $p=0.043<0.05$ ). Sonuç olarak, sağlık hizmetlerinde öğrenim gören öğrenciler için toplumsal cinsiyete ilişkin eşitlikçi tutum, eşitlikçi bakış açısı, farkındalık ve duyarlılık geliştirebilecekleri programların gerçekleştirilmesi önerilir.

### Anahtar Kelimeler

*Toplumsal Cinsiyet, Toplumsal Cinsiyet Roller, Psikolojik İyi Oluş, Sağlık Hizmetleri*

## THE RELATIONSHIP BETWEEN HEALTH CARE STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS GENDER ROLES AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

### ABSTRACT

The research was carried out to determine the relationship between healthcare students' attitudes towards gender roles and their psychological well-being. The research is descriptive and progressive. The research was carried out in the Health Services Vocational School of a university in the fall semester of the 2019-2020 academic year. The sample of the study consisted of a total of 165 students studying in the First and Emergency Aid and Medical Documentation and Secretarial program. The data were collected with the Personal Introductory Information Form, the Attitude Scale for Gender Roles and the Psychological Well-Being Scale. The data of the study were evaluated in Independent Groups by t-test, One Way Variance Analysis and Pearson Correlation Tests. Health Services Vocational School students; it was determined that most of them were educated in the First and Emergency Programs, they were second class, they did not work and they lived in the nuclear family. The mean score of the Gender Attitude Scale of the students is 54.31 and the average score of the Psychological Well-Being Scale is 39.57. In this study, it was found that the attitudes of women and in the First and Emergency program students towards gender roles were significantly high. In the study, a positive weak correlation was found as a result of the correlation analysis conducted to evaluate the relationship between the students' gender roles attitude and psychological well-being ( $r=0.158$ ;  $p=0.043<0.05$ ). As a result, it is recommended to implement programs where students studying in health services can develop an egalitarian attitude, egalitarian perspective, awareness and sensitivity.

### Key Words

*Gender, Gender Roles, Psychological Well-Being, Health Services*

<sup>1</sup>Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, e-mail: pelinpalas@hotmail.com, ORCID: 0000-0002-9336-6209

<sup>2</sup>Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, e-mail: sevde.c@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7749-8474

**Alıntılama:** Palas Karaca, P., Çubukçu Aksu S. (2020). Sağlık hizmetleri öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 91-100.



## Giriş

Cinsiyet, erkek veya kadın olarak belirtilen biyolojik ve fizyolojik özellikler olup bireylerin davranışlarını, tutumlarını ve yaşam tarzlarını etkilemektedir. Cinsiyet aynı zamanda doğal, biyolojik, değiştirilemez özelliklere sahiptir (Arıcı, 2011). “Toplumsal cinsiyet” ise kadın ya da erkeğin biyolojik özelliklerinin dışında, sosyal olarak belirlenmiş sorumluluk, rol ve kişilik özellikleridir (Gökşin ve Erzincanlı, 2020). West ve Zimmerman (2002) toplumsal cinsiyeti, cinsel kimlik, antropolojik, psikolojik ve iş paylaşımı gibi durumlar ile belirtmeye çalışmıştır. Bununla birlikte toplumsal cinsiyet, kişinin içinde yaşadığı kültüre özgü düşünüp davranması konusundaki beklentilerinin yanı sıra, ruhsal açıdan da kişinin kendini kadın ya da erkek olarak nasıl algıladığıdır (Terzioğlu ve Taşkın, 2008). Dökmen (2014)’e göre de kadın ve erkek olmak sadece anatomik ve fizyolojik değişikliklerden ibaret olmayıp toplumun nasıl algıladığıyla daha çok ilişkilidir. Toplumsal cinsiyetin nasıl kazanıldığını her kuram kendi bakış açısı içinde ele almıştır. Psikanalitik kurama göre; Freud 3-6 yaş arasında toplumsal cinsiyete yönelik gelişmelerden bahsetmiştir (Kurtuluş, 2019). Sosyal öğrenme kuramında ise toplumsal cinsiyet gelişimini etkileyen kültürel ve sosyal faktörlere odaklanılmıştır (Bandura, 1995). Marksist teorilerde ise kadının geleneksel rolü ve erkeğin daha üstün olduğu görüşü benimsenmiştir (Kurtuluş, 2019).

Toplumsal cinsiyetin boyutlarından biri de toplumsal cinsiyet rolleridir. Toplumsal cinsiyet rolü geleneksel olarak hem kadın hem erkeğe atfedilen davranışlardır. Toplum, her iki cinsiyetinde, bu rolleri yerine getirmelerini istemektedir. Toplumsal cinsiyet rolleri genelde geleneksel ve eşitlikçi roller olarak ayrılır. Geleneksel roller içerisinde kadın çalışmaz, ev ve çocuk bakım işlerinden sorumludur. Erkekler ise kadınların tam tersi olarak çalışır ve evin reisidir. Ancak eşitlikçi rollerde; kadın ve erkeğin sorumlulukları (ev, çalışma, yönetim vb.) eşittir (Esen, Soylu, Siyez ve Demirgürz, 2017). Toplumsal cinsiyet rollerinin kazanılmasında, birçok faktör bulunmaktadır. Toplumsal cinsiyet rolünü etkileyenlerin başında aile (seçtikleri giysiler, oyunlar, renkler, aktiviteler, kurallar), iletişim araçları (medya, TV), okullarda okutulan ders kitapları gelmektedir (Kaplan, 2016). Aynı zamanda kişinin kendilik algısı ve benlik saygısı ile toplumsal cinsiyet rolleri de yakından ilişkilidir. Ayrıca, toplumsal cinsiyet, bireyin psikolojik yapısı ile ilişkili olup, bu kavram zamana ve farklı kültürlere göre değişebilmektedir (Ekşi, Güneş ve Yaman, 2018). Yapılan bir çalışmada geleneksel toplumsal cinsiyet rolünü benimseyen genç yetişkinlerin, daha fazla oranda intihar düşüncesine yatkın oldukları bildirmiştir (Hunt, Sweeting, Keoghan ve Platt, 2006). Bir diğer makalede kısıtlayıcı cinsiyet tutum ve normların adölesanların hem fiziksel ve psikolojik sağlıkları dâhil yeteneklerini olumsuz etkilediği bildirilmiştir (Baird, 2019).

Toplumun kadın ve erkekte beklenenlerinin farklı olması durumu yadsınamaz bir gerçektir. Bu rollerin hem kadın hem erkek için de depresyon, anksiyete, stres, düşük benlik algısı gibi olumsuz sonuçlara yol açtığı bilinmektedir. Ayrıca birçok toplumda kadınların, erkeklere göre daha sık hastalandıkları ve psikolojik rahatsızlıklar yaşadıkları bildirilmektedir (Akın ve Demirel, 2003). Toplumun atfettiği roller ile zorlu bir yaşam sürdürülürken bu noktada, psikolojik iyi oluş durumu odak noktası haline gelmektedir. Bu bağlamda ayrı bir öneme sahip olan psikolojik iyi oluş; zor durumlarla karşılaşıldığında kişinin kendini gerçekleştirebilmesi, yaşamını anlamlı kılabilmesi için içindeki potansiyelleri harekete geçirebilmesidir (Ryff ve Singer, 2008). Odak noktası ise hem genel olarak iyi olma hem de yaşamın öznel alanlarında (Ev, aile, çalışma vb.) iyilik halidir (Özmete, 2016). Yapılan bir çalışmada psikolojik iyi oluşun, depresif ruh hali, endişe ve öfke gibi durumlarla negatif yönde bağlantılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Ryff ve Singer, 2008). Bu bağlamda toplumsal cinsiyet eşitsizliği ve ayrımcılığını önlemek için politikalar oluşturulmalı, üniversitelerde eğitim programları düzenlenmeli, öğrenciler ile farkındalık çalışmaları yapılmalı, öğrencilerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin durumları belirlenmelidir. (Akın ve Demirel, 2003).

Sağlık çalışanları hasta ve sağlıklı birey ile sürekli etkileşim ve iletişim içerisinde. Toplum içerisinde benimsedikleri roller, tutumları, yaşam biçimleri ve bireye yaklaşımlarıyla topluma örnek olurlar (Aydın, Bekâr, Gören ve Sungur, 2016). Sağlık

çalışanları öncelikle; toplumsal cinsiyet kavramını bilmeli, ayrımcılığı bilmeli, sebeplerini bilmeli ve cinsiyet ile ilgili sağlık adaletsizliklerinin bilincinde olmalıdır. Ayrıca sağlık hizmeti içerisinde eşitlikçi bir tutum ile hizmet sunmalıdır (Özden ve Gölbaşı, 2018). Bu nedenle sağlık hizmetleri öğrencilerinde toplumsal cinsiyet rollerine dair tutumlarının incelenmesi, psikolojik iyi oluşlarının ve arasındaki ilişkinin belirlenmesi sağlık profesyonelleri arasında eşitlikçi rollerin kalıcı olmasına dönük düzenlemelerin gerçekleştirilmesi için önem kazanmaktadır.

### **Araştırmanın Amacı**

Araştırmanın amacı sağlık hizmetleri öğrencilerinin psikolojik iyi oluş durumları ve toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve aralarındaki incelemektir. Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıtlanmaya çalışılacaktır;

- 1.Sağlık hizmetleri öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri ile toplumsal cinsiyet rolleri tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 2.Sağlık hizmetleri öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri ile psikolojik iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 3.Sağlık hizmetleri öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rolleri tutumları ile psikolojik iyi oluşları arasında ilişki var mıdır?

### **Sayıtlar**

Araştırmada sağlık hizmetleri öğrencilerinin veri toplama araçlarını samimi, doğru ve yansız şekilde cevapladıkları varsayılmıştır.

### **Yöntem**

#### **Araştırmanın Şekli**

Araştırma, tanımlayıcı ve progresif niteliktedir.

#### **Araştırmanın Yeri ve Zamanı**

Araştırma, 2019-2020 eğitim öğretim dönemi güz yarısında (Kasım-Aralık) bir üniversitenin Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu İlk ve Acil Yardım ile Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik programında okuyan öğrencileri ile yapılmıştır.

#### **Evren ve Örneklem**

Araştırmada evrenini, 2019-2020 eğitim öğretim yılında bir üniversitenin Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu'nda 1. ve 2. sınıfta öğrenim görmekte toplam 360 öğrenci (İlk ve Acil Yardım 240; Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik 120) oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi araştırmaya katılmayı istekli olan ve formları dolduran toplam 165 öğrenci (89 İlk ve Acil Yardım, 76 Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik) oluşturmuştur.

#### **Veri Toplama Araçları**

*Kişisel Tanıtıcı Bilgi Formu*; öğrencilerinin yaş, cinsiyet, öğrenim gördükleri sınıf ve program, anne ve baba eğitim durumu, aile tipi, toplumsal cinsiyet kavramını bilme durumlarını ve öğrenme kaynaklarını sorgulayan toplam 9 sorudan oluşmaktadır.

*Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutum Ölçeği*: TCRTÖ García-Cueto ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlik güvenirliği Bakioğlu ve Türküm tarafından yapılmıştır. Ölçekte bireylerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin eşitlikçi tutumuna yönelik 15 ifade bulunmaktadır. Ölçeğin alt boyutu yoktur ve ölçek 5'li Likert tipi (1=Hiç katılmıyorum, 5=Tamamen katılıyorum) derecelendirme şeklindedir. Ölçekte puanların artması, bireyin toplumsal cinsiyet rollerine yönelik eşitlikçi bir tavır sergilediğini gösterir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.99'dur (Bakioğlu ve Türküm, 2019). Bu araştırma için 0.83 değeri Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı olarak belirlenmiştir.

*Psikolojik İyi Oluş Ölçeği*: Diener ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilmiştir. Telef (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Yedili likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınan toplam puanın fazla olması, bireyin psikolojik açıdan çok fazla kaynak ve güce sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Telef, 2013). Puan aralığı 8-56'dır. İç tutarlılık

katsayısı 0.80 olarak bulunmuştur (Telef, 2013). Bu çalışmada iç tutarlık katsayısı 0.94 olarak belirlenmiştir

### Verilerin Değerlendirilmesi

Ortalama ve standart sapma, sürekli verilerde kullanılmış ve değerlendirilmiştir. Kategorik veriler ise yüzde (%) olarak verilmiştir. Analizlerin yorumlanmasında SPSS 21.0 programı kullanılmıştır. Araştırmada istatistiksel anlamlılık için  $p < 0.05$  değeri kriter kabul edilmiştir. Verilerin normal dağılıma uygunluğunun araştırılmasında Shapiro Wilk Testi kullanılmıştır. İstatistiksel analizde sosyodemografik değişkenleri belirlemek ve değerlendirmek için sayı ve yüzde dağılımı uygulanmıştır. TCRT ile PİÖÖ'nin standart sapmaları ve puan dağılımı ortalamaları hesaplanmıştır. Tek değişkenli analizlerde bağımsız gruplarda t-testi ve tek değişkenli varyans analizi ile veriler değerlendirilmiştir. TCRTÖ ile PİÖÖ puanları arasındaki ilişkinin incelenmesinde; Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır.

### Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma Balıkesir Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı tarafından uygun görülmüş ve yazılı izin alınmıştır (Sayı: 13161912/044/53890). Araştırmanın yapılabilmesi için kurum izni alınmıştır.

### Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma bir devlet üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerle yapılmıştır. Araştırmanın sonuçları sadece bu örnekleme temsil etmektedir. Bu nedenle araştırmanın sonuçları genellenemez.

### Bulgular

Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokul öğrencilerinin; yaşlarının ortalaması  $19 \pm 1.43$  (min:17, max:29) olarak belirlenmiştir. Öğrencilerin %61.8'i kadın ve %75.2'si İlk ve Acil Yardım programı 2. sınıf öğrencisidir. Öğrencilerin tamamına yakın bir kısmı gelir getiren bir işte (%90.9) çalışmamaktadır. Öğrencilerin ebeveynlerin eğitim durumları incelendiğinde; annelerinin yarısına yakınının (%45.5), babalarının da çoğunluğunun (%38.8) ortaokul mezunu olduğu belirlenmiştir. Araştırmada öğrencilerin tamamına yakını çekirdek ailede (%84.2) yaşamaktadır.

