

ERKEKLERDE TOPLUMSAL CİNSİYET NÖRMLARINA UYUM, MOTİVASYON VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ İLİŐKİSİ

Zeynep Akgün

ÖZET

Bu çalışma erkeklerin toplumsal cinsiyet normlarına uyumları ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışma Toplumsal Cinsiyet Motivasyon Ölçeği (TCMÖ), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİÖÖ) ve Sosyo-Demografik veri formu kullanılarak 253 erkek katılımcı ile yürütölmüştür. Toplumsal Cinsiyet Motivasyonu ölçeği kullanılarak feminen normlara içsel motivasyonlarla uyan, feminen normlara dışsal motivasyonlarla uyan, maskülen normlara içsel motivasyonlarla uyan, maskülen normlara dışsal motivasyonlarla uyan erkekler şeklinde dört değişken elde edilmiştir. Bu değişkenler ve sosyo- demografik değişkenler kullanılarak, hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Sonuçlara göre erkeklerde psikolojik iyi oluşu yordayan değişkenler etki büyüklüğü sırasıyla, eğitim durumu (.24), içsel motivasyonlarla feminen normlara uyum (.24), dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum (-16), içsel motivasyonlarla maskülen normlara uyum (.14), dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum (-12) ve yaş (.10) şeklindedir.

Anahtar Kelimeler: Toplumsal Cinsiyet, Psikolojik İyi Oluş, Toplumsal Cinsiyet Normları

Öğr.Gör.Dr., Yabancı Diller Yüksekokulu, Mersin Üniversitesi,

0(532)5049063 zeynepakgun@mesin.edu.tr

THE RELATIONSHIP BETWEEN GENDER NORMS, MOTIVATIONS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN MEN

ABSTRACT

This study was conducted to understand the relationship between men's conformity to gender norms and their psychological well-being. The study was conducted with 253 men using the Gender Motivation Scale (GMS), Psychological Well-Being Scale and Socio-Demographic Variables. Using the Gender Motivational Scale, four variables were obtained: Men's conformity to feminine norms with intrinsic motivations, men's conformity to feminine norms with extrinsic motivations, men's conformity to masculine norms with intrinsic motivations, and men's conformity to masculine norms with extrinsic motivations. Hierarchical regression analysis was done using the and socio-demographic variables. According to the results, the variables that predict the psychological well-being of men in regard to the effect size are as follows, education status (.24), conformity to feminine norms with intrinsic motivations (.24), conformity to with masculine norms with extrinsic motivations (-.16), conformity to masculine norms with intrinsic motivations (.14), conformity to feminine norms with extrinsic motivations (-.12), age (.10)

Key Words: Gender, Psychological Well-being, Gender Norms.

GİRİŞ

Toplumsal cinsiyet kavramı, 1970 'lerde psikolog Robert Stroller'ın (1964) çift cinsiyetle dünyaya gelmiş bireylerle yaptığı çalışma ile ortaya çıkmıştır. Stroller, toplumsal cinsiyet ve cinsiyet arasındaki farka dikkat çeken ilk kişidir (Simmons, 2012). Cinsiyetin sosyal ve biyolojik yönleri İngilizcede "sex" ve "gender" kelimeleri ile ayrıştırılmıştır. Cinsiyet olarak Türkçeye çevrilen "sex" kelimesi kadın ve erkek arasında var olan genetik, biyolojik ve fizyolojik farklılıklara karşılık gelmektedir. Ann Oakly tarafından alana dâhil edilen "gender" kelimesi (Blackstone, 2003) ise Türkçede "toplumsal cinsiyet" şeklinde karşılığını bulmuştur.

Bireyin kadın ya da erkek olarak doğuştan sahip olduğu genetik, fizyolojik ve biyolojik özellikler cinsiyet olarak adlandırılmaktadır. Bir başka deyişle cinsiyet, genler, kromozomlar ve hormonlar ile ayrılan kadın ve erkeğin, biyolojik kategorilerine karşılık gelmektedir. Akışkan bir kategori olan toplumsal cinsiyet kategorisine göre, cinsiyet çok daha sabit ve net bir kategoridir. Cinsiyet verili bir özelliktir fakat toplumsal cinsiyet bireyin dünyaya gelişi ile başlayan bir inşa sürecidir. Cinsiyet, kadın ve erkeği, toplumsal cinsiyet ise femineni ve masküleni yani kadın ve erkek olmanın ne anlama geldiğini ifade etmektedir (Kimmel, 2000).

Toplumsal cinsiyet kavramı, farklı kültürde, zamanlarda ve coğrafyalarda biyolojik cinsiyete bağlı olarak, kadınlara ve erkeklere toplumsal olarak yüklenen rolleri ve sorumlulukları, kadınların ve erkeklerin toplumsal beklentileri ifade etmektedir. Biyolojik bir fenomen değil, kültürel bir yapılanma, toplumsal bir süreçtir. Cinsiyeti ile dünyaya gelen birey, toplumsal cinsiyetini daha sonra edinmektedir. Toplumsal cinsiyet kimliğini oluştururken, ona ait değer ve normları öğrenip ve kendini kadın veya erkek şeklindeki dikotominin içinde tanımlamaktadır (Corrado, 2009).

Sosyal bilimlerin post-modernizm konulu tartışmalarının öznesi olan toplumsal cinsiyet kavramı, günümüzün dikkate değer analiz birimlerinden biridir. Post-modern bakış açısıyla toplumsal cinsiyet kavramı, kadın ve erkek arasındaki toplumsal olarak yaratılan tüm farklılıkları kapsamakla kalmamakta, aynı zamanda kadın ve erkeği birbirinden ayıran biyolojik farklılıkları da içermektedir (Nicholson, 1994). Toplumsal cinsiyetin biyolojik bir belirlenim ya da toplumsal bir oluşum olduğu yönündeki yaklaşımların ortak noktası toplumsal cinsiyetin bireyin kişiliğinin bir bileşeni olduğudur (Kimmel, 2000). Bireyler, toplumsal kimliklerini, toplumla etkileşimde bulunarak

kazanmaktadırlar. Her birey diğeri ile olan ilişkileri ve etkileşimleri yoluyla kişiliğini şekillendirmekte ve kendisini tanımlamaktadır.

Toplumsal Cinsiyet Normları

Toplumsal cinsiyet normları, bireylere bir kadın veya bir erkek olarak nasıl hareket edeceklerini, davranacaklarını bildirmektedirler. Kadının ve erkeğin yapıp ettiklerini ve hatta düşündüklerini ve hissettiklerini bile belirlemekte, yaptıkları belirlenimlere uymayanları ise dışlamaktadırlar. Geleneksel toplumlarda kadını ve erkeği bireysel ve toplumsal şekilde kategorize eden düalist bakış açısı yaygındır (Williams, Satterwhite ve Best, 1999; Eagly ve Karau, 2002). Dolayısıyla her iki toplumsal cinsiyet kategorisine ait normlar da birbirlerine zıttır. Sosyal Rol Kuramına göre, toplumda var olan geleneksel toplumsal cinsiyet rollerine göre erkeklerin ve kadınların birbirinden farklı değerleri normları ve rolleri vardır. Baskın, otoriter, rekabetçi, girişken ve iddialı olmaları beklenen erkeklerin değerleri ve normları bireyseldir. Diğer yandan çekingen, öz güvensiz, alçak gönüllü, fedakâr olmaları beklenen kadınların, diğerleriyle ilgilenmek, bakmak, gözetmek gibi toplumsal kişilik özellikleri sergilemeleri beklenmektedir (Garcia-Ael, Cuadrado ve Molero, 2013).

Toplumsal Cinsiyet Normları Üzerine Farklı Yaklaşımlar

Fransız varoluşçu yazar, filozof ve feminist Simone de Beauvoir kadınların bağımlı kılındığını düşündüğü toplumsal cinsiyet normları için üzerinde düşünülmeden içselleştirilmiş, beden bilincine dayatılmış, bedenimizce üstlenilerek dünyada bir varlık alanını oluşturmuş bir yapı olarak tarif eder. Beauvoir ayrıca bu normların tarihsel bir belirlenmişlik sonucu oluştuğunu ve dolayısıyla bilinçli seçimler yoluyla aşılabileceğini ifade etmiştir (Direk, 2012).

Amerikalı post yapısalcı filozof Judith Butler ‘dayatmacı bir belirleyen’ dediği toplumsal normları ortak bir standart yaratma aracı olarak tanımlamaktadır. Butler’a göre toplumsal cinsiyetin bir norm olması, onun toplumsallıktan beslenerek maddileştiğinin göstergesidir (Kutlu, 2012). Bu dayatmacı toplumsal cinsiyet normları, neyin “normal” neyin “anormal” ya da “patolojik” olduğunu belirlemenin yanı sıra bedeni cinsiyetlendirerek, cinsiyetli özneyi de üretmektedirler. Butler ayrıca toplumsal cinsiyetin, bir toplumsal inşa olmasının yanı sıra başka bir yönüne; onun heteroseksüel normatifiğine de dikkat çekmektedir (Butler, 2010). Heteroseksüellik toplumların doğrusudur, olması gerekenidir, normalidir. Toplumsal cinsiyet normları da

heteroseksüellik sınırları içinde belirlenmiştir. İşte bu egemen heteroseksüel normlar yüzden gey, biseksüel lezbiyen gibi diğer cinsel yönelimler kabul edilmemekte ve hor görülmektedirler (Schutte, 1997).

Amerikalı psikolog ve akademisyen Lawrence Kohlberg, toplumsal cinsiyete uyumun sağlıklı bir psikolojinin gereği olduğunu belirtirken (Kohlberg, aktaran Brownlie 2006). Fransız düşünür ve sosyal teorisyen Michel Foucault, toplumsal cinsiyetin düzenleyici rejimin çok önemli bir enstrümanı olduğunu ifade etmiş ve toplumsal cinsiyetin bireyin biyolojik cinsiyetinin doğal bir ifadesi ya da yansıması değil, bireylere biyolojik cinsiyetlerine göre ne yapmalarını ve yapmamalarını söyleyen bir inşa olduğunu ifade etmiştir (McLaren, 2002).

