



İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
AYDIN İNSAN ve TOPLUM DERGİSİ

Yıl **10** Sayı **1** - Haziran **2024**
Year **10** Issue **1** - June **2024**

İstanbul Aydın Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi

Aydın İnsan ve Toplum Dergisi

ISSN: 2149-7206
E-ISSN: 2667-4289

İmtiyaz Sahibi

Prof. Dr. Mustafa AYDIN (İstanbul Aydın Üniversitesi)

Yazı İşleri Müdürü

Zeynep AKYAR

Editörler

Doç. Dr. Şahide Güeliz KOLBURAN (İstanbul Aydın Üniversitesi)

Doç. Dr. Fatma Nur ŞENGÜL (İstanbul Aydın Üniversitesi)

Editör Yardımcısı

Arş. Gör. Ayten Nur CERRAH (İstanbul Aydın Üniversitesi)

Yayın Periyodu

Yılda iki sayı: Aralık & Haziran

Dil

Türkçe - İngilizce

<http://aydininsanvetoplum.aydin.edu.tr/tr/editorler-kurulu/>

Akademik Çalışmalar Koordinasyon Ofisi

İdari Koordinatör

Dr. Öğr. Üyesi Burak SÖNMEZER (İstanbul Aydın Üniversitesi)

Grafik Tasarım

Başak GÜNDÜZ

Türkçe Redaksiyon

Behcet Özgür ÇALIŞKAN

İngilizce Redaksiyon

Behcet Özgür ÇALIŞKAN

Yazışma Adresi

Beşyol Mahallesi, İnönü Caddesi, No: 38 Sefaköy, 34295

Küçükçekmece/İstanbul

Tel: 0212 4441428 - 20402

Fax: 0212 425 57 97

Web: www.aydin.edu.tr

E-mail: aitdergi@aydin.edu.tr

Baskı/Printed by

Levent Baskı Merkezi

Sertifika No: 35983

Emniyetevler Mahallesi Yeniçeri Sokak No:6/A
4.Levent / İstanbul, Türkiye

Tel: 0212 270 80 70

E-mail: info@leventbaskimerkezi.com

Yayın Kurulu

Prof. Dr. Hacı DURAN (İstanbul Aydın Üniversitesi)

Doç. Dr. Şahide Güeliz KOLBURAN (İstanbul Aydın Üniversitesi)

Doç. Dr. Fatma Nur ŞENGÜL (İstanbul Aydın Üniversitesi)

Arş. Gör. Ayten Nur CERRAH (İstanbul Aydın Üniversitesi)

Prof. Dr. Abdullah TAŞKESEN (Bitlis Eren Üniversitesi)

Prof. Dr. Kadir CANATAN (İstanbul Zaim Üniversitesi)

Prof. Dr. Talip KÜÇÜKCAN (Marmara Üniversitesi)

Prof. Dr. Nacer Eddine DJABER (Université de Biskra/Algerie)

Prof. Dr. Ahmet SABIHA (American College Of Dubai/Uneted Arab Emirates)

Dr. Manal Finjan ALAK (Dijlah University/Irak)

Bilimsel Hakem Kurulu

Dr. Öğr. Üyesi Hakan İŞÖZEN, *İstanbul Aydın Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Burcu GÜDÜCÜ, *İstanbul Aydın Üniversitesi*

Prof. Dr. Kayhan Oğuz KARAMUSTAFALIOĞLU, *İstanbul Üniversitesi*

Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU, *İstanbul Üniversitesi*

Doç. Dr. Ayhan ERBAY, *İstanbul Kültür Üniversitesi*

Doç. Dr. Zeynep SET, *Namık Kemal Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Emel Aner AKTAN, *Nişantaşı Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Kader BAHAYİ, *Okan Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Sait KAHRAMAN, *Topkapı Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Meltem NARTER, *Üsküdar Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Deniz ŞARLAK, *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Funda KIVRIKOĞLU, *Doğuş Üniversitesi*

İçindekiler - Contents

Derleme

Fransız Nietzscheçiliği: Michel Foucault'yu Hatırlamak

French Nietzscheanism: Remembering Michel Foucault

Dr. Öğr. Görevlisi Arif Akbaş.....1

Araştırma makalesi

Ortoreksiya Nervozaya Eğiliminde Mükemmeliyetçilik ve Obsesif İnançların Etkisinin İncelenmesi

Examination of the Effect of Perfectionism and Obsessive Beliefs on the Tendency to Orthorexia Nervosa

Doç. Dr. İtir Tarı Cömert.....31

Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumları İle Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Çocukluk Çağı Travmaları İlişkisinde Otomatik Düşünceler Ve Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Aracı Rolünün İncelenmesi

Investigation of the Mediating Role of Automatic Thoughts and Emotion Regulation Difficulties in the Relationship Between Eating Attitudes and Early Maladaptive Schemas and Childhood Traumas in University Students

Dr. Öğr. Üyesi Sait Kahraman.....49

Derleme

Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik: Bir Model Önerisi

Psychological Counseling and Guidance in Higher Education: A Model Proposal

Kln. Psk. Simge Göral Karabağ, Kln. Psk. Mert Ali Kurban.....85

Tez Özeti

Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Examining the Relationship Between Attachment Styles and Perceived Social Support of University Students' Nomophobia and Smartphone Addiction

Uzm. Psikolog Mehmet Uğur Alptekin, Dr. Öğr. Üyesi Esra Gül Koçyiğit.....117

Doi Numaraları - Doi Numbers

Genel DOI: 10.17932/IAU.AIT.2015.012

AIT Haziran 2024 Cilt 10 Sayı 1 DOI: 0.17932/IAU.AIT.2015.012/2024.1001

Fransız Nietzscheçiliği: Michel Foucault'yu Hatırlamak

French Nietzscheanism: Remembering Michel Foucault

Dr. Öğr. Görevlisi Arif Akbaş

10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v010i1001

Ortoreksiya Nervosa Eğiliminde Mükemmeliyetçilik ve Obsesif İnançların Etkisinin İncelenmesi

Examination of the Effect of Perfectionism and Obsessive Beliefs on the Tendency to Orthorexia Nervosa

Doç. Dr. İtir Tarı Cömert

10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v010i1002

Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumları İle Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Çocukluk Çağı Travmaları İlişkisinde Otomatik Düşünceler Ve Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Aracı Rolünün İncelenmesi

Investigation of the Mediating Role of Automatic Thoughts and Emotion Regulation Difficulties in the Relationship Between Eating Attitudes and Early Maladaptive Schemas and Childhood Traumas in University Students

Dr. Öğr. Üyesi Sait Kahraman

10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v010i1003

Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik: Bir Model Önerisi

Psychological Counseling and Guidance in Higher Education: A Model Proposal

Kln. Psk. Simge Göral Karabağ, Kln. Psk. Mert Ali Kurban

10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v010i1004

Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Examining the Relationship Between Attachment Styles and Perceived Social Support of University Students' Nomophobia and Smartphone Addiction

Uzm. Psikolog Mehmet Uğur Alptekin, Dr. Öğr. Üyesi Esra Gül Koçyiğit

10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v010i1005

Editörden

Sayın okuyucu,

Aydın İnsan ve Toplum Dergisi'ni, Haziran 2024 sayısında, beş makale ile sizlerle buluşturmaktan mutluyuz. Dergimiz Sobiad ve Asos Index veri tabanlarında taranmaya başlamış, TR Dizin süreci için çalışmalar devam etmektedir. Bu sayımızda yer alan içerik ile ilgili kısa bilgi de sunmak isteriz;

“Fransız Nietzscheciliği: Michel Foucault’yu Hatırlamak” başlıklı ilk makalemizde Foucault ile Nietzsche çalışmaları hakkında güncel tartışmalara yer verilmiştir.

İkinci makale yeme bozuklukları bağlamında, ortoreksiya nervoza eğiliminde mükemmeliyetçilik ve obsesif inançlar arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırma makalesidir. Henüz herhangi bir psikiyatrik tanı ve sınıflandırma sistemine dahil olmayan bir yeme patolojisine yönelik olarak tasarlanan bu çalışma, ortoreksiya nervoza için yeni bir model ortaya koymaya giriş niteliği taşımaktadır.

“Yeme Tutumlarını Yordayan Değişkenler” başlığı ile sayımızda yer alan çalışmada, üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile erken dönem uyumsuz şemaların duygu düzenleme ve otomatik düşünceler aracılığıyla yeme tutumları üzerindeki etkisinin ortaya konulması hedeflenmektedir.

Derleme bir makale olarak sayımızda yerini alan “Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik: Bir Model Önerisi” yükseköğretim kurumlarındaki psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin etkinliğini arttırmak amacıyla, üç basamaklı bir model önermektedir.

Son makale ise “Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” amacıyla Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti’nde farklı bölümlerde eğitim gören üniversite öğrencileri ile çalışılmış bir tezden üretilmiş araştırma makalesidir.

Sayımıza yazar ve hakemlikleriyle katkıda bulunan tüm hocalarımıza teşekkür eder, iyi okumalar dileriz.

Doç. Dr. Ş. Güliz KOLBURAN
Editör

Fransız Nietzscheciliği: Michel Foucault'yu Hatırlamak

Dr. Öğr. Gör. Arif AKBAŞ

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Yıldızeli Meslek Yüksekokulu,
Pazarlama ve Reklamcılık Bölümü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Programı,
Eposta: aakbas@cumhuriyet.edu.tr ORCID: 0000-0002-8480-4350

ÖZ

Jean Baudrillard, 1977 tarihli *Oublier Foucault* adlı kitabında (çev. Foucault'yu Unutmak) "Foucault'nun söyleminin, tanımladığı güçlerin bir aynası olduğunu" iddia etmiştir. Ona göre Foucault'nun arzu, cinsellik, delilik, baskı, iktidar, güç, beden, disiplin vs. üzerine yorumlar ve söylemler geliştirmesinin altında bütün bu konuların anlamını yitirmiş olması yatmaktaydı. Baudrillard'ın eseri bu konuya giriş niteliğinde olan en iyi çalışmalardan biridir. 1983 yılında başlayan yeni "Yabancı Ajanlar" serisinin kitapları, ancak Foucault'ya yapılan saldırı onu biraz sorunlu hale getirmiştir. Bu nedenle, iktidarın bu yeni versiyonu ile arzunun Deleuze ve Lyotard tarafından önerilen yeni versiyonu arasındaki örtüşme ile ki bu tesadüfi değildi; basitçe Foucault'da arzunun yerini iktidar almaktaydı. Foucault'da arzu yoktur, onun yeri çoktan alınmıştır. İktidar arzuya karışır, arzu ise güce karışır. İşte bu nedenle Baudrillard, bu filozofu unutmayı öne sürer. Foucault'nun bilgi/ iktidar söylemi, Fransız Nietzscheciliği ile de bağlantılıdır. Bu makalede Foucault'nun düşünceleri Fransız Nietzscheciliği bağlamında değerlendirilecektir. Makalede; Fransız Nietzscheciliği ve Foucault ile Nietzsche çalışmaları hakkında güncel tartışmalara yer verilmiştir. Bu metnin yazılma amacı Foucault'nun karmaşık bazı fikirlerine açıklık getirmektir. Sonuç ve önerimiz Foucault'un unutulmayacak düzeyde bir filozof olmasıdır.

Anahtar Kelimeler: *Foucault, Nietzsche, Fransız Nietzscheciliği*

French Nietzscheanism: Remembering Michel Foucault

ABSTRACT

Jean Baudrillard claimed in his 1977 book *Oublier Foucault* (trans. *Forgetting Foucault*) that “Foucault’s discourse is a mirror of the forces he describes”. According to Foucault, desire, sexuality, madness, oppression, power, power, body, discipline etc. The reason behind the development of comments and discourses on the subject was that all these issues had lost their meaning. Baudrillard’s work is one of the best introductory works on this subject. The books in the new “Foreign Agents” series that started in 1983, but the attack on Foucault has made it somewhat problematic. Thus, with the overlap between this new version of power and the new version of desire proposed by Deleuze and Lyotard, which was not accidental; In Foucault, desire was simply replaced by power. In Foucault there is no desire, its place has already been taken. Power mingles with desire, and desire mingles with power. This is why Baudrillard suggests forgetting this philosopher. Foucault’s discourse of knowledge/ power is also related to French Nietzscheism. In this article, Foucault’s thoughts will be evaluated in the context of French Nietzscheism. The article discusses current debates on French Nietzscheanism and studies on Nietzsche with a focus on Foucault. The purpose of this text is to clarify some of Foucault’s complex ideas. The result and our suggestion is that Foucault is an unforgettable philosopher.

Keywords: *Foucault, Nietzsche, French Nietzscheism*

GİRİŞ

Nazi diktatörlüğü (1933-45) altında, Almanya’da felsefe fiilen bastırılmıştır. Üretken bir yazar olan Heidegger bile bu yıllarda çok az yayın yapmıştır. Heidegger, 1933’te Nazi Partisi’ne katılmış ve üyeliğinden asla vazgeçmemiştir (Sluga, 1933: 29). Fransız savaşları sonrası Hegel, Husserl, Heidegger ve her şeyden önce Nietzsche dahil olmak üzere Alman düşüncesine yönelik bir ilgi doğurmuştu. Pek çok yorumcunun işaret ettiği gibi, Almanya’nın savaş sırasında siyasal alanda elde edemediği hegemonyasını bu dönemde Fransız yaşamında yaşıyor olması ironikti.

1930'larda Paris'te, Rus göçmen filozof Alexandre Kojève (1902–68), Hegel'in *Tinin Fenomenolojisi* üzerine Fransız toplumunun en seçkin figürlerinin katıldığı bir dizi seminer düzenledi (Jacobs & Wilson, 2023: 7). Kojève'in kendine has Hegel okuması, muhtemelen romancılar ve şairler üzerinde filozoflardan çok daha büyük bir tüketilme etkisi yaratmıştı. Ancak Sartre'in öznelerarasılığının yükünün gerektirdiği çatışma yüklü olduğu görüşleri üzerinde derin bir geçirme süresi oluşturmaktaydı: "Öteki" öncelikle, öznenin korunması demektir. Belki de Kojève'nin tek gerçek uygulamaları varisi, 1939'da *Tinin Fenomenolojisi*'nin ilk Fransızca çevirisini ve 1946'da etkili bir yorumu olan *Genesis and Structure of Hegel's Phenomenology of Spirit*'i yayınlayan Jean Hyppolite (1907-68) idi (Hyppolite, 1974: 20).

Nietzsche'nin Kıta felsefesi üzerindeki etkisi, İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra, özellikle Fransız entelektüel Solu ve post-yapısalcılar arasında çarpıcı biçimde artmıştır. Filozof René Girard'a göre Nietzsche'nin en büyük siyasi mirası, aralarında Georges Bataille, Pierre Klossowski, Michel Foucault, Gilles Deleuze (ve Félix Guattari) ve Jacques Derrida'nın da bulunduğu 20. yüzyıl Fransız filozoflarında yatmaktaydı (Girard, 1984: 816-835). Bataille'in çalışmalarından kaynaklanan bu felsefi hareket, *Fransız Nietzscheciliği* olarak adlandırılmıştır (Schrift, 2014: 7-9). Foucault'nun daha sonraki yazıları, örneğin; *Madness and Civilization: A History of Insanity in the Age of Reason* [Delilik ve Medeniyet], *The Birth of the Clinic* [Kliniğin Doğuşu: Tıbbi Algının Arkeolojisi], *The Order of Things* [Şeylerin Sırası], yapısalcılıkla artan ilgisini gösteren ve daha sonra uzaklaştığı yayınlardı. Bu ilk üç tarih, Foucault'nun geliştirmekte olduğu *bilgi arkeolojisi* adlı tarih yazım tekniğini örneklendiriyordu. Foucault, daha sonra yetmişli yıllarda *The Archaeology of Knowledge*'ı [Bilgi Arkeolojisi], *Discipline and Punish* [Disiplin ve Ceza: Hapishanenin Doğuşu], ve *The History of Sexuality* [Cinselliğin Tarihi] yayımlamıştır. Bu yapıtlarında o genellikle; biyoiktidar, disiplin kurumu, söylem analizi, söylemin oluşumu, dispozitif, bilgi arkeolojisi, cezaevlerinin durumu, kliniklerin durumu, şecere, yönetimsellik, heterotopya, bakış, sınırdaki deneyimler, bilgi-iktidar/ güç ilişkisi, panoptisizm, özneleştirme, episteme, görünürlük, hakikat rejimleri vb. konularla ilgilenmekteydi.

Ancak Fransa'daki Hegel Rönesans'ı kısa sürmüştür. Gerçekte de 1950'lerin sonu ve 60'ların başında Hegelcilik, onu çağdaş felsefenin üzerine getirmek ya da olumsuzlamak için ihtiyaç duydukları şeyleri bir

paradigması olarak gören birçok Fransız filozof arasında bir küçümseme nesnesi haline geldi. Yani öznelcilik [öznel deneyime hayali vurgu], metafizik ve akıl sıklıkla tartışıldı. Sosyal bilimlerdeki (kesinlikle dilbilim ve antropoloji) yeni gelişmelerden ve Nietzsche'nin metafizik karşıtı doktrinlerinden ve daha sonrakilerden etkilenmiştir. Heidegger'i benimseyen yeni nesil filozoflar, Sartre'ci/ varoluşçu hümanizmi devirmek için yola çıktı. Onların görüşlerine göre, öznelcilik ve metafizik aşırılığın en son cisimleşmiş haliydi. 1945'te Sartre, "Varoluşçuluk Bir Hümanizmdir" adlı etkili bir broşür yayınladı (Peters, 2022: 2331). Bununla birlikte, Sartre'dan sonraki genç nesil Fransız filozoflar için 19. yüzyıldaki Auguste Comte'dan kaynaklanarak andıkları hümanizm, tarihin çöp kutusuna atılmayı hak eden köhne bir kavramdı. Heidegger'in 1947 Alman filozofun, Sartre tarafından temsil edilen Fransız varoluşçu hümanizmine bir yanıt olarak amaçladığı "Hümanizm Üzerine Mektup" yayımlandı (Heidegger, 1993: 189). Sartre, kendi içinde somutlaşan insan varoluşunun saygınlığını vurgularken, Heidegger varlığının önceliğini ve sahip olduğu, elinde tuttuğu olarak, İnsanın türevi veya madun statüsünü vurgulamaktaydı. Dolayısıyla, Sartre'ın mevcut geçmiş durumu yalnızca insanların var olduğu bir durum olduğunu gözlemlerken, Heidegger biz tam olarak esasen varlığın olduğu bir durumdayız konusunda ısrar etmekteydi. Felsefi hümanizm karşıtlığının bu yeni ruhunda, Michel Foucault *The Order of Things*'de muzaffer bir tarzda, insanın yalnızca yeni bir icat olduğunu [bu] bilgimizin yeni bir biçim keşfettiğinde tekrar ortadan kaybolacağını ilan etmekteydi.

Fransız Nietzscheciliği ve Foucault

Bir sanatçı olarak insanın Avrupa'da Paris dışında evi yoktur. Alan D. Schrift; "French Nietzscheanism" makalesinde entelektüeller, Fransız Nietzscheciliği'ni düşündüklerinde bunu 1960'lı yıllardaki felsefi tartışmalarıyla ilişkilendirmekteydi (Schrift, 2010: 19). Fakat Fransız Nietzscheciliği'nin aslında uzun bir geçmişi vardır. Tarihsel açıdan bu durumun üç ayrı/ farklı perspektifi bulunmaktaydı. 1890'ların başlarında bu konuyla hem avangard Sol hem de neoroyalist Sağ ilgilenmekteydi. Birinci Dünya Savaşı'ndan daha önceki yıllarda konformist olmayan entelektüeller arasında da konu popülerdi. İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra ve son olarak 1960'lardan 1970'lere kadar Fransız filozoflar arasında Nietzscheci düşünceler sıklıkla tartışılmaktaydı. Nietzsche'nin düşünceleri bir şekilde Fransa'ya çekildi ve eserlerinin tercümelemleri orada da bulunmaya başlamıştı. Richard Wagner à Bayreuth, herhangi bir eserin ilk

çevirisini, Nietzsche'nin yapıtlarından birini Ocak 1877'de yayımlamıştı (Wagner, 1877: 3). Nietzsche'nin ilk eserleri ortaya çıktığında; *Thus Spoke Zarathustra* [Böyle Buyurdu Zerdüş] (Nietzsche, 2021: 352) ve *The Case of Wagner* [Wagner Olayı-Nietzsche Wagner'e Karşı] (Nietzsche, 2012: 95) hemen İngilizcesi de yayımlanmıştı. Henri Albert'in zaten Nietzsche'nin yapıtlarını bir çevirisini yayımlama planı önceden vardı. 1909'da tamamladığı bir proje olan, Mercure de France aracılığıyla, *Ecce Homo*'nun Fransızca çevirisi de nihayet yayımlanmıştı. Ancak Nietzsche'nin eserlerinin Fransa'daki bu ilk coşkulu kabulü, 1960'larda post yapısalcılığın ortaya çıkışıyla da ilintiliydi. Fransa'da Nietzschecilik bilinirlik açısından Nietzsche'nin eserleri 1950'lerin sonlarına kadar ortaya çıkmamıştır. Sonraki yıllarda ise filozof Fransız düşünürleri tarafından felsefe olarak ciddiye alınmıştır (Schrift, 2010: 20).

Foucault, yaptığı bir konuşma da “Eğer iddialı olmak isteseydim yaptığım işin genel başlığı olarak Ahlakın Soykütüğü”nü kullanırdım. Güç ilişkisini felsefi söylemin genel odak noktası olarak belirleyen Nietzsche'ydi. Oysa Marks için bu üretken güç ilişkisiydi. Nietzsche aslında iktidarın filozofudur. Kendini sınırlamak zorunda kalmadan gücü düşünmeyi başarmıştır. Bunu yapmak içinde politik bir teori geliştirmiştir” demektedir (Foucault, 1980: 53). Michel Foucault Nietzscheci temaları kullanan belki de en açık örnektir. Bu temalar 1960'larda ve 1970'lerde Fransız felsefesinin özüne entegre edilmiştir. Foucault kendi düşüncesini sürekli olarak onun açtığı alana yazdığı dibacelerle geliştirmiştir. Foucault, Nietzsche'yi ilk kez 1953'te tesadüfen okumuştur. Aslında Bataille okuyarak onu tanımıştı. Ancak daha sonra kendisinin de söyleyeceği gibi, her ne kadar tuhaf görünse de o Nietzsche'yi bilginin tarihiyle aklın tarihine ilişkin bir araştırma perspektifinden görmüştü. Başka bir deyişle, bu onun bir konuyu detaylandırma çabasıydı. Rasyonalite tarihi ve onu ilk kez iktidara yönlendiren şey onun iktidara yönelik sorgulaması değil Nietzsche'yi okumasıydı (Schrift, 2010: 32).

Paul-Michel Foucault'nun düşünceleri akademisyenleri, özellikle iletişim çalışmaları, antropoloji, psikoloji, yaklaşım, kriminoloji, düşünce kültürel çalışmaları, edebiyat teorisi, feminizm, Marksizm ve eleştirel teori alanlarında çalışanları sıklıkla etkilemiştir. Foucault'nun teorileri öncelikle iktidar ve bilgi arasındaki ilişkilere ve bunların bir toplumsal kontrol biçimi olarak nasıl bir faaliyette olduğuna değinir. Bu durum Nietzsche'nin “güç istenci” kavramıyla da ilişkilidir. 1950'lerin başlarında Foucault,

hayatı boyunca yaşamına temel etkisi olmaya devam eden Alman filozof Friedrich Nietzsche'nin etkisine/ yörüngesine girmiştir. Foucault'nun daha sonraki yazıları, Nietzsche'nin soykütük yöntemini temeldencilik karşıtı bir yaklaşım geliştirecek şekilde gözden geçirmektedir. Böylece siyaseti birleştirmek yerine bölen ve parçalayan iktidar teorilerine de nüksetmişti. (Liberal siyaset teorisi geleneğinde açıkça görüldüğü gibi) Nietzsche'nin Sol yorumcularının tartışmasız en önde geleni olan Deleuze, köksap ve diğer “dışarıdakiler” gibi kavramları devlet iktidarına eklemek için Marksist meta fazlası nosyonları ve Freudcu arzu fikirleriyle birlikte çok kötülener “güç iradesi” tezini kullanmaktaydı.

Michel Foucault, *Nietzsche, Genealogy, History* [Nietzsche, Şecere, Tarih] çalışmasında şecerenin tipik olarak bir atadan gelen sürekli bir soy hattını takip eden ve sıklıkla bir aile ağacı şeklini almasına değinmektedir. Aynı zamanda tarihsel bir süreci daha geniş anlamda, olayların ardı ardına dayalı tutarlı, doğrusal bir sistemin ortaya çıkarılması olarak tanımlar. Ancak Michel Foucault'nun soykütüğü terimini kullanması, “sürekli bir çizgi” aracılığıyla izlenebilen bu doğrusal tarih projeksiyonunu sarsmaktadır. 1971 tarihli makalesi *Nietzsche, Şecere, Tarih*, şecerenin yakın ve dikkatli inceleme gerektiren bir tür palimpsest olarak tanımlanmasıyla açılmaktaydı: “Şecere gri, titiz ve sabırla işlenen bir belgeseldir. Karmaşık ve karışık parşömenlerden, defalarca çizilmiş ve yeniden kopyalanmış belgelerden oluşan bir alanda faaliyet göstermektedir.” (Foucault, 1984: 76) Nietzsche'nin terminolojisini kendisine rehber edinen Foucault, metafizik bir soy kütüğü anlayışını çürütmeye ve yeni bir soy kütüğüne zemin hazırlamaya çalışmaktadır. Bunu yaparken, masum bir başlık taşıyan bu makale, Foucault'nun kendi soy bilim yöntemini düzgün bir şekilde özetlemektedir.

Foucault'nun çürütmeyi amaçladığı metafizik tarih anlayışı, sanki tarih bir tür başarıya doğru ilerliyormuş gibi, tarihi bir kesinlik veya ilerleme duygusuyla kösteklenecektir. Bunun yerine Foucault, tarihçilerin gözlerini bol ayrıntılara doğru yeniden eğitmek ve görünürde tarih eksikliği olan yerlere dikkat çekmektedir. Bu yerler “duygular, sevgi, vicdan, içgüdüler”, değerler, çilecilik, bilgi ve hakikat kavramları ve önerilen kökenler gibi verili kabul edilen şeyler olabilir. Foucault, üç tarihsel yöntem öne sürmeden önce, Friedrich Nietzsche'nin çalışmalarından, özellikle Ahlakın Soykütüğü'nden, dört soy bilimsel terimi açıklığa kavuşturur: Köken, İniş, Ortaya Çıkış ve Gerçek Tarih. Foucault, Ursprung ya da “köken” sorusuyla

başlıyor ve Nietzsche'nin bu terimle soy bilimle ilgili olarak ne kastettiğini ve bu terimi neden şüpheli bulduğunu açıklamaktadır. Onun “kökenleri” varsayan soy kütükleriyle ilgili sorunu, onların “şeylerin tam özünü yakalamaya çalışmalarından” ve dolayısıyla “kaza ve ardılıktan oluşan dış dünyadan önce gelen hareketsiz formların varlığını varsaymalarından” kaynaklanmaktadır (Foucault, 1984: 78). Başka bir deyişle “kökenler”, tarihten önce kurulmuş bir modeli, tarihi oluşturan olayların uyduğu ve ulaştığı bir amacı ifade eder. Ancak Nietzsche'nin soy kütüğü, tarihsel olayların, çatışmaların ve güçlerin alanı dışında var gibi görünen istikrarlı kalıplara güvenmez.

Onun şeceresi daha şüpheli bir tutumu güçlendirmektedir. Örneğin, “akıl” gibi fikirlerin, ilerlemenin evrimsel tasarımı değil, tesadüften, yani bilim adamlarının tutkularından ve tartışmalarından türediği anlaşılmaktadır. Foucault, “Özgürlük” kavramının insan doğasında hiçbir temeli olmadığını, bunun yerine “egemen sınıfların bir icadı” olduğunu kabul eder. Nietzsche aynı zamanda tarihsel “kökenler”de örtük olarak bulunan İncilsel anlamlara da güvenmez. [Tanrı Öldü! Metaforundan dolayı] Kökenlerle meşgul olmak, doğum anını “en büyük mükemmellik anı” olarak algılamaya yönelik bir önyargıyı da ele vermektedir (Foucault, 1984: 79). Bu meşguliyet, zamanın bulandırdığı ve eğer ona geri dönebilseydik tümüyle öğreneceğimiz bir “gerçeği” inşa ederdi. Dolayısıyla tarihin bu “köken” görüşü, böyle bir doğumu çevreleyen gerçek tarihsel ayrıntıları gizleyen, kendi kendini idame ettiren bir anlatı yaratır. Doğum anının tercih edilmesi, kökeni, dini anlamda, bir “Düşüş”ten (İlk Günah) önce gelen Cennet Bahçesi zamanı olarak tasavvur eder ve tarihsel anlatıyı bir “teogoni”ye, tanrısallığa ya da İlahi Takdire kadar uzanan bir soyağacına dönüştürür.

Bu soy kütük tarzındaki tarihçiler kendi süreçlerini seküler olarak adlandırabilirler, ancak kökene ilişkin ayrıcalıkları teoloji damarında teleolojik veya amaç odaklı bir tarih anlayışıyla çelişmektedir. Ancak Foucault ve Nietzsche'ye göre gerçek tarihsel başlangıçlar ilahi veya amaçlı bir yücelik duygusundan yoksundur. Bunun yerine “alçakgönüllü... alaycı ve ironiktirler her türlü tutkuyu ortadan kaldırabilirler.” Foucault/Nietzsche'nin soy kütük yöntemindeki kökenler, tarihin doğasına sadık kalarak ayrıntıların bir parşömeni olarak kabul edilirse hayal kırıklığı yaratacaktır. Tarihin ayrıntılarına karşı alaycı ve komik bir duruşu benimsemek gerekir. Tarihi başlangıçlar romantikleştirilmemeli veya

kahramanlığın zaferleri olarak etiketlenmemelidir. Bu tür etiketlerin “gerçekliği”, tarihsel kökenlere dair şüpheleri alevlendirmektedir. Foucault'nun soy kütüğü resminde hakikatin kendisi incelemeyi gerektirmelidir. Zaman, “doğru” olduğu sanılan ama gerçekte tarihsel gerçeklerden sapan şeylere bir istikrar ve otorite duygusu bahşeder. Foucault başka bir pasajında şöyle yazmaktadır: “Gerçek, kuşkusuz, çürütülemeyecek türden bir hatadır, çünkü tarihin uzun pişirme sürecinde değiştirilemez bir biçime dönüşmüştür” (Foucault, 1984: 80).

Bu nedenle soy bilim, ikonoklazmayı ve yıkımı içermeli, kişinin “hakikat” kisvesi altında kabul etmekten korkabileceği şeyleri ortaya çıkarmalıdır. Foucault'nun soy kütüğü her zaman maddi, somut bir tarih olarak kalmalıdır. Tarihi bir tür dışsal veya içsel amaca göre düzenleyen metafizik teorilere ve köken hikayelerine katılamaz veya yalnızca yalanı sürdürmeye devam eder. Foucault daha sonra Nietzsche'nin ikinci soy kütük terimi olan Herkunft'u “iniş” olarak tanımlar. Bu kelimeyi daha yakından “soy” olarak tercüme etmek, bu modun ırkı ve/veya sosyal kimliği analiz ettiği anlamına gelebilir. Ancak Foucault, Nietzsche'nin bu terimi kullanımının, kültürlerin ve ırkların ortak özelliklerinden ziyade, karmaşık bir farklılıklar veya başlangıçlar ağını açıklamak için kullandığını öne sürmektedir. Soy kütüğü, kimliği “kayıp olayların bolluğundan” oluşan “boş bir sentez” olarak görmektedir. Kimlik ve benlik uydurmadır. Bu nedenle soy bilimci, bu uygun birliği, kimliği oluşturan “küçük sapmalar... tam tersine çevirmeler-hatalar, yanlış değerlendirmeler ve hatalı hesaplamalar... [ve] tesadüflerin dışsallığı” şeklinde ayırmalı veya bağlantısını kesmelidir. Foucault'ya göre kimlik, birleşik bir şeyden ziyade, sayısız rastlantılardan oluşur. Onun soy kütüksel yöntemi, sahte birliklerin bu tür tesadüflere bölünmesini gerektirir. “İniş”in parçalanma süreci aynı zamanda zorunlu olarak “kendisini bedene bağlar” çünkü beden “olayların yazılı yüzeyidir” (Foucault, 1984: 83). Tarihin oluşumuna giren tüm eylemler, olaylar ve seçimler bedenlerde iz bırakır. Kişinin inişi sinir sistemine, mizaca, sindirim sistemine kazınır; hatalı solunumda, yanlış beslenmede, atalarının hata yaptığı kişilerin zayıf ve bitkin bedenlerinde ortaya çıkar (Foucault, 1984: 82). Foucault'nun anlatmak istediği soy kütüğünün maddi bir tarih olması gerekiyorsa, o zaman fiziksel bedenler bu tarihsel belgelemede artan bir önem kazanır.

Foucault üçüncü soy kütük terimi olan Entstehung'u ortaya çıkış, ortaya çıkma anı olarak adlandırır. Ortaya çıkma, neyin ortaya çıktığını veya şu

anda neyin öne çıktığını açıklar. Ancak Foucault okuyucusunu “ortaya çıkışı tarihsel bir gelişimin son dönemi olarak düşünmekten kaçınması” konusunda uyarıyor çünkü bu, geçmiş için bir amaç varsayar. Bu görüşe göre işlerin şimdiki gidişatı kaçınılmaz gibi görünecektir. Dolayısıyla Foucault bizi, her şeyin şu anda olduğu gibi olmak zorunda olmadığını farkına varmamız konusunda uyarıyor; seçimler, şanslar ve hatalar söz konusudur. Ortaya çıkma anını “yalnızca bir dizi boyun eğdirmenin güncel bölümleri” olarak adlandırır. Foucault’nun soy kütüğünde tarihin olayları tam ifadesini boyun eğdirme fikrinde bulur. Bunları “tehlikeli bir tahakküm oyunu”, farklı güçlerin birbirine yaklaşan dinamiği olarak görmektedir. Ortaya çıkış yalnızca “güçlerin girişidir; bu onların patlamasıdır, her biri gençlik anlarında kanatlardan merkez sahneye sıçramadır” (Foucault, 1984: 84). Bu resimde net bir başlangıç, kesin bir son yok, sadece sürekli değişen bir güç alanı var gibi görünmektedir. Hiç kimse bu güç çatışmasının yazarı olduğunu iddia edemez. Üstelik Foucault bu tür güçler arasında hiçbir “ilişkinin” bulunmadığını iddia etmektedir. Yalnızca güç bir tür şiddetli, motivasyonsuz ve sonu olmayan bir “oyun”da birleşmektedir. Dolayısıyla Foucault’ya göre “yasa” kavramı tahakküm oyununda mevcuttur. Foucault, hukukun barış arzusundan kaynaklanmadığını savunmaktadır. Aksine, barış arzusu hukukun var olduğu sürekli şiddetten kaynaklanmaktadır. Tarihin bu tablosunda başarılı tahakküm, hukuk kurallarını ele geçirmeyi, onları kontrol etmeyi ve “kendi kurallarıyla yönetenleri alt edecek şekilde çalıştırmayı” içerir (Foucault, 1984: 86). Hukuk her zaman egemen bir gücün elinde bulunur ve gizliden o yöneticinin iradesine uyar. Böylece tarih, bu dinamik ve anlamsız iktidar oyununun bir dizi yorumu haline gelir. Şecere basitçe onu kaydeder. Foucault’nun dördüncü terimi, Nietzsche’nin wirkliche historie veya gerçek tarih olarak adlandırılan tarihsel “ruh” veya “anlam” kavramıdır. Metafizik filozoflar, gerçek tarih fikrini, tarihe zaten tamamlanmış bir şey olarak bakarak nesnellik taklidi yapan “tarihüstü bir perspektife” dönüştürürler (Foucault, 1984: 86). Foucault, bu görüşün belirli varsayımları üstlendiğini belirtiyor: “Ebedi hakikat, ruhun ölümsüzlüğü ve bilincin doğasının her zaman kendisiyle özdeş olduğuna inanç” (Foucault, 1984: 87).

Ebedi bir istikrara dair bu inançlar, metafizikçilerin tarihi kapalı, tamamlanmış bir şey olarak görmelerine olanak tanır. Bu da onların tamamlanmış şeyden geri adım atıyormuş gibi yapmalarına ve bir bütün olarak onun hakkında “objektif” yorum yapmalarına olanak tanır. Ancak Foucaultcu/ Nietzscheci soy kütüğü fikrine göre böyle bir tarih, maddi

tarihin dışındaki fikirlere dayanır. Aksine, ölümsüzlüğe dair bu tür inançlar soy bilimcinin incelemesine tabi tutulmalıdır. Foucault, soy bilimcinin rolünün yalnızca tarihi kaydetmek değil, aynı zamanda tarihin kaydedilme biçimine de özel önem vermek olduğunu düşünmektedir. Foucault tarihi tıpla bu şekilde ilişkilendiriyor: “Tarih... enerjilerin ve başarısızlıkların, yüksekliklerin ve yozlaşmaların, zehirlerin ve panzehirlerin farklı bir bilgisi haline gelmelidir. Görevi tedavi edici bir bilim olmaktır” (Foucault, 1984: 89). Bu anlamda soy bilim, kendine yönelen bir tür sürekli şüphecilik haline gelir. Böyle bir geçmişin kişisel katılımı sınırlaması gerekir. Tarihi bir tür kendini tanıma olarak görmek sadece romantikliklidir. Ancak bu soy kütüğü, baktığı duruşu silmez. Saf nesnellik iddiasında da bulunmaz. Foucault'nun soy kütüğü, daha önce de belirtildiği gibi “Bilgi” ve “Hakikat”i yalnızca perspektifler olarak görmektedir. Gerçek Tarih ya da “tarih duygusu” kendi bakış açısını kabul eder ama yine de ona mesafe koyar. Bilginin “biliş eyleminde kendi soy kütüğünü yaratmasına ve wirkliche historie, kendi konumunun dikey yansıması olarak tarihin bir soy kütüğünü oluşturur” (Foucault, 1984: 90). Başka bir deyişle, tarih duygusu, tarihi kendi perspektifinden, müdahale etmeden, onun gidişatına kapılmadan veya bundan etkilenmeden, isteyerek tanımlar.

1960-70'li yıllardaki Fransız hümanist geleneğinin Nietzsche'yi bu önemli yeniden değerlendirmeleri, daha büyük bilimsel ve entelektüel gelişmelerin itici gücü olmuştur. Üçüncü Cumhuriyet'in entelektüel kültürün bir yönü olarak hümanizm, Fransa'nın 1940'ta Hitler'e ve Nazizme teslim olmasıyla olan ilişkisinden ötürü zarar görmüştür. Hümanizm itibarı, Batı anlayışının emperyalizmin meşrulaştırılmasında oynadığı rol nedeniyle de zedelenmiştir. Kültürleri insanın zihinsel yapılarının sistematik yansımaları olarak düşünen kültürel antropolojideki esnek hareketler, Batılı olmayan kültür ve değerlere yönelik yeni bir takdiri ve Batılı kültürlerle karşı buna karşılık gelen bir şüpheciliği teşvik etmeye başlamıştı. *Claude Lévi-Strauss*'un öncülüğünü yaptığı esnek antropoloji, Avrupa kültürünün kendisi hakkında eleştirel düşüncelere ilham vermesine yardımcı oldu. İki yıkıcı dünya savaşının yaşanması ve her zaman mevcut olan nükleer imha riski, birçok bilim insanının ona şüphe ve güvensizlikle bakmasına yol açmıştı. Son olarak hem antropolojik hem de dilsel yapısalcı felsefe de dahil olmak üzere hümanistik disiplinlerin hem katı hem de geçmişe saplanmış davranışlara neden olan bilimsel bir titizlik sergilenmesine yol açtı. Bu eleştirel temaların çoğu Foucault'nun ilk çalışmalarında planlı olarak mevcuttu.

Foucault'nun *Madness and Civilization*'i [Delilik ve Medeniyet: Akıl Çağında Deliliğin Tarihi] kültürlerdeki deliliğin anlamı üzerine yaptığı/yazdığı bir incelemedir. Orta Çağ'dan 18. yüzyılın sonuna kadar Avrupa'nın yasaları, siyaseti, felsefesi ve tıbbi ile tarih fikrinin ve tarihsel yöntemin eleştirisidir. Her ne kadar delilerin toplumdaki ötekileştirilmesi tarihinde toplumsal yapıların etkisini tanımlamak için fenomenoloji dilini kullansa da Delilik ve Medeniyet Foucault'nun fenomenolojiden yapısalcılığa (Foucault'nun kendisinin her zaman inatla reddettiği bir etiket) doğru felsefi ilerlemesidir. Foucault, Delilik ve Medeniyet'te delilik kavramının kültürel evrimini üç aşamada izler: Rönesans, Klasik Çağ ve Modern Çağ. "Deliliğin fantastik dünyasında dolaşırken Foucault, aslında delinin bize onun deli olduğuna karar veren, onu öyle konumlandıran genel toplumsal harita üzerinde işgal ettiği yer itibarıyla yansıdığını gösteriyor. Her çağın kendi ütopyası içinde kendini arındırdığı, saflaştırdığı, idealleştirdiği tarihsel yolculukta, delinin bu arınma ayin ve oyunundaki yerini ve rolünü kavramamızı sağlıyor. Bu nedenle, Deliliğin Tarihi, aynı zamanda aklın tarihinin ana hatlarını da ortaya koyuyor: Akıl, kendini ancak deliliğin zıddında, deliliğin zıddı olarak tanımlayabiliyor. Öyleyse delilik, toplum düzeninin varlığı için gerekli; çünkü bu düzen ancak kendi negatifinin aynasında kimlik bulabiliyor" (Foucault, 2020: 800).

Michel Foucault, Delilik ve Medeniyet'i psikoloji alanındaki daha önceki çalışmalarından, kişisel psikolojik zorluklarından ve akıl hastanesinde çalışırken yaşadığı mesleki deneyimlerden yola çıkarak geliştirmiştir. *Madness and Civilization*'in 1961 baskısının önsözünde Foucault şunları söylemiştir: "Modern insan artık deliyle iletişim kurmuyor. . . Ortak bir dil yok, daha doğrusu hiç yok; On sekizinci yüzyılın sonunda deliliğin akıl hastalığı olarak oluşumu, bir diyalogdaki kopukluğa tanıklık eder, daha önce yasalaştığı şekliyle ayrılığı verir ve sabit bir sözdizimi olmayan, bocalayarak söylenen tüm o kusurlu sözcükleri bellekten uzaklaştırır. Delilik ile akıl arasındaki alışverişin yapıldığı yer akıl hastahaneleridir. Mantıksal olarak deliliğe dair bir monolog olan psikiyatrinin dili ancak böyle bir sessizlik içinde ortaya çıkabilirdi" (Foucault, 2009: 27). Foucault'nun tezi; toplumsal güçlerin deliliğin ve toplumun varoluşunun anlamını nasıl belirlediğini net bir şekilde göstermektedir. Delilik ve Uygarlık, uygun bir şekilde, "iyileştirilebilen yabancılaşmalara sonsuza kadar indirgenemez olan, akıl bozukluğunun egemen girişimine" bir saygı duruşuyla sona ermektedir. Kendi gücüyle direnme alışkanlığında olduğumuz o devasa ahlaki tutsaklığa...

Foucault ile ilgili Türkçe'de kendisinin yazdığı ya da onun hakkında yazılan birçok kitap çıkmıştır. Bunlar içinde; Michel Foucault'un yazdıkları Kendini Bilmek, Bu Bir Pipo Değildir, Kabahat İşlemek-Doğruyu Söylemek, Hapishaneye Alternatifler, Kliniğin Doğuşu Tıbbi Bakışın Arkeolojisi, İktidarın Gözü, Özne ve İktidar, Entelektüelin Siyasi İşlevi, Eleştiri Nedir? Kendilik Kültürü, Özgürlük ve Bilgi Fons Elders'le Söyleşi, Seçme Yazılar III, Ölüm ve Labirent, Hermenötiğin Kökeni, Bir Aile Cinayeti, Felsefe Sahnesi, Sonsuza Giden Dil, Foucault ve Şeyler-Kurmaca Bir Söyleşi, Tenin İtirafı / Cinselliğin Tarihi IV, Kabahat İşlemek - Doğruyu Söylemek, Toplumunu Savunmak Gerekir, Öznenin Yorumbilgisi College De France Dersleri (1981-1982), Yapısalcılık ve Post Yapısalcılık, Bilme İstenci Üzerine Dersler (1970-1971) / College De France Ders Notları 1, Marks'tan Sonra, Hakikat Cesareti Kendinin ve Başkalarının Yönetimi 2, Manet/ Velazquez ve Estetik, Kelimeler ve Şeyler, Deliliğin Tarihi, Hapishanenin Doğuşu, Cinselliğin Tarihi, Biyopolitikanın Doğuşu, Bilme İstenci Üzerine Dersler, Seçme Yazılar VI Cilt vs. neredeyse tüm külliyyatının çevrildiğini göstermektedir. Bu yönüyle Foucault'yu unutmak bir hayli zor gözükmektedir.

Foucault, The Order of Things'de (1965) [Şeylerin Düzeni] her tarihsel dönemin, gerçeğin ne olduğunu belirleyen temel epistemik varsayımlara, düşünme yollarına sahip olduğunu öne sürer. Biyoloji, ekonomi ve dilbilimin kökenlerini tasvir ederek bir konu hakkında kabul edilebilir söylemin ne olduğunu açıklar. İnsan bilimlerinin kökenlerine giriş, ayrıntılı, adli analizler ve görüş hatları, gizlilik ve karmaşıklık ağlarının tartışılmasıyla Diego Velázquez'in Las Meninas (Bekleyen Kadınlar, 1656) adlı grup tablosunda mevcut olan temsil durumlarını inceler. Foucault'nun analizleri uygulaması, insan bilimlerinde araştırmacıların konuya bakış açılarında meydana gelen algıdaki benzer gelişmelerdeki yapısal paralellikleri göstermektedir. Filozof bu kitabında tarihsel bir dönemin, bilgi alanlarında ortak olan ve hangi fikirleri kavramsallaştırmanın mümkün olduğunu belirleyen epistemlerle (hakikat ve söylem hakkında düşünme yolları) karakterize edildiğini yazmıştır (Foucault, 1994: 5-7).

Burada hangi fikirlerin doğru olarak onaylanmasının kabul edilebilir olduğu önemlidir. Kabul edilebilir fikirlerin zaman içinde değişmesi ve gelişmesi, örneğin Klasik Antik Çağ (M.Ö. 7. yüzyıl – MS 5. yüzyıl) ile Modernite (MS 1500) dönemleri arasında entelektüalizmin paradigma kaymaları olarak ortaya çıkması, bu düşünceyi destekler niteliktedir.