**Tablo 1. Toplumsal cinsiyet rolleri tutum ile psikolojik iyi oluş ölçeklerinin ortalama ve standart sapma değerleri**

Değişkenler	$\bar{X}$	Ss	N
Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	39.57	9.09	165
Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği	54.31	8.93	165

Tablo 1'de öğrencilerin TCRTÖ ile PİÖÖ ilişkin puan ortalamaları verilmiştir. Buna göre öğrencilerin, Toplumsal Cinsiyet Tutum Ölçeği'nde 54.31 puan ortalaması ile toplumsal cinsiyete yönelik eşitlikçi tutumun orta düzeyde oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puan ortalaması ise 39.57'dir. Buna göre öğrencilerin orta düzeyde psikolojik kaynak ve güce sahip olduğu söylenebilir.

**Tablo 2. Öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rolleri tutumu ile psikolojik iyi oluş arasındaki korelasyon ilişkisi**

		Psikolojik İyi Oluş	Toplumsal Cinsiyet Roller Tutumu
Psikolojik İyi Oluş	Pearson Korelasyon	1	0.158*
Toplumsal Cinsiyet Roller	Pearson Korelasyon	0.158*	1

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$

Araştırmada öğrencilerinin TCRTÖ ile PİÖÖ arasındaki ilişkiyi değerlendirmek üzere yapılan korelasyon analizinde, öğrencilerin toplumsal cinsiyet tutumu ile psikolojik iyi oluşları arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunmuştur ( $r = 0.158$ ;  $p = 0.043 < 0.05$ ).

**Tablo 3. Öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri ile toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılmaları**

Sosyo-demografik özellikler		N	%	Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği Puan Ortalamaları	t/F
Yaş ortalaması	19.92±1.43				
Cinsiyet	Kadın	102	61.8	56,96±8.43	t:5.210
	Erkek	63	38.2	50,03±8.07	p:0.000***
Öğrenim gördükleri sınıf	1.Sınıf	41	24.8	52,09±9.13	t:-1.846
	2.Sınıf	124	75.2	55,04±8.78	p:0.67
Bölüm	İlk ve Acil Yardım	89	53.9	55,69±9.19	t:2.814
	Tıbbi Dökümantasyon ve Sekreterlik	76	46.1	51,81±8.38	p:0.005**
Çalışma	Çalışan	15	9.1	54,46±7.70	t:0.069
	Çalışmayan	150	90.9	54,30±9.07	p:0.945
Anne eğitim durumu	Okuryazar değil	10	6.10	51,50±12.41	
	Okur Yazar	46	27.9	54,76±8.67	F:1.744
	Ortaokul	80	48.5	53,80±8.68	p:0.143
	Lise	25	15.2	57,40±8.33	
	Üniversite	4	2.4	47,25±7.04	
Baba eğitim durumu	Okuryazar değil	3	1,8	42,33±1.54	
	Okur Yazar	18	10,9	53,22±9.08	F:2.263
	Ortaokul	64	38,8	53,32±8.47	p:0.65
	Lise	50	30,3	55,52±9.53	
	Üniversite	30	18,2	56,2±8.33	
Aile Tipi	Çekirdek Aile	139	84.2	51,97±10.28	F:1.666
	Geniş Aile	22	13.3	47,57±10.70	p:0.192
	Tek ebeveynli Aile	4	2.4	51,50±8.81	
Toplumsal cinsiyeti bilme	Evet	58	35.2	57,46±9.04	t:-3.888
	Hayır	107	64.8	51,98±8.42	p:0.000***
Toplumsal cinsiyet kavramını bilme kaynakları	Kadın hakları dernekleri	2	1.2	58,00±15.55	F:0.407
	Sosyal çevre ve arkadaşlarımdan	17	10.3	56,23±7.98	p:0.803
	Üniversitede	7	4.2	58,71±8.40	
	Sosyal medya, internet ve TV	26	15.8	58,65±9.84	
	Okuduğum kitap ve dergiden	6	3.6	54,16±9.15	

\*p&lt;0.05, \*\*p&lt;0.01, \*\*\*p&lt;0.001

Araştırmada öğrencilere toplumsal cinsiyet kavramını biliyor musunuz, sorusu yöneltildiğinde, öğrencilerin %35.2'si toplumsal cinsiyeti bildiğini ifade etmiştir. Öğrencilerin toplumsal cinsiyet kavramını bilme kaynakları ise; kadın hakları dernekleri (%1.2), sosyal çevre ve arkadaşlar (%10.3), üniversite (%4.2), sosyal medya, internet ve TV (%15.8), kitap ve dergi (%3.6) olarak belirlenmiştir. Öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri ile TCRTÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmaları tabloda görülmektedir. Araştırmada TCRTÖ puan ortalamaları ile Sağlık Hizmetlerinde Meslek Yüksekokulu'nda okuyan öğrencilerinin cinsiyetleri (t=5.210, p=0.000), okudukları bölüm (t=2.814, p=0.005) ve toplumsal cinsiyet kavramını bilme (t=-3.888, p=0.000) durumları arasında istatistiksel fark anlamlı bulunmuştur. Öğrencilerin TCRTÖ puan ortalamaları ile öğrenim gördükleri sınıf (t=-1.846, p=0.67), çalışma (t=0.069, p=0.945), anne-baba eğitim durumu (F=1.744, p=0.143; F=2.263, p=0.65), aile tipi (F=1.666, p=0.192) ve toplumsal cinsiyet kavramını duyma kaynakları (F=0.407, p=0.803) arasında istatistiksel olarak fark bulunmamıştır.

**Tablo 4. Öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri ile psikolojik iyi oluş ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılmaları**

Sosyo-demografik özellikler		N	%	Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puan Ortalamaları	t/F
Yaş ortalaması	19.92±1.43				
Cinsiyet	Kadın	102	61.8	38.90±9.38	t:-1.213
	Erkek	63	38.2	40.66±8.55	p:0.227
Öğrenim gördükleri sınıf	1.Sınıf	41	24.8	39.26±7.49	t:-0.249
	2.Sınıf	124	75.2	39.67±9.91	p:0.804
Bölüm	İlk ve Acil Yardım	89	53.9	38.65±10.13	t:-1.417
	Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik	76	46.1	40.65±7.61	p:0.158
Çalışma	Çalışan	15	9.1	38.73±7.26	t:-0.375
	Çalışmayan	150	90.9	39.66±9.27	p:0.708
Anne eğitim durumu	Okuryazar değil	10	6.10	40,20±8.39	
	Okur Yazar	46	27.9	39,13±9.94	F:0.201
	Ortaokul	80	48.5	39,51±9.13	p:0.938
	Lise	25	15.2	40,72±8.11	
	Üniversite	4	2.4	37,25±8.73	
Baba eğitim durumu	Okuryazar değil	3	1,8	38,00±9.53	
	Okur Yazar	18	10,9	38,38±7.30	F:0.872
	Ortaokul	64	38,8	39,92±8.71	p:0.482
	Lise	50	30,3	38,26±9.78	
	Üniversite	30	18,2	41,90±9.64	
Aile Tipi	Çekirdek Aile	139	84.2	39,09±9.36	F:1.934
	Geniş Aile	22	13.3	41,27±7.02	p:0.148
	Tek ebeveynli Aile	4	2.4	47,00±5.47	
Toplumsal cinsiyeti bilme	Evet	58	35.2	39,29±9.92	t:0.293
	Hayır	107	64.8	39,72±8.65	p:0.770
Toplumsal cinsiyeti bilme kaynakları	Kadın hakları dernekleri	2	1.2	40,50±3.53	F:0.191
	Sosyal çevre ve arkadaşlar	17	10.3	38,76±10.60	p:0.942
	Üniversite	7	4.2	40,14±13.30	
	Sosyal medya, internet ve TV	26	15.8	38,61±38.61	
	Kitap ve dergi	6	3.6	42,33±42.33	

\*p&lt;0.05, \*\*p&lt;0.01, \*\*\*p&lt;0.001

Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri ile Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılmalarına Tablo 4'te yer verilmiştir. Öğrencilerin, PİÖÖ puan ortalamalarının cinsiyete ( $t=-1.213$ ,  $p=0.227$ ), öğrenim gördükleri sınıfa ( $t=-0.249$ ,  $p=0.804$ ), okudukları bölüme ( $t=-1.417$ ,  $p=0.158$ ), çalışma durumuna ( $t=-0.375$ ,  $p=0.708$ ), anne ve baba eğitim durumuna ( $F=0.201$ ,  $p=0.938$ ;  $F=0.872$ ,  $p=0.482$ ), aile tipine ( $F=1.934$ ,  $p=0.148$ ), toplumsal cinsiyet kavramını bilme ( $t=0.293$ ,  $p=0.770$ ) ve toplumsal cinsiyet kavramını bilme kaynaklarına ( $F=0.191$ ,  $p=0.942$ ) göre anlamlı düzeyde değişmediği saptanmıştır.

## Tartışma

Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin; büyük bir kısmının, İlk ve Acil Yardım programında öğrenim gördükleri, ikinci sınıf oldukları, çalışmadıkları ve çekirdek ailede yaşadıkları belirlenmiştir. Yine öğrencilerin yaş ortalaması  $19\pm 1.43$  olarak belirlenmiştir. Özcan ve Özdil (2018) tarafından Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerine yapılan çalışmada, öğrencilerin yaş ortalaması  $18.7\pm 1.93$

olarak belirlenmiştir. Çalışmamızın yaş ortalaması diğer üniversite öğrencileri ile yapılan çalışma sonuçları ile benzerdir.

Sağlık sektöründe çalışanlar, toplum ile sürekli iletişim içerisinde olup, bireyler ile etkileşim halindedir. Bu nedenle sağlık profesyonellerinin sağlıklı/hasta bireye yaklaşımları önemli olup, onlar toplumsal cinsiyet rollerinde eşitlikçi yaklaşım benimsemelidir (Aydın, Bekar, Gören ve Sungur, 2016). Ayrıca, cinsiyeti nedeniyle kadının yaşadığı sağlık problemlerinin azaltılmasında ve önlenmesinde etkili rol alırlar. Bu nedenle sağlık sektöründe çalışan profesyonellerin toplumsal cinsiyeti bilmesi önemlidir. Araştırmada geleceğin sağlık profesyonelleri olacak olan öğrencilere toplumsal cinsiyet kavramını biliyor musunuz, sorusu yöneltildiğinde, öğrencilerin %35.2'si toplumsal cinsiyeti bildiğini ifade etmiştir. Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin toplumsal cinsiyette eşitlikçi tutum benimsemeleri adına, bu meslek disiplinde çalışacak öğrencilerin mezun olmadan önce alacakları eğitimlerle toplumsal cinsiyeti bilme oranlarını daha da yükseltecekleri söylenebilir.

Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rolleri tutumu ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla gerçekleştirilen çalışmada, öğrencilerin Toplumsal Cinsiyet Rollerini Ölçeği puan ortalaması  $54.31 \pm 8.93$ 'tür. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet eşitliği tutumlarında yönelik Sis ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada katılımcıların, "orta düzeyde" eşitlikçi cinsiyet tutumlarının olduğu saptanmıştır (Sis, Pasinlioğlu, Tan ve Koyuncu, 2013). Konu ile ilgili yapılan başka bir çalışmada ise kızların ve erkeklerin eşitlikçi tutuma sahip olduğu belirlenmiştir (Karasu, Göllüce, Güvenç ve Çelik, 2017). Başka bir diğer çalışmada ise öğrencilerin rolleri bakımından büyük bir kısmının eşitlikçi tutuma sahip olduklarını belirlemiştir (Önder, Yalçın ve Göktaş, 2013). Araştırma bulguları çalışma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Ayrıca, araştırmada sağlık hizmetlerinde öğrenim gören öğrencilerin toplumsal cinsiyet eşitliğine ilişkin eşitlikçi tutum benimsemeleri önemli bir bulgudur. Bu sonuç, gelecekte öğrencilerin bakım ve hizmet verdiği bireylere eşitlikçi bir yaklaşımla yaklaşacağını göstermesi bakımından önemlidir.

Psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek olan bireylerin sosyal destek sistemleri, kişiler arası iletişimleri, yaşam doyumları, gelişime açık, yenilikçi ve motivasyonları yüksek bireylerdir (İkiz, Asıcı ve Kaya, 2018). Sağlık hizmetlerinde çalışmak da, birçok insanla iletişim ve etkileşim içinde olmayı gerektirir. Araştırmada Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puan ortalaması 39.57 olarak bulunmuştur. Buna göre öğrencilerin orta düzeyde psikolojik kaynak ve güce sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca öğrenciler yaşama karşı olumlu bir bakış açısı geliştirebilmekte ve yeniliğe ve gelişmeye açık oldukları sonucuna varılabilir.

Bu çalışmada kız öğrencilerin ve İlk ve Acil Yardım programında okuyan öğrencilerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin eşitlikçi rollerinin istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Literatürde yapılan çalışmalarda kadınların erkeklere göre daha toplumsal cinsiyette daha fazla eşitlikçi rolleri benimsedikleri ileri sürülmektedir (Eken, 2005; Eroğlu vd., 2007). Öngen ve Aytaç (2013) tarafından yapılan bir diğer çalışmada, kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden daha fazla, toplumsal cinsiyet rollerinde eşitlikçi bir tutum benimsedikleri bildirilmiştir. Erkeklerin geleneksel rollerinin toplum tarafından desteklenmesi, toplumsal cinsiyet rollerine yönelik tutumlarını etkilediği düşünülebilir. İlk ve Acil Yardım bölümünden mezun olan öğrencilerin, büyük bir çoğunluğu meslek hayatında yaşlı, kadın, erkek, çocuk gibi hizmet verecekleri alanlar düşünüldüğünde, toplumsal cinsiyet tutumlarının yüksek olması önemlidir. Aynı zamanda pozitif ayrımcılık bakış açısıyla kadınların sağlık bakım ihtiyaçlarına öncelik tanıyacakları söylenebilir.

