

Yetişkin psikolojik istismarını tanımak*

Recognizing psychological abuse

Nesrin Duman¹

Gönderilme tarihi: 24 / 10 / 2018

Kabul tarihi: 02 / 01 / 2019

Öz

İstismar türleri arasında yer alan duygusal istismar diğer bir deyişle psikolojik istismar; bir kişinin başka bir kişiyi bir davranışa tabi tutması ya da maruz bırakması ile karakterize edilen ve anksiyete, kronik depresyon ya da travma sonrası stres bozukluğu da dahil olmak üzere psikolojik travma ile sonuçlanabilen bir istismar türüdür. Psikolojik istismar diğer istismar türlerini şemsiyesi altında toplamasına rağmen; yakın ilişkilerde görülen diğer istismar türlerine (cinsel, fiziksel) nazaran daha az ilgi görmektedir. Psikolojik istismarda gözle görülebilen fiziksel bir bulgunun olmaması bu istismar türünü yıllarca saklı kılabilir. Hatta kişi bu istismar türü ile ebeveynleri vesilesiyle çocukluğunda tanıştıysa, yıllarca psikolojik istismara uğradığının farkında bile olmadan yaşamını sürdürebilmektedir. Bu çalışmada yetişkin psikolojik istismarının daha net anlaşılabilmesi ve konu hakkında farkındalığının artırılması hedeflenmiştir. Bu amaçla romantik ilişkisi olan 85 katılımcıya psikolojik olarak istismar edici davranış anketi uygulanmıştır. Sonuç olarak katılımcıların romantik ilişkilerinde orta düzeyde istismar edici davranışlara maruz kaldıkları ortaya konmuştur. Ayrıca bu davranışlara maruz kalan katılımcıların %51,28'i farkındalıklarını anket ile sağladıklarını ifade etmişlerdir. Pek az kişinin tanıyabildiği psikolojik istismar, hem bireysel hem de toplumsal sağlığın korunması için fark edilmesi gereken elzem bir konudur.

Anahtar sözcükler: Psikolojik istismar, psikolojik şiddet, duygusal istismar, yetişkin, ruh sağlığı

Abstract

Emotional abuse, in other words psychological abuse; is a type of abuse characterized by an individual's exposure to or subordinate to another person, which may result in psychological trauma, including anxiety, chronic depression, or post-traumatic stress disorder. Although psychological abuse collects other types of abuse under its umbrella; it gains less interest than other types of abuse (sexual, physical) seen in intimate relationships. The fact that there is no physical evidence visible in psychological abuse can keep this type of abuse hidden for years. Even if a person is introduced to this type of abuse by his or her parents through his childhood, he can continue his life for years without even realizing that he has suffered psychological abuse. In this study, it is aimed to understand the psychological abuse of adults more clearly and to raise awareness about the topic. For this purpose, 85 participants who have romantic relationship were subjected to a psychologically abusive behavioral questionnaire. As a result, participants were exposed to moderately abusive behaviors in romantic relationships. In addition, 51,28% of the participants exposed to these behaviors stated that they gained their awareness through questionnaires. The psychological abuse that few people can define is an essential issue to be recognized for the protection of both individual and social health

Keywords: psychological abuse, psychological violence, emotional abuse, adult, mental health

¹ Dr. Öğretim Üyesi, Bartın Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Bartın/TÜRKİYE, nesrinduman@bartin.edu.tr

*Bu çalışma, yazarın "2nd International Conference on New Approaches in Social Sciences and Humanities"te sunduğu "Recognizing Psychological Abuse" başlıklı sözlü bildirisinin tam metin bildirisidir.

1. Giriş

Arapçadan dilimize geçmiş olan “istismar” sözcüğü Türk Dil Kurumu Sözlüğü’nde “sömürme”, “birinin iyi niyetini kötüye kullanma” olarak tanımlanmaktadır (“İstismar”, t.y.). “İstismar etmek” ise, kişi ya da kişilerin iyi niyetini kötüye kullanarak istifade sağlamak, yararlanmak, bir düşünceyi kötüye kullanarak zarar vermeyi hedeflemek, karşısındakinin kendi rızası olmadan ve iradesini dikkate almadan sömürmek gibi anlamları içermektedir (“İstismar hakkında”, t.y.). İstismar tüm toplumlarda karşılaşılan, kültüre, ırka ve dine bağlı olmadan her toplumda ve her gelişim düzeyinde yaşanan bir olgudur (Ersanlı, Yılmaz ve Özcan, 2013). Tanımlardan anlaşılacağı üzere “istismar” kelime anlamıyla sadece belirli bir yaş grubundaki insanları değil tüm gelişim düzeyindeki (çocuk, ergen, yetişkin, yaşlı) bireyleri kapsayıcı bir nitelikte kullanılıyor olsa da; Türk Ceza Kanunu (TCK)’nda özellikle çocuklara yönelik suç oluşturan eylemleri tanımlarken “istismar” kelimesinin (örneğin TCK-103. madde: çocukların cinsel istismarı); yetişkinler için ise “saldırı” ve “şiddet” gibi kelimelerin (örneğin TCK-102. madde: cinsel saldırı) kullanılıyor olması kelimenin kullanım alanını daraltmakta, terminolojik karışıklığa mahal vermektedir. Ülkemizde hal böyle iken yabancı literatüre bakıldığında istismar (abuse) kavramının daha geniş bir kullanım alanına sahip olduğu; terimin sadece çocuklar için değil tüm yaş grupları için kullanıldığı görülmektedir. Araştırmalar da istismarın farklılıklar gösterse de sadece çocuk, kadın ve yaşlı olarak gruplanamayacağını, yetişkin bireylerin geniş bir yelpazede bu olguya maruz kaldığını göstermektedir (Ersanlı, Yılmaz ve Özcan, 2013). Bu çalışmada da istismar kelimesi yetişkinlere yönelik sömürücü davranışları tanımlamak için kullanılmıştır.

