

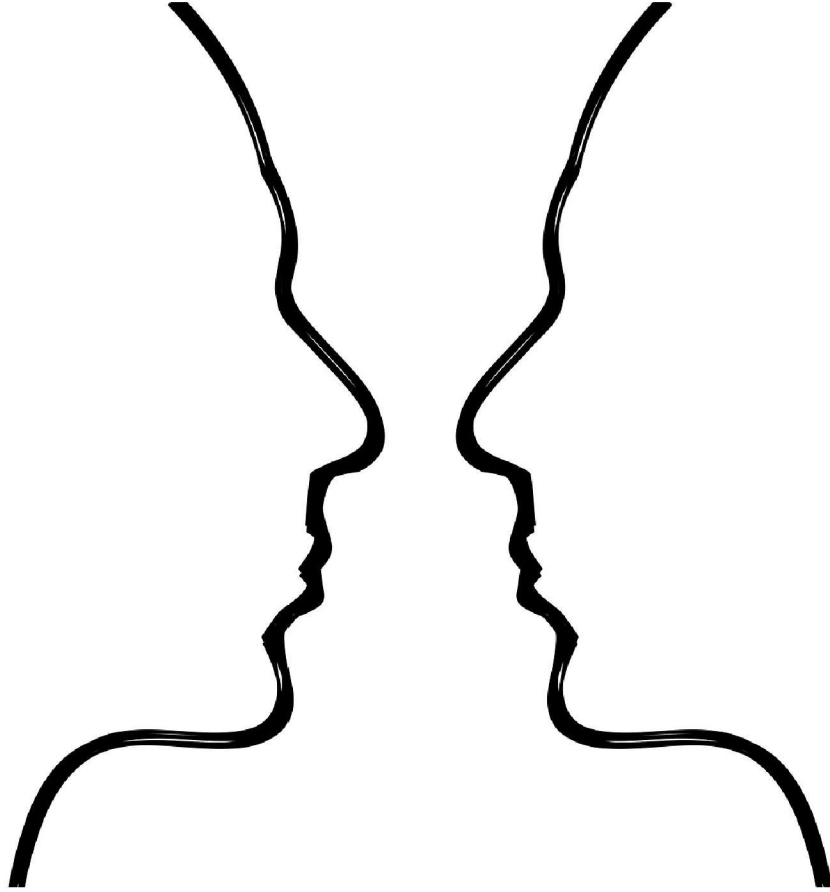
# AYNA

KLİNİK PSİKOLOJİ DERGİSİ

ISSN:2148-4376



ORTA DOĞU TEKNİK ÜNİVERSİTESİ



**AYNA Klinik Psikoloji Dergisi**

AYNA Clinical Psychology Journal

## KÜNYE

AYNA Klinik Psikoloji Dergisi hakemli elektronik bir dergidir.  
Dergimiz yılda üç kez (Ocak, Mayıs ve Eylül ayları) yayınlanmaktadır. ISSN: 2148 – 4376

### BAŞ EDITÖR

Prof. Dr. Tülin Gençöz

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

### EDİTÖRLER KURULU (Soyadı alfabetik sıra ile)

Araş. Gör. Ece Altundağ

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Dr. Öğr. Üyesi Yağmur Ar-Karcı

*TED Üniversitesi, Ankara*

Doç. Dr. Sinem Baltacı

*Yalova Üniversitesi, Yalova*

Araş. Gör. Dr. Münevver Zuhul Baydar

*Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta*

Dr. Öğr. Üyesi Fazilet Canbolat

*Kapadokya Üniversitesi, Nevşehir*

Dr. Öğr. Üyesi Gaye Zeynep Çenesiz

*Van Yüzcüncü Yıl Üniversitesi, Van*

Dr. Öğr. Üyesi Aysen Gündüz

*Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla*

Dr. Öğr. Üyesi Eylül Ceren Demir

*Adıyaman Üniversitesi, Adıyaman*

Dr. Öğr. Üyesi Derya Özbek Şimşek

*Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir*

Araş. Gör. Dr. Yağmur Saklı Demirbaş

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Araş. Gör. Berke Taş

*TED Üniversitesi, Ankara*

Öğr. Gör. Dr. Selin Uçar Özsoy

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Dr. Öğr. Üyesi Tuğba Uyar Suiçmez

*Başkent Üniversitesi, Ankara*

Dr. Öğr. Üyesi Elif Ünal

*Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun*

### YAYIN KURULU (Soyadı alfabetik sıra ile)

Araş. Gör. Nagihan Bekçi Gökçeoğlu

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Araş. Gör. Melike Çakır

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Araş. Gör. Deniz Çelik

*Çankaya Üniversitesi, Ankara*

Araş. Gör. Satı Karaca

*Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyon*

### DANIŞMA KURULU (Soyadı alfabetik sıra ile)

Prof. Dr. Faruk Gençöz

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Doç. Dr. Gülin Evinç

*Hacettepe Üniversitesi, Ankara*

Psk. Dr. İncila Gürol-Işık

*İncila Gürol-Işık Psikoterapi Merkezi*

Prof. Dr. Müjgan İnözü

*Hacettepe Üniversitesi, Ankara*

Dr. Öğr. Üyesi Bahar Köse-Karaca

*İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul*

Psk. Dr. Filiz Özekin-Üncüler

*Martı Psikoterapi*

Dr. Öğr. Üyesi Öznur Öncül Demir

*Abdullah Gül Üniversitesi, Kayseri*

### MİZANPAJ EDİTÖRLERİ

Dr. Öğr. Üyesi Elif Ünal

*Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun*

Öğr. Gör. Dr. Selin Uçar Özsoy

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Araş. Gör. Dr. M. Zuhul Baydar

*Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta*

Araş. Gör. Dr. Yağmur Saklı Demirbaş

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

### İLETİŞİM BİLGİLERİ

e-posta: [aynadrg@metu.edu.tr](mailto:aynadrg@metu.edu.tr)

## İÇİNDEKİLER

### I. Kuramsal Derleme

Terapide Sanal Gerçeklik Uygulamalarının Etkililiği: Bir Meta-Analiz Çalışması /  
Effectiveness of Virtual Reality Applications in Therapy According to Various Criteria: A  
Meta-Analysis Study

Nur Hilal YILDIRIM, Tuğba Seda ÇOLAK TURAN .....466

Sosyal Kimlikler ve Psikoterapi Süreçleri: Terapistin ve Danışanın Sosyal Kimlikleri  
Açısından Eşleşmesi / Social Identities and Psychotherapy Processes: Therapist-Client  
Matching on Their Social Identities

Fatma KORKMAZ, Emine YÜCEL .....490

Klinik Psikolojide Süpervizyon Uygulamalarında Etik Konular / Ethical Considerations in  
Supervision Practices within Clinical Psychology

İdil ALAFTAR .....535

### II. Araştırma Makalesi

Sağlık İnanç Modeline Dayalı Depreme Hazırlık İnançları Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik  
Çalışması / The Validity and Reliability Study of the Beliefs About Earthquake Preparedness  
Scale (BAEPS) Based on the Health Belief Model

Ömer DEMİR, Nuran AYDEMİR .....554

## İÇİNDEKİLER

Cansız Nesnelere, Canlı Duygular: Romantik Sempatik Büyü Ölçeği (RSBÖ) Türkçeye Uyarlama Çalışması / Inanimate Objects, Living Emotions: Romantic Sympathetic Magic Scale (RSMS) Adaptation Study into Turkish

*Halil EKŞİ, Simay MAĞARA* .....579

Psikolojik İyi Oluşu Belirleyen Bazı Faktörler: Sağlık Kaygısı, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Sağlık Kontrol Odağı / Some Determinants of Psychological Well-being: Health Anxiety, Difficulty in Emotion Regulation and Health Locus of Control

*Burcu YILDIRIM ALTINOK, İhsan DAĞ* .....597

Zihinselleştirme Ölçeği'nin Psikometrik Özelliklerinin 14-18 Yaşları Arasındaki Ergenlerde İncelenmesi / Investigation of the Psychometric Properties of the Mentalization Scale in Adolescents Between the Ages of 14-18

*Pelin DENİZ, Sait ULUÇ* .....619

Rusya Federasyonu'ndan Türkiye Cumhuriyeti'ne Göçle Gelen Çocukların Entegrasyon Sürecinde Karşılaştıkları Sorunlar / Issues in the Integration Process Faced by the Children Who Immigrated from the Russian Federation to the Republic of Turkey

*Leyla ŞABANOĞLU, Neylan ZİYALAR* .....646

Kadınlarda Çocukluk Çağı Travmaları ile Bozuk Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Öz Tiksinme ve Beden Utancının Rolü: Bir Seri Aracılık Modeli İncelemesi / The Role of Self-Disgust and Body Shame in the Association between Childhood Trauma and Disordered Eating Attitudes among Women: A Serial Model Examination

*Eslem Fulya EKŞİ, Başak BAHTİYAR* .....676

## İÇİNDEKİLER

Giysilere Yüklenen Anlamlar ve Giyinmede Tekrarlı Davranışlar: Fenomenolojik Bir İnceleme / Meanings Attached to Clothes and Repeated Behaviors in Dressing: A Phenomenological Investigation

Arzu EVECEN, Sinem BALTACI, Birsen ÇİLEROĞLU, Ezginur ÇELİK .....700

## Kuramsal Derleme

## Terapide Sanal Gerçeklik Uygulamalarının Etkililiği: Bir Meta-Analiz Çalışması

Nur Hilal YILDIRIM<sup>1\*</sup>, Tuğba Seda ÇOLAK TURAN<sup>1</sup><sup>1</sup>Düzce Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

## Makale Bilgisi

## Öz

Anahtar  
Kelimeler:sanal gerçeklik,  
VRET,  
meta-analiz

Sanal gerçeklik uygulamalarının psikoloji alanında kullanılmaya başlanması 15 yıllık bir süreci kapsamına karşın bu uygulamalar son zamanlarda özellikle bilişsel davranışçı terapi yaklaşımını benimseyen uzmanlar tarafından, başta maruz bırakma tekniği olmak üzere, birden çok tedavi yönteminde tercih edilen bir uygulama haline gelmiştir. Çalışmanın amacı genel olarak çeşitli bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının ele alındığı araştırmaların meta-analizini yapmak ve sanal gerçeklik uygulamalarının etkililiğinin kapsamlı bir şekilde incelenmesidir. Mevcut meta-analiz, PRISMA beyanına uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Yapılan taramalar sonucu 1029 çalışmaya ulaşılmıştır ve ekleme-çıkarma ölçütlerine uygun bulunan 17 çalışma meta-analize dahil edilmiştir. Yapılan heterojenite testi sonuçlarına göre çalışmaların dağılımının homojen olduğu belirlenmiştir ( $Q=23.09$ ,  $p>.01$ ). Heterojenite testi için  $I^2$  istatistiği incelendiğinde dahil edilen çalışmaların düşük düzeyde heterojen olduğu görülmektedir ( $I^2=30.71$ ). Rastgele etkiler modeli dahilinde, çeşitli bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının etkililiğine ilişkin genel etki büyüklüğü istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $\eta^2 = 0.73$ ). Elde edilen genel etki büyüklüğü Hedges' g değeri orta etki büyüklüğü değer aralığına karşılık gelmektedir. Ulaşılan sonuca göre stres kaynaklı bozukluklar, travma sonrası stres bozukluğu, topluluk önünde konuşma kaygısı, sosyal anksiyete bozukluğu, düşme fobisi, yükseklik fobisi, uçak fobisi, sosyal fobi, örümcek fobisi, agorafobi, panik bozukluk, diğer özgül fobilerin tedavisi ve empati geliştirme çalışmalarında sanal gerçeklik uygulamalarının etkili bir tedavi yaklaşımı olduğu söylenebilir.

## Abstract

## Keywords:

virtual reality,  
VRET,  
meta-analysis

Virtual reality (VR) applications have been increasingly utilized in the field of psychology over the past 15 years, particularly within cognitive-behavioral therapy, where VR is now a preferred method in multiple exposure techniques. This study conducted a meta-analysis to assess the effectiveness of VR in treating various mental disorders. The meta-analysis followed PRISMA guidelines and included 17 studies out of 1,029 initially identified. Based on the heterogeneity test results, the studies were found to be homogeneously distributed ( $Q=23.09$ ,  $p>.01$ ), with a low level of heterogeneity ( $I^2=30.71$ ). The random effects model revealed a statistically significant overall effect size ( $\eta^2= 0.73$ ) for VR's effectiveness. This corresponds to a Hedges' g value indicating a medium to large effect size. The results suggest that VR is an effective treatment for a wide range of disorders, including stress-related conditions, post-traumatic stress disorder, social anxiety, fear of public speaking, agoraphobia, specific phobias (e.g., spiders, heights, flying), and panic disorder. Additionally, VR has shown promise in empathy development interventions.