Her tarihsel dönemin temelinde epistemik bir ilişki olduğu tezi neyin doğru neyin kabul edilebilir olduğunu belirleyen varsayımları, düşünme biçimlerini kapsar. Dil ile ilgili olarak: genel gramerden dilbilime, Canlı organizmalara ilişkin: doğa tarihinden biyolojiye, Paraya ilişkin: zenginlik biliminden ekonomiye Foucault üç bilgiyi analiz eder. Bu üç bilgi türü; Benzerlik ve benzerlikle karakterize edilen Rönesans epistemesi, temsil ve sıralama, kimlik ve farklılık, kategorizasyon ve taksonomi ile karakterize edilen Klasik dönemin epistemesi, kitabın konusu da olan modern çağın epistemesi. Klasik dönem epistemesinde İnsan kavramı henüz tanımlanmamış ancak konuşulmuştur. İnsan ayrı bir epistemolojik farkındalığa tabi değildir. Şeylerin Düzeni (1966), bilgi üretimindeki “modern insan bilimlerinin bilişsel durumu”- araştırmacıların incelenmekte olan bir konuya başvurduklarını görme yolları- hakkındadır. Foucault’nun insan bilimlerinin epistemik kökenlerine girişi, Diego Velázquez’in bir sanat eseri olarak Las Meninas (Bekleyen Hanımlar, 1656) tablosunun adli analizidir. The Order of Things: An Archaeology of the Human Sciences’da sunulan epistemik uygulamaların eleştirisi, kültür tarihi araştırma metodolojisini genişletip derinleştirmiştir.

The Order of Things on ayrı bölümden oluşmaktadır. Bu bölümlerde; Las Meninas (Nedimeler Tablosu), dünya düzyazını, dört benzerlik, imzalar, dünyanın sınırları, şeylerin yazılması, dilin varlığı, temsil, Don Kişot, emir, işaretlerin temsili, çoğaltılmış temsil, benzerliğin hayal gücü, matematik ve taksinomi, konuşuyorum, eleştiri ve yorum, genel dilbilgisi, fiil teorisi, artikülasyon, tanım, türetme, dil dörtlüsü, sınıflandırma, tarihçiler ne diyor, doğal tarih, yapı, karakter, süreklilik ve felaket, canavarlar ve fosiller, doğanın söylemi, değişim, zenginlik analizi, para ve fiyatlar, Merkantilizm, rehin ve fiyat, değer yaratımı, fayda/ yarar, genel tablo, arzu ve temsil, temsil sınırları, tarihsel çağ, emek ölçüsü, varlıkların organik yapısı, kelime çekimi, ideoloji ve eleştiri, objektif sentezleri, emek-yaşam ve dil, yeni deneysellikler, Ricardo, Cuvier, Bopp, nesneye dönüşen dil, insan ve ikizleri, dilin dönüşü, kralın yeri, sonluluğun analitiği, ampiriklik ve transandantaldık, “Cogito” ve düşünülmeyen, kökenin geri çekilişi ve dönüşü, söylem ve insanın varlığı, antropolojik uyku, insan bilimleri, bilginin üç yüzü, beşeri bilimlerin formu/ biçimi, üç model, tarih, psikanaliz ve etnoloji, sonuç vb. konular analiz edilmiştir (Foucault, 2005: 6-9). *Şeylerin Düzeni* (1966), bilgi üretimindeki “modern insan bilimlerinin bilişsel durumu”, araştırmacıların incelenmekte olan bir konuya başvurduklarını görme yolları hakkındadır. Bu konu temelde

Nietzsche'nin "Ecce Homo" "Tragedyanın Doğuşu", "Zamana Aykırı Bakışlar", "Ahlakın Soy kütüğü", "İyinin ve Kötünün Ötesinde", "İnsanca Pek İnsanca", "Şen Bilim" vb. yapıtlarıyla yakından ilintilidir.

Nietzsche, klasik Atina tragedyasında, Silenus'un sözde bilgeliğinde bulunan karamsarlığı aşan bir sanat biçimi buldu. Yunan seyirciler, sahnedeki karakterlerin tasvir ettiği insani acıların uçurumuna bakarak, tutkuyla ve neşeyle hayatı tasdik ettiler, onu yaşamaya değer buldular. Trajedi'nin Doğuşu'ndaki ana tema, Dionysosçu ve Apolloncu Kunsttriebe'nin "sanatsal dürtüler" birleşiminin dramatik sanatlar veya trajediler oluşturmasıdır. Apollo uyumu, ilerlemeyi, açıklığı, mantığı ve bireysellik ilkesini temsil ederken Dionysos ise düzensizliği, sarhoşluğu, duyguyu, coşkuyu ve birliği temsil eder. (Bu nedenle bireyleşme ilkesi ihmal edilmiştir.) Nietzsche bu iki gücü kullandı çünkü ona göre bir yanda zihin ve düzen dünyası, diğer yanda tutku ve kaos vardı. Apolloncu ve Dionysosçu yan yana gelmeler trajedinin karşılıklı etkileşiminde ortaya çıkmaktadır. Dramanın trajik kahramanı, ana kahraman, yerine getirilmeden ölmesine rağmen adaletsiz ve kaotik (Dionysosçu) kaderini (Apolloncu) düzene sokmak için mücadele eder. O ilkel birliği, gücün artması, çılgınlığın bahsettiği doluluk ve bolluk deneyimi olarak tanımlamaktaydı. Çılgınlık sarhoşluk görevi görür ve herhangi bir sanatın yaratılmasını sağlayan fizyolojik durum için çok önemlidir. Bu durum tarafından uyarılan kişinin sanatsal iradesi güçlenir. Bu durumda kişi her şeyi kendi doluluğuyla zenginleştirir: Her ne görürse görsün, her ne olursa olsun irade büyümüş, gergin, güçlü, güçle aşırı yüklenmiş olarak görülür. Bu durumdaki bir adam, her şeyi onun gücünü yansıtan kadar, yani onun mükemmelliğinin yansıması olana kadar dönüştürür. Bu mükemmelliğe dönüşme zorunluluğu sanattır (Nietzsche, 2019: 15-152).

Nietzsche, Aeschylus ve Sophokles'in eserlerinin sanatsal yaratımın zirvesini, trajedinin gerçek anlamda gerçekleşmesini temsil ettiği konusunda kararlıdır. Trajedi'deki *Untergang* (kelimenin tam anlamıyla "batmak" veya "aşağı doğru gitmek"; gerileme, bozulma, çöküş, ölüm vb. anlamına gelir) Euripides'le başlar. Nietzsche, Euripides'in trajedilerinde Sokratik rasyonalizm ve ahlaki kullanmasına karşı çıkıyor ve etik - aklın aşılmasının trajedinin temelini, yani Dionysosçu ve Apolloncu olanın kırılma dengesini çaldığını iddia ediyordu. Sokrates, akli o kadar vurguladı ki mitin ve acının değerini insan bilgisine yaymıştı. Platon diyaloglarında bu yolu izlemeye devam etti ve modern dünya sonunda Apolloncu ve

Dionysosçu ikilemde bulunan sanatsal dürtüler pahasına akli miras aldı. Filozof Nietzsche, Apolloncu olmadan, Dionysosçu olanın tutarlı bir sanat eseri oluşturacak biçim ve yapıdan yoksun olduğunu ve Dionysosçu olmadan Apolloncu olanın gerekli canlılık ve tutkudan yoksun olduğunu belirtmişti. Bu fikrin etkisinin bir örneği, antropolog Ruth Benedict'in, Nietzsche'nin "Apolloncu" ve "Dionysosçu" karşıtlıklarını, Yerli Amerikan kültürleri hakkındaki düşüncelerinin uyarıcısı olarak kabul ettiği *Kültür Kalıpları* kitabında görülebilir (Benedict, 2005: 7-18). Carl Jung, Psikolojik Tipler'de bu ikilik üzerine kapsamlı yazılar yazmıştır. Michel Foucault kendi kitabı *Delilik ve Medeniyet*, büyük filozof Nietzscheci soruşturmanın güneşi altında okunmalıdır. Burada Foucault, Nietzsche'nin trajedinin doğuşu ve ölümüyle ilgili tanımına ve Batı dünyasının daha sonraki trajedisinin trajik olanın ve dolayısıyla kutsal olanın reddi olduğu şeklindeki açıklamasına atıfta bulunmaktadır.

Foucault ve Nietzsche Çalışmaları

İkinci Dünya Savaşı'ndan on yıl sonra, Walter Kaufmann ve R J Hollingdale'in çevirileri ve analizleri sayesinde Nietzsche'nin felsefi yazıları Fransa'da yeniden canlandı. Georges Bataille da bu yeniden canlanmada etkili oldu ve 1937 tarihli dikkate değer makalesi "Nietzsche ve Faşistler" ile Nietzsche'yi düşüncelerine Nazilerin el koymasına karşı savundu (Bataille, 1937: 3-13). Kendi başlarına tanınmış filozoflar olan diğerleri, Nietzsche'nin felsefesi üzerine yorumlar yazdılar; bunlar arasında dört ciltlik bir çalışma yapan Martin Heidegger'de vardı. Lev Shestov, Nietzsche'yi tasvir ettiği *Dostoyevski, Tolstoy ve Nietzsche* adlı bir kitap hazırladı. Georg Simmel, Nietzsche'nin etik açısından değerini Kopernik'in kozmolojik önemiyle karşılaştırarak açıklamaktaydı. Ferdinand Tönnies, Nietzsche'yi hayatının ilk dönemlerinden itibaren hevesle okudu ve daha sonra kendi eserlerinde onun kavramlarının çoğunu sıklıkla tartıştı. Nietzsche; Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre, Oswald Spengler, George Grant, Emil Cioran, Albert Camus, Ayn Rand, Jacques Derrida gibi filozofları derinden etkilemişti. Camus, Nietzsche'yi saçmalık estetiğinin aşırı sonuçlarını elde eden tek sanatçı olarak tanımlamıştır. Mahon, Michael, Foucault'nun Nietzscheci soy kütüğünden ilk bahsedenlerdendi (Mahon, 1992: 20). Bu kitap Friedrich Nietzsche'nin yazılarının Fransız filozof Michel Foucault'nun düşüncesi üzerindeki etkisini inceleyen ilk kapsamlı çalışmadır. Hem Nietzsche'nin hem de Foucault'nun düşüncesindeki soy kütüğü kavramına odaklanan yazar, Foucault'nun yazılarında yavaş yavaş ortaya çıkan üç soybilimsel ekseni; hakikat, güç ve özneyi araştırmaktaydı.

Foucault'nun özellikle erken dönem delilik tarihinin bir sonucu olarak içine çekildiği bu eksenler kompleksi, onun gelecekteki çalışmalarında açıkça Nietzscheci bir yaklaşımı benimsemesini gerektiriyordu. Mahon, Foucault'nun *Histoire de la Folie*'sini Nietzsche'nin trajedi soykütüğü ışığında yorumlayarak, tarihte deliliğin ahlaki sorunsallaştırılmasının, üç eksenin ortaya çıktığı tarihsel koşulları nasıl sağladığını göstermektedir. Üç eksenin kademeli olarak ortaya çıkışının Foucault'nun 1960'ların geri kalanındaki yazıları, özellikle de *Les Mots et les Chos* yazıları üzerinden izini sürdükten sonra Mahon, Foucault'nun açık metodolojik ifadelerine ve onun soy kütüğü kavramına döner ve Foucault'nun *L'archeologie du savoir*'ının bir okumasını sunmaktaydı. Çalışma, Foucault'nun modern özneliliğin soy kütüğü üzerine son yazılarının bir analiziyle ve modern psikanalitik arzu öznesi için hakikatin, iktidarın ve öznenin nasıl işlediğinin incelenmesiyle sona ermekteydi (Mahon, 1992: 35-38).

Gary, *Archaeologies of Vision: Foucault and Nietzsche on Seeing and Saying*'te [Görme Arkeolojileri: Görmek ve Söylemek Üzerine Foucault ve Nietzsche] konuya farklı bir açıdan yaklaşmıştı. Pek çok kişi Friedrich Nietzsche ve Michel Foucault'nun zaman ve tarih kavramlarımızı yeniden tanımladıklarını kabul ederken, çok az kişi görmek ve söylemek (Foucault'nun ifadesiyle) arasındaki “sonsuz ilişkinin” onların çalışmalarında oynadığı hayati rolün farkındaydı. Gary Shapiro, Nietzsche ve Foucault'nun görselliğe olan ilgisini ilk kez tüm boyutlarıyla ortaya koymaktadır. Shapiro, Foucault'nun görsel direnç teorisi, fantazma veya simülakr kavramı ve Bosch'tan Warhol'a kadar sanatçılarda resim, dil ve iktidar ilişkisine ilişkin sorgulamaları da dahil olmak üzere görsel sanat üzerine tüm yazılarını araştırmıştır. Shapiro aynı zamanda az bilinen yazılarda yaptığı kazılarla/ incelemelerle Nietzsche'nin düşüncesinde görselliğin önemli bir tema olduğunu göstermekteydi. Yazar Nietzsche'nin Raphael, Dürer ve Claude Lorrain analizinin önemini açıklamının yanı sıra, filozofun Yunan tiyatrosunun ve Wagnerci operanın görsel boyutuna ilişkin anlayışını inceliyor ve *Böyle Buyurdu Zerdüşt*'ün yeni ve güçlü bir okumasını sunmaktaydı (Shapiro, 2003: 4-9).

“*Nietzsche, Şecere, Tarih*” Foucault'nun görselliğe olan ilgisini ve aynı zamanda iyi bir Nietzsche okuyucusu olduğunu göstermektedir (Shapiro, 2003: 25). Foucault, arkeolog ve soybilimci olarak temelde bir Nietzscheci'dir. Foucault'nun en büyük etkiyi yarattığı *Cinselliğin Tarihi* kitabı Nietzscheci'ye göndermelerle doludur (Lash, 1984: 17). Habermas

ve Foucault'nun çalışmaları önemli bir noktayı vurguluyor: Foucault, Nietzsche'yi takip ederek, wirkliche'in filozofu olduğunu fazlasıyla kanıtlamaktaydı (Flyvbjerg, 2000: 13). Nietzsche'nin Foucault üzerindeki etkisi ancak bunun felsefi geçerliliği ve politik sonuçları Foucault'nun son dönem metinlerinde bir kez daha Nietzsche'ye döndüğünü göstermektedir (Ure, 2007: 52). Foucault'nun, kökleri Habermas'ın kendi yorumuna dayanan Nietzsche okumaları, Nietzscheancı düşünceleri Habermas'ın, soybilimci Foucault'yu geliştirme işine dahil etmesinin sonucudur (Biebricher, 2005: 26). Seçim düşüncesinde etğin sonuçları üzerine kısıktıcı bir söylem Nietzsche, Foucault ve Heidegger'de bulunmaktadır (Scott, 1990: 22).

Joseph Westfall ve Alan Rosenberg *Foucault and Nietzsche: A Critical Encounter* [Foucault ve Nietzsche: Kritik Bir Karşılaşma] kitabını yazmıştır. Foucault'nun Nietzsche'ye entelektüel açıdan borçlu olduğu yazılarında açıkça görülüyor ancak bu borcun kesin doğası, kapsamı ve nüansları nadiren araştırılmaktadır. Foucault'nun kendisi bazen yaklaşımının temelde Nietzscheci olduğunu iddia etmektedir. Bazen de fikirlerinin Nietzsche'den radikal bir kopuş anlamına geldiğinde ısrar ediyor gibi görünmektedir. Bu kitap türünün ilk örneği olup, bu iki düşünür arasındaki ilişkiyi, modern dünyadaki yaşamın doğası, bir yaşam biçimi olarak felsefe ve felsefeyi nasıl sürdürdüğümüz de dahil olmak üzere, ortak ilgi duydukları çağdaş kültür unsurlarına ilişkin olarak değerlendirmektedir. Kitaba katkıda bulunan yazarlar Foucault ve Nietzsche çalışmalarının önde gelen isimlerindedir ve onların katkıları Foucault-Nietzsche ilişkisini kabul etmede mümkün olan yaklaşımların çeşitliliğini yansıtmaktadır. Spesifik karşılaştırma noktaları arasında Foucault ve Nietzsche'nin Tanrı'nın ölümüne ilişkin farklı anlayışlar da vardır. Bunun yanında sanat ve estetik; güç, yazma ve yazarlık; siyaset ve toplum, fikirlerin tarihi; şecere ve arkeoloji ve bilginin evrimi de tartışılmaktadır (Rosenberg and Westfall, 2018: 238).

David Owen, *Maturity and Modernity: Nietzsche, Weber, Foucault and the Ambivalence of Reason*'da [Olgunluk ve Modernite: Nietzsche, Weber, Foucault ve Aklın İkircikliliği] bir teorileştirme geleneği olarak analiz eden ve bir eleştiri tarzı olarak soybilimin gelişimini gösteren ilk kitaptır. Nietzsche, Weber ve Foucault'nun ana fikirlerindeki modernizme ilişkin net açıklamalar yapar. Bu düşünürler arasındaki ilişkileri metodolojik, temel ve politik düzeylerde gösterir (Owen, 1997: 5). Allan Megill, *Prophets of Extremity: Nietzsche, Heidegger, Foucault, Derrida*'da [Aşırılığın

Peygamberleri: Nietzsche, Heidegger, Foucault, Derrida] dört düşünürün aşırılık yorumlarını sunmaktadır: Nietzsche, Heidegger, Foucault ve Derrida. Yazar bu düşünürleri yirminci yüzyıl sanat ve düşüncesinde en özgün ve yaratıcı olanın çoğunun kaynağı olan kriz odaklı modernizm ve postmodernizmin daha geniş bağlamına yerleştirme çabasıdır (Megill, 1985: 399). Jacques Bouveresse ve Adan Kovacsics, *Nietzsche contra Foucault: Sobre la verdad, el conocimiento y el poder*'de [Nietzsche, Foucault'ya karşı: Hakikat, bilgi ve iktidar üzerine] iki düşünürdeki bilgi/ iktidar ilişkisi tartışmaktadır (Bouveresse & Kovacsics, 2020: 160).

Nancy Tuana ve Charles E. Scott, *Beyond Philosophy: Nietzsche, Foucault, Anzaldúa*'da [Felsefenin Ötesinde: Nietzsche, Foucault, Anzaldúa] bu üç düşünürü karşılaştırmalı edebiyat çerçevesinde incelemektedirler. Herhangi bir şeyin makul anlamı ve anlamı aşırılığa ulaşmadığı sorusu felsefe tarihi boyunca varlığını sürdürmüştür. Bu sorular postmodern düşüncede olduğu kadar, pek çok olayın ve soyun deneyimlendiği ve felsefenin ötesinde görüldüğü özgürlükçü felsefelerde de devam etmiştir. Felsefenin içindeki normların ötesinde şeyler fikrini geliştirirken soylara ve onların dinamizmine özellikle dikkat edilmelidir. Bu çalışma bir felsefe tarihi ya da belirli bir filozofun eleştirel bir çalışması değildir; olayların ölçmenin, saymanın, anlamın ve değerinin ötesindeki boyutları etrafında deneyim kazanmanın bir yoludur. Bu uyumlamaların, insanların dünyada kendilerini yönlendirme ve bu dünyaya uyum sağlama biçimleri açısından hayati derecede önemli olduğu iddia edilmektedir. Tuana ve Scott: Nietzsche, Foucault ve Anzaldúa'nın çalışmalarında buldukları normatif etiğe alternatifler aramaktadırlar. Seslendirmenin imkânsız olduğu şeyler hakkında konuşmanın, konuşma ile konuşulamayan arasındaki boşluklarda yaşamının ve rasyonel duyarlılığın sınırlarını kavramsallaştırmanın, ifade etmenin bir yolu olarak dünyaya uyum sağlamayı teşvik etmektedirler (Tuana & Scott, 2020: 10-15). Kitapta; Nietzsche'nin felsefenin ötesine maruz kalması, Foucault'nun mantıksızlığı, Anzaldúa'nın Nepantla'sı, sınırdaki sanat felsefesi, ateşle oynamak, yoğun bir diyalog, yaşamak ve ölmek, hassasiyetlerin ötesindeki konular vs. açıklanmaktadır.

Michel Foucault ve Paul Rabinow'un *Ethics: Subjectivity and Truth*'da [Etik: Öznellik ve Gerçek] bilgi ve güç arasındaki ilişki irdelenmektedir. Güç ve bilgi hakkındaki düşüncelerimiz üzerinde Michel Foucault (1926-1984) kadar güçlü bir etkiye sahip olan çok az filozof vardır. Çalışmaları pek çok disiplinin öğretimini etkilemiştir ve hâlâ kritik öneme sahiptir. Bu

anlaşılır, erişilebilir cilt, Foucault'nun tüm derslerinin, makalelerinin ve röportajlarının tam koleksiyonundan alınmıştır. Onun en önemli eserini yeni nesil okuyucularla buluşturmaktadır. Paul Rabinow, Foucault'nun Collège de France'daki ünlü derslerinin özetlerini, arkadaşlık, cinsellik, kendine ve başkalarına özen gösterme üzerine önemli yazıları röportajlarla eşleştiriyor. Foucault'un etik anlayışında büyük oranda Nietzsche'nin de etkisi vardır (Foucault and Rabinow, 1998: 384). Charles E. Scott, *The Question of Ethics: Nietzsche, Foucault, Heidegger*'de [Etik Sorunu: Nietzsche, Foucault, Heidegger] teşvik edici ve anlayışlı etiğin ikincil literatürüne derinlemesine araştırılmış ve zamanında yapılmış bir katkı sunmaktadır. ABD'nin Kıta Avrupası felsefi geleneğinin önde gelen yorumcularından biri olan Scott, kıta geleneği üzerinden bu üç filozofu tekrar yorumlamaktadır (Scott, 1990: 226).

Mark Olssen, *Toward a Global Thin Community: Nietzsche, Foucault, and the Cosmopolitan Commitment*'de [Küresel İnce Bir Topluluğa Doğru: Nietzsche, Foucault ve Kozmopolit Bağlılık] liberal-cemaatçi tartışmanın yönlerini yeniden incelemektedir. Her iki geleneği de eleştiren bu kitap, günümüz vatandaşları için tutarlı bir cemaatçilik biçiminin tek makul seçenek olduğunu savunmaktadır. Friedrich Nietzsche ve Michel Foucault hem ulusal hem de küresel düzeyde yirmi birinci yüzyıl siyaseti için normatif bir çerçeve sağlamak üzere tekrar okunabilirdi. Olssen, Nietzsche ve diğerlerinin yazılarında tanımladığı hayatta kalma etiğini kullanarak cemaatçilikle ilgili geleneksel sorunların üstesinden nasıl gelebileceğimizi göstermeye uğraşmaktadır. Cemaatçilik, Hegel ve Marx'la ilişkilendirilen geleneksel itirazların üstesinden gelmeyi, sağlam bir demokrasi fikrini uygulayarak özgürlüğü ve farklılığı korumayı amaçlamaktadır (Olssen, 2015: 269).

İngilizcede Foucault ve Nietzsche hakkında; Brian Lightbody'un *Felsefi Soybilim - Cilt II: Nietzsche ve Foucault'nun Soykütük Yönteminin Epistemolojik Yeniden İnşası*, Remigiusz Ryzinski'nin *Foucault Varşova'da*, Jan Rehmann'ın *Postmodernist Nietzschecilik'in Yapıbozumu: Deleuze ve Foucault*, Monroe C. Beardsley'in *Descartes'tan Nietzsche'ye Avrupalı Filozoflar*, Gary Gutting ve David de Vries'in *Foucault: Çok Kısa Bir Giriş*, Alexander Nehamas'ın *Yaşama Sanatı: Platon'dan Foucault'ya Sokratik Düşünceler*, Monroe C. Beardsley'in *Descartes'tan Nietzsche'ye Avrupalı Filozoflar*, Vanessa Lemm'in *Homo Natura: Nietzsche, Felsefi Antropoloji ve Biyopolitika*, Darren Staloff ve Michael Sugrue'nin

Nietzsche, Wittgenstein, Rawls ve Foucault: Batı Entelektüel Geleneğinin Büyük Zihinlerinden Derslerden Bir Seçki, Stefano Berni ve Ubaldo Fadini'nin *Kaybolan çizgiler: Nietzsche, Foucault, Deleuze vs.* sayılabilir.

Artières, Philippe, Jean-François Bert, Frédéric Gros, and Judith Revel *Foucault'nun not defteri*, Richard Wolin *Foucault'nun Estetik Kararcılığı*, Paul Veyne *Foucault. Yani, bir kişi*, Elisabeth Roudinesco *Çalkantılı Zamanlarda Felsefe: Canguilhem, Sartre, Foucault, Althusser, Deleuze, Derrida*, M. Olssen *Küresel İnce Bir Topluluğa Doğru: Nietzsche, Foucault ve Kozmopolit Bağlılık*, Sara Mills *Michel Foucault*, J. G Merquior *Foucault'nun çalışmalarına eleştirel bir bakış*, Alasdair MacIntyre *Ahlaki Araştırmanın Üç Rakip Versiyonu: Ansiklopedi, Şecere ve Gelenek*, Jason Kuznicki *Foucault, Michel (1926–1984)*, Gilles Deleuze ve Félix Guattari *Anti-Oedipus*, Gilles Deleuze *Foucault*, Behrooz Ghamari-Tebrizi *İran'da Foucault: Aydınlanma Sonrası İslam Devrimi*, David Garland *Yönetimsellik ve Suç Sorunu: Foucault, Kriminoloji, Sosyoloji*, Herbert L. Dreyfus ve Paul Rabinow *Michel Foucault: Yapısalcılığın ve Yorumbilimin Ötesinde*, Jacques Derrida *Cogito ve Deliliğin Tarihi*'de Fransız Nietzscheciliği bağlamında Foucault hakkında bazı değerlendirmelerde bulunmuşlardır.

Sonuç

Foucault'nun meslektaşısı Pierre Bourdieu, filozofun düşüncesini “her zaman bilgi ve iktidarla ayrılmaz bir şekilde bağlantılı olan, toplumsal sınırların ötesine geçmenin, ihlalin uzun bir araştırması” olarak özetlemiştir (Eribon, 1991: 328). Reading Üniversitesi'nden Philip Stokes, Foucault'nun çalışmalarının genel olarak “karanlık ve karamsar” olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte, felsefe disiplininin hakimiyet alanlarını vurgulamak için nasıl kullanılabileceğini göstermesi bakımından iyimserliğe biraz yer bırakmaktadır. Bunu yaparak, Stokes'un iddia ettiği gibi, nasıl tahakküm altına alındığımız daha iyi anlaşılır, böylece bu tahakküm riskini en aza indirecek sosyal yapılar inşa etmeye çalışabiliriz (Stokes 2004: 187). Tüm bu gelişmelerde ayrıntılara çok dikkat edilmesi gerekmektedir; sonunda insanları bireyselleştiren detaydır (Marshall, 1996: 126). Foucault, hayatının ilerleyen dönemlerinde, çalışmasının gücünü bir fenomen olarak analiz etmekten çok, çağdaş toplumun “özneleri nesnelleştirmek” için güç kullanımını ifade ettiği farklı yolları karakterize etmeye çalışmakla ilgili olduğunu açıklamıştır. Bunlar üç geniş biçim almıştır: Birincisi, insan popülasyonları hakkındaki bilgiyi sınıflandırmak ve ‘düzenlemek’ için bilimsel otoriteyi içerir; ikincisi (deliliği, hastalığı, fiziksel özellikleri vb.

tanımlayarak) insan deneklerini kategorize etmek ve ‘normalleştirmek’ olduğudur; üçüncüsü ise cinsel kimlikler oluşturma ve kişinin kendi bedenini rutinler ve uygulamalarla meşgul olacak şekilde eğitme dürtüsünün, belirli bir toplum içinde belirli kalıpları yeniden üretmeyle sonuçlandığı tarzla ilgilidir (Foucault, 1982: 198).

Foucault’nun tüm çalışmalarının altında yatan tema, iktidar ve bilgi arasındaki ilişki ve ilkinin ikincisini kontrol etmek ve tanımlamak için nasıl kullanıldığıdır. Otoritelerin ‘bilimsel bilgi’ olarak iddia ettiği şeyler gerçekte yalnızca toplumsal kontrol araçlarıdır. Foucault, örneğin on sekizinci yüzyılda “deliliğin” sadece akıl hastalarını değil aynı zamanda yoksulları, hastaları, evsizleri ve aslında bireysellik ifadeleri hoş karşılanmayan herkesi kategorize etmek ve damgalamak için nasıl kullanıldığını göstermiştir. Çalışmalarında genellikle Marksist siyaset, cinsiyete ilişkin görüşleri, edebiyat ve edebi eleştiri, bilgi ve güç ilişkisi, psikanalitik yaklaşım, post modernizm, yapısalcılık, egemen güç, disiplin yetkisi, biyogüç, beden ve cinsellik, öznellik, kendi kendini oluşturan öznellik, özgürlük, eleştiri pratiği, kendini önemseme, bilgi, etki ve karşılama, eleştiri ve etkileşimler, kriptomatifik, kendini reddetme, yenilgiyi kabul etme, tarihsel yöntem ve yenilgicilik olarak soy bilim, feminizm, cinsellik, sosyal inşacılık ve insan doğası, eğitim ve otoritede yenilgi, benliğin psikolojisi vs. konularıyla ilgilenmiştir. İlk başlarda psikiyatri, tıp, hapisane sistemi olmak üzere toplumsal kurumlara yönelik eleştirileri, cinselliğin tarihine ilişkin fikir ve gelişmeleri, iktidara ilişkin genel teorileri ve iktidar ile bilgi arasındaki karmaşık ilişkilerle tanınmıştır. İlk olarak yapısalcılıkla ilişkilendirilen Foucault, sonraları post-yapısalcılık ve postmodern felsefeyle bağlantılı çalışmalar üretmiştir. Fransız Teorisinde önemli bir figür olan filozofun eserleri, disiplinler uzmanlıkların ötesinde akademik dünyada, özellikle de Anglo-Sakson dünyasında oldukça verimli olmaya hala devam etmektedir.

Alan Rosenberg ve Joseph Westfall, *Foucault and Nietzsche: A Critical Encounter*’da [Foucault ve Nietzsche: Kritik Bir Karşılaşma] bu iki filozof arasındaki entelektüel ilişkiyi açıkça ortaya koymuşlardır (Rosenberg & Westfall, 2018: 238). Foucault ile Nietzsche arasındaki ilişkiye ayrılan İngilizce ilk antolojinin 2018’de çıkması oldukça şaşırtıcıdır. Nietzsche’nin Foucault’nun düşüncesinde özel bir rol oynadığı iyi biliniyor ancak iki filozof arasındaki ilişkiye yönelik canlı bir bilimsel ilgi yerine, Nietzsche’nin Foucault’nun düşüncesinde özel bir rol oynadığı tam olarak açıklığa kavuşturulmamıştır. 1953’te İtalya’da güneşi altında bir kumsalda

Nietzsche'yi okuyan Foucault'nun o dönemde Fransız felsefesine egemen olan üç H'nin (Hegel, Husserl, Heidegger) etkisinden kurtardığına dair biraz efsanevi anlatıma alışılmıştır (Defert, 2013: 19). Bibliothèque National de France'a yakın zamanda yapılan eklemeler sayesinde, bu değişimin daha incelikli bir açıklaması şüphesiz halihazırda yoldadır. Benzer şekilde, Alan Rosenberg ve Joseph Westfall'ın editörlüğünü yaptığı koleksiyonda, Foucault'nun Nietzsche'yle ömür boyu süren karşılaşmasının sonunda felsefi içerikle zenginleştiğini bulma beklentisiyle yaklaşılabılır. Bu bakış açısı, Foucault'nun çalışmalarının Kantçı köklerine odaklanan son zamanlardaki mükemmel araştırma dizisini dengelemek açısından hayati derecede önemlidir. Bilginin sınırları, özerklik olarak özgürlük ve Aydınlanma gibi Kantçı temalar Foucault'nun eserlerini kuşatsa da Foucault'nun özel felsefi yönelimini tanımlayan Nietzscheci konulardır. Öznenin ayrılığı, iktidar, tarihsel süreksizlik, deneysellik vs. üzerinden Foucault'yu anlamak, Kant ve Nietzsche'nin (bir kısmını) birlikte düşünmeyi gerektirir. Ancak zikrettiğimiz makalelerin de gösterdiği gibi Foucault'nun Nietzsche ile ilişkisini kavramak başlı başına zorlu bir iştir.

Foucault'nun Nietzsche'yi okumasında ve benimsemesinde de öncelik taşıyan epistemolojik sorulardır. Foucault'nun Cinselliğin Tarihi'nin İngilizce çevirisinden yazılan ilk cildinin başlığı "Bilme İsteği", Foucault'nun Nietzsche'ye en büyük ve en göze çarpan övgüsünü oluşturur. Foucault'nun "Nietzsche, Genealogy, History", Lectures on the Will to Know'daki tartışmalarına kadar izlenebilecek epistemolojik borcu açıkça ortaya koymaktadır. "Nietzsche Üzerine Bir Ders" ve "Hakikat ve Hukuki Formlar" hepsi yaklaşık 1970'lerden kalma çalışmalardır. Nietzsche'yi okumak, Foucault'nun epistemik ilişkileri yapısal olarak toplumsal ilişkilere bağlı olarak kavramsallaştırmasını sağlarken, düşünce sistemlerinin tarihsel evrimini terimlerle açıklamayı reddediyordu. Bunda teleolojik gelişim ya da ideolojik belirlenim etkiliydi. Foucault'nun sözleriyle, Nietzscheci yaklaşım ona ne bilen öznenin ne de bilgi nesnelere, bir toplumsal gerçeklik alanını organize eden tarihsel olarak spesifik taktik ve stratejilerden bağımsız olarak verili olmadığı "harici, dışsal bir hakikat tarihi" perspektifini açmaktaydı. Bu bakış açısı, Foucault'nun bilgi arkeolojisi projesinden doğmaz; daha ziyade onun soy kütüğüne ilişkin uzantıya işaret eder. Dışsal bir hakikat tarihiyle Foucault'nun ilgi odağı, verili bir düşünce sisteminin örtük kavramsal biçiminden toplumsal pratikler alanındaki heterojen olaylar aracılığıyla tarihsel oluşumuna doğru kayar. Foucault soy kütüksel araştırmaları

için bu perspektifi benimsemesine rağmen, “hakikatin içsel tarihini”, yani “kendini kendi düzenleme ilkeleri çerçevesinde düzelten hakikatin tarihini” geçerli bir alternatif olarak açıkça kabul eder. Foucault’nun amacı ahlaki ya da metafizik önyargıları çürütmek değil, yeni kavramsal olasılıkları açığa çıkarmaktır. Aslında bu farklılık derinlere uzanıyor ve kapsamlı bir çalışma gerektiriyor. Foucault’da bilgi tutkusunun tartışılması, Nietzsche’nin hiçbir şekilde hakikatin değerini inkâr etmediğini, aksine onu aktif öz-kurma görevine tabi kıldığını göstermektedir.

Jeffrey Weeks, Jean Baudrillard’ın *Oublier Foucault*’na bir cevap olarak *Remembering Foucault*’yu yazmıştır. Michel Foucault’yu unutmamanın zamanı geldi mi? Geçtiğimiz çeyrek yüzyılda bunu yapmamız için birtakım emirler vardı. Bu durum, Baudrillard’ın 1977’de yaptığı sert polemik müdahalesiyle kötü bir üne kavuşmuştu. Görünen o ki, Foucault zaten çok güçlüydü, dolayısıyla “unutamayacak kadar güçlüydü”. Baudrillard’a göre onu övmek ona kötülük yapmaktı. Bu bir Baudrillard’cının uzaklaşmayı dilemesi kadar bir unutmama değildi. Körfez Savaşı belki de Foucault gerçekte gerçekleşmedi. Foucault’nun devam eden prestiji ve kültürel teorinin akademik uygulayıcıları tarafından onun adının neredeyse törensel bir şekilde anılması, düşüncesinin çalışma aralığını küçük bir düzeye indirme etkisine sahip olmuştur. Ancak Foucault’nun metinleri tamamen vazgeçilebilir eserler değildir (Weeks, 2005: 186-187). Ne Foucault’un entelektüel bir peygamber ilan edilmesi ne de onun polemiksel bir şekilde reddedilmesi doğru bir yaklaşım değildir. Foucault’nun Nietzsche’ye entelektüel açıdan borçlu olduğu yazılarda açıkça görülüyor ancak bu sorunların kesin dağılımı, kapsamı ve nüansları nadiren araştırılmaktadır.

Foucault, eserlerinde kendisini felsefi, tarihsel, psikolojik ve daha sonra giderek politik sorunlara adanmıştır. Çağdaş Batı toplumlarında sorunsallaştırılan belirli rasyonelliklerin ve temel deneyimlerin eleştirel olarak değerlendirilmesiyle ilgilenmiştir. Özellikle 1960’lı yıllarda toplumsal söylemleri araştırmak için tarihsel bir yöntem olan bilginin arkeolojisini kullanmıştır. Bu konuda söylem analizi terimi daha yaygındır. Söylem analizini özellikle Nietzsche’ci kavramlar üzerinden şekillendirmiştir. 1970’lerin başında Foucault, çalışmalarını giderek iktidarın işleyişini incelemeye yöneltmiştir. 1961’de Foucault’nun ilk büyük çalışması *Folie et déraison* yayınlandı. *Histoire de la folie à l’âge classique* (İng. Madness and Society) aynı zamanda doktora tezi olan 500 sayfayı aşkın çalışmasında, modern, Batılı rasyonel toplumlarda

deliliğin temalaştırılması ve sorunsallaştırılmasını yoğun bir şekilde ele aldı. Uluslararası ilgiyi ilk kez beş yıl sonra, 1966'da *The Order of Things* (Fransızca: *Les Mots et les Chos*) adlı kitabının yayımlanmasıyla kazandı. Bu yıllarda o Fransız Nietzscheciliği'nden yoğun şekilde etkilenmişti. Bunu başka yayınlar da takip etti: 1969'da *Bilgi Arkeolojisi* çıktı, 1975'te ise *Gözetim ve Ceza* (orijinal *Surveiller et punir*) başlıklı kitabı çıktı. 1976'da son büyük çalışması *Cinsellik ve Hakikat*'in (Fransız *Histoire de la cinsellité*) ilk cildi yayımlandı. Özellikle daha sonraki çalışmalarında güç analizine yönelik çok sayıda kavram ve prosedürü tanıtmıştır. Yaptığı işi bir "alet kutusu" olarak görüyordu. Bu tür "araçlar", örneğin Friedrich Nietzsche'ye dayanan çağdaş-eleştirel soy kütüğü yöntemini, özellikle güç stratejilerinin incelenmesi için icat edilen dispozitif kavramını ve modern yönetimsellik kavramını içermekteydi. Foucault, 20. yüzyılın en etkili düşünürlerinden biri olarak kabul edilir ve bu tür girişimlerden hoşlanmasa da sıklıkla postyapısalcılıkla ilişkilendirilir. Hayatı boyunca çalışmalarının sistemleştirilmesine karşı çıkmıştır. Foucault'nun çalışmaları ve düşünceleri üzerindeki özellikle Immanuel Kant, Georg Wilhelm Friedrich Hegel, Friedrich Nietzsche, Martin Heidegger ve Georges Canguilhem'in etkileri vardır. Muhtemelen Foucault'nun düşüncesinin en büyük hayranlığı Friedrich Nietzsche'nin felsefesi idi. Bundan yola çıkarak, 1887 tarihli *Ahlakın Soykütüğü Üzerine* adlı çalışmasının başlığında ima ettiği ve modern ahlakın tarihsel gelişimini incelediği bir yöntem olan soybilimin hakikat ve metafizik eleştirel yöntemini devraldı. Nietzsche'ye göre ahlakın evrensel bir biçimi yoktur; daha ziyade ahlak denilen şey, tarihsel olarak muhalif taktiklerin ve çıkarların derinlemesine işlenmesinden doğar. Foucault bu yaklaşımın temel fikirlerini ele aldı ve bunları bağımsız olarak sürdürdü. Ona göre soybilimsel yaklaşım, her şeyden önce hümanizm, psikiyatri, ceza sistemi ve cinsellik gibi Batı tarafından iyi tanımlanmış temel deneyimlere saldırmak ve radikal bir şekilde sorgulamak anlamına geliyordu. Hayatı boyunca kendisini bir "Nietzscheci" olarak görmüştür. Nietzsche ve Foucault'nun eserlerinde ve motiflerinde yüksek düzeyde "güç istenci" ve bilgi ilişkisi bulunmaktadır. Foucault eserlerinde kullandığı metodolojiyi Nietzsche'de ve kendi soykütüğünde açıklamıştır. Foucault'ya göre, gerçekleştirilen değişim aynı zamanda ve her şeyden önce merkezi iktidar kavramı tarafından başlatılmıştır. Foucault'nun Nietzsche'ye dayalı yaklaşımına verdiği adla 'soykütüksel' analiz için, bu analizin kendisinin araştırmasını iktidar-bilgi dispozitifi içindeki bir konumdan yürüttüğü de dikkate alınmalıdır. Aslında Foucault başka bir

manada Friedrich Nietzsche'ye dayanan anarşist bir nihilizmi de temsil etmektedir. İşte bu yüzden hatırlanmayı fazlasıyla hak etmektedir.

Michel Foucault'yu hatırlamak, bizim için derin düşünsel katkılarla dolu bir mirası anmak anlamına gelmektedir. Foucault'un güç, bilgi ve toplum üzerine çarpıcı analizleri, düşünce dünyamızı şekillendirmeye devam etmektedir. Onun eserleri, sorgulayıcı zihinlere ilham verip, bize toplumsal yapıları eleştirel bir bakış açısıyla görmeyi öğretmektedir. Foucault'nun fikirleri, günümüzdeki pek çok tartışmanın temelini oluşturmakta ve bu bağlamda onun düşünce dünyasına katkıda bulunmuş olmak bizim için bir ayrıcalıktır. Bu büyük düşünürü anarken, onun bize sunduğu bilgelikle geleceğe yürümeye devam etmek, toplumsal gerçeklikleri daha derinlemesine anlama ve değiştirme yolunda bir taahhüttür. Foucault'nun düşünsel mirası, kendi anlayışımızı zenginleştirmeye devam edecek ve onun eserleriyle söyleşim kurarak kendi yolumuzu bulmamıza rehberlik edecektir. İşte bu sebepten dolayı o unutulmaktan ziyade hatırlanmayı hak etmektedir.

KAYNAKÇA

Bataille, Georges. (1937). “Réparation à Nietzsche: Nietzsche et les fascistes”, in *Acéphale*, No:2, Janvier, p. 3-13.

Benedict, Ruth. (2005). *Patterns of Culture*, New York: Mariner Books.

Biebricher, T. (2005). Habermas, Foucault and Nietzsche: A double misunderstanding. *Foucault Studies*, 1-26.

Bouveresse, Jacques and Kovacsics, Adan. (2020). *Nietzsche contra Foucault: Sobre la verdad, el conocimiento y el poder.* [Español: Ediciones del Subsuelo.

Defert, Daniel. (2013). “Chronology,” in C. Falzon, T. O’Leary, and J. Sawicki (eds.), *A Companion to Foucault*, Blackwell.

Eribon, Didier. (1991). *Michel Foucault*. Betsy Wing (translator). Cambridge, MA: Harvard University Press.

Flyvbjerg, B. (2000, April). Ideal theory, real rationality: Habermas versus Foucault and Nietzsche. In *Paper for the Political Studies Association’s 50th Annual Conference, The Challenges for Democracy in the 21st Century*, London School of Economics and Political Science (pp. 10-13).

Foucault, Michel & Rabinow, Paul. (1998). *Ethics: Subjectivity and Truth (Essential Works of Foucault, 1954-1984, Vol. 1)*. London: The New Press.

Foucault, Michel. (1980). “Prison Talk,” Colin Gordon (trans.), in *Power/Knowledge: Selected Interviews and Other Writings, 1972-1977*, Colin Gordon (ed.) New York: Pantheon Books.

Foucault, Michel. (1982). *The Subject and Power*. University of Chicago Press.

Foucault, Michel. (1984). “Nietzsche, Genealogy, History”. *The Foucault Reader*. Edited by Paul Rabinow. Pantheon Books, pp. 76-100.

Foucault, Michel. (1994). *The Order of Things: An Archaeology of the Human Sciences*, London: Vintage; Reissue edition.

Foucault, Michel. (2005). *The Order of Things: An Archaeology of the Human Sciences*. London and New York: Routledge.

Foucault, Michel. (2009). "Preface to the 1961 edition". *History of Madness*. Translated by Khalfa J. NY: Routledge.

Foucault, Michel. (2020). *Deliliğin Tarihi*. Çev. Mehmet Ali Kılıçbay. İstanbul: İmge Kitabevi Yayınları.

Girard, R. (Sep., 1984). "Dionysus versus the Crucified", *MLN*, Vol. 99, No. 4.

Heidegger, M. (1993). Letter on humanism. *Basic writings*, 204.

Hyppolite, J. (1974). *Genesis and structure of Hegel's "Phenomenology of spirit"*. Northwestern University Press.

Jacobs, I., & Wilson, T. (2023). Alexandre Kojève and Russian philosophy: Guest editors' introduction. *Studies in East European Thought*.

Lash, S. (1984). Genealogy and the Body: Foucault/Deleuze/Nietzsche. *Theory, Culture & Society*, 2(2), 1-17.

Mahon, Michael. (1992). *Foucault's Nietzschean Genealogy: Truth, Power, and the Subject*. New York: State University of New York Press.

Marshall, J. D. (30 June 1996). Michel Foucault: Personal Autonomy and Education. *Springer*.

Megill, Allan. (1985). *Prophets of Extremity: Nietzsche, Heidegger, Foucault, Derrida*, University of California Press.

Nietzsche, Friedrich. (2012). *Wagner Olayı-Nietzsche Wagner'e Karşı*, Çev. M. Osman Toklu. İstanbul: Say Yayınları.

Nietzsche, Friedrich. (2019). *Tragedyanın Doğuşu*. Çev. Mustafa Tüzel. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Nietzsche, Friedrich. (2021). *Böyle Buyurdu Zerdüşt: Herkes ve Hiç Kimse İçin Bir Kitap*. Çev. Regaip Minareci, İstanbul: Can Yayınları.