Maskülen Toplumsal Cinsiyet Normları

Ron Levant, geliştirdiği Eril Rol Normları Ölçeği (Male Role Norms Inventory) (MRNI) ile geleneksel maskülen ideolojiyi 7 boyutta tanımlamıştır (Levant, 2004). Bunlar feminen olan her şeyden uzak durma gerekliliği, kişinin duygusal hayatını sınırlaması, sertlik ve saldırganlık vurgusu, kendine güvenli olma, başarıyı her şeyin üstünde tutması, cinsellikte nesneleştiren ve ilişkisel olmayan tutumlar, homoseksüellerden korkmak ve onlardan nefret etmektir. Daha sonra yaptığı güncelleme ile maskülen normları şu şekilde belirlemiştir; Duygusallığı bastırmak, özgüven, mekanik becerilere dayalı özgüven, azınlık olan cinsiyetlere karşı olumsuz tutumlar, feminenlikten kaçınma, cinselliğe önem verme, sertlik/saldırganlık ve baskınlık (McKelvey, 2012).

Mahalik'in Maskülen Normlara Uyum Ölçeği'nde (CMNI) belirlenen 11 maskülen norm ise kazanma, duygusal kontrol, risk alma, saldırganlık, baskın olma, çapkın olma, özgüven, çalışma hayatına öncelik verme, kadın üzerinde güce sahip olma, homoseksüelleri küçümseme ve statü peşinde koşmadır. (Mahalik ve Locke, Ludlow. Diemer, Scott ve Gottfried, 2003).

Her iki maskülen norm ölçeğinde kendine yer bulmuş olan saldırganlık hakkında pek çok araştırma vardır (Berke, Sloan, Parrott ve Zeichner). Richardson ve Hammock'un (2007) saldırganlıkla ilgili yaptıkları çalışmalarının sonuçlarına göre, agresif davranışları, kişinin biyolojik cinsiyet uyumundan çok, toplumsal cinsiyet uyumunun etkilediği görülmektedir. Bir diğer ifadeyle, erkek, toplumun belirlediği toplumsal cinsiyet normlarına ne kadar uyumlu hal ve tavır içerisindeyse, o kadar agresif ve dominanttır. (Mahalik ve diğerleri, 2003, Richardson ve Hammock, 2007). Parrott ve Zeichner' e

(2003) göre, geleneksel maskülen normlarla bağları daha kuvvetli olan erkekler, daha düşük olan erkeklere göre, kadınlara daha saldırgan davranmaktadırlar. Kogut, Langley, and O'Neal 'ın (1992) araştırmaları da saldırganlık bağlamında, toplumsal cinsiyetin biyolojik cinsiyetten daha etkin olduğunu desteklemektedir. Onların çalışmalarına göre maskülen özellikleri daha fazla onaylayan kadınlar, daha az onaylayanlara göre daha saldırgandırlar.

Hipermaskülen kavramı, maskülen toplumsal cinsiyet rollerine aşırı bağıllığı ifade etmektedir. Yapılan çalışmalar hipermaskülen erkekleri, kadınlara karşı duygusuz cinsel tutumlar sergileyen, tehlikeyi heyecanlı bulan, vahşetin erkekçe olduğuna inanan erkekler olarak tanımlamaktadır (Reidy, Shirk, Sloan, ve Zeichner, 2009).

Feminen Toplumsal Cinsiyet Normları

Kadın olmak, kültür, eğitim, yaş, din ya da ırk gibi değişkenlerden bağımsız olarak özel alan üzerinden tanımlanmaktadır ve hem feminen hem de maskülen rol, norm ve değerler, toplumdan topluma farklılık göstermemektedirler. Ataerkil toplumun geleneksel değerleri günümüzde de hala geçerli olduğundan, feminen toplumsal cinsiyet normları toplumsallıkla, diğerleri ile ilgilenmekle, bakmakla ve gözetmekle ilişkilendirilmektedir (Badgett ve Folbre, 2008). Bu sebeple de kadınlara atfedilen roller ev içi rollerin devamı niteliğindedir. Kadının en temel rolü anneliktir, diğer tüm rolleri bu rolün gölgesinde kalmaktadır. Doğumuyla beraber bireyi şekillendirmeye başlayan cinsiyet rolü normları, kız çocuklarına toplumsal olmayı, iyi sosyal ilişkiler kurmayı, alçakgönüllü olmayı, şefkatli olmayı, nazik olmayı, sempatik olmayı, duygusal olmayı, empati kurmayı, edilgen olmayı reçete ederken, erkek çocuklarına da akılcı olmayı, kararlı olmayı, özgüvenli olmayı, hırslı olmayı, saldırgan olmayı, aktif olmayı, bireysel davranmayı, etken olmayı reçete etmektedir. Egemen ideoloji tarafından güçlendirilen kadın ve erkek arasındaki tüm bu farklılıklar ayrıca etkili bir toplumsal denetimin için kullanılan araçlardır (Ramet, 1996).

Tarım toplumuna geçişle beraber, değerini hızla yitiren kadın işgücü, Sanayi Devrimi ile ağır şartlar altında ve düşük ücretli de olsa geleneksel sektör olan ücretsiz aile işçiliğinden, sanayi sektöründeki ucuz ve güvencesiz işçiliğe evirilmiştir. II. Dünya Savaşı sonrasında ise hizmet ve kamu sektörlerinde çalışan kadınların sayısı hızla yükselmiştir. Günümüzde ise kadınların farklı sektörlerde ve farklı kademelerde

işgücüne, dolayısıyla ekonomiye kazandırılmaları, ülkelerin kalkınma ve büyüme oranlarını arttıracak önemli bir faktör haline gelmiştir. Yönetim kademelerinde yukarıya doğru çıkıldıkça kadın oranları her ne kadar düşmekte olsa da Türkiye’de ve dünyada kadınların iş hayatındaki ağırlıkları her geçen gün artmaktadır (Uzun, 2004). Bu değişimlerin temel sebepleri, özellikle büyük şehirlerde yaşamın, sadece erkeğin kazandığı para ile sürdürülemeyecek kadar pahalı hale gelmiş olmasıdır. Ayrıca kadınların artan eğitim düzeyleri, geç yaşta gerçekleştirilen evlilikler, azalan doğum oranları, kadınlar için daha uygun ve eşitlikçi hale gelen çalışma koşulları, gelişen teknolojinin ev işlerini daha hızlı ve pratik hale getirmesi, ekonomik krizler, işsizlik ve göç de söz konusu ekonomik ve sosyal nedenlerin en önemlilerindendir (Gauthier, 1998). Toplumsal yaşamda meydana gelen bu değişimlerle beraber toplumsal cinsiyet rollerinde de bir değişim, eşitlikçi rollere doğru bir yönelim ortaya çıkmıştır. Değişen toplum şartlarına uyum sağlayabilmek adına, kadınlar bu bağlamda maskülen birtakım rolleri üstlenirlerken, erkekler de feminen birtakım rolleri üstlenmektedirler. Örneğin kariyerlerinde yükselmek, isteyen erkekler için geleneksel yönetici davranış şekli tarihte hep maskülen norm ve rolleri benimseyip uygulamak olmuşsa da artık günümüzde yöneticilik, sadece maskülen özelliklerin geçerli olduğu bir alan olmaktan çıkmıştır. Takım çalışması yapmak, empati kurmak, fikir almak gibi pek çok feminen özellik iyi yöneticiliğin olmazsa olmazı haline gelmiştir (Koenig, Eagly, Mitchell ve Ristikari, 2011; Manor ve Kark, 2011). Bu durumda başarılı bir yönetici olmak isteyen erkekler de söz konusu feminen rol ve normlardan gereksinim duyduklarını kendine adapte etmek durumundadırlar. Bu uyum ve değişimin, kadınların ve erkeklerin profesyonel iş yaşantılarının yanı sıra, rasyonel bir iş ve sorumluluk dağılımı çerçevesinde aile yaşantılarına ve diğer sosyal yaşantılarına da yansması kaçınılmazdır.

Psikolojik İyi Oluş ve Mutluluk

Toplumsal cinsiyet normlarına uyum, motivasyon ve psikolojik iyi oluş ilişkisinin incelendiği bu çalışmada anahtar bir kavram olan iyi oluş denildiğinde akla gelen ilk kavramlar, mutluluk, haz, doyum, refah ve yaşam kalitesidir (Yetim, 2001). Tüm bu kavramlar arasında en yaygın olanı ise mutluluktur. Mutluluk duygusal tonu ağır basan ifadeleri, iyi oluş ise bilişsel, duygusal değerlendirmeleri ve yargılamaları kapsamaktadır.

Psikolojik iyi oluş, odağına, gelişim, büyüme, kendini gerçekleştirme olgularını da katarak, iyi olmanın salt hedonik yanına değil benlik ve sosyal ilişkilerle birlikte

bütünselliğine vurgu yapmaktadır. Mutlu olduğunu ifade eden bir kişinin, psikolojik olarak da iyi olduğu söylenememektedir (Deci ve Ryan, 2008). İyi oluş kavramının karşılığının tamamen mutluluk olamayacağını savunan bilim insanları, literatüre farklı iyi oluş kuramları kazandırmışlardır. Dolayısıyla bu çalışmanın odağında yer alan psikolojik iyi oluş ya da öznel iyi oluş gibi farklı iyi oluş kavramları da birbirlerinden farklı anlamlar ifade etmektedir (Topuz, 2013).

İyi oluş iki farklı gelenek olan hedonia ve eudaimonia üzerinden incelenebilmektedir. Eudaimonizm / psikolojik işlevselcilik, kişinin iyi bir hayat sürüp, potansiyelini gerçekleştirmesi ile ilgilidir (Deci ve Ryan 2008). Eudaimonia daha sabit, daha uzun süren bir hedonik mutluluğa neden olmaktadır. İyi oluş çalışmalarındaki eudamonik gelenek, Aristoteles'in mutluluk felsefesinden filizlenmiştir (Ryan, Huta ve Deci, 2008). Aristoteles'e göre eudaimonia bir his, bir duygu değil, bir karakter tanımıdır. Eudaimonia zihinsel bir durum, olumlu bir his ya da doyumun bilişsel bir değerlendirmesi değil, bir yaşam biçimidir (Deci ve diğerleri, 2008). Aristoteles'in eudaimonia kavramının pek çok ögesi, psikolojik iyi oluş için önemlidir.