2. Psikolojik istismar nedir?

İstismar türleri arasında yer alan duygusal istismar diğer bir deyişle psikolojik istismar; bir kişinin başka bir kişiyi bir davranışa tabi tutması ya da maruz bırakması ile karakterize edilen ve anksiyete, kronik depresyon ya da travma sonrası stres bozukluğu da dahil olmak üzere psikolojik travma ile sonuçlanabilen bir istismar türüdür (“What is”, 2017). Psikolojik istismar tek başına gözlemlenebileceği gibi, diğer istismar türlerine de eşlik ederek ortaya çıkabilmektedir (Ersanlı, Yılmaz ve Özcan, 2013). Klinik çalışmalar psikolojik istismarın fiziksel bir istismar/şiddet bulgusu yokken ortaya çıkabildiğini, ancak fiziksel istismarın/şiddetin psikolojik istismar olmadan ortaya çıkmadığını göstermektedir (Shepard ve Campbell, 1992:293). Bu haliyle psikolojik istismar diğer istismar türlerini de kapsamaktadır (Garbarino, Guttman, & Seeley, 1986). Olgunun diğer istismar türlerini şemsiyesi altında toplamasına rağmen; psikolojik istismar yakın ilişkilerdeki diğer istismar türlerine (cinsel, fiziksel) nazaran daha az ilgi görmektedir (akt. Abowitz, Knox & Zusman, 2010:118). Shepard ve Campbell (1992) mağduru terörize etmek için fiziksel gücün kullanılmadığı istismar edici davranışların artan bir şekilde gözlemlendiğini belirtmiştir. Psikolojik istismarda gözle görülebilen fiziksel bir bulgunun olmaması bu istismar türünü yıllarca saklı kılabilir. Shepard ve Campbell (1992) bu davranışların oldukça geniş bir yelpazede vuku bulduğunu eklemiştir. Pek çok yazara (örneğin Schneider v.d., 2005; Iwaniec v.d., 2006; Shaffer, Yates ve Egeland, 2009) göre psikolojik (duygusal) istismar bütün istismar türlerinin merkezinde yer alan ve ayırt edici bir problem olarak da görülmektedir (akt. Ersanlı, Yılmaz ve Özcan, 2013). Neredeyse bütün fiziksel istismar mağdurlarının psikolojik veya duygusal istismara da maruz kaldıkları bulgusuna rağmen, psikolojik istismara gösterilen ilginin boyutu yine değişmemektedir (akt. Abowitz, Knox & Zusman, 2010:118).

Psikolojik istismar, duygusal istismarın yanı sıra literatürde pek çok farklı kavram ile de adlandırılmaktadır. Psikolojik istismar konusunun anlaşılmasında bir diğer kavram karmaşasına yol açan bu durumun da açıklanması önemlidir.

3. Psikolojik istismar ile benzer kavramlar

Literatürde psikolojik istismar ile birbiri yerine kullanılan pek çok kavram yer almaktadır (Tablo 1).

Tablo 1. Psikolojik istismar ile benzer kavramlar

Terim (TR)	Sonuç sayısı (TR)	Terim (EN)	Sonuç sayısı (EN)
Duygusal istismar	188	Emotional abuse	19.966
Psikolojik istismar	55	Psychological abuse	19.080
Psikolojik kötü muamele	3	Psychological maltreatment	2.794
Duygusal kötü muamele	0	Emotional maltreatment	2.154
Mental işkence	0	Mental cruelty	1.483
Psikolojik olarak hırpalama	0	Psychological battering	120

Not: Ebscohost veri tabanı 26.09.2018 tarihinde taranmıştır.