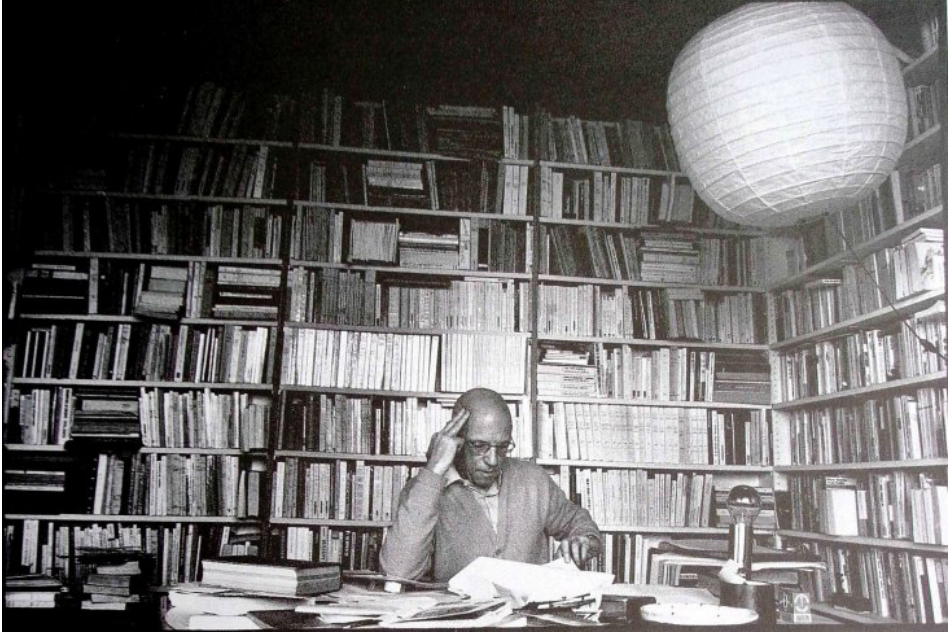
Olssen, Mark. (2015). *Toward a Global Thin Community: Nietzsche, Foucault, and the Cosmopolitan Commitment*. London: Routledge.

Owen, David. (1997). *Maturity and Modernity: Nietzsche, Weber, Foucault and the Ambivalence of Reason*. London and New York: Routledge.

- Peters, M. A., Neilson, D., & Jackson, L. (2022). Post-marxism, humanism and (post) structuralism: Educational philosophy and theory. *Educational Philosophy and Theory*, 54(14).
- Rosenberg, Alan and Westfall, Joseph. (2018). *Foucault and Nietzsche: A Critical Encounter*, Bloomsbury.
- Rosenberg, Alan ve Westfall, Joseph. (2018). *Foucault and Nietzsche: A Critical Encounter*. New York: Bloomsbury.
- Schrift, Alan D. (2010). "French Nietzscheanism", In Schrift, Alan D. (ed.). *Poststructuralism and Critical Theory's Second Generation*. The History of Continental Philosophy. Vol. 6. Durham, UK: Acumen. (pp. 19-46).
- Schrift, Alan D. (2014). *Poststructuralism and Critical Theory's Second Generation*, Routledge, ch. 1: French Nietzscheanism.
- Scott, C. E. (1990). *The Question of Ethics: Nietzsche, Foucault, Heidegger*.
- Scott, Charles E. (1990). *The Question of Ethics: Nietzsche, Foucault, Heidegger*. Indiana University Press.
- Shapiro, G. (2003). *Archaeologies of vision: Foucault and Nietzsche on seeing and saying*. University of Chicago Press.
- Shapiro, Gary (2003). *Archaeologies of Vision: Foucault and Nietzsche on Seeing and Saying*. Chicago: University of Chicago Press.
- Sluga, H. (1993). *Heidegger's crisis: Philosophy and politics in Nazi Germany*. Harvard University Press.
- Stokes, Philip. (2004). *Philosophy: 100 Essential Thinkers*. Kettering: Index Books.
- Tuana, Nancy and Scott, Charles E. (2020). *Beyond Philosophy Nietzsche, Foucault, Anzaldúa*. Indiana: I. University Press.
- Ure, M. V. (2007). Senecan Moods: Foucault and Nietzsche on the Art of the Self. *Foucault Studies*, 19-52.
- Wagner à Bayreuth, Richard. (1877) Nietzsche, *Friedrich* (Richard Wagner in Bayreuth [First French Version], Paris: Schmeitzner Chemnitz.

Weeks, Jeffrey. (2005). "Remembering Foucault". *Journal of the History of Sexuality* Vol. 14, No. 1/2, Special Issue: Studying the History of Sexuality: Theory, Methods, Praxis (Jan. - Apr.)

EKLER



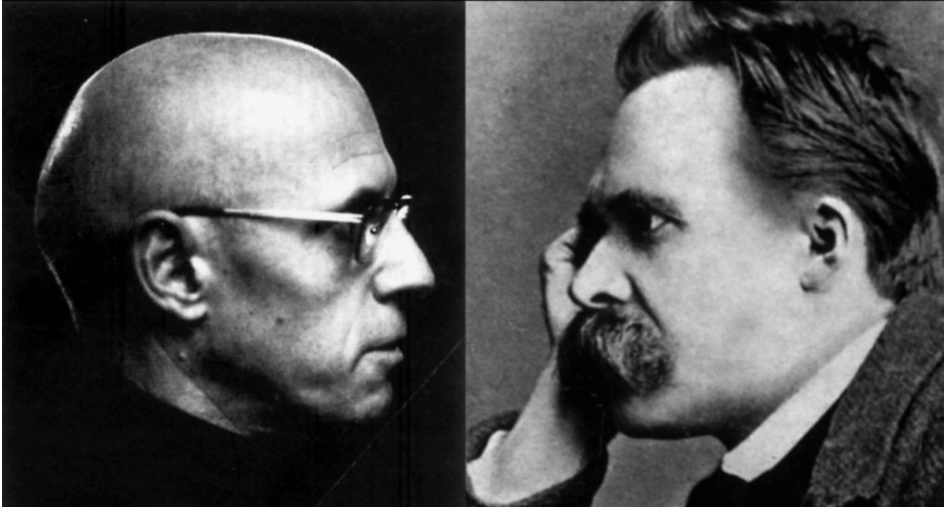
Michel Foucault kişisel kütüphanesinde çalışırken.

Kaynak: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRJ_9ZJEV2tR7yF-LlzpTQI1wRYEDUTu7JCWEkwNOadQajoHIRhpD3uFCB0Q2nks29qYMNU&usqp=CAU (Erişim tarihi: 09.01.2024)



Foucault'yu Hatırlamak.

Kaynak: <https://www.celebritywithyou.com/image/cache/catalog/products/Miniature-dolls/Michel-Foucault-French-philosopher-historian-of-ideas-writer-political-activist-literary-critic-Philosophy-Gift-Collectible-doll-3-680x630.jpeg>
(Erişim tarihi: 09.01.2024)



Foucault ve Nietzsche.

Kaynak: <https://www.stephenhicks.org/wp-content/uploads/2018/06/foucault-nietzsche-1024x576.jpg> (Erişim tarihi: 09.01.2024)

Ortoreksiya Nervoza Eğiliminde Mükemmeliyetçilik ve Obsesif İnançların Etkisinin İncelenmesi

İtir TARI CÖMERT

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Türkiye

itcomert@fsm.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0002-6032-4416>

ÖZET

Bu çalışmada çeşitli beden kitle indekslerine sahip, yaşları 18-57 arasında değişen 290 katılımcının ortoreksiya nervoza eğilimleri ile mükemmeliyetçilik ve obsesif inançlar arasındaki ilişkinin incelenmesi hedeflenmiştir. İki hipotez çerçevesinde yürütülen çalışma sonucunda, ortoreksiya nervoza eğilimi ile diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Beden kitle indekslerine göre de farklılıklar söz konusudur: Zayıf beden kitle indeksine sahip katılımcıların ortoreksiya nervoza eğilimi kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilikten etkilenirken, fazla kilolu beden kitle indeksine sahip katılımcılarda sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçilik ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik etki göstermiştir. Henüz herhangi bir psikiyatrik tanı ve sınıflandırma sistemine dahil olmayan bir yeme patolojisine yönelik olarak tasarlanan bu çalışma, ortoreksiya nervoza için yeni bir model ortaya koymaya giriş niteliği taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: *ortoreksiya nervoza, yeme bozuklukları, mükemmeliyetçilik, obsesif inanç*

Examination of the Effect of Perfectionism and Obsessive Beliefs on the Tendency to Orthorexia Nervosa

ABSTRACT

In this study, it was aimed to investigate the relationship between orthorexia nervosa tendency and perfectionism and obsessive beliefs of 290 participants aged 18-57 with various body mass indexes. As a result of the study conducted within the framework of two hypotheses, it was found that there was a significant relationship between tendency to orthorexia nervosa and perfectionism towards others. There are also differences in body mass indexes: the tendency to orthorexia nervosa in the weak index is influenced by self-perfectionism and perfectionism for others, while socially perceived perfectionism and self-perfectionism have an effect on the overweight index. This study, designed for an eating pathology which is not yet included in the diagnosis and classification system of any mental disorder, is an introduction to a new model for this pathology.

Keywords: *orthorexia nervosa, eating disorders, perfectionism, obsessive beliefs*

Giriş

DSM-5'te yer alan Beslenme ve Yeme Bozuklukları kümesi altına ya da ICD-11 tanı kriterlerine henüz diğer henüz dahil edilmemiş ortoreksiya nervoza, yeni nesil bir yeme bozukluğu olarak düşünülmektedir. Sağlıklı beslenme konusunda aşırı güçlü bir saplantıyı ifade eden ortoreksiya nervoza, Yunanca *doğru* anlamındaki *ortho* kelimesi ile iştah anlamındaki *orexi* kelimesinin birleştirilmesi ile oluşturulmuş ve ilk kez Bratman (1997) tarafından tanımlanmıştır (Bratman & Knight, 2001). Ortoreksiya nervoza konulu vaka çalışmalarının ise Donini ve diğerleri (2004) ile başladığı görülmektedir. Başlıca araştırmalarda yiyeceklerin saflığı, doğallığı ve nasıl piştiği diğer tüm unsurlardan değerli olarak algılandığı, kişilerin sağlıklı beslenme düzeni planlama ve sağlıklı yemek hazırlama hususunda takıntı düzeyinde dikkatli oldukları gösterilmiştir (Donini vd., 2004). Bu ve takip eden çalışmalarda bireylerin zayıflamak için değil sağlıklarını iyileştirmek amacıyla uymak zorunda olduklarını hissettikleri bir diyet düzeni doğrultusunda patolojik bir yeme dürtüsü ifade ettikleri saptanmıştır (Moroze vd., 2015; Park vd., 2011; Saddichha vd., 2012; Zamora vd., 2005).

Ortoreksiya nervoza için belirlenen ilk tanı ölçütleri Moroze ve diğerleri (2015) tarafından yapılmış bir vaka çalışmasında yer alan 4 ana ölçüte ve bu ölçütlerin alt maddelerine dayanmaktadır (Tablo 1). Bu ölçütler belirlenirken kilo kaybı ele alınmamıştır. Konu hakkında yapılmış bir derlemede ise kilo kaybının da göz önünde bulundurulduğu 2 ana kriter sunulmuştur (Dunn ve Bratman, 2016) (Tablo 2). Ortoreksiya nervoza'nın DSM-5'te Kaçınan/Kısıtlı Yiyecek Alım Bozukluğu kategorisi altında sınıflandırılabilmesi üzerine görüşler olsa da sağlıklı beslenme ve sağlıklı kalma içerikli kaygı ve kaçınmaların söz konusu olması nedeniyle belirtilen kategoride değerlendirilemeyeceği, diğer zayıf kalma ve kilo verme odaklı yeme bozukluklarından ayrılmış biçimde, başlı başına bir tanı kategorisi olarak görülmesi gerekliliği vurgulanmaktadır (Kreipe ve Palomaki, 2012).

Tablo 1: Ortoreksiya Nervoza İçin Tanı Kriterleri (Moroze vd., 2015)

A. Aşağıdakilerden ikisinin ya da daha fazlasının olmasıyla belirli, sağlıklı yiyecekler yemeye yönelik olarak öğünlerin bileşimine ve kalitesine yönelik saplantılı meşgulliyet ve kaygı

1. Besinlerin saflığına yönelik inanışlar doğrultusunda besin değeri açısından dengesiz bir diyet uygulama

2. Sağlıksız veya saf olmayan besinleri yemenin ve besin kalitesinin fiziksel ve duygusal sağlığa etkisine ve yönelik zihinsel meşguliyet ve yoğun kaygı
 3. Sağlıksız olduğuna inanılan gıdalardan katı biçimde kaçınma; bu gıdalar herhangi bir yağ, koruyucu madde, katkı maddesi, hayvansal ürün veya sağlıksız olma durumu ile örtüşen herhangi bir içerik olabilir.
 4. Besinlere yönelik bir uzmanlığı olmayan bireylerin, algılanan nitelik ve bileşimlerine bağlı olarak çeşitli gıdalara hakkında okumak, bu gıdaları almak ya da hazırlamaya yönelik aşırı zaman (günde üç saat ve daha fazlası) harcaması
 5. Sağlıksız veya saf olmayan yiyeceklerin tüketildiği sınır aşımı dönemlerinin ardından suçluluk ve sıkıntı duyguları
 6. Başka kişilerin yiyeceklere yönelik tutumlarına karşı tahammülsüzlük
 7. Gelirinin büyük kısmını veya gelirinden fazlasını nitelik ve bileşimleri nedeniyle yiyeceklere harcamak
- B. Saplantılı meşguliyet aşağıdaki durumlarda yetersizlik ve bozulmaya neden olur:
1. Dengesiz beslenme nedeniyle fiziksel sağlığın bozulması (örneğin, dengesiz bir diyetten kaynaklı besin yetersizliği gelişmesi)
 2. Sağlıklı yeme tutumuna odaklı saplantılı düşünceler ve davranışlardan kaynaklı olarak sosyal, akademik veya mesleki işlevsellikte ciddi yetersizlik veya bozulma
- C. Söz konusu bozukluk, obsesif-kompulsif bozukluk, şizofreni veya başka bir psikotik bozukluk gibi bir hastalığa ait belirtilerin alevlenmesi nedeniyle oluşmamıştır.
- D. Söz konusu bozukluk, ortodoks beslenme kurallarına, özel gıda gereksinimlerine, gıda alerjilerine veya özel bir diyet gerektiren tıbbi koşullara bağlı olarak çıkmamıştır ve bu tip durumlarla daha iyi açıklanamamaktadır.

Tablo 2: Ortoreksiya Nervozu İçin Önerilen Tanı Kriterleri (Dunn ve Bratman, 2016)

- A. Sağlıklı beslenmeye saplantılı şekilde odaklanma; bu durum bir diyet teorisi ya da özel detayları olan biri inanış biçimi olarak tanımlanabilir, sağlıksız olarak algılanan yiyeceklerin alımıyla ilişkili duygusal sıkıntı ile belirgindir; kilo kaybı birincil hedef olmamakla birlikte beslenme seçimlerinin bir sonucu olarak oluşabilir.
1. Bireysel olarak olması gereken en iyi sağlık düzeyini sağladığına inanılan olumlu yönde yönde kısıtlayıcı diyet uygulamalarına yönelik saplantılı davranış ve/veya yoğun zihinsel meşguliyet
 2. Kendi kendine dayatılan diyet kurallarının ihlal edilmesi durumunda, anksiyete ve utancın eşlik ettiği abartılı hastalık korkusu, kirlenme hissi gibi olumsuz fiziksel duyumlar
 3. Diyete bağlı kısıtlamalar zamanla artar ve tüm besin gruplarının dışlanması neden olabilir; arındırıcı olduğu kabul edilen aşamalar ve bu aşamalardaki açlık daha sık/şiddetli olur. Bu durum kilo kaybına neden olsa da kilo verme isteği genelde yoktur.

B. Saplantılı davranış ve zihinsel uğraş aşağıdakilerden herhangi birinin mevcut olması ile klinik açıdan yetersizlik haline gelir:

1. Yetersiz beslenme, ağır kilo kaybı veya diyet kaynaklı tıbbi komplikasyonlar
 2. Sağlıklı beslenmeye dair inanç ve davranışlara bağlı olarak sosyal, akademik veya mesleki işlevselliğin ve kişilerarası ilişkilerin bozulması
 3. Olumlu beden imajı, öz-değer, kimlik ve yaşam doyumu, kişinin kendince tanımladığı sağlıklı beslenmeye keskin şekilde bağlıdır.
-

Ortoreksiya nervoza ile ilgili çalışmaların büyük çoğunluğu diyetisyenler, sporcular gibi belli bir topluluk ya da yalnız üniversite öğrencilerinden oluşan örneklerde gerçekleştirilmiş, ölçme aracı olarak Ortoreksiya Nervoza Ölçeğinin 15, 11 ve 9 maddeli adaptasyonları kullanılmıştır. Bu çalışmalarda elde edilen yaygınlık değerlerinin farklılaştığı, İtalyan üniversite öğrencileri örneğinde %6 iken Brezilya’da kadın diyetisyenlerden oluşan bir örnekte %88,7’ye kadar yükseldiği, yaygınlık çalışmalarının %30-70 arasında değişen değerler verdiği görülmektedir (Donini vd., 2005; Souza ve Rodrigues, 2014). Bu denli farklı yaygınlık değerlerinin bulunması ölçüm araçlarının psikometrik özellikleri, kuramsal altyapısı, standardizasyon örnekleme, kullanılan test yaklaşımı gibi hususlara dair soru işaretlerini de beraberinde getirmekte, bu noktada sınırlılıklar olduğuna işaret etmektedir (Dunn ve Bratman, 2016).

Mükemmeliyetçilik, yaygın olarak kullanılan bir tabir olmasına rağmen klinik anlamdaki yeri ve önemi halen inceleme konusudur (Shafran vd., 2002). Klinik anlamda mükemmeliyetçilik, kişinin öz değerinin -tüm olumsuz sonuçlarına rağmen- kendi talepkâr standartları doğrultusunda belirlenmiş zorlu hedefler için çabalama ve bu hedefleri başarmaya bağlı olarak derecelendirildiği bir düşünce sistemi olarak tanımlanmakta, işlevsiz bir öz değerlendirme örüntüsü olduğu vurgulanmaktadır (Fairburn ve Brownell, 2005; Shafran vd., 2002).

Klinik mükemmeliyetçiliğin, yeme bozuklukları için sürdürücü bir mekanizma oluşturduğu, sınıflandırma sistemlerinde başlıca bir yeme-beslenme bozukluğu olarak yer alan anoreksiya nervoza ve bulimia nervozanın psikopatolojisinde önemli rol oynadığı bilinmektedir (Fairburn vd., 2003). Mükemmeliyetçi bireyler hayatlarının çoğu alanında neredeyse her unsuru, beslenme bozukluğu olan bireyler ise yeme davranışlarını, kilolarını, vücut biçimlerini kontrol etmeye yönelik

bir eğilim taşımaktadırlar. Mükemmeliyetçi bireylerin neredeyse daima sahip olduğu başarısızlık korkusu, yeme bozukluğu olan kişilerde kilo, alınan yiyecek miktarı, sağlıklı beslenme gibi konularda başarısızlık korkuları olarak tezahür etmektedir. Sık sık kilo kontrolü, porsiyon ve kalori sayma gibi beslenme performansı ve bedene yönelik seçici dikkat ve yeme performanslarının olumsuz değerlendirilmesine yönelik negatif savunmalar oldukça benzerdir (Shafran vd., 2002). Sonuçta, negatif ikincil bir öz değerlendirme sürecinde yeme bozukluğu yaşayan kişilerin beslenme, kilo, vücut biçimi gibi noktalarda kendi mükemmel hedeflerine ulaşmak için çaba göstererek, mükemmeliyetçiliği psikopatolojilerini güçlendiren bir araç haline getirdikleri söylenebilir (Fairburn vd., 2003).

Ortoreksiya nervoza ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin beş büyük kişilik özelliğinin yanı sıra çeşitli kişilik patolojileri ekseninde incelendiği, çalışmaların büyük çoğunluğunda ortoreksiya nervoza ile mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönde ilişki saptandığı görülmektedir (Oberle vd., 2017). Ortoreksiya nervoza ile anoreksiya nervozanın kilo kaybına ilişkin sonuçlarına ek olarak mükemmeliyetçilik, yüksek seviyede kaygı ve kontrol ihtiyacı özelliklerinde de benzeştiği, başarı ve performans odaklı olarak diyetlerine sıkı biçimde uymayı bir öz kontrol ve öz disiplin becerisi olarak gördükleri, çoğu zaman patolojilerini reddedici oldukları ve obsesif-kompulsif bozukluğuna benzer düşünce ve davranışlar gösterdikleri ortaya konmuştur (Steven vd., 2001; Donini vd., 2004; Fidan vd., 2010; Kinzl vd., 2006; Parra-Fernández vd., 2018).

Obsesif inançların, ilk bakışta normal ve önemsiz sayılabilecek olumsuz istenmeyen düşüncelerin, bireysel düzlemde uyumsuz ve işlevsiz biçimde yorumlanmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Obsesif-kompulsif bozukluğu olmayan bireyler bu istenmeyen düşünceleri anlamsız bulup geçiştirebilirken, bozukluğu olan kişilerin ise bu düşünceleri oldukça önemli bir tehdit olarak gördükleri, kontrol etmek için yoğun çaba harcadıkları bilinmektedir (Rachman, 1998; Salkovskis vd., 2000). Beck'in (1976) bilişsel teorisinde obsesif eğilimin abartılmış tehdit algısı, kişisel sorumluluk yükü, aşırı değerlendirilmiş veya önem yüklenmiş düşünce, belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmellik ihtiyacından oluşan işlevsiz çekirdek inanışlara dayandığı görüşü üzerine yoğunlaşmıştır. Bu görüşten hareketle yapılan çalışmalarda çok sayıda ampirik kanıt elde edilmiştir. Örneğin, obsesif-kompulsif belirtiler, obsesif inançlar ve abartılmış tehdit algısı ile sorumluluk yüklenme bazında önemli görülen düşünceler ilişkili

bulunmuş, obsesif inançların obsesif-kompulsif bozuklukta söz konusu olan sıkıntı hali ve bu sıkıntıyı nötralize etmeye yönelik davranışlara neden olduğu gözlenmiş, obsesif inançlara sahip kişilerin stresli bir yaşam olayının ardından obsesif-kompulsif bozukluk belirtileri gösterdikleri ve büyük oranda da obsesif-kompulsif bozukluk tanısı aldıkları tespit edilmiştir (Abramowitz ve Deacon, 2006; Abramowitz vd., 2007; Coles ve Horng, 2006).

Beslenme-yeme bozuklukları, mükemmeliyetçilik gibi yerleşik ve değiştirilmesi zor kişilik örüntüleri ile motive olunan ritüel davranışlar ve bu davranışları gerçekleştirememeye ihtimalinin ya da durumunun yarattığı felaketeleştirmeye dayanan kaygı yönünden obsesif-kompulsif bozukluğa benzerdir (Lavender vd., 2006). Konu hakkında başta anoreksiya nervoza olmak üzere mevcut yeme bozuklukları çerçevesinde yapılmış çok sayıda çalışma olmasına rağmen ortoreksiya nervoza ile ilişkilendirilmiş çalışmaların oldukça yeni olduğu görülmektedir. *Sağlıklı beslenme fanatiği* olarak tanımlanan ve sonradan 28'i için ortoreksiya nervoza ön tanısı düşünülen 404 kişilik bir örneklemin Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI) sonuçlarında psikasteni alt testindeki sonuçlara dayanarak obsesif-kompulsif ve fobik örüntülerin varlığının tespit edildiği, bu durumun saplantılı sağlıklı beslenme durumu ile obsesif inançlar arasındaki bağlantıyı ortaya koyduğu düşünülmüştür (Donini vd., 2004). Bu çalışmanın amacı, beden kitle indekslerine göre ortoreksiya nervoza eğilimi üzerinde mükemmeliyetçilik ve obsesif inançların yordayıcılık etkisini araştırmaktır. Bu amaçla test edilen hipotezler şu şekildedir:

Hipotez 1: Mükemmeliyetçilik ve saplantılı inançlar ortoreksiya nervoza eğilimini yordamaktadır.

Hipotez 2: Mükemmeliyetçilik ve saplantılı inançların ortoreksiya nervoza eğilimini yordayıcılığı beden kitle indekslerine göre farklılık göstermektedir.

Yöntem

Örneklem

Helsinki Deklarasyonu prensipleri ve Türk Psikologlar Derneği etik kurallarına uygun şekilde tasarlanan ve yürütülen çalışmaya yaşları 18-57 ($\bar{x} = 23,53$; $SS = 5,62$) arasında değişen 236'sı kadın (%81,4), 54'ü erkek (%18,6) 290 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılım 18 yaş üstü olma ölçütü ile sınırlandırılmış, bu ölçüte uygun kişiler gönüllülük esasına dayalı olarak

kolay örnekleme yöntemi ile araştırmaya dahil edilmiştir. Katılımcıların kilo ve boy ölçüleri alınarak beden kitle indeksleri hesaplanmıştır. Buna göre ağırlıkları 42-117 kilogram ($\bar{x} = 61,59$; $SS = 13,27$ kg), boyları 150-198 santimetre ($\bar{x} = 167,33$; $SS = 8,24$ cm) arasında dağılan katılımcıların 48'i zayıf (%16,6), 206'sı normal kilolu (%71), 24'ü fazla kilolu (%8,3) ve 12'si obez (%4,1) indekste yer almaktadır. Katılımcıların 22'si (%7,6) psikiyatrik bir bozukluk, 44'ü (%15,2) kronik bir hastalık rapor etmiştir. 8 katılımcı (%2,8) zorunlu olarak uyguladığı bir beslenme biçimi olduğunu, 20 katılımcı (%6,9) ise zorunlu bir durum olmaksızın bir diyet listesi uyguladığını belirtmiştir. Katılımcıların 34'ü (%11,7) kilosunu takip etmek veya kontrol altında tutmak için kalori ya da glisemik indeks değerlerini sayma, yediklerini not alma gibi özel yöntemler kullanmakta, 42'si (%14,5) düzenli olarak spor yapmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Katılımcılara araştırmanın amacını açıklayan bir bilgilendirilmiş onam formu sunulmuş ve araştırmaya katılım onayı ile verilerinin bilimsel amaçla işlenmesi ve kullanılması için kabulleri alınmıştır. Yaş, kilo, boy, cinsiyet gibi bilgileri edinmeye yönelik 14 maddeli bir sosyodemografik form, 11 maddeli Ortoreksiya Ölçeği (Arusoğlu vd., 2008), 45 maddeli Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Oral, 1999) ve 44 maddeli Obsesif İnançlar Ölçeği (Boysan vd., 2010) basılı olarak verilmiştir.

Ortoreksiya Ölçeği (ORTO-11). Ortoreksiya nervozaya yönelik ilk ölçme aracı olarak kabul edilebilecek 10 maddeli Bratman soru listesi psikometrik yeterlilikler, geçerlik ve güvenilirlik, kesme puanı veya bir deney/kontrol grubu çalışması gözetilmeden tasarlanmış ve araştırmacılar tarafından bilimsel ve detaylı tanılama için yalnız yüzeysel bir değerlendirme için kullanılabileceği belirtilmiştir (Bratman ve Knight, 2001). Bu soru listesinin 6 maddesi ile yeni eklenen 9 maddeden oluşan ve geçerlik-güvenirlik çalışmaları 110 kişilik örneklem üzerinde tamamlanan Ortoreksiya Nervozaya Ölçeği (ORTO-15) ise söz konusu bozukluk için güncel olarak işlevsel bir ölçek olarak görülmektedir (Donini vd., 2005). ORTO-15 çeşitli dillere uyarlanmış versiyonlarıyla ilgili alan yazında geçerli bir ölçüm aracı olarak kullanılmaktadır.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Arusoğlu ve diğerleri tarafından (2008) 994 yetişkin birey üzerinden gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uyarlama aşamasında 0,50 ve üstü faktör yükü taşıyan maddeler seçilmiş, daha düşük faktör yüklü maddeler dışarıda bırakılmış, sonuçta 11 maddeli haliyle kullanıma

sunulmuştur. Ölçekte tutulan 11 maddeye tekrar faktör analizi yapıldığında, maddelerin büyük çoğunluğunun ilk faktörde toplandığı, ikinci ve üçüncü faktörde yalnız 2 madde bulunduğu görülmüş, ikinci ve üçüncü faktörün iç tutarlılık katsayıları ve madde sayıları düşük olduğu için tek bir yapı olarak değerlendirilmesi kararlaştırılmıştır. Ölçeğin 15 maddeli haliyle hesaplanan Cronbach α değeri 0,44 iken 11 maddeli nihai haliyle hesaplanan değer 0,62'dir. Bu araştırma kapsamında yürütülen güvenilirlik analizi sonucunda da yeterli ($\alpha = 0,62$) katsayı büyüklüğüne erişilmiştir. Ölçekten elde edilen düşük puanlar ortoreksiya nervoza eğiliminin yüksek olduğunu göstermektedir.

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ-H). Hewitt ve Flett (1991) tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ-H), kişinin kendine ve başkasına yönelik mükemmeliyetçiliği ile sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçilik eğilimini ölçmeyi amaçlamaktadır. Yedili likert tipi 45 madde ve 3 alt boyuttan oluşan ölçeğin her boyutunda 15 madde bulunmakta ve her alt boyutta alınan puan ilgili boyuttaki mükemmeliyetçilik düzeyine işaret etmektedir (Hewitt vd., 1991).

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Oral (1999) tarafından gerçekleştirilmiş, asıl halinde olduğu gibi kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçilik şeklinde üç faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Elde edilen iç tutarlılık katsayılarının da ölçeğin aslına benzer olduğu görülmektedir: Hewitt ve Flett'in (1991) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü ölçek geliştirme sürecinde iç tutarlılık katsayıları belirtilen alt boyutlar için sırasıyla 0,86 – 0,87 – 0,82 iken Oral'ın (1999) yine üniversite öğrencileri örneğinde yaptığı uyarlamasının alt boyutları için 0,91 – 0,73 – 0,80'dir (akt. Getir, 2015). Bu çalışmada alt boyutlar için elde edilen Cronbach α değerleri de (0,92 – 0,77 – 0,84) ölçeğin güvenle kullanılabileceğini göstermektedir.

Obsesif İnançlar Ölçeği (OIÖ-44). Obsesif-kompulsif bozukluğa bilişsel perspektiften bakan tüm kuramların bir sentezi olma yolu ile bahsi geçen tüm yaklaşımları kapsayan bir ölçek olan Obsesif İnançlar Ölçeği (OIÖ-44), obsesyonların oluşumunda kritik rolü olduğu düşünülen inanç ve bilişsel değerlendirmeleri ölçmek için tasarlanmıştır. Ölçeğin ilk psikometrik çalışmaları 1997 yılında, yedili likert tipi 87 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşurken, bu alt boyutlar arasındaki örtüşmeler ölçeğin psikometrik açıdan yeniden değerlendirilmesi ihtiyacını doğurmuştur. Bu doğrultuda

44 maddeli kısaltılmış bir form haline getirilen ölçek sorumluluk/tehlike beklentisi, mükemmeliyetçilik/kesinlik ve düşüncelere önem verme/düşünceleri kontrol etme şeklinde 3 alt boyuta indirgenmiştir. Ölçeğin kısaltılmış versiyonunda elde edilen toplam puanın iç tutarlılık katsayısı 0,95 olarak hesaplanmış, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ortaya konmuştur (OCCWG, 2001, 2003, 2005).

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Boysan ve arkadaşları (Boysan vd., 2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Aslı ile uygun olarak üç faktörlü bir yapı üzerinde, asıl ölçekten farklı olarak beşli likert tipi 44 maddede 0,92'lik bir iç tutarlılık katsayısına erişilmiştir. Bu çalışma esnasında ölçek alt boyutlarının güvenilirliği için elde edilen Cronbach α katsayısı sorumluluk/tehlike beklentisi alt boyutu için 0,88, mükemmeliyetçilik/kesinlik alt boyutu için 0,89, önem verme/düşünceleri kontrol etme alt boyutu için ise 0,87'dir.

İşlem

Elde edilen veriler Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) yazılımının 25 versiyonunda çalışılmış, çoklu doğrusal regresyon kullanılarak analiz edilmiştir. Bir bağımlı değişken ile iki veya daha fazla bağımsız değişken arasındaki doğrusal ilişkinin incelendiği bu analiz ile bağımlı değişken üzerinde etkisi olduğu düşünülen bağımsız değişkenlerin etki büyüklükleri ve değişimi açıklama düzeyleri belirlenebilmektedir (Can, 2018; Özdamar, 1999). Analiz işlemleri üç aşamada yürütülmüştür; ilk etapta veri seti düzenlenmiş, betimleyici ve tanımlayıcı istatistikler elde edilmiş, ikinci seviyede normal dağılıma uygunluk sınamaları ve kullanılan ölçeklerin her bir alt boyutu için iç tutarlılığını gösteren Cronbach α katsayısı hesaplanmıştır. Bu noktada, kullanılan ölçeklerden elde edilen toplam puanların alt boyutların büyük çoğunluğu normal dağılıma uymakla beraber bir kısmının normallığe uygun olmadığı görülmüştür. Yapısal eşitlik modellemesi gibi ileri seviye analizleri kullanım dışı bırakan bu durum, yapısal eşitlik yerine çoklu regresyon modeli kullanımı ve evrenin normal dağılmadığı, örneklemin de buna dayalı olarak normal dağılamayacağı mantığından hareketle, verilerin kendi içinde normal dağıldığı kabul edilerek elimine edilmeye çalışılmıştır. Üçüncü aşamada ise beden kitle indekslerine göre ortoreksiya eğilimi üzerinde mükemmeliyetçiliğin ve obsesif inançların etkisi çoklu doğrusal regresyon analizi ile incelenmiştir.

Bulgular

ORTO-11 ölçeğinden toplam puanı ile ÇBMÖ-H ve OİÖ-44'ün alt boyutlarına ait toplam puanlar çoklu doğrusal regresyon kullanılarak, stepwise metodu ile analize alınmıştır. Stepwise metodu ile modelin açıklayıcılık gücüne en fazla katkıda bulunan değişken modele dahil edilmiş, diğer değişkenler de test edilmekle birlikte anlamlı katkıda bulunmamaları nedeniyle model dışında bırakılmışlardır. Regresyon analizi sonuçlarına göre, ortoreksiya nervoza eğilimi üzerinde etkisi olduğu düşünülen obsesif inançlar değişkenine ait sorumluluk/tehlike beklentisi ($p > 0,05$), mükemmeliyetçilik/kesinlik ($p > 0,05$) ve önem verme/düşünceleri kontrol etme ($p > 0,05$) alt boyutlarının ve mükemmeliyetçilik değişkenine ait kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($p > 0,05$) ile sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçilik ($p > 0,05$) alt boyutlarının, modele anlamlı bir katkıda bulunmamaları sebebiyle işlem dışı bırakıldığı görülmektedir. Mükemmeliyetçilik ölçeğinin bir diğer alt boyutu olan diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik toplam puanı ile ortoreksiya nervoza toplam puanı arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($F(1-288) = 4,702; p < 0,05$). Ortoreksiya nervoza eğilimi açıklamada ise diğer tüm alt boyutların dışlanmasıyla yalnız %12'lik etkisinin olduğu anlaşılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3: ORTO-11 Toplam Puanı ile ÇBMÖ-H ve OİÖ-44 Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları Arasındaki İlişkinin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ile İncelenmesi

Bağımlı değişken	Bağımsız değişken	<i>b</i>	SH	B	<i>t</i>	<i>p</i>
Ortoreksiya nervoza	Sabit (<i>a</i>)	25,978	1,217		21,343	0,000
	Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	0,044	0,020	0,127	2,168	0,031
F(1-288) = 4,702; $p < 0,05$; $R^2 = 0,127$						

Veri seti beden kitle indeksi kategorilerine göre bölünerek çoklu doğrusal regresyon analizi tekrarlanmıştır. Farklı beden kitle indeksindeki gözlemlerin ortoreksiya eğilimlerinde mükemmeliyetçilik ve obsesif inançların etkili olup olmayacağı araştırılmak üzere stepwise yöntemi ile yalnız anlamlı bulunan değişkenler modele dahil edilmiştir. Beden kitle indekslerine göre kategorize edilmiş regresyon sonuçları Tablo-4'de sunulmuştur.

Tablo 4: *Beden Kitle İndekslerine (BKİ) Göre ORTO-11 Toplam Puanı ile ÇBMÖ-H ve OİÖ-44 Ölçeği Alt Boyut Toplam Puanları Arasındaki İlişkinin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ile İncelenmesi*

BKİ	Bağımsız Değişkenler	<i>b</i>	SH	B	<i>t</i>	<i>p</i>
	Sabit (<i>a</i>)	23,101	2,913		7,929	0,000
Zayıf	Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik	0,253	0,059	0,653	4,293	0,000
	Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	-0,128	0,035	-0,557	-3,664	0,001
F(2-45) = 10,236; <i>p</i> < 0,001; R ² = 0,313						
	Sabit (<i>a</i>)	19,562	2,813		6,955	0,000
Fazla Kilolu	Sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçilik	0,346	0,067	0,926	5,180	0,000
	Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	-0,116	0,040	-0,522	-2,918	0,008
F(2-21) = 13,429; <i>p</i> < 0,001; R ² = 0,561						

Beden kitle indekslerine göre ORTO-11 toplam puanı ile ÇBMÖ-H ve OİÖ-44 ölçeği alt boyut toplam puanları arasındaki ilişkinin çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarında modelin zayıf ve fazla kilolu indekslerde anlamlı hale geldiği görülmektedir. Elde edilen bulgular, zayıf kişilerin ortoreksiya nervoza eğilimleri ile diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ve kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin (F(2-45) = 10,236; *p* < 0,001), fazla kilolu kişilerde ise sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçilik ile kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin (F(2-21) = 13,429; *p* < 0,001) anlamlı bir ilişki halinde olduğu göstermektedir. Zayıf kişilerde anlamlı bulunan mükemmeliyetçilik alt boyutları ortoreksiya nervoza eğilimini açıklamaya %31 oranında katkı sağlarken, fazla kilolu kişilerde anlamlı olduğu görülen mükemmeliyetçilik alt boyutları %56 oranında etkiye sahiptir.

Tartışma

Ortoreksiya nervoza eğilimi için obsesif inançlar ve mükemmeliyetçilikten oluşan bir model ortaya koymayı amaçlayan bu çalışmada belirlenen hipotezlerin yalnız mükemmeliyetçilik ayağı doğrulanabilmiştir. Örneklemin tamamında ve beden kitle indekslerine göre kategorize edilmiş durumda obsesif inançlar istatistiksel olarak anlamlı bir etki gösterememiş, mükemmeliyetçilik ise istatistiksel açıdan anlamlı etkiye sahip oluşu ile dikkat çekmiştir.

Çalışmanın ilk hipotezi daha geniş örneklem büyüklüklerinde yapısal eşitlik ile test edilebilecek bir modelin temeli olarak düşünülmüştür. Analiz sonucunda, obsesif inançlar hiçbir alt boyutu ile etki gösterememiş, mükemmeliyetçilik ise diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutu ile anlamlı bir sonuç vermiş fakat nispeten düşük bir açıklama gücü ortaya koymuştur ($R_2 = 0,127$). Çalışmada obsesif inançların ve bununla ilintili olarak obsesif yapılanmanın, diğer yeme-beslenme bozukluklarının aksine ortoreksiya nervoza ile ilişkili bulunmayışı kısıtlı örneklem sayısına bağlanabilmekle beraber bu konuda yeni araştırmalara olan ihtiyaca işaret etmektedir. Mükemmeliyetçilik değişkeninden elde edilen bulgular literatürle paraleldir. Nispeten düşük açıklama gücünün daha büyük bir örneklem grubunda artış gösterebileceği düşünülmektedir.

İkinci hipotezimizde, yeme bozukluklarında önemli bir belirleyici olan beden kitle indeksine göre ortoreksiya nervoza eğilimine etkisi olan değişkenler incelenmiştir. Zayıf, normal kilolu, fazla kilolu ve obez kategorilerinden oluşan beden kitle indeksine göre bölünen gözlemlerin çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda iki farklı –asında iki uç sayılabilecek- beden kitle indeksinde merak uyandırıcı bulgulara ulaşılmıştır. Zayıf kişilerde kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik anlamlı iken fazla kilolu kişilerde sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçilik ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik etki göstermiştir. İlgili literatür incelendiğinde, klinik olmayan örneklem üzerinde yapılan çalışmalarda kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçiliğin anormal yeme davranışları ile ilişkili bulunduğu görülmektedir (Macedo vd., 2007; Soares vd., 2009). Fazla kilolu kadınlardan oluşan örneklemle yürütülen bir araştırmada yüksek düzeydeki mükemmeliyetçiliğin uygunsuz yeme davranışları ile ilişkili olduğu sonucu elde edilmiştir (Peixoto-Plácido, Soares, Pereira ve Macedo, 2015). Doğrudan ortoreksiya nervozada beden kitle indeksi ve mükemmeliyetçiliğin araştırılmasına yönelik bir çalışma bulgusuna ise erişilememiştir. Bu bağlamda, elde edilen sonucun yeme bozukluklarına ilişkin genel literatürle uyum gösterdiği, ortoreksiya nervoza bağlamında değerlendirilebilmesi için ise yeni bir çalışma alanı oluşturduğu söylenebilir. Ek olarak, zayıf bireylerin kendilerine yönelik mükemmeliyetçiliklerinin yanında diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutunda da farklılaşıyor oluşu dikkat çekicidir.

Çalışma geliştirilmeye ihtiyaç duyan bazı sınırlılıklara sahiptir: Örneklem büyüklüğü, cinsiyet ve beden kitle indeksi dağılımı ve ölçek seçimi.

Çalışmamız klinik olmayan bir örnekleme yürütülmüş fakat kısıtlı büyüklükte bir örnekleme erişilebilmiştir. Her ne kadar sağlıklı kilodaki gözlem sayısı kabul edilebilir olsa da diğer beden kitle indeksi kategorilerine düşen gözlem sayısı düşüktür. Ortoreksiya nervozaya ölçeğinden elde edilebilecek en düşük puan 11 en yüksek puan 44'tür. Ölçek için ortalama kullanılarak bir kesme noktası tayin edildiğinde ortoreksiya nervozaya eğiliminin yüksek olarak kabul edilebileceği katılımcılar örneklemin %25'ini oluşturmaktadır, geri kalan katılımcılar düşük ve ortalama eğilim taşımaktadır. Buradan hareketle, doğrudan ortoreksiya nervozada etkili olabilecek değişkenleri incelemeye yeterli örneklemin elde edilemediği söylenebilir.

Örneklemin büyük çoğunluğu kadın katılımcılardan oluşmakta, erkek katılımcı sayısı azınlıktadır. Cinsiyet farklılığının kadınlardan yana olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcut olsa da (Arusoğlu vd., 2008; Koven ve Senbonmatsu, 2013; Macedo vd., 2007; Oberle vd., 2017) gözlem sayısındaki dengesizlik nedeniyle cinsiyet değişkeni bir bağımsız değişken olarak ele alınmamıştır. Çalışmada ortoreksiya nervozayı kabaca tanımlayabilecek bir ölçek, alt boyutlar açısından birbirleriyle örtüşen mükemmeliyetçiliğe ilişkin bir ölçek ve obsesif inançlara dair bir ölçek kullanılmıştır. Mükemmeliyetçilik alt boyutunda örtüşen bu iki ölçeğin korelasyon analizinde anlamlı bir ilişki ortaya koyamamış oluşu ve ortoreksiya nervozaya eğilimine etki etmede bir mükemmeliyetçilik ölçeğinin pozitif, diğer ölçeğin mükemmeliyetçilik alt boyutunun ise nötr oluşu araştırmada kullanılan ölçeklerin psikometrik incelemelerinin incelenmesi, obsesif düşünce yapılanmasına ilişkin farklı bir ölçeğin kullanılması yahut literatür ışığında obsesif düşünceye temel olabilecek bir kişilik örüntüsü açısından araştırılması ihtiyacına işaret etmektedir. Sınırlılıklar giderildiğinde ortorektik eğilimi ölçmek üzere daha geniş kapsamlı bir ölçek kullanılması halinde elde edilecek sonuçların yeme bozuklukları literatürü açısından önemli olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

Abramowitz, J. S. ve Deacon, B. J. (2006). Psychometric properties and construct validity of the Obsessive-Compulsive Inventory revised: Replication and extension with a clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(8), 1016–1035.

Abramowitz, J. S., Nelson, C. A., Rygwall, R. ve Khandker, M. (2007). The cognitive mediation of obsessive-compulsive symptoms: A longitudinal study. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 91–104.

Arusoğlu, G., Kabakçı, E., Köksal, G. ve Merdol, T. K. (2008). Ortoreksiya nervoza ve ORTO-11'in Türkçeye uyarılama çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(3).

Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.

Boysan, M., Beşiroğlu, L., Çetinkaya, N., Atli, A. ve Aydın, A. (2010). The validity and reliability of the Turkish version of the Obsessive Beliefs Questionnaire-44 (OBQ-44). *Noropsikiyatri Arsivi*, 47(3), 216–222. <https://doi.org/10.4274/npa.5454>

Bratman, S. (1997). Health food junkie. *Yoga Journal*, 42–50.

Bratman, S. ve Knight, D. (2001). *Health food junkies: Orthorexia nervosa: Overcoming the obsession with healthful eating*. New York: Broadway Books.

Can, A. (2018). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Ankara: Pegem Akademi.

Coles, M. E. ve Horng, B. (2006). A prospective test of cognitive vulnerability to obsessive-compulsive disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 30(6), 723–734.

Donini, L. M., Marsili, D., Graziani, M. P., Imbriale, M. ve Cannella, C. (2004). Orthorexia nervosa: A preliminary study with a proposal for diagnosis and an attempt to measure the dimension of the phenomenon. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 9(2), 151–157. <https://doi.org/10.1007/BF03325060>

Donini, L. M., Marsili, D., Graziani, M. P., Imbriale, M. ve Cannella, C. (2005). Orthorexia nervosa: Validation of a diagnosis questionnaire. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*,

10(2), e28--e32. <https://doi.org/10.1007/BF03327537>

Dunn, T. M. ve Bratman, S. (2016). On orthorexia nervosa: A review of the literature and proposed diagnostic criteria. *Eating Behaviors*, 21, 11–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2015.12.006>

Fairburn, C. G. ve Brownell, K. D. (2005). *Eating disorders and obesity: A comprehensive handbook*. Guilford Press.

Fairburn, C. G., Cooper, Z. ve Shafran, R. (2003). Cognitive behaviour therapy for eating disorders: a “transdiagnostic” theory and treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 41(5), 509–528. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00088-8](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00088-8)

Fidan, T., Ertekin, V., Işıkkay, S. ve Kırpınar, İ. (2010). Prevalence of orthorexia among medical students in Erzurum, Turkey. *Comprehensive Psychiatry*, 51(1), 49–54.

Getir, S. (2015). *Mükemmeliyetçilik algısı, yaşam amacı ve psikolojik iyi oluş ile akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Ege Üniversitesi.

Hewitt, P. L. ve Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456.

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Turnbull-Donovan, W. ve Mikail, S. F. (1991). The Multidimensional Perfectionism Scale: Reliability, validity, and psychometric properties in psychiatric samples. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(3), 464.

Kinzl, J. F., Hauer, K., Traweger, C. ve Kiefer, I. (2006). Orthorexia nervosa in dieticians. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 75(6), 395–396. <https://doi.org/10.1159/000095447>

Koven, N. S. ve Senbonmatsu, R. (2013). A neuropsychological evaluation of orthorexia nervosa. *Open Journal of Psychiatry*, 3(02), 214.