\*Sorumlu Yazar, Düzce Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, 81620

Yörük/Düzce Merkez/Düzce, Türkiye

e-mail: [nur206021@ogr.duzce.edu.tr](mailto:nur206021@ogr.duzce.edu.tr)

DOI: 10.31682/ayna.1208024

Gönderim Tarihi (Received): 21.11.2022; Kabul Tarihi (Accepted): 07.06.2024

ISSN: 2148-4376

## Giriş

Sanal Gerçeklik (SG: virtual reality [VR]), günümüzde teknolojiye son gelişmelerle birlikte birçok farklı alanda kullanılmaya başlanan bir teknoloji olup kullanıcıları sanal veya bilgisayar ortamında oluşturulan gerçek zamanlı bilgisayar görüntüleri, sesler ve diğer duyuşal girdilerle etkileşime sokan bir sanal dünya sunmaktadır (Lee ve diğerleri, 2011; Malloy ve Milling, 2010; Sutcliffe, 2003). Bu teknoloji, temelde bir kask içerisinde bulunan gözlük ve stereo kulaklıkları içermekte olup kullanıcıya bir ekran aracılığıyla sanal dünya deneyimini sunmaktadır. Kullanıcılar kaska bağlı hareket izleme cihazları yardımıyla sanal dünyada hareket edebilmektedirler. Başarılı bir sanal deneyim, kullanıcıya gerçek bir ortamda varmış gibi bir fiziksel varlık hissi sunar. Bu duygu, gerçek dünya uyaranlarının kapatılmasıyla elde edilir. Böylece sadece bilgisayar tarafından üretilen uyaranlar görülebilir ve duyulabilir hale gelir (Rothbaum ve diğerleri, 2000). Kullanıcılar bilgisayar ekranındaki görüntülerin sadece dış gözlemcisi değil, aynı zamanda bilgisayar tarafından oluşturulan üç boyutlu dünyanın aktif bir katılımcısı olarak algılanır (Price ve Anderson, 2006). Ayrıca sanal gerçeklik teknolojisinin bazı sürümleri, dokunsal geri bildirim gibi giriş cihazları aracılığıyla kullanıcılara daha fazla duyuşal deneyim sunma kapasitesine sahiptir (Bush, 2008; Krijn ve diğerleri, 2004; Powers ve Emmelkamp, 2008). Sanal gerçeklik, kullanıcılara çok yönlü ve gerçekçi bir deneyim sunmak için bilgisayar görüntülerini, görsel ekranları, hareket izleme ve diğer duyuşal cihazları bütünleştirir (Krijn ve diğerleri, 2004). Bu deneyim, varlık hissini yaratan üç boyutlu etkileşimle mümkün kılınır. Kullanıcılar, deneyimlerinin teknoloji tarafından üretildiğinin bilincinde olmalarına rağmen çevrelerini teknoloji yokmuş gibi algırlar (Krijn ve diğerleri, 2004). Sanal gerçeklik teknolojisi, insanları diğer medya türlerinden daha derin bir şekilde bağlayabilme ve farklı bakış açılarını anlama yetenekleri nedeniyle üst düzey bir teknoloji olarak değerlendirilebilir (Bush, 2008; Segal ve diğerleri, 2011). Bu teknolojinin sunduğu uygun özellikler, kullanıcıların birbirleriyle daha derinlemesine etkileşime girmelerine ve farklı yaşantıları paylaşmalarına olanak tanır (Bush, 2008; Segal ve diğerleri, 2011).

Psikoloji alanında sanal gerçeklik uygulamalarının kullanımı 15 yıllık bir süreci kapsamakla birlikte, son zamanlarda özellikle bilişsel davranışçı terapi yaklaşımını benimseyen psikoterapistler ve psikolojik danışmanlar tarafından, başta maruz bırakma tekniği olmak üzere, birden fazla tedavi yönteminde tercih edilen bir uygulama haline gelmiştir. (Botella ve diğerleri, 2004). Bilgisayar ve bilişim alanlarında yaşanan teknolojik gelişmeler doğrultusunda, SG teknolojilerinin ruh sağlığı alanında ilk kullanımından bu yana çok daha hızlı ve kaliteli olduğu bilinmektedir. Daha önemlisi, teknolojinin maliyetinin önemli düzeyde azalması birçok farklı alanda görüldüğü gibi ruh sağlığı alanında da SG kullanımı adına çok daha fazla uygulama geliştirilmesine yol açmaktadır. Ruh sağlığı alanında SG kullanımının odak noktası etkileşimdir. Örneğin, davranışçı ekolü benimsemiş terapistler,

fobiye sahip bir bireyde korkulan uyarılarla yüzleşerek korkuyu harekete geçirmek için sanal bir ortam kullanılabilir; bilişsel bir terapist, durumsal anıları değerlendirmek veya seçici dikkatin alışılmış kalıplarını bozmak için SG teknolojilerinden yararlanabilir; psikodinamik yaklaşım ile çalışan bir terapist duygulanımı uyandırmak ve serbest bırakmak için sanal ortamları karmaşık sembolik sistemler olarak kullanabilir. Aslında SG, gelişmiş bir hayali sistem ve duygusal tepkilerin tetiklenmesi için gerçeklik kadar etkili olan deneyimsel bir görüntü biçimi olarak tanımlanabilir. Baños ve diğerleri (2011), SG deneyimini “bilgisayarın gerçekliği ile geleneksel gerçeklik arasındaki farkı azaltma yeteneği” için terapide yardımcı bir araç olarak nitelendirmektedir. Örnek olarak; sanal gerçeklik ile maruz bırakma terapisi (SGMBT; virtual reality exposure therapy [VRET]) sırasında danışan, korkulan durumlarla bilgisayar tarafından oluşturulan simülasyonlarla yüzleşir (Anderson ve diğerleri, 2013). SG teknolojilerinden yararlanan terapistler tedaviyi özel, güvenli ve denetimli bir ortamda yürütür (Bush, 2008). Sanal teknoloji programlanabilir ve ortamlar danışanların korku ve kaçınma hiyerarşilerine göre belirli psikolojik belirtilere göre özelleştirilebilir (Krijn ve diğerleri, 2004; Vanni ve diğerleri, 2013). SGMBT, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) (Beck ve diğerleri, 2007; Difede ve diğerleri, 2006; Gonçalves ve diğerleri, 2012; Kothgassner ve diğerleri, 2019; Rizzo ve diğerleri, 2017; Rizzo ve diğerleri, 2015; Rothbaum ve diğerleri, 2019), yaygın anksiyete bozukluğu (Gorini ve diğerleri, 2010; Guitard ve diğerleri, 2019), agorafobi (Botella ve diğerleri, 2007; Malbos ve diğerleri, 2013; Pelissolo ve diğerleri, 2012; Wechsler ve diğerleri, 2019), topluluk önünde konuşma korkusu (Lindner ve diğerleri, 2021), müzikal performans kaygısı (Bissonnette ve diğerleri, 2016), uçma korkusu (Banos ve diğerleri, 2002; Botella ve diğerleri, 2004; Da Costa ve diğerleri, 2008; Wallach ve Bar-Zvi, 2007), yükseklik korkusu (Freeman ve diğerleri, 2018; Krupic ve diğerleri, 2021; Wuehr ve diğerleri, 2019), düşme korkusu (Giotakos ve diğerleri, 2007; Levy ve diğerleri, 2016), örümcek korkusu (Almeida ve diğerleri, 2018; Bouchard ve diğerleri, 2006; Cote, 2006; Piercey ve diğerleri, 2011), hayvan fobileri (Clemente ve diğerleri, 2013; Suso ve diğerleri, 2019), cinsel işlev bozukluğu (Optale ve diğerleri, 2004), sınav kaygısı (Alsina-Jurnet ve diğerleri, 2007; Westwood, 2004) gibi bozuklukların tedavisinde kullanılmak üzere farklı sanal gerçeklik uygulamaları geliştirilmiştir. Demans (Rose ve diğerleri, 2018) ve şizofreni (Freeman, 2008; Penn ve diğerleri, 2010; Rus-Calafell ve diğerleri, 2014) hastalarının bilişsel değerlendirmesi ve rehabilitasyonunda yardımcı olabilecek SG uygulamaları da mevcuttur.

Ruh sağlığı alanında sanal gerçeklik uygulamalarının tercih edilmesinde maliyetlerin düşük olması, özellikle maruz bırakma tedavilerinde uzmanlar tarafından denetlenebilir bir ortamda gerçekleştirilebilmesi, gizlilik esasına uygun bir teknolojik araç olması, kullanım alanlarının esnek olması, geliştirilmeye açık olması ve farklı seçenekler içermesi gibi faktörler rol oynayabilmektedir (Garcia-Palacios ve diğerleri, 2001). Tüm bunların yanında, bazı koşullarda gerçek yaşamda maruz bırakma tedavisi zor ve olası tehlikelilere sahipken SG



uygulamaları çok daha denetimli ve güvenli bir tedavi sunabilmektedir. Özellikle TSSB ve/veya fobi tedavisinde danışanların bir korku tepkisinin tetiklenmesi için gerçek durumlara maruz kalması gerekmediğinden gizlilik korunabilmektedir. Bunun yanında danışan SG cihazının herhangi bir zamanda kontrollü şekilde kapatılabileceğini bildiğinden SG ile maruz bırakma uygulamasının daha güvenli olduğu bilinmektedir (Bush, 2008). Ayrıca sanal gerçeklik uygulamaları, fobiye sahip danışanlar için daha az itici olan bir ortam sağlaması ile tedavi arayan danışan sayısını artırabilir ve yıpranma oranlarını azaltabilir. SG ortamlarının çoğu esneklerdir: Terapist, deneyimi bireysel korku hiyerarşilerine kolayca uyarlayabilir. SG ile maruz kalma, çoğu bozukluk için hayali maruz kalmaya seçenek olarak kullanılabilir; bu durum danışanların dahili görüntülere veya görselleştirme yeteneklerine güvenmelerine gerek olmadığı anlamına gelmektedir. Ayrıca hayali maruz bırakmada terapistin, hastanın gerçekte hangi imgeleri uyandırdığı üzerinde hiçbir denetimi, hatta bilgisi yoktur ancak sanal ortamda hastaya sunulan uyaranlar denetlenebilmektedir (Segal ve diğerleri, 2011). Fobiye sahip danışanlarda olduğu gibi, SG tabanlı maruz kalma terapisinin, terapistten kaçınmanın ve terapiye katılmamanın terapötik süreci engelleyebileceği TSSB yaşayan danışanlar için özellikle yararlı olabileceği öngörülmektedir.

Alanyazın taraması sonucunda sanal gerçeklik uygulamalarının TSSB (Deng ve diğerleri, 2019; Eshuis ve diğerleri, 2021; Kothgassner ve diğerleri, 2019), anksiyete ve ilişkili bozukluklar (Cardoş ve diğerleri, 2017; Carl ve diğerleri, 2019; Horigome ve diğerleri, 2020; Ling ve diğerleri, 2014; Opriş ve diğerleri, 2012; Powers ve Emmelkamp, 2008), fobilerin tedavisi (Parsons ve Rizzo, 2008), hafif bilişsel bozukluk ve demans tedavisinde (Kim ve diğerleri, 2019; Wu ve diğerleri, 2020), empati becerisi kazandırma konusunda kullanımı ve etkililiğinin (Ventura ve diğerleri, 2020) mevcut olduğu görülmektedir. Bununla birlikte sanal gerçeklik uygulamaları ile maruz bırakma tedavisi kazanımlarının gerçek hayata genellenebilirliği hakkında davranışsal değerlendirmeleri ele alan çalışmalara ilişkin meta-analiz çalışması (Morina ve diğerleri, 2015) olduğu görülmektedir. Yapılan meta-analiz çalışmalarının çeşitli bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarına ilişkin özgül bozukluklar çerçevesinde ele alınarak gerçekleştirildiği görülmüştür. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı genel olarak çeşitli bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının ele alındığı araştırmaların meta-analizini yapmak ve sanal gerçeklik uygulamalarının etkililiğinin kapsamlı bir şekilde incelemektir. Bu kapsamda bu çalışmada “Çeşitli bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamaları etkili midir?” sorusuna cevap aranmıştır.