Akademik araştırmalar için önemli bir veri tabanı olan Ebscohost üzerinde Tablo 1’de yer alan Türkçe ve İngilizce terimler ile tarama yapılmıştır. “Duygusal istismar” anahtar sözcüğü ile yapılan taramada Türkçe dilinde 188 yayının bulunduğu; “emotional abuse” anahtar sözcüğü ile yapılan taramada ise İngilizce dilinde 19.966 yayının olduğu görülmüştür. “Psikolojik istismar” anahtar sözcüğü ile yapılan taramada Türkçe dilinde 55 yayının bulunduğu; “psychological abuse” anahtar sözcüğü ile yapılan taramada ise İngilizce dilinde 19.080 yayının olduğu görülmüştür. Tablo 1’den anlaşılacağı üzere Türkçe yayınlarda da en çok “duygusal istismar” anahtar sözcüğü ile yayınların bulunduğu, “psikolojik istismar” kelimesiyle yapılan yayınların ikinci sırada olduğu; bu haliyle ülkemizde bu olgunun “duygusal istismar” adlandırması ile daha yaygın olarak bilindiği söylenebilir. “Psikolojik kötü muamele” ve “duygusal kötü muamele” ifadelerinin Ebscohost ver tabanında Türkçe yapılan yayınlarda kullanılmadığı ortaya çıkan bir diğer sonuçtur.

ABD’de, psikolojik kötü muamele veya psikolojik istismar terimi, 1983 Uluslararası Çocuk ve Gençlik Psikolojik İstismarı Konferansı’ndan beri giderek daha fazla kullanılmaktadır ve genel olarak duygusal istismar kategorisini dahil etmek veya kapsamak için kullanılmaktadır (O’Hagan, 1995). “Mental işkence” ifadesi de Türkçe yayınlarda kullanılmayan ancak İngilizce kaynaklarda karşılaşılan bir diğer terimdir. Mental işkence; fiziksel şiddet içermeyen ancak başka birinin duygusal olarak acı çekmesine neden olan davranışlar olarak tanımlanmaktadır. Mental işkence Amerika’da boşanma davalarında tarafların boşanma gerekçeleri olarak mahkemeye sunduğu, bu davalarda sıklıkla karşılaşılan bir ibaredir. Şüphe, kıskançlık, yalan, anlaşılabilir-belirsiz kişisel şikayetler gibi davranışlar mental işkenceye örnek davranışlar arasında sayılabilmektedir (Leviner, 1966). Türkçe yayınlarda geçmeyen “Psikolojik Olarak Hırpalama” ifadesi ise ilk kez Garbarino, Guttman ve Seeley (1986) tarafından kullanılarak literatüre kazandırılmıştır. Garbarino ve arkadaşları (1986) çocuklara yönelik her türlü kötü muamelenin psikolojik bir yanı ve sonucu olduğunu, bu sonuçların sosyo-kültürel bağlama ve çocuğun içinde bulunduğu gelişim evresine göre farklılaştığını ileri sürmüştür (akt. Gil, 1987).

Görüldüğü gibi literatürde psikolojik istismar ile birbiri yerine kullanılan benzer kavramlar yer almaktadır. Bazı yazarlar duygusal istismarın anlaşılması güç bir kavram olmasından dolayı

sıklıkla psikolojik istismar olarak kullanıldığını ileri sürmektedir (akt. Ersanlı, Yılmaz ve Özcan, 2013). Ancak bu noktada olguyu psikolojik istismar ya da duygusal istismar olarak (ya da başka bir ifadeyle) adlandırmanın kavramsal bir farklılaşmaya yol açmayacağı pek çok çalışmacı tarafından ileri sürülmektedir. Glasser (2002)'a göre psikolojik istismar ile duygusal istismar arasında bir ayrıma gitmek yararlı değildir. Royse (2016) çocuklar üzerine yaptığı araştırmalarında duygusal olarak istismar edilmiş çocukların psikolojik olarak da istismar edildiklerini; bu nedenle bu iki kavram arasında ayırım yapmaya değmediğini ifade etmektedir (s.5). Sonuç olarak psikolojik istismar ile birbiri yerine kullanılan kavramlar arasında ayırım yapılmasının konuya bir katkı sağlamayacağı aşikârdır. Bu nedenle kavramsal farklılaşmalarla fazla vakit kaybedilmesinin bir anlamı bulunmamaktadır.

4. Psikolojik istismar davranışları nelerdir?

Çay (2006) yaptığı araştırmada kadınların duygusal istismar olarak kabul ettikleri davranışları herkesin içinde küçük düşürülmesi, kendisine küfredilmesi, aptal, salak gibi yakıştırmalar yapılması; düşüncelerine değer verilmemesi, bağırılması, utandırılması, şiddet ve korkuya dayalı iletişim kurulması, gücünün ya da yeterliliğinin kabul görmemesi, duygusal olarak kabul görmemesi, jest ve mimiklerle korkutulması, telefon ya da elektronik postalarının kontrol edilmesi olarak sıralamaktadır gösterilmektedir (akt. Ersanlı, Yılmaz ve Özcan, 2013). Aldatmak, terk etmek (Kumar v.d., 2005) küsmeler, yok saymalar, başkalarına kendi yanında daha fazla değer verilmesi gibi tutum ve davranışlar da duygusal istismar içinde gösterilmektedir (akt. Ersanlı, Yılmaz ve Özcan, 2013). Bazı fiziksel davranış türleri, fiziksel şiddeti temsil ettikleri için duygusal istismar olarak kabul edilebilir (Marshall, 1996). Bu davranışlar arasında; nesnelerin fırlatılması, duvarın tekmelenmesi, mağdura karşı parmak sallanması ya da yumruğun sıkılması, mağdur arabadayken pervasızca araç kullanmak ya da mağdur için değeri olan objeleri yok etmekle tehdit etmek sayılabilir. Mala verilen zarar, ciddi psikolojik, sosyal ve ekonomik maliyetlerle sonuçlanan “sembolik şiddet” olarak kabul edilen bir duygusal istismar biçimidir (Engel, 2002). Mağdurun evcil hayvanlarına uygulanan zarar, hem insanlarda hem de hayvanlarda acı çekmeye neden olması itibarıyla duygusal olarak kötü muameleye yol açabilmektedir (Faver & Strand, 2007). Genel bir sıralama yapılacak olursa, psikolojik istismarın işaret ve semptomları arasında sıklıkla;