Lavender, A., Shubert, I., de Silva, P. ve Treasure, J. (2006). Obsessive-compulsive beliefs and magical ideation in eating disorders. *British Journal of Clinical Psychology*, 45(3), 331–342.

Macedo, A., Soares, M. J., Azevedo, M. H., Gomes, A., Pereira, A. T., Maia, B. ve Pato, M. (2007). Perfectionism and eating attitudes in Portuguese university students. *European Eating Disorders Review*, 15(4), 296–304.

<https://doi.org/10.1002/erv.735>

Moroze, R. M., Dunn, T. M., Craig Holland, J., Yager, J. ve Weintraub, P. (2015). Microthinking about micronutrients: A case of transition from obsessions about healthy eating to near-fatal orthorexia nervosa and proposed diagnostic criteria. *Psychosomatics*, 56(4), 397–403. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psych.2014.03.003>

Oberle, C. D., Samaghabadi, R. O. ve Hughes, E. M. (2017). Orthorexia nervosa: Assessment and correlates with gender, BMI, and personality. *Appetite*, 108, 303–310. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.10.021>

OCCWG. (2001). Development and initial validation of the Obsessive Beliefs Questionnaire and the interpretation of Intrusions Inventory. *Behaviour Research and Therapy*, 39(8), 987–1006. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(00\)00085-1](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0005-7967(00)00085-1)

OCCWG. (2003). Psychometric validation of the Obsessive Beliefs Questionnaire and the interpretation of Intrusions Inventory: part 1. *Behaviour Research and Therapy*, 41(8), 863–878. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00099-2](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00099-2)

OCCWG. (2005). Psychometric validation of the Obsessive Beliefs Questionnaire and interpretation of Intrusions Inventory—Part 2: Factor analyses and testing of a brief version. *Behaviour Research and Therapy*, 43(11), 1527–1542. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.07.010>

Oral, M. (1999). *The Relationship Between Dimensions of Perfectionism, Stressful Life Events and Depressive Symptoms In University Students: A Test of Diathesis-Stress Model of Depression*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi.

Özdamar, K. (1999). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi: SPSS-MINITAB*. Ankara: Kaan Kitabevi.

Park, S. W., Kim, J. Y., Go, G. J., Jeon, E. S., Pyo, H. J. ve Kwon, Y. J. (2011). Orthorexia nervosa with hyponatremia, subcutaneous emphysema, pneumomediastinum, pneumothorax, and pancytopenia. *Electrolyte Blood Press*, 9(1), 32–37. Retrieved from <http://synapse.koreamed.org/DOIx.php?id=10.5049%2FEBP.2011.9.1.32>

Parra-Fernández, M.-L., Rodríguez-Cano, T., Onieva-Zafra, M.-D., Perez-

Haro, M. J., Casero-Alonso, V., Fernández-Martinez, E. ve Notario-Pacheco, B. (2018). Prevalence of orthorexia nervosa in university students and its relationship with psychopathological aspects of eating behaviour disorders. *BMC Psychiatry*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1943-0>

Peixoto-Plácido, C., Soares, M. J., Pereira, A. T. ve Macedo, A. (2015). Perfectionism and disordered eating in overweight woman. *Eating Behaviors*, 18, 76–80.

Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 36(4), 385–401.

Saddichha, S., Babu, G. N. ve Chandra, P. (2012). Orthorexia nervosa presenting as prodrome of schizophrenia. *Schizophrenia Research*, 134(1), 110. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.schres.2011.10.017>

Salkovskis, P. M., Wroe, A. L., Gledhill, A., Morrison, N., Forrester, E., Richards, C., ... Thorpe, S. (2000). Responsibility attitudes and interpretations are characteristic of obsessive compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 38(4), 347–372.

Shafran, R., Cooper, Z. ve Fairburn, C. G. (2002). Clinical perfectionism: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 40(7), 773–791. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00059-6](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00059-6)

Soares, M. J., Macedo, A., Bos, S. C., Marques, M., Maia, B., Pereira, A. T., ... Azevedo, M. H. (2009). Perfectionism and eating attitudes in portuguese students: A longitudinal study. *European Eating Disorders Review*, 17(5), 390–398. <https://doi.org/10.1002/erv.926>

Souza, Q. ve Rodrigues, A. M. (2014). Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 63(3), 200–204. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000026>

Zamora, M. L. C., Bonaecha, B. B., Sanchez, G. F. ve Rial, R. B. (2005). Orthorexia nervosa. A new eating behavior disorder? *Actas Esp Psiquiatr*, 33, 66e68.

Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumları İle Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Çocukluk Çağı Travmaları İlişkisinde Otomatik Düşünceler Ve Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Aracı Rolünün İncelenmesi

Dr. Öğr. Üyesi Sait Kahraman
İstanbul Topkapı Üniversitesi, Türkiye
saitkahraman@topkapi.edu.tr
Orcid: 0000-0002-9615-2855

ÖZET

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde yeme tutumları ile çocukluk çağı travmaları ve erken dönem uyumsuz şemalar ilişkisinde duygu düzenleme güçlükleri ile otomatik düşünceleri aracı rollerinin incelenmesidir. Bu doğrultuda çocukluk çağı travmaları ile erken dönem uyumsuz şemaların duygu düzenleme ve otomatik düşünceler aracılığıyla yeme tutumları üzerindeki etkisinin ortaya konulması hedeflenmektedir. Araştırmanın örneklemini 18-35 yaş arasında olan 398 kadın ve 381 erkek olmak üzere toplamda 779 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Hollanda Yeme Davranışı Anketi, Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği ve Otomatik Düşünceler Ölçeği kullanılmıştır. Toplanan veriler SPSS 27 paket programı ile analiz edilmiştir. Veriler pearson korelasyon analizi ve process macro analiz yöntemleri kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre erken dönem uyumsuz şemalar, çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşünceler ile yeme tutumları arasında pozitif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca Yeme tutumları ile çocukluk çağı travmaları ver erken dönem uyumsuz şemalar ilişkisinde duygu düzenleme güçlükleri ile otomatik düşüncelerin aracı rollerinin anlamlı düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yeme Tutumları, Çocukluk Çağı Travmaları, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Duygu Düzenleme Güçlükleri, Otomatik Düşünceler

Makalenin geliş tarihi: 31/03/2024 - Makalenin kabul tarihi: 24/04/2023
10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v010i1003

Investigation of the Mediating Role of Automatic Thoughts and Emotion Regulation Difficulties in the Relationship Between Eating Attitudes and Early Maladaptive Schemas and Childhood Traumas in University Students

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the mediating roles of emotion regulation difficulties and automatic thoughts in the relationship between eating attitudes and childhood traumas and early maladaptive schemas in university students. In this direction, it is aimed to reveal the effect of childhood traumas and early maladaptive schemas on eating attitudes through emotion regulation and automatic thoughts. The sample of the research consists of a total of 779 university students, 398 women and 381 men, aged between 18-35. Personal Information Form, Dutch Eating Behavior Questionnaire, Childhood Psychological Trauma Scale, Young Schema Scale, Emotion Regulation Difficulties Scale and Automatic Thoughts Scale were used as data collection tools. The collected data were analyzed with the SPSS 27 package program. Data were analyzed using Pearson correlation analysis and process macro analysis methods. According to the results of the research, it was determined that there was a positive relationship between early maladaptive schemas, childhood traumas, emotional regulation difficulties, automatic thoughts and eating attitudes. In addition, it was determined that the mediating roles of emotional regulation difficulties and automatic thoughts in the relationship between eating attitudes and childhood traumas and early maladaptive schemas were significant.

Key Words: Eating Attitudes, Childhood Traumas, Early Maladaptive Schemas, Emotion Regulation Difficulties, Automatic Thoughts

Giriş

Dünya genelinde milyonlarca insanın yaşamı üzerinde etkili olan yeme bozuklukları; yaş, cinsiyet, milliyet ve ırktan bağımsız şekilde toplumsal, bireysel ve ailesel sorunlar ortaya çıkaran ciddi bir ruh sağlığı problemi olarak görülmektedir (Schaumberg vd. 2017). Günümüz dünyasında hızlı bir artış gösteren yeme bozuklukları psikolojik, sosyal ve fizyolojik değişkenlerin bir arada ortaya çıkardığı problemler olarak değerlendirilmektedir (Karadağ vd. 2016). Psikolojik sağlık ve fiziksel sağlık birbiriyle paralel işleyen bir süreçtir. Toplumsal koşulların değişimi ve gelişimi insanlarda birçok alanda davranışların değişimine yol açtığı gibi yeme tutumlarının ve yeme davranışlarının değişmesine de sebep olabilmektedir. Sosyal medya gibi uygulama alanlarında insanların ideal görünüşlerine dair vurguların artış göstermesi, bireylerin vücutlarına ilişkin daha çok kaygı hissetmelerine ve bu doğrultuda yeme tutumlarının bozulmasına yol açmaktadır (Heatherton vd. 2001). Zayıf ve ince beden özelliklerine sahip olmakla ilgili hassasiyetler insanların kendilerini yeme davranışlarını değiştirmeye zorlamasına ve bozulmaların gelişmesine zemin hazırlamaktadır (Karadağ vd. 2016). Yeme ile ilgili bozukluklar, psikososyal işlevler ve fizyolojik sağlık üzerinde önemli etkiler yaratan, düşük iyileşme düzeyleri olan ve ölüm ile sonuçlanabilen ortaya çıkaran psikopatolojilerdir (APA, 2013). İlk defa 1689 senesinde Richard Morton'ın tanımladığı yeme bozuklukları psikoloji tarihinde DSM-I ile beraber yer almıştır (Eren, 2023). Yeme bozuklukları DSM-5'de sekiz grup halinde ele alınmıştır. Bunlar; kaçınan kısıtlayıcı yiyecek alım bozuklukları, ruminasyon bozuklukları, pika, tanımlanmış ve tanımlanmamış yeme bozuklukları şeklinde sınıflandırma yapılmıştır (APA, 2013).

Yapılan çalışmaların yeme bozuklukları sürekliliğinin bir parçası olan yeme tutumuna odaklanmış olmasında, bu bozuklukların genellikle uzun süreli bir seyir göstermesi, kronikleşme durumu ve kişinin yaşam kalitesi üzerinde ciddi olumsuz etkiye sahip olması gibi unsurlar yer almaktadır (Iwajomo vd. 2021). Bununla beraber yeme patolojisi obezite, depresyon, madde bağımlılığı için de risklerinde artışa yol açmaktadır (Stice vd. 2017). Batı kültüründe görülen hızlı sanayileşme, kentleşme, cinsiyet rollerinin değişmesi ve toplumsal normlar gibi sosyokültürel faktörlerin yeme bozukluğu gelişimi açısından risk faktörü olduğu bilinmekle birlikte (Jalali-Farahani vd. 2015), günümüzde bilimsel verilerin de desteklediği üzere yeme bozuklukları yalnızca batı toplumlarında değil pek çok kültürde tanımlanan evrensel bir bozukluk olarak açıklanmaktadır (Kimball vd. 2019).

Yeme bozuklukları problemi yaşayan bireylerin uzun vadeli birçok sosyal ve psikolojik işlevsellik sorunları yaşadıkları bilinmektedir (Schmidt vd. 2016). Kessler ve diğerleri (2014) yeme bozukluğu türleri olan anoreksiya ve bulimiya hastalarının yarısının sosyal ilişkilerinde ve işlerinde ciddi problemler yaşadıklarını belirlemiştir (Kessler vd. 2014). Yeme bozukluğu olan kadınların infertilite tedavisi görmesi, çocuk sahibi olamama ve ya istediği kadar çocuk yapamama olasılıkları bu problemlere sahip olmayan kadınlara oranla daha yüksektir. Bununla beraber çocuklarını emzirme konusunda da daha çok zorluk çekmektedirler. Bu tür zorlanmaların yeme bozukluğunun nesiller arası aktarımında devam ettirici faktör olabileceği belirtilmektedir. Ayrıca yeme bozukluğu olan hastaların bakımı da zaman zaman şizofreni ve depresyon gibi hastalıkların bakımından daha zorlayıcı olabilmektedir (Schmidt vd. 2016). Bazı çalışmalar yeme bozuklukları ile ciddi zihinsel ve fiziksel hastalıkların bakım yükünün karşılaştırılmasında yeme bozukluğu olan hastaların bakım yüklerinin diğer hastalıklardan yaklaşık iki kat (14 saate karşılık 28 saat) daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Viana vd. 2013; Raenker vd. 2013).

Bu şekilde yaşam için önemli sorunlar yaratan yeme tutumları bu çalışmanın çalışma grubunu oluşturan ve genç yetişkin bireyler olan üniversite öğrencilerini de etkileyebilmektedir. Çalışmalar her yaşın yeme bozuklukları için eğilim yaratabileceğini ifade etse de özellikle genç yetişkinlik ve ergenlik döneminde olan bireylerin bu konuda daha yüksek hassasiyete sahip olduklarını ortaya koymaktadır. Bundan dolayı genç yetişkinlik yeme bozuklukları gelişimi için risk grubu içerisinde (Treasure vd. 2020; Azzeh vd. 2022). Yeme bozukluklarının tahmini yaşam boyu yaygınlığının yüksek olduğu ve yaygınlığın kadınlarda %19,7, erkeklerde ise %14,3 olduğu belirlenmiştir. Bu oranlar 40 yaşına kadar olan dönemde 5 kadından 1' inin ve 7 erkekte 1' inin yeme bozukluğu riski taşıdığını göstermektedir. Bu doğrultuda ergenlik ve genç yetişkinlik dönemleri yeme bozukluğu için kritik evrelerdir (Treasure vd. 2010). Allen vd. (2013) yeme bozukluklarının yaşam boyu yaygınlığını %1-4 arasında olduğunu bildirmişlerdir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada ise Vardar ve Erzengin (2011), tüm yeme bozukluklarında yaygınlığın %2,3 olduğunu, bulimiya nervoza yaygınlığının %0.7 ve anoreksiya nervoza yaygınlığının %0.03 olduğunu belirlemiştir. 2014 yılında yaygınlığa ilişkin yapılan farklı bir çalışmada kadınlarda yeme bozukluklarının daha yüksek olduğunu ve yeme bozukluklarının görülme yaygınlığının %1 ile %2.8 arasında olduğu bulunmuştur (Smink vd. 2014).

Yeme tutumlarında aşırı sapmalarla açıklanan yeme bozukluğu patolojisinin gelişimi, sürdürülmesi ve kötüleşmesi noktasında katkıda bulunabilecek faktörlerin anlaşılmasının, yeme bozukluğu önleme çalışmaları ve tedavi girişimleri için katkı sağlayacaktır (Bondu vd. 2020). Çeşitli faktörler bu hastalığın gelişiminde etkili olsa da oluşum nedenleri konusunda fikir birliği bulunmamaktadır (Polivy ve Herman, 2002). Hastalığın seyri ve yeme bozuklarının tedavisi açısından, riskleri belirleyebilmek için yapılan çalışma sayısının artırılması gerektiği belirtilmiştir (Ward vd. 2019). Yurtsever ve diğerleri (2017)'ne göre bozulmuş yeme tutumlarının sebepleri tam olarak ortaya konulmasa da ilk çocukluk dönemlerinde karşılaşılan travmaların ve ebeveynlerin yaklaşımlarının önemli olduğu belirlenmiştir. Tunç (2020)' un çalışmasında yeme bozuklukları belirtileri üzerinde çocukluk çağı travmalarının belirleyici etkisinin bulunduğu ve bu etki içerisinde anne-baba tutumlarının önemli bir yeri olduğu tespit edilmiştir. İlk çocukluk dönemlerinde ebeveynlerinin istismarına ve ihmaline maruz kalmış bireylerin, korunma ve kaçınma yollarını bilemediklerinden dolayı daha az ve ya da çok yiyecek tüketerek güvenlik arayışına girdiklerinden söz edilmektedir (Schneer, 2002). Kring vd. (2017) benzer şekilde yeme bozuklukları etiolojisinde birçok faktör etkili olsa da erken dönem travmatik deneyimlerin belirleyici olduğunda dair çalışma bulgularının yoğun olduğunu vurgulamışlardır. Yeme ile ilgili bozuklukların gençlik ve ergenlik döneminde başlamasının bu durumun sebebi olduğu söylenebilir (Hoek ve Van Hoeken, 2003). Ayrıca bu yaşantıların yeme bozuklukları belirtileri ile beraber görülen diğer psikopatolojileri de etkiliyor olmasının söz konusu ilişkiyi güçlendirdiği belirtilmektedir. Bu ilişkiler psikososyal bozulmalara ve olumsuz beden algılarına da yol açmaktadır (Backholm vd. 2013). Literatürde yer alan araştırmaların çoğu, çocukluk çağındaki travmatik deneyimlerin bireyin duygu düzenleme becerilerini olumsuz etkilediğine dair bulgular bildirmiştir. İlgili olumsuz etkiler duygusal süreçlerin düzenlenmesini, ifade edilmesini ve etkileşimini kapsamaktadır (Maughan ve Cicchetti, 2002).

Yeme bozukluklarında etioloji tam olarak belirlenememiş olsa da araştırmalar, pek çok faktörün bu bozuklukların gelişmesi üzerinde etkili olduğunu vurgulamaktadır. Bu alanda çalışan klinisyenler, çocukluk çağı travmatik deneyimleri olan bireylerin yoğunlukla yeme bozukluğu riski taşıdıklarını ifade etmektedir (Schneer, 2002). Bu noktada cinsel istismar, fiziksel ve duygusal ihmal gibi yaşantılar yeme patolojisi riski oluşturabilmektedir. Scheneer (2002) çocukluk çağındaki bireylere

çevredeki ebeveynler ya da diğer insanlar tarafından bu tür ihmal ve istismar gerçekleştirdiklerinde çocuklar kendilerini nasıl koruyabilecekleri ve kaçınabileceklerini bilmedikleri için daha çok az ve ya daha çok yiyecek olarak güvenlik oluşturmaya çalışmaktadırlar. Bu durumun beraberinde yeme tutumları ile ilgili bozulmaların oluşması ve sürmesi sürecinde bilişsel çarpıtmaların ve bozuklukla ilgili gerçeğe uygun olmayan inançların da etkili olduğu belirtilmektedir (Fairburn, 2008). İnsanların vücut şekilleri, beden ağırlıkları ve bunları kontrol etmeye yoğunlaşan aşırı düşüncelerin ve bilişsel çarpıtmaların yeme bozukluğunun bilişsel yönünü temsil ettiği söylenebilir. Bunlara ek olarak mükemmeliyetçi düşünceler, düşük özgüven, duygu toleransının düşük olması ve kişilerarası ilişkilerde zorlanma gibi deneyimler yeme bozukluklarının gelişmesinde ve devam etmesinde etkili unsurlar olarak ifade edilmektedir (Fairburn vd. 2003). Yakın dönemlerde yapılan çalışmalarda yeme bozuklukları üzerinde Young tarafından ortaya konulan erken dönem uyumsuz şemaların da etki oluşturabileceği belirtilmektedir (Sines vd. 2008). Bilişsel terapiler temeline dayanan şema terapi modeli zorlu tedavi süreçleri olan kişilik bozukluklarının tedavisi amacı ile Young (1999) tarafından geliştirilmiştir. Bu yaklaşım erken dönem yaşantılar neticesinde gelişip bu yaşantıların tekrarlaması yoluyla sabit bir niteliğe ulaşan erken dönem uyumsuz şema kavramlarına odaklanmaktadır. İlk çocukluk ve ergenlik dönemlerinde kazanılan fakat güncel zamanın koşullarını da problemlili hale getiren bu şemaların pek çok psikopatolojinin kaynağı olabileceği belirtilmektedir. Kurama göre uyumsuz davranışlar aslında şemaların yansımalarıdır. Dolayısıyla bireyde bu şemaların belirlenmesinin ve ortaya çıkardığı sonuçların açıklanmasının psikopatolojilerin tedavisi açısından son derece önemli olduğu düşünülür (Young vd. 2003). Park vd. (2014), yeme bozukluklarının yaygın bir biçimde kişilik bozuklukları ile birlikte görülebilmekte ve kişilik bozukluklarında görülen bilişsel problemlerin yeme bozukluğu tedavisini de zorlaştırdığını bildirmiştir (Park vd. 2014). Bu bilgilerden hareketle yeme bozuklukların gelişiminde ve tedavisinin zorlayıcı olmasında erken dönemlerde gelişen şemalar ve şemalarla ilişkili olan bilişsel ve duygusal süreçlerin rol oynayabileceği söylenebilir. Birey şemaları ve şemalarının yarattığı zorlayıcı deneyimlerle baş edebilmek için telafi davranışları geliştirmektedir. Yeme davranışlarının ve tutumlarının bozulması bu telafi örüntülerinden birisi olması muhtemeldir. Böylelikle yeme örüntüsünün bozulması bireye şemaların ortaya çıkardığı ve toleransının zor olduğu duygusal deneyimlerden kaçınması konusunda yardımcı olmaktadır (Sheffield vd. 2009).

Bozulmuş yeme tutumlarının önemli dinamiklerinden biri de duygu düzenleme güçlükleridir (Svaldi vd. 2012). Bireylerin duygularını düzenleme konusunda güçlükler yaşamalarının yeme bozukluğu gelişimi ve sürmesinde katkı sağladığı düşünülmüştür (Wildes ve Marcus, 2011). Psikosomatik teoriler bozulmuş yeme tutumları üzerinde duygusal deneyimlerin etkisi olduğunu ifade etmektedir. Buna göre duygusal yeme tutumları aslında istenmeyen duygusal yaşantılar bir yanıt olarak ortaya çıkmaktadır. Birey açlık hissetmemesine rağmen rahatsızlık yaratan duygularla baş edebilmek için yemek yeme eğilimine girmektedirler (Macht ve Simons, 2011; Altıntaş ve Özgen, 2017). Üzüntü, öfke ve kaygı benzeri olumsuz duygular bireyin duygusal yeme davranışı geliştirmeye eğilim göstermesine yol açabilmektedir (Köroğlu vd. 2021). Aldao ve Nolen (2010) öğrencilerle yaptıkları çalışmalarında öğrencilerin stres anında stresle mücadele etmek için yemek yediklerini bildirmişlerdir. Yeme bozukluğunu açıklamaya çalışan teorilerden biri olan kaçış kuramı ise egonun tehdit algılaması neticesinde bu algıdan kaçabilmek ve dikkatini dağıtabilmek için bozulmuş yeme davranışı sergileyebileceğini belirtmektedir. Bu çerçevede kişi negatif ortam ve duygulardan kaçınma amacı ile yemek yemeye yönelir (Serin ve Şanlıer, 2018). Bireyin duygu düzenleme stratejisi olarak kullandığı yöntemlerden biri olan batırmanın işlevi üzerine yapılan çalışmalar bastırılan duygu ve düşüncelerin istenenin aksine kaygıyı arttırdığını ve artan bu kaygının bireyi duygusal yeme davranışına yönlendirdiğini ifade etmektedirler (Aldao ve Nolen-Hoeksema, 2010). Bu artmış kaygı hali neticesinde bireyin uyumsuz baş etme becerileri geliştirmelerine ve tıknırcasına yeme atakları gibi davranışlara yöneldiği düşünülmektedir (Polivy ve Herman, 2002).

Yeme tutumlarını etkileyebilecek bir diğer unsur da bireyin kendileri, bedenleri ve yemek yeme davranışları ile ilgili bilişsel değerlendirmeleridir. Erken dönem yaşantıların şekillenmesine katkı sunduğu bilişsel değerlendirmelerin ve otomatik düşüncelerin de yukarıda anlatıldığı üzere yeme tutumlarının açıklanmasında önemli değişkenlerden bir olduğu söylenebilir. Bireyin herhangi birim yaşantı ya da durum karşısında aklına gelen ilk düşünceler otomatik düşünce olarak açıklanmaktadır (Akkoyunlu ve Türkçapar, 2013). Zihinde aniden beliren otomatik düşünceler içeriklerine göre bazı duygular birlikte ortaya çıkar (Türkçapar, 2007). Geçmiş yaşantıların rahatsızlık oluşturması ile kazanılan otomatik düşünceler, sonraki yaşam sürecinde benzer durumlar ile karşı karşıya kalındığında aktif hale gelmektedir (Beck vd. 2004). Bireyin yemek yeme

ile ilişkili de bu tür otomatik düşüncelerinin olduğu düşünülmektedir. Fonksiyonel olmayan bu düşünce sisteminin uygun olmayan yeme tutumlarının sürmesinde katkı sağladığı ifade edilebilir. Bundan dolayı bozulmuş yeme tutumlarının ve yeme ataklarının öncesinde ve sonrasında bireyin düşündüklerinin belirlenmesi önemlidir. Ancak çoğunlukla insanlar bu zaman dilimlerinde düşüncelerinin farkına varamayabilir ve sadece yeme davranışına odaklanabilmektedirler. Dolayısıyla farkında varılması zor olan bu mantıkdışı düşüncelerin ortaya konulması yeme bozukluğunun açıklanması ve etkili biçimde tedavi edilmesi açısından kritik öneme sahip olmaktadır (Babayiğit, 2007). Friedman ve Brownell (1995) bireyin geçmiş deneyimlerine ve bedenlerine ilişkin olumsuz algılarının duygudurum ile ilişkili sorunlar geliştirdiğini ve bu sorunların yeme bozukluğu geliştirilmesi konusunda belirleyici olduğunu öne sürmüşlerdir. Bilişsel yaklaşımlara göre bozulmuş yeme tutumlarına sahip olanlar, etraftan gelen verileri çarpıtarak bilgi işleme sürecinde hata yapmaktadırlar. Buna bağlı olarak ta bilişsel çarpıtmalar ve algılar işlevsiz tutumlar olan yeme bozukluklarının ortaya çıkmasına yol açmaktadır (Fairburn vd.1999). Görüldüğü üzere ilgili literatür bu çalışmanın değişkenleri olan erken dönem uyumsuz şemalar, çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin bozulmuş yeme tutumlarını açıklayabileceğini göstermektedir. Bu çerçevede yapılan araştırma bu değişkenleri birbirleri ile ilişkileri bağlamında yeme tutumlarını açıklıyor olması açısından önemlidir. Dolayısıyla yeme tutumlarının gelişim sürecinde etkili olan değişkenleri belirlemesi ve bu değişkenlere aracılık etmesi muhtemel unsurların ortaya konulması gerek literatür açısından gerekse yeme bozukluklarının önlenmesi ve tedavi edilmesi açısından kritik bir öneme sahiptir.

Araştırma Amacı ve Önemi:

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrenimi gören öğrencilerin yeme tutumları ile erken dönem uyumsuz şemalar ve çocukluk çağı travmaları ilişkisinde duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin aracı rollerinin incelenmesidir. Bu amaç çerçevesinde yeme tutumları üzerinde erken dönem uyumsuz şemalar ve çocukluk çağı travmalarının etkisinin belirlenmesi ve bu etki sürecinde duygu düzenleme güçlükleri ile otomatik düşüncelerin aracılık edip etmediğinin ortaya konulması hedeflenmektedir. Bu doğrultuda çocukluk çağında deneyimlenen travmatik deneyimlerinin ve erken yıllarda gelişen erken dönem uyumsuz şemaların bireyleri duygu düzenleme becerileri ve işlevsel bilişsel değerlendirme yapabilme

konusunda olumsuz etkileyeceği ve bu olumsuz etkilerin bireylerin olumsuz yeme tutumları geliştirmelerine yol açabileceği öngörülmektedir. Yeme tutumlarına ilişkin bozulmalar her yaşta karşılaşılabilen bir problem olmakla beraber özellikle genç yaşlarda daha sık ortaya çıkabilen ve önemli ruhsal-fiziksel sorunlar oluşturabilen bir durumdur. Özellikle kitle iletişim araçları ve sosyal medya gibi alanların kullanım düzeylerinin hızlanmasının da etkisi ile genç bireylerin ideal beden algısına ilişkin değerlendirmeleri ve ilgileri keskinleşebilmektedir. İdeal beden algısına erişme arzusunun kimlik kazanımı süreci devam eden üniversite öğrencileri açısından da önemli bir süreç olacağı söylenebilir. Bu arzu bireylerin bedenleri ile ilgili hassasiyetlerini arttırarak beden ölçülerini etkileyen yeme davranışlarını etkileyebilecektir. Yeme davranışlarının bozulmasının ortaya çıkarabileceği psikopatolojik problemler düşünüldüğünde yeme tutumları ile ilgili doğru formülasyonu yapmanın gerek literatür açısından gerekse bu problemin tedavisi açısından önemli olacağı düşünülmektedir. Bu çerçevede erken dönem yaşam deneyimlerini kapsayan çocukluk çağı travmalarının ve erken dönem uyumsuz şemaların yeme bozukluklarını formüle etmekte önemli bileşenler olabileceği söylenebilir. Bu deneyimlerin bireylerin duygu düzenleme süreçlerini ve bilişsel değerlendirmelerini olumsuz etkileyerek bireyi bozulmuş yeme davranışları gibi işlevsiz baş etme mekanizmalarını yönlendirebileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla erken dönem uyumsuz şemaların ve çocukluk çağı travmatik deneyimlerin yeme tutumlarını hangi araçlar ile şekillendirdiğinin anlaşılmasının problemin tedavi planlamasını doğru yapabilmek adına önemli olduğu söylenebilir. Bunlarla beraber literatür incelendiğinde yeme tutumları ile ilişkili çalışmalar bulunsa da bu çalışmanın kapsamında geniş bir değişken grubu ile yeme tutumları ilişkisini inceleyen çalışmaların yetersiz olduğu görülmüştür. Genel olarak yeme tutumları ile olası ilişkili bazı değişkenlerin korelasyonunu inceleyen çalışmalar ile kısıtlı bir literatür olduğu gözlenmiştir. Bu doğrultuda yeme tutumlarının ilişkili olabileceği erken dönem deneyimleri ile beraber bu deneyimlerin geliştirebildiği duygusal ve düşünsel faktörleri bir araya getirerek yeme tutumlarını açıklamanın literatür açısından önemli bir katkı olduğu düşünülmektedir.

Yöntem

Araştırmanın Modeli ve Örneklemi:

Nicel bir araştırma olan bu çalışma, ilişkisel tarama deseninde hazırlanan betimsel ve korelatif bir çalışmadır. İki ve ya daha fazla değişkenin birlikte değişimlerini, değişim düzeylerini ve değişim yönlerini inceleyen çalışmalar

ilişkisel tarama çalışmalarıdır (Karasar, 2012). Bu çerçevede çalışmamız tek gruplu – son ölçümlü araştırma deseninde hazırlanan ilişkisel tarama modelini esas alan bir araştırmadır. Araştırmanın örneklemini 398 kadın ve 381 erkek olmak üzere toplamda 779 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma verileri çalışmanın ölçek setinin çevrimiçi ortamlarda üniversite öğrencileri ile paylaşılması yoluyla çevrimiçi yöntemlerle toplanmıştır. Örneklem grubu çalışma verilerinin toplandığı süreçte lisans, yüksek lisans ve doktora seviyelerinde üniversite öğrenimlerini devam ettiren 18-35 yaş arası bireylerden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları:

Kişisel Bilgi Formu:

Araştırma kapsamında katılımcıların kişisel bilgilerini araştırmacının hazırlamış olduğu kullanılmıştır. Kullanılan bu formda katılımcıların cinsiyetleri, yaşları, eğitim durumları vb. kişisel bilgilerine dair sorular bulunmaktadır. Grubun kişisel bilgilerini tanıtan detaylı verilere Tablo 2’ de yer verilmiştir.

Holland Yeme Davranışı Anketi:

Anketin orijinalini 1986 yılında Van Strein geliştirmiştir. Anketin içeriğinde dışsal yeme, kısıtlayıcı yeme ve duygusal olmak üzere 3 alt boyut bulunmaktadır. 5’ li likert tipinde geliştirilmiş olan ölçeğin 33 maddesi bulunmaktadır. Ölçekte 31. Madde ters kodlanmıştır (Ouwens vd. 2003). Anketin Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik çalışması Bozan (2009) tarafından yapılmıştır. Ölçeğe ait iç tutarlılık katsayı puanları kısıtlayıcı yeme alt boyutunda .95, duygusal yeme alt boyutunda .95 ve dışsal yeme alt boyutunda .81 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin bütünü için ise .94 olarak hesaplama yapılmıştır (Bozan, 2009).

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği:

Bu ölçeği 1994 yılında Bernstein geliştirmiştir. Ölçek 5’li likert tipi bir ölçek olup 28 madde içermektedir. Ölçeğin duygusal, cinsel ve fiziksel istismar ile duygusal ve fiziksel ihmal olmak üzere beş alt ölçeği bulunmaktadır. Bu çalışmada ölçeğin toplam puanı kullanılmıştır. Çocukluk Çağı Ruhsal travmalar Ölçeğinin 28 maddelik Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları Şar vd. (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir (Şar vd. 2012). Ölçeğe ait alt boyutların Cronbach alfa iç tutarlılık katsayı puanları .73 ile .90 arasındadır. Ölçeğe ilişkin toplam puanının iç tutarlılık katsayı puanı ise .94 olarak hesaplanmıştır (Şar vd. 2012).

Young Şema Ölçeği:

Jeffrey Young tarafından geliştirilmiş olan Young Şema Ölçeğinin orijinal formunda; kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik, zedelenmiş otonomi, bastırılmışlık ve aşırı tetikte olma şema alanlarını içeren 18 erken dönem uyumsuz şema mevcuttur. Bu ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması ile geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarını Soygüt ve diğerleri (2009) yapmıştır. Yapılan bu uyarlama çalışmasında kopukluk, zedelenmiş sınırlar ve diğerleri yönelimlilik, yüksek standartlar ve zedelenmiş otonomi olmak üzere 5 şema alanı ve bu şema alanlarının altında yer alan 14 erken dönem uyumsuz şema yer almaktadır. Bu çalışmada 5 şema alanı ele alınmış ve analizler bu doğrultuda yapılmıştır. Young şema ölçeği 90 maddeden oluşmakta ve 6' lı likert tipinde hazırlanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları erken dönem uyumsuz şemalar için .63 - .80 arasında; 5 şema alanı için ise .53 - .81 arasında hesaplanmıştır (Soygüt vd. 2009).

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği:

Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeğinin orijinalini Gratz ve Roemer (2004) geliştirmiştir ve 36 maddeden oluşmaktadır. Bjureberg vd. (2016) ölçeğin uzun olduğunu belirterek 16 maddelik kısa formu geliştirmişlerdir. Ölçek amaçlar, açıklık, stratejiler, dürtüler ve kabul etmeme olarak 5 alt boyuta sahiptir. Bu çalışmada ise ölçeğin toplam puanı kullanılarak analizler gerçekleştirilmiştir. Ölçek 5' li likert tipinde hazırlanmış olup puanların artması duygu düzenleme güçlüğüne arttığını ifade etmektedir (Bjureberg vd. 2016). Bu ölçeğin Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik çalışmasını Yiğit ve Güzey (2017) yapmıştır. Ölçeğe dair Cronbach alfa iç tutarlılık katsayı puanları alt ölçeklerde .78 - .87 arasındadır. Bu araştırmada kullanılan toplam puan açısından ise iç tutarlılık katsayısı .92 olarak saptanmıştır.

Otomatik Düşünceler Ölçeği:

30 maddeden oluşan Otomatik düşünceler ölçeği, 5' li likert tipinde hazırlanmış bir ölçektir. Hollon ve Kendall (1980)' in geliştirmiş olduğu Otomatik Düşünceler Ölçeğinin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını Şahin ve Şahin (1992) yapmıştır. Bu ölçeğin minimum puanı 30 ve maximum puanı 150 olarak belirlenmiştir. Alınan puanın yükselmesi bireylerde otomatik düşünce sıklığının yükselmesini ifade etmektedir. Ölçeğe ait Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayı puanı .93 olarak saptanmıştır (Yavuzer ve Karataş, 2012).

Veri Analizi: Bu araştırma kapsamında, SPSS 27 yazılımı üzerinden gerçekleştirilen istatistiksel analizlerle ilgili olarak çeşitli adımlar izlendi. Öncelikle veri toplama araçlarının Cronbach alfa katsayıları hesaplanarak .70' tan yüksek olduğu belirlenmiştir. Ardından araştırma ölçeklerinin normal dağılım gösterme durumu incelenmiş ve çarpıklık ile basıklık katsayı değerleri HahsVaughn ve Lomax (2020)' in önermiş olduğu -2 ile +2 aralığında olduğu görülmüştür.

Araştırma ölçekleri arası ilişki ve ilişkilerin yönünü belirleme amacı ile Pearson Korelasyon analiz yöntemi kullanıldı. Son dönemde, aracılık analizlerinde kullanılmakta olan Baron ve Kenny'nin nedensel adımlar tekniğinde geçerlilik konusundaki tartışmalar, psikoloji araştırmalarında kullanılan yeni bir yaklaşımın benimsenmesine yol açmıştır. Bu yeni yaklaşım, Gürbüz tarafından 2019 yılında önerilen ve bootstrap tekniğine dayanan bir metodolojiyi içermektedir. Process Macro 4.2 programının kullanılması ile rol analizleri yapıldı. Araştırma kapsamında yapılan analizlerde p değeri .05 anlamlılık düzeyi referans alınmış ve analizler %95 güven aralığında gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Hollanda Yeme Anketi, Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği ve Otomatik Düşünceler Ölçeğinin Basıklık ve Çarpıklık Katsayılarının ve Cronbach

	Basıklık	Çarpıklık	Cronbach Alpha (α)
Young Şema Ölçeği			
Kopukluk Şema Alanı	1.20	1.16	0.88
Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı	1.02	1.12	0.92
Zayıf Sınırlar Şema Alanı	-0.34	0.41	0.79
Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı	-0.42	0.35	0.84
Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı	-0.25	0.38	0.82
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	-0.53	0.86	0.96
Hollanda Yeme Anketi			
Kısıtlayıcı Yeme	0.59	0.96	0.97
Duygusal Yeme	-1.08	-0.01	0.97
Dışsal Yeme	-0.99	0.01	0.94
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	0.61	1.13	0.97
Otomatik Düşünceler Ölçeği	1.62	1.45	0.97

Bulgular

Tablo 2: Araştırma Grubuna Ait Demografik Özellikler

		n	%
Cinsiyet	Kadın	398	51.1
	Erkek	381	48.9
Yaşınız	18-23	331	42.5
	24-29	255	32.7
	30-35	141	18.1
	36 ve üstü	52	6.7
Eğitim Seviyesi	Üniversite	616	79.1
	Yüksek Lisans	151	19.4
	Doktora	12	1.5
Medeni Durum	Bekar	518	66.5
	Evli	208	26.7
	Boşanmış	15	1.9
	Birlikte Yaşıyor	38	4.9
Çalışma Durumu	Çalışmıyorum	358	46.0
	Çalışıyorum	421	54.0
Aile Ekonomik Durum	11.000 – 20.000	306	39.3
	20.001 – 30.000	333	42.7
	30.00 – 60.000	111	14.2
	60.000 ve üstü	29	3.7
Psikolojik Destek	Hayır	661	84.9
	Evet	118	15.1
	Toplam	779	100.0

Yukarıdaki bulguların sonuçları incelendiğinde, katılımcıların %51,1'i kadın, %48,9'u erkektir. %42,5'i 18-23 yaş aralığında, %32,7'si 24-29 yaş aralığında, %18,1'i 30-35 yaş aralığında, %6,7'si 36 yaş ve üstüdür. %79,1'i üniversite, %19,4'ü yüksek lisans, %1,5'i doktora derecesindedir. %66,5'i bekar, %26,7'si evli, %1,9'u boşanmış, %4,9'u birlikte yaşıyor. %46'sı çalışmıyor, %54'ü çalışıyor. %39,3'ünün aile geliri 11.000 – 20.000 arasında, %42,7'sinin 20.001 – 30.000, %14,2'sinin 30.001– 60.000 arasında, %3,7'sinin 60.000 ve üstündedir. %84,9'u psikolojik destek almıyor, %15,1'i alıyordu.

Tablo 3: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Hollanda Yeme Anketi, Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği ve Otomatik Düşünceler Ölçeğinin Tanımlayıcı Değerleri

	N	Min	Maks	\bar{X}	SS
Young Şema Ölçeği					
Kopukluk Şema Alanı	779	23	100	40.06	14.18
Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı	779	30	133	52.65	19.48
Zayıf Sınırlar Şema Alanı	779	7	41	20.56	7.28
Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı	779	11	66	30.60	10.30
Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı	779	9	54	24.40	8.58
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	779	25	102	45.79	20.19
Hollanda Yeme Anketi					
Kısıtlayıcı Yeme	779	1	5	1.86	0.77
Duygusal Yeme	779	1	5	2.62	1.11
Dışsal Yeme	779	1	5	2.68	1.09
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	779	16	80	33.41	16.21
Otomatik Düşünceler Ölçeği	779	30	125	51.42	22.36

Yukarıdaki bulguların sonuçları incelendiğinde, Kopukluk Şema Alanı ortalaması ($\bar{X}=40,06$ SS=14,18), Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ortalaması ($\bar{X}=52,65$ SS=19,48), Zayıf Sınırlar Şema Alanı ortalaması ($\bar{X}=20,56$ SS=7,28), Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı ortalaması ($\bar{X}=30,60$ SS=10,30), Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı ortalaması ($\bar{X}=24,40$ SS=8,58), Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=45,79$ SS=20,19), Kısıtlayıcı Yeme ortalaması ($\bar{X}=1,86$ SS=0,77), Duygusal Yeme ortalaması ($\bar{X}=2,62$ SS=1,11), Dışsal Yeme ortalaması ($\bar{X}=2,68$ SS=1,09), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=33,41$ SS=16,21), Otomatik Düşünceler Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=51,42$ SS=22,36) 'dır.

Korelasyon Analizleri:

Bu kısımda, araştırmaya ait ölçeklerin birbirleri arasındaki ilişkisinin değerlendirmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi uygulanmış ve bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 4: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Hollanda Yeme Anketi, Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği ve Otomatik Düşünceler Ölçeği Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1-Kopukluk Şema Alanı	1										
2-Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı	.77**	1									
3-Zayıf Sınırlar Şema Alanı	.47**	.44**	1								
4-Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı	.53**	.57**	.47**	1							
5-Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı	.52**	.55**	.51**	.68**	1						
6-Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	.41**	.35**	.24**	.21**	.15**	1					
7-Kısıtlayıcı Yeme	-.06	.02	.05	.07*	.08*	-.08*	1				
8-Duygusal Yeme	.32**	.28**	.21**	.14**	.13**	.37**	.14**	1			
9-Dışsal Yeme	.36**	.31**	.23**	.17**	.13**	.35**	.11**	.91**	1		
10-Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	.35**	.39**	.18**	.17**	.11**	.43**	.08*	.26**	.26**	1	
11-Otomatik Düşünceler Ölçeği	.37**	.48**	.25**	.25**	.27**	.23**	.02	.25**	.21**	.24**	1

** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ Uygulanan testin ismi: Pearson Korelasyon Testi

Yukarıdaki bulguların sonuçları incelendiğinde, Duygusal Yeme ile Kopukluk Şema Alanı ($r = .32$, $p < 0.01$), Dışsal Yeme ile Kopukluk Şema Alanı ($r = .36$, $p < 0.01$), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ile Kopukluk Şema Alanı ($r = .35$, $p < 0.01$), Otomatik Düşünceler Ölçeği ile Kopukluk Şema Alanı ($r = .37$, $p < 0.01$) değişkenleri arası ilişkinin pozitif ve orta seviye olduğu tespit edilmiştir.

Duygusal Yeme ile Zedelenmiş Otonomi ($r = .28$, $p < 0.01$), Dışsal Yeme ile Zedelenmiş Otonomi ($r = .31$, $p < 0.01$), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ile Zedelenmiş Otonomi ($r = .39$, $p < 0.01$), Otomatik Düşünceler Ölçeği ile

Zedelenmiş Otonomi ($r=.48, p<0.01$) değişkenleri arası ilişkinin pozitif ve orta seviye olduğu tespit edilmiştir.

Duygusal Yeme ile Zayıf Sınırlar Şema Alanı ($r=.21, p<0.01$), Dışsal Yeme ile Zayıf Sınırlar Şema Alanı ($r=.23, p<0.01$), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ile Zayıf Sınırlar Şema Alanı ($r=.18, p<0.01$), Otomatik Düşünceler Ölçeği ile Zayıf Sınırlar Şema Alanı ($r=.25, p<0.01$) değişkenleri arası ilişkinin pozitif ve düşük seviye olduğu tespit edilmiştir.

Kısıtlayıcı Yeme ile Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı ($r=.07, p<0.05$), Duygusal Yeme ile Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı ($r=.14, p<0.01$), Dışsal Yeme ile Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı ($r=.17, p<0.01$), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ile Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı ($r=.17, p<0.01$), Otomatik Düşünceler Ölçeği ile Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı ($r=.25, p<0.01$) değişkenleri arası ilişkinin pozitif ve düşük seviye olduğu tespit edilmiştir.

Kısıtlayıcı Yeme ile Yüksek Standartlar Şema Alanı ($r=.08, p<0.05$), Duygusal Yeme ile Yüksek Standartlar Şema Alanı ($r=.13, p<0.01$), Dışsal Yeme ile Yüksek Standartlar Şema Alanı ($r=.13, p<0.01$), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ile Yüksek Standartlar Şema Alanı ($r=.11, p<0.01$), Otomatik Düşünceler Ölçeği ile Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı ($r=.27, p<0.01$) değişkenleri arası ilişkinin pozitif ve düşük seviye olduğu tespit edilmiştir.

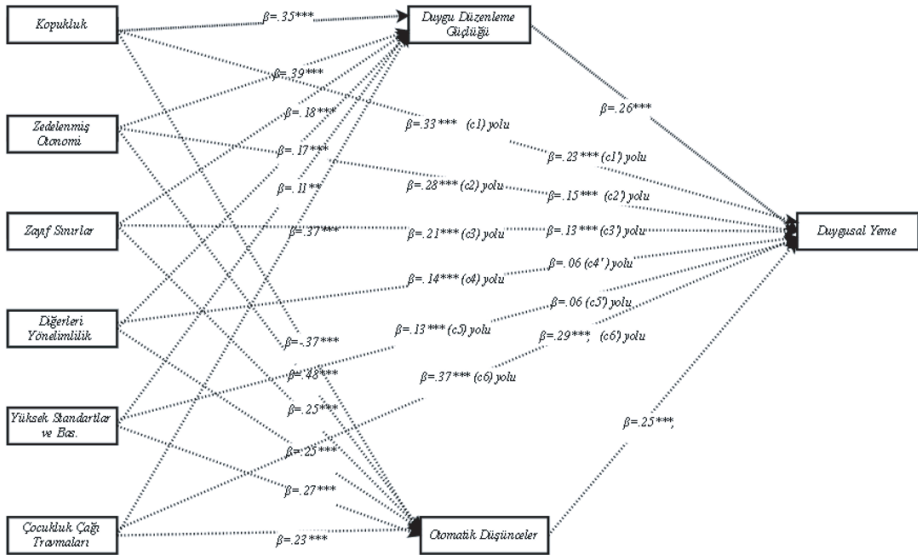
Kısıtlayıcı Yeme ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ($r=-.08, p<0.05$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyon, Duygusal Yeme ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ($r=.37, p<0.01$), Dışsal Yeme ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ($r=.35, p<0.01$), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ($r=.43, p<0.01$), Otomatik Düşünceler Ölçeği ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ($r=.23, p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır.