## Yöntem

Mevcut meta-analiz, Sistematik İncelemeler ve Meta-Analizler için Tercih Edilen Raporlama Ögeleri (PRISMA) beyanına uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

### **Dahil Etme Kriterleri**

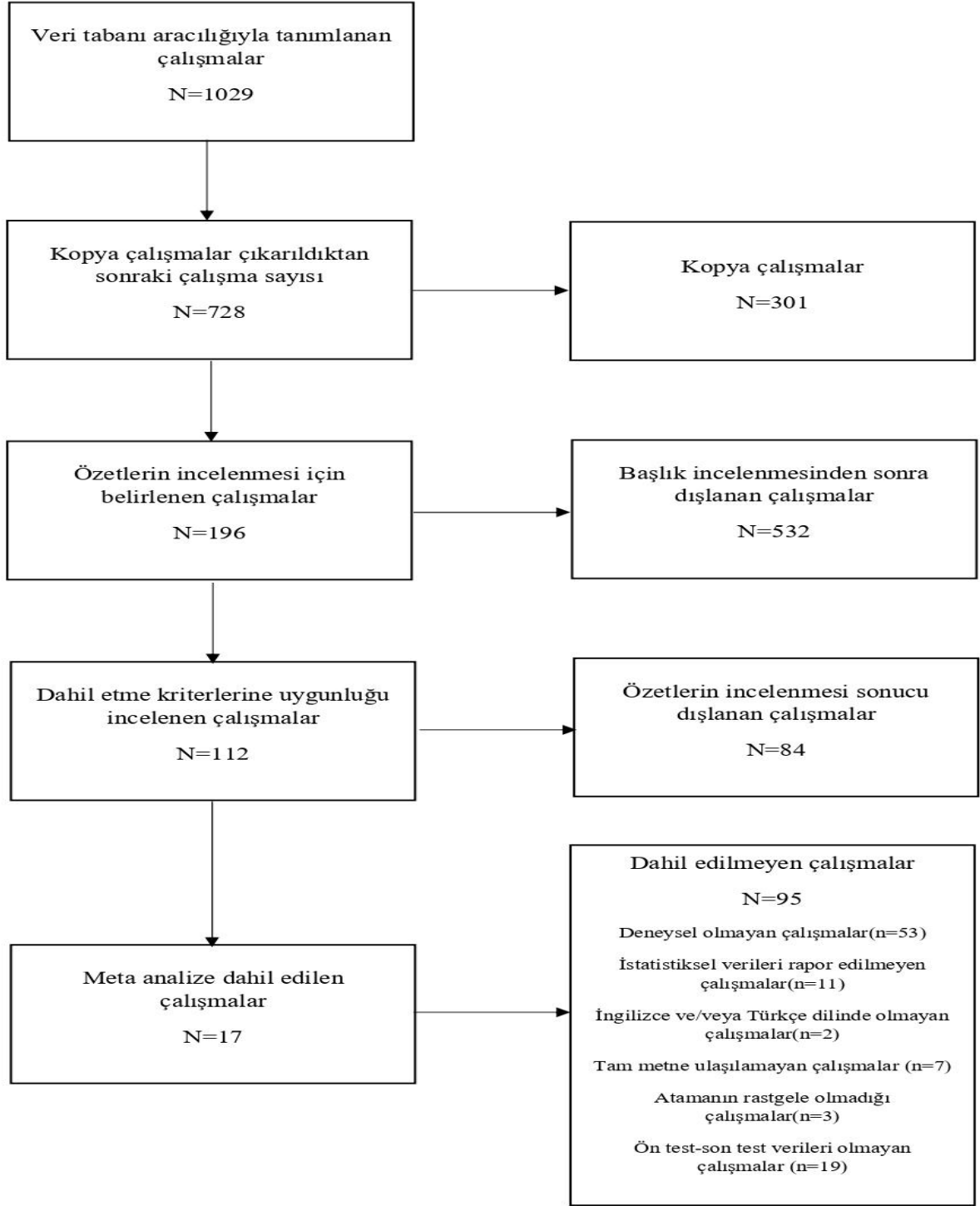
Meta analize dahil edilen çalışmaların seçim kriterleri; (a) deneysel bir çalışma olması, (b) sanal gerçeklik ile psikoterapinin etkililiğini konu alması, (c) ön test-son test verilerini içermesi, (d) İngilizce ve/veya Türkçe dilinde olması, (e) etki büyüklüğünün hesaplanmasına olanak veren istatistiksel verilerin rapor edilmiş olması, (f) çalışma örnekleminin rastgele atanmış olması ve (g) tam metnin ulaşılabilir olması olarak belirlenmiştir.

### **Alanyazın Tarama Stratejisi**

Yayınlanmış ve yayınlanmamış çalışmalar için 2022 Ocak-Şubat PubMed, EBSCOhost, PsychINFO, Ulakbim-TR, YÖKTEZ elektronik veri tabanları taranmıştır. Veri tabanı taramasında Boolean mantığı ile arama yapılmış olup (Şen ve Yıldırım, 2020) “sanal gerçeklik”veya “VR”, “sanal gerçeklikle maruz bırakma terapisi” veya “VRET”, veya “sanal gerçeklik terapisi” veya “VRT” ve “sosyal kaygı” veya “sosyal fobi”, “yaygın anksiyete bozukluğu” ve “VR terapi” terimleri ve İngilizce karşılıkları kullanılmıştır. Google Akademik'te ise “sanal gerçeklik maruz kalma terapisi” veya “VR terapi”, “sanal gerçeklik uygulamaları” veya “sanal gerçeklik terapisi”, “VRT” veya “VRET” terimlerini ve “sosyal”, “anksiyete”, “SG” terimlerinden en az biri kullanılarak, herhangi bir tarih kısıtlaması yapılmadan arama yapılmıştır. Makaleler/araştırmalar Türkçe ve İngilizce olarak sınırlandırılmıştır. Ayrıca ulaşılan çalışmaların kaynakça listeleri de taranmıştır. Başlık, özet ve tam metinler sistematik olarak analiz edilerek çalışmaların dahil edilip edilmeyeceği değerlendirilmiştir.

### **Alanyazın Taraması**

Tüm veri tabanlarında yapılan alanyazın taramasında ilk olarak 1.029 çalışmaya ulaşılmış, birbirinin aynı olan 301 kopya çalışma çıkarıldıktan sonra 728 çalışmanın başlığı taranmıştır. Bu çalışmalardan 532 tanesi bu araştırmanın alanına uygun olmadığı gerekçesiyle çıkarılmış ve 196 çalışmanın özetleri incelenmiştir. Özetlerin incelenmesi sonucunda dahil etme kriterlerine uygun olmayan 84 çalışma elenmiş ve 112 çalışmanın tam metinlerine ulaşma ve ulaşılabilen tam metinlerin incelenmesi aşamasına geçilmiştir. Tam metinlere ulaşma ve inceleme aşamasında deneysel çalışma olmaması ( $n = 53$ ), istatistiksel verilerin rapor edilmemesi ( $n = 11$ ), İngilizce ve/veya Türkçe dilinde olmaması ( $n = 2$ ), tam metne ulaşamaması ( $n = 3$ ) ve ön test-son test verilerinin olmaması ( $n = 19$ ) gerekçesiyle elenen çalışmalar sonrasında, uygun bulunan 17 çalışma meta analize dahil edilmiştir. Alanyazın taramasına ilişkin akış Şekil 1’de yer almaktadır.



Şekil 1.

Araştırma akış şeması PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis)

## Kodlama

Kodlama aşamasında yazarlar tarafından araştırmaların yazar, yayın yılı, araştırmaya konu olan bozukluk, araştırmanın türü, katılımcıların yaş ortalamaları, karşılaştırma grubunun yapısı, katılımcı sayısı, veri toplama araçları, araştırma süresi, uygulama seans sayısı, katılımcı atama türü, katılımcıların DSM-IV kriterlerine göre tanı alıp almama durumları, çalışma sonuçları (ortalama, standart sapma,  $F$ ,  $p$ , pre-post korelasyon değerleri) ve etki yönü (olumlu veya olumsuz) kodlanmıştır. Kodlama güvenilirliği için iki araştırmacının kodlamaları korelasyon katsayısı ve örneklem büyüklüğü üzerinden yapılan Cohen Kappa katsayısı (Cohen, 1988; Şen ve Yıldırım, 2020) ile sınanmış ve 0,94 ile mükemmel düzeyde uyum elde edilmiştir.

## Etki Büyüklüğü (Effect Size) Hesaplanması

Meta analiz çalışmalarında araştırmacılar incelenen çalışmalardaki istatistiklerden ortak bir skalada ifade edilebilecek bir etki büyüklüğü hesaplamalıdır. Meta analizlerde etki büyüklüğü nicel araştırma bulgularının yönü, büyüklüğü veya her ikisi hakkında bilgi içerir (Cohen, 1988). Glass (1976) etki büyüklüğü değerini deney grubu ve kontrol grubu arasındaki ortalamalar farkının kontrol grubunun standart sapmasına oranlanması olarak tanımlamıştır. Bu oranın formülü şu şekildedir (Cohen, 1988):

$$\text{Etki Büyüklüğü} = \frac{\text{Deney Grubunun Ortalaması} - \text{Kontrol Grubunun Ortalaması}}{\text{Kontrol Grubunun Standart Sapması}}$$

Etki büyüklüğüne karar vermek için çeşitli yöntemler bulunmaktadır. Bağımlı değişkenin sürekli olduğu deney grubu ve kontrol grubu olan çalışmalarda ve iki grubun karşılaştırıldığı çalışmalarda standartlaştırılmış ortalama farkı; iki değişken arası ilişki çalışmalarında korelasyon katsayısı ve iki kategorili bağımlı değişkenin bulunduğu çalışmalarda risk oranı etki büyüklüğü hesaplamasında kullanılabilir (Şen ve Yıldırım, 2020). Bu meta analize dahil edilen çalışmaların ön ve son değerlendirme ortalamaları ve koşullar için standart sapma gibi kodlanmış değerler kullanılarak sürekli bir değişken üzerinde deney ve kontrol gruplarının ortalamalarının karşılaştırılmasıyla bulunan etki büyüklüğü değeri olan standartlaştırılmış ortalama farkı Cohen'in (1988)  $d$ 'siyle yakından ilişkili olan Hedges'in  $g$  değeri etki büyüklüğü hesaplanırken kullanılmıştır.

## Meta-analize Dahil Edilen Çalışmaların Özellikleri

Bu meta analiz çalışmasına dahil edilen çalışmaların özellikleri Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1.

## Meta- analize Dahil Edilen Çalışmaların Özellikleri

Çalışma	N	Yaş	Bozukluk	Karşılaştırma	Veri Toplama Araçları
Anderson vd. (2013)	69	39	sosyal anksiyete bozukluğu	in vivo	FNB-E, PRCS
Banos vd. (2011)	39	30,8	stres kaynaklı bozukluklar	in vivo	FAS, BDI, PANAS, VAS, ADIS
Bouchard vd. (2013)	42	18-60	empati geliştirme	in vivo	AAQ SPQ CQ SSQ
Bouchard vd. (2017)	39	34,5	sosyal anksiyete bozukluğu	in vivo	LSAS, BAT, SPS, FNE, BDI-II
Botella vd. (2007)	37	34,7	panik bozukluk ve agorafobi	in vivo	FAS, PDSS, ASI, AG, BDI, MS, CGI
Difede vd. (2007)	21	43	travma sonrası stres bozukluğu (TSSB)	Bekleme listesi	CAPS, BDI, GSI
Emmelkamp vd. (2001)	20	Bilinmiyor	akrofobi	in vivo	AQ, ATHQ
Garcia-Palacios vd. (2002)	23	29,2	örümcek fobisi	in vivo	ADIS, FOSQ, BAT
Harris vd. (2002)	14	Bilinmiyor	topluluk önünde konuşma anksiyetesi	Bekleme listesi	LSAS, PRCS, fiziksel ölçümler
Işıklı vd. (2019)	11	40,1	özellik fobiler	in vivo	ÖFŞÖ, ÖSÖ
Kampmann vd. (2016)	60	36,9	sosyal anksiyete bozukluğu	Bekleme listesi	LSAS-R, FNE-B, SD, SP, DASS
Klinger vd. (2005)	36	30,5	sosyal fobi	in vivo	LSAS SCIA HAD CGI
Levy vd. (2016)	16	72,4	düşme fobisi	in vivo	BDI, STAI, SDS, FFM
Mclay vd. (2011)	20	28,8	TSB	in vivo	SG-get, TAU, CAPS
Rothbaum vd. (2000)	27	40,5	uçuş fobisi	in vivo	QAF, CGI, FOF, FFI
Uçkun (2019)	35	Bilinmiyor	uçak fobisi	in vivo	BDI
Wallach vd. (2009)	88	27	topluluk önünde konuşma anksiyetesi	Bekleme listesi	LSAS, SSPS, FNE