Çalışmamızda TCRT ile PİÖÖ arasında pozitif doğrultuda ama zayıf bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu doğrultuda da, toplumsal cinsiyet rolleri açısından eşitlikçi tutumları olan öğrenciler arasında, psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek bireylerin olduğu söylenebilir. Ayrıca sağlık hizmetleri öğrencilerinin psikolojik gelişimini destekleyici ve toplumsal cinsiyet farkındalığını artırıcı eğitim programlarının üniversite eğitimi

sırasında verilmesinin hem psikolojik iyi oluşa hem toplumsal cinsiyet tutumlarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **Öneriler**

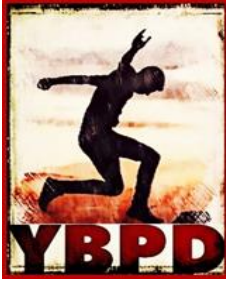
Üniversitelerde öğrencilerin toplumsal cinsiyete ilişkin eşitlikçi tutum, eşitlikçi bakış açısı, farkındalık ve duyarlılık geliştirebilecekleri programlar gerçekleştirilmesi, toplumsal cinsiyet ile akran eğitimlerinin düzenlenmesi, sağlık profesyonelleri içerisinde önemli bir yeri olan ebelere ve hemşirelere yönelik toplumsal cinsiyet ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi açıklayabilecek nicel ve nitel çalışmaların yapılması önerilebilir.

## Kaynakça

- Akın, A., & Demirel, S. (2003). Concept of gender and its effects on health. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi Halk Sağlığı Özel Eki*, 25(4), 73-82.
- Aydın, M., Bekar, E.Ö., Gören, Y.G., & Sungur M.A. (2016). Hemşirelik öğrencilerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları. *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(1), 223-242.
- Bakioğlu, F., & Türküm, A.S. (2019). Toplumsal Cinsiyet Rollerini Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(2), 717-725.
- Baird, S., Bhutta, Z.A., Hamad, B.A., Hicks, J.H., Jones, N., Muz, J. (2019). Do restrictive gender attitudes and norms influence physical and mental health during very young Adolescence? Evidence from Bangladesh and Ethiopia, *SSM Popul Health*, 9(100480).
- Bandura, A. (1995). *Self efficacy in changing societies*. New York: Cambridge University Press.
- Dökmen, Z.Y. (2014). *Toplumsal cinsiyet, sosyal psikolojik açıklamalar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Eken, H. (2005). *Toplumsal cinsiyet olgusu temelinde mesleğe ilişkin rol ile aile içi rol etkileşimi: Türk silahlı kuvvetleri'ndeki kadın subaylar*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Ekşi, H., Güneş, F., & Yaman, N. (2018). Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluşları ve toplumsal cinsiyet rolleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik ve Dergisi*, 8(50), 203-233.
- Eroğlu, K., Taşkın, L., Vefikuluçay, D., & Zeyneloğlu, S. (2007). Kafkas üniversitesi son sınıf öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin bakış açıları. *Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 14(2), 26-38.
- Esen, E., Soylu, Y., Siyez, D.M., ve Demirgürz, G. (2017). Üniversite öğrencilerinde toplumsal cinsiyet algısının toplumsal cinsiyet rolü ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 46-63.
- Gökşin, İ., & Erzincanlı, S. (2020). Hemşirelik öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine yönelik tutumları ile bakım davranışları arasındaki ilişki. *Türkiye Klinikleri J Nurs Sci*, 12(1), 49-55.
- Hunt, K., Sweeting, H., Keoghan, M., & Platt, S. (2006). Sex, gender role orientation, gender role attitudes and suicidal thoughts in three generations. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 41(8), 641-647.
- İkiz, E., Asıcı, E., Kaya, Z. (2018). Yaşam amaçları ve psikolojik iyi oluşun öğretmenlik mesleğine yönelik tutumu yordayıcı rolü. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(25), 7-26.
- Karasu, F., Göllüce, A., Güvenç, E., Çelik, S. (2017). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları. *SDÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 1, 1-8.
- Kaplan, K. (2016). *Evli bireylerde toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumların, evlilik durumuna ve psikolojik iyi oluş durumuna etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kurtuluş, E. (2019). *Kadın üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet eşitliği ile toplumsal cinsiyet rolü stresi ve olumsuz değerlendirme korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Önder, Ö.R., Yalçın, A.S., & Göktepe, B., (2013). The attitude of the health institutions management department students towards social sexual roles. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, (1-2-3), 55-78.



- Sis, Ç.A., Pasinlioğlu, T., Tan, G., & Koyuncu, H. (2013). Determination of university students' attitudes about gender equality. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 21(3), 181-186.
- Telef, B.B. (2013). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Özcan, A., Özdil, K. (2018). Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin görüş ve tutumları: Nevşehir örneği, *Türk Akademik Araştırmalar Dergisi Uluslararası Multidisipliner Kongre bildiri kitabı* 18-26.
- Özmete, E. (2016). Evli Kadınlar ve Erkekler için Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlaması. *Bilig*, 78, 361-391.
- Özden, S., ve Gölbaşı, Z. (2018). Sağlık çalışanlarının toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarının belirlenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(3), 95-100.
- Ryff, C.D., & Singer, B.H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- Terzioğlu, F., & Taşkın, L. (2008). Kadının toplumsal cinsiyet rolünün liderlik davranışlarına ve hemşirelik mesleğine yansımaları, *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 12(2), 62-67.
- West, C. & Zimmerman, D.H. (2002). *Doing gender*. S. Jackson and S. Scott (Eds.), in *Gender-a social reader*, (pp:42-46). London-New York: Routledge.



## STIGMA, DISSATISFACTION, DISENGAGEMENT AND INTENTION TO QUIT: A MODEL PROPOSAL

Meltem AKCA<sup>1</sup>, Burcu Ozge OZASLAN CALISKAN<sup>2</sup>

### ABSTRACT

Stigma defines the process where a target's attribute or set of attributes is devalued by an existing social group (Phelan, Link, & Dovidio, 2008). It is also expressed as an attribute which is discrediting in organizations. On the other side, Jones, and colleagues (1984) stated undesired situations like physical violence, bullying and mobbing can observe towards the labeled employees in organizations. Moreover, perception of stigma influences employees' behaviors, attitudes, and work outcomes. Intention to quit, dissatisfaction and disengagement are undesired attitudes in the workplace. Although, they are various factors that affect these variables, stigma also continues to increase its impact on negative outcomes. In addition, the increasing importance of psychosocial relationships and psychological factors on employees' perceptions reveals the need to examine the concept of stigma in detail in work-related studies. For that reason, in this study, it was mentioned about stigma, intention to quit, dissatisfaction and disengagement in the conceptual framework. Later, a research model was created related to variables. Finally, with this study, it is expected to tend scholars to researches about stigma in organizations.

### Key Words

*Stigma, Intention to Quit, Dissatisfaction, Disengagement*

## DAMGALANMA, İŞ TATMİNSİZLİĞİ, GERİ ÇEKİLME VE İŞTEN AYRILMA NİYETİ: BİR MODEL ÖNERİSİ

### ÖZ

Damgalanma, bir hedefin niteliğinin veya nitelik kümesinin mevcut bir sosyal grup tarafından değerinin önemsizleştirildiği süreci ifade etmektedir (Phelan, Link ve Dovidio, 2008). Aynı zamanda, örgütlerde insanları itibarsızlaştıran bir özellik olarak da ele alınmaktadır. Öte yandan, Jones ve meslektaşları (1984) fiziksel şiddet, zorbalık ve mobbing gibi istenmeyen durumların baş göstererek farklı özelliklere sahip olan bireylerin damgalanma ile etiketlenmeye çalışıldığını vurgulamaktadır. Bu şekilde olumsuz tutumların algılanması, çalışanların davranış, tutum ve iş çıktılarını da etkilemektedir. İşten ayrılma niyeti, iş tatminsizliği ve geri çekilme, işyerinde istenmeyen tutumlardır. Her ne kadar bu değişkenleri etkileyen çeşitli faktörler olsa da damgalanma da olumsuz sonuçlar üzerindeki etkisini artırmaya devam etmektedir. Ayrıca, psikososyal ilişkilerin ve psikolojik faktörlerin çalışanların algıları üzerindeki öneminin artması, damgalama kavramının işyeri ile ilgili çalışmalarda ayrıntılı olarak incelenmesi gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır. Bu nedenle, bu çalışmada damgalanma, işten ayrılma niyeti, tatminsizlik ve geri çekilme kavramları irdelenmiştir. Daha sonra araştırma değişkenleri ile ilgili bir model oluşturulmuştur. Son olarak, bu çalışma ile araştırmacıların örgütlerdeki damgalanma ile ilgili araştırmalara yönelmeleri beklenmektedir.

### Anahtar Kelimeler

*Damgalanma, İşten Ayrılma Niyeti, İş Tatminsizliği, Geri Çekilme*

<sup>1</sup>Asst. Prof. Dr., Alanya Alaaddin Keykubat University Gazipasa Faculty of Aeronautics and Astronautics, e-mail: [meltem.akca@alanya.edu.tr](mailto:meltem.akca@alanya.edu.tr), ORCID: 0000-0001-5544-5929

<sup>2</sup>Assoc. Prof. Dr, Istanbul University School of Transportation and Logistics, e-mail: [ozaslan@istanbul.edu.tr](mailto:ozaslan@istanbul.edu.tr), ORCID: 0000-0002-3276-5089

**Citation:** Akca, M., Ozaslan Caliskan, B.O. (2020). Stigma, dissatisfaction, disengagement and intention to quit: A model proposal. *Life Skills Journal of Psychology*, 4(7), 101-114.

## Introduction

Stigma is a significant concept in psychology, sociology and organizational behavior sciences and has enhanced its popularity in recent years. The importance of stigma based on social norms related with individuals and groups also triggers the conceptual reputation (Harvey & Wade, 2019:48).

Goffman (1963) explained social stigma as a social discrimination of some individuals because of social expectations. Moreover, it was stated that individuals who are perceived as different are also stigmatized with negative attitudes (Rintamaki & Brashers, 2010:157). Corrigan and Penn (2015) also defined stigma as a social construct that forms from negative prejudices and stereotypes. Stereotyping is generally evaluated as labels of individuals or groups by some of their special characteristics like blacks, homosexuals etc. In this approach, it is tried to stigmatized people with some negative attitudes due to their features. These negative attitudes, beliefs or stereotypes tend to alienate these people in social groups (Wildes, 2005; Crocker & Major, 1989). In this context, workplace stigma is considered as an isolation, treat or disidentification of some people because of their beliefs, attitudes, religions, sexual choices, political opinions, tongue, color, race etc (Wildes, 2005; Özaslan- Çalışkan & Akca, 2017).

On the other side, Jones, and colleagues (1984) stated undesired situations like physical violence, bullying and mobbing can observe towards to the labeled employees in organizations. In this way, perception of negative attitudes also influences employees' behaviors. Steele and Aronson (1995) emphasized that stigmatization guides the individuals to deviant behaviors that leads performance losses in the workplace. Özaslan-Çalışkan and Akca (2017) also revealed out that perception of stigma is correlated with workplace deviance in organizations. Besides, rejection by the society related with stigma has a major role on social, psychosocial and economic consequences for the ones who are stigmatized as loss of self-esteem, self-confidence, willingness for the success, satisfaction, commitment and increase of turnover (Akkoca, 2019; Önk & Cemaloğlu, 2016, Öztürk, 2013).

Reference to upper explanations, in this study, it was aimed to figure a model proposal about stigma, dissatisfaction, disengagement and intention to quit. In this context, variables were mentioned in the contextual framework and research model was figured detailed.

## Contextual Framework

### Stigma in the Workplace

Stigma points out the process that a target's attribute or set of attributes is devalued by an existing social group (Phelan, Link, & Dovidio, 2008). It is also defined as an attribute that is deeply discrediting. Attitude components create a mental scheme that affects behavioral, cognitive, and emotional responses in the interaction process of individuals. Stigma also refers to the process of degrading the value of a group by an existing social group. One of the side effects of the depreciation of an individual's qualifications in this way is that the individual is excluded from social acceptance. These discrediting attributes cause individuals to be "disqualified from full societal acceptance" (Goffman, 1963). Moreover, Crocker and colleagues (1998:505) emphasized that stigmatized individuals have a trait that has a devalued social identity in a particular social relationship.

According to Corrigan and colleagues (2001), stigma is a phenomenon that make differentiates between individuals because of their features. In this way, labeled employees (racial, sexual, religious, ableism etc.) feel bad at work and perceived negative approaches towards them (Yaman ve Güngör, 2013). This difference can also leads to discrimination both in workplace and society (Karabekiroğlu et al., 2009).

Nevertheless, stigma can be considered as a situation experienced in many dimensions and experienced by individuals or groups from different segments (Dever et al., 2009). Most of the research on stigma has evolved within the framework of Goffman's original conceptualization of the subject. When the relevant literature is searched, it is noteworthy that different theoretical definitions regarding stigma are made.

Goffman (1963) states that the stigmatized individual carries a symbol which is thought to be discrediting and is excluded in this respect for the acceptance of various social groups. Stigma can be seen immediately or because of the interaction of members of a group. Stigmatized individuals may try to conceal their characteristics such as sexual preference and substance addiction that may cause stigma. According to Goffman (1963), stigma occurs because of a conflict between personal characteristics (eg race, sexual orientation, registration) and group identity. In some cases, the individuals who are stigmatized can provide the stigma management by controlling their stigmatized qualities in line with the social norms of the group.

Jones et al. (1984) accepted stigmatization as an extreme form of classification that described individuals as deviant and unreliable. Like Goffman's (1963) approach, it is a central and permanently attributed feature to the identity of the stigmatized individual. According to Jones et al. (1984), generally, stigma is associated with social group norms, and the individual who is the victim of stigmatization is excluded by the public through a disparaging sign. Jones et al. (1984) argued that stigma prevents interpersonal interaction and stated that people can be stigmatized according to the six factors they define. The interaction of these six variables in the form of confidentiality, behavior, separatism, aesthetic characteristics, origin, and the potential to create a threat can have an effect ranging from indecision to exposure to threats of physical violence and abuse.

Stigma also refers to the humiliation of individuals with certain characteristics by those who do not. Stigma occurs when an individual carries a worthless social identity because of the characteristics that the individual possesses or believes to have (Crocker & Major, 1989). Furthermore, stigma has harmful effects on personality and identity. According to Goffman (1963), the behavior of the stigmatized individual emerges primarily as a social reaction, and self-perception changes from normal to deviant; accordingly, the individual acquiring or stigmatizing a new identity acts internally and acts in accordance with this stigma and exhibits deviant behaviors.