Hedonia ise öznel iyi oluş için önem arz etmektedir. Eudaimonia dayanan psikolojik iyi oluş, bireyin kendi öz güçlerini ve yeterliliklerini temel almaktadır. Burada esas kişinin kendi anlam, yeterlilik ve kapasitesinin farkına vararak kendini geliştirmesi ve büyümesidir. Böyle bir yaşamı hedefleyen bireyin yaşadığı sürecin doğal sonucu, iyi oluştur. Öznel iyi oluşta ise odak daha dardır. Odakta, haz, doyum ve öznel mutluluk yer almaktadır. Bireyin, yaşamını bu üç ögeye odaklanarak değerlendirmesi öznel iyi oluştur.

1980'li yıllarda çalışılmaya başlanan Psikolojik İyi Oluş, Ryff (1989) tarafından psikolojik fonksiyonların öznel belirleyicilerinin incelenmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Öz belirleme kuramının kurucularından olan Ryff mutluluğu, sadece iyi hissetmek olarak algılamamanın ötesinde, kendini gerçekleştirmek için, erdeme uygun hareket etme olarak görmektedir (Hefferon ve Boniwell aktaran Topuz 2013). Öz Belirleme Kuramı pozitif psikolojinin bir ilk örneğidir. Bu çalışmanın da üzerine temellendiği bu kurama göre, insanların mutlulukları ve iyi oluşları otonom olarak gerçekleştirdikleri hareketlerden, davranışlardan ve yine otonom bir şekilde belirledikleri yaşam hedeflerinin peşinden gitmelerinden, bağımsız değildir (Chirkov, Richard ve Sheldon, 2011).

Psikolojik iyi oluşun altı bileşeni bulunmaktadır. Bunlar; kendini kabul, olumlu ilişkiler, otonomi, çevre hâkimiyeti, yaşam amacı ve kişisel gelişimdir (Ryff ve Keyes, 1995). Aşağıda bu özellikler kısaca açıklanmaktadır.

1. Kendini Kabul: Bireyin kendi ve yaşamı ile ilgili olumlu ve olumsuz tüm yönleri bilip kabullenmesi ve kendinden hoşnut olmasıdır (Ryff, 1989: 1071).
2. Olumlu İlişkiler: Bireyin diğerleri ile sıcak ve güvenilir ilişkiler kurabilmesidir (Ryff, 1989:1072).
3. Otonomi: Bireyin kendi özgür iradesini kullanabilmesi ve kendi yaşamı ile ilgili kararları kendisinin alabilmesidir (Ryff, 1989: 1071).
4. Çevre hâkimiyeti: Bireyin kendi psikolojik ihtiyaçları doğrultusunda çevresini oluşturması ve onu etkin bir biçimde yönlendirebilmesidir (Ryff, 1989: 1072).
- 5 Yaşam amacı: Bireyin yaşamının bir hedefi ve anlamı olmasıdır (Ryff, 1989: 1072).
- 6 Kişisel gelişim: bireyin önceden ulaştığı hedeflerle yetinmeyip sürekli kendini gerçekleştirmenin ve potansiyelini geliştirmenin peşinde olmasıdır. Kişisel gelişim için birey yeni deneyimlere de açık olmalıdır (Ryff, 1989:1071).

Öz Belirleme Kuramı

Öz Belirleme Kuramının göre aktif bir organizma olan insanın doğuştan getirdiği üç temel psikolojik gereksinimi vardır. Bunlar otonomi, yetkinlik ve ilişkili olmaktır. Bu gereksinimlerin karşılanması iyi oluşun ve eudaimoninin anahtarıdır (Ryan ve Frederick, 1997). Olumsuz davranışlar ise ihtiyaçların engellenmesinin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır.

İlk gereksinim olan yetkinlik bireyin çevresi ile baş edebilecek yetkinliğin kendinde var olduğunu hissedebilmesidir. Birey bu doyumunu istediği etki ve sonuçları elde ettikçe yaşayabilmektedir. İkinci psikolojik ihtiyaç olan ilişkili olma ise içinde yaşadığı topluma kendini ait hissetmesi onlara kendini yakın hissetmesidir (Reis, Sheldon, Gable, Roscoe ve Ryan, 2000). Son psikolojik ihtiyaç ise otonomidir. Otonomi, bireylerin eylemlerini isteyerek başlatması ve gerçekleştirmesidir (Ryan ve Deci, 2000).

Otonomi, Öz Belirleme Kuramında ayrı bir öneme sahiptir. Çünkü üç temel psikolojik ihtiyaç arasında en fazla öneme sahip olan ihtiyaç, otonomi ihtiyacıdır. (Ryan, 1995). Deci ve Ryan'a göre eudaimonia ve otonomi birbirleri ile sıkı sıkıya bağlı iki kavramdır (2008). Öz Belirleme Kuramının belirlediği ve toplumdan topluma, kültürden

kültüre değişmeyen üç temel psikolojik ihtiyaçtan biri olan otonomi psikolojik iyi oluşun olmazsa olmazıdır (Chirkov, Ryan, Kim ve Kaplan, 2003). Kurama göre otonomi, bireyin davranışlarının dışarıdan biri ya da birilerince kontrol edilmemesi ve herhangi bir eyleme zorlanmamasıdır. Otonomi içsel motivasyonla doğrudan ilişkilidir çünkü kişinin eylemlerinin altında yatan sebebin kendi hür iradesi olduğunu hissetmesidir.

Psikolojik olgunluğun göstergesi olarak kabul edilen ve hatta psikoterapinin ulaşmak istediği hedef olarak da tanımlanabilen otonomi, aynı zamanda insanın daha esnek olabilmesini, daha eşitlikçi olabilmesini, mantıklı bir nedensellik çerçevesinde yaşam hedeflerini belirlemesini, kararlarını almasını, ahlaki değerlerini belirlemesini de kapsamaktadır.

Öz Belirleme Kuramı, bilişselliği merkezine koymakta olduğundan, motivasyon kavramı üzerinde de önemle durmaktadır. Kurama göre motivasyonlar, özellikle de yarattıkları sonuçlar bakımından, büyük önem arz etmektedirler (Ryan ve Deci, 2000). Kuram motivasyonları içsel ve dışsal olmak üzere ikiye ayırmaktadır.

Deci ve Ryan'a göre (1985a) içsel motivasyonlarla gerçekleştirilen eylemler herhangi bir zorunluluk veya ödül olmaksızın kişinin gönüllülikle gerçekleştirmek isteyeceği eylemlerdir. Bir başka ifadeyle, birey, gerçekleştireceği eyleme bizzat değer veriyor ve önemli buluyorsa motivasyonu içseldir. Ayrıca motivasyonları içsel olduğunda, bireyler kendilerini hem otonom hissetmekte hem de seçenekleri olduğunu düşünmektedirler (Grolnick, Gurland, DeCoursey ve Jacob, 2002).

Dışsal güdülenme, bir eylemi gerçekleştirirken bir takım dışsal sonuçların elde edilmesi amacını içinde barındırmaktadır (Ryan ve Connell, 1989). Dışsal güdülenmede dış güçlerce bir zorlama söz konusudur. Dışarıdan bir itici güç bireyi harekete geçirmektedir. Bu yüzden bu eylemlere özgürce seçilmiş eylemler denilememektedir.

Bu çalışmanın amacı da erkeklerin psikolojik iyi oluşlarını, içsel ya da dışsal motivasyonlar ile toplumsal cinsiyet normlarına uyum çerçevesinde açıklamaktır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki hipotezler sınanacaktır.

Erkeklerin eğitim düzeyleri arttıkça, psikolojik iyi oluş düzeyleri de artmaktadır.

Erkeklerin eğitim düzeyleri arttıkça, içsel motivasyonlarla feminen normlara uyumları da artmaktadır.

Erkeklerin eğitim düzeyleri arttıkça, dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyumları azalmaktadır.

Erkeklerin dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyumları arttıkça, psikolojik iyi oluş düzeyleri de azalmaktadır.

Erkeklerin içsel motivasyonlarla feminen normlara uyumları arttıkça, psikolojik iyi oluş düzeyleri de artmaktadır.

İçsel motivasyonlarla uyulan toplumsal cinsiyet normları, psikolojik iyi oluşu arttırmaktadır.

Dışsal motivasyonlarla uyulan toplumsal cinsiyet normları, psikolojik iyi oluş düzeyini azaltmaktadır.

YÖNTEM

Örneklem

Araştırmanın örnekleme, Mersin ve İstanbul'da yaşayan 18 yaş ve üstü farklı sosyo-demografik kesimleri temsil eden 253 erkekten oluşmaktadır. Çalışmada, 120'i İstanbul'da yaşayan ve 133'ü Mersin'de yaşayan erkek yer almaktadır. Örneklem seçiminde kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada, çalışmacı tarafından hazırlanan, katılımcıların yaş, eğitim düzeyi, çalışma durumu ve medeni durumlarının sorulduğu kişisel bilgi formu uygulanmıştır.

Toplumsal Cinsiyet Motivasyon Ölçeği (TCMÖ)

Güvenirliliği ve geçerliliği önceden yapılmış olan içsel ve dışsal motivasyon ölçeği (Ryan ve Conell 1989, Vallerand ve Bissonnette, 1992), Sanchez ve Good (2010) tarafından toplumsal cinsiyet normlarına göre uyarlanmıştır. Bu uyarlamada toplumsal cinsiyet rolü normlarının sıcaklık, samimiyet ve etkin, iddialı olma boyutları kullanılmıştır (Good ve Sanchez, 2010). Sıcaklık ve samimiyet tipik bir feminen norm olan toplumsal olma, etkin ve iddialı olma ise tipik bir maskülen norm olan bireysel olma ilgilidir.

Ölçekte toplam 16 madde yer almaktadır. Katılımcılar bu maddelerle ilgili düşüncelerini 1 kesinlikle katılmıyorum; 2 katılmıyorum; 3 kısmen katılmıyorum; 4

kararsızım; 5 kısmen katılıyorum; 6 katılıyorum; 7 kesinlikle katılıyorum şeklindeki 7'li likert tarzı derecelendirme sisteminde işaretleyecekleridir.

Ölçeğin orijinal yapısı İçsel motivasyonlarla feminen normlara uyum, dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum, içsel motivasyonlarla maskülen normlara uyum, dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum şeklinde 4 faktörden oluşmaktadır. Bu faktörlerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları sırasıyla .76, .81, .78 ve .88'dir.