Otomatik Duygusal yeme ile Otomatik Düşünceler Ölçeği ($r=.25, p<0.01$) değişkenleri arası ilişkinin pozitif ve düşük seviye olduğu tespit edilmiştir. Otomatik Düşünceler Ölçeği ile Dışsal Yeme ($r=.21, p<0.01$) değişkenleri arası ilişkinin pozitif ve düşük seviye olduğu tespit edilmiştir.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ile Otomatik Düşünceler Ölçeği ($r=.24$, $p<0.01$) değişkenleri arası ilişkinin pozitif ve düşük seviye olduğu tespit edilmiştir.

Aracılık Analizlerine İlişkin Bulgular:

Bu kısımda, yeme tutumlarından duygusal yeme ile erken dönem uyum bozucu şema alanları ve çocukluk çoğu travmaları arasında tespit edilen ilişkide duygu düzenleme güçlük düzeyi ve otomatik düşüncelerin aracılık rolü Process 4.2 Macro ile incelenmiştir. Sonuçlar Şekil 1’de verilmiştir.



*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$ Kullanılan test: Process Macro 4.2

Şekil 1: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Çocukluk Çağı Travmaları İle Duygusal Yeme Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü Ve Otomatik Düşüncelerin Aracı Rolü

Şekil 1’de görüldüğü üzere, kopukluk şema alanının duygusal yemeyi anlamlı düzeyde yordadığı ($\beta=.33$, $t=9.57$, $p<.001$) görülmektedir. Aracı değişken olarak duygu düzenleme güçlüğü ve otomatik düşünceler modele dahil edildiğinde bağımsız değişken olan kopukluk şema alanının beta değerinde bir düşüş olduğu gözlemlenmiştir ($\beta=.23$, $t=6.07$, $p<.001$). Bu sonuca göre kısmi aracılığın olduğu ve dolaylı etkinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır ($\beta=.10$, %95 GA [.00, .01]).

Zedelenmiş otonomi şema alanının duygusal yemeyi anlamlı düzeyde yordadığı ($\beta=.28, t=8.18, p<.001$) görülmektedir. Aracı değişken olarak duygu düzenleme güclüğü ve otomatik düşünceler modele dahil edildiğinde bağımsız değişken olan zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde bir düşüş olduğu gözlemlenmiştir ($\beta=.15, t=3.79, p<.001$) . Bu sonuca göre kısmi aracılığın olduğu ve dolaylı etkinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır ($\beta=.13, \%95 GA [.00, .01]$).

Zayıf sınırlar şema alanının duygusal yemeyi anlamlı düzeyde yordadığı ($\beta=.21, t=5.87, p<.001$) görülmektedir. Aracı değişken olarak duygu düzenleme güclüğü ve otomatik düşünceler modele dahil edildiğinde bağımsız değişken olan zayıf sınırlar şema alanının beta değerinde bir düşüş olduğu gözlemlenmiştir ($\beta=.13, t=5.63, p<.001$) . Bu sonuca göre kısmi aracılığın olduğu ve dolaylı etkinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır ($\beta=.08, \%95 GA [.01, .02]$).

Diğerleri yönelimlilik şema alanının duygusal yemeyi anlamlı düzeyde yordadığı ($\beta=.14, t=4.00, p<.001$) görülmektedir. Aracı değişken olarak duygu düzenleme güclüğü ve otomatik düşünceler modele dahil edildiğinde bağımsız değişken olan diğerleri yönelimlilik şema alanının beta değerinde bir düşüş olduğu gözlemlenmiştir ($\beta=.06, t=1.73, p>.05$) . Bu sonuca göre tam aracılığın olduğu ve dolaylı etkinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır ($\beta=.08, \%95 GA [.01, .01]$).

Yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanının duygusal yemeyi anlamlı düzeyde yordadığı ($\beta=.13, t=3.58, p<.001$) görülmektedir. Aracı değişken olarak duygu düzenleme güclüğü ve otomatik düşünceler modele dahil edildiğinde bağımsız değişken olan yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanının beta değerinde bir düşüş olduğu gözlemlenmiştir ($\beta=.06, t=1.55, p>.05$) . Bu sonuca göre tam aracılığın olduğu ve dolaylı etkinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır ($\beta=.07, \%95 GA [.01, .01]$).

Çocukluk çağı travmalarının duygusal yemeyi anlamlı düzeyde yordadığı ($\beta=.37, t=10.95, p<.001$) görülmektedir. Aracı değişken olarak duygu düzenleme güclüğü ve otomatik düşünceler modele dahil edildiğinde bağımsız değişken olan çocukluk çağı travmalarının beta değerinde bir düşüş olduğu gözlemlenmiştir ($\beta=.29, t=7.81, p<.001$) . Bu sonuca göre kısmi aracılığın olduğu ve dolaylı etkinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır ($\beta=.08, \%95 GA [.00, .01]$).

Tartışma ve Sonuç

Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şema alanları ile yeme tutumları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu belirlenmiştir. Buna göre; kopukluk şema alanı ile duygusal yeme ve dışsal yeme özellikleri arasında pozitif ilişkinin bulunduğu saptanmıştır. Benzer şekilde zedelenmiş otonomi ve zayıf sınırlar şema alanları ile duygusal yeme ve dışsal yeme tutumları arasında anlamlı düzeyde pozitif ilişki tespit edilmiştir. Diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar-bastırılmışlık şema alanları ile kısıtlayıcı yeme, duygusal yeme ve dışsal yeme tutumları arasında düşük düzey pozitif ilişkinin olduğu görülmektedir. Erken dönem uyumsuz şema alanlarının tümünün yeme tutumları ile pozitif ilişkili olduğuna dair bulguların literatürle benzerlik gösterdiği görülmektedir (Unoka vd. 2010; Arpacı, 2018; Dingemans vd. 2006). Pugh' ın (2015) yeme bozukluğu tanısı almış olan bireylerle yapmış olduğu çalışmada tıknırcasına yeme bozukluğu olan hastaların tüm şema alanlarında sağlıklı gruba oranla daha yüksek puan aldıkları, anoreksiya tanısı almış grupta ise anlamlı farklılıkların oluşmadığı sonuçları elde edilmiştir. Bu bulguların özellikle tıknırcasına yeme ile karakterize olabilen duygusal yeme tutumunun erken dönemde beliren zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarından etkilendiğini göstermektedir (Jones vd. 2005). Benzer doğrultuda Bozdoğan (2023)' ın yapmış olduğu çalışmada zedelenmiş sınırlar, yüksek standartlar ve bastırılmışlık, diğerleri yönelimlilik şema alanlarının bozulmuş yeme tutumları üzerinde yordayıcı olduğunu bildirmiştir. Erken dönem uyumsuz şemaların etkisi ile kendileri hakkında olumsuz değerlendirmelerde bulunan ve kusurlu olduklarına dair inançlar geliştiren bireylerin sosyal yaşamdan uzaklaştıkları ve yeme tutumlarının bozuldukları söylenebilir (Waller, 2007). Brown ve diğerleri (2016) ve Maher ve diğerleri (2022) de paralel doğrultuda yeme bozukluklarının şemalarla ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Bu çalışmalarda erken dönem uyumsuz şemaların bireylerin duygusal ve düşünsel süreçlerini olumsuz etkilediklerini ve zorlayıcı yaşam deneyimleri karşısında bu olumsuz etki ile beraber yeme patolojisi gibi problemler yaşayabildikleri vurgulanmıştır. Bulimiya patolojisinin incelendiği güncel başka bir çalışmada duygusal bastırma dışındaki tüm şemaların yeme patolojisi ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (Radomir-Belitoiu 2019). Çoğu psikiyatrik bozuklukta olduğu gibi yeme bozukluklarında da ebeveynlik tutumların ve ortaya çıkardığı sonuçların etkili olduğu bildirilmektedir. Yeme tutumları ile ilişkili olduğu bu çalışmada da belirtilen erken dönem

uyumsuz şemaların bu sağlıksız ebeveynlik tutumları ile bağlantılı olduğu değerlendirilmektedir (McEwen ve Flouri 2009). Jeffrey Young şema modelinde tüm insanların ilk çocukluk yıllarında evrensel olarak karşılaşması gerek duygusal ihtiyaçlarının bulunduğunu ifade etmektedir (Pauwels vd. 2016). Bu yaklaşıma göre şemalar söz konusu ihtiyaçların giderilememesi neticesinde gelişir. Gelişen bu şemaların ise bireyi işlevsiz baş etme mekanizmalarına yönlendirmesi ve olumsuz yeme tutumları geliştirmesi mümkün olmaktadır (Talbot vd. 2015).

Çalışma bulguları erken dönem uyumsuz şemalar ile yeme tutumları arasındaki ilişkide aracı rollerinin incelendiği duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin erken dönem uyumsuz şema alanları ile pozitif yönlü ilişki gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda regresyon analizleri de incelendiğinde erken dönemlerde şekillenen şema alanlarının üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme becerilerini ve otomatik düşüncelerini etkilediği söylenebilir. Dolayısıyla kopukluk, zedelenmiş otonomi, zayıf sınırlar, diğerleri önemlilik ve yüksek standartlar şema alanlarının bireylerin yaşantılar karşısında duygusal süreçlerini ve bilişsel değerlendirmelerini etkilediği anlaşılmaktadır. Nitekim bu konuda yapılmış olan literatür araştırmalarında erken dönem uyumsuz şemaların yeme bozukluğu ile ilişkisinde düşünsel ve duygusal süreçlerin belirleyici etkiler ortaya çıkardığı belirlenmiştir (Jones vd. 2006; Waller vd. 2000). Yeme davranışını aşırı kontrol etme ve ya aşırı yeme davranışlarının, şemaların tetiklenmesi ile ortaya çıkan ve katlanılması zor olan duygulardan kaçınma konusunda kişiye yardım ettiği söylenebilir (Sheffield vd. 2009). Bu çalışma da üniversite öğrencilerinin erken dönem uyumsuz şemalar ve duygu düzenleme güçlükleri ekseninde yeme davranışlarının bozulma eğilimi geliştirmelerini açıklar niteliktedir. Diğer yandan erken dönem uyumsuz şema alanlarının otomatik düşüncelerle ilişkili olduğu bulgusu da literatür ile benzer doğrultudadır. Gündüz ve Gündoğmuş (2019) erken dönem olumsuz yaşam deneyimlerinin otomatik düşünceler, ara inançlar ve psikopatolojilerde değişikliklere yol açtıklarını vurgulamışlardır.

Araştırma amaçları çerçevesinde üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile yeme tutumları arasındaki incelenmiş olup şu sonuçlara ulaşılmıştır: Buna göre Çocukluk çağı travmaları toplam puanları ile kısıtlayıcı yeme arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Duygusal yeme ve dışsal yeme ile çocukluk çağı travmaları arasında ise pozitif ilişki saptanmıştır. Çalışma bulgularından anlaşılacağı üzere

çocukluk çağı travmalarının artmasının duygusal yeme ve dışsal yeme tutumlarını arttırdığı görülmektedir. Çavuşoğlu (2021) araştırmasında genç yetişkinlerin algıladıkları duygusal ihmal ve istismarın duygusal yeme üzerinde yordayıcı olduğunu belirlemiştir. Bu çalışma bulgusuna benzer şekilde Gerke ve diğerleri (2006) çocukluk çağı ihmal ve istismarların varlığının kısıtlayıcı yeme ile ilişkili olmadığını; duygusal yeme ve bulimik semptomların ise belirleyicileri olduklarını bildirmiştir. Molendijk vd. (2017) klinik örnekleme gerçekleştirdiği çalışmada yeme bozukluğu tanısı olan bireylerin olmayanlara göre çocukluk çağı travmaları puanlarının daha yüksek olduğunu saptamıştır. Backholm ve diğerleri (2013) negatif beden algılarının ve psikososyal bozulmaların çocukluk çağı travmatik yaşantılarından kaynaklandığını ve bu ilişkinin yeme tutumlarının bozulmasında etkili olabileceğini öne sürmüşlerdir. Brewerton (2007) benzer şekilde çocukluk çağı travmatik deneyimlerin beden algısına ilişkin memnuniyetsizliğe yol açtığını ve bu çerçevede olumsuz yeme tutumlarının geliştiğini ifade etmiştir.

Araştırma çerçevesinde duygu düzenleme güçlükleri ile otomatik düşüncelerin çocukluk çağı travmalarının yeme tutumları üzerindeki etkisinde aracı rol aldığı öngörülmekteydi. Bu doğrultuda çocukluk çağı travmaları ile duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşünceler arası ilişki incelenmiş olup değişkenler arasında pozitif yönlü ilişki bulunduğu belirlenmiştir. Buna göre çocukluk çağı travmatik deneyimler arttıkça zorlayıcı yaşantılar karşısında duygu düzenleme güçlükleri ve işlevsellik sorunu yaratan bilişsel değerlendirmeleri ifade eden otomatik düşüncelerin arttığı görülmüştür. Shipman ve diğerlerinin (2010) araştırmalarında istismar ve ya ihmal deneyimi olan gençlerin duygu düzenleme güçlükleri yaşama düzeylerinin daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Burns ve diğerleri (2010) duygu düzenleme becerileri ile çocukluk çağı travmaları ilişkisini inceledikleri ve genç kadınlarla yaptıkları çalışmada duygusal, cinsel ve fiziksel istismar geçmişinin duygu düzenleme güçlükleri oluşturmada belirleyici olduğunu vurgulamışlardır. Otomatik düşünceler ile çocukluk çağı travmaları ilişkisine yönelik çalışan Ellis ve Harper (2005) fonksiyonel olmayan düşünce işleyişinin temelini çocukluk dönemlerindeki olumsuz yaşantılara dayandığını öne sürmektedir. Özgüven (1999), deney ve kontrol grubunu karşılaştırarak gerçekleştirdiği çalışmasında istismar, ihmal, ebeveyn kaybı, anne baba boşanması gibi çocukluk çağında travmatik deneyimleri olan bireylerin olmayanlara oranla bilişsel çarpıtma ve işlevsiz düşünce özelliklerinin daha yüksek

olduğuna ilişkin sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar ve literatür bulguları göz önünde bulundurulduğunda çocukluk çağı örseleyici yaşantıların bireyin duygusal ve düşünsel süreçlerini etkilediği görülmektedir. Yeme tutumlarının bireylerin kendilerine ilişkin düşünsel değerlendirmelerinden ve buna verdikleri duygusal reaksiyonlardan etkilendiği düşünüldüğünde yeme bozuklukları tedavisinde travmatik deneyimlerin, bilişsel ve duygusal süreçlerin bir arada değerlendirilerek formülasyon yapılmasının faydalı olacağı anlaşılmaktadır.

Çalışma kapsamında üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme güçlükleri ile yeme tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonuçlara göre duygu düzenleme güçlükleri ile duygusal, kısıtlayıcı ve dışsal yeme tutumları arasında pozitif ilişkinin olduğu belirlenmiştir. İlgili alanyazın incelendiğinde yeme tutumları ile duygu düzenleme güçlüklerini inceleyen çalışmaların çoğunun bu çalışma bulguları ile tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Buna göre duygu düzenleme güçlükleri arttıkça yeme tutumlarının bozulma düzeyleri artış göstermektedir (Haynos vd. 2011; Lavander vd. 2015; Brockmeyer vd. 2014). Yurtsever ve Sütçü (2017), bozulmuş yeme tutumlarına sahip olanların duygusal farkındalık, duyguları kabullenme ve duygularında net olma zorlukları gibi sorunlar yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Kılıç (2019)'ın yaptığı araştırmada, yeme bozukluğu riskine sahip olanların; duygularla ilişkili tüm süreçlerde zorluk yaşadıkları belirlenmiştir. Tıkınırcasına yeme, bulimiya ve anoreksiya teşhisi almış bireyler, tanı almayanlara oranla duygu kabulü, farkındalık ve duygusal açıklık seviyelerinin daha düşük olduğu bilinmektedir (Svaldi vd. 2012). İnalkaç ve Aslantaş (2018), rahatsız edici duygusal deneyimlere reaksiyon olarak ortaya çıkabilen bozulmuş yeme tutumunu bireylerin baskı hissettiklerinde ve ya öfkeli olduklarında normalden daha çok tüketecek şekilde duygusal yeme davranışı olarak açıklamıştır. Bu şekilde açıklanan duygusal yeme eğilimi bu bozukluk grubunun esas dinamikleri arasında yer alır. Bireylerin duygularını diledikleri gibi açığa vurma konusunda yaşadıkları zorlukların dolaylı olarak olumsuz yeme tutumuna dönüşmesi mümkün olmaktadır. Bireyin zorlayıcı bir duygu yoğunluğu esnasında kullanmış olduğu uyumlu ya da problemlili strateji duygu düzenleme olarak açıklanmaktadır (Leahy vd. 2011). Bozulmuş yeme tutumlarına sahip olan bireylerin bu stratejiyi doğru ayarlamakta zorlandıkları bildirilmektedir. Buna bağlı olarak bireylerin ayarlamakta zorluk çektikleri bu duygu düzenleme sürecinin yarattığı zorlayıcı durum ile baş edebilmek için bozulmuş yeme davranışı örüntüsü gösterdikleri

düşünülmektedir (Svaldi vd. 2012; Whiteside vd. 2007).

Otomatik düşünceler ile yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesine dair analiz sonuçlarına göre duygusal yeme ve dışsal yeme ile otomatik düşünceler arasında pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Buna göre düşünsel işlevsizliği ifade eden otomatik düşünceler arttıkça duygusal yeme ve dışsal yeme tutumları artış göstermektedir. Bu konuda yapılmış çalışma sayısının kısıtlı olduğu görülse de yapılmış kısıtlı çalışma bulgularının çalışmamız ile uyumlu olduğu ifade edilebilir. Babayiğit (2007) ülkemizde gerçekleştirdiği araştırmasında yeme tutumları ile ilişkili bozukluğu olan genç bireylerin bulunmayanlara göre otomatik düşünce puanlarının daha yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Foster ve Wadden (2004) klinik çalışma grubu ile yaptıkları araştırmalarında yeme bozukluğu teşhisi olan bireylerin yeme ve beslenme ile ilgili bilişsel çarpıtmalarının yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Katzman ve Wolchik (1994) benzer şekilde yeme bozuklukları alt tiplerinden olan bulimiya hastaları ile gerçekleştirdikleri çalışmada hasta grubun normal gruba göre kendilerine dair bilişsel çarpıtma düzeylerinin daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Bilişsel Davranışçı yaklaşım yeme bozukluğunda bireylerin kilonun yanlış değerlendirilmesi, olumsuz beden algıları ve kendine dair olumsuz düşünce özelliklerinin bilişsel tabloyu oluşturduğunu ifade etmektedir. Söz konusu bilişsel tablo kişinin işlevsiz tutumlar sergilemesine ve yeme davranışlarının bozulmasına sebep olur (Fairburn, 2008).

Araştırmanın temel amacı çerçevesinde üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemaların yeme tutumları üzerindeki etkisinde duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin aracı rolleri incelenmiştir. Bu amaca yönelik yapılan Process Macro analizine bozulmuş yeme tutumlarından olan duygusal yeme tutumu dahil edilmiştir. Literatür incelendiğinde yeme tutumlarında bozulmanın duygusal yeme ağırlıklı olmasına bağlı olarak bu boyutun analize dahil edilmesinin daha verimli bulgulara erişimine ve yeme bozukluğu tedavisinde doğru formülasyonu yapmaya katkı sunacağı düşünülmüştür. Literatürde bu seçimin desteklendiğine dair çalışmaların yer aldığı görülmektedir. Yapılan son çalışmalar özellikle hangi yeme bozukluklarının hangi duygu düzenleme güçlükleri ile ilişkili olduğunun ortaya konulmasına dair bir merak söz konusudur. Bu doğrultudaki araştırmalar incelendiğinde araştırmaların duygusal yeme boyutunun yeme bozuklukları arasında ön plana çıktığı anlaşılmaktadır (Van Strien vd. 2005). Analiz sonuçlarına göre erken

dönem uyumsuz şemaların yeme tutumları üzerindeki etkisinde duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin aracı rollerinin olduğu hipotezi desteklenmiştir. Buna göre: kopukluk ve zedelenmiş otonomi şema alanlarının duygusal yeme tutumunu yordadığı belirlenmiştir. Aracı değişken olarak duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin modele dahil edilmesi neticesinde beta değerinin düştüğü görülmüştür. Bu sonuca göre kopukluk ve zedelenmiş şema alanlarının duygusal yeme üzerindeki etkisinde duygu düzenleme gücü ve otomatik düşüncelerin kısmi aracılık ettiği anlaşılmaktadır. Diğer şema alanları olan zayıf sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar-bastırılmışlık şema alanlarının da duygusal yeme tutumunu yordadığı, duygusal düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin analize aracı değişken olarak dahil edilmesi üzerine de aracı değişkenlerin ilgili şema alanları ile duygusal yeme arasında tam aracılık etkisine sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar erken dönem uyumsuz şema alanlarının duygu düzenleme ve otomatik düşünce becerilerini etkilediğini ve bu değişkenlerin bu etki ile beraber duygusal yeme tutumunu etkilediği değerlendirmesini mümkün kılmaktadır. Şemalarla yeme bozuklukları ilişkisini inceleyen çalışma sayısının yetersiz olduğu görülse de bu doğrultuda yapılan çalışmalarda yeme bozukluklarının şemaların ve şemaların ortaya çıkardığı duygusal ve düşünsel süreçlerle ilişkili olduğu vurgulanmıştır (Brown vd. 2016). İhmal ve istismar neticesinde bireylerin kendilerine karşı ortaya konulan istismar ve ihmal edici tutumları uyumsuz şema olarak kendilerine dönük bir iç sese dönüştürebilecekleri; bu sürecin de dolaylı yollardan yeme bozukluğu vb. gibi çeşitli psikopatolojilere sebep olabileceği düşünülmektedir (Fassbinder vd. 2014). Olumsuz yeme tutumlarının bu çerçevede şemalara bağlı olarak ortaya çıkan duygusal acıyı azaltma amacı ile geliştirilen patolojik bir baş etme mekanizması olduğu düşünülebilir. Şemalar ile yeme tutumları ilişkisini inceleyen çalışma bulgularına göre bozulmuş yeme tutumları olan ve olmayan bireylerde şema alanları puanları farklılaşmaktadır. Bu bulgular yeme bozukluğu olan bireylerin şema puanları yüksek olan bireylerin derinlerde kendilerine dair olumsuz inançlar ve bu inançlarla karakterize duygular geliştirdiklerini ve bu yüzden de bozulmuş yeme örüntüsünü devam ettirdiklerini düşündürmektedir (Fairburn ve Harrison, 2003). Bu çerçevede bu çalışmanın ve daha önceki çalışmaların elde ettiği verilere dayanarak yeme bozukluklarının tedavisinde şema odaklı terapi modelinin faydalı olacağı söylenebilir. Bu yönlü bir tedavi sürecinde özellikle bireylerin ihtiyaçlarının dikkate alındığı ve kendilerine yönelik

erken dönem uyumsuz şema kaynaklı duygu ve düşüncelerin düzenlenmesi faydalı olacaktır. Sonuç olarak bu araştırma bulgularına göre erken dönem uyumsuz şemalar ile yeme tutumları arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin aracı rollerinin olduğuna ilişkin model desteklenmiştir.

Çalışmanın ana amaçları doğrultusunda çocukluk çağı travmalarının duygusal yeme tutumu üzerindeki etkisinde duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin aracı rolleri incelenmiştir. Buna göre çocukluk çağı travmalarının duygusal yeme tutumunu yordadığı belirlenmiştir. Aracı değişkenler olan duygu düzenleme güçlükleri ile otomatik düşüncelerin modele dahil edilmesi neticesinde beta değerinin düştüğü görülmüştür. Bu sonuç aracı değişkenler olan duygu düzenleme güçlükleri ve otomatik düşüncelerin çocukluk çağı travmaları ile duygusal yeme arasındaki ilişkisindeki aracı rollerinin kısmi olarak desteklendiğini göstermektedir. Çocukluk çağı örselenme yaşantılarının bireyin bilişsel süreçlerini etkilediğini ifade eden bilişsel yaklaşım, bu durumlara bağlı olarak gelişin kendiliğe yönelik negatif algıların yeme örüntüsünü bozduğunu belirtmektedir (Maner, 2013). Boylamsal olarak gerçekleştirilen bir çalışmada çocukluk çağı travmatik deneyimleri olan bireylerin duygu düzenleme becerilerini iyileştirmeye yönelik çok boyutlu bir tedavi planlamasının yeme bozukluğunun iyileşmesini hızlandıracağı belirlenmiştir (Cassoli vd. 2021). Bu çerçevede yeme bozukluğu olan bireylerde çocukluk çağı travma hikayesinin varlığının ortaya konulmasının; çocukluk çağı travma hikayesi söz konusu olduğunda ise muhtemel duygu düzenleme güçlüğüne de değerlendirilmeye dahil edilmesinin tedavi süreçleri açısından kritik olacağını ifade etmek mümkündür (Moulton vd. 2015; Cassoli vd. 2021). Karaoğlu ve Erzi (2019) genç yetişkinlerle yaptıkları çalışmada çocukluk çağı travmatik deneyimleri ile yemeye yönelik tutumlar arasında bulunan ilişkiye duygu düzenleme güçlüklerinin aracılık ettiğini bulmuşlardır. Benzer şekilde Burns ve arkadaşları (2012) da üniversite öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmada duygu düzenleme güçlüğüne yeme bozukluğu semptomlarıyla anlamlı şekilde ilişkili olduğunu ve duygu düzenleme güçlüğüne duygusal istismar ve yeme bozukluğu semptomları arasındaki ilişkide kısmi aracı rolü olduğunu saptamıştır.

Kaynakça

Akkoyunlu, S. ve Türkçapar, H. (2013). Bir Teknik: Alternatif Düşünce Oluşturulması. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Ve Araştırmalar Dergisi*, 2, 53-59.

Aldao, A. ve Nolen-Hoeksema, S. (2010). Specificity Of Cognitive Emotion Regulation Strategies: A Transdiagnostic Examination. *Behaviour Research And Therapy*, 48(10), 974–983.

Allen, K. L., Byrne, S. M., Oddy, W. H., Crosby, R. D. (2013). DSM–IV–TR and DSM-5 Eating Disorders İn Adolescents: Prevalence, Stability, And Psychosocial Correlates İn A Population-Based Sample Of Male And Female Adolescents. *Journal Of Abnormal Psychology*, 122(3), 720.

Altıntaş, M. ve Özgen, U. (2017). Personality Trait's Effects On Eating Behaviors. *International Journal Of Social Sciences And Education Research*, 3(5 S), 1797–1810.

Amerikan Psikiyatri Birliği, (2013). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı (Çev.: E Köroğlu) Hekimler Yayın Birliği, Ankara.

Arpacı, I. (2018). Yetişkinlerde Yeme Tutumlarının Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Savunma Biçimleriyle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Azzeh, M., Peachey, G., and Loney, T. (2022). Prevalence Of High-Risk Disordered Eating Amongst Adolescents And Young Adults İn The Middle East: A Scoping Review. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(9), 5234.

Babayiğit, Z. (2007). Obez Kadınlarda Tıkınırcasına Yeme Bozukluğunun Bilişsel Kurama Göre İncelenmesi. Doktora Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Backholm, K., Isomaa, R. and Birgegard, A. (2013). The Prevalence And Impact Of Trauma History İn Eating Disorders Patients. *European Journal of Psychotraumatology*, 4(1), 1-8.

Beck, A. T., Freeman, A., and Davis, D. D. (2004). *Cognitive Therapy Of Personality Disorders* (2nd ed.). New York: The Guilford Press.

Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L. G., and Gratz, K. L. (2016). Development And Validation Of A Brief Version Of The Difficulties In Emotion Regulation Scale: The DERS-16.

Journal Of Psychopathology And Behavioral Assessment, 38(2), 284-296.

Bondu, R., Bilgin, A., & Warschburger, P. (2020). Justice Sensitivity And Rejection Sensitivity As Predictors And Outcomes Of Eating Disorder Pathology: A 5-Year Longitudinal Study. International Journal Of Eating Disorders, 53(6), 926-936.

Bozan, N. (2009). Hollanda Yeme Davranışı Anketinin Türk Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik ve Güvenirliğinin Sınanması. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Bozdoğan, B. N. (2023). Genç Yetişkinlerde Yeme Tutumunun Yordayıcıları Olarak Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Benlik Saygısı ve Reddedilme Duyarlılığı. Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Brewerton, T.D. (2007). Eating Disorder, Trauma And Comorbidity: Focus On PTSD. Eating Disorders, 15, 285-304.

Brockmeyer, T., Skunde, M., Wu, M., Bresslein, E., Rudofsky, G., Herzog, W., and Friederich, H. C. (2014). Difficulties In Emotion Regulation Across The Spectrum Of Eating Disorders. Comprehensive Psychiatry, 55(3), 565-571.

Burns, E. E., Jackson, J. L., and Harding, H. G. (2010). Child Maltreatment, Emotion Regulation, And Posttraumatic Stress: The Impact Of Emotional Abuse. Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 19(8), 801-819.

Burns, E.E., Fischer, S., Jackson, J.L & Harding, H.G. (2012). Deficits In Emotion Regulation Mediate The Relationship Between Childhood Abuse And Later Eating Disorder Symptoms. Child Abuse & Neglect, 36(1), 32-39.

Cassioli, E., Rossi, E., D'Anna, G., Martelli, M., Hazzard, V. M., Crosby, R. D. and Castellini, G. (2021). A 1-Year Follow-Up Study Of The Longitudinal Interplay Between Emotion Dysregulation And Childhood Trauma In The Treatment Of Anorexia Nervosa. International Journal of Eating Disorders, 55(1), 98-107.

Çavuşoğlu, M. (2021). Duygusal İstismar ile Yeme Tutumu Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Dingemans, A. E., Spinhoven, P. and Van Furth, E. F. (2006). Maladaptive Core Beliefs And Eating Disorder Symptoms. *Eating Behaviors*, 7(3), 258-265.

Ellis, A. ve Harper, R. (2005). Akılcı Yaşam Kılavuzu, Ankara: Hyb Yayıncılık.

Eren, N. (2023). Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumları ile Kişilik Özellikleri Ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Gedik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Fairburn, C. G. and Harrison, P. J. (2003). Eating Disorders. *The Lancet*, 361, 407–416.

Fairburn, C. G., Cooper, Z. and Shafran, R. (2003). Cognitive Behaviour Therapy For Eating Disorders: A “Transdiagnostic” Theory And Treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 41(5), 509–528.

Fairburn, C.G., Shafran, R. and Cooper, Z. (1999). A Cognitive Behavioral Theory Of Anorexia Nervosa. *Behaviour Research and Therapy*, 37(1), 1-13.

Fairburn, CG. (2008). Eating Disorders: The Transdiagnostic View And The Cognitive Behavioral Theory. *Cognitive Behavior Therapy And Eating Disorders*. 1st ed. New York: The Guilford Press. p.7-22.

Fassbinder, E., Schweiger, U., Jacob, G. and Arntz, A. (2014). The Schema Mode Model For Personality Disorders. *Die Psychiatrie*, 11(02), 78-86.

Foster, G.D. and Wadden T.A. (2004). The Psychology of Obesity, Weight Loss and 1994 Regain: Research and Clinical Findings. *Obesity, Pathophysiology, Psychology and Treatment*, Ed. George L. Blackburn, Beatrice S. Kanders, 140-165.

Friedman, M.A. and Brownell, K. (1995). Psychological Correlates of Obesity: Moving 1995 to the Next Research Generation, *Psychological Bulletin*, 117/1, 3-20.

Gerke, C. K., Mazzeo, S. E. and Kliewer, W. (2006). The Role Of Depression And Dissociation İn The Relationship Between Childhood Trauma And Bulimic Symptoms Among Ethnically Diverse Female Undergraduates. *Child Abuse & Neglect*, 30(10), 1161-1172.

Gündüz, A. ve Gündoğmuş, İ. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantıları İle Otomatik Düşünceler, Ara İnançlar, Uyumsuz Şemalar, Anksiyete Ve Depresif Belirti Şiddeti Ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22:424-435.

Haynos, A. F., Watts, A. W., Loth, K. A., Pearson, C. M. and Neumark-Stzainer, D. (2016). Factors Predicting An Escalation Of Restrictive Eating During Adolescence. *Journal Of Adolescent Health*, 59(4), 391-396.

Heatherton, T. F., Herman, C. P. ve Polivy, J. (2001). Effects Of Physical Threat And Ego Threat On Eating Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(1), 138–143.

Hoek, H.W. and Van Hoeken, D. (2003). Review Of The Prevalence And Incidence Of Eating Disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 34, 383-396.

Iwajomo, T., Bondy, S. J., De Oliveira, C., Colton, P., Trottier, K. and Kurdyak, P. (2021). Excess Mortality Associated With Eating Disorders: Population-Based Cohort Study. *The British Journal Of Psychiatry*, 219(3), 487-493.

İnalkaç, S., ve Arslantaş, H. (2018). Duygusal Yeme. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 27(1), 70-82.

Jalali-Farahani, S., Chin, Y. S., Mohd Nasir, M. T., and Amiri, P. (2015). Disordered Eating And Its Association With Overweight And Health-Related Quality Of Life Among Adolescents İn Selected High Schools Of Tehran. *Child Psychiatry & Human Development*, 46(3), 485-492.

Jones, C. J., Leung, N. ve Harris, G. (2006). Father-Daughter Relationship And Eating Psychopathology: The Mediating Role Of Core Beliefs. *British Journal of Clinical Psychology*, 45(3), 316-330.

Jones, C., Leung, N., & Harris, G. (2007). Dysfunctional Core Beliefs İn Eating Disorders: A Review. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 21(2), 156.

Karadağ, M. G., Elibol, E., Yıldırım, H., Akbulut, G., Çelik, M. G., Söğüt, M. D. M. ve Dinler, M. F. (2016). Sağlıklı Yetişkin Bireylerde Yeme Tutum ve Ortorektik Davranışlar ile Obezite Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. *Gazi Medical Journal*, 27(3).

Karaoğlu, M. ve Erzi, S. (2019). Yeme tutumları ve travmatik yaşantılar: Öz şefkat ve duygu düzenlemenin aracı rolü. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(3), 145-151.

Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Bilim Kitap Kirtasiye Yayınevi.

Katzman, M.A. and Wolchik, A. (1994). Bulimia and Binge Eating in College Women: S.A.: 1984 A Comparison of Personality and Behavioral Characteristics, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52, 423-428.

Kessler, R. C., Shahly, V., Hudson, J. I., Supina, D., Berglund, P. A., Chiu, W. T., et al. (2014). A Comparative Analysis Of Role Attainment And Impairment In Binge-Eating Disorder And Bulimia Nervosa: Results From The WHO World Mental Health Surveys. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 23(01), 27-41.

Kılıç, N. (2019). *Duygu Düzenleme Güçlüğü, Yeme Stilleri Ve Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin Yeme Bozukluğu Belirtileri İle İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kimball, H., Fuller-Tyszkiewicz, M., De Paoli, T., Mckinlay, A. and Krug, I. (2019). Testing A New Interpersonal Model Of Disordered Eating Between Australian And East-Asian Women: The Relationships Between Theory Of Mind, Maladaptive Schemas, And Appearance-Based Rejection Sensitivity. *Psychiatry Research*, 275, 1-9.

Koroğlu, E. (2009). *Klinik Uygulamada Psikiyatri Tanı Ve Tedavi Klavuzları*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği Basım Yayın.

Koroğlu, Y., Ökmen, M. ve Taştan, İ. (2021). Koronavirüs (COVID-19) Salgın Sürecinde Evde Kalan İlköğretim Öğrencilerinin Yeme Tutum ve Davranışları ile Depresyon Durumlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 3 (1), 12-20.

Kring, A.M., Johnson, S.L., Davison, G.C. and Neale, J.M. (2017). Anormal Psikolojisi/Psikopatoloji (Ed. Muzaffer Şahin), Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Lavender, Jason M.; Wonderlich, Stephen A.; Engel, Scott G.; Gordon, Kathryn H.; Kaye, Walter H. Mitchell, James E. (2015). Dimensions Of Emotion Dysregulation İn Anorexia Nervosa And Bulimia Nervosa: A Conceptual Review Of The Empirical Literature. *Clinical Psychology Review*, 40(), 111–122.

Leahy, R. L., Tirch, D. and Napolitano, L. A. (2011). *Emotion Regulation in Psychotherapy, A Practitioners's Guide*. New York: The Guilford Press.
Macht, Michael. (2008). How emotions affect eating: A five-way model. *Appetite*, 50(1), 1–11.

Maner, F. (2013) Yeme Bozuklukları Ve Bilişsel Davranışçı Görüşler. In *Yeme Bozuklukları ve Obezite* (Eds B Yücel, A Akdemir, A Gürdal Küey, F Maner, E Vardar): 67-76. Ankara, TürkiyePsikiyatri Derneği

Maughan, A. and Cicchetti, D. (2002). Impact Of Child Maltreatment And İnteradult Violence On Children's Emotion Regulation Abilities And Socioemotional Adjustment. *Child Development*, 73(5), 1525-1542.

Mcewen, C. and Flouri, E. (2009). Fathers' Parenting, Adverse Life Events, And Adolescents' Emotional And Eating Disorder Symptoms: The Role Of Emotion Regulation. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 18(4), 206-216.

Molendijk, M.L., Hoek, H.W., Brewerton, T.D. and Elzinga, B.M. (2017). Childhood Maltreatment And Eating Disorder Pathology: A Systematic Review And Dose-Response Meta-Analysis. *Psychological Medicine*, 47, 1402-1416.

Moulton, S. J., Newman, E., Power, K., Swanson, V. and Day, K. (2015). Childhood Trauma And Eating Psychopathology: A Mediating Role For Dissociation And Emotion Dysregulation? *Child abuse & neglect*, 39, 167-174.

Ouwens, M., Van Strein, T. And Van Der Stoak, C. (2003). Tendency Toward Overeating And Restraint As Predictors Of Food Consumption. *Appetite*. 40:291-298

Özgülven, HD. (1999). Psikiyatrik Kriz Vakalarında Hatalı Otomatik Düşünceler Ve Fonksiyonel Olmayan Tutumların Sıklığı. *Kriz Dergisi*, 7, (2), 9-16.

Park, E.C., Waller, G. and Gannon, K. (2014). Early Improvement In Eating Attitudes During Cognitive Behavioral Therapy For Eating Disorders: The Impact Of Personality Disorder Cognitions. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*. 42(2), 224,237.

Pauwels, E., Dierckx, E., Schoevaerts, K. and Claes, L. (2016). Early Maladaptive Schemas In Eating Disordered Patients With Or Without Non-Suicidal Self-İnjury. *European Eating Disorders Review*, 24(5), 399-405.

Polivy, J. and Herman, C. P. (2002). Causes Of Eating Disorders. *Annual Review Of Psychology*, 53(1), 187-213.

Pugh, M. (2015). A Narrative Review Of Schemas And Schema Therapy Outcomes In The Eating Disorders. *Clinical Psychology Review*, 39, 30-41.

Radomir-Belițoiu, R. (2019). Early Maladaptive Schemas And Behavioral Coping Mechanisms In Relationship With Bulimic Symptomatology. *Journal Of Experiential Psychotherapy/Revista De Psihoterapie Experientiala*, 22(1).

Raenker, S., Hibbs, R., Goddard, E., Naumann, U., Arcelus, J., Ayton, A., et al. (2013). Caregiving And Coping In Carers Of People With Anorexia Nervosa Admitted For İntensive Hospital Care. *International Journal of Eating Disorders*, 46(4), 346-354.

Schaumberg, K., Welch, E., Breithaupt, L., Hübel, C., Baker, J. H., Munn-Chernoff, M. A. and Bulik, C. M. (2017). The Science Behind The Academy For Eating Disorders' Nine Truths About Eating Disorders. *European Eating Disorders Review*, 25(6), 432-450.

Schmidt, U., Adan, R., Böhm, I., Campbell, I. C., Dingemans, A., Ehrlich, S., et al. (2016). Eating Disorders: The Big İssue. *The Lancet Psychiatry*, 3(4), 313-315.

Schneer, A. (2002). Eating Disorders: A Disorder Of İn And Out. *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, 10(2), 161-176.

Serin, Y. ve Şanlıer, N. (2018). Duygusal Yeme, Besin Alımını Etkileyen Faktörler Ve Temel Hemşirelik Yaklaşımları. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 9(2), 135–146.

Sheffield, A., Waller, G., Emanuelli, F., Murray, J. and Meyer, C. (2009). Do Schema Processes Mediate Links Between Parenting And Eating Pathology? *European Eating Disorders Review: The Journal of the Eating Disorders Association*, 17(4), 290- 300.

Shipman, K., Zeman, J., Penza, S. and Champion, K. (2010). Emotion Management Skills İn Sexually Maltreated And Nonmaltreated Girls: A Developmental Psychopathology Perspective. *Development and Psychopathology*, 12(1), 47-62.

Sines. J., Waller, G., Meyer, C. And Wigley, L. (2008). Core Beliefs And Narcissistic Characteristics Among Eating-Disordered And Non-Clinical Women. *The British Psychological Society*, 81, 121–129.

Smink, F. R., Van Hoeken, D., Oldehinkel, A. J. And Hoek, H. W. (2014). Prevalence And Severity Of DSM-5 Eating Disorders İn A Community Cohort Of Adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, 47(6), 610-619.

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form 3'ün Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.

Stice, E., Gau, J. M., Rohde, P. and Shaw, H. (2017). Risk Factors That Predict Future Onset Of Each DSM–5 Eating Disorder: Predictive Specificity İn High-Risk Adolescent Females. *Journal Of Abnormal Psychology*, 126(1), 38.

Svaldi, J., Werle, D., Naumann, E., Eichler, E. and Berking, M. (2019). Prospective Associations Of Negative Mood And Emotion Regulation İn The Occurrence Of Binge Eating İn Binge Eating Disorder. *Journal of psychiatric research*, 115, 61-68.

Şahin, NH. ve Şahin, N. (1992). Reliability And Validity Of The Turkish Version Of The Automatic Thoughts Questionnaire. *J Clin Psychol*, 48: 334-40.

Şar, V., Öztürk, E. ve İkikardeş, E. (2012). Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeğinin Türkçe Uyarlamasının Geçerlilik Ve Güvenirliği. Türkiye Klinikleri, 32(4), 1054-1063.

Talbot, D., Smith, E., Tomkins, A., Brockman, R. and Simpson, S. (2015). Schema Modes İn Eating Disorders Compared To A Community Sample. Journal Of Eating Disorders, 3(1), 14.

Treasure, J., Duarte, T.A. and Schmidt, U. (2020). Eating Disorders. Lancet, 395, 899–911.

Treasure, J., Macare, C., Mentxaka, I. O. and Harrison, A. (2010). The Use Of A Vodcast To Support Eating And Reduce Anxiety İn People With Eating Disorder: A Case Series. European Eating Disorders Review, 18(6), 515-521.

Tunç, P. (2020). Çocukluk Çağı Travması İle Bozulmuş Yeme Tutumları İlişkisinde Ebeveyne Bağlanmanın Düzenleyici Rolünün İncelenmesi. Turk J Child Adolesc Ment Health, 27(2), 75-84.

Türkçapar, M. H. (2007). Bilişsel Terapi Temel İlkeler Ve Uygulamalar. Ankara: Hyb. Basım Yayın.

Unoka, Z., Tölgyes, T., Czobor, P. and Simon, L. (2010). Eating Disorder Behavior And Early Maladaptive Schemas İn Subgroups Of Eating Disorders. The Journal of Nervous and Mental Disease, 198(6), 425-431.

Van Strien, T., Engels, R. C. M. E., Van Leeuwe, J. and Snoek, H. M. (2005). The Stice Model Of Overeating: Tests İn Clinical And Non-Clinical Samples. Appetite, 45(3), 205-213.

Vardar, E. ve Erzenin, M. (2011). Ergenlerde Yeme Bozukluklarının Yaygınlığı Ve Psikiyatrik Eş Tanıları İki Aşamalı Toplum Merkezli Bir Çalışma. Türk Psikiyatri Dergisi, 22(4), 205-212.

Viana, M. C., Gruber, M. J., Shahly, V., Alhamzawi, A., Alonso, J., Andrade, L. H., et al. (2013). Family Burden Related To Mental And Physical Disorders İn The World: Results From The WHO World Mental Health (WMH) surveys. Revista Brasileira de Psiquiatria, 35(2), 115-125.

Waller, G. K. (2007). Schema-Focused Cognitive Behavioral Therapy

with Eating Disorders. Cognitive Schemas and Core Beliefs in Psychiatric Disorders: A Scientist-Practitioner Guide,

Waller, G., Ohanian, V., Meyer, C. ve Osman, S. (2000). Cognitive Content Among Bulimic Woman: The Role Of Core Beliefs. *International Journal of Eating Disorders*, 28, 235-241.

Ward, Z. J., Rodriguez, P., Wright, D. R., Austin, S. B. And Long, M. W. (2019). Estimation Of Eating Disorders Prevalence By Age And Associations With Mortality In A Simulated Nationally Representative US Cohort. *JAMA network open*, 2(10).

Whiteside, U., Chen, E., Neighbors, C., Hunter, D., Lo, T. And Larimer, M. (2007). Difficulties Regulating Emotions: Do Binge Eaters Have Fewer Strategies To Modulate And Tolerate Negative Affect? *Eating Behaviours*, 8, 162-169.

Wildes, J. E. and Marcus, M. D. (2011). Development Of Emotion Acceptance Behavior Therapy For Anorexia Nervosa: A Case Series. *International Journal of Eating Disorders*, 44(5), 421-427.

Yavuzer, Y. ve Karataş, Z. (2012). Ergenlerde Otomatik Düşünceler İle Fiziksel Saldırganlık Arasındaki İlişkide Öfkenin Aracı Rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23(2013), 24.

Yiğit, İ. ve Guzey Yiğit, M. (2019). Psychometric Properties Of Turkish Version Of Difficulties In Emotion Regulation Scale-Brief Form (DERS-16). *Current Psychology*, 38(6), 1503-1511.

Young, J. E., Klosko, J. S., and Weishaar, M. E. (2003). *Schema Therapy*. New York: Guilford, 254.

Yurtsever, S. S. ve Sütçü, S. T. (2017). Algılanan Ebeveynlik Biçimleri İle Bozulmuş Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(80), 20-43.

Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik: Bir Model Önerisi

Kln. Psk. Simge GÖRAL KARABAĞ

T.C. İstanbul Kültür Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Uygulama ve Araştırma Merkezi
s.goral@iku.edu.tr, Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5616-4360>

Kln. Psk. Mert Ali KURBAN

T.C. İstanbul Kültür Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Uygulama ve Araştırma Merkezi
m.kurban@iku.edu.tr, Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4408-7043>

Öz

Toplumsal yaşamda meydana gelen değişimler; üniversite öğrencilerinin yaşamlarında karşılaştıkları sorunların miktarında ve çeşitliliğinde artışa neden olmuştur. Bu durum, yükseköğretim kurumlarında yer alan psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin rol ve işlevlerinde çeşitli değişiklikler gerektirmiştir. Literatür incelendiğinde Türkiye’de yükseköğretim kurumlarında yer alan psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin örgütsel yapılanması ve işleyiş biçimi konusunda, psikolojik danışma ve rehberliğe özgü modellerin henüz geliştirilemediği görülmüştür. Bu nedenle, temel bir üniversite psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezi modeli oluşturulması önemlidir. Bu kapsamda, bu çalışmada yükseköğretim kurumlarındaki psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin etkinliğini arttırmak amacıyla bir model önerisi sunulmaktadır. Model, üç basamaktan oluşmaktadır. İlk basamak, öğrencilere eğitim ve destek sağlayabilecek öğretim üyelerinden oluşur. İkinci basamak, risk grubundaki öğrencilerle çalışmayı hedefler ve genel psikolojik destek hizmetlerini içerir. Üçüncü basamak ise yüksek risk grubundaki öğrencilere kanıtlanmış müdahaleleri ve uzman yardımını içerir. Bu çalışma ile ileri sürülen modelin, yükseköğretimde psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin etkinliğinin artırılması adına yol gösterici olması hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: *Yükseköğretim, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Merkezi, Psikoloji*

Makalenin geliş tarihi: 12/03/2023 - Makalenin kabul tarihi: 03/04/2024
10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v010i1004

Psychological Counseling and Guidance in Higher Education: A Model Proposal

Abstract

Changes occurring in social life have led to an increase in both the quantity and variety of problems encountered by university students in their lives. Consequently, this situation has necessitated various changes in the role and functions of psychological counseling and guidance centers within higher education institutions. Upon reviewing the literature, it is observed that in Turkey, the organizational structure and operational mode of psychological counseling and guidance centers in higher education institutions have not yet developed specific models tailored to psychological counseling and guidance. Therefore, it is important to establish a fundamental model for a university psychological counseling and guidance center. Within this scope, this study proposes a model to enhance the effectiveness of psychological counseling and guidance services in higher education institutions. The model consists of three tiers. The first tier comprises faculty members who can provide education and support to students. The second tier aims to work with students in the risk group and includes general psychological support services. The third tier involves proven interventions and expert assistance for students in the high-risk group. The proposed model in this study aims to provide guidance for enhancing the effectiveness of psychological counseling and guidance services in higher education.

Keywords: *Higher Education, Psychological Counseling and Guidance Center, Psychology*

1. Yükseköğretim Kurumlarında Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Merkezlerinin Tarihsel Gelişimi

Geçtiğimiz yüzyılda, Amerika Birleşik Devletleri'nde öğrenci danışmanlığı ve rehberliği hizmetlerinin ortaya çıkışı ve profesyonelleşmesi, Büyük Buhran, İkinci Dünya Savaşı, sivil haklar ve kadın hareketleri gibi daha geniş siyasi, sosyal ve ekonomik olaylara ve etkilere dayanmaktadır (Dean ve Meadows, 1995; LaFollette, 2009). Amerika Birleşik Devletleri'nde öğrenci rehberliğinin ortaya çıkışı, 1945-1955 yılları arasında, eğitimsel ve mesleki rehberliğe odaklanma kapsamında öncelikle İkinci Dünya Savaşı'ndan döndükten sonra yüksek öğrenim gören askerlere sunulmuştur (LaFollette, 2009). Geri dönen savaş gazilerinin kendilerine sunulan hizmetten daha fazlasına ihtiyaçlarının olması uzmanlaşmış danışmanların, kampüs içerisinde kurulan merkezlerde öğrencilerle çalışmaya başlamasında etkili olmuş ve öğrenci rehberliği hizmetlerinin kişisel ve sosyal konuları da kapsayacak şekilde genişletmesini gerektirmiştir. Öğrenci rehberliğinde çalışan profesyonel danışmanlar, karmaşık, çok katmanlı sorunları olan, giderek çeşitlenen öğrenci popülasyonunu etkili bir şekilde yönetmekle görevlendirilmiştir. Bu durum da yükseköğretim sistemi içerisinde öğrenci danışmanlığı için ayrı bir mesleki kimliğin gelişmesine yol açmıştır (Hodges, 2001).

1950'li yıllardan itibaren rehberlik (guidance) kavramı yerine danışma psikolojisi (counseling psychology) veya psikolojik danışmanlık (counseling) kavramı kullanılmaya başlamıştır. Öğrenci psikolojik danışmanlığının bir pratik olarak yaygınlaşması savaş sonrası dönemde çok sayıda mesleki birliğin kurulmasıyla gelişmeye devam etmiştir (De Jager, 2012). Bunlar arasında Amerikan Danışmanlık Derneği (ACA), Amerikan Üniversite Danışmanlığı Derneği (ACCA), Uluslararası Danışmanlık Hizmetleri Birliği (IACS) gibi birliklerin kuruluşu yer almaktadır. Böylece, üniversitelerde yer alan psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin kapsamı giderek genişlemeye başlamış ve mesleki rehberlik odaklı hizmetlerin yanında bireysel psikolojik danışmanlık hizmetleri, öğrencilere yönelik önleyici ve geliştirici etkinlikler, müşavirlik etkinlikleri, süpervizyon ve eğitim çalışmaları psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin önemli bir işlevi haline gelmiştir (Heppner ve Neal, 1983).

1960'ların sonlarında üniversite yönetimleri, yükseköğrenimin hedefleri doğrultusunda üniversitelerde yer alan psikolojik danışmanlık ve rehberlik

merkezlerini yeniden yapılandırma sürecinde girmişlerdir. Özellikle 1970 yılı, üniversitelerin psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerine dair ilkelerin oluşturulması bakımından önemli adımların atıldığı bir yıl olmuştur (Kirk vd., 1971). Ayrıca 1970’li yıllarda üniversitelerde öğrenci sayılarının azalması ve bütçe kısıtlamalarından dolayı üniversite psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezleri, birtakım ekonomik problemlerle ve kaynak sıkıntılarıyla yüzleşmeye başlamıştır. Heppner ve Neal’a (1983) göre bu süreçte üniversite öğrencilerinin psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinde sunulan en faydalı hizmetin bireysel psikolojik danışmanlık olduğunu belirtmeleriyle, merkezlerde çalışan profesyoneller bireysel psikolojik danışmanlık hizmetlerini ve önleyici ve geliştirici programlar oluşturma etkinliklerini arttırmışlardır. Ek olarak üniversitelerde kariyer planlama merkezleri kurulmaya ve kariyer danışmanlığı hizmetleri bu merkezler üzerinden sağlanmaya başlanmıştır.

Üniversitelerdeki psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezi profesyonellerinin son birkaç on yılda giderek artan bir şekilde karşılaştığı psikolojik zorluklar arasında depresyon ve kaygı (Soet ve Sevig, 2006), psikoz, intihar düşüncesi ve niyeti (Rockland Miller ve Eels, 2008), kişilik bozuklukları ve kendine zarar verme davranışları; fiziksel ve cinsel şiddete ve buna bağlı travmaya maruz kalma; ve madde kullanımı ve bağımlılığı (Beamish, 2005) yer almaktadır. Aynı zamanda birinci yıldaki sosyal ve akademik uyum zorlukları; ilişki, kimlik ve özgüven sorunları; zaman yönetimi, çalışma becerileri, stres yönetimi, motivasyon, erteleme ve sınav kaygısı ile ilgili akademik konular da öğrencilerin merkezlere başvuru nedenleri arasında yer almaktadır (Phippen, 2012). Ayrıca cinsel yönelim, etnik köken ve kültür bağlamında artan öğrenci çeşitliliği, öğrenci danışmanlarının dünya görüşlerini ve çok kültürlü yeterliliklerini genişletmelerini de gerektirmiştir (LaFollette, 2009). Bununla birlikte Amerika Birleşik Devletleri’nde krize müdahale modellerinin de, 11 Eylül 2001 terör saldırıları ve kampüs silahlı saldırılarıyla önem kazandığı görülmektedir (LaFollette, 2009).

Dinamik bir toplumda öğrenci psikolojik danışmanlığı ve rehberliği hizmetlerinin değişen zamana ve öğrenci ihtiyaçlarına uyum sağlamaya devam edeceği öngörülmektedir. Zira psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin kapsamı, psikolojik danışma ve rehberlik alanındaki değişimlerle beraber çağın getirdiği mikro ve makro düzeyde ihtiyaçlardan (Heppner ve Neal, 1983) etkilenecek daima bir gelişim ve değişime

maruz kalmıştır. Her ne kadar Doğu Avrupa gibi bazı bölgelerde öğrenci danışmanlığı hizmetleri henüz başlangıç aşamasında olsa da (De Jager, 2012), genel olarak hizmet coğrafi olarak genişlemiş ve artık Birleşik Krallık, Kanada, Fransa, Avustralya, İsrail, Almanya, Hong Kong ve Güney Afrika gibi ülkelerde de iyice yerleşmiştir (Martin, 1997).

2. Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Merkezi Modelleri: Çek Cumhuriyeti, Güney Afrika ve Japonya Örnekleri

Çek üniversiteleri 1990'dan önce öğrencilere sınırlı psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri sunmuştur (Freibergová vd., 2003). O dönemde Çek Cumhuriyeti'nde bulunan üniversitelerde yalnızca sekiz danışma merkezi mevcuttur, ancak 2003'te bu sayı 48'e ulaşmıştır. Bu altı kat artış, Çek üniversitelerindeki merkezlerde çalışan profesyoneller ile Birleşik Krallık, İrlanda, Danimarka ve İspanya'daki kariyer merkezlerindeki danışmanlar arasındaki işbirliğinin sonucu olarak görülmüştür. Daha sonra Çek üniversitelerindeki psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerine para ve destek sağlanmasına yönelik talimatlar artmıştır. Freibergová (2010), Çek Cumhuriyeti'nde sekiz farklı üniversite danışmanlık merkezi modelinin mevcut olduğunu belirtmiştir. Bunlar; öğrencilerin mesleki gelişimine odaklanan profesyonel oryantasyon modeli, öğrencilerin bireysel sorunlarına odaklanan kişisel hizmet modeli, öğrenciler adına yönetimle işbirliğine odaklanan akademik konular modeli, ruh sağlığı sorunlarına odaklanan psikoterapötik model, danışmanlara eğitim ve deneyim sağlamaya odaklanan eğitim modeli, önleme ve toplum hizmetlerine odaklanan istişare modeli, yeni veya mevcut danışmanlık uygulamalarının geliştirilmesine odaklanan araştırma modeli ve eğitimsel, mesleki ve kişisel rehberlik hizmetlerinin birleştirildiği birden fazla alana odaklanan rehberlik modelidir.

Güney Afrika'da ise ilk resmi öğrenci danışmanlık hizmetinin kökeni, eski Natal Üniversitesi'nin Pietermaritzburg kampüsüne kadar uzanmaktadır (Joubert, 1988). Bu birim, 1948 yılında kurulduğunda ilk olarak "Öğrenci Danışma Servisi" olarak adlandırılmıştır ve öğrenci danışmanları da eğitim ve danışmanlık psikolojisi geçmiş olan profesyonellerden oluşmuştur (Joubert, 1988; Naidoo, 1997). Hizmet yelpazesi, öğrenci nüfusunun ortaya çıkan ihtiyaçlarına yanıt olarak, kariyer ve müfredat planlamayı, akademik desteği ve kişisel danışmanlık ve psikoterapiyi içerecek şekilde kademeli olarak genişlemiştir (Naidoo, 1997). Bu dönemde öğrenci danışmanları, ilk yıl ve aday öğrenciler için kariyer rehberliği ve danışmanlığına

odaklanmışlardır (De Jager, 2012). De Jager (2012) bu müdahalelerin genel amacının öğrenci nüfusu arasındaki akademik başarısızlık oranlarını azaltmak olduğunu ileri sürmektedir. Öğrenci danışmanlığı hizmeti, Pretoria Üniversitesi'nin 1957'de Öğrenci Danışmanlık Bürosu adı verilen ikinci birimi kurmasıyla yavaş yavaş Güney Afrika'daki diğer kurumlara da yayılmış ve hizmet 1950'lerde ve 1960'larda ulusal çapta büyümeye devam etmiştir (De Jager, 2012). Daha sonra 1985 yılında resmi olarak "Öğrenci Danışma Servisi" yerine "Öğrenci Danışma Merkezi" ismi tercih edilmeye başlanmıştır (Joubert, 1988). Her ne kadar bu isim değişikliğinin nedenleri Joubert (1988) tarafından açık bir şekilde ifade edilmemiş olsa da, bu durumun hizmetin kademeli olarak büyümesiyle ve aynı zamanda yükseköğretim içindeki profesyonel bir birim imajını yasallaştırma ihtiyacının artmasıyla bağlantılı olabileceği düşünülmüştür. Hükümet ve endüstriden gelen taleplere yanıt olarak öğrenci danışmanlığında mezunları etkili küresel katılıma hazırlayan ve istihdam olanaklarını geliştiren beceri ve bilgi odaklı bir yaklaşım ortaya çıkmıştır (Maharosa ve Hay, 2001). Bu dönemde yüksek öğretim kurumlarında yer alan öğrenci danışmanlık merkezlerinde "sağlıklı yaşam" yaklaşımı ön plana çıkmıştır (De Jager, 2012). Sağlıklı yaşam yaklaşımı, eksiklikler ve hastalıklar yerine kişisel güçlü yönleri ve gelişimi vurgulayan proaktif bir felsefe ile desteklenmektedir (Van Lingen, 2012). Öğrenci danışmanlığındaki sağlıklı yaşam müdahaleleri; öz yönetim, kişisel gelişim ve akademik beceri alanlarını kapsayan yaşam becerilerinin eğitimini ve gelişimini içermektedir. Odak alanları arasında zaman yönetimi, hedef belirleme, eleştirel düşünme ve problem çözme, çalışma becerileri ve iletişim becerileri gibi alanlar yer almaktadır (Abraham, 2006; Davis ve Mannion, 2005).

Japonya'da öğrenci danışmanlığı kavramı ise, Amerikan Eğitim Konseyi'nin yönetimi altındaki bir danışma komitesi tarafından Japonya'nın akademik ve idari sektörlerine 1951 yılında tanıtılmıştır. Danışma komitesinde yer alan psikologlar sırasıyla Tokyo, Kyushu ve Kyoto üniversitelerinde üç aylık bir seminer vermişlerdir (Matsubara, 1991). Belgelere göre seminere Japonya'nın her yerinden yaklaşık 240 üniversite idari personeli ve psikolog katılmıştır (Watanabe-Muraoka, 1997). İlk danışma merkezinin 1953 yılında Tokyo Üniversitesi kampüsünde kurulması, diğer üniversitelerin kampüslerinde de danışma merkezleri açmasına neden olmuştur. 1955 yılında, kampüste danışmanlık faaliyetlerini teşvik etmek ve personel yetiştirmek amacıyla "Japon Öğrenci Danışmanlığı Derneği"

kurulmuştur. Organizasyon, o tarihten bu yana her yıl üç günlük seminerler düzenlemekte ve katılımcı sayısı her geçen yıl artmaktadır. Katılımcılar idari ofislerin genel büro personeli, kampüs hemşireleri, danışmanlar ve kariyer yerleştirme ofislerinin büro personelinden; mesleki eğitim kolejleri, yüksekokullar ve üniversitelerden öğretim üyelerine kadar uzanmaktadır (Watanabe-Muraoka, 1997). Katılımcıların ihtiyaçlarına cevap verebilmek amacıyla, seminerlerin içerikleri daha az sistematize edilmiş ve danışmanlık görüşmeleri için temel beceri eğitimi, ruh sağlığı üzerine dersler, kariyer danışmanlığı, grup danışmanlığı, aile ilişkileri, okul reddi, yönetim ve danışma merkezlerinin organizasyonu ve küçük katılımcı grupları tarafından örnek olay incelemelerinin uygulanması yönünde çeşitlendirilmiştir. 1983'te yürütülen bir ankete göre, çok az sayıda üniversite ve yüksekokul dışında, danışmanlık merkezleri veya odaları Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı bünyesinde yer almaktadır ve öğrenci işleri dekanı genellikle danışma merkezinin yöneticisidir (Matsubara, 1983). Aynı ankete göre yöneticilerin mesleki alanları psikoloji (%22), tıp bilimi (%13), atletizm (%4), pedagoji (%3) ve felsefe (%2) arasında değişmektedir. Anketler (Akt. Watanabe-Muraoka, 1997: 21) devlet üniversitelerinin %50'sinin tam zamanlı bir psikiyatrist tuttuğunu ancak özel üniversitelerin %30'unun kadrosunda yarı zamanlı bir psikiyatristin bulunduğunu ortaya çıkarmıştır. Danışmanlığın henüz bağımsız bir meslek olarak tanınmadığı Japonya'da, bazı öğretim elemanlarından yarı zamanlı danışman olarak hizmet vermelerinin istendiği birçok enstitü de bulunmaktadır. Bu öğretim elemanlarının birçoğunun psikolog olduğu görülmüş, ancak danışmanlık veya klinik psikoloji konusunda uzmanlaşmaları gerekmediği düşünülmüştür. Bunun yanında psikoterapi geçmişi olan yarı zamanlı danışmanları işe alan üniversitelerin sayısı artmıştır. Japonya'da pek çok üniversitenin danışmanlık merkezlerini öğrencilerin refahı için değerli bir sistem olarak kabul ettiği ve kampüste yer ve donanım sağladığı ancak öğrenciler için kritik öneme sahip olduğunu hala kabul etmedikleri düşünülmektedir (Watanabe-Muraoka, 1997).

3. Ülkemizde Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Merkezlerinin Tarihsel Gelişimi ve Güncel Durumu

Türkiye'de danışmanlığın bir meslek olarak gelişiminin beş tarihsel dönemden oluştuğu düşünülmektedir: 1950–1956 dönemi başlangıç adımları; 1957–1969 dönemi gelişim yılları; 1970–1981 dönemi okullarda danışmanlık hizmetlerinin kurulması; 1982–1995 dönemi danışmanlık alanında lisans programlarının oluşturulması ve 1996'dan günümüze

okullara danışmanların atanması (Doğan, 2000). 1970’li yıllarda üniversitelerde psikolojik danışmanlık merkezlerinin kurulması da bu dönemlerdeki başlıca gelişmelerden birisayılmaktadır. Türkiye’de üniversite kampüslerindeki ilk tıbbi-sosyal merkez 1956 yılında Orta Doğu Teknik Üniversitesi’nde kurulmuştur. Başlangıçta sadece beden sağlığı hizmetine odaklanılmasına karşın (Tan, 1989) 1960’lı yıllardan itibaren ruh sağlığı hizmetleri sunmak amacıyla merkezde psikiyatrist, psikolog, psikolojik danışman ve sosyal hizmet uzmanları görevlendirilmiştir (Tan, 2011). Ek olarak Orta Doğu Teknik Üniversitesi 1958 yılında, yeni kaydolmuş öğrencilere üniversiteyi tanıtmak ve verimli ders çalışma tekniklerini öğretmek adına 2 hafta süren bir oryantasyon programı yürütmüştür (Tan, 2011). Üniversitelerde rehberlik ve psikolojik danışmanlık kapsamındaki çalışmaların öncülerinden biri de Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi’dir. 1950’li yıllardan itibaren öğretim üyelerine akademik danışmanlık görevi verilmesi ve enstitü bünyesinde bir rehberlik ofisinin açılması bu kapsamdaki çalışmalarından bazılarıdır (Tan, 2011). Ardından Hacettepe Üniversitesi, İstanbul Üniversitesi ve Ankara Üniversitesi’nde de tıbbi-sosyal merkezler kurulmuştur. 1982 yılında bu üniversitelerdeki fakülte ve bölüm bazında sunulan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri ülke geneline yayılarak üniversitelerde “Sağlık ve Rehberlik Merkezleri” adı altında birimler kurulmuştur (Demir, 1996).

Resmi olarak üniversitelerdeki danışmanlık hizmetlerinden ilk kez 1973 yılında yürürlüğe giren 1750 sayılı Yükseköğretim Kanunu’nda bahsedilmiştir. Bu kanun rehberlik ve danışmanlık hizmetlerinin akademik danışmanlar tarafından yürütülmesini zorunlu kılmıştır (Demir ve Aydın, 1996). Daha sonra 1984 yılında Yüksek Öğretim Kurulu tarafından 2547 sayılı Yükseköğretim Kanunu’nun 47. maddesi ile her üniversitenin öğrencilerin bireysel, eğitimsel ve kariyer danışmanlığı ihtiyaçlarına cevap verecek bir danışma ve rehberlik merkezi kurma zorunluluğu doğmuş ve üniversitelerde “Tıbbi-Sosyal, Sağlık, Kültür ve Spor İşleri Dairesi” kurulması ve “Öğrenci Kişilik Hizmetleri” kapsamındaki hizmetlerin öğrencilere sağlanması karara bağlanmıştır (Özgüven, 2001). Ardından 1987 yılında Marmara Üniversitesi’nde ilk “Öğrenci Kişilik Hizmetleri Merkezi”, Tıbbi-Sosyal, Sağlık, Kültür ve Spor Faaliyetleri Daire Başkanlığı’na bağlı olarak kurulmuştur (Tan, 1989). Günümüzdeyse üniversitelerde psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri üniversitelerin “Sağlık, Kültür ve Spor Daireleri” bünyesinde kurulan ve “Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi”, “Sağlık ve

Rehberlik Merkezi”, “Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi” gibi adlarla anılan birimleri tarafından yürütülmektedir. Buna ek olarak, son dönemlerde “Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Uygulama ve Araştırma Merkezi” isimlendirmesine de rastlanmaktadır (Gizir, 2010). Günümüzde yükseköğretimde psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin örgütsel yapılanması ve işleyiş biçimi, istihdam edilen personelin mesleki temelini (psikiyatrist, psikolog, psikolojik danışman vb.) yanı sıra bağlı olduğu üniversitenin yönetim anlayışına ve olanaklarına paralel olarak gelişme göstermektedir (Türküm, 2009).

Yerin Güneri, 2006 yılında Türk üniversitelerindeki 28 danışma merkezinin durumuna ilişkin yaptığı araştırmada personel, fiziki koşullar ve sunulan hizmetler açısından danışmanlık merkezlerinin olumlu bir dönüşüm geçirdiğini ortaya koymuştur. Ülkemizde yükseköğretimde psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin birçoğu psikolojik danışmanlık/psikoterapi, acil durum hizmetleri, ölçme ve değerlendirme, müşavirlik, önleyici ve gelişimsel çalışmalar ve grupla psikolojik danışmanlık/psikoterapi, oryantasyon programları oluşturma ve araştırma hizmetleri vermektedir. Eğitim ve süpervizyon çalışmaları ile kariyer danışmanlığının ise en az sıklıkla sunulan hizmetler olduğu ortaya çıkmıştır (Yerin Güneri, 2006). Aynı zamanda daha önceki çalışmalarda gösterilen, danışmanların üniversite danışmanlık hizmetlerinde eksik istihdam edildiği yönündeki bulguların aksine, psikolojik danışma hizmetleri personelinin çoğunluğunun psikolog olduğu; bunu psikolojik danışmanlar, psikiyatristler ve sosyal hizmet uzmanlarının takip ettiği bulunmuştur (Yerin Güneri, 2006).

Yükseköğretim Kurumu’nun 30 Nisan 2023 tarihli istatistiğine göre Türkiye’de 2022-2023 eğitim öğretim yılında toplamda 208 yükseköğretim kurumu bulunmaktadır (YÖK, 2023). Özel ve arkadaşlarının (2021: 148), Türkiye’deki 207 üniversitenin psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerine yönelik sitelerini tarayarak gerçekleştirdikleri içerik analizi sonucunda, yükseköğretim kurumlarında psikolojik destek hizmeti sunan toplamda 161 farklı birim bulunduğu ortaya çıkarılmıştır. Bu birimlerden 18 tanesinin yalnızca bağlı oldukları üniversite paydaşlarına hizmet vermediği, buldukları il ve ilçedeki halkın da hizmetine açık oldukları bilgisine ulaşılmıştır. Aynı zamanda 161 birimin 63 tanesinin öğrencilerin yanı sıra üniversite personeline, 7 birimin ise personel yakınlarına da hizmet verdiği sonucuna ulaşılmıştır. 59 üniversitenin ise aktif olarak psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmeti sağlamadığı; bu üniversitelerden 11’inin

bu kapsamda yönetmeliğinin bulunduğu ancak hizmet vermedikleri ve hizmet verecek psikolog ve psikolojik danışman istihdam etmedikleri bulgusuna ulaşmışlardır. (Özel vd., 2021). Oysa ki yükseköğretimde psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin tarihsel gelişimi ve giderek artan önemi göz önünde bulundurularak öğrencilerin ihtiyaç duyduğu hizmetler sağlanmalı, dolayısıyla her üniversitede bu merkezler yer almalı ve ruh sağlığı uzmanları istihdam edilmelidir. Türkiye’de yükseköğretim kurumlarındaki psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin örgütsel yapılanma, işleyiş biçimi ve uzman personel istihdamı konusundaki mevcut durumu ele alındığında, ülkemizde yükseköğretimde psikolojik danışma ve rehberliğe özgü modellerinin geliştirilemediği anlaşılmaktadır. Dolayısıyla, temel bir üniversite psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezi modeli geliştirilmesi yönünde yapılacak çalışmalar büyük öneme sahiptir (Gizir, 2010; Ercan, 2019).

4. Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Merkezlerinin İşlevleri ve Uluslararası Akreditasyon Ölçütleri

Toplumsal yaşam üzerinde etkisi olan kültürel, sosyal, ekonomik, politik ve teknolojik değişimler, üniversite öğrencilerinin kişisel ve sosyal problemlerinin çeşitliliği ve miktarında artışa sebebiyet vermiştir. Bu durum, öğrencilerin akademik ve mesleki gelişimlerine odaklanan Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) merkezlerinin rol ve işlevlerinde çeşitli değişim ve gelişmeleri gerekli kılmıştır. Günümüzde PDR merkezlerinin yapılanması ve faaliyetleri açısından çeşitli değişiklikler mevcut olsa da; tüm merkezler aynı amaç etrafında çalışmalarını yürütmekte ve öncelikli çalışma grubu olan öğrencilere ve bünyesinde bulunan tüm paydaşlara yönelik belirli hizmetler sunmaktadır. Sunulan hizmetler genel olarak; koruyucu-önleyici müdahalelere, gelişimsel ve problem çözme nitelikli çalışmalara dayanmaktadır. Temel olarak bireysel ve grupla psikolojik danışma, rehberlik, müşavirlik/konsültasyon, program geliştirme ve değerlendirme hizmetlerini kapsamaktadır (Phelps, 1992). Bu bağlamda üniversite öğrencilerinin ihtiyaçlarının, arzularının ve beklentilerinin, toplumsal yaşamda ortaya çıkan değişim ve gelişmeler çerçevesinde ele alınmasının ve PDR merkezi ile üniversite yöneticileri tarafından değerlendirilmesinin önemi vurgulanmaktadır. Üniversite öğrencilerinin değişen ihtiyaçlarının, arzularının ve beklentilerinin belirlenmesi, sınırlı kaynaklara rağmen artan başvuru taleplerine dikkat edilmesini ve gerekli önlemlerin alınmasını kolaylaştıracaktır (Bishop, 1990).

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorunların belirlenmesine yönelik Schweitzer (1996) tarafından gerçekleştirilen çalışmada öğrencilerin %56'sının akademik problemler, %45,7'sinin duygusal problemler, %42,9'unun mesleki problemler, %36,8'inin ekonomik problemler, %32,8'inin öğretmenlerle ilgili problemler, %28'sinin sağlık problemleri, %26,2'sinin öğrenme problemleri, %9,9'unun ayrımcılık, %4,3'nün cinsel problemler yaşadıklarına dair veriler elde edilmiştir.

Nicholas (2002), üniversite birinci sınıf öğrencilerinin kişisel gelişimleri, kariyer gelişimleri ve eğitim becerilerinin belirlenmesini ve aynı zamanda öğrenciler tarafından ihtiyaç duyulan yardım türünün anlaşılmasını hedefleyen bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışma bulgularına göre öğrencilerin öncelikli üç kişisel ihtiyacının; kendine güven, toplum önünde konuşma, kaygı ve gerginlik duyguları üzerinde kontrol sağlama becerisi olduğunu gözlemiştir. Öncelikli üç kariyer ihtiyacının iş arama becerilerini geliştirme, alan seçimi, ilgi ve yeteneklerini fark etme; öncelikli üç öğrenme becerisi ihtiyacının ise öğrenme becerilerini geliştirme, sınava yönelik stratejilerin öğrenilmesi ve zaman yönetimi becerileri olduğuna dair veriler ortaya konulmuştur.

Kutlu (2002) tarafından gerçekleştirilen ve üniversite öğrencilerinin psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinden beklentilerinin anlaşılmasına yönelik yürütülen çalışmada; sınıf düzeyi arttıkça öğrencilerin psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinden beklentilerinin de anlamlı düzeyde arttığı görülmüştür. Bu durum, üst sınıflardaki öğrencilerin üniversite sonrası yaşam, iş ve meslek edinme süreçleri, eş seçimi ve yetişkin hayatına geçişe yönelik ihtiyaçlara dair psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin düzenlenmesinin gerekliliği ortaya koymaktadır.

Yurt dışında gerçekleştirilen bir diğer çalışmada ise öğrencilerin %13'ünün zaman yönetimi, %12,9'nun madde kullanım problemleri, %12,7'sinin ailevi problemleri, % 11,5'inin kariyer gelişimine yönelik problemler, % 11,2'sinin ilişki problemleri, %8,3'ünün ekonomik problemler, %7,4'ünün cinsel taciz, %5,8'inin akademik problemler, %5,6'sının kişilik problemleri, %0,9'unun kaygı/depresyon, %0,3'ünün farklı mizaç ve son olarak %0,2'sinin kendini değerlendirme şikayetleri ile PDR merkezine başvuruda buldukları sonucuna ulaşılmıştır (Aluede vd., 2006).

Erkan ve arkadaşları (2011) tarafından gerçekleştirilen çalışma sekiz farklı üniversitenin (Gazi Üniversitesi, Bilkent Üniversitesi, ODTÜ, Boğaziçi

Üniversitesi, Başkent Üniversitesi, Koç Üniversitesi, İstanbul Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi) PDR merkezlerine gelen başvuru nedenlerini ortaya koymaktadır. Araştırma bulguları göz önünde bulundurulduğunda başvuru nedenleri üniversitelere göre farklılık göstermekle birlikte belirlenen ortak problemler; depresyon, aile içi ilişkiler, arkadaş ilişkileri, uyum sorunları ve akademik sorunları içermektedir.

Coşkun (2018) tarafından üniversite öğrencilerinin psikolojik danışma ve rehberlik ihtiyaçlarının belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen çalışmada ise öğrencilerin %76,5'inin kariyer gelişimi, %64,3'ünün gelecek kaygısı, %64,1'inin sınavlarda başarılı olma stratejileri, %59,7'sinin etkili zaman yönetimi, %56,5'inin verimli ders çalışma, %53,2'sinin doğru ve çabuk karar verme konularında gereksinim çeşitli gereksinimler duydukları gözlenirken %15,3'ünün obsesif-kompulsif bozukluk, %14,1'inin arkadaşları kaybetme/arkadaşları tarafından dışlanma korkusu, %11,3'ünün yineleyen alkol kullanımı, %10,7'sinin cinsel sorunlar ve %9,9'unun madde bağımlılığı konularında çeşitli gereksinimler duydukları gözlenmiştir.

Yukarıda ele alınan yurt içi ve yurt dışı çalışmalar, üniversite öğrencilerinin psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezi başvurularında etkili olan farklı şikayet alanlarını göstermektedir. Alan yazında üniversite yaşamının “gençlik dönemi” olarak tanımlandığı vurgulanmakta ve bu dönemde alınan kararların, mevcut ve gelecek yaşam üzerinde belirleyici ve etkili olduğu ifade edilmektedir (Özguven, 2001). Bu dönemde karşılaşılan ya da karşılaşma ihtimali bulunan problemlerin, yaşamın geçmiş dönemlerinden farklı olduğu da belirtilmektedir (Koç, 2008). Üniversite çağı gençlik ve yetişkinlik arasında bir köprü işlevi görmekle birlikte bu dönemde gelişen kimlik duygusunun, kişide süregelen hale gelebileceği ve bu çağın hem zihinsel hem de bedensel gelişim açısından en üst seviyeye ulaşıldığı dönem olduğu ifade edilmektedir. Bu dönemde sağlanan ya da sağlanabilecek ruh sağlığı çalışmalarının öğrencilerin gelişimlerini destekleyebileceği, zihinsel gelişimlerine işlerlik kazandıracağı ve motivasyonlarına olumlu yönde katkı sağlayabileceği bildirilmektedir (Yiğit, 2012). Ek olarak üniversite öğrencilerinin psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerine yönelik başvuru ve ilgilerinin dünya ve Türkiye’de de son yıllarda arttığı ifade edilmektedir (Koydemir Özden ve Erel, 2010). Değişen ihtiyaç ve artan başvurular doğrultusunda üniversite psikolojik danışma ve rehberlik merkezlerinin rol ve sorumluluklarının, öğrenci ihtiyaç ve özellikleri göz önünde bulundurularak belirlenmesinin önemi

bu nokta da vurgulanmaktadır (Yii-Nii vd., 2010).

Ülkemizde üniversite psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezleri, 03.02.1984 tarihinde yayımlanan 18301 sayılı gazete Madde 14’de ifade edildiği üzere; üniversite öğrencilerinin karşılaştıkları duygusal, sosyal, eğitime veya meslek ve iş seçimine ilişkin sorunlarının çözümünde onlara danışmanlık ve rehberlik yapar. Bu amacı gerçekleştirmeye yönelik;

- Üniversiteye yeni gelen öğrencilerin üniversiteye ve üniversite yaşamına uyumları konusunda çalışmalar yürütmek,
- Öğrencilerin yaşadıklarını sorunları belirlemek ve bu sorunların çözümüne yönelik ilgili kurumlarla birlikte çeşitli çalışmalar yürütmek,
- Mevcut bölümünü değiştirmek isteyen öğrencilere ilgi ve yeteneklerine uygun seçimler yapabilmeleri konusunda destek olabilecek çalışmalar gerçekleştirmek,
- Öğrencilerin mesleki yaşam hakkında bilgi sahibi olmalarına destek olmak, özel ve kamu kuruluşları ile işbirliği yaparak öğrencilerin iş ve staj imkanlarından haberdar olmalarını sağlamak ve mezunların izlenmesine yönelik çalışmalar yürütmek,
- Öğrencilerin ihtiyaçlarına yönelik bireysel ve grupla psikolojik danışmanlık çalışmaları yürütmek ve kişilerin kendilerini tanımalarına, etkili ve işlevsel sosyal ilişkiler kurmalarına yardımcı olmak ile görevli olmak şeklinde tanımlanmıştır (Yükseköğretim Kurumları Mediko-Sosyal Sağlık, Kültür ve Spor İşleri Dairesi Uygulama Yönetmeliği, 1984).

Yukarıda belirtildiği gibi değişen ve gelişen ihtiyaçlara yönelik olarak çerçevesi belirlenen bu hizmetlerin, kapsamına ve etkinliğine yönelik belirlenen uluslararası standartlar dahilinde gerçekleştirilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

4.1. Uluslararası Akreditasyon Ölçütleri ve Karşılaşılan Etik İkilemler
Öğrencilerin değişen yaşam koşullarına bağlı olarak dönüşen ve çeşitlenen ihtiyaçları göz önünde bulundurularak Uluslararası Psikolojik Danışma Hizmetleri Derneği (International Association of Counseling Services, [IACS], 2023) tarafından hazırlanmış olan ve üniversite öğrencilerine yönelik gerçekleştirilen PDR hizmetleri için tanımlanan çeşitli rol ve sorumluluklar, 11 başlık altında toplanmıştır. Belirlenen koşullar,

merkezin işlevselliğinin, sunulan farklı hizmet alanlarının etkinliğinin ve PDR merkezlerinin bütünüyle değerlendirilebilmesinin bir ölçütü olmakla birlikte farklı PDR merkezleri arasında bir tutarlılık sağlanabilmesi için de önemli birer unsurdur. Tanımlanan akreditasyon koşullarında PDR merkezleri için dört temel işlevden bahsedilmektedir:

- Mesleki, gelişimsel, profesyonel yaklaşım veya kişisel uyum gerektiren psikolojik problemler konusunda danışmanlık hizmeti sağlamak.
- Üniversite öğrencilerinin karşılaşılabilecekleri problemlere dair tedbir alabilmek adına çalışmalar gerçekleştirmek, öğrencilerin eğitim ve yaşam hedeflerine yönelik ihtiyaçlarının belirlenmesi.
- Psikolojik danışmanlık aracılığıyla öğrencilerin sağlıklı gelişimleri desteklemek.
- Güvenli bir kampüs yaşamına katkı sunacak çeşitli çalışmalar yürütmek.

Bu bağlamda aşağıda tanımlanan hizmet alanlarındaki rol ve işlevlerin, akreditasyon standartları doğrultusunda düzenlenmesinin gerekliliğine işaret edilmektedir. Sunulacak hizmet ve akreditasyon koşulları aşağıdaki gibidir:

a. *Bireysel, Çift ve Grupla Psikolojik Danışma/ Psikoterapi*

Üniversitelerde bulunan PDR merkezleri, durumsal ya da süregelen bir biçimde gözlenebilecek şekilde psikolojik veya davranışsal açıdan problem yaşayan öğrencilere etik ilkeler doğrultusunda, yetkin kişiler aracılığıyla; eğitsel, mesleki, kişisel ve ilişki odaklı bireysel ya da grupla danışma ve/veya psikoterapi hizmeti sunmalıdır. Aynı zamanda PDR merkezi çalışanlarının çok kültürlü öğrenci yapısına ve öğrencilerin değişen ihtiyaçlarına yönelik eğitimleri almış olması gerekmektedir. Öğrenciye verilen bu hizmetlerin, etkililiğine yönelik düzenli aralıklarla çeşitli değerlendirmeler yapılması önem arz etmektedir.

b. *Psikiyatri Hizmetleri*

Üniversite öğrencilerinin ilaç değerlendirmesi ve yönetimi için kampüs içerisinde veya dışarıdan işbirliği yapılan bir kurum/merkez gereklidir.

c. *Vaka Yönetim Hizmetleri*

ABD’de geliştirilen vaka yönetim hizmetleri modeli, hastaların ve bakım

verenlerin memnuniyetini artırmayı ve maliyetleri kontrol altında tutmayı hedefleyen bütünsel bir yaklaşım sunar. Bu model, tedavi, sosyal destek, barınma, maddi yardım, dinlenme ve kültürel ihtiyaçları da içine alarak, bireylerin tıbbi endişelerini koordineli bir şekilde ele alır ve çözümler sunar. Bu sayede, hastaların ihtiyaçlarına daha etkili ve uygun bir şekilde yanıt verilir, sağlık hizmetlerinin kalitesi artar ve maliyetler kontrol altında tutulur (Çam vd., 2019).

d. *Test/ Ölçme ve Değerlendirme*

Yürütölen danışmanlık hizmetlerinde danışanların kendileri anlamalarına ve farkındalık kazanmalarına yönelik olası en etkin yöntemin seçilebilmesi amacıyla gerekli durumlarda psikolojik test ya da diğеr ölçme araç ya da tekniklerine başvurulmalıdır.

e. *Krize Müdahale ve Acil Durum Hizmetleri*

Üniversite PDR merkezleri kampüs içerisinde ya da dışındaki kurum ya da kaynaklarla işbirliği içerisinde acil durum ve krize müdahale hizmeti sunmalıdır. Gerekli durumlarda danışmanlık hizmeti personeli, acil yardım hizmeti sunan kurum ve kaynaklarla işbirliği içerisinde çalışmalıdır. Mevcut kurum ya da kaynakların etkili bir biçimde kullanılması ve gerekli takibin gerçekleştirilmesi bu noktada önemlidir.

f. *Önleyici/Gelişimsel Programlar*

Üniversite öğrencilerinin gelişimsel ihtiyaçları göz önünde bulundurularak; üniversite yaşamına etkin katılımlarını ve mevcut potansiyelleri arttırmalarını destekleyebilecek gelişimsel/önleyici programlar düzenlenmelidir. Geliştirilecek programlar, öğrencilerin ihtiyaçlarına, etnik ya da kültürel özelliklerine uygun bir biçimde düzenlenmeli ve bu programlar aracılığıyla bireysel psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetini en az kullanan gruplara erişebilmek hedeflenmelidir. Oluşturulacak programlar aracılığıyla öğrencilerin, kendilerini gerçekçi bir biçimde değerlendirebilmeleri, anlamlı ve işlevsel sosyal ilişki kurma becerilerinin gelişmesi kendi yaşamları üzerinde kontrol ve anlam becerileri kazanmaları hedeflenmelidir.

g. *Müşavirlik*

Üniversite ortamının öğrencilerin fiziksel, duygusal ve bilişsel gelişimlerini destekleyebilmesini sağlayabilmek adına müşavirlik hizmetleri sunulmalıdır. Bu bağlamda müşavirlik öğrencilerin mevcut

İhtiyaçlarının belirlenmesi ve söz konusu ihtiyaçların; üniversite yönetimine, akademisyenlere ve üniversite bulunan diğer tüm personele aktarılabilmesi hususunda etkin bir rol edinmelidir. İyileştirme ya da geliştirme dışında öğrencilerin gelişimlerini olumsuz etkileyebilecek problem ve koşulların belirlenmesi ve ilgili kişilerle paylaşılması da bir gereklilik olarak belirmektedir. Bu noktada PDR merkezlerinin aşağıda ifade edilen görevleri yerine getirmeleri önemlidir:

- Gerekli bir durum söz konusu olduğunda, gizlilik sınırları göz önünde bulundurularak akademisyenlere ya da diğer üniversite personellerine yönelik müşavirlik hizmetleri verilmelidir.
- İhtiyaç duyulması halinde ebeveynlere, çift ya da ilgili diğer kurumlara da gizlilik ilkesi göz önünde bulundurularak müşavirlik hizmeti verilmelidir.
- Müşavirlik hizmetlerinde göz önünde bulundurulması gereken bir diğer önemli nokta ise PDR merkezinin danışmanlık görevi dışındaki (idari ya da akademik kararlar) durumlardan sorumlu olmamasıdır.

h. Sevk Sistemi/Yönlendirme

Üniversite PDR merkezleri, kendi çalışma alanlarını içermeyen konularda çeşitli problemlere sahip öğrencilerin ihtiyaçlarına uygun yönlendirme yapabilmek adına, üniversite içindeki ve dışındaki kaynakları kullanarak bir sevk sistemi oluşturmalıdır.

i. Araştırma

Sunulan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin etkililiğinin ve gelişiminin sağlanmasına yönelik değerlendirme ve araştırma çalışmalarının yapılmasına ek olarak; sunulan hizmetin kalitesinin artırılmasına dair yapılması gereken girişimler de PDR merkezlerine ait bir sorumluluk olarak ifade edilmektedir. Bu sorumluluğa yönelik belirlenen ölçütler aşağıdaki gibidir:

- PDR merkezleri üniversite bünyesinde gerçekleştirecekleri tüm araştırmalarda, etik ilke ve kurallar ile öğrenci topluluklarının ihtiyaçlarını ve beklentilerini göz önünde bulundurmalıdırlar. Yürütülecek araştırmalardaki etik sorumluluk, öncelikli olarak PDR merkezi yöneticisi ve çalışmayı yürüten araştırmacıdadır.

- PDR merkezleri çeşitli aralıklarla üniversitede gerçekleştirilen etkinliklerin öğrencilerin gelişimi üzerindeki etkilerinin belirlenmesine yönelik, değerlendirme çalışmaları yürütmelidir.
- PDR merkezleri, üniversite bünyesinde öğrencilere dair özelliklerin belirlenmesine yönelik gerçekleştirilecek çalışmalarda, araştırmacılar ile iletişim halinde olmalıdır. Yürütülen çalışmanın etik kurallara ve üniversitede bulunan araştırma kurulunun belirlediği gerekliliklere uygun şekilde gerçekleşmesi gerekmektedir.
- PDR merkezleri, sunulan etkinlikleri akademik çalışma ve araştırmalar aracılığıyla psikoloji bilimine, psikolojik danışmanlık ve rehberlik ya da diğer ilgili alanlara katkı sağlayacak bir işleve dönüştürmelidir.

j. *Program Değerlendirme*

PDR merkezleri, sunulan etkinliklerle ilgili değerlendirmeleri ve sonuçları göz önünde bulundurarak çeşitli iyileştirme çalışmaları yapmalıdır. İmkanlar ve ihtiyaçlar değerlendirilerek aynı amaçla hizmet veren benzer merkez ve kurumların verileri ile karşılaştırma yapılması ve bu karşılaştırmaların temel olarak akran değerlendirme işlevinde gerçekleştirilmesi ve vaka paylaşımlarını kapsaması önerilmektedir.

k. *Eğitim*

Eğitim ve süpervizyon mekanizmasının varlığı, PDR merkezleri tarafından sunulan danışmanlık hizmetlerinin mevcut olması arzu edilen sorumlulukları arasında olmalıdır. Merkez tarafından gerçekleştirilecek olan bu etkinliklerin, ekonomik ve ulaşılabilir eğitim programları şeklinde gerçekleştirilmesi; nitelikli meslek profesyonellerinin yetişmesine olumlu yönde katkı sağlayacaktır. Aynı zamanda ilgili etkinliklerin varlığı, merkezde görevli personelin mesleki gelişimini destekleyerek; klinik süpervizyon becerilerinin gelişimine de katkı sağlayabilecektir.

Ruh sağlığı alanında yürütülmesi önerilen hizmetlerin kapsamı ve çeşitliliği kadar sunulan hizmetlerin mesleki standartlar doğrultusunda gerçekleştirilmesi de büyük önem taşımaktadır. Bu noktada hizmeti alan ve sağlayan tarafların her birini olası istenmeyen durumlara karşı koruyan etik sorumlulukların ve sınırların tanımlanması ve içselleştirilmesi kritik bir gerekliliktir. Etik genel ifadeyle, bireysel ve toplumsal yaşamdaki değer, inanç, kural ve tutumları iyi- kötü ya da doğru-yanlış gibi ahlaki nitelikler kapsamında araştıran bir felsefe disiplindir (Kirel, 2000). Meslek

etiği ise, felsefe disiplinin bir alt dalı olmakla birlikte; kişilerin mesleki yaşamlarındaki davranışları üzerinde etkili olan, uygun ve uygun olmayan tutum ile davranışları tanımlayan, etik kural ve standartlar olarak ifade edilmektedir (İşgüden ve Çabuk, 2006). Türkiye’de yürütülen psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri çalışmaları için örnek teşkil eden Amerikan Psikolojik Danışmanlar Birliği (American Counseling Association) ve Amerikan Okul Danışmanları Birliği (American School Counseling Association) tarafından çerçevesi belirlenen etik yükümlülükler, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği’nin (TPDDER) yayımladığı etik standartlar için de önemli bir kaynak olarak ele alınmaktadır.