Veri Toplama araçları: AQ: Autism Spectrum Quotient, ATHQ: Attitudes Towards Homosexuality Questionnaire, ADIS: Anxiety Disorders Interview Schedule, FOSQ: Functional Outcomes of Sleep Questionnaire, BAT: Behavioral Approach Test, LSAS: Liebowitz Social Anxiety Scale, PRCS: Pain-Related Catastrophizing Scale, ÖFŞÖ: Özgül Fobi Şiddet Ölçeği, ÖSÖ: Öz Şefkat Ölçeği, LSAS-R: Liebowitz Social Anxiety Scale-Revised, FNE-B: Brief Fear of Negative Evaluation, SD: Social Desirability, SP: Social Phobia, DASS: Depression Anxiety Stress Scales, SCIA: Social Cognitions in Anxiety Scale, HAD: Hospital Anxiety and Depression Scale, CGI: Clinical Global Impressions, BDI: Beck Depression Inventory, STAI: State-Trait Anxiety Inventory, SDS: Zung Self-Rating Depression Scale, FFM: Five Factor Model, SG-get: Stanford Gaming and Emotion Test, TAU: Trauma Assessment for Adults, CAPS: Clinician-Administered PTSD Scale, QAF: Quebec Anxiety Scale for Fear of Falling, FOF: Fear of Falling, FFI: Fear of Falling Index, SSPS: Social Self-Perception Scale

Tablo 1’de görüldüğü üzere meta analize dahil edilen 17 çalışmanın örneklem sayısı toplam 597 bireyi kapsamaktadır. Çalışmaların 1’i yüksek lisans tezi, 16’sı makalelerden oluşmaktadır. Dahil edilen çalışmalar sosyal anksiyete bozukluğu, sosyal fobi, düşme fobisi, yükseklik fobisi, uçak fobisi, TSSB, örümcek fobisi, topluluk önünde konuşma kaygısı, stres kaynaklı bozukluklar, panik bozukluk ve agorafobi, empati geliştirme ve diğer özgül fobilerin tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının kullanımı ve etkililiğini araştıran çalışmalardır.

## İstatistiksel İşlem ve Verilerin Analizi

Etki büyüklüklerinin hesaplanmasında Comprehensive Meta-Analysis (Verison 2.0) yazılımı (Borenstein ve diğerleri, 2005) deneme sürümü kullanılmıştır. Etki büyüklükleri, dahil edilen çalışmaların ön ve son değerlendirme ortalamaları ve koşullar için standart sapmalar gibi kodlanmış değerleri kullanılarak hesaplanmıştır. Etki büyüklüğünün ölçütü olarak Cohen'in (1988)  $d$ 'siyle yakından ilişkili olan Hedges'in  $g$ 'si kullanılmıştır. Çalışmalar arasında etki büyüklüklerinin farklılık gösterme olasılığına izin vermek için analizde rastgele etkiler modeli kullanılmıştır (Borenstein ve diğerleri, 2010). Çalışmalar arası heterojenliğin değerlendirilmesinde  $Q$  değeri ve  $I^2$  istatistiklerinden yararlanılmıştır.  $Q$  değeri bir anlamlılık testi olsa da  $I^2$  meta-analizdeki çalışmalar arasındaki toplam değişkenliğin ne kadarının şanstan ne kadarının çalışmalar arası değişkenlikten kaynaklandığını bildirmektedir (Higgins ve Thompson, 2002). Her model için %95 güven aralığı ve  $p$  değeri hesaplanmıştır. Huni grafiği ve orman grafiği yorumlanarak yayın yanlılığı test edilmiştir.

## Bulgular

### Sanal Gerçeklik Uygulamalarının Etkililiğine İlişkin Etki Büyüklüğü Analizinin Birleştirilmemiş Bulguları

Çeşitli bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının etkililiğine ilişkin etki büyüklükleri,  $Z$  değeri ve %95'lik güven aralığına göre alt ve üst sınırları Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2.

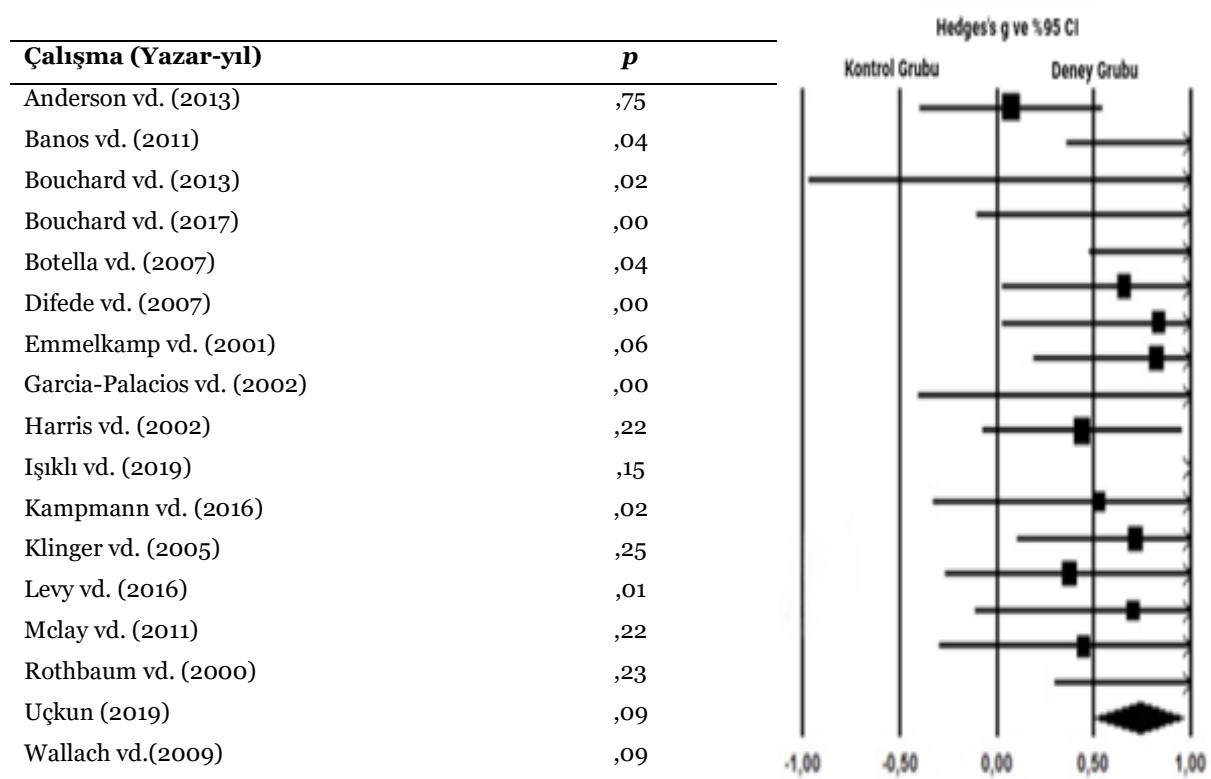
*Çeşitli Bozuklukların Tedavisinde Sanal Gerçeklik Uygulamalarının Etkililiğine İlişkin Etki Büyüklükleri*

Çalışma (yazar, yıl)	Etki Büyüklüğü (g)	Alt sınır	Üst sınır	Z değeri	p
Anderson vd. (2013)	0,07	-0,39	0,54	0,31	,75
Banos vd. (2011)	0,65	0,02	1,28	2,03	,04
Bouchard vd. (2013)	0,71	0,10	1,32	2,28	,02
Bouchard vd. (2017)	1,02	0,36	1,68	3,03	,00
Botella vd. (2007)	0,83	0,02	1,64	2,02	,04
Difede vd. (2007)	1,48	0,47	2,49	2,88	,00
Emmelkamp vd. (2001)	1,77	-0,10	3,64	1,85	,06
Garcia-Palacios vd. (2002)	2,02	1,04	3,00	4,03	,00
Harris vd. (2002)	1,56	-0,96	4,10	1,21	,22
Işıklı vd. (2019)	1,05	-0,40	2,51	1,41	,15
Kampmann vd. (2016)	0,82	0,18	1,45	2,54	,02
Klinger vd. (2005)	0,37	-0,26	1,02	1,14	,25
Levy vd. (2016)	1,33	0,29	2,38	2,51	,01
Mclay vd. (2011)	0,52	-0,32	1,38	1,21	,22
Rothbaum vd. (2000)	0,44	-0,29	1,18	1,17	,23
Uçkun (2019)	0,70	-0,11	1,51	1,69	,09
Wallach vd. (2009)	0,43	-0,07	0,95	1,66	,09

Çalışmaların dördünde bekleme listesi, 13'ünde in vivo maruz bırakma karşılaştırılması kullanılmıştır. Dahil edilen 17 çalışmanın standardize edilmiş etki büyüklükleri 0,07-2,02 arasında, deney grubu lehine değişmektedir. Sekiz çalışmada istatistiksel olarak anlamlı farklılık (3 çalışma  $p < .01$  düzeyinde; 5 çalışma  $p < .05$  düzeyinde) bulunurken 9 çalışmada istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmamaktadır. 17 çalışmanın güven aralığı -0,96 ile 4,10 arasında değişmektedir.

## Orman Grafiği

Orman grafiğinde anlamlandırılması gereken temel kavram güven aralığı (CI) olup elde edilen bulguları genellenin ne kadar tutarlı olabileceğinin bir göstergesidir. Meta-analize dahil edilen çalışmalar genellikle büyük örneklem sayılarına sahip olduğunda güven aralıkları daralmaktadır. Karelerin ortasından geçen yatay çizgilerin kısalığı, yüksek hassasiyeti ve dar güven aralığını ifade ederken; uzun çizgiler düşük hassasiyeti ve geniş güven aralığını gösterir (Dinçer, 2014). Bu çalışmaya ilişkin orman grafiği Şekil 2'de yer almaktadır.



## Şekil 2.

### Orman Grafiği

Not. Orman grafiğindeki siyah kareler, her bir çalışmanın tahmini etki büyüklüğünü temsil eder. Karelerin ortasından uzanan yatay çizgiler, araştırmanın güven aralığını gösterir.

Şekil 2’de yer alan orman grafiği incelendiğinde, çalışmanın geniş güven aralığına sahip olduğu anlaşılmaktadır. Orman grafiğinin en altında bulunan elmas sembolü, genel etki büyüklüğünü ve buna ait güven aralığını temsil eder. Elmasın sol ve sağ uçları, güven aralığının iki ucudur. Bu nedenle elmasın genişliği, etki büyüklüğünün güven aralığını; yüksekliği de risk oranını veya olasılık oranını gösterir (Göktaş, 2017). Veriler daha güçlü olduğunda elmas daha kısa ve geniş, daha az kesin olduğunda ise daha uzun ve ince olacaktır. Düşey olarak 1 noktasından geçen çizgi "etkisizlik çizgisi"dir ve deney ve kontrol grup sonuçlarını birbirinden ayırır. Eğer bir çalışmanın güven aralığı veren yatay çizgi, etkisizlik çizgisini kesmiyorsa dahil edilen araştırmanın sonucunun istatistiksel olarak anlamlı olmadığını gösterir (Dinçer, 2014; Göktaş, 2017). Şekil 2’de yer alan orman grafiği incelendiğinde verilerin güçlü olduğu ve araştırma sonuçlarının istatistiksel olarak anlamlı olduğu anlaşılmaktadır.

Meta-analizin istatistiksel olarak anlamlı olabilmesi için, genel etki büyüklüğünü temsil eden elmasın, etkisizlik çizgisini kesmemesi gerekir. Etkisizlik çizgisinin sağında (deney grubu tarafında) bulunan elmas, deney grubunda anlamlı bir etki büyüklüğü olduğunu; solunda (kontrol grubu tarafında) bulunan ise kontrol grubunda etkinin anlamlı olduğunu ve deneyin etkili olmadığını gösterir (Göktaş, 2017). Şekil 2’de yer alan orman grafiği incelendiğinde elmasın çizginin sağında olduğu ve böylece deney grubunda anlamlı bir etki büyüklüğü olduğu anlaşılmaktadır.

### Genel Etki Büyüklüğü ve Heterojenite Analizleri

Bu meta analizin temel amacı çeşitli bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının etkililiğini belirlemektir. Buna göre etki büyüklüğü dağılımı ve heterojenite testi değerlerinin sabit etki modeli ve rastgele etki modellerine göre analizlerinin sonuçları Tablo 3’te yer almaktadır.

Tablo 3.