On the other side, Link et al. (1989) combined stigmatization with the Labeling Theory. The Labeling Theory asserts that the labeled individual will form an identity by shaping the behavior and beliefs based on the expectations of the society (Link et.al., 1989). The theory suggests that they associate these labels, as defined by social standards, to those associated with them, due to the stigmatization of individuals with mental disorders (Link et.al., 1989). When the label becomes part of an individual's identity, the individual attempts to keep it confidential, withdraw from various social groups and / or educate others about the label. The label affects the individual's environment, work, and self-esteem. Moreover, when the stigma becomes incredibly significant for the person, there is a decrease in the interpersonal interaction of individuals stigmatized for fear of devaluation and exposure to discrimination.

Besides, factors that generate stigma are also significant. Social psychologists generally point out the stereotypes, prejudices, and a sense of discrimination as antecedents of stigma (Topkaya, 2011; Önk & Cemaloğlu, 2016). Steele and Aronson (1995) also developed a Stereotype Threat (Stereotypical Threat) Model that emphasizes stigma may have negative psychological effects on the individual. In addition to psychological effects, stigmatization is thought to have a negative impact on an employee's performance that influences the identity of the stigmatized individual. The ability to hide or adjust situational and contextual factors and stigmatized features can increase or decrease the identity of identity-threatening situations. Such threats can also reduce employee performance and productivity (Steele & Aronson, 1995). Furthermore, the negative effects of stereotypical judicial threat have been confirmed in different studies in the based of variables as terms of

variables such as age, sexual orientation, gender, physical disability, race and socio-economic status (Roberson & Kulik, 2007). In their study, Steele and Aronson (1995) conducted an experiment that included measures designed to measure awareness of racial stereotypes on black and white American students. A difficult verbal task given in this study is linked to two experimental conditions. In the first condition, the subjects were told that the intellectual performance of the task was distinctive, and that the performance of the blacks was reduced by being influenced by the stereotype 'blacks have a low mental capacity'. In the second condition, there was no difference between blacks and whites. As it is understood from this result, stigmatized individuals are threatened by stereotypes when others do not know exactly what negative stereotypes themselves are about.

Later, Link and Phelan (2001) improved a Social Cognitive Approach to stigma and mentioned the existence of five related elements to demonstrate the existence of stigma. These are defined as labeling, stereotyping, categorizing, loss of status and discrimination. Scholars argued that the central elements of the convergence of these five elements of stigmatization were groups, social influence, economic power, and political power. Kurzban and Leary (2001) also developed the Evolutionary Model of Stigmatization. According to the Evolutionary Model based on the natural selection process, cognitive systems exist in human nature and provide guidance in the cost-benefit analysis of interpersonal interaction. Nevertheless, these cognitive functions imply that similar people come together to form groups and avoid contact with those that are different enough to carry infectious pathogens.

After all, based on the Evolutionary Model, Parker and Aggleton (2003) improved a similar model. They described stigmatization as a condescending sign and argued that a group of people with undesirable characteristics were positioned at lower levels in the social hierarchy. They expressed functions of stigma as difference, power and intersection of culture.

Herek (2009) also described stigma in three dimensions in the typology of stigma. He identified these dimensions as performed (staged) stigmatization, felt stigmatization, and internalized (adopted) stigmatization. In this study, internalized stigmatization, which is a dimension of stigmatization, is considered as the acceptance of negative stereotypes created by the society about the disease and the isolation of the individual from the society by experiencing feelings such as worthlessness and shame (Corrigan, 1998). The person has the expectation that other individuals will react to his or her illness. As a result of internalized stigma, it has been shown that patients have social adaptation problems, deviating behaviors, decreased job performance, and even face problems such as unemployment (Sirey et. al, 2001). Internalized stigma is a concept that has been dealt with especially in studies on mental illnesses, and it is a subject that has been validated and reliable for many diseases by means of tested scales (Ersoy & Varan, 2007). Watson and colleagues (2007) also classified stigma as social stigmatization and self-stigmatization. While the attitude of individuals in society towards a person is called as social stigma, the individual's feeling of being inadequate and low is announced as self-stigma (Önk & Cemaloğlu, 2016).

### **Intention to Quit**

Today, organizations must ensure that their intellectual capital, namely it's employees, are happy, peaceful, satisfactory and successful in order to continue their existence under competitive conditions, to obtain maximum profit, to be effective and efficient (Yenihan, Öner & Çiftiyıldız, 2014:40). Otherwise, the ideas of the employee that aim to quit his/her current job is considered as the intention to quit (Kim & Ahn, 2012). The intention to quit is the most significant signal of leaving the job (Tett & Meyer, 1993). In this context, intention to quit is the individual assessment process of the employee's possibility to leave the organization in the short term (Theron, Barkhuizen & Du Plessis, 2014:3). When the employee thinks about leaving his/her current job; he/she evaluates many alternatives such as working in another organization, employing in a different job or retiring. (Akbolat et al., 2014:4; Öktem, Kızıltan & Tarhan, 2016:166). For that reason, an employee who intends to quit job, spends most of his/her time looking for new jobs or evaluating his/her career status.

Besides, the employees who intend to quit their jobs are observed to have a decrease in their individual work outcomes (Çalışır, Gümüşsoy & Işkın, 2011; Tzeng, 2002; Bowen, 1982). The individual's energy and willingness on the current job also decreases in this process (Ersoy & Bayraktaroğlu, 2012).

There are several theories and models in the literature connected with the intention to quit. For example, reference to the Business Embeddedness Model (Mitchell et al., 2001), employees with strong workplace relationships and connections continue their activities with intensive effort, but if dark leaders or destructive work environment affect their loyalty by weak and poor communication skills, this approach negatively affects employees' commitment to work and organization. Such a case, employee tends the ideas of the intention to quit. In addition, Lee, and Mitchell's (1994) Unfolding Model also explains turnover of employees. According to the model, employees consider quitting job as a reaction with various reasons (lack of communication, abusive supervision, injustice, poor bilateral relations) that exists in the workplace (Weaver & Yancey, 2010:109). However, Social Exchange Theory developed by Blau (1964) emphasized that when the employee experiences a negativity caused by the leader or other members, he/she can turn it into a negative situation both against the leader, members and the organization. In addition to that, The Theory of Met Expectations, discussed by Porter and Steers (1973), may also clarify the intention to quit. Reference to the theory, it is possible to have a good communication with the managers among the expectation groups regarding to the business life of the employees. If this expectation is not met (the existence of a poor relationship with the manager-colleagues), the employee who is not satisfied with the business life that can direct to quit the job (Pradhan & Jena, 2016:241). On the other side, Horner and Swarbrooke (2004: 282) expressed the factors that affect turnover as; low wages, poor working conditions, lack of career path, working time problems. In the study of Islam and colleagues (2019:6), factors related to intention to quit was reported as injustice appointment and rewarding. Nevertheless, according to various researchers, factors related with intention to quit are generally classified under individual factors (age, gender, education status, marriage etc.), organizational-work related factors (working condition, leadership, stigma, wage, job content, co-worker relations etc.), environmental factors (crisis, employment policies, sectoral features) (Cotton & Tuttle, 1986; Babalık, 2016:68; Jiang et al., 2019:160; Alsaireh et al., 2014).

Especially, intention to quit ideas of popular employees may damage motivation and moral of his/her colleagues in the workplace (Ersoy and Bayraktaroğlu, 2012). Furthermore, new employee recruitment and selection costs and internal orientation process of the new employee is troublesome for the organizations. Therefore, to retain qualified and competent workforce and prevent leaving the job, factors that lead individuals to such behaviors should be revealed and their negative effects should be eliminated (Arnold vd., 1985). If this intention is noticed by the management in advance, measures may be taken to ensure qualified employees remain at work (Pradhan & Jena, 2016:240).

### **Dissatisfaction**

Job satisfaction defines an individual's attitude towards his/her work as well as his/her attitude towards the working environment and working condition characteristics (Akcadağ & Özdemir, 2005). Eren and Titizoğlu (2014) also expressed job satisfaction as happiness resulting from the acquisitions of the individual in relation to the business life. In this context, satisfaction is an emotional answer. It is an attitude that can be expressed. For that reason, satisfaction is associated with being satisfied or not (Davis, 2004). Satisfaction is an emotion felt in the individual by comparing expectations and outcomes (Yazıcıoğlu, 2010: 244). If the employee is happy with his/her job and the business environment and behavior towards him/her, satisfaction is actualized, on the contrary, dissatisfaction occurs (Keser, 2006:104; Cheung et al., 2009).

Job satisfaction is directly connected with the job itself, income earned, promotion opportunities, organizational culture, leader-member relations, workplace climate

and colleague's relations (Robie et al., 1998; Shim, Lusch & O'Brien, 2002). Job satisfaction is related with assessment of physiological, psychological and environmental working conditions (Arnold & Feldman, 1982). In this perspective, positive attitude of employees resulting from the evaluation of the expectations with the realization about work environment is explained by job satisfaction while the negative attitudes are considered as job dissatisfaction (Poyraz & Kama, 2008:147; Weiss, 2002). Nevertheless, dissatisfaction is associated with unhappiness and negative attitudes towards to workplace. Negative attitudes and feelings towards work and workplace are also comprised of dissatisfied and disgruntled emotions (Lee, 2008). Besides, while the performance of employees who have achieved job satisfaction is affected positively, the job outcomes of employees who are dissatisfied due to various factors are shaped negatively (Ahmad, Ahmad & Shah, 2010; Sy, Tram & O'hara, 2006; Judge et al., 2001).

### **Disengagement**

Schaufeli and colleagues (2002) explained work engagement as "*a constructive, satisfying, state of mind which is characterized by enthusiasm, dedication, and absorption*". Engagement, a positive and desirable situation, has been viewed by scholars from a variety of viewpoints of such as Role Theory Approach (Kahn 1990), Social Exchange Theory Approach (Saks, 2006) and Burnout Approach (Leiter & Maslach, 1999; Schaufeli et.al, 2002). On the contrary, disengagement is discussed as a negative and undesired concept. While employee engagement has been studied in the literature, disengagement of individuals has not caught the eyes of scholars (Kahn, 1990; Dawsey & Taylor, 2011).

According to Singh (2009) disengaged employees appear in the workplace although they leave their mind, heart, soul elsewhere. From this point, disengagement in organizations proves to be a constant issue of problems in the workplace. Disengagement also have negative impacts such as loss of individual productivity and morale (Prencipe, 2001). For that reason, employee disengagement starts off as a concern in the business world.

Kahn (1990) identifies disengagement as defending or withdrawing of oneself, cognitively, physically or emotionally during employees' task performance. According to this explanation, it is seen that disengaged individuals differ cognitively and emotionally from tasks and their behavior becomes unresponsive and effortless. Besides, disengagement means, interest, commitment and reluctance to job or organization. It shows that the self-employed staffs is less engaged and less committed in their jobs, and they are likely to leave the organization. Moreover, disengagement can be expressed as a negative, unforgettable, work-related state of mind shaped with weakness, subtlety and infidelity.

In the literature, it is reported that disengaged individuals in the workplace show behaviors and attitudes as; lack of endorsement and commitment, loss of energy and social behaviors, discontent, withdrawal, indifference disconnection, dissatisfaction, weak job performance, uncertainty, and inefficient working behavior (DuVernay, 2007; Momal, 2003; Branham, 2005). These behaviors and attitudes include several pioneering and disengagement results in practice. Nevertheless, practitioner study is formed by methodological complexity and lack of theoretical foundation (Shaw & Lunt, 2011). However, the urgency and extent of the discourse of practitioners on the concept has not made a sound in academic research. In academic research generally negative states are examined by researchers.

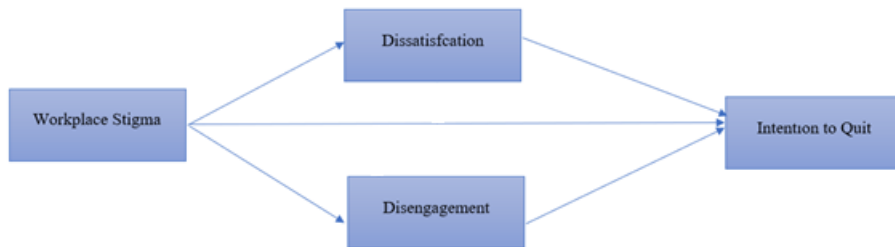
### **Model Proposal**

Stigma in the workplace has negative outcomes in stigmatized ones as fear, stress, disidentification, disengagement, intention to quit, dissatisfaction and performance losses (Pickern & Costakis, 2017; Hatzenbuehler, Phelan and Link, 2013; Wang et al., 2018; Wang et al., 2014). Moreover, stigma in the workplace, results with harassment and hostility. It is possible to say that stigmatized employees in the workplace also tend to demonstrate behaviors such as deviant or counterproductive and anti-social (Picker & Costakis, 2017). On the other side, the intention to quit is an undesirable

factor for organizations. Especially, qualified workforce will cause various costs to increase in this intention (Porter et al, 1974). Loyalty to the organization, job dissatisfaction, weak leader-member interaction, weak team relations are among the precursors of the intention to quit (Çekmecelioglu, 2014). Furthermore, disengagement, disidentification and dissatisfaction are also related with intention to quit. Employees who are not happy in the workplace and have low levels of satisfaction tend to quit their jobs more than satisfied ones (Lambert, Hogan & Barton,2001; Tett & Meyer,1993).

Preston and Bigelow (1998) found that there is a positive relation between discrimination and dissatisfaction in the workplace. Harter, Schmidt, and Hayes (2002) obtained that satisfaction has a positive impact on productivity while negative impact on absenteeism, turnover and intention to quit. Muqadas, Rehman and Aslam (2017) found that organizational justice has a negative impact on job dissatisfaction. Pandita and Domnic (2019) also obtained that perception of librarians' discrimination in the workplace is related with racial, religious, and ethnic. Besides, Önk and Cemaloğlu (2016) revealed out that teachers' stigma scores were high in prejudice and psychological health. Wildes (2005) also found that there is a negative correlation with stigma and intention to stay in service industry.

Accordance with the upper explanations, model proposal and propositions were formed as below.



**Figure 1: Research Model**

P<sub>1</sub>: Workplace Stigma has a positive effect on intention to quit of employees.

P<sub>2</sub>: Workplace Stigma has a positive effect on disengagement of employees.

P<sub>3</sub>: Workplace Stigma has a positive effect on dissatisfaction of employees.