Toplumsal Cinsiyet Motivasyon Ölçeğinin Türkçeye Çevrilme Süreci

Ölçeğin Türkçeye çevrilme sürecinde yeni bir ifade geliştirilmemiş, ölçeğin orijinal biçimine tamamen sadık kalınmıştır. Ölçeğin Türkçeye çevrilmesi iki aşamada gerçekleşmiştir. İlk aşamada ölçek İngilizceden Türkçeye ve daha sonra tekrar Türkçeden İngilizceye çevrilmiştir. İkinci aşamada ise Türkçeleştirilmiş ifadelerin anlaşılabilirliği 40 kişiden oluşan bir kadın grubu ile denenmiştir. Ölçek önce çalışmacı tarafından İngilizceye çevrilmiştir. Daha sonra yine İngiliz dili alanında çalışan dört uzman tarafından tekrar çevrilmiştir. Bu beş çevirideki ortak ifadeler belirlenmiş ve Türkçe taslak hazırlanmıştır. Oluşturulan Türkçe taslak ölçek başka dört diğer uzman tarafından ayrı ayrı tekrar İngilizceye çevrilmiştir. İkinci aşama olan ölçeğin anlaşılabilirliğinin denemesi aşamasında ise ölçeğin Türkçeleştirilmiş hali 40 kadına uygulanmıştır. Ölçeğin anlaşılabilirliğinde herhangi bir sorun olmadığı belirlendikten sonra ölçeğin uygulanması aşamasına geçilmiştir.

TCMÖ'nün Güvenirliğine ve Geçerliğine İlişkin Bulgular

Güvenirlilik Sonuçları

Bu bölümde ilgili alt bölümlerde ölçeğin iç tutarlığına ve test yeniden test güvenirliliğine ilişkin güvenirlilik bulguları ve faktör analizine dayalı açıklayıcı geçerlik bulguları sunulacaktır.

Çalışmanın bu aşamasında, likert tipi ölçeğin ve alt boyutlarının güvenirliliğini belirlemek için kullanılan yollardan biri olan Cronbach Alpha değerlerine bakılmıştır. İç tutarlık için 75 kişilik bir pilot çalışma yapılmıştır. Toplamda 4 alt ölçekten oluşan ölçeğin her bir alt ölçeği ve aldıkları Cronbach Alpha değerler aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Ölçeğin test- tekrar test güvenirliliği çalışmasına 18- 68 yaş arası farklı sosyo-demografik yapılardan 75 kadın katılmıştır. Toplumsal Cinsiyet Motivasyon Ölçeği bu

kadınlara 3 hafta ara ile iki kere uygulanmıştır. Katılanlara yapılan ön test ve son test arasındaki korelasyonlar aşağıda yer almaktadır. Bakınız Tablo 1

Buraya **Tablo 1** gelecektir.

TCMÖ'nün Geçerliğine İlişkin Faktör Analiz Bulguları

Ölçeğin orijinalinde de toplamda 4 faktör bulunmaktadır. Bu faktörler toplam varyansın %70' ini açıklamaktadır. Geçerlik için yaptığımız faktör analizinin sonucunda yine 4 faktör olduğu belirlenmiştir. Maddeler aynı faktörler altında toplanmıştır. Bu faktörler varyansın %73,4'ünü açıklamaktadır. Bakınız Tablo 2.

Buraya **Tablo 2** gelecektir.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Çalışmada Ryff (1986) tarafından geliştirilen ve Cenkseven (2004) tarafından Türkçeye uyarlanan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİOÖ) kullanılmıştır. Ölçek bireyin psikolojik iyi oluş düzeyini kişinin kendisi hakkında verdiği bilgiler yoluyla ölçmektedir. Ryff'in psikolojik iyi oluşun altı boyutu olarak belirlediği kendini kabul, olumlu ilişkiler, otonomi, çevre hâkimiyeti, yaşam amacı ve kişisel gelişim kategorilerinin her birini 14 madde ile ölçmektedir. Toplamda 84 madde yer almaktadır. 6'lı likert bir derecelendirmeye sahip olan PİOÖ'nün her bir alt ölçekte yer alan maddelerin yaklaşık yarısı ters kodlanmaktadır. 321 birey üzerinde yürütülen geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında, ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik kat sayıları otonomi alt ölçeği için .86, çevre hâkimiyeti alt ölçeği için .90, kişisel gelişim alt ölçeği için .87, olumlu ilişkiler alt ölçeği için .91, yaşam amacı alt ölçeği için .90 ve kendini kabul alt ölçeği için .93 olarak bulunmuştur. 117 birey üzerinde altı hafta arayla yapılan çalışmadan elde edilen test tekrar test güvenirlik kat sayıları ise .81 ile .85 arasındadır. Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmalarında alt ölçeklerin korelasyonları; Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğiyle .29'dan (kişisel gelişim) .62'ye (kendini kabul), Yaşam Doyumu Ölçeğiyle .28'den (otonomi) .73'e (kendini kabul), Duygu Denge Ölçeğiyle .25'ten (kişisel gelişim) .62'ye (çevre hâkimiyeti) ve Zung Depresyon Ölçeği'yle-.60'tan (çevre hâkimiyeti)-.33'e (olumlu ilişkiler) sıralandığı görülmüştür (Ryff, 1989). Türkiye'de yapılan bir çalışmada ise iç tutarlılık kat sayıları otonomi için .78, çevre hâkimiyeti için .77, kişisel gelişim için .74, olumlu ilişkiler için .83, yaşam amacı için .76 ve kendini kabul için .79 olarak bulunmuştur. Sekiz hafta arayla yapılan test tekrar test güvenirlik kat sayıları ise .74 ile .84 arasındadır (Cenkseven, 2004).

BULGULAR

Araştırma grubunu oluşturan 253 katılımcıya ait sosyo- demografik değişkenlerin sayısal dağılımları; Bakınız Tablo 3.

Buraya **Tablo 3** gelecektir.

Tablo 4'te Psikolojik iyi oluş Ölçeğinden ve Toplumsal Cinsiyet Motivasyon Ölçeğinin alt boyutlarından alınan puanların ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir.

Buraya **Tablo 4** gelecektir.

Yaş, Eğitim, Psikolojik İyi Oluş, İçsel Motivasyonlarla Feminen Rollere Uyum, Dışsal Motivasyonlarla Feminen Rollere Uyum, İçsel Motivasyonlarla Maskülen Rollere Uyum ve Dışsal Motivasyonlarla Maskülen Rollere Uyum şeklindeki bağımlı ve bağımsız değişkenlerin betimsel istatistikleri ve değişkenler arasındaki korelasyonlar. Bakınız Tablo 5.

Buraya **Tablo 5** gelecektir.

Yapılan korelasyon analizine göre, psikolojik iyi oluş ile içsel motivasyonlarla feminen normlara uyum arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ($r = .36, p < .01$) olduğu görülürken, psikolojik iyi oluş ile dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum ($r = -.27, p < .01$) ve dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum ($r = -.32, p < .01$) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna ek olarak psikolojik iyi oluş ile eğitim durumu ($r = -.33, p < .01$) ve yaş ($r = -.13, p < .05$) değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Analiz sonuçları incelendiğinde bir başka sonuç dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum ve dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum arasında pozitif yönde ve yüksek ($r = .63, p < .01$) bir ilişki görülmektedir. Diğer bir pozitif ilişki, içsel motivasyon ile maskülen normlara uyum ile dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum ($r = .33, p < .01$) arasındadır. İçsel motivasyonlarla feminen normlara uyum ile içsel motivasyonlarla maskülen normlara uyum ($r = .24, p < .01$) ve içsel motivasyonlarla maskülen normlara uyum ile dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır ($r = .20, p < .01$).

Son olarak eğitim durumu ile içsel motivasyonlarla feminen normlara uyum arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki ($r = .28, p < .01$); yine eğitim durumu ile dışsal

motivasyonlarla maskülen normlara uyum ($r = -.19$, $p < .01$) ve dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum ($r = -.28$, $p < .01$) arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki vardır. Bir başka deyişle eğitim durumu artarken, içsel motivasyonlarla feminen normlara uyum artmaktayken, dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum ve dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum azalmaktadır.

Eğitim durumunun, yaşın, çalışma durumunun İçsel Motivasyonlarla Feminen Rollere Uyumun, Dışsal Motivasyonlarla Feminen Rollere Uyumun, İçsel Motivasyonlarla Maskülen Rollere Uyumun ve Dışsal Motivasyonlarla Maskülen Rollere Uyumun Psikolojik İyi Oluşu Yordamasına İlişkin Aşamalı Çoklu Regresyon Analizi. Bakınız Tablo 6

Buraya **Tablo 6** gelecektir.

İlk blokta yaş, medeni durum, eğitim durumu ve çalışma durumu bağımsız değişkenler olarak regresyon denkleminde girilmiştir. Model bu haliyle psikolojik iyi oluş varyansının %8'sini açıklamaktadır. Bu blokta psikolojik iyi oluş varyansı üzerinde anlamlı yordamada bulunan değişkenler eğitim durumu ve yaştır. Eğitim durumu açıklanan varyansın %24'ünü yordamaktadır. Buna göre bireylerin eğitim durumları arttıkça psikolojik iyi oluşları da artmaktadır. Yaş değişkeni açıklanan varyansın %13'ünden sorumludur. Yaşa paralel olarak psikolojik iyi oluş da artmaktadır.

İkinci blokta yaş, medeni durum, eğitim durumu ve çalışma durumu bağımsız değişkenlerine ek olarak içsel motivasyonlarla feminen normlara uyum, dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum, içsel motivasyonlarla maskülen normlara uyum ve dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum modele dâhil edilmiştir. Tüm değişkenler bir arada psikolojik iyi oluş varyansının %18'ini açıklamaktadır. Bu blokta yaş, eğitim durumu, içsel motivasyonlarla feminen normlara uyum, dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum, içsel motivasyonlarla maskülen normlara uyum ve dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum açıklanan toplam varyansa anlamlı düzeyde katkıda bulunmuşlardır. Eğitim açıklanan varyansın %24'ünü, yaş %10'unu içsel motivasyonlarla feminen normlara uyum %24'ünü dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum %12'sini içsel motivasyonlarla maskülen normlara uyum %14'ünü ve dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum %16'sını anlamlı düzeyde yordamıştır.