#### *Etki Büyüklüğü Dağılımı ve Heterojenite Testi Değerleri*

Model	N	Standart hata	Heterojenite				Genel Etki Büyüklüğü	%95 güven aralığı	
			Q	df	p	I <sup>2</sup>		Alt Sınır	Üst Sınır
Sabit Etki Modeli	17	0,09					0,67	0,49	0,85
Rastgele Etkiler Modeli	17	0,11	23,09	16	0,11	30,71	0,73	0,50	0,96

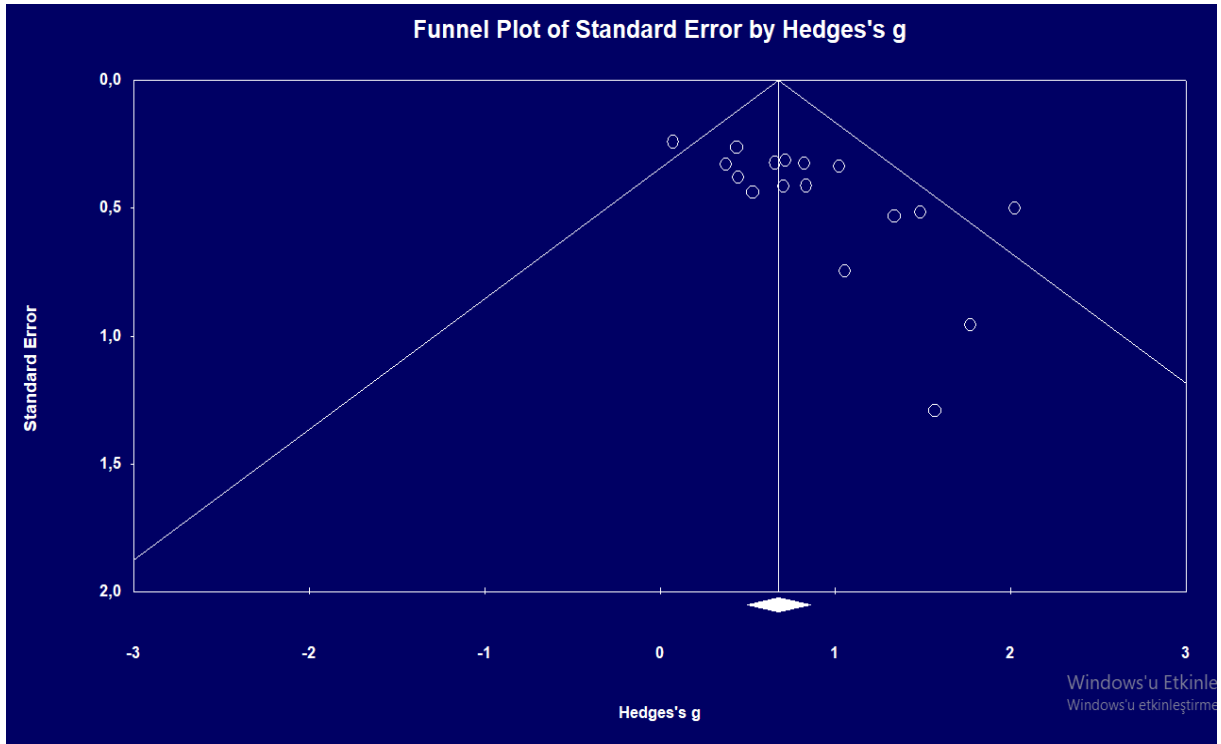
Tablo 3’e göre araştırmaya dahil olan çalışmaların rastgele etkiler modelinde genel etki büyüklüğü 0.73, güven aralığı alt sınırı 0.50 ve üst sınırı 0.96 olarak belirlenmiştir. Her iki



model için de Hedges'in  $g$  değeri orta etki büyüklüğü değer aralığına karşılık gelmektedir. Ayrıca istatistiksel anlamlılık  $Z$  değerine göre hesaplandığında 6.34 olarak bulunmuştur ( $p < .01$ ). Dahil edilen çalışmaların heterojenite testi  $Q = 23.09$  olarak belirlenmiştir ve  $p > .05$  olduğu için etki büyüklüklerinin dağılımının heterojen yapıda olmadığı anlaşılmıştır.  $Q$  istatistiğinin bir tamamlayıcısı olarak geliştirilen  $I^2$  değeri ise heterojeniteye ilişkin daha net sonuçlar vermektedir (Cohen, 1988).  $I^2$ , etki büyüklüğüne ilişkin toplam varyansın oranını göstermektedir.  $I^2$  değeri  $Q$  istatistiğinin aksine çalışma sayısından etkilenmemektedir ve %25 düşük düzey, %50 orta düzey ve %75 ve üstü yüksek düzey heterojeniteyi temsil etmektedir (Şen, 2019). Bu bağlamda, tabloda yer alan  $I^2$  değerinin %31 olduğu ve düşük düzeyde heterojenite olduğu anlaşılmaktadır.

### Yayın Yanlılığına İlişkin Bulgular

Bu meta-analiz çalışmasına dahil edilen çalışmaların yayın yanlılığı olasılığına dair huni saçılım grafiği sonuçları Şekil 3'te yer almaktadır. Huni saçılım grafiğinde meta analize dahil edilen çalışmalardan standart hata değeri küçük olan çalışmalar huni şeklinin üst kısmına doğru ve ortalama etki büyüklüğünün yakınında toplanmaktadır. Çalışmaların huni saçılım grafiğinin sol alt bölgesinde toplanması yayın yanlılığına işaret etmektedir (Şen ve Yıldırım, 2020).



Şekil 3.

Huni Saçılım Grafiği

Huni saçılım grafiğinde, küçük örnekleme sahip araştırmaların daha büyük standart sapmaya sahip olması nedeniyle tabanda daha geniş bir dağılıma sahip olduğu gözlemlenirken büyük örnekleme sahip araştırmaların gerçek değeri yakalama olasılığının yüksek olduğu ve standart sapasının az olduğu için huni grafiği sınırları içinde ve genel meta-analitik sonuca yakın bir konumda olduğu görülmektedir. Huni saçılım grafiğinde bireysel araştırmaların etki büyüklükleri, huni grafiği sınırları içinde eşit ve simetrik bir biçimde dağılıyorsa yayın yanlılığı olmadığı sonucuna varılabilir. Ancak eğer etki büyüklükleri huni saçılım grafiği sınırları dışında ve asimetrik bir şekilde dağılıyorsa yayın yanlılığı ihtimali artar (Bown ve Sutton, 2010). Şekil 3'te yer alan huni saçılım grafiği incelendiğinde çalışmaların 2'si hariç olmak üzere üçgen içinde yer aldıkları gözlemlenmektedir. Dahil edilen çalışmaların çoğunun huni içerisinde bulunması birincil araştırmaların ortalama etki büyüklüğü çevresinde kümelenmesi olarak yorumlanmaktadır. Deney grubunda gözlemlenen etkilerin gerçekleşme olasılığı kontrol gruplarıyla kıyaslandığında, deney grubunda artırıcı etki saptanan çalışmaların sıfır değerinin pozitif tarafta konumlandığı görülmektedir. Bu çalışmalar arasında en büyük örnekleme sahip olan çalışma ortaya yakın ve tepe noktasında yer almaktadır. Huni grafiğindeki üçgenin sağ alt köşesinin nispeten boş olması yayın yanlılığı açısından ileri testlerle değerlendirilme gerekliliğine işaret etmektedir (Bown ve Sutton, 2010). Grafik incelendiğinde, huni şeklinin tabanının standart hata arttıkça genişlemesi göz önünde bulundurularak yayın yanlılığı olmayan bir grafik olduğu söylenebilir. Bunun yanında huni saçılım grafiği incelendiğinde, çalışmaları temsil eden şekillerin dağılımının simetrik olmadığı görülmektedir. Bu durum yayın yanlılığı olup olmadığına ilişkin Rosenthal ve Orwin, güvenli N (Fail-Safe N) testinin gerekliliğine işaret etmektedir (Rosenthal, 1979; Orwin, 1983).

Bu meta analiz çalışmasından elde edilen etki büyüklüğü sonucunun çürütülebilmesi adına kaç adet çalışma yapılmasına ihtiyaç duyulduğunu belirlemek amacıyla Rosenthal ve Orwin güvenli N (Fail-Safe N) testi yapılmıştır (Göktaş, 2017) ve sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4.

*Rosenthal ve Orwin güvenli N (Fail-Safe N) testi sonuçları*

Test	Sembol /Katsayı	Elde edilen değer
<b>Fail Safe N (Rosenthal- Klasik)</b>	Z (Gözlenen)	9,78
	p (Gözlenen)	0,00
	N (Gözlenen)	17
	N (p>0,05 için)	407
<b>Fail Safe N (Orwin)</b>	r (Gözlenen)	0,68
	r (Önemsiz)	0,00
	r (Kayıp çalışmalardaki korelasyon ortalaması)	0,00

Not. r: korelasyon katsayısı, Z: standardize edilmiş katsayı, p: anlamlılık düzeyi, N: çalışma sayısı

Tablo 4'te yer alan verilere göre bu meta analiz çalışmasında elde edilen etki büyüklüğü sonucunun geçersiz kılınabilmesi için ortalama etki büyüklüğü 0,05 olan 407 çalışma yapılması gerekmektedir. Ayrıca çalışmaya dahil edilmediği varsayılan diğer çalışmaların korelasyon katsayıları veya korelasyon katsayısı ortalamalarının  $r=0,00$  olması gerekmektedir. Meta analize dahil edilen çalışma sayısının hata koruma sayısından oldukça az olması bu meta analiz çalışması için yayın yanlılığı olmadığını göstermektedir.

### Sonuç

Bu araştırma kapsamında çeşitli bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının etkililiğini ortaya koymak amacıyla meta analiz çalışması yürütülmüştür. Yapılan taramalar sonucu 1.029 çalışmaya ulaşılmıştır ve dahil etme ölçütlerine uygun bulunan 17 çalışma meta analize dahil edilmiştir. Bu çalışmaların meta analize dahil edilmesi sürecinde yayın yanlılığı olup olmadığının kontrolü huni saçılım grafiği ile ve Rosenthal ve Orwin güvenli N (Fail-Safe N) testi değerlendirilmiştir ve yayın yanlılığı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. İstatistiksel analiz kapsamında yapılan heterojenite testi sonuçlarına göre çalışmaların dağılımının homojen olduğu belirlenmiştir ( $Q = 23.09, p > .01$ ). Heterojenite testi için  $I^2$  istatistiği incelendiğinde meta analize dahil edilen çalışmaların düşük düzeyde heterojen olduğu görülmektedir ( $I^2 = 30.71$ ). Sosyal bilimlerde kullanılması önerilen rastgele etkiler modeli tercih edilmiştir. Rastgele etkiler modeli dahilinde çeşitli bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının etkililiğine ilişkin genel etki büyüklüğü istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $\eta^2 = 0.73$ ). Elde edilen genel etki büyüklüğü Hedges'in g değeri orta etki büyüklüğü değer aralığına karşılık gelmektedir. Orman grafiği sonuçlarından anlaşıldığı üzere meta-analize dahil edilen çalışmalardaki veriler güçlü, istatistiksel olarak anlamlı ve etki büyüklüğü anlamlıdır. Ulaşılan sonuca göre sosyal anksiyete bozukluğu, TSSB, sosyal fobi, topluluk önünde konuşma kaygısı, stres kaynaklı bozukluklar, panik bozukluk ve agorafobi, empati geliştirme, düşme fobisi, yükseklik fobisi, uçak fobisi, örümcek fobisi ve diğer özgül fobilerin tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının etkili bir tedavi yaklaşımı olduğu söylenebilir.

Alanyazın incelendiğinde araştırmanın sonucunu destekleyen çeşitli meta analiz çalışmaları bulunmaktadır (Carl ve diğerleri, 2019; Chesham ve diğerleri, 2018; Morina ve diğerleri, 2015; Opriş ve diğerleri, 2011; Powers ve Emmelkamp, 2008). Morina ve diğerleri (2015) tarafından yapılan meta analiz çalışmasında sanal gerçeklik uygulamalarının özgül fobilerin tedavisinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde Carl ve diğerleri (2019) tarafından yapılan meta analiz çalışmasında anksiyete ile ilişkili bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının etkili olduğu ortaya konmuştur. Chesham ve diğerleri (2018) tarafından yürütülen meta analiz çalışması sonucunda sosyal anksiyetenin tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının etkili sonuç verdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Bu meta-analiz çalışması, sanal gerçeklik uygulamalarının farklı bozuklukların tedavisinde kullanıldığı araştırmaları incelediği için genel olarak güçlü bir kapsam sunmaktadır. Ancak çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Bu sınırlılıklar; eklenen çalışmaların belirlenen dahil etme ölçütleri ile sınırlı olması, yalnızca İngilizce ve Türkçe çalışmaların taranmış olması, meta analize dahil edilebilmesi açısından sadece niceliksel çalışmaların değerlendirilmeye alınması olarak belirlenebilir. Bu meta-analizin bir başka sınırlılığı çoğu çalışmadaki katılımcı sayısının oldukça düşük olmasıdır. Genel olarak mevcut bulgular, sanal gerçekliğin etkinliğinin doğrulandığına dair güçlü kanıtlar sunsa da bu sonuçları güçlendirmek adına ek verilere ihtiyaç vardır.