P<sub>4</sub>: Dissatisfaction will mediate the relationship among workplace stigma and intention to quit.

P<sub>5</sub>: Disengagement will mediate the relationship among workplace stigma and intention to quit.

## Conclusion

Workplace discrimination and stigma is a major problem for employees. Especially, stigmatization impacts discrimination related practices in some organizations (Pandita & Domnick, 2019). Jones and colleagues (1984) explain stigmatization as a sign that distinguishes one person from another and means that it has an unwelcome and unpleasant nature. Devers, Dewett, Mishina and Belsito (2009) also identified stigma as "A label that evokes a collective perception that the organization is deeply flawed and discredited".

Stigma is also considered as labeling individuals due to their qualities such as race, religion, mental illness or physical disability. This labeling process creates a negative emotions on labeled ones (King et al., 2007). With this approach, it is possible to say that stigmatization leads significant negative impacts on both individuals and organizations. Besides, stigmatization causes social, political, psychological problems like prejudice, hate and hostility (Dovidio, 2001).



Picker and Costakis (2017) emphasized that job satisfaction and job performance are generally related with ethical organizational situations. However, stigma in organizations has unethical consequences as fear, isolation, intention to quit of victims (Hatzenbuehler ,2016; Hatzenbuehler et al,2013). Besides, Devers and colleagues (2009) determined that stigma has negative affect on individuals that causes disidentification and social and economic sanctions. In this context, it is required to remove the stigmatization in the workplace to provide satisfaction and engagement of employees that leads them to stay in the organization. Engaged and satisfied employees are likely to outperform their disengaged and dissatisfied colleagues; therefore, engagement and satisfaction is important variables for desired work outcomes (Wollard, 2011). If an organization foster an organizational climate that respect all differences to minimize diversification, consequences of work outcomes will have better results and encourages employees' well-being. Nevertheless, human resource policies, needs to revise detailed to prevent stigmatization in the workplace. After all it can be said that it is significant to build trust, create a favorable environment and organizational culture and provide progression of interpersonal skills to reduce stigmatization, disengagement and dissatisfaction related issues which may guide the victims to intention to quit the organization.

## References

- Ahmad, H., Ahmad, K., & Shah, I. A. (2010). Relationship between job satisfaction, job performance attitude towards work and organizational commitment. *European journal of social sciences*, 18(2), 257-267.
- Akbolat, M., Yılmaz, A., & Tutar, H. (2014). Konaklama İşletmeleri Çalışanlarının Algıladıkları Mobbingin İş Tatmini ve İşten Ayrılma Niyetine Etkisi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(3), 1-17.
- Akçadağ, S., & Özdemir, E. (2005). İnsan kaynakları kapsamında 4 ve 5 yıldızlı otel işletmelerinde iş tatmini: İstanbul'da yapılan ampirik bir çalışma. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(2), 167-193.
- Akkoca, Y. (2019). *The Role of Personality Characteristics on The Relationship Between Tendency of Stigmatization And Organizational Commitment: A Research on Academic Staff*, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara.
- Alsaraireh, F., Quinn Griffin, M. T., Ziehm, S. R., & Fitzpatrick, J. J. (2014). Job satisfaction and turnover intention among Jordanian nurses in psychiatric units. *International journal of mental health nursing*, 23(5), 460-467.
- Arnold, H. J., & Feldman, D. C. (1982). A multivariate analysis of the determinants of job turnover. *Journal of applied psychology*, 67(3), 350-360.
- Arnold, H. J., Feldman, D. C., & Purbhoo, M. (1985). The role of social-desirability response bias in turnover research. *Academy of Management Journal*, 28(4), 955-966.
- Babalık, A. G. (2016). *Liderlik davranışının çalışanların örgüte bağlılık düzeyi ile işten ayrılma niyeti üzerine etkisi*. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Blau, P. M. (1964). Justice in social exchange. *Sociological Inquiry*, 34(2), 193-206.
- Bowen, D. E. (1982). Some unintended consequences of intention to quit. *Academy of Management Review*, 7(2), 205-211.
- Bowling, N. A. (2007). Is the job satisfaction–job performance relationship spurious? A meta-analytic examination. *Journal of Vocational Behavior*, 71(2), 167-185.
- Branham, L. (2005). *The 7 hidden reasons employees leave: How to recognize the subtle signs and act before it's too late*. New York, NY: American Management Association.
- Çalışır, F., Gümüşsoy, C. A. and Işkın, I. (2011). Factors Affecting Intention to Quit among IT Professionals in Turkey. *Personnel Review*, 40 (4): 514-533.
- Çekmecelioğlu, H. G. (2014). Göreve ve insana yönelik liderlik tarzlarının örgütsel bağlılık, iş performansı ve işten ayrılma niyeti üzerindeki etkileri. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (28), 21-34.
- Cheung, M. F., Wu, W. P., Chan, A. K., & Wong, M. M. (2009). Supervisor–subordinate guanxi and employee work outcomes: The mediating role of job satisfaction. *Journal of Business Ethics*, 88(1), 77-89.
- Corrigan, P. W. (1998). The impact of stigma on severe mental illness. *Cognitive and behavioral practice*, 5(2), 201-222.
- Corrigan, P. W., & Penn, D. L. (1999). Lessons from social psychology on discrediting psychiatric stigma. *Stigma and Health*, 54(9), 765-776.
- Cotton, J. L., & Tuttle, J. M. (1986). Employee turnover: A meta-analysis and review with implications for research. *Academy of management Review*, 11(1), 55-70.
- Crocker, J., & Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: The self-protective properties of stigma. *Psychological review*, 96(4), 608.
- Crocker, J., Major, B., Steele, C., Fiske, S. T., & Lindzey, G. (1998). *Social stigma*. The handbook of social psychology (p. 504–553). McGraw-Hill.

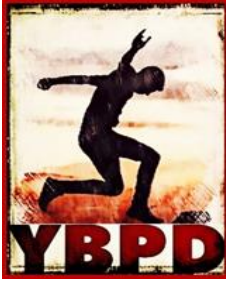
- Davis, G. (2004). Job satisfaction survey among employees in small businesses. *Journal of small business and enterprise development*, 11(4), 495-503.
- Dawsey, J. C., & Taylor, E. C. (2011). Active engagement to active disengagement: A proposed model. *Business Studies Journal*, 33, 29-41.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands- resources model of burnout. *The Journal of Applied Psychology*, 86, 499-512.
- Devers, C. E., Dewett, T., Mishina, Y., & Belsito, C. A. (2009). A general theory of organizational stigma. *Organization Science*, 20(1), 154-171.
- Dovidio, J. F. (2001). On the nature of contemporary prejudice: the third wave. *Journal of Social Issues*, 57 (4), 829-849.
- DuVernay, C. (2007). Micromanage at your peril. *Harvard Management Update*, 12(2), Article 3.
- Eren, M. Ş., & Titizoğlu, Ö. Ç. (2014). Dönüşümcü ve Etkileşimci Liderlik Tarzlarının Örgütsel Özdeşleşme Ve İş Tatmini Üzerindeki Etkileri. *Sosyal Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 14(27), 275-303.
- Ersoy, M. A., & Varan, A. (2007). Ruhsal hastalıklarda içselleştirilmiş damgalanma ölçeği Türkçe formu'nun güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 163-171.
- Ersoy, S., & Bayraktaroğlu, S. (2012). Örgütsel güven. *Örgütsel Davranışta Güncel Konular, Bursa: Ekin Basım Yayın Dağıtım*, 1-19.
- Gifford, G. T. (2009). *Stigma in the workplace: Testing a framework for the effects of demographic and perceived differences in organizations*. The University of Nebraska-Lincoln Doctoral Dissertation.
- Goffman, E. (1963). Stigma and social identity. *Understanding Deviance: Connecting Classical and Contemporary Perspectives*, 256-265.
- Goffman, E. (2009). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Simon and Schuster.
- Halbesleben, J.R.B., Wheeler, A.R. (2008), The relative roles of engagement and embeddedness in predicting job performance and intention to leave. *Work and Stress*, 22, 242-256.
- Harter, J. K., Schmidt, F. L., & Hayes, T. L. (2002). Business-unit level relationship between employee satisfaction, employee engagement and business outcomes: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 87, 268-279.
- Harvey, E., & Wade, J. (2019). Organizational Stigma: Sources and Outcomes. *Drake Management Review*, 8(1-2), 48-60.
- Hatzenbuehler, M. L., Phelan, J. C., & Link, B. G. (2013). Stigma as a fundamental cause of population health inequalities. *American journal of public health*, 103(5), 813-821.
- Hatzenbuehler, Mark L.(2016). Structural stigma: Research evidence and implications for psychological science. *American Psychologist* 71, (8),742-751.
- Herek, G. M. (2009). *Sexual stigma and sexual prejudice in the United States: A conceptual framework*. In Contemporary perspectives on lesbian, gay, and bisexual identities (pp. 65-111). Springer New York.
- Horner, S., & Swarbrooke, J. (2004). *International cases in tourism management*. Oxford: Elsevier Butterworth-Heinemann.
- Islam, N., Rumman, M., Nower, N., Rahman, M., Niaz, S. K., & Afrin, S. (2019). The Measurement of Employee Turnover Intentions in Telecom Industry of Bangladesh. *Prof. Dr. Nazrul Islam, Meshkatozzaman Rumman, Nowshin Nower, Md. Nafizur Rahman, Shadman Kabir Niaz, & Dr. Sharmina Afrin.(2019). The*

- Measurement of Employee Turnover Intentions in Telecom Industry of Bangladesh.* *Journal of Business Management and Economics*, 7(06), 01-07.
- Jiang, Feng, Huixuan Zhou, Jeffrey Rakofsky, Linlin Hu, Tingfang Liu, Shichao Wu, Huanzhong Liu, Yuanli Liu, and Yilang Tang. Intention to leave and associated factors among psychiatric nurses in China: a nationwide cross-sectional study. *International journal of nursing studies* 94 (2019), 159-165.
- Jones, E. E., Farina, A., Hastorf, A. H., Markus, H., Miller, D. T., & Scott, R. A. (1984). *Social stigma: The psychology of sex differences*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Judge, T. A., Thoresen, C. J., Bono, J. E., & Patton, G. K. (2001). The job satisfaction–job performance relationship: A qualitative and quantitative review. *Psychological bulletin*, 127(3), 376-407.
- Kahn, W. A. (1990). Psychological conditions of personal engagement and disengagement at work. *Academy of Management Journal*, 33, 692-724.
- Kanten, P. (2014). Family Friendly Policies in Organizations and Their Effects on Work-Life Balance, Work Alienation and Life Satisfaction. *International Journal of Business and Technology*, 2(2), 18-30.
- Kanten, S., & Sadullah, O. (2012). An empirical research on relationship quality of work life and work engagement. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 62, 360-366.
- Karabekiroğlu, K., Cakin-Memik, N., Özcan-Özel, Ö., Toros, F., Öztop, D., Özbaran, B. & diğerleri. (2009). DEHB ve otizm ile ilgili bilgi düzeyleri ve damgalama: sınıf öğretmenleri ve ana-babalarla çok merkezli bir çalışma. *Klinik Psikiyatri*, 12, 79–89.
- Keser, A., 2006. Çağrı merkezi çalışanlarında iş yükü düzeyi ile iş doyumunu ilişkisinin araştırılması. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11 (1), 100-119.
- Kim, J. S., & Ahn, K. Y. (2012). The relationship between organizational commitment and intention to leave and the moderating effect of gender and occupation in Dae-deok venture enterprises. *Asia-Pacific Journal of Business Venturing and Entrepreneurship*, 7(4), 77-86.
- King, M., Dinos, S., Shaw, J., Watson, R., Stevens, S., Passeti, F., et al. (2007). The stigma scale: development of a standardised measure of the stigma of mental illness. *British Journal of Psychiatry*, 190, 248-254.
- Koodamara, N.K., Thomas, B., Kademani, P. (2016), Job satisfaction and employee engagement as an antecedent of organizational commitment. *The International Journal of Humanities and Social Studies*, 4(10), 118-123.
- Kurzban, R., & Leary, M. R. (2001). Evolutionary origins of stigmatization: the functions of social exclusion. *Psychological bulletin*, 127(2), 187-208.
- Lambert, E. G., Lynne Hogan, N., & Barton, S. M. (2001). The impact of job satisfaction on turnover intent: a test of a structural measurement model using a national sample of workers. *The Social Science Journal*, 38(2), 233-250.
- Lee, K. S., & Gao, T. (2005). Studying organizational commitment with the OCQ in the Korean retail context: Its dimensionality and relationships with satisfaction and work outcomes. *The International Review of Retail, Distribution and Consumer Research*, 15(4), 375-399.
- Lee, S. H. (2008). A study on the relationship between professional self-concept, self-efficacy and job satisfaction in clinical nurses. *Korean Journal of Adult Nursing*, 20(1), 10-20.
- Lee, T. W., & Mitchell, T. R. (1994). An alternative approach: The unfolding model of voluntary employee turnover. *Academy of management review*, 19(1), 51-89.