- Kişiyi görmezden gelme,
- İzole etme,
- Taklit etme,
- Alay etme,
- Dışlama,
- Onun için önemli olan bir şeyi elinden almakla ya da terketmekle korkutma/tehdit etme,
- Kişiyi yetersiz kılma ya da kendisini yetersiz hissettirme,
- Hakaret etme,
- Aşağılama,
- Düzenli olarak hatalarını ve eksiklerini vurgulama,
- Kontrol etmeye çalışma,
- Çocuk gibi muamele etme,
- ‘Fazla hassas’ olmakla suçlama,
- Davranışlarını düzeltme,
- Başarı-hayal ve umutlarını küçümseme,

- Cinselliği kontrol ve manipüle etmek için kullanma sayılabilmektedir.

5. Risk altındaki gruplar ve özellikleri

Duygusal (psikolojik) istismar sınıf ortamı, iş yeri, kişinin geldiği aile, kendi ailesi gibi ortamlarda çalışılmıştır (akt. Abowitz, Knox & Zusman, 2010:118). Psikolojik istismar üzerine yapılan ilk dönem çalışmaları; kadınların erkeklere göre daha yüksek mağduriyet yaşadıklarını göstermiş olsa da (Shepard ve Campbell, 1992); yıllar geçtikçe ortaya çıkan istatistikler erkeklerin de mağduriyet oranının artmakta olduğunu (Harned, 2001) göstermiştir. Yapılan son dönem çalışmalar (Anderson, 2010; Holtzworth-Munroe, 2005; Sears, Byers, Whelan, & Pierre, 2006) erkeklerin de kadınlar kadar romantik ilişkilerinde istismar mağduru olabildiğini ortaya koymaktadır (akt. Abowitz, Knox & Zusman, 2010:117). Bu haliyle kadınlar ve erkeklerin her ikisi de istismarın yıkıcı fiziksel ve zihinsel sonuçlarından muzdariplerdir (akt. Abowitz, Knox & Zusman, 2010:117).

Romantik ilişkilerdeki istismar ne yeni bir konudur ne de yaş, cinsel yönelim, ırk ya da sosyo ekonomik düzey ile ilişkilidir (akt. Abowitz, Knox & Zusman, 2010:117-8). Duygusal (psikolojik) istismar, diğer yakın ilişkilerdeki istismar türlerinde olduğu gibi birçok ilişki teorisyeni tarafından kişinin partneri üzerinde güç kazanması ve kontrol sahibi olması için kullanılan bir taktik olarak kavramsallaştırılmaktadır (akt. Abowitz, Knox & Zusman, 2010:119). Sears ve arkadaşları (2006) dokuzuncu ve onbirinci sınıf öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki istismar üzerine yaptığı araştırmada, genç erkeklerin maskülenlik kurmak ve kontrol sağlamak amacıyla psikolojik istismarı kullandıklarını ileri sürmüştür. Johnson (2009) gibi bazı çalışmacılar duygusal istismarı; davranışları kontrol etmekten başlayan zorlama ve tehdit, taklit etme, aşağılama, küçümseme, eleştirici yorumlarda bulunmak, günah keçisi yapmak ve izole etmeye uzanan geniş bir yelpazedeki davranışları içeren “yakın terörizm” (intimate terrorism) olarak adlandırmaktadır (akt. Abowitz, Knox ve Zusman, 2010:119).

Loring (1994) duygusal olarak istismar edilmiş kadınların, fiziksel istismara maruz kalmış kadınlardan daha yalnız ve umutsuz olabildiklerini ileri sürmüştür. Jacobson ve arkadaşları (1996), istismarcı bir evliliğin sona ermesi için, fiziksel şiddetin sıklığından ziyade duygusal istismarın yoğunluğunun daha iyi bir gösterge olabildiğini, zamanla duygusal istismarın, fiziksel istismar kadar güçlü bir kontrol yöntemi olduğunu ileri sürmüştür. Yaş açısından bakıldığında genç – yaşlı kadınlar arasında istismar oranlarının benzer olduğu, kadınların ömür boyu risk altındaki hassas bir grup oldukları görülmektedir (Karakurt ve Silver, 2013:5).