Bu sınırlılıklar göz önüne alındığında gelecekteki araştırmalar için çeşitli öneriler sunulmaktadır. SG uygulamalarının genel olarak psikolojik bozukluklar üzerindeki etkililiği hakkında herhangi güçlü bir sonuç elde edebilmek için, yeterli güce sahip metodolojik olarak daha güçlü rastgele kontrollü çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ek olarak, mevcut çalışmaların çoğunluğu özgül fobilere odaklandığından, diğer bozukluklara yönelik klinik araştırmalara ihtiyaç vardır. Ayrıca SGBMT içindeki terapötik değişimin temelinde yatan potansiyel mekanizmaları değerlendiren çalışmalar mevcut değildir. Bu bağlamda katılımcılara sanal gerçeklik deneyimini ne kadar gerçekçi hissettirebildiğini değerlendiren çalışmalar önemlidir. Bunun yanında sanal gerçeklik uygulamalarının çocuk ve ergen terapilerindeki etkisini araştıran çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir (Bashiri ve diğerleri, 2017; Bouchard, 2011; Hadri ve Bouramoul, 2020). Sanal gerçeklik uygulamalarının çocuk ve ergen terapilerindeki etkilerinin kapsamlı araştırılması önemli görülmektedir. Son olarak sanal gerçeklik müdahalelerinin uygulanabilirliğini ve maliyet etkinliğini değerlendirmek amacıyla bu müdahalelerin etkinliği veya klinik faydası üzerine araştırmalara ihtiyaç vardır.

Sanal gerçeklik uygulamalarının çeşitli bozuklukların tedavisinde etkililiğinin daha geniş perspektifte ele alınabilmesi için farklı dillerde ve kültürde yapılmış çalışmaların dahil edilmesi yararlı olabilir. Ayrıca bu meta analize dahil edilmeyen depresyon (Falconer ve diğerleri, 2016; Shah ve diğerleri, 2015), yeme bozuklukları (Ferrer-Garcia ve Gutierrez-Maldonado, 2012), bağımlılık (Bordnick ve diğerleri, 2008; Lee ve diğerleri, 2007), otizm spektrum bozukluğu (Parsons ve Cobb, 2011; Wallace ve diğerleri, 2010), bilişsel rehabilitasyon (Fuchs ve diğerleri, 2011; Man ve diğerleri 2012) ve stres yönetimi (Gorini ve diğerleri, 2010; Wiederhold ve Wiederhold, 2005) gibi problemlerin ve bozuklukların tedavisinde sanal gerçeklik uygulamalarının etkililiğinin test edilmesi yararlı görülmektedir. Sonuç olarak, mevcut bulgular çeşitli bozukluklar için sanal gerçeklik uygulamalarının etkinliğini desteklemektedir. SG uygulamaları ile elde edilen sonuçların gerçek hayattaki olumlu değişimi önemli ölçüde etkilediği görülmektedir. Sanal gerçeklik uygulamalarının

mevcut bozukluklar üzerindeki etkileri zaten incelenmiş olsa da bu alandaki araştırmalarda henüz deneme yapılmamış olan bozukluklar hakkında daha fazla çalışma yapılması gereklidir.

Tüm bunların yanında sanal gerçeklik teknolojisinin psikoloji ve psikolojik danışmanlık alanında kullanımı çeşitli uygulamalarla yaygınlaştırılabilir. Kullanıcılara ücretli ve/veya ücretsiz olarak psikolojik danışma/psikolojik yardım/kendine yardım hizmetleri veren telefon uygulamaları sanal gerçeklik ortamında üç boyutlu tasarlanabilir ve kullanıcılara daha gerçekçi bir deneyim yaşatılabilir. Bunun yanında farklı alanlarda (tıp, diş hekimliği, eczacılık, sosyal hizmetler), alana dair uygulamaların öğrenciler ve meslek adayları tarafından deneyimlenmesine fırsat veren üç boyutlu sanal gerçeklik uygulamaları mevcuttur. Ancak literatür incelemesi sonucunda psikoloji, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, psikiyatri bölümü öğrencilerinin gerçek bir danışan ile psikoterapi/psikolojik danışma yapmasını simüle eden bir üç boyutlu sanal gerçeklik uygulamasına rastlanmamıştır. Bu ihtiyaçtan yola çıkılarak bu bölümlerin öğrencilerinin gerçek bir danışanla çalışmaya başlamadan önce sanal gerçeklik ortamında gerçeğe yakın olarak tasarlanmış bir “sanal danışan” ile mesleki yeterlik, kaygı, kuramsal ve pratik hazır bulunuşluk gibi önemli unsurları deneyimleyebilmesi oldukça önemli görülmektedir.

---

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Bu çalışmada birinci yazar; literatür taraması, araştırmanın yapılması, meta analizin gerçekleştirilmesi, bulguların raporlanması ve makalenin yazılması sorumluluklarını üstlenirken, ikinci yazar hipotezin oluşturulması, imla ve dil bilgisi açısından kontrollerin yapılması sorumluluklarını üstlenmiştir.

**Çıkar Çatışması Beyanı:**

Herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Finansal Destek Beyanı:**

Yazarlar bu çalışmada herhangi bir finansal destekten yararlanmamıştır.

**Etik Kurul Onayı:**

Bu çalışma Düzce Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu kararlarından 2022/29 karar sayılı etik kurul onayına sahiptir.

---

### Kaynakça

- Almeida, J., Suárez, D., Tapia, F., ve Guerrero, G. (2018). Use of virtual reality using render semi-realistic as an alternative medium for the treatment of phobias. Case study: Arachnophobia. *International Conference on Applied Informatics* içinde (ss. 144-154). Springer, Cham.
- Anderson, P. L., Price, M., Edwards, S. M., Obasaju, M. A., Schmertz, S. K., Zimand, E., ve Calamaras, M. R. (2013). Virtual reality exposure therapy for social anxiety disorder: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 81*(5), 751. <https://doi.org/10.1037/a0033559>
- Baños, R. M., Botella, C., Perpiñá, C., Alcañiz, M., Lozano, J. A., Osma, J., ve Gallardo, M. (2002). Virtual reality treatment of flying phobia. *IEEE Transactions on Information Technology in Biomedicine, 6*(3), 206-212. <https://doi.org/10.1109/TITB.2002.802378>
- Baños, R. M., Guillen, V., Quero, S., Garcia-Palacios, A., Alcañiz, M., ve Botella, C. (2011). A virtual reality system for the treatment of stress-related disorders: A preliminary analysis of efficacy compared to a standard cognitive behavioral program. *International Journal of Human-Computer Studies, 69*(9), 602-613. <https://doi.org/10.1016/j.ijhcs.2011.06.002>
- Bashiri, A., Ghazisaeedi, M., ve Shahmoradi, L. (2017). The opportunities of virtual reality in the rehabilitation of children with attention deficit hyperactivity disorder: A literature review. *Korean Journal of Pediatrics, 60*(11), 337. <https://doi.org/10.3345/kjp.2017.60.11.337>
- Beck, J. G., Palyo, S. A., Winer, E. H., Schwagler, B. E., ve Ang, E. J. (2007). Virtual reality exposure therapy for PTSD symptoms after a road accident: An uncontrolled case series. *Behavior Therapy, 38*(1), 39-48. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2006.04.001>
- Bissonnette, J., Dubé, F., Provencher, M. D., ve Moreno Sala, M. T. (2016). Evolution of music performance anxiety and quality of performance during virtual reality exposure training. *Virtual Reality, 20*(1), 71-81. <https://doi.org/10.1007/s10055-016-0281-8>
- Bordnick, P. S., Traylor, A., Copp, H. L., Graap, K. M., Carter, B., Ferrer, M., ve Walton, A. P. (2008). Assessing reactivity to virtual reality alcohol-based cues. *Addictive Behaviors, 33*(6), 743-756. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2007.12.010>
- Borenstein, M., Hedges, L. V., Higgins, J. P., ve Rothstein, H. R. (2005). *Comprehensive meta-analysis version 2*. Englewood, NJ: Biostat.
- Borenstein, M., Hedges, L. V., Higgins, J. P., ve Rothstein, H. R. (2010). A basic introduction to fixed-effect and random-effects models for meta-analysis. *Research Synthesis Methods, 1*(2), 97-111. <https://doi.org/10.1002/jrsm.12>
- Botella, C., García-Palacios, A., Villa, H., Baños, R. M., Quero, S., Alcañiz, M., ve Riva, G. (2007). Virtual reality exposure in the treatment of panic disorder and agoraphobia: A controlled study. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice, 14*(3), 164-175. <https://doi.org/10.1002/cpp.524>
- Botella, C., Osma, J., Garcia-Palacios, A., Quero, S., ve Baños, R. M. (2004). Treatment of flying phobia using virtual reality: Data from a 1-year follow-up using a multiple baseline design. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice, 11*(5), 311-323. <https://doi.org/10.1002/cpp.404>
- Bouchard, S. (2011). Could virtual reality be effective in treating children with phobias? *Expert Review of Neurotherapeutics, 11*(2), 207-213. <https://doi.org/10.1586/ern.10.200>
- Bouchard, S., Bernier, F., Boivin, E., Dumoulin, S., Laforest, M., Guitard, T., ... ve Renaud, P. (2013). Empathy toward virtual humans depicting a known or unknown person expressing pain. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 16*(1), 61-71. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.1567>
- Bouchard, S., Côté, S., St-Jacques, J., Robillard, G., ve Renaud, P. (2006). Effectiveness of virtual reality exposure in the treatment of arachnophobia using 3D games. *Technology and Health Care, 14*(1), 19-27. <https://doi.org/10.3233/THC-2006-14103>

- Bouchard, S., Dumoulin, S., Robillard, G., Guitard, T., Klinger, E., Forget, H., ... ve Roucaut, F. X. (2017). Virtual reality compared with in vivo exposure in the treatment of social anxiety disorder: A three-arm randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 210(4), 276-283. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.116.184234>
- Bown, M. J., ve Sutton, A. J. (2010). Quality control in systematic reviews and meta-analyses. *European Journal of Vascular and Endovascular Surgery*, 40(5), 669-677. <https://doi.org/10.1016/j.ejvs.2010.08.006>
- Bush, J. (2007). Viability of virtual reality exposure therapy as a treatment alternative. *Computers in Human Behavior*, 24(1), 103-113. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.01.001>
- Bush, J. (2008). Viability of virtual reality exposure therapy as a treatment alternative. *Computers in Human Behavior*, 24(3), 1032-1040. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.03.013>
- Cardoş, R. A., David, O. A., ve David, D. O. (2017). Virtual reality exposure therapy in flight anxiety: A quantitative meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 72, 371-380. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.02.029>
- Carl, E., Stein, A. T., Levihn-Coon, A., Pogue, J. R., Rothbaum, B., Emmelkamp, P., ... ve Powers, M. B. (2019). Virtual reality exposure therapy for anxiety and related disorders: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Anxiety Disorders*, 61, 27-36. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2018.08.003>
- Clemente, M., Rey, B., Alcañiz, M., Bretón-López, J., Botella, C., Rodríguez-Pujadas, A., ... ve Baños, R. M. (2013). fMRI assessment of small animals' phobia using virtual reality as stimulus. *2013 7th International Conference on Pervasive Computing Technologies for Healthcare and Workshops* içinde (ss. 344-347). IEEE. <https://doi.org/10.4108/icst.pervasivehealth.2013.252126>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2. basım). ABD: Lawrence Erlbaum Associates.
- Cote, S. (2006). *Cognitive mechanisms underlying virtual reality exposure's efficacy in the treatment of arachnophobia* [Yayınlanmamış doktora tezi]. University of Ottawa, Canada.
- Da Costa, R. T., Sardinha, A., ve Nardi, A. E. (2008). Virtual reality exposure in the treatment of fear of flying. *Aviation, Space, and Environmental Medicine*, 79(9), 899-903.
- Deng, W., Hu, D., Xu, S., Liu, X., Zhao, J., Chen, Q., ... ve Li, X. (2019). The efficacy of virtual reality exposure therapy for PTSD symptoms: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 257, 698-709. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.07.086>
- Difede, J., Cukor, J., Jayasinghe, N., Patt, I., Jedel, S., Spielman, L., ... ve Hoffman, H. G. (2007). Virtual reality exposure therapy for the treatment of posttraumatic stress disorder following September 11, 2001. *Journal of Clinical Psychiatry*, 68(11), 1639-1647. <https://doi.org/10.4088/JCP.v68n1106>
- Difede, J., Cukor, J., Patt, I., Giosan, C., ve Hoffman, H. (2006). The application of virtual reality to the treatment of PTSD following the WTC attack. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1071(1), 500-501. <https://doi.org/10.1196/annals.1364.053>
- Dinçer, S. (2014). *Uygulamalı meta analiz* (2. basım). Ankara: Pegem Akademi.
- Emmelkamp, P. M., Bruynzeel, M., Drost, L., ve van der Mast, C. A. G. (2001). Virtual reality treatment in acrophobia: A comparison with exposure in vivo. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 335-339. <https://doi.org/10.1089/109493101300210222>
- Eshuis, L. V., van Gelderen, M. J., van Zuiden, M., Nijdam, M. J., Vermetten, E., Olff, M., ve Bakker, A. (2021). Efficacy of immersive PTSD treatments: A systematic review of virtual and augmented reality exposure therapy and a meta-analysis of virtual reality exposure therapy. *Journal of Psychiatric Research*, 143, 516-527. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.10.016>
- Falconer, C. J., Rovira, A., King, J. A., Gilbert, P., Antley, A., Fearon, P., ve Brewin, C. R. (2016). Embodying self-compassion within virtual reality and its effects on patients with depression. *British Journal of Psychiatry Open*, 2(1), 74-80. <https://doi.org/10.1192/bjpo.bp.115.002147>