TARTIŞMA

Erkeklerin psikolojik iyi oluşlarını toplumsal cinsiyet normları ve motivasyon türleri değişkenleri yardımıyla açıklamayı hedefleyen bu çalışmada beklenen yönde sonuçlar elde edilmiştir. Çalışmanın problemiği ve amaçları doğrultusunda ele alınan sorulara açık ve net yanıtlar elde edilmiştir. Bu çerçevede, beklentiler büyük ölçüde gerçekleşmiştir. Aşağıda hipotezler ve onlarla ilgili olarak elde edilen sonuçlar yer almaktadır.

- Erkeklerin eğitim düzeyleri arttıkça, psikolojik iyi oluş düzeyleri de artmaktadır.

Araştırmalara göre eğitim seviyesi yüksek bireyler, daha fazla iyimserlik, özgüven, özsaygı ve özyeterlilik duygularına sahiptirler. Özyeterlilik duygusu, Öz Belirleme Kuramının, psikolojik iyi oluş için belirlediği üç temel gereksinimden biri olan yetkinlik duygusuna karşılık gelmektedir. Daha yetkin hisseden bireylerin, daha yüksek düzeyde psikolojik iyi oluşları vardır. Ayrıca yüksek eğitim seviyelerine sahip bireylerin özellikle de evlilik gibi toplumsal ilişkilerde daha istikrarlı oldukları, daha az stres bozuklukları yaşadıkları da yapılan geniş çaplı çalışmalarla tespit edilmiştir (Sabates, Hammond, 2008). Diener, Suh ve Lucas'a (1999) göre ise, eğitim, kişilerin çevrelerine daha kolay uyum sağlamalarına neden olduğu için ve onlara amaçları doğrultusunda ilerleme şansı verdiği için iyi oluşu arttırmaktadır. Oswald ve Powdthavee 'nin (2007) çalışmaları, daha yüksek eğitim seviyelerine sahip bireylerin, daha fazla yaşam doyumu hissettiklerini göstermektedir. Gerdtham ve Johannesson'da (2001) çalışmalarında, eğitim ve mutluluğun olumlu ilişkisini ortaya koymaktadırlar.

Daha iyi bir eğitim daha iyi maddi imkânlar olasılığını da beraberinde getirmektedir. İşinden, gelirinden, aile ve sosyal hayatından ve en çok da kendinden memnun olan bireyler, daha yüksek psikolojik iyi oluş düzeylerine sahiptirler.

- Erkeklerin eğitim düzeyleri arttıkça, içsel motivasyonlarla feminen normlara uyumları da artmaktadır.

Araştırmalara göre daha yüksek seviyede eğitim almış erkeklerin, toplumsal cinsiyet konusundaki tutumları, daha az seviyede eğitim almış erkeklere göre daha eşitlikçidir. Yüksek eğitim düzeylerine ulaşmış erkekler, daha eşitlikçi politikaları desteklemekte ve feminenlikle ilişkilendirilen bakım temelli işlerde daha fazla yer

almaktadırlar. Ayrıca toplumsal cinsiyet normları eşitliğine yönelik, okullarda ve diğer kurumlarda yürütülen çalışmaların, önemli değişimlere olanak sağladığı, erkeklerin gözle görülür değişimler, ilerlemeler kaydettiği pek çok ülkede gözlemlenmektedir (Engaging Men, Changing Gender Norms: Directions for Gender-Transformative Action, 2016).

- Erkeklerin eğitim düzeyleri arttıkça, dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyumları azalmaktadır.

Daha önce de ifade edildiği üzere, araştırmalar, eğitim seviyesi yüksek bireylerin, daha fazla iyimserlik, özgüven, özsaygı ve özyeterlilik duygularına sahip olduklarını göstermektedir. Özsaygısı, özgüveni, yetkinlik hissi yüksek olan bireylerin motivasyonlarının altında, dışsal motivasyonlardan çok içsel motivasyonlar yatmaktadır.

Ayrıca son yıllarda toplumsal cinsiyet eşitliği konusu, eğitimin pek çok kademesindeki müfredatlarda da kendine yer bulduğu için, eğitilmiş bireyler, toplumsal cinsiyet eşitliği konusunda daha duyarlı olabilmektedirler. Toplumsal cinsiyet eşitliği bilincine eğitim yoluyla sahip olan erkekler, adaletsiz norm uyumuna yönelik baskılara sağlam bir zemine basarak direnç gösterebilmektedirler.

- Erkeklerin, dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyumları arttıkça, psikolojik iyi oluş düzeyleri de azalmaktadır.

Yüksek düzeyde dışsal amacın, düşük düzeyde iyi oluşu beraberinde getirdiğini ifade eden Öz Belirleme Kuramını doğrulayan sonuçlar elde edilen bu çalışmada, kendi cinsiyet normlarına bile dışsal motivasyonlarla uyum göstermenin bireyin iyi oluş düzeyini azalttığı görülmektedir. Öz Belirleme Kuramına göre (Deci ve Ryan, 1985a) üç temel psikolojik ihtiyaçtan biri olan otonomi ihtiyacını baltalayarak, iyi oluş düzeyini azaltan, dışsal baskılar, konu bir erkeğin kendi toplumsal cinsiyet normlarına uyması olduğunda bile, erkeğin psikolojik iyi oluşunu azaltmaktadır. Ayrıca toplumsal cinsiyet normları konusunda esnek ve eşitlikçi olan erkeklerin, esnek ve eşitlikçi olmayan erkeklere göre daha tatmin edici ilişkileri ve evlilikleri vardır (Lahn, 2015). Bu durumda, toplumsal cinsiyet normları konusunda esnek ve eşitlikçi olan erkekler, psikolojik iyi oluşun üç sacayağından biri olan ilişkili olma duygusuna da esnek ve eşitlikçi olmayan erkeklere göre, daha fazla sahip olabilmektedirler. Engaging Men, Changing Gender Norms: Directions for Gender-Transformative Action, 2016).

- Erkeklerin, içsel motivasyonlarla feminen normlara uyumları arttıkça, psikolojik iyi oluş düzeyleri de artmaktadır.

Türkiye, karşılıklı duygusal bağlılık temeline dayanan aile modellerinin baskın olduğu toplulukçu bir kültürdür (Batja, 2001). Toplulukçuluk ise feminen özelliklerin temelini oluşturmaktadır. Bireyci kültürler, bireyin bağımsızlığını desteklerken onun içsel yaşantılarına odaklanır, duyguların ifade etmesini, rekabet etmesini, farklı olmasını desteklemektedirler. Bireyci kültürlerin özellikleri, tipik maskülen özelliklerdir (Eagly ve Karau, 2002). Türk erkeklerinin içsel motivasyonlarla feminen normlara uymalarının psikolojik iyi oluşlarını arttırmasının altında yatan önemli bir sebep de ülkenin bu toplulukçu kültürel yapısıdır. İçinde yaşanılan toplumla bütünleşebilmek de üç temel ihtiyaçtan bir diğeri olan ilişkisellik (relatedness) ihtiyacını beslediği için, ülkemizin toplulukçu yapısı ile uyum içerisinde olmak, erkeklerin psikolojik iyi oluşlarını olumlu yönde etkilemektedir. Aidiyet hissini, çevre ile bağlantılı olmayı, samimiyeti ve desteği deneyimleyebilmenin, toplulukçu bir kültürde en pratik yolu, toplulukçu normları benimsemektir. Bu normlar da feminen normlarla örtüşmektedir.

Otonomiye deneyimlemek, bir diğeri ifadeyle, bireylerin seçim duygusunu yaşamaları, temel psikolojik ihtiyaçlardan beklide en önemlisi olan otonomi ihtiyaçlarını doyumalarını sağlamaktadır (Deci ve Ryan, 1985b; Williams, Frankel, Campbell ve Deci, 2000; Deci, Ryan, Gagne, Lronr, Usunov ve Kornazheva, 2001). İçsel ve dışsal yaşam amaçları ile ihtiyaç doyumunun, iyi oluşu anlamlı bir şekilde yordadığı daha önce ifade edilmişti. İçsel amaçlar ve ihtiyaç doyumunu da iyi oluş ile olumlu yönde ilişkilidir. Yüksek düzeyde dışsal amaç, düşük düzeyde iyi oluş ile ilişkilidir. Bu durumda içsel bir motivasyonla feminen normlara uyum sağlayan bireyin psikolojik iyi oluşunun artması da otonomi duygusunun beslenmesi bağlamında beklentiler dâhilindedir.

- İçsel motivasyonlarla uyulan toplumsal cinsiyet normları, psikolojik iyi oluşu arttırmaktadır.

Otonom birey, yani kendi kararlarını alan birey, kendi hayatının senaristidir. Kendi hayatı üzerinde tam bir kontrole sahiptir. İçsel motivasyonlar söz konusu olduğunda, kontrol tamamen kendisindedir. Dışsal motivasyonlar söz konusu olduğunda ise ipler çevrenin elindedir. Kişi eylemlerini isteyerek kendisi seçiyorsa, kendi hareketlerinin de belirleyicisidir ve o kişi otonomdur. Otonomi, psikolojik iyi oluşu etkileyen üç etmenden en önemlisi olduğundan, bireylerin toplumsal cinsiyet normlarına içsel motivasyonlarla yani tamamen kendi özgür iradeleri ile herhangi bir yaptırım ya da kazanç söz konusu

olmadan uymaları sadece erkeklerin değil, tüm bireylerin psikolojik iyi oluşları ile olumlu ilişkilidir.

- Dışsal motivasyonlarla uyulan toplumsal cinsiyet normlarına uyum, psikolojik iyi oluş düzeyini azaltmaktadır.

Öz Belirleme Kuramındaki temel psikolojik ihtiyaçlar otonomi, yetkinlik ve ilişkili olmaktır. Kurama göre bu ihtiyaçların doyurulması, bireylerin büyümeleri, bütünleşmeleri, gelişimleri, ruh sağlıkları ve iyi oluşları için gereklidir (Ryan ve Deci, 2000; Andersen, 2000). Olumlu bir durumu elde edebilmek için, endişeden suçluluktan ya da başka olumsuz durumlardan kaçınmak için, gerçekleştirilen eylemlerin temelinde dışsal motivasyonlar yer almaktadır.