6. Çalışmanın amacı

Bu çalışmada yetişkinlerin romantik ilişkilerinde psikolojik istismar davranışlarına maruz kalma düzeyleri ile psikolojik istismar hakkında farkındalık seviyelerinin ne olduğunun araştırılması amaçlanmıştır.

7. Yöntem

7.1. Araştırma modeli

Bu araştırma için çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir kanıya varmak amacıyla “genel tarama modeli” kullanılmıştır (Karasar, 2018:111).

7.2. Evren ve örneklem

Bu araştırmanın evrenini romantik ilişkisi olan yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Uygun örneklem seçiminde evrendeki tüm elemanların birbirine eşit seçilme şansına sahip oldukları “oransız eleman örnekleme” yöntemi uygulanmıştır (Karasar, 2018:151). Facebook sosyal medya platformunda arkadaşlık gruplarına üye olan yetişkinlerden ilişkisi olanlar örneklem kapsamına alınmıştır. Araştırma sorularına yanıt vermiş toplam 85 katılımcı bulunmaktadır.

7.3. Veriler ve toplanması

Veri toplama tekniği olarak yazılı iletişim yoluyla veri toplama tekniği olan “yazışma” kullanılmıştır (Karasar, 2018:221). Belirli bir amaç ve plana göre düzenlenmiş soru listesi olan “anket”, bu veri toplama tekniğinde yaygın olarak kullanılan araçlardır (Karasar, 2018:221). Anket, elektronik ortamda doldurulması istenerek uygulanabilmektedir (Karasar, 2018:225). Çalışmada araştırmacı tarafından hazırlanan online anket web tabanlı anket çözümleri sağlayıcısı olan “SurveyMonkey” aracılığıyla 2018 Temmuz ayında katılımcılara ulaştırılmıştır.

7.4. Gereç

Araştırma için 17 maddeden oluşan psikolojik istismar davranışlarını (PİD) içeren anket (sormaca) ile 5 sorudan oluşan Kişisel Bilgi Formu (KBF) hazırlanmıştır.

Psikolojik İstismar Davranışları (PİD) Anketi: 17 maddeden oluşan bu anket “SurveyMonkey” yazılımı ile çevrimiçi olarak hazırlanmıştır. Anketi (sormaca) cevaplayanların PİD algıları “(0) hiçbir zaman, (1) nadiren, (2) bazen, (3) sıklıkla” şeklinde dördümlü Likert ölçeğine göre düzenlenmiştir. Anketin sonucunda 0-17 puan düşük, 18-34 puan orta, 35-51 puan yüksek düzeyde psikolojik olarak istismar edici davranışa maruz kalış olarak değerlendirilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu (KBF): Toplam 5 sorudan oluşan KBF; yaş, cinsiyet, gelir düzeyinin belirlendiği demografik bilgileri içermektedir. PİD Anketin sonunda yer alan iki soru katılımcıların psikolojik olarak istismar edici davranışlar hakkında bilgi sahibi olduktan sonra, konu hakkındaki farkındalık düzeylerini ölçmeyi amaçlamaktadır.

7.5. Verilerin çözümlenmesi ve yorumlanması

Araştırmanın uygulama kısmında veriler “SurveyMonkey” web sitesi aracılığı ile toplanmıştır. Elde edilen nicel veri ilk aşamada web sitesi analizleri ile sağlanmış, ikinci aşamada tanımlayıcı istatistikî analizler SPSS-22 istatistiksel analiz programı ile yapılmıştır. Yanıtların karşılaştırılmasında parametrik testlerden tek yönlü varyans analizi (ANOVA), bunun dışındaki yanıtların değerlendirilmesinde soruların her maddesi için her bir verinin yinelenme sayını gösteren (Karasar, 2018:259) frekans analizi yapılarak sıklık yüzdeleri bulunmuştur. Verilerin çözümlenmesi ve yorumlanmasında .05 anlamlılık düzeyi kullanılmıştır (Duman, 2018).

8. Bulgular

Katılımcıların %86’sını kadınlar, %14’ünü erkekler oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş dağılımı Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 2016 yılı gruplandırmasına göre; %94,81’i 19-65; %3,90’ı 15-18; %1,30’u 66-79 yaş aralığındadır. Bu kişilerin gelir düzeyleri incelendiğinde %83,12’sinin orta gelirli; %9,09’unun düşük gelirli; %7,79’unun yüksek gelirli olduğu görülmektedir (Tablo 2).