- Ferrer-García, M., ve Gutiérrez-Maldonado, J. (2012). The use of virtual reality in the study, assessment, and treatment of body image in eating disorders and nonclinical samples: A review of the literature. *Body Image*, 9(1), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.10.001>
- Freeman, D. (2008). Studying and treating schizophrenia using virtual reality: A new paradigm. *Schizophrenia Bulletin*, 34(4), 605-610. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbn020>
- Freeman, D., Haselton, P., Freeman, J., Spanlang, B., Kishore, S., Albery, E., ... ve Nickless, A. (2018). Automated psychological therapy using immersive virtual reality for treatment of fear of heights: A single-blind, parallel-group, randomised controlled trial. *The Lancet Psychiatry*, 5(8), 625-632. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30226-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30226-8)
- Fuchs, P., Moreau, G., ve Guitton, P. (2011). Virtual reality in medicine. In P. Fuchs, G. Moreau, ve P. Guitton (Ed.), *Virtual reality: Concepts and technologies* (ss. 517-539). CRC Press. <https://doi.org/10.1201/b10725-32>
- Garcia-Palacios, A., Hoffman, H. G., Kwong See, S., Tsai, A. M. Y., ve Botella, C. (2001). Redefining therapeutic success with virtual reality exposure therapy. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 341-348. <https://doi.org/10.1089/109493101300210232>
- Garcia-Palacios, A., Hoffman, H., Carlin, A., Furness III, T. A., ve Botella, C. (2002). Virtual reality in the treatment of spider phobia: A controlled study. *Behaviour Research and Therapy*, 40(9), 983-993. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00068-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00068-7)
- Giotakos, O., Tsirgogianni, K., ve Tarnanas, I. (2007, Eylül). A virtual reality exposure therapy (VRET) scenario for the reduction of fear of falling and balance rehabilitation training of elder adults with hip fracture history. *2007 Virtual Rehabilitation* (ss. 155-158). IEEE. <https://doi.org/10.1109/ICVR.2007.4362152>
- Gonçalves, R., Pedrozo, A. L., Coutinho, E. S. F., Figueira, I., ve Ventura, P. (2012). Efficacy of virtual reality exposure therapy in the treatment of PTSD: A systematic review. *PLoS One*, 7(12), e48469. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0048469>
- Gorini, A., Pallavicini, F., Algeri, D., Repetto, C., Gaggioli, A., ve Riva, G. (2010). Virtual reality in the treatment of generalized anxiety disorders. In B. K. Wiederhold ve G. Riva (Ed.), *Annual Review of Cybertherapy and Telemedicine* (Cilt 8, ss. 39-43). Interactive Media Institute.
- Göktaş, E. (2017). Bir eğitim politikası belirleme yöntemi: meta analiz. *Medeniyet Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 35-54.
- Guitard, T., Bouchard, S., Bélanger, C., ve Berthiaume, M. (2019). Exposure to a standardized catastrophic scenario in virtual reality or a personalized scenario in imagination for generalized anxiety disorder. *Journal of Clinical Medicine*, 8(3), 309. <https://doi.org/10.3390/jcm8030309>
- Hadri, S. A., ve Bouramoul, A. (2020). Recent virtual reality advances in psychotherapy: A highly selective review. *International Journal of Informatics and Applied Mathematics*, 3(2), 23-34. <https://doi.org/10.33219/IJIAM.2020.01.002>
- Harris, S. R., Kemmerling, R. L., ve North, M. M. (2002). Brief virtual reality therapy for public speaking anxiety. *CyberPsychology & Behavior*, 5(6), 543-550. <https://doi.org/10.1089/109493102321018187>
- Higgins, J. P. T., ve Thompson, S. G. (2002). Quantifying heterogeneity in a meta-analysis. *Statistics in Medicine*, 21(11), 1539-1558. <https://doi.org/10.1002/sim.1186>
- Horigome, T., Kurokawa, S., Sawada, K., Kudo, S., Shiga, K., Mimura, M., ve Kishimoto, T. (2020). Virtual reality exposure therapy for social anxiety disorder: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Medicine*, 50(15), 2487-2497. <https://doi.org/10.1017/S0033291719005246>
- Işıklı, S., Baran, Z., ve Aslan, S. (2019). Özgül fobilerde sanal gerçeklik teknolojisi uygulamaları ile tedaviye yardımcı araç geliştirme: Bir etkililik çalışması. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 254-263. <https://doi.org/10.5505/kpd.2019.12345>
- Kampmann, I. L., Emmelkamp, P. M. G., Hartanto, D., Brinkman, W.-P., Zijlstra, B. J. H., ve Morina, N. (2016). Exposure to virtual social interactions in the treatment of social anxiety disorder: A



- randomized controlled trial. *Behaviour Research and Therapy*, 77, 147-156. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.12.016>
- Kim, O., Pang, Y., ve Kim, J. H. (2019). The effectiveness of virtual reality for people with mild cognitive impairment or dementia: A meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 19(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2180-x>
- Klinger, E., Bouchard, S., Légeron, P., Roy, S., Lauer, F., Chemin, I., ve Nugues, P. (2005). Virtual reality therapy versus cognitive behavior therapy for social phobia: A preliminary controlled study. *Cyberpsychology & Behavior*, 8(1), 76-88. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.76>
- Kothgassner, O. D., Goreis, A., Kafka, J. X., Van Eickels, R. L., Plener, P. L., ve Felnhofer, A. (2019). Virtual reality exposure therapy for posttraumatic stress disorder (PTSD): A meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, 10(1), 1654782. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1654782>
- Krijn, M., Emmelkamp, P. M., Olafsson, R. P., ve Biemond, R. (2004). Virtual reality exposure therapy of anxiety disorders: A review. *Clinical Psychology Review*, 24(3), 259-281. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.04.001>
- Krupić, D., Žuro, B., ve Corr, P. J. (2021). Anxiety and threat magnification in subjective and physiological responses of fear of heights induced by virtual reality. *Personality and Individual Differences*, 169, 110720. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110720>
- Lee, J. H., Ku, J., Kim, K., Kim, B., Kim, I. Y., Yang, B. H., ... ve Kim, S. I. (2007). Experimental application of virtual reality for nicotine craving through cue exposure. *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 617-623. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9987>
- Lee, J. H., Park, S. U., Kang, J. I., Yang, D. J., ve Park, S. K. (2011). Effects of virtual reality exercise program on muscle activity and balance abilities in elderly women. *The Journal of Korean Physical Therapy*, 23(4), 37-44.
- Levy, F., Leboucher, P., Rautureau, G., Komano, O., Millet, B., ve Jouvent, R. (2016). Fear of falling: Efficacy of virtual reality associated with serious games in elderly people. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 12, 877-881. <https://doi.org/10.2147/NDT.S97803>
- Lindner, P., Dagöo, J., Hamilton, W., Miloff, A., Andersson, G., Schill, A., ve Carlbring, P. (2021). Virtual reality exposure therapy for public speaking anxiety in routine care: A single-subject effectiveness trial. *Cognitive Behaviour Therapy*, 50(1), 67-87. <https://doi.org/10.1080/16506073.2020.1811893>
- Ling, Y., Nefs, H. T., Morina, N., Heynderickx, I., ve Brinkman, W. P. (2014). A meta-analysis on the relationship between self-reported presence and anxiety in virtual reality exposure therapy for anxiety disorders. *PLoS ONE*, 9(5), e96144. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0096144>
- Malbos, E., Rapee, R. M., ve Kavakli, M. (2013). A controlled study of agoraphobia and the independent effect of virtual reality exposure therapy. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 47(2), 160-168. <https://doi.org/10.1177/0004867412465820>
- Malloy, K. M., ve Milling, L. S. (2010). The effectiveness of virtual reality distraction for pain reduction: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 30(8), 1011-1018. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.07.001>
- Man, D. W. K., Chung, J. C. C., Lee, G. Y. Y., ve Lee, D. T. F. (2012). Evaluation of a virtual reality-based memory training programme for Hong Kong Chinese older adults with questionable dementia: A pilot study. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 27(5), 513-520. <https://doi.org/10.1002/gps.2758>
- McLay, R. N., Wood, D. P., Webb-Murphy, J. A., Spira, J. L., Wiederhold, M. D., Pyne, J. M., ve Wiederhold, B. K. (2011). A randomized, controlled trial of virtual reality-graded exposure therapy for post-traumatic stress disorder in active duty service members with combat-related post-traumatic stress disorder. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(4), 223-229. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0003>

- Morina, N., Ijntema, H., Meyerbröker, K., ve Emmelkamp, P. M. (2015). Can virtual reality exposure therapy gains be generalized to real-life? A meta-analysis of studies applying behavioral assessments. *Behaviour Research and Therapy*, 74, 18-24. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.08.010>
- Oprış, D., Pinteá, S., García-Palacios, A., Botella, C., Szamosközi, Ş., ve David, D. (2012). Virtual reality exposure therapy in anxiety disorders: A quantitative meta-analysis. *Depression and Anxiety*, 29(2), 85-93. <https://doi.org/10.1002/da.20910>
- Optale, G., Pastore, M., Marin, S., Bordin, D., Nasta, A., ve Pianon, C. (2004). Male sexual dysfunctions: Immersive virtual reality and multimedia therapy. *Studies in Health Technology and Informatics*, 99, 165–178. <https://doi.org/10.3233/978-1-60750-944-8-165>
- Parsons, S., ve Cobb, S. (2011). State-of-the-art of virtual reality technologies for children on the autism spectrum. *European Journal of Special Needs Education*, 26(3), 355-366. <https://doi.org/10.1080/08856257.2011.593831>
- Parsons, T. D., ve Rizzo, A. A. (2008). Affective outcomes of virtual reality exposure therapy for anxiety and specific phobias: A meta-analysis. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 39(3), 250-261. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2007.07.007>
- Pelissolo, A., Zaoui, M., Aguayo, G., Yao, S. N., Roche, S., Ecochard, R., ... ve Cottraux, J. (2012). Virtual reality exposure therapy versus cognitive behavior therapy for panic disorder with agoraphobia: A randomized comparison study. *Journal of Cybertherapy and Rehabilitation*, 5(1), 35-43.
- Penn, D. L., Ivory, J. D., ve Judge, A. (2010). The virtual doppelganger: Effects of a virtual reality simulator on perceptions of schizophrenia. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 198(6), 437-443. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3181e07d6e>
- Piercey, C. D., Charlton, K., ve Callewaert, C. (2011). The effectiveness of self-help virtual reality for arachnophobia. *Journal of CyberTherapy and Rehabilitation*, 4(2), 289-291.
- Powers, M. B., ve Emmelkamp, P. M. (2008). Virtual reality exposure therapy for anxiety disorders: A meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(3), 561-569. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.04.006>
- Rizzo, A., Cukor, J., Gerardi, M., Alley, S., Reist, C., Roy, M., ... ve Difede, J. (2015). Virtual reality exposure for PTSD due to military combat and terrorist attacks. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 45(4), 255-264. <https://doi.org/10.1007/s10879-015-9306-3>
- Rose, V., Stewart, I., Jenkins, K. G., Ang, C. S., ve Matsangidou, M. (2018). A scoping review exploring the feasibility of virtual reality technology use with individuals living with dementia. *ICAT-EGVE*, 2018(1), 131–139. <https://doi.org/10.2312/egve.20181339>
- Rothbaum, B. O., Hodges, L., Alarcon, R., Ready, D., Shahar, F., Graap, K., ... ve Baltzell, D. (1999). Virtual reality exposure therapy for PTSD Vietnam veterans: A case study. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 12(2), 263-271. <https://doi.org/10.1023/A:1024772308758>
- Rothbaum, B. O., Hodges, L., Smith, S., Lee, J. H., ve Price, L. (2000). A controlled study of virtual reality exposure therapy for the fear of flying. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(6), 1020-1026. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.6.1020>
- Rus-Calafell, M., Gutiérrez-Maldonado, J., ve Ribas-Sabaté, J. (2014). A virtual reality-integrated program for improving social skills in patients with schizophrenia: A pilot study. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 45(1), 81-89. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2013.09.002>
- Segal, R., Bhatia, M., ve Drapeau, M. (2011). Therapists' perception of benefits and costs of using virtual reality treatments. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(1-2), 29-34. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0398>
- Shah, L. B., Torres, S., Kannusamy, P., Chng, M. L., He, H. G., ve Klainin-Yobas, P. (2015). Efficacy of the virtual reality-based stress management program on stress-related variables in people with mood disorders: The feasibility study. *Archives of Psychiatric Nursing*, 29(1), 6-13. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2014.09.003>