Kişi eylemleri kontrol edildiğini ya da bir eylemi gerçekleştirmeye zorlandığını hissederek gerçekleştiriyorsa, otonominin olmadığı bir durum söz konusu olmaktadır. Dışsal motivasyonlarla gerçekleştirilmiş eylemler, doğaları gereği araçsaldırlar. Bu eylemler, içsel motivasyonlarla gerçekleştirilen eylemlerin aksine, bizzat o aktiviteyi gerçekleştirmenin verdiği tatmini bireye yaşatamamaktadırlar. Kişi kendini özgür hissetmemektedir. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlara göre de gerçekleştirilen eylemlerde otonomi duygusunu deneyimleyememek, söz konusu eylem kendi cinsiyet normlarına uymakla ilgili bile olsa, bireylerin psikolojik iyi oluşları ile olumsuz bir ilişki oluşturmaktadır.

SONUÇ

Bu çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre, erkeklerin psikolojik iyi oluşları, eğitim düzeyleri ve içsel motivasyonlarla feminen normlara uyumları arasında olumlu bir ilişki bulunmaktadır. Dışsal motivasyonlarla toplumsal cinsiyet normlarına uyumları ve psikolojik iyi oluşları arasında ise negatif bir ilişki söz konusudur. Erkeklerin eğitim düzeyleri arttıkça, dışsal motivasyonlarla toplumsal cinsiyet normlarına uyumları azalmaktadır. Ayrıca eğitim düzeyleri arttıkça, içsel motivasyonlarla feminen toplumsal cinsiyet normlarına uyumları artmaktadır. Bu sonuçlar erkeklerde daha eşitlikçi toplumsal cinsiyet rollerine doğru gidişin olduğunu göstermektedir. Bu gelişmede ana itici güç eğitimidir.

KAYNAKÇA

- [1]. Akerlof, George A. (1976). The economics of caste and of the rat race and other woeful tales. *The Quarterly Journal of Economics*, 90(4) 599–617.
- [2]. Andersen, S. (2000). Fundamental human needs: making social cognition relevant. *Psychological Inquiry*, 11(4), 269-276.
- [3]. Badgett, M. V. ve Folbre, N (2008). Assigning care: gender norms and economic outcomes. *International LabourReview*, 138(3), 311-326.
- [4]. Batia, M. (2001). Emotions in collectivist and individualist contexts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(1), 68-74.
- [5]. Berke, S. D., Sloan, C. A, Parrott, D. ve Zeichner, A. (2012). Effects of female gender role and gender norm conformity aggression in men: Does positive masculinity reduce the risk? *Psychology of Men & Masculinity*, 13(4) 367–378.
- [6]. Blackstone, A. (2009). Sex versus gender categorization. *Encyclopedia of Gender and Society* içinde (Cilt 2, s. 786). California: Sage Publications.
- [7]. Butler, J. (2010). *Cinsiyet belası*. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- [8]. Cenkseven, F. (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana.
- [9]. Chirkov I. V., Richard M. R., Kim, Y. ve Kaplan, U. (2003). Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 97-110.
- [10]. Chirkov I. V., Richard M. R. ve Sheldon, M. K. (2011). *Introduction: The Struggle for Happiness and Autonomy in Cultural and Personal Contexts*: Valery.
- [11]. Cialdini, R. B. ve Trost, M. R. (1999). Social influence: Social norms, conformity, and compliance. D. Gilbert, S. Fiske ve G. Lindzey (Ed.), *The handbook of social psychology*, Vol. 2 içinde (s. 151–192). Boston: McGraw-Hill.
- [12]. Corrado, C. (2009). Sex versus gender categorization. *Encyclopedia of Gender and Society* içinde (Cilt 1, ss356). California: Sage Publications.
- [13]. Deci, E. ve Ryan, R. (1985a). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.

- [14]. Deci, E. ve Ryan, R. (1985b). The general causality orientations scale: self determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134.
- [15]. Deci, E. ve Ryan, R. M. (1987) The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1024-1037.
- [16]. Deci, E. ve Ryan R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1–11.
- [17]. Deci, E. ve Ryan, R. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: human needs and the self determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-269.
- [18]. Deci, E., Ryan, R., Gagne, M, Lronr, D., Usunov, J. ve Kornazheva, B. (2001). Need satisfaction, motivation and well-being in the work organizations of a former esatern bloc country: a cross-cultural study of self-determination. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27 (8), 930-942.
- [19]. Diener, E., Suh, E. ve Lucas, E. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- [20]. Direk, Z. (2012). Queer kuram ve cinsiyet farklılığı. C. Çakırlar ve S.Delice (Ed.), *Cinsellik muamması Türkiye’de Queer kültür ve muhalefet* içinde (s. 72-92). İstanbul: Metis Yayınevi. 1. Baskı.
- [21]. Eagly, A. H. ve Karau, S. J. (2002) Role congruity theory of orejudice towards female leaders. *Psychological Review*, 109,573-598. Doi:10.1037/0033-295X.109.3.573
- [22]. Engaging Men, Changing Gender Norms: Directions for Gender-Transformative Action. Erişim tarihi: 10 Mayıs 2016,
<https://www.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/Advocacy%20Brief-%20Gender%20Norms-1.pdf>
- [23]. García-Ael, C., Cuadrado G. I. ve Molero, F. (2013). Think manager- think male in adolescents and its relation to sexism and emotions in leadership. *The Spanish Journal of Psychology*, 16, 1-11.
- [24]. Gauthier, A. H. (1998). *The state and the family: a comparative analysis of family policies in industrialized countries*. Oxford: Oxford University Press.
- [25]. Gerdtham, U.G. ve Johannesson, M. (2001). The relationship between happiness, health, and socio-economic factors: results based on Swedish microdata. *Journal of Socio-Economics*, 30(6), 553-557.

- [26]. Good, J. J. (2008). *Reconciling the costs and benefits of gender conformity: The role of motivation*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Graduate School-New Brunswick Rutgers, New Jersey.
- [27]. Good, J. J. ve Sanchez, D. T. (2010). Doing gender for different reasons: why gender conformity positively and negatively predicts self-esteem. *Psychology Of Women Quarterly*, 34, 203-214.
- [28]. Grolnick, W. S., Gurland, S. T., Decourcey, W. ve Jacob, K. (2002). Antecedents and Consequences of mothers' autonomy support: An experimental Investigation. *American Psychological Association*, 38(1),143-155.
- [29]. Kimmel, M. (2011). *The gendered society*. New York: Oxford University Press.
- [30]. Koenig, M. A., Eagly, A., Mitchell, A. ve Ristikari, T. (2011). Are leader stereotypes masculine? a meta-analysis of three research paradigms. *Psychological Bulletin*, 137, 616-42.
- [31]. Kogut, D., Langley, T. ve O'Neal, E. C. (1992). Gender role masculinity and angry aggression in women. *Sex Roles*, 26, 355–368.
- [32]. Kutlu, E. (2012). Normlarla belirlenmiş olmamak: toplumsal cinsiyet permütasyonları. *Kaos GL Dergisi*, 126.
- [33]. Lahn, A., L. (2015). Gender equality gives men better lives. *Science Nordic*. <http://sciencenordic.com/gender-equality-gives-men-better-lives>
- [34]. Levant, R. F. (2004). Gender- role strain. *Men and masculinities, A social, cultural and historical encyclopedia* içinde (Cilt 1, s. 351-353). California: Abc-Clio,Inc.
- [35]. Mahalik, J. R., Locke, B., Ludlow, L., Diemer, M., Scott, R. P. J. ve Gottfried, M. (2003). Development of the conformity to feminine norms inventory. *Psychology of Men and Masculinity*, 4(1), 3-25.
- [36]. Manor, W. ve Kark, R. (2011). *Women in Management in Israel*. Women in Management Worldwide Progress. İçinde 279-299.
- [37]. McKelvey, D. K. (2012). *Identity discrepancy, male role norms, and mental and physical health*. (Doktora tezi) East Tennessee State University Department of Psychology, Tennessee.
- [38]. McLaren, M., A. (2002). *Feminism, Foucault, and embodied subjectivity*. Albany: State University of New York Press.

- [39]. Oswald, A. ve Powdthavee, N. (2007). *Death, Happiness, and the Calculation of Compensatory Damages*. IZA Discussion Paper 3159. Germany: Institute for the Study of Labor.
- [40]. Özmen, H. İ. (2009). *Liderlik davranışını etkileyen toplumsal normların analizi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, Isparta.
- [41]. Parrott, D. J. ve Zeichner, A. (2003). Effects of hypermasculinity on physical aggression against women. *Psychology of Men & Masculinity*, 4, 70–78.
- [42]. Ramet, S. P. (1996). *Gender Reversals And Gender Cultures-An Introduction*. Ed. S. P. Ramet. Gender Reversals And Gender Cultures. London and New York: Routledge.
- [43]. Reidy, D., Shirk, S., Sloan, C. ve Zeichner, A. (2009). Men who aggress against women: effects of feminine gender role violation on physical aggression in hypermasculine men. *Psychology of Men & Masculinity*. 10. 1-12.
- [44]. Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable S. L. ve Ryan R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 419-435.
- [45]. Ryan, R.M. ve Deci, E. (2000). Self – determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well- being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- [46]. Ryan, R. M. ve Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 749-761.
- [47]. Ryan, R. M. ve Frederick, C. M. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529-565.
- [48]. Richardson, D. ve Hammock, G. S. (2007). Social context of human aggression: Are we paying too much attention to gender? *Aggression and Violent Behavior*, 12, 417– 426.
- [49]. Ryan, R. M., Huta, V. ve Deci, E. (2008). Living well: a self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 139-170.
- [50]. Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality And Social Psychology*, 57, 1071-1072.