Tablo 2. Katılımcılara ilişkin veriler

		N	%
<i>Cinsiyet</i>	Kadın	73	86
	Erkek	12	14
<i>Yaş</i>	15-18	3	3,9
	19-65	81	94,8
	66-79	1	1,30
<i>Gelir düzeyi</i>	Düşük	8	9,09
	Orta	71	83,1
	Yüksek	6	7,7
<i>Toplam</i>		85	100

Araştırma sonuçlarında cinsiyete göre PİD maruz kalma düzeyi anlamlı düzeyde farklılaşmış olup ($p < .05$); farklılaşmanın yönü kadınlar lehine bulunmuştur. Bunun dışında yaş ve demografik değişkenlere göre anlamlı farklılaşma tespit edilememiştir ($p > .05$). Katılımcıların PİD anketine verdikleri yanıtların puanlarına bakıldığında; katılımcıların ortalama 31 puan ile romantik ilişkilerinde orta seviyede PİD'e maruz kaldıkları görülmektedir. PİD frekans analizi sonuçlarına bakıldığında "kontrol etmeye çalışma" (%48), "davranışları düzeltme/tenkit etme" %47 oranla sık karşılaşılan psikolojik olarak istismar edici davranışlar arasında gösterilmektedir (Tablo 3).

Tablo 3. Psikolojik istismar davranışları frekans analizi sonuçları

Psikolojik istismar davranışları	%
Görmezden gelme	%39
İzole etme	%34
Taklit etme	%35
Alay etme	%34
Dışlama	%26
Kişi için önemli olan bir şeyi elinden almakla korkutma/tehdit etme	%24
Yetersiz kılma ya da yetersiz hissettirme	%36
Terk etmekle korkutma/tehdit etme	%30
Hakaret etme	%32
Aşağılamak	%29
Düzenli olarak hataları ve eksikleri vurgulama	%45
Kontrol etmeye çalışma	%48
Çocuk (ya da hizmetçi) gibi muamele etme	%34
"Fazla hassas" olmakla suçlama	%44
Davranışları düzeltme/tenkit etme	%47
Başarı-hayal ve umutları küçümseme	%31
Cinselliği kontrol ve manipüle etmek için kullanma	%24

Katılımcıların PİD anketi sonunda, elde edilen puan göz önüne alınarak psikolojik olarak istismar edici davranışlara maruz kaldıklarını düşünüp düşünmedikleri sorulmuştur. Psikolojik olarak istismar edici davranışlara maruz kaldıklarını düşünüyorlarsa bunu ilk ne zaman fark ettikleri sorusuna verdikleri yanıtlar incelendiğinde; katılımcıların %51,28'i bu anketi yaparken fark ettiğini; 48,72'sinin ise durumun daha önceden farkında oldukları tespit edilmiştir.

9. Tartışma, sonuç ve öneriler

Bu çalışmada yetişkinlerin romantik ilişkilerinde psikolojik istismar davranışlarına maruz kalma düzeyleri ile psikolojik istismar hakkında farkındalık seviyelerinin ne olduğunun araştırılması amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda yetişkinlerin romantik ilişkilerinde psikolojik olarak

istismar edici davranışlara orta düzeyde maruz kaldıkları ortaya konmuştur ($\bar{X}=31$). Karakurt ve Silver (2013) romantik ilişkilerde psikolojik (duygusal) istismarın ABD'de yaygın olduğunu ve muhtemelen ilişkilerdeki kötü muamelenin en yaygın biçimi olduğunu ileri sürmektedirler (s.3). Çalışmamız literatürde yer alan bu bilgiyi destekler nitelikte sonuçlara ulaşmıştır.

Araştırmada bir diğer ilgi çekici bulgu ise, katılımcıların %51,28'inin bu davranışlara maruz kaldıklarını yapılan anket sonucunda tanımlayabildikleri, daha önceden bu durumun farkında olmadıklarıdır. Abugideiri (2010) Amerika'da pek çok kadının istismar edici bir ilişkide olduklarını ancak terapi seanslarında tanımlayabildiklerini ifade etmiştir. Araştırma sonuçları katılımcıların yarısının (%51,28) romantik ilişkilerinde karşılaştıkları psikolojik olarak istismar edici davranışların farkında olmadıklarını, farkındalığın uygulama sonucu kazanıldığını göstermektedir. Bu bulgu dikkatleri psikolojik istismar hakkında farkındalığın neden düşük olduğuna dair yanıtlara yönlendirmektedir. Konu hakkında yapılan çalışmalar kişinin bu istismar türü ile ebeveynleri vesilesiyle çocukluğunda tanıştıysa, yıllarca psikolojik istismara uğradığının farkında bile olmadan yaşamını sürdürebildiğini göstermektedir ("Dr. James Garbarino", 2013). Bu bakımdan bireylerdeki düşük farkındalığın sebepleri üzerine ebeveyn yetiştirme tutumları, çocukluk döneminde duygusal istismara maruz kalma, algılanan duygusal istismar davranışları gibi alanlarda yapılacak yeni çalışmalara ihtiyaç vardır. İleriki dönem çalışmalarından elde edilen verilerin; bu konunun nedenlerine ilişkin daha açıklayıcı bilgiler sağlayacağı düşünülmektedir.