TPDDER (2011), tarafından mesleki uygulama için belirlenmiş başlıca etik standartlar; (i) yetkinlik-yeterlilik, (ii) dürüstlük, (iii) kişilerin hak ve özgürlüklerine karşı duyarlı ve saygılı olmak, (iv) bireysel ve kültürel farklılıklara karşı duyarlılık, (v) mesleğin getirdiği bilimsel ve mesleki sorumlulukların içselleştirilmesi ve toplumsal fayda sağlayacak çalışmaların yürütülmesi, (vi) mesleki ve bilimsel sorumluluk sahibi olmak olarak tanımlanmıştır. Ayrıca psikolojik danışmanların içselleştirdikleri etik kuralların, sunulan psikolojik danışmanlık hizmetlerine rehberlik etme gibi bir işlevi olduğu da bilinmektedir (Doğan ve Tekinalp, 2002).

Psikolojik danışma ve rehberlik çalışmalarında gözlenen etik ikilemler genellikle, danışan için uygun kararın verilememesi ya da mevcut alternatifler arasında çatışmaların gözlenmesi gibi biçimlerde meydana gelmektedir. Etik ikilemlerin yaşanmasında; psikolojik danışmanların sahip oldukları kişisel etik ve değerler, mesleki kural ve ilkeler, çalışılan kurumun politikası, ahlak felsefesi, psikolojik danışma yaklaşımları ve hukuki kurallar etkili olan unsurlar arasındadır (Bond, 2017).

Türkiye’de psikolojik danışmanlık alan yazını incelendiğinde, etik ikilem konulu çalışmaların kısıtlı olduğu görülmekle birlikte, etik kapsamında gerçekleştirilen çalışmaların; gizlilik (Akfert, 2012; Yam, 2017; Çetinkaya, 2014; İkiz vd., 2017a; İkiz, Otlu ve Arslan, 2017), ikili ilişkiler (Arslan ve Sommers-Flanagan, 2018; İkiz vd., 2017b; Arslan ve Sommers-Flanagan, 2018a; Hardal, 2011) ve yetkinlik (Lehr vd., 2007; Camadan, 2018; Arslan ve Sommers-Flanagan, 2018b) kapsamında gerçekleştirildiği görülmektedir.

Çetinkaya (2015) tarafından gerçekleştirilen çalışmada en çok ikilem yaşanan konunun gizlilik (%56,4) ve en çok ikilem yaşanan

durumun çocuğun cinsel istismarının bildirilmesi (%40,2) olduğu ifade edilmektedir. Kolay-Akfit (2012), gerçekleştirdiği çalışmasında psikolojik danışmanların en sık karşılaştıkları iki etik ikilemi; gizlilik ve çift yönlü ilişkiler olarak belirlemiştir. Etik problemlerin belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen bir diğer çalışma sonucu göz önünde bulundurulduğunda; gizliliğin korunamaması (%37,7), okul idaresinin müdahaleleri (%22,95), yetkinlik (%13,11), kültürlerarası çalışma yürütmek (%11,47), dürüst davranma ve taciz, tecavüz, istismar vb. durumların bildirilmesi (%6,55) olduğu gözlenmiştir (İkiz vd., 2017a).

Erdur-Baker ve Çetinkaya (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışma, okul psikolojik danışmanlarının öğrencilerle çoklu ilişki kurmaları gerektiği durumlar (gözetmenlik yapmak, idari sorumluluklar almalarının beklenmesi ve okul yöneticileri ile işbirliği içinde olmak vb.) olduğunu ortaya koymaktadır. Söz konusu çoklu ilişkilerin gelişmesini önlemek ve bu ilişkilerin kaçınılmaz olduğu durumlarda danışana karşı makul sınırların konulmasını sağlamak psikolojik danışmanların sorumlulukları kapsamındadır (TPDDER, 2021). Belirlenen yetkinlik düzeyi tanımlamaları, mesleğin kabul gören etik standartlarına uygun biçimde gerçekleştirilmesine ve sunulan hizmetlerin işlevselliğine olumlu yönde katkı sağlamaktadır. Mevcut mesleki standartların uygulanıp geliştirebilmesi için mesleki yeterliliğe sahip uzmanların gerekliliği vurgulanmaktadır (İkiz, 2017c). Ek olarak meslek profesyonellerinin kendilerine yönelik olumsuz yetkinlik değerlendirmelerinin de, yetkinlik sebebiyle oluşabilecek etik sorunları arttırabileceğini ifade edilmektedir (Özyürek, 2009).

5. Yükseköğretimde Yer Alan Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Merkezleri İçin Bir Model Önerisi: T.C. İstanbul Kültür Üniversitesi Örneği

T.C. İstanbul Kültür Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Uygulama ve Araştırma Merkezi, 14.09.2015 tarihinde Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı'na bağlı olarak kurulmuş ve üniversitenin Ataköy kampüsü arka bahçesinde ayrı bir birim olarak yer almaktadır. Merkezde üniversite öğrencileri, idari personel ve idari personel yakınlarına hizmet verilmektedir. Merkez, 2023 yılının Ağustos ayında geniş çaplı bir revizyona girmiştir. Bu bağlamda merkezde “Toplum Ruh Sağlığı Modeli” benimsenmesi kapsamında çalışmalar başlatılmıştır. Bu model, Atkins ve Frazier (2011) tarafından toplumun ruh sağlığı için ortaya atılmış üç

basamaklı bir müdahale yaklaşımından oluşmaktadır (Akt. Ercan, 2019: 51). İlk basamak; psikolojik destek uzmanı olmayan ancak sistematik eğitim, mesleki gelişim ve destek sağlayabilecek yeterliliğe sahip öğretim üyelerinden oluşmaktadır. İkinci basamak; yüksek risk grubunda yer alan öğrencilerle çalışmayı amaçlayan, işlev bozukluklarının erken safhalarını tespit etmeyi, sosyal yardımı ve genel psikolojik destek hizmetlerini kapsayan bir bileşendir. Üçüncü basamak ise yüksek risk grubunda yer alan öğrencilere; etkililiği kanıtlanmış müdahaleleri ve psikolojik destek uzmanlarına yardımı içermektedir. Bu kapsamda birinci basamak müdahaleyi sağlayabilmek adına, üniversite bünyesinde yer alan öğretim üyelerine yönelik olarak “Akademik Personel Öğrenci Destek Rehberi” hazırlanmış; hazırlanan rehber dijital ve basılı kaynaklarla iletilmiştir. Rehber; öğrencilerin psikolojik olarak zor durumda olabileceklerini gösteren belirtiler, öğretim üyelerinin bu öğrencilere yaklaşırken izlemesi gereken yollar ve Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi Uygulama ve Araştırma Merkezi’ne yönlendirme notlarını içermektedir. Öğrencilerin psikolojik olarak zor durumda olabileceklerini gösteren belirtiler kendi içerisinde 3 gruba ayrılmıştır:

- Birinci grup belirtiler; düşük akademik performans ya da performansta belirgin değişim, devam problemleri, hal ve hareketlerde belirgin değişim, depresif/duygusuz/aşırı hareketli davranımlar, dış görünüşte aşırı değişimler, alkol ve madde kötüye kullanım şüphesi.
- İkinci grup belirtiler; ödev ve sınavlarda sürekli erteleme ve uzatma talepleri, zorbalık, ders akışını tekrarlı olarak bozma gibi uyum bozucu davranışlar, bağlama tam olarak uygun olmayan aşırı tepkiler ya da tepkisizlik.
- Üçüncü grup belirtiler; saldırganlık, öldürme ve zarar verme tehditleri, gerçeklik algısında bozulmalar, bağlamdan kopuk konu ve konuşmalar, intihar ve kendine zarar verme davranış ya da düşünceleri.

T.C. İstanbul Kültür Üniversitesi’nde hizmet veren akademik personellere birinci ve ikinci grup belirtiler gösteren öğrencilerle iletişime geçmeleri, özel bir zaman ve yer ayarlayıp mevcut durum hakkında onları dinlemeleri; üçüncü grup belirtiler gösteren veya yönlendirilmesi tavsiye edilen diğer durumlarda da öğrencileri doğrudan Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi Uygulama ve Araştırma Merkezi’ne yönlendirmeleri yönünde bilgi verilmiştir. Öğrencinin sorunu akademisyenin baş edebileceğinden

daha ciddi ise, akademisyenin kendi hayatında birtakım problemler söz konusuysa ve öğrencinin yardım taleplerini karşılayamıyor ya da karşılamak istemiyorsa, öğrenci ile ilgili fikirlerinin yardımcı olma sürecindeki objektifliğini etkilediğini/etkileyebileceğini düşünüyorsa ya da öğrenci akademisyenle konuşmak istemiyorsa doğrudan Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi Uygulama ve Araştırma Merkezi'ne yönlendirme yapmaları tavsiye edilmiştir. Öğrenciyi dinleme ve yönlendirme süreci hakkında ilgili tavsiye notları da hazırlanan rehberde yer almıştır.

İkinci basamak müdahaleler, bireyle psikolojik danışma kapsamında Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi Uygulama ve Araştırma Merkezi bünyesinde görev alan klinik psikologlar tarafından gerçekleştirilmektedir. Ek olarak, bireyle psikolojik danışma seansları dışında üniversitede seminer ve atölyeler düzenlenmekte, kampüs içerisinde afiş çalışmalarıyla öğrencilerin iyi oluş hali desteklenmeye çalışılmaktadır. Öğrencilerin merkeze başvuru süreçleri, ilk görüşme ve onam, seans süreçleri, konsültasyon, sonlandırma ve riskli grubunda yer alan öğrenciler hakkındaki bilgiler aşağıda yer alan başlıklar altında anlatılacaktır.

5.1. Başvuru Süreçleri

Öğrenciler merkeze gelerek ya da üniversitenin sağladığı öğrenci mail adresi üzerinden mail atarak randevu talebinde bulunabilmektedirler. Uygun gün ve saat belirlendikten sonra ilk görüşme gerçekleştirilmektedir.

5.2. İlk Görüşme ve Onam

İlk görüşmede öğrenci ve yakınması hakkında temel bilgiler elde edilmeden önce “Aydınlatılmış Onam Formu”nda yer alan önemli bilgilerden bahsedilmekte ve formu okuyup imzalaması talep edilmektedir. Ardından öğrenciden “Bireyle Psikolojik Danışma Başvuru Formu”nu doldurması rica edilmektedir. Form; öğrencinin demografik bilgileri, iletişim bilgileri, önceki tedavi geçmişi ve yakınmalarını işaretlemesi gereken bir bölümden oluşmaktadır. Ardından seansa geçilmekte, öğrencinin işlevselliği değerlendirilmekte ve yakınmasıyla ilgili temel bilgiler edinilmektedir.

5.3. Seans Süreçleri

T.C. İstanbul Kültür Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Uygulama ve Araştırma Merkezi'nde bilişsel davranışçı terapi ekolü çerçevesinde yarı-yapılandırılmış psikolojik destek hizmeti sunulmaktadır.

Her öğrenciye sunulan hizmet bir eğitim-öğretim yılı içerisinde 8 seansla sınırlıdır. Ancak, merkezde görevli psikoterapistin klinik görüşünün öğrencinin ihtiyacının devam ettiği yönünde olması halinde aynı akademik yıl içinde öğrenciyle ek bir 8 seans daha yürütülebilmektedir. Seanslar ara tatil ve yaz tatillerinde de devam etmektedir. Takip eden eğitim-öğretim yılında öğrencinin yeniden 8 seans hizmet alma hakkı doğmaktadır. Oturumlar en az 2 haftada bir gerçekleştirilmektedir.

5.4. Konsültasyon

Öğrenciler konsültasyon gerektiren yeme sorunları, uyku sorunları, somatik belirtiler, yoğun depresif belirtiler, bağımlılık öyküsü, intihar ve kendine zarar verme düşünceleri, dikkat ve algıda belirgin değişimler gibi alanlarda yakınmalara sahip olduğunda dahiliye, endokrinoloji, nöroloji, psikiyatri gibi ilgili bölümlere yönlendirilir ve hekimin klinik görüşüne başvurulur.

5.5. Sonlandırma ve Takip

Sonlandırma oturumunda öğrencinin yakınmasına yönelik izlenen süreç birlikte yeniden değerlendirip mevcut ihtiyaçlar belirlenmeye çalışılır. Merkez klinik psikoloğunun klinik görüşü, danışanın durumu ve ihtiyacına göre yönlendirme sağlanır ya da görüşmelere aralıklı takipler yoluyla devam edilir.

5.6. Risk Grubunda Yer Alan Öğrenciler

Aşağıda belirtilen durumların varlığında merkezimizden hizmet alan öğrenciler riskli öğrenci olarak kategorize edilmektedir:

- i. Öğrencinin geçmişte intihar teşebbüsü varsa,
- ii. Öğrencinin mevcut intihar düşüncesi varsa,
- iii. Geçmişte uyuşturucu madde bağımlılığı varsa,
- iv. Mevcut uyuşturucu madde bağımlılığı varsa,
- v. Geçmişte cinsel istismara uğramışsa,
- vi. Kendine zarar verme (faça vb.) davranışı geçmişte veya mevcut zaman diliminde varsa,
- vii. Başkasına karşı zarar verme düşünceleri somut bir yapıya (saldırı planları, saldırıda kullanılacak silahın temini vb.) kavuşmuşsa.

Risk grubunda yer alan öğrenciler “Takip Edilmesi Gereken Öğrenciler”

olarak kaydedilmekte ve seansları haftada bir gerçekleştirilmektedir. Öğrencinin ihtiyacına göre seans sınırı esnetilebilmekte ve aynı zamanda ara tatil, yaz tatili gibi dönemlerde çeşitli sebeplerle üniversiteye gelemeyeceğinin bilgisi alındığında seanslara ara verilmeksizin çevrimiçi şekilde devam edilmektedir. Öğrencinin mevcut intihar düşünceleri söz konusu olduğunda seans içerisinde psikologla birlikte bir intihar sözleşmesi düzenlenmekte ve psikiyatrik destek alması yönünde yönlendirilmektedir.

5.7. Etik Kurallar

T.C. İstanbul Kültür Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Uygulama ve Araştırma Merkezi tarafından sunulan hizmetler IACS akreditasyon ölçütleri doğrultusunda ve TPDDER tarafından yayımlanan etik kurallara uygun bir çerçevede gerçekleştirilmektedir. Bu kapsamda birim tarafından gerçekleştirilen psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde, ilk oturumda danışanlarla aydınlatılmış onam formunda yer alan maddelerin üzerinden geçilir ve yazılı onamları anılır. Formda seans süresi ve sayısı, gerekçesiz iptal sınırı, gizlilik esası ve gizliliğin ihlal edilebileceği durumlar, test ve değerlendirme araçlarının kullanımı ve konsültasyon ya da yönlendirme gerekliliği gibi merkezde sunulan psikolojik destek hizmetleriyle ilgili temel bilgiler yer almaktadır. Ek olarak, çoklu ilişkileri önlemek amacıyla birim tarafından sunulan hizmetlerde stajyer ya da alan öğrencilerinin aktif olarak görev almamasına dikkat edilmektedir. PDR merkezinin üniversitedeki diğer paydaşların ortak kullanımına kapatılması, öğrencilerin mahremiyetlerinin korunması adına bir gereklilik olarak görülmektedir.

6. Sonuç

Bu makale, yükseköğretim kurumlarında yer alan psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin tarihsel süreç içerisindeki değişimlerini, üniversite öğrencilerinin değişen ihtiyaç ve beklentilerini ve psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin uluslararası standartlar doğrultusunda belirlenen rol ve işlevlerini incelemektedir. Gerçekleştirilen çalışmada elde edilen verilere göre üniversite psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin; öğrencilerin psikolojik, akademik ve kişisel gelişimlerine destek sağlamak için çeşitli hizmetler sunduğu gözlenmiştir. Bu hizmetler, ülkelere ve kurumlara göre değişiklikler göstermekle birlikte; ağırlıklı olarak bireysel ve grupla psikolojik danışma, krize müdahale hizmetleri ve önleyici/gelişimsel programlar şeklinde gerçekleştirilmektedir. Ek olarak, ilgili literatürde ülkemizde yükseköğretim kurumlarında yer alan

psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin örgütsel yapılanması ve işleyiş biçimi kapsamında, psikolojik danışma ve rehberliğe özgü modellerin henüz geliştirilemediği görülmüştür.

Sonuç olarak bu çalışmada; yükseköğretim kurumlarında yer alan psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinde sunulan hizmetlerin etkin ve etkili bir biçimde gerçekleştirilebilmesi ve öğrencilerin istek ve ihtiyaçlarının uygun şekilde karşılanabilmesi adına, IACS (2023) akreditasyon ölçütleri ve TPDDER (2011) tarafından belirlenen etik standartlar gözetilerek, merkezlerin yapılanması ve işleyiş biçimine yönelik bir model önerisi sunulmaktadır. Önerilen üç basamaklı model çerçevesinde, üniversitelerde yer alan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin; ilgili kurum, merkez çalışanları, akademik personel ve diğer uzmanlarla işbirliği içerisinde sürdürülmesinin önemli bir ihtiyaç olduğu düşünülmüştür. Psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin, kurumda görev alan ve öğrencilerle temas eden akademik personellerle ile işbirliği içerisinde hareket etmesinin; değişen ihtiyaçların belirlenmesine ve dolayısıyla nitelikli psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin gerçekleştirilmesine yönelik destekleyici olabileceği düşünülmektedir. Aynı zamanda merkezlerin önerilen model çerçevesinde yapılanmasının, hizmetlerin etik kurallara uygun bir biçimde gerçekleştirilmesi adına olumlu etkiler yaratabileceğini ifade etmek mümkündür. Önerilen model, yükseköğretim kurumlarında yer alan psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin yapılanması ve işleyişi adına yol gösterici olabilir. Psikolojik danışmanlık ve rehberliğe özgü yeni modellerin geliştirilmesi adına, merkezlerin kurumlar arası işbirliği ve haberleşme ağı içerisinde çalışmasının alan yazına önemli katkılar sağlayacağı öngörülmektedir.

KAYNAKÇA

Abraham, A. (2006). The need for the integration of emotional intelligence skills in business education. *The Business Renaissance Quarterly*, 1(3): 65–80.

Akfert, S. K. (2012). Farklı kurumlarda çalışan psikolojik danışmanların yaşadıkları etik ikilemler ile bu ikilemler karşısındaki tutum ve davranışları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(3): 1791-1812.

Aluede, O., Imhonde, H. & Eguavoen, A. (2006). Academic, career and personal needs of Nigerian University students. *Journal of Instructional Psychology*, 33(1): 50-57.

Arslan, Ü. & Sommers-Flanagan, J. (2018a). Ethical beliefs of counseling students in Turkey. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [PAU Journal of Education]* 44: 196- 212.

Arslan, Ü. & Sommers-Flanagan, J. (2018b). The new stage of the Turkish counseling system: explosive growth (2000 to the present). *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 46: 115-128.

Beamish, P. M. (2005). Introduction to the special section-Severe and persistent mental illness on college campuses: Considerations for service provision. *Journal of College Counseling*, 8(2): 138–139.

Bishop, J. B. (1990). The university counseling center: An agenda for the 1990s. *Journal of Counseling and Development*, 68: 408-413.

Bond, T. (2017). *Psikolojik Danışmanlıkta Etik ve Yasal Konular*. (B. Yeşilyaprak, Çev.) (3. bs.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Camadan, F. (2018). Psikolojik Danışmanın Yaşadığı Çatışma: Etik İkilem. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1): 76-94.

Çabuk, A., & İşgüden, B. (2006). Meslek Etiği ve Meslek Etiğinin Meslek Yaşamı Üzerindeki Etkileri. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(16): 59-86.

Çam, M. O., Küliğ, D. & Kaçmaz, E. D. (2019). Case Management in Psychiatry. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 11(2): 214-222

Çetinkaya, R. S. (2014). Ethical judgments of counselors: results from a Turkish sample. *Ethics & Behavior*, 25(5): 400-417.

Çetinkaya, R. S. (2015). Ethical dilemmas of Turkish counsellors: a critical incidents study. *British Journal of Guidance & Counselling*, 43(4): 476-491.

Coşkun, Y. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Danışma ve Rehberlik İhtiyaç Örüntüleri ve Başvurdukları Yardım Kaynakları. *Turkish Studies*, 213-228.

Davis, M., & Mannion, M. (2005). Integrating personal development planning into the curriculum. Presented at the Ninth Quality in Higher Education Conference in collaboration with ESECT and The Independent. Birmingham, United Kingdom.

Dean, L. A., & Meadows, M. E. (1995). College counseling: Union and intersection. *Journal of Counseling & Development*, 74: 139-142.

De Jager, A. (2012). Historical overview. Student counseling and development: Contemporary issues in the Southern African context, eds. L. Beekman, C. Cilliers, & A. De Jager, Pretoria, South Africa: Unisa Press, 3-17.

Demir, A. (1996). Üniversite rehberlik merkezleri: Sorunlar ve öneriler. IX. Psikoloji Kongresi, Yükseköğretimde Psikolojik Hizmetler Sempozyumu, Ankara.

Demir, A., & Aydın, G. (1996). Student counselling in Turkish universities. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 18: 287-302.

Doğan, S. (2000). Historical development of counselling in Turkey. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 22: 57-67.

Doğan, S. & Tekinalp, E. (2002). Lisans düzeyinde meslek sorunları ve ahlak ilkeleri dersinin işlenişi. Gazi Üniversitesi örneği. *Psikolojik Danışmanlıkta Etik Sempozyumu*, İstanbul: Yöret Vakfı, 22-32.

Ercan, E. U. (2019). Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetlerine Genel Bir Bakış. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 47: 46-56.

Erdur-Baker, Ö. & Çetinkaya, E. (2007). Etik: Davranışta kırılma noktası. (R. Özyürek, F. Korkut- Owen, D. W. Owen, Ed.), Gelişen psikolojik danışma ve rehberlik: Meslekleşme sürecindeki ilerlemeler, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 163-182.

Erkan, S., Çankaya, Z. C., Terzi, Ş., & Özbay, Y. (2011). Üniversite Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezlerinin İncelenmesi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22: 174-198.

Freibergová, Z. (2010). National report from the Czech Republic. In M. Katzensteiner, P. Ferrer-Sama, & G. Rott (Eds.), Guidance and counselling in higher education in the European Union, Aarhus, Denmark: Counselling and Support Centre, 47-59.

Freibergová, Z., Fantová, V., Goulliová, K. & Menclová, L. (2003). Counseling services at Czech universities. www.nvf.cz/publikace/pdf_publikace/euroguidance/eng/counsel-ling_universities.pdf (08.02.2024)

Gizir, C. A. (2010). Üniversite Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezleri'nin Rol ve İşlevleri: Gelişmeler ve Sınırlılıklar. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 6(2): 11-25.

Hardal, M. (2011). Common ethical violations and ethical action patterns among Turkish mental health professionals and the factors that influence them (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Heppner, P. P., & Neal, G. W. (1983). Holding up the mirror: Research on the roles and functions of counseling centers in higher education. *The Counseling Psychologist*, 11(1): 81-98.

Hodges, S. (2001). University counseling centers at the twenty-first century: Looking forward, looking back. *Journal of College Counseling*, 4(2): 161-173.

International Association of Counseling Services (2023). Standards for University and College Counseling Services. [Çevrim-içi: <https://iacs.livedrive.com/>], Erişim tarihi: 14.02.2024

İkiz, F. E., Sevinç, A., Kaval, A., Yeğintürk, G. & Kalen, S. (2017)

Okul Psikolojik Danışma Hizmetlerinde Mesleki Etik İhtiyaçlarının Belirlenmesi. *İş Ahlakı Dergisi*, 10(2): 223-245.

İkiz, F. E., Şensoy, G., Balkan, K. & Akıman, H. (2017b). Psikolojik danışmanların meslek etiğine yönelik algıları: özel çalışanlara yönelik bir inceleme. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(4): 152-171.

İkiz, F. E. (2017c). Etik ilke ve yaklaşımlar kapsamında psikolojik danışma mesleği. F. E. İkiz (Ed.), *Mesleki etik ve yasal konular*, İstanbul: Lisans Yayıncılık, 44–74.

Joubert, P. (1988). Student counseling: A survey of student attitudes and needs, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Durban, South Africa: University of Natal.

Kirk, B. A., Johnson, A. P., Redfield, J. E., Free, J. E., Michel, J., Roston, R. A. & Warman, R. E. (1971). Guidelines for university and college counseling services. *American Psychologist*, 26(6): 585-589.

Kirel, Ç. (2000). Örgütlerde Etik Davranışlar, Yönetimi ve Bir Uygulama Çalışması, *Anadolu Üniversitesi Yayınları*, No: 1211, İ.İ.B.F. Yayınları No: 168, s.2.

Koç, M. (2008). Psikolojik danışma ve rehberlikte başlıca hizmet türleri. (Ed. Mehmet Güven) *Psikolojik danışma ve rehberlik*, Ankara: Anı Yayıncılık.

Kolay-Akfert, S. (2012). Farklı kurumlarda çalışan psikolojik danışmanların yaşadıkları etik ikilemler ile bu ikilemler karşısındaki tutum ve davranışları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12: 1791–1812.

Kutlu, M. (2002). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Danışma ve Rehberlik Hizmetlerinden Beklentileri. *Eğitim ve Bilim*, 27(123), 22-30.

Koydemir Özden S., & Erel, Ö. (2010). Psychological help-seeking: Role of socio-demographic variables, previous help-seeking experience and presence of a problem. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5: 688-693.

LaFollette, A. M. (2009). The evolution of university counseling: From educational guidance to multicultural competence, severe mental illness and crisis planning. *Graduate Journal of Counseling Psychology*, 1(2): 1–9.

Maharasoia, M., & Hay, D. (2001). Higher education and graduate employment in South Africa. *Quality in Higher Education*, 7(2): 139–149

Martin, L. R. (1997). Patterns of student counseling in five continents: Summary, comparison and outlook. *International Journal for the Advancement of Counseling*, 19: 73–89.

Matsubara, T. (1991) *Nihon no gakusei soudankatsudou no Rekishi (A History of student counseling in Japan)* In T Matsubara (ed), *Campus Counseling*, Tokyo Shibundo, 61-86.

Naidoo, R. (1997). Trends in student counseling in South Africa. In: *Proceedings of the 79th NASPA conference*, Chicago, IL.

Nicholas, L. J. (2002). South African first-year students' counselling needs and preferred counselling sources. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 24: 289–295.

Özel, D., Dökmeci, M., Gökalp, G., Dikmen-Yıldız P. & Akkuş, M. (2021). Türkiye’de Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık Ve Rehberlik Hizmetlerinin Mevcut Durumu. 5. Uluslararası Yükseköğretim Çalışmaları Konferansı, 146-149.

Özgül, İ. E. (2001). *Çağdaş eğitimde psikolojik danışma ve rehberlik*, 3. Baskı. Ankara: PDREM Yayınları.

Özyürek, R. (2009). Okullarda psikolojik danışma ve rehberlik uygulamaları ve öğrencilere sağlanan süpervizyon olanakları: Ulusal bir tarama çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 32(4): 54–63.

Phelps, R. E. (1992). University and Collage Counseling Centers: One Option for New Professionals in Counseling Psychology. *SAGE Social Science Collections*, 20(1): 24-31.

Phippen, M. (2012). College psychotherapy at a British counseling center. *Journal of College Student Psychotherapy*, 26(4): 259–262.

Rockland-Miller, H. S., & Eells, G. T. (2008). The implementation of mental health clinical triage systems in university health services. *Journal of College Student Psychotherapy*, 20(4): 39–51.

Schweitzer, R. D. (1996). Problems and awareness of support services among students at an urban australian university. *Journal of American College Health*, 45(2): 73-77.

Soet, J. E., & Sevig, T. D. (2006). Mental health issues facing a diverse sample of college students: Results from the college student mental health survey. *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 43(3): 786–807.

Tan, H. (1989). Üniversitelerimizde psikolojik hizmetler Marmara Üniversitesinde bir girişim ve düşündürdükleri. *Yükseköğretimde Rehberlik ve Psikolojik Danışma Toplantısı*, Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları, 73–81.

Tan, H. (2011). *Psikolojik danışma ve rehberlik: Teori ve uygulama*. Alkım Yayınevi.

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği. (2011). Psikolojik danışma ve rehberlik alanında çalışanlar için etik kurallar. <http://www.pdr.org.tr/userfiles/file/etik.pdf> (02.02.2024)

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği (2021). *Psikolojik danışma etik kodları*. Ankara.

Türküm, A.S. (2009). *Üniversite Gençliğine Yönelik Psikolojik Danışma ve Rehberlik Hizmetleri*. Gelişen Psikolojik Danışma ve Rehberlik, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Van Lingen, H. (2012). Wellness: A model for holistic student development. In L. Beekman, C. Cilliers, & A. De Jager (Eds.), *Student counseling and development-Contemporary issues in the Southern African context*, Pretoria, South Africa: Unisa Press, 3–17.

Watanabe-Muraoka, A. M. (1997). The national system of university counselling in Japan. *International Journal For the Advancement of Counselling*, 19: 15-27.

Yam, F. C. (2017). Psikolojik Danışmanların Yaşamış Oldukları Etik İkilemler ve Bu Etik İkilemler Karşısındaki Duygu, Düşünce ve Davranışları ile Çözüm Engelleri: Nitel Bir Değerlendirme. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(48): 465-477.

Yerin Güneri, O. (2006). Counseling Services in Turkish Universities. *International Journal of Mental Health* , 35(1): 26-38.

Yiğit, R. (2012). Konya ilinde öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının bir kısım değişkenler bakımından incelenmesi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27: 317-326.

Yii-Nii, L., Liu, C.W. & Hui-Hsing, H. (2010). A services survey study of a university counseling center in Taiwan. *College Student Journal*, 44(4).

Yükseköğretim Kurulu, (2023). Yükseköğretimde Yeni İstatistikler. <https://www.yok.gov.tr/Sayfalar/Haberler/2023/yuksekogretimde-yeni-istatistikler.aspx> (02.02.2024)

Yükseköğretim Kurumları, Mediko-Sosyal Sağlık, Kültür Ve Spor İşleri Dairesi Uygulama Yönetmeliği. (1984). <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=10169&MevzuatTur=7&MevzuatTertip=5> (12.02.2024)

Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ile Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Mehmet Uğur ALPTEKİN

Uzman Psikolog

m.uguralptekin@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-3457-742X>

Esra Gül KOÇYİĞİT

Dr. Öğr.Üyesi, Altınbaş Üniversitesi

esragulkocuyigit@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-5491-8579>

ÖZ

Bu çalışma, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde çeşitli bölümlerde eğitim gören üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve nomofobi gibi sorunlarla ilişkilendirdikleri bağlanma stilleri ile algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamaktadır. Toplamda 500 katılımcının yer aldığı çalışmada, 298'i kadın ve 202'si erkek öğrenciden oluşmaktadır. Toplanan veriler istatistiksel analizlerle değerlendirilmiştir. Araştırmanın ana hedefi, akıllı telefon bağımlılığı ve nomofobi gibi sorunların kökenlerini anlamak ve bu sorunlarla başa çıkma stratejilerini geliştirmektir. Veri toplama araçları arasında Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Form, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve kişisel bilgi formu bulunmaktadır. Elde edilen veriler t-testi, ANOVA, Pearson korelasyon ve regresyon teknikleri kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, kaygılı/kararsız bağlanma düzeyi yüksek olan bireylerde akıllı telefon bağımlılığı düzeyi artmaktadır. Ayrıca, algılanan sosyal destek düzeyi düşük olan bireylerde akıllı telefon bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kaygılı veya kararsız bağlanma düzeyi yüksek ve algılanan sosyal destek düzeyi düşük olan bireylerde ise akıllı telefon bağımlılığı düzeyi daha yüksek düzeydedir. Bu bulgular, mevcut literatür ışığında değerlendirilmiş ve gelecekte yapılacak araştırmalar için öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: *nomofobi, akıllı telefon bağımlılığı, bağlanma stilleri, algılanan sosyal destek.*

Makalenin geliş tarihi: 09/10/2023 - Makalenin kabul tarihi: 20/03/2024
10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v010i1005

Examining the Relationship Between Attachment Styles and Perceived Social Support of University Students' Nomophobia and Smartphone Addiction

ABSTRACT

This study aims to investigate the relationship between the attachment styles and perceived social support of university students studying in various departments in the Turkish Republic of Northern Cyprus, which they associate with problems such as smartphone addiction and nomophobia. The study included a total of 500 participants, 298 of whom were female and 202 of whom were male students. The collected data were evaluated with statistical analysis. The main goal of the research is to understand the roots of problems such as smartphone addiction and nomophobia and to develop strategies to cope with these problems. Data collection tools include Smartphone Addiction Scale-Short Form, Three-Dimensional Attachment Styles Scale, Multidimensional Perceived Social Support Scale and personal information form. The data obtained were analyzed using t-test, ANOVA, Pearson correlation and regression techniques. According to the research results, the level of smartphone addiction increases in individuals with high levels of anxious/ambivalent attachment. Additionally, it has been determined that the level of smartphone addiction is high in individuals with low perceived social support levels. The level of smartphone addiction is higher in individuals with high levels of anxious or ambivalent attachment and low levels of perceived social support. These findings were evaluated in the light of the existing literature and suggestions were presented for future research.

Keywords: *consectetur adipiscing, elit, sed do eiusmod, incididunt labore aliqua.*

GİRİŞ

İçinde bulunduğumuz yüzyıl, yaşamın her alanını etkileyen ve sürekli olarak ilerleyen teknolojik gelişmelere sahne olmaktadır. Bu dönemdeki teknolojik gelişmeler, yaşamımızın hemen hemen her yönünü kökten etkilemiş ve şekillendirmiştir. Özellikle bilgisayarlar, internet ve akıllı telefonlar gibi teknolojik cihazlar, bu dönemin belirgin özellikleri olarak öne çıkmaktadır. Akıllı telefonlar içinde bulunduğumuz dönemde mobil iletişimi bir adım öteye taşımıştır. Cep telefonları, ilk dönemlerinde iletişimi sağlama amacıyla kullanılıyordu ancak hızla gelişen teknoloji ile akıllı telefonlara dönüştü. Akıllı telefonlar, sadece arama ve mesajlaşma işlevlerini değil, aynı zamanda sosyal medya, radyo, müzik dinleme, navigasyon, dosya gönderimi, mobil televizyon izleme, fotoğraf ve video çekme gibi birçok farklı özelliği bir araya getirerek kullanıcıların çok çeşitli ihtiyaçlarına cevap verebilecek donanıma sahiptir (Ada ve ark., 2013, s. 178). Teknoloji, insanların yaşamlarını kolaylaştırmayı amaçlayan, istekler ve ihtiyaçlar doğrultusunda sürekli evrilen bir kavramdır. Teknoloji, konfor alanlarını genişleterek maksimum verimliliği minimum çaba ile elde etmemize yardımcı olur. Özellikle internet hızının artması ve cep telefonlarının işlevselliğinin artması, akıllı telefonların vazgeçilmez hale gelmesine yol açmıştır. Akıllı telefonlar, kompakt boyutları, taşınabilirlikleri ve neredeyse sınırsız internet erişimi sunmaları nedeniyle bilgisayarlarla rekabet ederek geniş bir kullanıcı kitlesi kazanmıştır. Aynı anda görüntülü konuşma, mesajlaşma, kayıt yapma gibi bir dizi özellik sunarak kullanım oranlarını artırmıştır. Bu özellikler, akıllı telefonları insanların yaşamlarını kolaylaştırmak için vazgeçilmez bir araç haline getirmiştir. Ancak, akıllı telefonların yaygın kullanımı, yaşam tarzlarını, iletişim alışkanlıklarını, kültürel yaklaşımları ve aile ilişkilerini değiştirmeye devam etmektedir (Samaha ve ark., 2016; Çağlak, 2019). Bu cihazlar, yaşamı hızlandırırken, engellenemeyen bazı olumsuz davranışlara yol açabilir. Akıllı telefon bağımlılığı veya problemlili akıllı telefon kullanımı dünya genelinde ve KKTC’de ciddi bir sorun haline gelmiştir (Poushter, 2016).

Üniversite öğrencileri, akıllı telefon kullanımının en yaygın olduğu gruplardan biridir ve bu nedenle bu grup üzerinde yapılan çalışmalar büyük önem taşımaktadır. Kullanım sıklığındaki artış, özellikle üniversite öğrencilerinin bilinç düzeyini artırmak için yapılacak çalışmaların hayati öneme sahip olduğunu göstermektedir. Öğrencilerin telefonlarına uzun süreler harcaması, akademik performanslarını olumsuz etkileyebilir ve bu nedenle derslerinde başarısızlığa yol açabilir (Boumosleh ve Jaalouk,

2018). Bu durum, sosyal destek ihtiyaçlarının artmasına sebep olmaktadır. Üniversite yılları ergenliğin en verimli dönemleridir ve üniversite ortamı gençler için, stres ve kaygı yaratan bir ortam niteliği taşımaktadır (Aras ve Tel, 2009). Bu bağlamda, nomofobi bağımlılığının etkilerini anlamak ve önlemek için sosyal destek mekanizmalarının rolü önemlidir. Sosyal destek, bireylerin stresle başa çıkma yeteneklerini artırabilir, psikolojik iyi oluşlarını destekleyebilir ve bağımlılık riskini azaltabilir. Üniversite öğrencileri için, sosyal destek aynı zamanda akademik başarı ve duygusal denge açısından da kritik bir faktör olabilir. Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin nomofobi bağımlılığını kontrol etme çabalarında destek sağlayarak akıllı telefon bağımlılığına karşı yardım arayan üniversite öğrencilerine katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda, bu çalışmanın üniversite öğrencileri için sosyal destek mekanizmalarının kritik önemini vurgulayarak bağımlılıkla mücadelede önemli bir başvuru kaynağı olması beklenmektedir.

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evreni, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde farklı bölümlerde eğitim gören ve akıllı telefonları aktif olarak kullanan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise toplamda 500 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılar arasında 298 kadın (%59,6) ve 202 erkek (%40,4) bulunmaktadır.

Araştırmanın verileri

Bu çalışmada, Demografik Bilgi Formu, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Form, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği olmak üzere üç farklı ölçeği içermektedir. Bu ölçeklerin geçerlilik ve güvenilirlik değerleri, bu araştırma yapılmadan önce ilgili ülkede gerçekleştirilen önceki araştırmalardan elde edilmiş ve bu ölçeklerin geçerliliği ile güvenilirliği bilimsel olarak doğrulanmıştır.

KULLANILAN ÖLÇEKLER

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

Kwon ve ekibinin geliştirdiği Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği kısa formu, akıllı telefon bağımlılığı riskini ölçen ve altılı Likert derecelendirme ile değerlendirilen 10 maddeden oluşan bir ölçektir. Maddeler, 1 ile 6 arasında puanlandırılmıştır. Ölçeğin puanları 10 ile 60 arasında değişmektedir ve

elde edilen puanın artmasıyla akıllı telefon bağımlılığı riskinin arttığı değerlendirilir. Ölçek tek faktörlüdür ve alt ölçekleri bulunmamaktadır. İstatistiksel olarak anlamlı kabul edilen $p < 0.05$ değeri kullanılmıştır. Ölçeğin kesme puanları erkekler için 31 puan, kadınlar için 33 puan olarak saptanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0,91 olarak saptanmıştır (Noyan ve ark., 2015). Türkiye'deki geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, Noyan ve diğerleri (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği

18 maddeden oluşan 5'li Likert tipindeki bu ölçek, Erzen (2016) tarafından geliştirilmiştir (EK-1). Ölçek, üç alt boyutta toplanmıştır: kaçınan bağlanma stili (7 madde), kaygılı-kararsız bağlanma stili (6 madde) ve güvenli bağlanma stili (5 madde). Okuma-yazma bilen her yaş grubuna uygulanabilir. Ölçeğin dilsel geçerliği için iki uzman arasında yapılan Cohen Kappa uyuma ölçümü değeri 0.87, içerik geçerliği değeri ise 0,72 olarak bulunmuştur. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları, 18 maddenin üç boyutta tutarlı şekilde toplandığını göstermektedir. Doğrulamalı faktör analizi değerleri ise GFI 0.93, AGFI 0.90, CFI 0.90, RMSEA 0.05 ve χ^2/sd oranı 2,48 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin madde toplam korelasyonu değerleri 0.49 ile 0,75 arasında değişmekte olup, madde kalan analizleri ise 0.96 ile 0.98 arasındadır. Güvenirlik analizi sonucunda, kaçınan, güvenli ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri için belirlenen Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları sırasıyla 0.80, 0.69 ve 0,71 olarak hesaplanmıştır (Erzen, 2016).

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Zimet ve ark. (1988) tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, bireylerin algıladıkları sosyal destek unsurlarını belirlemek için kullanılan bir ölçektir. Eker, Arkar ve Yıldız (2001) tarafından Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Bu çalışmada, örneklem psikiyatri, cerrahi ve normal olmak üzere üç gruba ayrılmış ve Cronbach Alfa katsayıları 0.80 ile 0,95 arasında bulunmuştur. Cerrahi grubunun Cronbach Alfa katsayısı ise 0,91 olarak hesaplanmıştır. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, aile, arkadaş ve özel birinden algılanan sosyal desteğin yeterliliğinin öznel olarak değerlendirildiği üç gruptan oluşmaktadır. Her grup 4 madde içermektedir, toplamda 12 madde bulunmaktadır. Ölçek yedili Likert tipindedir, yani tamamen katılıyorum (7 puan) ile hiç katılmıyorum (1 puan) arasında değerlendirilir. Her alt ölçekteki maddelerin puanları toplanarak alt ölçek puanı, alt ölçek

puanlarının toplanmasıyla da toplam ölçek puanı elde edilir. Alt ölçekler için alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan ise 28'dir. Ölçeğin tamamından alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan ise 84'tür. Yüksek puanlar, algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu gösterir. Elde edilen verilere göre, bu araştırmada ölçek geneli için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı 0,84 olarak bulunmuştur. Aile, arkadaş ve özel birinden algılanan sosyal destek alt boyutları için sırasıyla 0.86, 0.82 ve 0,89 olarak Cronbach alfa katsayıları hesaplanmıştır (Eker, Arkar ve Yıldız, 2001).

İstatistiksel Analiz

Bu araştırmada, SPSS 22.0 istatistik programı kullanılarak toplam 500 katılımcıdan elde edilen veriler analiz edilmiştir. Veriler, araştırma sorularıyla uyumlu olarak demografik değişkenlerle ilişkileri ve değişimleri değerlendirmek amacıyla incelenmiştir. Veri toplama sürecinin ardından, elde edilen verilerin normal dağılımı kontrol edilmiş ve ardından demografik değişkenlerle ilgili çeşitli analizler gerçekleştirilmiştir. İkili grup içeren demografik değişkenlerin puan ortalamalarının karşılaştırılması için "Bağımsız Örneklem t Testi" kullanılmış, iki veya daha fazla grup içeren demografik değişkenlerin puan ortalamalarının karşılaştırılmasında ise "Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)" yöntemi kullanılmıştır. Veri setleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi için Pearson korelasyon analizi gerçekleştirilmiş ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin belirlenmesi için regresyon analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımı Tablo 1'de sunulmuştur. Çalışmaya toplamda 500 kişi katılmıştır, bunların 298'i (%59,6) kadın ve 202'si (%40,4) erkektir. Katılımcıların yaşadıkları yerlere göre dağılımı şu şekildedir: 138'i (%27,6) evde, 106'sı (%21,2) yurttan, 107'si (%21,4) ailesiyle birlikte, 92'si (%18,4) arkadaşlarıyla birlikte ve 57'si (%11,4) diğer yerlerde yaşamaktadır. Katılımcıların annelerinin sağ olduğu kişi sayısı 387 (%77,4) iken, annesi vefat etmiş olanların sayısı 113 (%22,6) kişidir. Babalarının sağ olduğu kişi sayısı 347 (%69,4) iken, babası vefat etmiş olanların sayısı 153 (%30,6) kişidir. Katılımcıların 457'si (%91,4) akıllı telefon kullanırken, 43'ü (%8,6) akıllı telefon kullanmamaktadır. Akıllı telefon kullanan katılımcıların kullanma sürelerine göre dağılımı şu şekildedir: 48'i (%9,6) 0-1 yıl arasındadır, 58'i (%11,6) 1-2 yıl arasındadır, 102'si (%20,4) 3-5 yıl arasındadır, 122'si (%24,4) 5-7 yıl arasındadır ve 170'i (%34,0) 7 yıldan daha uzun süredir akıllı telefon

kullanmaktadır. Katılımcıların günlük olarak telefonlarını kaç kez kontrol ettiklerine göre dağılımı ise şu şekildedir: 62'si (%12,4) günde 10 kezden az, 80'i (%16,0) günde 10-20 kez, 127'si (%25,4) günde 20-30 kez, 123'ü (%24,6) günde 30-40 kez ve 108'i (%21,6) günde 40 kezden fazla telefonlarını kontrol etmektedir. Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği cinsiyete göre incelendiğinde, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği (toplam puan ve alt boyutları), ve üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği (güvenli, kaçınan ve kaygılı/kararsız bağlanma alt boyutları) toplam puanlarının, katılımcıların cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>0.05$).