- [51]. Ryff, C., D. ve Keyes, M., L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- [52]. Sanchez, D. T., Crocker, J. ve Boike K. R. (2005). Doing gender in the bedroom: Investing in gender norms and the sexual experience. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 1445-1455.
- [53]. Sabates, R. ve Hammond, C. (2008). The Impact of Lifelong Learning on Happiness and Well-Being. Erişim Tarihi: 15 Mayıs 2016, <http://www.learningandwork.org.uk/lifelonglearninginquiry/docs/Ricardo-Wellbeing-evidence.pdf?redirectedfrom=niace>
- [54]. Sarıtaş, E. (2013). Toplumsal norm ve ceza yaptırımının doğası üzerine. *İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Mecmuası*, 71, 1051-1108.
- [55]. Schutte, O. (1997). A critique of normative heterosexuality: identity, embodiment, and sexual difference in Beauvoir and Irigaray. *Hypatia*, 12, 40-62.
- [56]. Topuz, C. (2013). *Üniversite öğrencilerinde özgeciliğın öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.
- [57]. Uzun, Gizem, (2004), *Kadın yöneticileri motive ve demotive eden faktörlerin tespitine yönelik bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- [58]. Wallerand, R. J. ve Bisonette, R. (1992). Intrinsic, extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior: a prospective study. *International Journal of Psychology*, 60(3), 599-620.
- [59]. Williams, G., Frankel, B., Campbell, D. ve Deci, E. (2000). Research on relationship-centered care and healthcare outcomes from the Rochester biopsychosocial program: a self-determination theory integration. *The Journal of Collaborative Family Healthcare*, 18(1), 79-91.
- [60]. Williams, J. E., Satterwhite, R. C. ve Best, D. L. (1999). Pancultural gender stereotypes revisited: the five factor model. *Sex Roles*, 40, 513-525.
- [61]. Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan bireye mutluluk resimleri*. Bağlam Yayınları: Ankara.

EKLER

Ek 1. Demografik Bilgi Formu



MERSİN ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Açıklama: Bu çalışma genel akademik sonuçları hedeflemektedir. Dolayısıyla kişilerin mahrem bilgilerini hedeflememektedir. Ad, kimlik bilgisi veya adres istenmemektedir. Aşağıda sunulan ifadelerin doğruluğu ve yanlışlığı tamamen size göredir. Doğru veya yanlış cevap yoktur. Her bir ifadeyi kendi bakış açınıza göre değerlendirip, ifadelere katılıp katılmadığınızı ifadelerin sağında yer alan değerlendirme sistemine göre belirtiniz. Lütfen boş ifade bırakmayıp tüm ifadeleri yanıtlayınız. Tamamladığınızda zarfa koyup, yapıştırarak teslim ediniz. Teşekkürler.

Yaşınız: 18-27 28-37 38-47 48-57 58-67 67 ve üstü

Medeni durumunuz: Evli Bekar Dul Boşanmış

Öğrenim Durumunuz: Okur yazar İlkokul Orta okul Lise Lisans Lisans üstü

Çalışıyor musunuz? : Evet Hayır

Ek 2. TCMÖ

		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1	Başkaları ile ilişkili olmaktan ve onlarla ilgilenmekten hoşlanırım.							
2	Diğerlerine karşı sıcak davranmak beni mutlu eder.							
3	Başkalarına karşı duyarlı olmak benim için önemlidir.							
4	Başkalarına karşı bencilce ve düşüncesizce davranmamaya önem veririm							
5	İnsanların beni sevmelerini istediğim için başkaları ile ilgilenirim.							
6	Genellikle diğer insanların beni kabul etmesini ve onaylamasını istediğim için başkalarına karşı sıcak davranırım.							
7	Genellikle diğer insanlar benden bunu bekledikleri için başkalarına karşı duyarlı davranırım.							
8	Diğer insanlar öyle olmam gerektiğini düşündükleri için başkalarına karşı ilgili davranırım.							
9	İddialı olmayı severim.							

10	Baskın ve iddialı olmaktan keyif alırım.							
11	İddialı olmak benim için önemlidir.							
12	Diğerleri ile olan ilişkilerimde pasif olmamak benim için önemlidir.							
13	Kendine güvenli ve iddialı davranırım çünkü diğerlerinin benden hoşlanmasını isterim.							
14	Genellikle diğer insanların beni kabul etmesini ve onaylamasını istediğim için özgüvenli davranırım.							
15	Genellikle diğer insanlar benden bunu bekledikleri için kendime güvenli ve iddialı davranırım.							
16	Diğer insanlar öyle olmam gerektiğini düşündükleri için özgüvenli ve iddialı davranırım.							

Ek 3. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Aşağıda kendiniz ve yaşamınız hakkında hissettiklerinizle ilgili bir dizi ifade yer almaktadır. Lütfen doğru veya yanlış cevap olmadığını unutmayınız.

Her bir cümleye katılma ya da katılmama durumunuzu en iyi şekilde gösteren numarayı işaretleyiniz.	Hiç katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Çok az katılmıyorum	Çok az katılıyorum	Biraz katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1. İnsanların çoğu beni sevgi dolu ve şefkatli biri olarak görür.						
2. Bazen etrafımdaki insanlara daha fazla benzemek için düşünce ve davranış tarzımı değiştiririm.						
3. Genellikle yaşadığım durumlardan sorumlu olduğumu hissederim.						
4. Ufkumu genişletecek aktivitelerle ilgilenmiyorum.						
5. Geçmişte yaptıklarımı ve gelecekte yapacaklarımı düşündüğümde kendimi iyi hissederim.						
6. Yaşamımı gözden geçirdiğimde, yaşamımdaki olayların sonuçlanış şeklinden memnunluk duyarım.						
7. Yakın arkadaşlıkları devam ettirmek benim için zor ve başarısızlıkla sonuçlanan bir süreçtir.						
8. Birçok insanın görüşlerinin tersi olduğu zaman bile görüşlerimi ifade etmekten korkmam.						
9. Günlük yaşamın talepleri karşısında genellikle kendimi mutsuz hissederim.						
10. Genellikle her geçen gün kendimle ilgili daha fazla şey öğrendiğimi hissediyorum.						
11. İçinde bulunduğum günü yaşarım ve geleceği gerçekten düşünmem.						
12. Genellikle kendimi güvenli ve olumlu hissederim.						
13. Sorunlarımı paylaşabileceğim az sayıda yakın arkadaşım olmasından dolayı çoğunlukla kendimi yalnız hissederim.						

14. Kararlarım genellikle başkalarının kararlarından etkilenmez.						
15. Etrafımdaki insanlarla ve içinde bulunduğum toplumla çok uyumlu değilimdir.						
16. Yeni şeyleri denemekten hoşlanan biriyim.						
17. Gelecek bana hemen hemen her zaman problemler getireceğinden içinde yaşadığım ana odaklanmayı tercih ederim.						
18. Tanıdığım birçok kişinin yaşamdan benim elde ettiğimden daha çok şey elde ettiğini hissedirim.						
19. Aile üyeleri ya da arkadaşlarla kişisel ve karşılıklı konuşmalar yapmaktan hoşlanırım.						
20. Diğer insanların benimle ilgili düşünceleri hakkında endişe duyarım.						
21. Günlük yaşamımdaki sorumlulukların çoğunun üstesinden gelmekte oldukça başarılıyım.						
22. Yaptığım şeylerde yeni yolları denemeyi istemem. Yaşamım bu şekilde güzeldir.						
23. Yaşamımın yönünü ve amacını belirledim.						
24. Fırsat olursa kendimle ilgili değiştirmeyi düşündüğüm birçok şey var.						
25. Yakın arkadaşlarım problemleri hakkında benimle konuştuklarında iyi bir dinleyici olmak benim için önemlidir.						
26. Benim için kendi mutluluğum başkalarının beni onaylayıp onaylamamasından daha önemlidir.						
27. Sık sık sorumluluklarımın altında ezildiğimi hissedirim.						
28. Kendim ve yaşam hakkındaki düşüncelerime meydan okuyan yeni deneyimler yaşamının önemli olduğunu düşünürüm.						
29. Günlük etkinliklerim bana sık sık dikkate değmez ve önemsiz gibi görünür.						
30. Kişiliğimin pek çok yönünden hoşlanırım.						

31. Konuşmaya ihtiyacım olduğunda çevremde beni dinlemek isteyen çok insan yoktur.						
32. Güçlü fikirleri olan insanlardan etkilenmeye yatkınım.						
33. Yaşadığım durumdan mutsuz olsaydım, onu değiştirmek için etkili önlemler alırdım.						
34. Bir birey olarak yıllardır gerçekten ilerleme kaydetmediğimi düşünüyorum.						
35. Yaşamda başarmaya çalıştığım şeylerle ilgili olarak akılcı davranma yetisine sahip değilim.						
36. Geçmişte bazı hatalar yaptım, ancak her şeyin olabilecek en iyi şekilde sonuçlandığını düşünüyorum.						
37. Arkadaşlıklarımın çok şey öğrendiğimi düşünüyorum.						
38. İnsanlar bana yapmak istemediğim şeyleri nadiren yaptırabilirler.						
39. Bireysel ve mali işlerimi yürütmede genellikle başarılıyım.						
40. Bence insan her yaşta olgunlaşmaya ve gelişmeye devam edebilir.						
41. Eskiden kendim için amaçlar koyardım, fakat şimdi bu zaman kaybı gibi görünüyor.						
42. Birçok yönden yaşamımdaki kazançlarıma ilişkin hayal kırıklığı hissediyorum.						
43. Diğer insanların çoğunun benden daha fazla arkadaşı olduğunu düşünüyorum.						
44. Benim için başkalarıyla uyum sağlamak ilkelerimle tek başına ayakta durmaktan daha önemlidir.						
45. Hergün yapmak zorunda olduğum şeylere yetişememek bende gerginlik yaratır.						
46. Zamanla, beni daha güçlü ve yetenekli kılan bir yaşam anlayışına sahip oldum.						
47. Gelecek için planlar yapmaktan ve onları gerçekleştirmeye çalışmaktan hoşlanırım.						
48. Birçok açıdan kim olduğumla ve sürdürdüğüm yaşamla gurur duyuyorum.						