- Leiter, M. P., & Maslach, C. (1999). Six areas of worklife: a model of the organizational context of burnout. *Journal of health and Human Services Administration*, 472-489.
- Link, B. G., & Phelan, J. C. (2001). Conceptualizing stigma. *Annual review of Sociology*, 27(1), 363-385.
- Link, B. G., Cullen, F. T., Struening, E., Shroud, P. E., & Dohrenwend, B. P. (1989). A modified labeling theory approach to mental disorders: An empirical assessment. *American sociological review*, 400-423.
- Mitchell, T. R., Holtom, B. C., Lee, T. W., Sablinski, C. J., & Erez, M. (2001). Why people stay: Using job embeddedness to predict voluntary turnover. *Academy of management journal*, 44(6), 1102-1121.
- Momal, F. (2003). France's disengaged workforce. *Gallup Management Journal*, 1-4.
- Muqadas, F., Rehman, C. A., & Aslam, U. (2017). Organizational justice and employee's job dissatisfaction: a moderating role of psychological empowerment. *Pakistan Business Review*, 18(4), 848-864.
- Öktem, Ş., Kızıltan, B., & Öztoprak, M. (2016). Örgütsel güven ile örgüt ikliminin örgütsel özdeşleşme, iş tatmini ve işten ayrılma niyeti üzerine etkileri: otel işletmelerinde bir uygulama. *Journal of Business Research Turk*, 8(4), 162-186.
- Önk, M., & Cemaloğlu, N. (2016). Öğretmenlerin Damgalama Düzeyleri ile Örgütsel Adalet Algıları Arasındaki İlişki. *International Journal of Human Sciences*, 13(1), 1574-1588.
- Özaslan Çalışkan, B. Ö., & Akca, M. (2017). Damgalanma algısı ve sapma davranışı ilişkisinde kişilik özelliklerinin düzenleyici rolü. *International Journal of Academic Value Studies*, 3(13), 357-369.
- Öztürk, F. Ö. (2013). *Ankara ilindeki verem savaşı dispanserlerinde tedavi alan tüberküloz hastalarında damgalanma*, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Pandita, R., & Domnic, J. (2019). Overcoming workplace discrimination and job dissatisfaction in academic libraries: A Study. *Library Philosophy and Practice*, 1-24.
- Parker, R., & Aggleton, P. (2003). HIV and AIDS-related stigma and discrimination: a conceptual framework and implications for action. *Social science & medicine*, 57(1), 13-24.
- Phelan, J. C., Link, B. G., & Dovidio, J. F. (2008). Stigma and prejudice: One animal or two?. *Social science & medicine*, 67(3), 358-367.
- Pickern, J. S., & Costakis, H. R. (2017). A Conceptual Review of Enacted Stigmatization, Stigma Consciousness, and Job Satisfaction of LGB Workers with Recommendations for Organizational Leaders. *Journal of Management Policy and Practice*, 18(3).74-81.
- Porter, L. W., & Steers, R. M. (1973). Organizational, work, and personal factors in employee turnover and absenteeism. *Psychological bulletin*, 80(2), 151-176.
- Porter, L., Steers, R., Mowday, R., Boulian, P. (1974). Organizational Commitment, Job Satisfaction, and Turnover among Psychiatric Technicians, *Journal of Applied Psychology*, 59(5), 603-609.
- Poyraz, K., & Kama, U. B. (2008). Algılanan İş Güvencesinin, İş Tatmini, Örgütsel Bağlılık ve İşten Ayrılma Niyeti Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13(2), 143-164.
- Pradhan, S., & Jena, L. K. (2016). The moderating role of neutralizers on the relationship between abusive supervision and intention to quit: a proposed model. *Journal of Human Values*, 22(3), 238-248.
- Prencipe, L. (2001). Reenergize the disengaged worker. *InfoWorld*, 23(16), 95.

- Preston, K. L., & Bigelow, G. E. (1998). Opioid discrimination in humans: discriminative and subjective effects of progressively lower training dose. *Behavioural pharmacology*, 9(7), 533-543.
- Rintamaki, L. S., & Brashers, D. E. (2010). Stigma and intergroup communication. *The dynamics of intergroup communication*, 155-166.
- Roberson, L., & Kulik, C. T. (2007). Stereotype threat at work. *The Academy of Management Perspectives*, 21(2), 24-40.
- Robie, C., Ryan, A. M., Schmieder, R. A., Parra, L. F., & Smith, P. C. (1998). The relation between job level and job satisfaction. *Group & Organization Management*, 23(4), 470-495.
- Saks, A. M. (2006). Antecedents and consequences of employee engagement. *Journal of Managerial Psychology*, 21, 600-619.
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25, 293-315.
- Schaufeli, W., Salanova, M., Gonzalez-Roma, V., & Bakker, A. B. (2002). The measurement of engagement and burnout: a two-sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3(1), 71-92.
- Shaw, I., & Lunt, N. (2011). Navigating practitioner research. *The British Journal of Social Work*, 41, 1548-1565.
- Shim, S., Lusch, R., & O'Brien, M. (2002). A hierarchical model of values, leadership, job satisfaction and commitment: Human resources management implications for the retail industry. *Journal of Marketing Channels*, 10(1), 65-87.
- Singh, J. (2009). Leveraging your talent for superior performance. *Human Resource Magazine*, 22-23.
- Sirey, J. A., Bruce, M. L., Alexopoulos, G. S., Perlick, D. A., Raue, P., Friedman, S. J., & Meyers, B. S. (2001). Perceived stigma as a predictor of treatment discontinuation in young and older outpatients with depression. *American Journal of Psychiatry*, 158(3), 479-481.
- Spector, P.E. (1997) Job Satisfaction. Sage Publications, Thousand Oaks
- Steele, C. M., & Aronson, J. (1995). Stereotype threat and the intellectual test performance of African Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 797-811.
- Sy, T., Tram, S., & O'hara, L. A. (2006). Relation of employee and manager emotional intelligence to job satisfaction and performance. *Journal of vocational behavior*, 68(3), 461-473.
- Tett, R. P., & Meyer, J. P. (1993). Job satisfaction, organizational commitment, turnover intention, and turnover: path analyses based on meta-analytic findings. *Personnel psychology*, 46(2), 259-293.
- Theron, M., Barkhuizen, N., & Du Plessis, Y. (2014). Managing the academic talent void: Investigating factors in academic turnover and retention in South Africa. *SA Journal of Industrial Psychology*, 40(1), 01-14.
- Topkaya, N. (2011). *Structural equation analysis of willingness to seek psychological help by the roles of social stigma, treatment fears, anticipated benefits, risks, and attitudes toward therapy*. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi, İzmir.
- Tzeng, H. M. (2002). The influence of nurses' working motivation and job satisfaction on intention to quit: an empirical investigation in Taiwan. *International journal of nursing studies*, 39(8), 867-878.
- Wan X, Wang C, Xu D, Guan X, Sun T & Wang K (2014) Disease stigma and its mediating effect on the relationship between symptom severity and quality of

- life among community-dwelling women with stress urinary incontinence: a study from a Chinese city. *Journal of Clinical Nursing*, 23, 2170–2180.
- Wang, J. L., Hsieh, H. F., Assari, S., Gaskin, J., & Rost, D. H. (2018). The protective effects of social support and engagement coping strategy on the relationship between perceived discrimination and psychological distress among Chinese migrant children. *Youth & Society*, 50(5), 593-614.
- Watson, A. C., Corrigan, P., Larson, J. E., & Sells, M. (2007). Self-stigma in people with mental illness. *Schizophrenia bulletin*, 33(6), 1312-1318.
- Weaver, S. G., & Yancey, G. B. (2010). The impact of dark leadership on organizational commitment and turnover. *Leadership Review*, 10, 104-124.
- Weiss, H. M. (2002). Deconstructing job satisfaction: Separating evaluations, beliefs and affective experiences. *Human resource management review*, 12(2), 173-194.
- Wildes, V. J. (2005). Stigma in food service work: How it affects restaurant servers' intention to stay in the business or recommend a job to another. *Tourism and Hospitality Research*, 5(3), 213-233.
- Wollard, K. K. (2011). Quiet desperation: Another perspective on employee engagement. *Advanced in Developing Human Resources*, 13(4), 526-537.
- Yaman, E., & Güngör, H. (2013). Relationship between stigma tendencies of school administrators' and teachers' and organizational culture. *Internafional Online Journal of Educafional Sciences*, 5(3), 783-797.
- Yazıcıoğlu, İ. (2010). Örgütlerde iş tatmini ve işgören performansı ilişkisi: Türkiye ve Kazakistan karşılaştırması. *bilig*, 55(1), 243-264.
- Yenihan, B., Mert, Ö. N. E. R., & Çiftıldız, K. (2014). İş stresi ve işten ayrılma niyeti arasındaki ilişki: Otomotiv işletmesinde bir araştırma. *Çalışma İlişkileri Dergisi*, 5(1), 38-49.



## WORKING MOTHERS: INTENSIVE MOTHERING AND MOMISM\*

Fatma Senem SAHLAR<sup>1</sup>, A.Meltem USTUNDAG BUDAK<sup>2</sup>

### ABSTRACT

This literature review provides background information about the definition and historical context of mothering experiences. The concept of motherhood and meaning making have been intensively studied within both feminist and existential psychological perspectives, which are used in this paper to provide an in-depth understanding of different aspects of becoming educated, working educated mothers within the context of Turkey. According to the recently emerging momism concept, mother is redefined as an 'expert' who should predict and understand all the emotional, cognitive and physiological needs of their children. Mothers should be simultaneously therapists, pediatricians, teachers and best friends for their children. Similarly, intensive mothering suggests that child-rearing is construed as child-centered, expert guided, emotionally and economically absorbing, and labor intensive. Intensive mothering and momism appears to be common among well-educated working women. The aim of this paper is to draw attention to the intensive mothering experiences of working mothers particularly in Turkey and facilitate the much needed research for in this realm.

### Key Words

Intensive Mothering, Momism, Working Mothers, Motherhood

## ÇALIŞAN ANNELER: UZMAN ANNELİK VE YOĞUN ANNELİK

### ÖZ

Bu literatür incelemesi, değişen annelik deneyimleri ve annelik tanımının tarihsel bağlamı hakkında bilgileri sunmaktadır. Annelik kavramı ve anneliğin anlamı feminist ve varoluşçu yaklaşımlar tarafından derinlemesine incelenmiştir. Türkiye bağlamında eğitilmiş çalışan anne olmanın farklı yönlerinin derinlemesine anlaşılmasını sağlamak için bu yaklaşımların perspektifi bu incelemede sunulmuştur. Son zamanlarda ortaya çıkan momizm kavramına göre anne, çocuklarının tüm duygusal, bilişsel ve fizyolojik ihtiyaçlarını tahmin etmesi ve anlaması gereken bir 'uzman' olarak yeniden tanımlanmaktadır. Anneler aynı anda terapist, çocuk doktoru, öğretmen ve çocukları için en iyi arkadaş olmalıdır. Benzer şekilde, yoğun annelik, çocuk yetiştirmenin çocuk merkezli, uzman görüşü destekli, çocuk üzerinde yoğunlaşmış duygusal, fiziksel ve ekonomik bir emek olarak tartışılmaktadır. Yoğun annelik ve annelik iyi eğitilmiş çalışan kadınlar arasında yaygın görünmektedir. Bu çalışmanın amacı özellikle Türkiye'de çalışan annelerin yoğun annelik ve uzman annelik olarak adlandırılan deneyimlerine dikkat çekmek ve bu alanda ihtiyaç duyulan araştırmalara öncülük etmektir.

### Anahtar Kelimeler

Uzman Annelik, Yoğun Annelik, Çalışan Anneler, Anne Olma

\*This article is a summary of the master's thesis completed by Fatma Senem SAHLAR under the consultancy of Assistant Professor Ayşe Meltem BUDAK

<sup>1</sup>Clinical Psychologist, The Human Resource Development Foundation, e-mail: senemmu@yahoo.com, ORCID: 0000-0002-1053-9005

<sup>2</sup>Asst. Prof. Dr., Bahcesehir University Department of Psychology, Istanbul-TURKEY, e-mail: aysemeltem.budak@eas.bau.edu.tr, ORCID: 0000-0002-4159-8980

**Citation:** Sahlar, F.S., Ustundag Budak, A.M. (2020). Working mothers: Intensive mothering and momism. *Life Skills Journal of Psychology*, 4(7), 115-125.



## Introduction

### Current Debates in Mothering

Considering both the historical context and contemporary mothering debates provide an opportunity to evaluate in depth how definitions and practices of mothering have changed during 19<sup>th</sup> century. Although it has always been difficult to agree on a definition of mothering (Arendell, 2000), one shared theme is that mothering refers to “The social practices of nurturing and caring for dependent children” (Arendell 2000, p.1192). By definition, mothering includes dynamic activities to meet the needs of a dependent child while not necessarily being limited to being female or being a woman.

According to Sara Ruddick (1994), the meaning of mothering or motherhood dramatically changed during the 19<sup>th</sup> century. Mothering became associated with womanhood and the perceived primary identity of a young adult woman. Although mothering only concerns nurturing and caring for a child, and is only one part of the representation of the identity of a woman who has a child, this concept was reconstructed as synonymous with motherhood.

Chodorow (1978) widened the debate by asking: “How does woman become a mother today?” Like Ruddick (1994), she also claimed that, for centuries, it has been assumed that becoming a mother equates to becoming a woman. Even when the biological mother of a child cannot provide this caring, it is generally another woman, and only rarely a man, that takes responsibility for childcare. In many societies, women not men are seen as children’s primary caregivers. Even in recent decades, the same situation can be observed, even though many women’s social status, socio-economic, educational or cultural backgrounds have changed dramatically. Although patterns of childcare practice, time for child-bearing, and bearing a child alone or collectively have changed, the nearly universal assumption that childcare is the primary duty of a woman has not changed. Chodorow (1978) argued that, two centuries ago, childcare was the essential reason for marriage, which was the primary duty of women. The basic productive unit of society was the household so having a child, especially having a boy, meant providing a new productive entity. While childcare was the primary duty of women, it did not dominate all their time since they also had other production responsibilities beyond reproduction. In addition, childcare was traditionally more of a collective act in many societies.

Over the last two centuries, radical economic and social changes have taken place, particularly the industrial revolution, mass production and capitalism, along with changes in family size, infant mortality rates and types of fertility. Society’s basic productive unit and workplace are no longer the household, with the workplace and the home becoming clearly separated.

This has led to two different, polarized spheres being constructed within societies: the private and public spheres. This dichotomy especially affected the position of women in the household and also the meaning of the family. Household became a relational and personal institution of society while losing its economic meaning. The family’s private educational and religious functions, and its role in caring for old or sick family members decreased, with these being responsibilities distributed among different elements, such as schools, hospitals, old-age people’s homes, within the public sphere. Women’s family responsibilities became dominated by caring for her children and her husband. That is, with the development of capitalism, women’s reproduction function became more dominant while their production responsibility decreased. In addition to this, families became divided into smaller units as nuclear family, normally comprising a mother, father and children. Because other older relatives, servants, and older children were excluded from the family unit, the traditional collective child-bearing and housework system also drastically changed in that the biological mother’s family responsibility for childcare increased, along with housework and looking after the men in the household (Chodorow, 1978).

Women’s status regarding both reproduction and production changed, both in the family and society in the last few decades. As more women became independent earners their economic independence allowed them to choose whether to stay or end

their marital relationships, leading to increased numbers of single or divorced mothers, marrying later and having fewer children in recent decades. This new economic, political and historical era has also reconstructed mothering practices and ideologies. Although woman's struggles and the feminist movement have achieved significant successes regarding woman rights, these rights have been manipulated by new mothering ideologies (Hays, 1996; Douglas & Michaels, 2004).