Tablo 1. Örneklemenin Sosyo-demografik Özelliklerinin Dağılımı

	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	298	59.6
Erkek	202	40.4
Yaşadığı Yer		
Ev	138	27.6
Yurt	106	21.2
Aile ile birlikte	107	21.4
Arkadaşlar ile birlikte	92	18.4
Diğer	57	11.4
Anne Sağ		
Evet	387	77.4
Hayır	113	22.6
Baba Sağ		
Evet	347	69.4
Hayır	163	30.6
Akıllı Telefon Kullanımı		
Evet	457	91.4
Hayır	43	8.6
Akıllı Telefon Kullanım süreleri		
0-1 yıl	48	9.6
1-2 yıl	58	11.6
3-5 yıl	102	20.4
5-7 yıl	122	24.4
7 yıl ve üzeri	170	34.0
Gün içerisinde telefonu kullanma süreleri		
10'dan az	62	12.4
10-20 kez	80	16.0
20-30 kez	127	25.4
30-40 kez	123	24.6
40 ve üzeri	108	21.6

Tablo 2. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Yaşanılan Yere Göre ANOVA Sonuçları

		N	X	Ss	F	p	Fark
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Ev ₁	138	30.78	16.45	7.759	.000	4>1,2,3
	Yurt ₂	106	33.14	13.89			5>1
	Aile ile birlikte ₃	107	34.85	13.74			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	41.11	14.51			
	Diğer ₅	57	38.77	17.00			
Algılanan Sosyal Destek	Ev ₁	138	53.52	15.93	6.757	.000	5<1,2
	Yurt ₂	106	49.55	12.81			5<3,4
	Aile ile birlikte ₃	107	50.99	14.69			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	49.73	12.82			
	Diğer ₅	57	41.88	15.07			
Aile Desteği	Ev ₁	138	18.04	5.85	17.443	.000	5<1,2
	Yurt ₂	106	16.46	4.54			5<3,4
	Aile ile birlikte ₃	107	17.13	5.03			4<1
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	15.34	4.89			
	Diğer ₅	57	11.65	4.55			
Arkadaş Desteği	Ev ₁	138	17.98	5.50	2.914	.021	5<1
	Yurt ₂	106	16.91	4.57			
	Aile ile birlikte ₃	107	17.31	5.01			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	17.36	5.21			
	Diğer ₅	57	15.19	6.50			
Özel Kişi Desteği	Ev ₁	138	17.50	6.09	2.316	.056	-
	Yurt ₂	106	16.18	4.88			
	Aile ile birlikte ₃	107	16.55	5.39			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	17.03	4.92			
	Diğer ₅	57	15.04	6.60			
Güvenli Bağlanma	Ev ₁	138	15.26	5.47	1.437	.221	-
	Yurt ₂	106	15.30	3.95			
	Aile ile birlikte ₃	107	15.77	4.45			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	16.01	4.41			
	Diğer ₅	57	16.84	4.90			

Kaçınan Bağlanma	Ev ₁	138	18.12	8.67	12.549	.000	5>1,2
	Yurt ₂	106	18.91	6.85			5>3,4
	Aile ile birlikte ₃	107	20.01	7.50			4>1
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	21.30	8.16			
	Diğer ₅	57	26.46	7.99			
Kaygılı/ Kararsız Bağlanma	Ev ₁	138	15.60	7.29	11.688	.000	5>1,2
	Yurt ₂	106	16.34	5.76			5>3,4
	Aile ile birlikte ₃	107	16.87	6.56			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	17.97	6.99			
	Diğer ₅	57	22.58	7.23			

Akıllı telefon bağımlılığı: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 7.759$, $p < .01$. Evde yaşayan bireyler ($X = 30.78$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha düşük akıllı telefon bağımlılığı puanlarına sahiptir. Algılanan sosyal destek: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 6.757$, $p < .01$. Evde yaşayan bireyler ($X = 53.52$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek algılanan sosyal destek puanlarına sahiptir. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 41.88$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha düşük algılanan sosyal destek puanlarına sahiptir. Aile desteği: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 17.443$, $p < .01$. Evde yaşayan bireyler ($X = 18.04$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek aile desteği puanlarına sahiptir. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 11.65$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha düşük aile desteği puanlarına sahiptir. Arkadaş desteği: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 2.914$, $p < .05$. Evde yaşayan bireyler ($X = 17.98$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek arkadaş desteği puanlarına sahiptir. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 15.19$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha düşük arkadaş desteği puanlarına sahiptir. Kaçınan bağlanma: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 12.549$, $p < .01$. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 26.46$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek kaçınan bağlanma puanlarına sahiptir. Kaygılı/kararsız bağlanma: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 11.688$, $p < .01$. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 22.58$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek kaygılı/kararsız bağlanma puanlarına sahiptir.

Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Anne Sağ/Vefat Durumu incelendiğinde, Annesinin sağ olması, algılanan sosyal desteği ve bağlanma stillerini olumlu yönde etkilemektedir. Algılanan sosyal destek: Annesinin sağ olması, algılanan sosyal destek puanlarını 52.03'e, annesi vefat etmiş olması ise 43.54'e yükseltmektedir. Bu fark, $t(498) = 5.553$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağlanma stilleri: Annesinin sağ olması, kaçınan bağlanma puanlarını 19.19'a, annesi vefat etmiş olması ise 23.78'e düşürmektedir. Bu fark, $t(498) = -5.348$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Annesinin sağ olması, kaygılı/kararsız bağlanma puanlarını 16.43'e, annesi vefat etmiş olması ise 20.10'a düşürmektedir. Bu fark, $t(498) = -4.972$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. ***Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Baba Sağ/Vefat Durumuna göre incelendiğinde,*** Babasının sağ olması, algılanan sosyal desteği ve bağlanma stillerini olumlu yönde etkilemektedir. Algılanan sosyal destek: Babasının sağ olması, algılanan sosyal destek puanlarını 51.07'ye, babası vefat etmiş olması ise 47.95'e yükseltmektedir. Bu fark, $t(498) = 2.191$, $p < .05$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağlanma stilleri: Babasının sağ olması, kaçınan bağlanma puanlarını 19.20'ye, babası vefat etmiş olması ise 22.55'e düşürmektedir. Bu fark, $t(498) = -4.254$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Babasının sağ olması, kaygılı/kararsız bağlanma puanlarını 16.35'e, babası vefat etmiş olması ise 19.33'e düşürmektedir. Bu fark, $t(498) = -4.444$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. ***Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Akıllı Telefon Kullanma Durumu incelendiğinde,*** Akıllı telefon kullanan bireylerin algılanan sosyal destek puanları ($x = 50.61$), akıllı telefon kullanmayan bireylerin algılanan sosyal destek puanlarından ($x = 44.81$) istatistiksel olarak daha yüksektir. Bu, akıllı telefon kullanan bireylerin daha fazla sosyal destek aldığını göstermektedir. Akıllı telefon kullanan bireylerin telefon bağımlılığı puanları ($x = 35.43$), akıllı telefon kullanmayan bireylerin telefon bağımlılığı puanlarından ($x = 30.05$) istatistiksel olarak daha yüksektir. Bu, akıllı telefon kullanan bireylerin daha fazla telefon bağımlılığına sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Akıllı Telefon Kontrol Sıklığına Göre ANOVA Sonuçları

		N	X	Ss	F	p	Fark
Akıllı Telefon Bağımlılığı	10'dan az ₁	62	18.39	12.18	56.574	.000	5>1,2,3,4
	10-20 kez ₂	80	26.81	13.03			4>1,2,3
	20-30 kez ₃	127	34.10	13.45			3>1,2
	30-40 kez ₄	123	40.51	12.37			2>1
	40'tan fazla ₅	108	45.21	13.07			
Algılanan Sosyal Destek	10'dan az ₁	62	48.31	21.22	1.775	.133	-
	10-20 kez ₂	80	49.71	16.41			
	20-30 kez ₃	127	48.57	11.96			
	30-40 kez ₄	123	50.18	11.35			
	40'tan fazla ₅	108	53.18	15.02			
Aile Desteği	10'dan az ₁	62	16.27	7.24	.227	.923	-
	10-20 kez ₂	80	15.94	6.00			
	20-30 kez ₃	127	16.24	4.61			
	30-40 kez ₄	123	16.23	4.55			
	40'tan fazla ₅	108	16.68	5.65			
Arkadaş Desteği	10'dan az ₁	62	16.23	7.10	2.694	.030	5>3
	10-20 kez ₂	80	16.98	5.79			
	20-30 kez ₃	127	16.45	4.49			
	30-40 kez ₄	123	17.45	4.28			
	40'tan fazla ₅	108	18.42	5.60			
Özel Kişi Desteği	10'dan az ₁	62	15.81	7.43	2.791	.026	5>3
	10-20 kez ₂	80	16.80	5.75			
	20-30 kez ₃	127	15.89	4.67			
	30-40 kez ₄	123	16.50	4.83			
	40'tan fazla ₅	108	18.08	5.86			
Güvenli Bağlanma	10'dan az ₁	62	12.89	5.22	9.269	.000	1<3,4,5
	10-20 kez ₂	80	15.06	4.92			2<5
	20-30 kez ₃	127	16.24	4.94			
	30-40 kez ₄	123	15.73	3.83			
	40'tan fazla ₅	108	17.10	4.18			

Kaçınan Bağlanma	10'dan az ₁	62	16.42	8.66	5.330	.000	1<3,5
	10-20 kez ₂	80	20.34	8.23			
	20-30 kez ₃	127	20.94	7.62			
	30-40 kez ₄	123	19.65	7.58			
	40'tan fazla ₅	108	22.14	8.80			
Kaygılı/Kararsız Bağlanma	10'dan az ₁	62	13.73	6.89	6.246	.000	1<2,3,4,5
	10-20 kez ₂	80	17.61	6.95			
	20-30 kez ₃	127	17.51	6.79			
	30-40 kez ₄	123	16.89	6.73			
	40'tan fazla ₅	108	19.15	7.24			

Akıllı telefon kullanım süresi ile telefon bağımlılığı arasında pozitif ilişki vardır. 0-1 yıldır akıllı telefon kullanan bireylerin telefon bağımlılığı puanları ($x = 23.08$), 7 yıldan uzun süredir akıllı telefon kullanan bireylerin telefon bağımlılığı puanlarından ($x = 41.52$) istatistiksel olarak daha düşüktür. Akıllı telefon kullanım süresi ile kaçınan bağlanma arasında pozitif ilişki vardır. 0-1 yıldır akıllı telefon kullanan bireylerin kaçınan bağlanma puanları ($x = 17.44$), 7 yıldan uzun süredir akıllı telefon kullanan bireylerin kaçınan bağlanma puanlarından ($x = 21.79$) istatistiksel olarak daha düşüktür. Akıllı telefon kullanım süresi ile kaygılı/kararsız bağlanma arasında pozitif ilişki vardır. 0-1 yıldır akıllı telefon kullanan bireylerin kaygılı/kararsız bağlanma puanları ($x = 14.83$), 7 yıldan uzun süredir akıllı telefon kullanan bireylerin kaygılı/kararsız bağlanma puanlarından ($x = 18.04$) istatistiksel olarak daha düşüktür. **Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları incelendiğinde,** Akıllı telefon bağımlılığı ile kaçınan bağlanma arasında pozitif, zayıf ilişki vardır ($r = .208$, $p < .01$). Akıllı telefon bağımlılığı ile kaygılı/kararsız bağlanma arasında pozitif, zayıf ilişki vardır ($r = .236$, $p < .01$). Algılanan sosyal destek ile güvenli bağlanma arasında pozitif, zayıf ilişki vardır ($r = .108$, $p < .05$). Kaçınan bağlanma ile algılanan sosyal destek arasında negatif, zayıf ilişki vardır ($r = -.158$, $p < .01$). Kaygılı/kararsız bağlanma ile algılanan sosyal destek arasında negatif, zayıf ilişki vardır ($r = -.136$, $p < .01$).

Tablo 4. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Yeni Akıllı Telefon Ölçeği Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

		B	Standart Hata	β	t	R	R ²	F	p
Model 1	Sabit	26.04	1.78	-	14.61	.236	.054	29.27	.000
	Kaygılı/Kararsız Bağlanma	.52	.10	.24	5.41				
Model 2	Sabit	17.60	2.91	-	6.06	.283	.076	21.66	.000
	Kaygılı/Kararsız Bağlanma	.55	.09	.25	5.79				
	Arkadaş Desteği	.46	.13	.16	3.65				
Model 3	Sabit	20.19	3.09	-	6.54	.301	.085	16.47	.000
	Kaygılı/Kararsız Bağlanma	.51	.10	.23	5.37				
	Arkadaş Desteği	.71	.16	.25	4.34				
	Aile Desteği	-.39	.16	-.14	-2.38				
Model 4	Sabit	18.43	3.18	-	5.79	.315	.092	13.63	.000
	Kaygılı/Kararsız Bağlanma	.30	.14	.14	2.22				
	Arkadaş Desteği	.72	.16	.25	4.39				
	Aile Desteği	-.49	.17	-.17	-2.88				

Model 1: Kaygılı ve kararsız bağlanma, akıllı telefon bağımlılığını %05 oranında yordamaktadır (R = .236, F = 29.270, p <.01). **Model 2:** Kaygılı ve kararsız bağlanma ile arkadaş desteği, akıllı telefon bağımlılığını %08 oranında yordamaktadır (R = .283, F = 21.660, p <.01). **Model 3:** Kaygılı ve kararsız bağlanma, arkadaş desteği ve aile desteği, akıllı telefon bağımlılığını %08 oranında yordamaktadır (R = .301, F = 16.470, p <.01).

Model 4: Kaygılı ve kararsız bağlanma, arkadaş desteği, aile desteği ve güvenli bağlanma, akıllı telefon bağımlılığını %09 oranında yordamaktadır ($R = .315$, $F = 13.630$, $p < .01$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Çalışmanın sonuçlarına göre, cinsiyet temelinde yeni akıllı telefon kullanımıyla ilgili toplam puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bu sonuç, Perry ve Lee'nin (2007) çalışmasıyla uyumlu bir şekilde, cinsiyetin akıllı telefon bağımlılığı üzerinde etkili olmadığını göstermektedir. Aynı şekilde, Hakoama ve Hakoyama'nın (2011) yaptığı çalışmada da cinsiyet ile akıllı telefon bağımlılığı arasında bir ilişki bulunmadığı belirtilmiştir. Kuyucu'nun (2017) çalışması, erkeklerin akıllı telefon bağımlılığının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Jenaro ve arkadaşlarının (2007) çalışması, kadınların cep telefonlarını daha sık kullandığını ifade etmiştir. Araştırmalar, kadınların iletişim ve ilişkileri güçlendirmek amacıyla telefonlarını daha fazla kullandığını, erkeklerin ise daha çok eğlence amaçlı kullanım eğiliminde olduğunu göstermektedir. Araştırmada, yaşam durumunun akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bulgular, arkadaşlarıyla yaşayan bireylerin bağımlılık puanlarının evde yaşayanlar, yurttan yaşayanlar ve ailesiyle birlikte yaşayanlara göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Sanal ve Özer'in (2017) çalışması da bu bulguyu desteklemekte olup, evde yaşayan öğrencilerin yurttan yaşayanlara kıyasla akıllı telefon bağımlılığı puanlarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir.

Araştırma, cinsiyet ve yaşam durumu gibi faktörlerin akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisini incelemiştir ve benzer araştırmalarla uyumlu sonuçlar elde etmiştir. Cinsiyete göre akıllı telefon bağımlılığı puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak yaşam durumuna göre akıllı telefon bağımlılığı puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ayrıca, araştırma babası hayatta olan bireylerle babası vefat etmiş olanlar arasında telefon bağımlılığı puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar, Castell ve arkadaşlarının (2004) çalışmasıyla uyumlu bir şekilde, evli ebeveynlere sahip olan bireylerin boşanmış veya vefat etmiş ebeveynlere sahip olanlara göre daha yüksek telefon kullanım sıklığına sahip olduğunu desteklemektedir. Zulkefly'nin (2009) çalışması da aile birlikteliği ve ailesel gelir düzeyinin telefon kullanımını etkilediğini belirtmiştir. Benzer şekilde, Talan, Korkmaz ve Gezer'in (2016) çalışması, aile üyeleriyle

birlikte yaşamının ve ailelerin sosyoekonomik düzeyinin akıllı telefon kullanım sıklığı üzerinde etkili olduğunu göstermiştir.

Akıllı telefon kullanımı, bağımlılık düzeyini artırmaktadır. Bu bulgular, Gezgin ve Çakır'ın (2016) ile Yıldırım, Şar ve Civan'ın (2015) yaptığı çalışmalarla örtüşmektedir. Günlük olarak 8 saatten fazla telefon kullananların da bağımlılık düzeyinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Telefonu günlük 40'tan fazla kez kontrol eden bireylerin, daha az kontrol edenlere göre daha yüksek bağımlılık puanlarına sahip olduğu bulunmuştur. Bu etki, kullanım süresi, kullanım deneyimi ve kontrolsüz kullanımla artmaktadır. Ayrıca cinsiyet, algılanan sosyal destek ile bağımlılık düzeyi arasında anlamlı bir ilişkiye sahip değildir. Bu çalışma, akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki faktörleri incelemiştir. Cinsiyet, yaşam durumu, aile yapısı, kullanım süresi ve kullanım sıklığı gibi faktörler, akıllı telefon bağımlılığı üzerinde etkili olabilir. Bu bulgular, daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu ve daha geniş örnekleme yapılan çalışmalarla teyit edilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Ayrıca, bu çalışma diğer kişilerle aynı evde yaşayan bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyinin, evde yaşayanlar, yurtda yaşayanlar, ailesiyle yaşayanlar ve arkadaşlarıyla yaşayanlara kıyasla istatistiksel olarak daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar, daha önceki araştırmalarla uyumlu bir şekildedir ve evde yaşamının sosyal destek algısını artırabileceğini göstermektedir (Tepeli Temiz ve Ulusoy Gökçek, 2020; Saygın, 2008). Akıllı telefon bağımlılığı, günlük olarak akıllı telefonlarını 40'tan fazla kontrol eden bireylerde daha yüksektir, bu sonuç literatürde benzer çalışmalar mevcuttur (Karaçorlu, Oğuzöncül, Pirinççi ve Deveci, 2019). Cinsiyete göre algılanan sosyal destek puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (Demirtaş, 2007; Ham, Hayes ve Hope, 2005; Çeçen, 2008). Diğerleriyle birlikte yaşayan bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyi, evde yaşayanlar, yurtda yaşayanlar, ailesiyle yaşayanlar ve arkadaşlarıyla yaşayanlara göre daha düşüktür (Tepeli Temiz ve Ulusoy Gökçek, 2020; Saygın, 2008).

Anne ve babası hayatta olan bireylerin sosyal destek algısı ve alt boyut puanları, anne ve babası vefat etmiş olan bireylerden istatistiksel olarak daha yüksektir (Aydın, Kahraman ve Hiçdurmaz, 2017; Şahin, İşleyen ve Özdemir, 2012). Akıllı telefon kullanan bireylerin sosyal destek puanları ve alt boyut puanları, akıllı telefon kullanmayan bireylerin puanlarından istatistiksel olarak daha düşüktür (Herrero, Urunea ve ark., 2017; Kim, 2017).

Uzun süreli akıllı telefon kullanımının sosyal destek puanlarını artırıcı bir etkisi olduğu görülmektedir (Ghasempour ve Mahmoodi Aghdam, 2015; Arpacı, Baloğlu, Özteke Kozan ve Kesici, 2017; Karaçorlu, Oğuzöncül, Pirinççi ve Deveci, 2019). Günlük olarak sıkça akıllı telefon kontrol eden bireylerin sosyal destek puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Günlük olarak az kez kontrol eden bireylerin kaçınan bağlanma ve kaygılı/kararsız bağlanma puanlarının daha düşük olduğu gözlemlenmiştir (Delevi, Bugay Sökmez ve Avcı, 2018; Kim ve Koh, 2018). Araştırma, akıllı telefon kullanımı ile bireylerin bağlanma stilleri arasında pozitif ve zayıf düzeyde ilişkiler olduğunu bulmuştur. Bu sonuçlar, akıllı telefon kullanımının bireylerin bağlanma stillerini etkileyebileceğini işaret etmektedir. Ayrıca, günlük akıllı telefon kontrol sıklığının artmasıyla kaçınan bağlanma ve kaygılı/kararsız bağlanma puanlarının arttığı gözlemlenmiştir, bu da akıllı telefon kullanımının bağlanma stilleri üzerinde olumsuz etkilere sahip olabileceğini düşündürmektedir. Ayrıca, araştırma akıllı telefon kullanımı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelediğinde, akıllı telefon bağımlılığı puanlarının kaygılı/kararsız bağlanma puanları tarafından istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde tahmin edildiğini göstermiştir. Bu sonuçlar, akıllı telefon bağımlılığının bireylerin bağlanma stillerini etkileyebileceğini ve bu etkinin algılanan sosyal destek üzerinde de bir yansıması olduğunu göstermektedir. Tüm bu bulgular, sosyal ilişkilerin, bağlanma stillerinin ve akıllı telefon kullanımının birbirine karmaşık şekilde bağlı olduğunu ve bu ilişkilerin etkileyen birçok faktörün olduğunu vurgulamaktadır. Bu nedenle, sosyal destek, bağlanma stilleri ve akıllı telefon kullanımı arasındaki ilişkilerin daha iyi anlaşılabilmesi için daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Bu çalışma, akıllı telefon bağımlılığı, bağlanma stilleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkileri araştırmış ve bulguları aşağıdaki şekilde özetlenebilir: Bulgular, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerine sahip bireylerin akıllı telefon bağımlılığı riskinin daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, algılanan sosyal desteğin akıllı telefon bağımlılığını azaltmada etkili olduğu gözlemlenmiştir. Bu sonuçlardan yola çıkarak, farklı yaş grupları üzerinde benzer çalışmalar yapılması önerilmiştir. Ailelere ve eğitim kurumlarına elde edilen bulguların aktarılması önemlidir, özellikle çocuklar ve gençler arasında sağlıklı bağlanma stillerini teşvik etmek için farkındalık artırılabilir. Üniversite psikolojik danışma merkezleri, öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı sorunlarına odaklanarak destek sağlayabilirler. Politika yapıcılar, bilinçli teknoloji kullanımını teşvik etmek ve akıllı telefon

bağımlılığını önlemek için kamu kampanyaları düzenleyebilirler. Okullar ve üniversiteler, öğrencilere sağlıklı teknoloji kullanımı ve bağlanma stilleri hakkında bilgi sağlamak için eğitim programları geliştirebilirler. Ayrıca, ulusal düzeyde akıllı telefon bağımlılığı ve olumsuz sonuçlarıyla ilgili kampanyalar yürütülmelidir. Bu çalışmanın bulguları, akıllı telefon bağımlılığı, bağlanma stilleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkileri anlamamıza yardımcı olmuş ve önemli önerilere ışık tutmuştur.

KAYNAKÇA

Ada, S., & Tatlı, H. (2013). Akıllı telefon kullanımını etkileyen faktörler üzerine bir araştırma. Akademik Bilişim 2013 – 15. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri (23-25 Ocak 2013, Akdeniz Üniversitesi, Antalya), 177-182.

Arora, H., & Gupta, S. (2022). Nomophobia: A review of the literature. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 222–232.

Aydın, A., Kahraman, N., & Hiçdurmaz, D. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeylerinin belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(1), 40-47.

Boumosleh, J., & Jaalouk, D. (2018). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve akademik performans ile ilişkisi. *Global Journal of Health Science*, 10(1), 48-59. <https://doi.org/10.5539/gjhs.V10n1p48>

Castells, M., Fernandez-Ardevol, M., Qiu, J. L., & Sey, A. (2004). The mobile communication society: A cross-cultural analysis of available evidence on the social uses of wireless communication technology. USC, University of Southern California, Annenberg School for Communication.

Ching, T. Y., Dillon, H., Button, L., Seeto, M., Van Buynder, P., Marnane, V., ... Leigh, G. (2017). Age at intervention for permanent hearing loss and 5-year language outcomes. *Pediatrics*, 140(3), e20164274. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-4274>

Çağlak, U. (2019). WhatsApp, WhatsApp Grupları ve Kullanım Alışkanlıkları: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12 (66), 626-639.

Çeçen, D. (2017). Yetişkinlerde bağlanma stilleri ile benlik saygısı ve sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Delevi, R., Bugay Sökmez, A., Avcı, D. (2018). Technology Use, Attachment Styles, and Gender Roles in the Dissolution of Romantic Relationships in Turkey. *Itobiad: Journal of the Human ve Social Science Researches*, 7(2).

Gezgin, D. M., Çakır, Ö. (2016). Analysis of nomophobic behaviors of adolescents regarding various factors. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2504-2519.

Ghasempour, A., ve Mahmoodi-Aghdam, M. (2015). The role of depression and attachment styles in predicting students' addiction to cell phones. *Addiction ve Health*, 7(3-4), 192-197.

Hakoama, M., Hakoyama, S. (2011). The impact of cell phone use on social networking and development among college students. *The American Association of Behavioral and Social Sciences Journal*, 15(1), 20.

Ham, L., Hayes, S.A., ve Hope, D.A. (2005). Gender Differences in Social Support For Socially Anxious Individuals. *Cognitive Behaviour Therapy*, 34(4), 201-206.

Han, S., Kim, K. J., Kim, J. H. (2017). Understanding nomophobia: Structural equation modeling and semantic network analysis of smartphone separation anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(7), 419-427.

Haug, S., Castro, R. P., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., & Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 299-307. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.037>

Herrero, J., Urueña, A., Torres, A., ve Hidalgo, A. (2019). Socially connected but still isolated: Smartphone addiction decreases social support over time. *Social Science Computer Review*, 37(1), 73-88.

Hooper, A., Segall, P., & Zebker, H. (2007). Persistent scatterer interferometric synthetic aperture radar for crustal deformation analysis, with application to Volcán Alcedo, Galápagos. *Journal of Geophysical Research: Solid Earth*, 112(B04707). <https://doi.org/10.1029/2006jb004763>

Kayabaş, İ. (2016). Mobil Teknolojiler. Yüzer T. V. ve Mutlu, M. E. (Ed.), *Yeni iletişim teknolojileri* (s. 100-134). Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Yayınları.

Kuyucu, M. (2017). Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: "akıllı telefon (kolik)" üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition*, 7(14), 328-359

Kwon, M., Lee, J. Y., ve Lee, S. M. (2014). Nomophobia: Development and validation of a scale to measure nomophobia. *Computers in Human Behavior*, 39, 408-415.

Sabirli, B. (2018). Üniversite öğrencilerindeki akıllı telefon kullanım sıklığının benlik saygısı ve çeşitli değişkenlerle ilişkisi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016). Relationships among Smartphone Addiction, Stress, Academic Performance and Satisfaction with Life, *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325.

Wood, J. V., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2007). The role of attachment in the relationship between social support and depression: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 27(6), 853–872.

Sanal, Y., & Özer, Ö. (2017). Smartphone addiction and the use of social media among university students: Bir durum değerlendirmesi. *Mediterranean Journal of Humanities*, VII (2), 367-377. [https://mjh.akdeniz.edu.tr/VII/2\(2017\)](https://mjh.akdeniz.edu.tr/VII/2(2017))

Saygın, Y. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya.

Shambare, S., ve Sharma, S. (2012). Attachment style, social support, and mental health among college students in India. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(2), 283-296

Pirinççi E, Karaçorlu FN, Oğuzöncül AF, Deveci SE. Nomophobia and Related Factors in Students of a Faculty of Humanities and Social Sciences. *Bezmialem Science* 2021;9(4):424-31.

Temiz Z. T., Gökçek V. U. Yurttan Kalan Üniversite Öğrencilerinin Anksiyete, Sosyal Destek ve Yaşam Doyum Düzeyleri ile Baş Etme Stillерinin İncelenmesi*. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*. 2020; (15): 431-458.

Yılmaz, S., ve Yıldırım, T. (2016). Nomofobi ve kaygı: Bir üniversite öğrencisi örneklemini üzerinde bir araştırma. Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bülteni, 32(3), 377-390.

Zulkefly S, Baharudin R. Mobile phone use amongst students in a University in Malaysia: Its Correlates and Relationship to Psychological Health. European Journal of Scientific Research. 2009;37(2):206–18.

Aydın İnsan ve Toplum Dergisi Yayın İlkeleri

Kapsam ve Hedef Kitle

Aydın İnsan ve Aydın Toplum Dergisi'nde, sosyal bilimlerin özellikle Psikoloji ve Sosyoloji odaklı tüm alanlarında ve alt alanlarında, araştırmaya dayanan, sahasına katkı sağlayacak nitelikte bilimsel makaleler veya daha önce yayımlanmış olan çalışmaları değerlendiren, bu konuda yeni ve dikkate değer görüşler ortaya koyan derleme makaleler yayınlamaktadır. Ayrıca, alanda yayımlanan bilimsel kitaplara ait makale formatındaki değerlendirme yazıları ile kitap eleştirileri ve alana katkısı olan makalelerin İngilizce veya Türkçe çevirileri de kapsam dahilindedir.

Dergide yayınlanacak eserlerin daha önce hiçbir yerde yayımlanmamış olması gerekir. Bilimsel bir toplantıda sunulmuş ancak basılmamış bildirilerden üretilen makaleler, bu durum dipnotta açıkça belirtilmek koşuluyla kabul edilmektedir. Yayımlanan çalışmanın yayın hakkı dergiye aittir. Yazıları yayımlanan yazarlara telif ücreti ödenmez. Dergide yayımlanan yazılarda ileri sürülen görüşler yazarlarını bağlar ve yazıların hukuki sorumluluğu yazarlarına aittir.

Yayın Dili ve Yayın Sıklığı

Dergide Türkçe makalelerin yanı sıra İngilizce makaleler de yayımlanabilir. İnsan ve Toplum Araştırmaları Dergisi yılda 2 kez yayınlanan hakemli akademik ulusal bir dergidir.

Değerlendirme Süreci

Yazım ilkelerine uygun olmayan çalışmalar hakem değerlendirmesine gerek duymadan geri çevrilir. Bir yazının dergide yayımlanabilmesi için iki hakem tarafından olumlu görüş bildirilmiş olması gerekir. Hakemlerden birinin olumlu diğerinin olumsuz görüş bildirmesi durumunda editör tarafından üçüncü bir hakemin değerlendirmesine başvurulur.

Yazım Kuralları

Ana Başlık: İçerikle uyumlu, onu en iyi ifade eden bir başlık olmalı ve koyu harflerle yazılmalıdır. Makalenin başlığı sözcüklerin ilk harfi büyük olacak biçimde yazılmalı ve en fazla 10-12 sözcük arasında olmalıdır.

Yazar ad(lar)ı ve adres(ler)i: Yazar(lar)ın ad(lar)ı ve soyad(lar)ı koyu, adresler ise normal ve eğik karakterde harflerle yazılmalı; yazar(lar)ın varsa görev yaptığı kurum(lar), haberleşme ve e-posta adres(ler)i ilk sayfada dipnot ile belirtilmelidir.

Özet: Makalenin başında, konuyu kısa ve öz biçimde ifade eden ve en az 100, en fazla 150 sözcükten oluşan Türkçe "özet" ve İngilizce "abstract" bulunmalıdır. Özet içinde, yararlanılan kaynaklara, şekil ve çizelge numaralarına değinilmemeli; dipnot kullanılmamalıdır. Türkçe ve İngilizce özetleri altında bir satır boşluk

birakılarak, en az 3, en çok 5 sözcükten oluşan anahtar sözcükler (*keywords*) verilmelidir. Türkçe makalenin İngilizce başlığı olmalı ve *abstract*'ın üstünde gösterilmelidir.

Ana Metin: 17x24 cm boyutunda, MS Word programı, *Times New Roman* yazı karakteri ile 12 punto ve 1,5 satır aralığıyla yazılmalıdır. Sayfa kenarlarında üst 3 cm., alt 3 cm., sol 3 cm., sağ 3 cm. boşluk bırakılmalı ve sayfalar numaralandırılmalıdır. Yazılar özet, abstract, şekil ve tablo yazıları da dahil 6.000 (altıbin) sözcüğü geçmemelidir. Metin içinde vurgulanması gereken kısımlar, koyu değil eğik harflerle ya da tek tırnak içinde yazılmalıdır. Metinde tırnak işareti + eğik harfler gibi çifte vurgulamalara asla yer verilmemelidir.

Bölüm Başlıkları: Makalede, düzenli bir bilgi aktarımı sağlamak üzere ara ve alt başlıklar kullanılabilir. Makaledeki tüm ara (normal) ve alt başlıklar (yatık) 12 punto ile sözcüklerin yalnız ilk harfleri büyük, koyu karakterde yazılmalı; alt başlıkların sonunda iki nokta üst üste konulmamalı ve bir satır sonra devam edilmelidir.

Tablolar ve Şekiller: Tabloların numarası ve başlığı bulunmalı, siyah- beyaz baskıya uygun hazırlanmalıdır. Tablo ve şekiller ayrı ayrı sıra sayısı verilerek numaralandırılmalıdır. Tablo çiziminde dikey çizgiler kullanılmamalıdır. Yatay çizgiler ise yalnızca tablo içindeki alt başlıkları birbirinden ayırmak için kullanılmalıdır. Tablo numarası üste, tam sola dayalı olarak dik (normal); tablo adı ise, her sözcüğün ilk harfi büyük olmak üzere eğik (*italik*) yazılmalıdır. Tablolar metin içinde bulunması gereken yerlerde olmalıdır.

Tablo 1: *Farklı yaklaşımların karşılaştırmalı analizi*

Şekil numaraları ve adları şeklin hemen altına ortalı şekilde yazılmalıdır. Şekil numarası eğik yazılmalı, nokta ile bitmeli, hemen ardından sadece ilk harf büyük olmak üzere şekil adı dik yazılmalıdır.

Görseller: *Derginin alanı kapsamında gerekirse ilave edilir*

Dipnot: Dipnot kaynak göstermek için kullanılmamalı, dipnot kullanımına yalnızca açıklayıcı ek bilgileri için başvurulmalı ve otomatik numaralandırma yoluna gidilmelidir. Dipnotlarda kaynak göstermek için, metin içi kaynak gösterme yöntemleri kullanılmalıdır.

Alıntı ve Göndermeler/Atıflar: Yazar doğrudan ya da dolaylı olarak yaptığı tüm alıntılara aşağıdaki örneklere göre göndermede bulunmalıdır. Burada belirtilmeyen durumlarda APA6 formatı kullanılmalıdır. Doğrudan alıntılar tırnak içinde verilmeli ve italik (eğik) yazı karakteri ile yazılmalıdır.

Metin içi alıntılarda göndermeler

Göndermeler için asla dipnot kullanılmamalıdır. Tüm göndermeler parantez içinde ve aşağıdaki biçimde yazılmalıdır.

Tek yazarlı çalışmaya yönelik genel göndermelerde;
(Carter, 2004).

Tek yazarlı çalışmanın alıntı yapılan belirli bir yerine göndermelerde;
(Bendix, 1997: 17).

İki yazarlı çalışmalara göndermelerde;
(Hacıbekiroğlu ve Sürmeli, 1994: 101).

İkiden fazla yazarlı yayınlarda, metin içinde sadece ilk yazarın soyadı ve ‘vd.’ yazılmalıdır;
(Akalın vd., 1994: 11).

Kaynakça kısmında ise, birden fazla yazarlı yayınlara diğer yazarları da belirtilmelidir.

Metin içinde, gönderme yapılan yazarın adı veriliyorsa, kaynağın sadece yayın tarihi yazılmalıdır:

Gazimihal (1991:6), bu konuda “.....”nu belirtir.

Yayın tarihi olmayan yapıtlarda ve yazmalarda yalnızca yazarların adı;
(Hobsbawm)

yazarı belirtilmeyen ansiklopedi vb. yapıtlarda ise kaynağın ismi, varsa cilt ve sayfa numarası yazılmalıdır.

(Meydan Larousse 6, 1994: 18)

İkinci kaynaktan yapılan alıntılar da aşağıdaki gibi yazılmalı ve kaynaklarda belirtilmelidir:

Lepecki’nin de ifade ettiği gibi “.....” (Akt. Korkmaz 2004: 176).

Kaynakça: Metnin sonunda, yazarların soyadına göre alfabetik olarak aşağıdaki örneklere göre yazılmalıdır. Kaynaklar, bir yazarın birden fazla yayını olması halinde, yayımlandıŐ tarihine göre sıralanmalı; bir yazara ait aynı yılda basılmıŐ yayınlara ise (2004a, 2004b) Şeklinde gösterilmelidir:

Kitapların gösterilmesi

Öztürkmen, A. (1994). *Türkiye’de Folklor ve Milliyetçilik*, İstanbul: İletifim Yayınları.

Carter, A. (2004). *Dans Tarihini Yeniden Düşünmek*, ev: Cansu Şipal, İstanbul: BGST Yayınları.

Makalelerin gösterilmesi

Sarisözen, M. (1970). Bağlama Metodu, *Folklor/Halkbilim* (1): 12-16.

Bakka, E. ve Felföldi, L. (2002). Whose Dances, Whose Authenticity? *Dance Research* (32): 3-18.

Kitap içi bölümlerin gösterilmesi

Lepecki, A. (2004). Concept and Presence: The Contemporary European Dance Scene. *Rethinking Dance History: A Reader*, ed. Alexandra Carter, London: Routledge, s: 176-190.

Şahin, M. (2013). Klinik Psikolog Olmak. *Klinik Psikoloji*, ed. Linden, W. ve Hewitt, P. L. Ankara: Nobel, s: 1-16.

Tezlerin gösterilmesi

Dehmen, B. (2005). Ulusal ve Küreselin Kesişme Noktasında Halk Danslarına Bir Yaklaşım: Dansın Sultanları, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, *İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*.

İnternet kaynaklarının gösterilmesi

İnternet elde edilen verilerin kaynakları mutlaka gösterilmeli ve Kaynakça'da erişim adresi ve erişim tarihi belirtilerek verilmelidir. Erişim adresi olarak kaynağın yer aldığı web sayfasının (ana sayfa) adresi değil, kaynağın görüntülediği adres verilmelidir.

<http://www.tdkterim.gov.tr/bts/> (12.10.2014).

Aksu, G. (2011). Özgür Bir Beden, Özgür Bir Sanat Dalı, *Yazında ve Çeviride Beden*, Akşit Göktürk'ü Anma Toplantısı (15-17 Mart 2006) İstanbul Üniversitesi. <http://mimesis-dergi.org/2011/04/ozgur-bir-alan-ozgur-bir-sanat-dali/>. (12.10.2011).

Görüşmelerin gösterilmesi

Ural, U. (2014). Artvin halk dansları çalıştırıcısı Uğur Ural ile ÜFTAD ofisinde yapılan görüşme, İstanbul: 19 Temmuz.

İletişim Bilgileri:

AYDIN İNSAN ve TOPLUM DERGİSİ

İstanbul Aydın Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi

Beşyol Mahallesi, İnönü Caddesi, No: 38

Sefaköy, Küçükçekmece/İstanbul

Tel: (212) 4441428 - 20402

Web Sayfası: <http://aitdergi.aydin.edu.tr>

E-posta: aitdergi@aydin.edu.tr

Author's Guide

Author's may send their articles which are prepared in accordance with the below stated publishing and editorial principles, together with the "article presentation form" via e-mail to the provided addresses.

Providing the permissions of the authors (the main author or the rightful publishing house) is obligatory for the translated texts and articles as well.

The articles which are sent to their authors for further improvement and/or proofreading following the preliminary reviews and referee evaluations, must be edited accordingly and delivered back to the journal in one month at the latest.

On the other hand, the articles which are found to be conflicting with this guideline, will be returned to their authors for further proofreading and will not be issued.

Publishing Principles

Aydin İnsan ve Toplum is a national, peer-reviewed journal printed twice a year by Istanbul Aydin University, Faculty of Arts and Sciences.

Aydin İnsan ve Toplum Journal publishes in all fields and sub-fields of social sciences especially Psychology and Sociology focused scientific articles which rely upon research and contribute to its field or collection articles which evaluate previously published works and offer new and noteworthy views in the related subject. In addition, evaluation articles from scientific books that are published in the related fields and book reviews together with the Turkish or English translations of related articles are also within the scope of the journal's publication.

The journal only accepts articles which are not published or accepted to be published previously. Articles which are created from the reports that are not published but presented in a scientific gathering can be accepted provided that the case is clearly stated in the footnote. No royalty fee is paid to the authors of the articles that are published in the journal. The scientific, ethic and legal responsibilities of the views and translations conveyed in the manuscripts which are published in the journal belong to their respective authors.

Evaluation Process

In result of the preliminary evaluation, the articles that are found to be conflicting with the editorial principles are rejected without further evaluation. Two positive referee reviews are required in order for an article to be published in the journal. In case an article receives a positive and a negative review from the two referees, the editor of the journal consults the evaluation of a third referee.

Publishing Language

In addition to Turkish, journal publishes articles in English language as well.

Editorial Principles

I. Main Title

Written in **bold** letters, the main title must be congruent with the text content expressing the treated subject in the best way. The main title must not exceed 10-12 words of which initials must be capitalized.

II. Author's Name(s) and Address(es)

The name(s) and surname(s) of the authors must be typed in **bold** whereas the addresses must be typed in italic letters. If there are any, the title(s) and the workplace(s) of the authors as well as their contact information must be indicated on the first page with a footnote.

III. Abstract

The article must include an abstract in both English and Turkish (özet) languages, which briefly and clearly summarizes the subject of the text and consists of at least 100 and at most 150 words. The abstract must not refer to the cited sources, figures and graphic numbers used in the text or contain footnotes. Authors must provide keywords consisting of at least 3 and at most 5 words leaving an empty line under the English and Turkish abstracts. The Turkish abstract must also have its title in Turkish.

IV. Main Text

The text must be written with Times New Roman font-type, 12-point font size leaving 1,5 space between lines and 3 cm margins on top, bottom and both sides of an 17x24 sized MS Word page. The pages must be numbered. The text must not exceed 6000 (six thousand) words including its Turkish and English abstracts, figures and table contents. The parts of the text which are to be emphasized must be written either in italics (not in **bold**) or shown in single quotation marks (‘’). The text must never contain double emphases using quotation marks and italics at the same time.

V. Sub-titles

The section and sub-titles may be preferred for delivering the information in an orderly way. All the section (regular) and sub (italics) titles must be written in 12- point size, **bold** characters, capitalizing only the initial letters of each word in the title. Sub-titles must not be followed by a colon (:) and the text must begin after an empty line.

VI. Tables and Figures

Tables must be prepared according to black and white printing with a title and number. Tables and figures must be numbered separately. Tables must not be drawn with vertical lines; horizontal lines, on the other hand, must only be used for categorizing the sub-titles within the table. The number of the table must be indicated above the table, on left side, in regular fonts; the title of the table must be written in italics capitalizing the initials of each word. Tables must be located in their proper places within the text.

» Example: Tablo 1: Farklı yaklaşımların karşılaştırmalı analizi

The numbers and the titles of the figures must be centered just below the figure. The number of the figure must be in italics followed by a full stop (.). Right after comes the title of the figure in regular fonts with only the initial letter capitalized.

VII. Visuals

The images, photographs or special drawings included within the text must be scanned in 300 ppi (300 pixels per inch) with a 10 cm short edge in JPEG format. In addition to the article and the “article presentation form”, all the visual materials used in the text must be e-mailed to the provided addresses in JPEG format. The online sourced images must also comply with 10 cm/300 ppi rule. Visuals must be titled according to the criteria specified for tables and figures (item VI) above. Technically problematic or low-quality images may be requested from the contributor again or may be completely removed from the article by the editorial board. Author(s) are responsible for the quality of the visual materials to be used in their articles.

The images and photographs must be prepared according to black and white printing. The titles and the numbers of the visuals must be centered and typed in italics. The type of the visual and its number must be typed in italics followed by a full stop (.) and the name of the image typed in regular fonts with capital initials:

» Example: Resim 10. Wassily Kandinsky, ‘Kompozisyon’ (Anna-Carola Krausse, 2005: 91).

The pages containing figures, charts and images must not exceed 10, with only occupying one third of the text. If possible, authors may place the figures, charts and images where they are supposed to be providing that it will be prepared as ready to be published, if not they can write the numbers of the figures, charts and images leaving empty space in the text in the same size.

VIII. Footnotes

Footnotes must only be used for additional explanatory information with automatic numbering. Footnotes must not be used for citation or giving references.

IX. Citation and References

Authors must give references for all their direct or indirect quotes according to the examples given below. In case not specified here, authors must consult APA 6th edition referencing and citation style. Direct quotes must be given in italics using quotation marks (“”). Footnotes must never be used for giving references. All references must be written in parentheses and as indicated below.

- » Works by a single author: (Carter, 2004).
- » Specific passages in works by a single author: (Bendix, 1997: 17).
- » Works by two authors: (Hacıbekiroğlu and Sürmeli, 1994: 101).
- » Works by more than two authors: (Akalm et. al, 1994: 11). The other contributing authors must only be indicated in the bibliography section.
- » If the name of the author is mentioned within the text, only the publishing date of the source are provided: Gazimihal (1991: 6) states that “.....”.
- » Works with no publication dates, can be cited with the name of the author: (Hobsbawn)
- » Works with no author name, such as encyclopedias, can be cited with the name of the source and if available the volume and page numbers: (Meydan Larousse 6, 1994: 18)
- » The quotes that are taken from a secondary source are indicated as follows and must also be given in bibliography: As Lepecki also expresses “.....” (Korkmaz, 2004: 176).

X. Bibliography

The bibliography must be given at the end of the text in an alphabetical order as shown in the following examples. The sources must be sorted according to their publication dates in case an author has more than one publication. On the other hand, the publications that belong to the same year must be shown as (2004a, 2004b...).

Books

- » Öztürkmen, A. (1994). Türkiye’de Folklor ve Milliyetçilik, İstanbul: İletişim Yayınları.
- » Carter, A. (2004). Dans Tarihini Yeniden Düşünmek, çev: Cansu Şipal, İstanbul: BGST Yayınları.

Articles

- » Sarısözen, M. (1970). Bağlama Metodu, Folklor/Halkbilim (1): 12-16.
- » Bakka, E. ve Felföldi, L. (2002). Whose Dances, Whose Authenticity? Dance Research (32): 3-18.

Sections of a Book

- » Lepecki, A. (2004). Concept and Presence: The Contemporary European Dance Scene. Rethinking Dance History: A Reader, ed. Alexandra Carter, London: Routledge, s: 176-190.
- » Şahin, M. (2013). Klinik Psikolog Olmak. Klinik Psikoloji, ed. Linden, W. ve Hewitt, P. L. Ankara: Nobel, s: 1-16.

Thesis

- » Dehmen, B. (2005). Ulusal ve Küreselin Kesişme Noktasında Halk Danslarına Bir Yaklaşım: Dansın Sultanları, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Online Sources

Online sources must be cited for the data obtained from internet as well. The full web address of the accessed web-page (not the home page) and the accessed date must be indicated in the bibliography for the online sources:

- » <http://www.tdkterim.gov.tr/bts/> (12.10.2014).
- » Aksu, G. (2011). Özgür Bir Beden, Özgür Bir Sanat Dalı, Yazında ve Çeviride Beden, Akşit Göktürk'ü Anma Toplantısı (15-17 Mart 2006) İstanbul Üniversitesi. <http://mimesis-dergi.org/2011/04/ozgur-bir-alan-ozgur-bir-sanat-dali/>. (12.10.2011).

Interviews

- » Ural, U. (2014). Artvin halk dansları çalıştırıcısı Uğur Ural ile ÜFTAD ofisinde yapılan görüşme, İstanbul: 19 Temmuz.
- Contact Information:

Contact Information:

AYDIN İNSAN ve TOPLUM DERGİSİ

Editorial Board

Istanbul Aydın University, Faculty of Arts and Sciences

Beşyol Mahallesi, İnönü Caddesi, Nu: 38

Sefaköy, Küçükçekmece/İstanbul

Tel: (212) 444 1 428

Web: <http://aitdergi.aydin.edu.tr>

E-mail: aitdergi@aydin.edu.tr