49. İnsanlar beni zamanını başkalarıyla paylaşmada istekli, verici bir kişi olarak tanımlarlar.						
50. Genel fikirlere ters düşse bile kendi görüşlerime güvenirim.						
51. Yapılması gerekenleri yapabilmek için zamanımı planlama konusunda başarılıyım.						
52. Zamanla bir birey olarak çok geliştiğimi düşünüyorum.						
53. Kendim için yaptığım planları gerçekleştirmede etkinimdir.						
54. Birçok insanın yaşam biçimine imrenirim.						
55. Başkalarıyla çok sıcak ve güvenli ilişkilerim olmadı.						
56. Tartışmalı konularla ilgili düşüncelerimi ifade etmek benim için güçtür.						
57. Günlük yaşamım hareketlidir, fakat herşeye yetişmek bana mutluluk verir.						
58. Daha önceden alıştığım tarzdan farklı olan ve değişmemi gerektiren yeni durumlarda bulunmaktan hoşlanmam.						
59. Bazı insanlar yaşamları boyunca amaçsız gezinirler, fakat ben onlardan biri değilim.						
60. Kendime ilişkin düşüncelerim muhtemelen çoğu insanın kendisi hakkında hissettiği kadar olumlu değildir.						
61. Arkadaşlıklar konusunda kendimi genellikle dışardan bakan birisiymiş gibi hissederim.						
62. Eğer ailem veya arkadaşlarım kararlarım katılmıyorsa genellikle fikrimi değiştiririm.						
63. Günlük yaşam aktivitelerimi planlamayı denediğim zaman hüsrana uğrarım, çünkü yapmayı tasarladığım şeyleri asla tamamlayamam.						
64. Benim için yaşam devam eden bir öğrenme, değişme ve büyüme sürecidir.						
65. Bazen kendimi yaşamda yapılabilecek her şeyi yapmış gibi hissederim.						
66. Çoğu sabah, yaşam tarzım konusunda umutsuzluk duygusuyla uyanırım.						
67. Arkadaşlarıma güvenebileceğimi biliyorum, onlar da bana güvenebileceklerini bilirler.						
68. Belirli bir biçimde düşünmemi veya davranmamı gerektirecek sosyal baskılara boyun eğen biri değilim.						

69. İhtiyacım olan etkinlik ve ilişkileri bulma çabalarım da oldukça başarılıyım.						
70. Yıllar geçtikçe görüşlerimin nasıl değiştiğini ve olgunlaştığını görmekten hoşlanırım.						
71. Yaşamdaki amaçlarım benim için hayal kırıklığı yaratmaktan çok doyum kaynağı olmuştur.						
72. Geçmişim iniş çıkışlarla doludur, fakat genellikle geçmişimi değiştirmeyi istemem.						
73. Başkalarıyla konuşurken onlara gerçekten açılmakta zorlanırım.						
74. Yaşamımda yaptığım seçimlerin başkaları tarafından nasıl değerlendirildiğini önemserim.						
75. Yaşamımı beni tatmin edecek biçimde düzenlemekte zorlanırım.						
76. Yaşamımda büyük gelişmeler ya da değişiklikler yapmayı denemekten uzun zaman önce vazgeçtim.						
77. Yaşamda neyi başardığımı düşünmeyi doyum verici bulurum.						
78. Kendimi arkadaşlarım ve tanıdıklarım ile karşılaştırdığımda kim olduğumla ilgili olarak kendimi iyi hissederim.						
79. Ben ve arkadaşlarım sorunlarımızı birbirimizle paylaşıyoruz.						
80. Kendimi başkalarının önem verdiği değerlerle değil, kendi önem verdiğim şeylerle değerlendiririm.						
81. Zevklerime uygun bir ev ve yaşam tarzı oluşturabildim.						
82. Bence “Yaşlı bir köpeğe yeni numaralar öğretilemez” özdeyişi doğrudur.						
83. Bir sonuç değerlendirmesi yaptığımda, yaşamımda çok fazla kazançlarım olduğundan emin değilim.						
84. Herkesin zayıf olduğu yönler vardır, fakat benim payıma daha fazlası düşmüş gibi görünüyor.						

TABLolar

Tablo 1. Ölçek Maddelerinin İç Tutarlılık Kat Sayıları, Test Tekrar Test Güvenirlik Katsayısı, Ortalama ve Standart Sapmalar

Madde No	Cronbach Alfa	Madde atıldığında	Test tekrar test	Ort.	SS
İçsel Motivasyonlarla Feminin Normlara Uyum	.84		.88		
1		.80		5.18	1.69
2		.75		5.42	1.44
3		.76		5.69	1.39
4		.87		5.86	1.50
Dışsal Motivasyonlarla Feminin Normlara Uyum	.88		.89		
5		.88		3.04	1.74
6		.81		2.94	1.65
7		.82		3.08	1.70
8		.86		2.81	1.66
İçsel Motivasyonlarla Maskülen Normlara Uyum	.85		.97		
9		.78		5.01	1.84
10		.74		4.88	1.97
11		.74		4.69	1.96
12		.93		5.14	1.74
Dışsal Motivasyonlarla Maskülen Normlara Uyum	.88		.88		
13		.90		3.86	1.93
14		.82		3.57	2.02
15		.82		3.37	2.05
16		.84		3.14	1.90
Ölçeğin Genel İç Tutarlılığı Cronbach Alfa: .81					

Tablo 2. Toplumsal Cinsiyet Motivasyon Ölçeğinin Faktör Analiz Sonuçları

Maddeler	1	2	3	4
3 Başkalarına karşı duyarlı olmak benim için önemlidir.	.90			
2 Diğerlerine karşı sıcak davranmak beni mutlu eder.	.89			
1 Başkaları ile ilişkili olmaktan ve onlarla ilgilenmekten hoşlanırım	.82			
4 Başkalarına karşı bencilce ve düşüncesizce davranmamaya önem veririm.	.67			
7. Genellikle diğer insanlar benden bunu bekledikleri için başkalarına karşı duyarlı davranırım.		.91		
6 Genellikle diğer insanların beni kabul etmesini ve onaylamasını istediğim için başkalarına karşı sıcak davranırım.		.91		
8 Diğer insanlar öyle olmam gerektiğini düşündükleri için başkalarına karşı ilgili davranırım		.83		
5 İnsanların beni sevmelerini istediğim için başkaları ile ilgilenirim.		.77		
10 Baskın ve iddialı olmaktan keyif alırım			.94	
11 İddialı olmak benim için önemlidir.			.93	
9 İddialı olmayı severim.			.90	
12 Diğerleriyle olan ilişkilerimde pasif olmamak benim için önemlidir			.51	
15 Genellikle diğer insanlar benden bunu bekledikleri için kendime güvenli ve iddialı davranırım.				.91
14 Genellikle diğer insanların beni kabul etmesini ve onaylamasını istediğim için özgüvenli davranırım.				.90
16 Diğer insanlar öyle olmam gerektiğini düşündükleri için özgüvenli ve iddialı davranırım.				.89
13 Kendine güvenli ve iddialı davranırım çünkü diğerlerinin benden hoşlanmasını isterim.				.72
Özdeğer	4.46	3.27	2.58	1.42
Açıklanan Varyans (%)	27.86	20.45	16.14	8.92

Not: Faktörler: 1- içsel motivasyonlarla feminen normlara uyum, 2- dışsal motivasyonlarla feminen normlara uyum, 3- içsel motivasyonlarla maskülen normlara uyum, 4- dışsal motivasyonlarla maskülen normlara uyum.

Tablo 3. Araştırma Grubunu Oluşturan Katılımcıların Yaş, Medeni Durum, Eğitim Durumu ve Çalışma Durumlarının Sayısal Dağılımı

YAŞ	N	%
18-24	44	17.4
28-37	100	39.5
38-47	73	28.9
48-57	27	10.7
58-67	9	3.6
MEDENİ DURUM		
Evli	146	57.7
Bekâr	93	36.8
Dul	3	1.2
Boşanmış	11	4.3
EĞİTİM		
Okuryazar	3	1.2
İlkokul	2	8
Ortaokul	11	4.3
Lise	52	20.6
Lisans	145	57.3
Lisansüstü	40	15.8
ÇALIŞMA		
Evet	231	91.3
Hayır	22	8.7
TOPLAM	253	100

Tablo 4. Ölçeklerin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri:

	N	Ortalama	Standart Sapma
1. PİO	253	322.56	34.46
2. İMFNU	253	21.50	5.91
3. DMFNU	253	10.83	5.84
4. İMMNU	253	18.80	6.66
5. DMMNU	253	11.70	5.91

PİO: Psikolojik İyi Oluş

İMFNU: İçsel Motivasyonlarla Feminen Rollere Uyum

DMFNU: Dışsal Motivasyonlarla Feminen Rollere Uyum

İMMNU: İçsel Motivasyonlarla Maskülen Rollere Uyum

DMMNU: Dışsal Motivasyonlarla Maskülen Rollere Uyum

Tablo 5. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerin Betimsel İstatistikleri ve Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7
1. PİO	-	.359**	-.318**	.107	-.269**	.332**	.129*
2. İMFNU	-	-	.022	.239**	-.068	.279**	.086
3. DMFNU	-	-	-	.196**	.626**	-.276**	.041
4. İMMNU	-	-	-	-	.326**	.005	-.100
5. DMMNU	-	-	-	-	-	-.191**	-.070
6. Eğitim	-	-	-	-	-	-	-.011
7. Yaş	-	-	-	-	-	-	-

p* < .05, p** < .01

Tablo 6. Sosyo- Demografik Özelliklerin ve Cinsiyet Norm Uyumlarının, Psikolojik İyi Oluşu Yordanmasına İlişkin Aşamalı Çoklu Regresyon Analizi

	R ²	R ²	F Change	Beta	t
	Değişim				
1. Basamak					
	.073	.073	4.91		
Yaş				.13	2.02
Medeni Durum				.02	.33
Eğitim Durumu				.24	3.9
Çalışma Durumu				-.00	-0.2
2. Basamak					
	.178	.104	7.74		
Yaş				.10	1.7
Medeni Durum				-.02	-.32
Eğitim Durumu				.24	3.94
Çalışma Durumu				-.00	-.02
İçsel Motivasyonlarla Feminen Normlara Uyum				.24	3.18
Dışsal Motivasyonlarla Feminen Normlara Uyum				-.12	-1.58
İçsel Motivasyonlarla Maskülen Normlara Uyum				.14	2.21
Dışsal Motivasyonlarla Maskülen Normlara Uyum				-.16	-1.97
a. Predictors: (Constant), çalışma, medeni, eğitim, yaş					
b. Predictors: (Constant), çalışma, medeni, eğitim, yaş, imfnu, dmfnu, immnu, dmmnu					
c. Dependent Variable: pio					

p* <.05, p** <.01