According to Douglas and Michaels (2004), the media have helped construct a new type of mothering, especially for upper class, working mothers, since the 1980s. This new ideology was promoted to increase white-collar working women's economic efficiency in terms of free-market ideology, labelled as new momism": *"A set of ideals, norms, and practices most frequently and powerfully represented in the media, that seem on the surface to celebrate motherhood, but which in reality promulgate standards of perfection that are beyond your reach"* (p. 620).

It has been noted that since the 1980s, mothers are the most profitable consumers in the mother-child product market, with mothering exploited by media marketing, child caring programming and child-mother product advertisements. The idea of 'How a woman can be an ideal, good mother' has been widely promoted by the media (Douglas and Michaels, 2004).

During this period, such motherhood myths have also been promoted in Turkey's mainstream media in Turkey (Türkdoğan, 2013), with the media being the most important dynamic for inculcating postmodern consumerism in Turkish society, alongside a new trend called "the society of the spectacle". According to Türkdoğan (2013), mothering has become a part that "spectacle", in which authentic mothering experiences are replaced by their representations.

Türkdoğan (2013) argues that the media has promoted these myths of 'good' mothering, which reflect the ideals of new momism, through the appearance of popular singers, famous actress and models on childcare TV shows, in child-mother product advertisements that advise what a 'good' mother should use to ensure the well-being of her child or which type of mothering is the best. Thus, modern mothering experiences in Turkey have become coupled with an ideology of 'good' mothering while the various products promoted by these famous mothers help construct a new kind of consumerist desire (Türkdoğan, 2013).

Woman's active agency, free will, self-control and autonomy are controversial concepts within the feminist movement, and exploited in contradictory ways. For example, women are encouraged to be both successful, independent professionals in their jobs and spontaneous, relaxed, insightful and self-sacrificing mothers for their children, and to do this willingly rather than because their husband forces them to. As Douglas & Michaels (2004) put it that you can be both a sacrificing mother for your kid and a successful manager in your job.

Under new momism, the mother is redefined as an 'expert' who should predict and understand all the emotional, cognitive and physiological needs of their children. Professional mothers should be simultaneously therapists, pediatricians, teachers and best friends for their children. This idealized representation of mothering also creates powerful competition with other mothers while the clusters of best mothering myths determine the behaviors, feelings and thoughts of 'good' mothers, who should be loving, protective, patient, caring and satisfying all their children's needs at any given moment (Douglas & Michaels, 2004).

Sharon Hays (1996, p.8) labeled this kind of mothering "intensive mothering": "The method of appropriate child-rearing is construed as child-centered, expert guided, emotionally absorbing, labor intensive and financially expensive." All infants are vulnerable, depending on their care-giver for both their physical and psychological needs in order to survive until they are at least 6-7 years old (Rogolf et al., 1976). Hays (1996) supports this argument but adds that discussion of childcare rarely go on to consider the father's contribution. Instead, there is a silent consensus that the mother is or should be the infant's primary caregiver. If the mother is unavailable for care-giving then usually another woman, such as a grandmother or babysitter, takes over,

but generally not a man. This cannot only be explained in terms of media manipulation or economic imposition; rather, it is an effect of the wider patriarchal system.

For modern mothers, there is a deep, ambivalent and confusing contradiction between highly emotionally absorbing, child-centered mothering at home and being a rational, competitive, hard-working woman in the workplace (Hays, 1996). Under these contradictory demands of new momism, the question of how a mother makes sense of her own experiences of becoming the mother of her own child get lost.

Becoming a mother in fact becoming significant other of a human child, does not literally means that one's intrinsic competencies or capabilities affect negatively. However, contemporary cultural attitudes construct their discourses opposite of it. Becoming a mother associates with a lessening of capacity. In that sense, working mothers are left in a heavy conflict between "Work devotion" and "family devotion", (Corrinaldi, 2019). Ladge and Greenberg (2015) argue that a time of uncertainty for working mothers arise whenever they return their jobs back after the birth of a first child. They feel sense of loneliness and confusion between roles of "ideal worker" and "good mother".

### **Intensive mothering**

According to Weingarten (1997), intensive mothering (Hays, 1996) has become increasingly prevalent culturally for well-educated working mothers. This concept of mothering constructs several dichotomies regarding mothering experiences, such dependency versus intimacy towards child and self-sacrificing for the child versus maintaining a balanced relationship regarding separate mother and child subjectivity. Nadal and Sevilla's (2015) study supports Weingarten's (1997) perspective. They found that better educated, middle-class mothers experience less happiness and meaning and more fatigue and stress than less educated mothers. The temporary negative states experienced by educated mothers, such as sadness, stress and tiredness, are strongly associated with social pressure and expectations derived from "intensive mothering" ideology. Similarly, Miller (2007) also found that well-educated, middle-class women meet all the stereotypes of mothering myths in western societies. The participants in her study were white, heterosexual, educated, professional, upper middle-class women located at the centre of perfectionistic mothering practices. She found that many of them felt disappointed, confused and helpless during their early mothering experiences.

### **A feminist view of definitions of motherhood and mothering experience**

O'Reilly (2004), author of an anniversary book on Rich's "Of Born Woman", argues that two different meanings of motherhood have provided the analytical tools for thinking about and studying motherhood. One definition of motherhood is more 'male defined', which implicitly aims at the control and oppression of woman's reproduction within patriarchal social codes. That is, "the potential relationship of any woman to her powers of reproduction- and to children; and the institution-which aims at ensuring that potential- and all women-shall remain under male control" (Rich 1995, cited in O'Reilly 2004, p. 2). The second definition, which refers to 'mothering' rather than 'motherhood', includes women's own agency and subjective experiences as 'a mother' to claim that "mothering refers to women's experiences of mothering that are female-defined and centered and potentially empowering to women" (Rich 1995, cited in O'Reilly 2004, p. 2). The former definition of motherhood as an institution is male-dominant and gender blind, while oppressing woman. In contrast, the latter one refers to mothering as a source of power for women, drawing on feminist, phenomenological perspectives and women's empowering, subjective experiences. In this sense, the title of the current study is consciously based on the latter definition due to its reference to 'mothering experiences' rather than 'experiences of motherhood'.

According to Arendell (2000), feminist constructionism has expanded within the social sciences over recent decades, leading to a problematization of concepts like mothering, motherhood, family and childhood by feminist scholars. Within

constructivist theory, two different approaches have developed to conceptualize mothering experiences, namely the universalist and particularistic paradigms. According to the universalist approach, while there are individual and cultural variations, mothers also share some commonalities of “maternal practice”, such as nurturing, protecting and training their infants (Leonard, 1996; Ruddick, 1994). Because mothering experiences are shaped by the interaction of mother and child, mothering is a learning process shaped by maternal practices (Barnett, Brennan, & Marshall, 1994). On the other hand, from the particularistic approach view, mothering cannot be the same universally given that each mother-child unit is unique. Each woman has self-agency in her unique mothering experience through her cognitive, emotional and behavioral abilities. Besides this self-agency, a woman’s mothering experience should be interpreted within a specific historical, socio-cultural and economic context that shapes the mothering experiences (Collins, 1991; Arendell, 2000). Consequently, the standpoints of individual mothers living in different contextual frameworks should be taken into account (Glenn, 1992).

### **Becoming a mother as existential questioning and self-transformation**

Becoming a new mother is an experience that can trigger questions about the meaning of life, which is a fundamental concept for existential psychology in giving motivation for living (Frankl, 1978; Van Duzen, 2007). The important existential philosopher Heidegger argued that, to understand a human being’s motivation for living, requires a focus on her/his immediate actions; that is, an account of their immediate experiences (Rendtorff, 2004 cited in Prinds et al., 2013). Thus, a woman’s questions about becoming a mother relate to questions about the meaning of life, and explicitly to the meaning of her mothering experiences. Becoming a mother, particularly the first experience of mothering is perhaps the most powerful change in a woman’s life, entailing a self transformation that is both physiological and psychological (Barclay, Everlitt, Rogan, Schmied V. & Wyllie, 1997; Trad, 1990). Regarding physiological changes, Benedek (1995) suggests that external transformations during pregnancy, such as enlarged breasts and body size, and raised progesterone levels, play a key role in the woman’s internal transformation. This internal transformation in turn dramatically alters her sense of self and her sense of others. Bibring (1959) labelled this ambivalent process the onset of the “maturational crisis” that lasts throughout pregnancy through delivery and into early motherhood (Lester & Notman, 1988). In many societies, cultural stereotypes about mothering emphasize only the positive aspects of this experience, such as enthusiastic breastfeeding or ‘magical’ maternal love, whereas it is considered inappropriate for new mothers to express their ambivalent impulses, conflicted feelings, especially after becoming a first-time mother, and the negative effects of this self-transformation (Trad, 1990).

According to Davis-Floyd (2003), women’s mothering experiences have to be understood in relation to the core values of the society in which the woman was born. More specifically, the values surrounding the new mother may reflect two different value systems regarding care: the technocratic or wholistic model. The former tends to predominate in the healthcare systems of many societies, which unfortunately entails a positivistic, patriarchal approach that excludes the authentic experiences of new mothers by considering the body as a machine rather than a living organism. In contrast, the wholistic model acknowledges and values the authentic experiences and feelings of women as new mothers.

From their study of 55 first-time mothers, Barclay et al. (1997) showed that psychological adaptation to the idea of becoming a mother takes some time because the woman’s realization that she has a child involves shocking experiences in terms of radical changes to her own life. First-time mothers may experience a kind of unpreparedness to have a child despite having prepared themselves mentally and psychologically during pregnancy. In particular, they may experience loneliness and a lack of support from their partners, healthcare workers and society; a drastic sense of feeling drained because of sleepless nights and endless childcare tasks; and a sense of loss for their lives before having a child.

Trad’s (1990) study of five new mothers identified themes of ambivalence, over-

identification, regression, hostility and separation that are implicit during the internal transformation of pregnancy and first-time mothering. Tina Miller (2007) conducted a longitudinal, qualitative study of 17 middle-class, white, North American women's mothering experiences during the transition to first-time motherhood. She revealed various powerful but unrealistic 'good mothering' discourses surrounding these women from the beginning of their pregnancies. She found that their personal experiences of mothering and motherhood were largely dominated by the discourse of women's 'natural and "instinctive" care capacities (Hays, 1996). These unrealistic expectations about motherhood are constructed especially by medical experts, who promote optimistic stories about birth and child rearing, which prevent women from preparing realistically for birth and early mothering (Cosslett, 1994).

Miller (2007) reported that many of her participants experienced deep disappointment when they encountered so many difficulties in childbirth and mothering, which destroyed their expectations of being ready to become good mothers. They felt confused, disappointed and helpless because of the contradiction between the supposedly natural, instinctive approach to mothering promoted before their child's birth and the difficult realities of becoming a mother after delivery. Many cultures cloak first-time mothering experiences in optimistic, instinctual myths about good mothering. In contrast, the other side, the dark side, which also belongs to a woman's authentic mothering experiences are generally unacceptable and unspoken, particularly feelings of unreadiness, loneliness, hostility, disappointment, loss and helplessness (Barclay et al., 1997; Miller, 2007; Trad, 1990).

### **Becoming a working mother**

Undoubtedly, giving birth to become both a first-time and working mother significantly affects life cycle of a woman in terms of changes to family dynamics, life style, couple relations and career. In particular, the well-being of the child is a serious concern for women as they resume their careers after taking maternity leave for the birth. In addition to other complicated care-giving decisions, a woman who is supposed to continue her career also has to decide how best to ensure her child's welfare (Hock et al., 1980).

Johnston and Swanson (2006) examined the relationship between the good mothering constructs of 95 working mothers and their choices to work full time, part time or remain at home. They found that this choice of work status was influenced by their mothering perspectives, particularly in the idea that good mothering means "happy mothers and happy children". The participants reported that their maternal happiness and the well-being of their children depended on their work decisions. For example, the mothering perspectives of the stay-at-home mothers was related to "always being there" for their children whereas full-time working mothers defined their mothering perspectives in terms of retaining a personal sphere for themselves outside of the home and their children.

Maternal employment has various effects on the mother-child relationship. De Meis et al.'s (1986) maternal belief system approach and Benn's (1986) focus on women's emotional functioning to integrate mothering and working provide two useful ways to understand the experiences of working mothers. According to DeMeis et al. (1986), a woman evaluates her mother-child dyad through three different belief systems as a working mother, which in turn affect her mothering experience. The first is "maternal separation anxiety", comprising feelings of guilt, worry and anxiety about leaving her child to go to work. This belief system originates in the idea that the child-mother dyad is unique and that she, the mother, is the best carer of her child. The second belief system concerns the effects of separation on her child because the child's positive or negative reactions affect the mother's relationship with her child. The third belief system relates to the balance between mothering and working, particularly the mother's commitment to and investment in her career and maternal roles.

The second perspective (Benn, 1986) focuses on women's emotional functioning, whereby three different maternal affects influence the mother's ability to integrate her maternal role with employment. According to Benn, women who report a high level of maternal integration with employment have warmer and more satisfying

mothering experiences, and are more sensitive to their child's needs. A moderate level of emotional functioning causes a sense of ambivalence and frustration regarding their mothering experiences whereas a low level of emotional functioning is associated with a sense of anger and frustration with the maternal role, and a sense of mothering as a burden of childcare work and dependence on the child.

According to psychoanalytical feminist constructivist perspectives, women's socialization in many societies includes feelings of guilt. Women are particularly encouraged to take responsibility for childcare tasks, with women's identity and relationship patterns constructed around taking responsibility and caring for others. The resulting conflicts about taking responsibility for others, for instance a conflict between caring for a child and working in a job create feelings of guilt in women (Chodorow, 1978; Gillian, 1982).

Elvin Nowak (1999) explored the experiences of guilt in 13 working mothers with young children from a feminist socio-psychological perspective using phenomenological methodology. She found that all the participants described maternal guilt in relation to their sense of responsibility for their children. When other life duties, such as jobs or careers became more demanding, they felt that they had failed in their childcare responsibilities, which led to feelings of guilt. Nowak (1999) also argued that, although modern women are assumed to have many choices and to have free will to choose whatever they want, they face many obstacles, including implicit socialization that taking responsibility for a child is a woman's primary duty. Thus, despite having many alternatives for care-giving for their child, women must still decide which is best, both for that child's welfare and her own career.