Son söz olarak psikolojik istismar içsel duygu ve düşünceleri etkileyebildiği gibi kişinin hayatı üzerinde de kontrol sahibi olabilen, oldukça yıkıcı etkilere sahip bir istismar türüdür. Psikolojik olarak istismar edilmek kişinin kendini etrafındaki dünyada belirsiz, kendi evinde bile güvensiz hissettirebilmektedir. Bireyin yakın ilişkilerini, arkadaşlıklarını ve hatta kişinin kendisiyle olan ilişkisini altüst edip yıkabilen ancak pek az kişinin tanıyabildiği psikolojik istismar, hem bireysel hem de toplumsal sağlığın korunması için fark edilmesi gereken elzem bir konudur.

10. Sınırlılıklar

Çalışma araştırmaya katılan 85 katılımcı ile sınırlıdır. Örneklem büyüklüğü Türkiye'de romantik ilişkisi olan bireyleri temsil için yeterli değildir.

Kaynakça

- Abowitz, D. A., Knox, D. & Zusman, M. (2010). Emotional abuse among undergraduates in romantic relationships. *International Journal of Sociology of the Family*, Vol. 36, No. 2 (Autumn 2010): 117-38.
- Abugideiri, S. (2010). The peaceful families Project: addressing domestic violence in muslim communities. *Partner Abuse*, 1(3): 363-76.
- Anderson, K. L. (2010). Conflict, power, and violence in families. *Journal of Marriage and Family*, 72 (3): 726-42. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00727.x>
- Çay, C. (2006). *Çalışan Kadınların İşyerinde Kadın İstismarı Konusundaki Görüşlerinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Dr. James Garbarino on 'The Psychologically Battered Child' (2013, 5 Aralık). Yayıncı: PsychAlive [Video]. Erişim adresi: <https://www.youtube.com/watch?v=omH7diUeddM>
- Duman, N. (2018). Koruyucu ve destekleyici önlem olarak çocukların mağdur olarak bulunduğu davalarda hayvanların kullanımı. *R&S - Research Studies Anatolia Journal*, Vol:1, Issue:2; pp: 368-375.
- Engel, B. (2002). *The emotionally abusive relationship: How to stop being abused and how to stop abusing*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Ersanlı, K., Yılmaz, M. ve Özcan, K. (2013). Algılanan duygusal istismar ölçeği (adiö): geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2013, 32(1), 147-64.

Duman, N. (2019). Recognizing psychological abuse. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 5(1), 33-43.

- Faver, C. & Strand, E. (2007). Fear, guilt, and grief: Harm to pets and the emotional abuse of women. *Journal of Emotional Abuse*, 7:51-70.
- Garbarino, J., Guttman, E., & Seeley, J. W. (1986). *Psychologically Battered Child*. Jossey-Bass Publishers: San Francisco.
- Gil, D. G. (1987). *The psychologically battered child*, (Book Review). San Francisco: Jossey-Bass, pp.286. [https://doi.org/10.1002/1098-2337\(1987\)13:6<377::AID-AB2480130606>3.0.CO;2-T](https://doi.org/10.1002/1098-2337(1987)13:6<377::AID-AB2480130606>3.0.CO;2-T)
- Glaser, D. (2002). Emotional Abuse and Neglect (Psychological Maltreatment): A Conceptual Framework. *Child Abuse and Neglect*, 26:697-714.
- Harned, M. S. (2001). Abused women or abused men? An examination of the context and outcomes of dating violence. *Violence and Victims*, 16:269-285.
- İstismar (t.y.). Türk Dil Kurumu güncel Türkçe sözlük içinde. Erişim adresi: http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5bdc7fd7aa5dc9.64972835
- İstismar hakkında bilgiler (t.y.). Nedir sözlük içinde. Erişim adresi: <https://nedir.ileilgili.org/istismar>
- Iwaniec, D., Larkin, E., Higgins, S. (2006). Research review: risk and resilience in cases of emotional abuse. *Child and Family Social Work*, 11: 73-82.
- Karakurt, G. & Silver, K. E. (2013). Emotional abuse in intimate relationships: the role of gender and age. *Violence Vict.* 2013; 28 (5): 804-21.
- Karasar, N. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar temel ilkeler teknikler*. (33.basım). Nobel: Ankara.
- Kumar, S., Jeyaseelan, L., Suresh, S., Ahuja, R. C. (2005). Domestic violence and its mental health correlates in Indian women. *British Journal of Psychiatry*, 187:62-7.
- Levinger, G. (1966). Sources of marital dissatisfaction among applicants for divorce. *American Journal of Orthopsychiatry*, 36 (5): 803-7. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1966.tb02407.x>
- Marshall L. (1996). Psychological abuse of women: Six distinct clusters. *Journal of Family Violence*, 11(4):379-409.
- O'Hagan K. P. (1995). Emotional and psychological abuse: problems of definition. *Child Abuse & Neglect*, 19 (4):449-61.
- Parker, B., Mcfarlane, J., Soeken, K., Torres, S., & Campbell, D. (1993). Physical and emotional abuse in pregnancy. *Nursing Research*, 42(3):173-8. doi:10.1097/00006199-199305000-00009
- Royse, D. (2016). *Emotional abuse of children essential information*. New York and London: Routledge Taylor&Francis Group.
- Schneider, M. W., Ross, A., Graham, J. C., Zielinski, A. (2005). Do allegations of emotional maltreatment predict developmental outcomes beyond that of other forms of maltreatment? *Child Abuse&Neglect*, 29:513-32.
- Shaffer, A., Yates, T. M., Egeland, B. R. (2009). The relation of emotional maltreatment to early adolescent competence: developmental process in a prospective study. *Child Abuse&Neglect*, 33:36-44.
- Shepard, M. F. & Campbell, J. A. (1992). The abusive behavior inventory a measure of psychological and physical abuse. *J Interpers Violence*, 7: 291-305. DOI: 10.1177/088626092007003001
- What is psychological abuse? what does psychological abuse mean? psychological abuse meaning. (2017, 5 Mayıs). Yayıncı:The Audiopedia. [Video]. Erişim adresi: <https://www.youtube.com/watch?v=A9yj-LAUjB9U>