The following sections review the literature on how well-being, social support mechanisms and women's educational and economic status affect their experiences as working mothers. This is followed by a historical outline of the context of women's employment in Turkey in order to understand the background to becoming a working mother in Turkey and its cultural implications.

### **Becoming a working mother in Turkey**

Historically, women have long been a significant part of labor force in Anatolia. Women first joined the public labor in 1843 as midwives, before becoming paid workers in 1897. With the establishment of the Republic of Turkey in 1923, women gained new rights in education, employment and politics, with employment permitted and encouraged as a national policy. Women's employment and social status of have been the basic focus of the Ministry of Family and Social Politics since 2011 (Yatkil, 2011).

The existing rights for working mothers and the working environment of working mothers were legislated in 2013. According to current labor law, "woman employees have rights regarding paid leave before and 8 weeks after delivery. These rights can be changed by a doctor's view in support of a woman employee. Companies must supply a breastfeeding room. Women employees have permission to breastfeed for 90 minutes per day until their child is 12 months old. Mothers can use their rights whenever they want during the day" (Gül, et al., 2014 p.170).

Although the law stipulates many reformist and supportive rights regarding the employment conditions of working mothers, the law is not implemented adequately in practice. As Gökdemir et al. (2008) showed from their study of the breastfeeding experiences of 10 working mothers, women unfortunately do not benefit from their mothering rights because of patriarchal working environments and psychological pressures. Instead, they are afraid of bullying negative effects on their careers or being fired. Women can only benefit from their rights at the personal whim of companies or employers.

According to the Turkish Statistical Institute (TÜİK), women's employment rate was only 27.5 % in Turkey in 2016, compared to 74% in Sweden, which had the highest percentage of EU countries, and 42.5 % in Greece, with the lowest. The average rate of women's employment across 28 EU countries was 60.4%. This gap between Turkey

and EU states is only smaller for well-educated (university graduated) women, whose employment rate was 71.6%. According to family structure research, even if they are working mothers, women remain more responsible for everyday and long-term housework tasks, such as cleaning, cooking and childcare. Men are more responsible temporary or short-term household tasks, such as repairs or paying bills (TUİK, 2016).

According to the Turkish Population and Health (TNSA, 2013), 64% of Turkish women first give birth when they are 30 years old, with the most frequent childbearing ages between 25 and 29. This age was between 20 and 24 years old four years ago. Thus, fertility patterns have changed, in that Turkish women are delaying childbirth (TNSA, 2013). Women in western Turkey tend to breastfeed for longer and have better health, as women with better education and high SES (TNSA, 2013).

In Turkey, 70% of working women have a child under the age of 6 while 30% have more than one child under 6 years old, which makes childcare a critical issue for women's employment. The primary care-giver for a child under 6 is usually a woman, with 27% of caring for their own child while working at the same time. Many women are therefore forced to take their children to work or change their job and work from home. The percentage of working mothers whose own mother or mother-in law took responsibility for childcare was 16%. The percentage of working mothers who use pre-schools or kindergartens for childcare was 15% (TNSA, 2013). Although well-educated, high-achieving women in Turkey constitute a significant proportion of mothers in Turkey, there are few studies of their experience of mothering. As Miller (2007) noted, these mothers match all the stereotypes of "good mothering myths" in western societies as they are white, heterosexual, educated, professional, upper middle-class women located at the centre of perfectionistic mothering practices. Unfortunately, however, many feel disappointed, confused and helpless because of deep contradictions between their own authentic mothering experiences and the expected but unrealistic ones (Miller, 2007). Overall, women's employment rate was 27.5% in Turkey in 2016, while that of well-educated university-graduated women was 71.6%. Although exact figures for the percentage of working mothers who are both well-educated, with higher SES and have a child under 6 years old are not available, it is known that 70% of working mothers overall have a child under the age of 6 (TUİK, 2016).

### **The well-being of working mothers**

The social sciences offer two different approaches to defining well-being. One derives from a disease framework, whereby a "reduction in maladaptive functioning or psychological distress (Wall, 2007). The second perspective originated in positive psychology, whereby well-being refers to not having any illness (Ryan & Deci, 2001). Wall (2007) notes that working mothers have greater access to the psychological, social and economic resources that undisputedly contribute towards maternal well-being. Working women have more opportunities to develop self-confidence, have fewer physical and psychological problems, and greater self-efficacy than stay-at-home mothers (Rout et al., 1997). However, employment does not contribute to maternal well-being in isolation because other dynamics, such as length of working time, flexibility of the working environment or internalized maternal ideology also directly determine maternal well-being.

According to Benedek (1949), it is essential that women experience fulfillment and pleasure within the child-mother dyad in order to feel confident about their mothering ability. The quality and quantity of employment, meaning the working environment and working time, directly affects these women's well-being and can be an obstacle to an intimate, fulfilling mothering experience. Hays (1996) pointed out that intensive mothering, which has become a widespread ideology in western societies, promotes high expectations of mothering as if a mother can only be 'good' by being 'perfect'. Rizzo et al. (2013) studied the relationship between intensive mothering and women's negative mental health outcomes using the Intensive Parenting Attitudes Questionnaire (IPAQ). They found that highly intensive mothering was associated with more negative mental health outcomes, such as depression,

reduced life satisfaction and more psychological distress. Henderson et al. (2016) also found that mothers who internalized intensive mothering practices are at risk of increased stress, anxiety and low self-efficacy. Such perfectionistic mothering experiences not only increase stress and anxiety but also provoke maternal guilt as if these mothers feel that they can never be 'adequate', regardless of how much they do to satisfy their child's needs.

### **Social support for working mothers**

According to social support theory, social support resources are particularly significant for a person's well-being during major life changes such as becoming a mother (Caplan & Killilea, 1976). Social support refers to "continuing social aggregates (namely, continuing interactions with another individual, a network, a group, or an organization) that provide individuals with opportunities for feedback about themselves and for validation of their expectations about others which may offset deficiencies in these communications within the larger community context" (Caplan, 1976 p. 200). Jacobson identified three kinds of social support: emotional, instrumental and informational (Jacobson, 1986). Emotional support is the emotional sources or reactions from others towards the person who needs support. Instrumental social support includes all financial, service and material goods needed for dealing with an issue. Informational support refers to advice, knowledge and experience that others share with the person regarding a problem.

From their study of the experience of social support of 10 working Korean mothers, Phang and Lee (2009) found that these women needed more support from their husbands rather than family members, child or government. The most critical factor to avoid feeling mothering as a burden and maternal guilt was emotional support, which included feelings of belongingness, love and acceptance by their husbands. Thus, their study supports Jacobson's (1976) arguments that emotional support is the most useful form, especially during transitions or critical life changes. Given that first-time mothering and becoming a working mother both affect a woman's life dramatically, a woman in this situation initially needs emotional support from significant others.

### **Conclusion**

This review draws attention to the experiences of mothers who are educated working upper class women and introduces the concept of intensive mothering. Although there is some research interest on this subject there is limited understanding of such experiences. Previous studies have investigated the mothering experiences of low income and single parent mothers or those who have children with disabilities, but not highly educated or high-income mothers, which are also important dimensions for understanding mothering experiences. This gap may be rooted in assumptions that well-educated, working mothers may have easy access to social support mechanisms, freeing them from the usual vulnerabilities or difficulties of mothering. Particularly for Turkish educated working mothers' experiences needs to be understood from their experiences. The intensive mothering appears to have negative consequences for mother for their children. Further research is needed to understand this phenomenon so that women can be supported by relevant policy and services for work environment improvements as well as their mental health and well-being needs.



## References

- Arendell, T. (2000). Conceiving and investigating motherhood: the decade's scholarship. *Journal of Marriage and The Family*, 62(4), 1192-1207.
- Barclay L., Everitt L., Rogan F., Schmied V. & Wyllie A. (1997). Becoming a mother: an analysis of women's experience of early motherhood. *Advanced Nursing* 25, 719-728.
- Barnett, R.C., Brennan, R.T., & Marshall, N.L. (1994). Gender and the relationship between parent role quality and psychological distress a study of men and women in dual-earner couples. *Journal of Family Issues*, 15(2), 229-252.
- Benedek, T. (1949). The psychometric implications of the primary unit: mother-child. *American journal of orthopsychiatry*, 19, 642-654.
- Benedek, T. (1959b). Sexual functions in women and their disturbance. Arieti S. (Ed.) in *American Handbook of Psychiatry*, (vol. 1, pp. 727-748). New York: Basic Books.
- Benn, R. (1986). Factors promoting secure attachment relationships between employed mothers and their sons. *Child development*, 57, 1224-1231.
- Berk, L. (2001). *Development through the lifespan*. Pearson Education India.
- Bibring, G. (1959). Some considerations of the psychological processes in pregnancy. *Psychoanalytic Study of the Child*, 14, 113-121.
- Caplan, G., & Killilea, M. (Eds.). (1976). *Support systems and mutual help: Multidisciplinary explorations*. New York: Grune & Stratton.
- Chodorow, N. (1978). The reproduction of mothering: Psychoanalysis and the sociology of gender.
- Collins, P. H. (2002). *Black feminist thought: Knowledge, consciousness, and the politics of empowerment*. Routledge.
- Corinaldi, M. (2019). Motherhood in the workplace: A sociological exploration into the negative performance standards and evaluations of full-time working mothers. *Philologia*, 11(1), 13-16.
- Cosslett, T. (1994). *Women writing childbirth: Modern discourses of motherhood*. Manchester University Press.
- Davis-Floyd, R.E. (2004). *Birth as an American rite of passage: With a new preface*. University of California Press.
- DeMeis, D. K., Hock, E., & McBride, S. L. (1986). The balance of employment and motherhood: Longitudinal study of mothers' feelings about separation from their first-born infants. *Developmental Psychology*, 22(5), 627-632.
- Frankl, V. E. (1978). *The unheard cry for meaning: Psychotherapy and humanism*. Simon & Schuster: Oxford.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice*. Harvard University Press.
- Gimenez-Nadal, J. I., & Sevilla, A. (2016). *Intensive Mothering and Well-being: The Role of Education and Child Care Activity* (No. 10023). IZA Discussion Papers.
- Glenn, E. N., (1994). Social constructions of mothering: a thematic overview: in E. N. Glenn, G. Chang & I. R. Forcey (Eds.) *Mothering: ideology, experience, and agency* pp (1-29). New York: Routledge.
- Gökdemirel, S., Bozkurt, G., Gökçay, G., & Bulut, A. (2008). Çalışan annelerin emzirme sürecinde yaşadıkları: Niteliksel bir çalışma. *Çocuk Dergisi*, 8(4), 221-234.
- Gül, H., Yalçınoğlu, N., & Atlı, Z. C. (2014). Türkiye'de Çalışma Yaşamında Kadının Konumu ve Sorunları. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 13(2), 169-176.
- Hays S. (1996). *The cultural contradictions of motherhood*. New heaven: Yale university press.

- Henderson, A., Harmon, S., & Newman, H. (2016). The price mothers pay, even when they are not buying it: Mental health consequences of idealized motherhood. *Sex Roles, 74* (11-12), 512-526.
- Hock, E., Christman, K., & Hock, M. (1980). Factors associated with decisions about return to work in mothers of infants. *Developmental Psychology, 16*(5), 535-536.
- Jacobson, D.E. (1986). Types and timing of social support. *Journal of health and Social Behavior, 27*(3), 250-264.
- Johnston, D. D., & Swanson, D. H. (2006). Constructing the "good mother": The experience of mothering ideologies by work status. *Sex roles, 54*(7-8), 509-519.
- Leonard, V. W. (1996). Mothering as a practice. *Caregiving: Readings in knowledge, practice, ethics, and politics*, 124-140.
- Miller, T., (2007). 'Is this what motherhood is all about?': Weaving experiences and discourse through transition to first-time motherhood. *Gender & Society, 21*(3), 337-358.
- O'reilly, A., (Ed), (2004). From motherhood to mothering: the legacy of Adrienne Rich's of woman born. New York: State university of New York press.
- Paul, V., Trad, M. D., (1990). On becoming a mother: in the theories of developmental transformation. *Psychoanalytic Psychology, 7*(3), 341-361.
- Phang, A.Y., & Lee, K.H. (2009). Experience of social support among working mothers: A concept map. *Journal of Employment Counseling, 46*(4), 147-158.
- Prinds, C., Hvidt, N.C., Mogensen, O., & Buus, N. (2014). Making existential meaning in transition to motherhood-A scoping review. *Midwifery, 30*(6), 733-741.
- Rich, A., (1995). Of Woman Born: motherhood as experience and institution. New York W.W. Norton & Company.
- Rizzo, K.M., Schiffrin, H.H., & Liss, M. (2013). Insight into the parenthood paradox: Mental health outcomes of intensive mothering. *Journal of Child and Family Studies, 22*(5), 614-620.
- Rout, U. R., Cooper, C. L., & Kerlake, H. (1997). Working and non-working mothers: A comparative study. *Women in management review, 12*(7), 264-275.
- Ruddick, S. (1994). Thinking mothers/conceiving birth. *Representations of motherhood, 29-46*.
- Ruddick, S. (1980). Maternal thinking. *Feminist studies, 6*(2), 342-367.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudemonic well-being. *Annual review of psychology, 52*(1), 141-166.
- TNSA-2013, H.Ü. Nüfus Etütleri Enstitüsü, Türkiye nüfus ve sağlık araştırması raporu: [hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2013/rapor/tnsa\\_2013\\_ana\\_rapor.pdf](https://hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2013/rapor/tnsa_2013_ana_rapor.pdf).
- Türkdoğan, Ö. (2013). Ana akım medyada annelik miti. *Kadın Araştırmaları Dergisi, 2*(13), 35-59.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TUİK) (2017), İşgücü istatistikleri, istatistiklerle kadın. [tuik.gov.tr/PdfGetir.do?id=24643](http://tuik.gov.tr/PdfGetir.do?id=24643).
- Van deurzen, E. (2007). Existential therapy. Dryden's handbook of individual therapy.
- Walls, J.K. (2010). Implications of intensive mothering beliefs for the well-being of full-time employed mothers of infants: moderating effects of childcare satisfaction and workplace flexibility. *Walls Jill K*.
- Weingarten, K. (1997). *The mother's voice: Strengthening intimacy in families*. The Guilford Press.