Extended abstract in English

Psychological abuse, also referred to as “psychological violence”, “emotional abuse”, “chronic verbal aggression” or “mental abuse”, is a form of abuse, characterized by the subjecting, or the exposing of a person to another person with behavior that may result in psychological trauma including anxiety, chronic depression, or post-traumatic stress disorder. Ignoring, isolating, mocking, humiliating, exclusion, Threats of abandonment of him/her or threatening to take away something that is important to them, making them incapable or making someone feel inadequate or insulted, regularly pointing out mistakes and deficiencies, trying to control, belittling, underestimating their feelings, accusing them of being “too sensitive” in order to deflect their abusive remarks, correcting behaviors, trivializing accomplishments, hopes and dreams, withhold sex as a way to manipulate and control can be considered as some of the signs and symptoms of psychological abuse. This type of abuse can be hidden for years because of the lack of visible physical evidence. Even more if the person has met this abuse by his or her parents in childhood, they can continue their lives for years without being aware of being psychologically abused.

Aim of the study: This study was conducted to investigate the frequency of emotionally abusive behaviors in adults' romantic relationships.

Research question: How often individuals experience emotionally abusive behaviors in romantic relationships is the question of the study.

Research model: A questionnaire which is a quantitative research model has been used to assess emotionally abusive behaviors.

Participants: 85 participants who are in a romantic relationship volunteered the study on social media. Participants were divided into three age groups according to World Health Organization (WHO) age classification. The first age group included 15-18 years old with a ratio of 3.90%; the second age group included 19-65 years old with a ratio of 94.81% and the last group was from between the age of 66-79 with a ratio of 1.30%. In the study 85.71% of participants were female and 14.29% were male. According to their incomes 83.12% of the participants had middle socio economic level, 9.09% of the participants had low socio economic level and 7.79% of the participants had high socio economic level.

Method: Participants answered the online survey which consists of 17 questions through the surveymonkey.com website. Data were collected in July 2018.

Materials: This study used the questionnaire which was prepared by the researcher. The items were examined with 4-point Likert type (never -1 point-, rarely -2 points-, sometimes -3 points-, often -4 points-) scale. These 17 items consist of the most experienced emotionally abusive behaviors in the adult romantic relationships described in the literature. The score between of 0-17 points showed low exposure; 18-34 points showed middle exposure; 35-51 showed high exposure of emotionally abusive behaviors.

Analysis: Frequency analysis has been made in the surveymonkey.com analysis page. One-way ANOVA analysis was used to determine the significant difference between of demographical variables and 17 items.

Results: Participant responses were concentrated in the 31% range which means middle exposure to emotionally abusive behavior in their relationships. Among these behaviors described in the literature as psychologically abusive, “accusation of being too sensitive” was found to be 44%,

“regularly pointing out mistakes and deficiencies” 45%, “correcting /criticizing behaviors” 47%, and “trying to control” 48%. The other abusive behaviors described in the literature such as ignoring, isolating, mocking etc. were found between of 29-34% prevalence in adult’s romantic relationships. The duration of psychological abuse was 72,50% for a period of several months; 1-2 years with a rate of 12.50% and with a period of 6-10 years; 2-5 years with a rate of 2.50%. It has been found that 48.72% of the participants had realized that they had been exposed to emotionally abusive behaviors before the questionnaire were taken and 51.28% of participants stated that with the help of questionnaire, they gained awareness of these behaviors.

Conclusion: Psychological abuse can take control over one's life, severely affect their feelings and thoughts. One may feel uncertain and unsafe in the world around them, even in their own home. Psychological abuse also defined as emotional abuse, which can destroy individual's close relationships, friendships, and even the person's relationship to himself/herself, nevertheless only a few can perceive, is an essential issue that must be recognized for both individual and social mental health. This research was conducted in order to better understand the frequency of emotionally abusive behaviors and raise public awareness.

Keywords: psychological abuse, psychological violence, emotional abuse, adult, mental health.