- Suso-Ribera, C., Fernández-Álvarez, J., García-Palacios, A., Hoffman, H. G., Bretón-López, J., Baños, R. M., ... ve Botella, C. (2019). Virtual reality, augmented reality, and in vivo exposure therapy: A preliminary comparison of treatment efficacy in small animal phobia. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(1), 31-38. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0671>
- Sutcliffe, A. (2003). *Multimedia and virtual reality: Designing multisensory user interfaces* (1. basım). Psychology Press.
- Şen, S. (2019). SPSS ile Meta-Analiz Nasıl Yapılır? *Harran Maarif Dergisi*, 4(1), 21-49.
- Şen, S., ve Yıldırım, İ. (2020). *CMA ile meta-analiz uygulamaları* (1. basım). ANI Yayıncılık.
- Uçkun, O. B. (2019). *Uçak fobisinin giderilmesinde hipnotik yaklaşım ve sanal gerçeklik uygulamalarının etkililiğinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.
- Vanni, F., Conversano, C., Del Debbio, A., Landi, P., Carlini, M., Fanciullacci, C., Bergamasco, M., Di Fiorino, A., ve Dell'Osso, L. (2013). A survey on virtual environment applications to fear of public speaking. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*, 17(11), 1561-1568.
- Ventura, S., Badenes-Ribera, L., Herrero, R., Cebolla, A., Galiana, L., ve Baños, R. (2020). Virtual reality as a medium to elicit empathy: A meta-analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(10), 667-676. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0141>
- Wallace, S., Parsons, S., Westbury, A., White, K., ve Bailey, A. (2010). Sense of presence and atypical social judgments in immersive virtual environments: Responses of adolescents with autism spectrum disorders. *Autism*, 14(3), 199-213. <https://doi.org/10.1177/1362361309348074>
- Wallach, H. S., ve Bar-Zvi, M. (2007). Virtual-reality-assisted treatment of flight phobia. *Israel Journal of Psychiatry*, 44(1), 29-32.
- Wallach, H. S., Safir, M. P., ve Bar-Zvi, M. (2009). Virtual reality cognitive behavior therapy for public speaking anxiety: A randomized clinical trial. *Behavior Modification*, 33(3), 314-338. <https://doi.org/10.1177/0145445509331926>
- Wechsler, T. F., Kümpers, F., ve Mühlberger, A. (2019). Inferiority or even superiority of virtual reality exposure therapy in phobias? A systematic review and quantitative meta-analysis on randomized controlled trials specifically comparing the efficacy of virtual reality exposure to gold standard in vivo exposure in agoraphobia, specific phobia, and social phobia. *Frontiers in Psychology*, 10, 1758. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01758>
- Westwood, J. D. (2004). Virtual reality combats test anxiety: A case study report. *Medicine Meets Virtual Reality 12: Building a Better You: The Next Tools for Medical Education, Diagnosis, and Care*, 98, 278.
- Wiederhold, B. K., ve Wiederhold, M. D. (2005). Virtual reality therapy for anxiety disorders: Advances in evaluation and treatment. *The Psychiatric Clinics of North America*, 28(3), 623-634. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2005.05.010>
- Wu, J., Ma, Y., ve Ren, Z. (2020). Rehabilitative effects of virtual reality technology for mild cognitive impairment: A systematic review with meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 11, 1811. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01811>
- Wuehr, M., Breitkopf, K., Decker, J., Ibarra, G., Huppert, D., ve Brandt, T. (2019). Fear of heights in virtual reality saturates 20 to 40 m above ground. *Journal of Neurology*, 266(1), 80-87. <https://doi.org/10.1007/s00415-018-9123-5>

## Effectiveness of Virtual Reality Applications in Therapy According to Various Criteria: A Meta-Analysis Study

### Summary

Virtual reality applications have started to be used in many different areas, considering the latest technological developments. Virtual reality can be defined as a virtual world created in a virtual/computer environment, integrating real-time computer graphics, sounds, and other sensory inputs that users can interact with. Although its use in psychology covers a period of 15 years, it has recently become a preferred application in multiple treatment methods, especially the exposure technique, by psychotherapists/psychological counselors who have adopted the cognitive behavioral therapy approach (Botella, et al., 2004). It is known that VR technologies have been much faster and of higher quality since the first mental health practice with the technological developments in the fields of computers and informatics. More importantly, the significant decrease in the cost of technology leads to the development of many more applications for using VR in the mental health field, as in many areas. The focus of VR use in the mental health field is interaction.

Within the scope of this research, a meta-analysis was conducted to investigate the effectiveness of virtual reality applications in treating different mental disorders. As a result of the scans, 1029 studies were reached, and 17 studies found suitable for the addition-removal criteria were included in the meta-analysis. The control of publication bias in the inclusion of these studies was evaluated with a funnel scatterplot, and it was concluded that there was no publication bias. According to the results of the heterogeneity test performed within the scope of statistical analysis, the distribution of the studies was homogeneous ( $Q= 23.09, p > .01$ ). When the  $I^2$  statistic for the heterogeneity test had been examined, it was observed that the studies included in the meta-analysis have a low level of heterogeneity ( $I^2= 30.71$ ). The random effects model recommended for use in social sciences was preferred. The overall effect size for the effectiveness of virtual reality applications in treating various disorders within the random effects model was found to be statistically significant ( $\eta^2 = 0.73$ ). The overall effect size Hedges'  $g$  value obtained corresponded to the middle effect size value range. According to the results, virtual reality in the treatment of social anxiety disorder, fall phobia, height phobia, airplane phobia, social phobia, post-traumatic stress disorder, spider phobia, public speaking anxiety, stress-related disorders, panic disorder and agoraphobia, empathy development, and other specific phobias applications can be said to be an effective treatment approach.

There are various meta-analysis studies supporting the result of the research (Carl et al., 2019; Chesham et al., 2018; Morina et al., 2015; Powers ve Emmelkamp, 2018; Oprüş et al., 2011). In the meta-analysis study conducted by Morina et al. (2015) to determine the effectiveness of virtual reality applications in treating specific phobias, it was concluded that

virtual reality applications are effective in treating specific phobias. Similarly, in another meta-analysis performed by Carl et al. (2019), which investigated the effectiveness of virtual reality applications in the treatment of anxiety-related disorders, it was revealed that virtual reality applications were effective in the treatment of anxiety-related disorders. As a result of the meta-analysis study conducted by Chesham and colleagues (2018), it was concluded that virtual reality applications have effective results in treating social anxiety.

Although these meta-analysis studies are vital because they deal with studies in which virtual reality applications are used to treat more than one different disorder, the study has some limitations. These limitations are as follows: It can be determined that only quantitative studies are evaluated because the added studies are limited to the specified addition and subtraction criteria. Only English and Turkish studies were scanned. They can be included in the meta-analysis. Another limitation of this meta-analysis is the relatively low number of participants in most studies. Overall, the available results need additional data to be accepted as confirmed and divergent evidence of VR's efficacy.

## Kuramsal Derleme

**Sosyal Kimlikler ve Psikoterapi Süreçleri: Terapistin ve Danışanın Sosyal Kimlikleri Açısından Eşleşmesi**Fatma KORKMAZ\*<sup>1</sup> , Emine YÜCEL<sup>2</sup> <sup>1</sup> Psikolog<sup>2</sup> Selçuk Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Konya, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar Kelimeler:**sosyal kimlik,  
danışan-terapist  
eşleşmesi,  
psikoterapist  
tercihi,  
psikoterapi**Öz**

Danışanlar ve terapistler sosyal kimliklerini psikoterapi sürecine getirir. Mevcut derleme sosyal kimlikler bakımından terapist-danışan eşleşmesinin danışanın bakış açısından psikoterapist seçimiyle ve terapötik sonuçlarla ilişkisini incelemeyi amaçlamıştır. Öncelikle sosyal kimlik kuramı tanıtılmış ve etkileşim ortakları arasındaki sosyal kimlik benzerliğinin veya eşleşmesinin empati, güven, kendini açma ve anlayış gibi kişiler arası ilişkilere özgü olumlu süreçler için önemi vurgulanmıştır. Ardından benzer kişiler arası süreçlerin psikoterapinin başarısı için de önemli olduğunun altı çizilerek danışan deneyimleri açısından özellikle ırk /etnisite, din, cinsiyet ve yaş bakımından danışan-terapist eşleşmesini ele alan görgül çalışmaların bulguları gözden geçirilmiştir. Danışan-terapist sosyal kimlik eşleşmesinin danışanların psikoterapist seçimini, memnuniyetini, psikoterapiye devamlılığını ve tedavi sonuçlarını etkilediği çıkarımına gidilebilir. Ancak danışan-terapist kimlik uyumuna ilişkin bulguların tutarlı olduğunu söylemek güçtür. Danışanlar özellikle terapinin ilk aşamalarında terapistin yaş, cinsiyet, din, sosyoekonomik düzey ve ırk /etnik köken gibi görece kolay fark edilebilir özelliklerine göre terapistte güven geliştiriyor olabilseler de farklılıklarla bir arada yaşamının kaçınılmaz olduğu günümüz toplumlarında kültürel açıdan duyarlı psikoterapi yaklaşımlarını yaygınlaştırmak daha önemlidir.

**Abstract****Keywords:**social identities,  
client-therapist  
matching,  
psychotherapist  
choice,  
psychotherapy

Clients and therapists bring their social identities into the psychotherapy process. The current review examined the association of therapist-client matching on social identities with psychotherapist selection and therapeutic outcomes from the client's perspective. Firstly, social identity theory was introduced, and the prominence of social identity similarity or matching among interaction partners for positive interpersonal processes, such as empathy, trust, self-disclosure, and understanding was emphasized. Next, underlining that similar interpersonal processes are also crucial for the success of psychotherapy, we reviewed the findings of the empirical studies that specifically deal with client-therapist matching on race/ethnicity, religion, gender, and age regarding client experiences. It can be concluded that the client-therapist social identity matching affects clients' choice of psychotherapist, satisfaction, continuity with psychotherapy, and treatment outcomes. However, it is difficult to say that the findings on client-therapist identity matching are consistent. Although clients may trust their therapists, especially in the early stages of therapy, depending on the therapist's relatively easily recognizable characteristics, such as age, gender, religion, socioeconomic level, and race/ethnicity, it is more important to spread culturally sensitive psychotherapy approaches in contemporary societies where it is inevitable to live together with differences.

\*Sorumlu yazar, Bağımsız araştırmacı, Konya, Türkiye

e-posta: [fatmakorkmz1@gmail.com](mailto:fatmakorkmz1@gmail.com)

DOI: 10.31682/ayna.1338115

Gönderim Tarihi (Received): 05.08.2023; Kabul Tarihi (Accepted): 09.05.2024

ISSN: 2148-4376



## Giriş

Bireyin zaman içerisinde gelişerek biriktirdiği yaşam öyküsüne göre “Ben kimim?” sorusuna verdiği cevapları içeren kimlik kavramı (Ergün, 2020); bir kişinin ya da grubun /topluluğun kendi niteliklerine, değerlerine, konumuna ve kökenine ilişkin bilinçli kavrayışı olarak tanımlanmaktadır (Şimşek, 2002). Sosyal Kimlik Kuramına göre kimlik bireysel ve sosyal olmak üzere ikiye ayrılabilir (Tajfel ve Turner, 1979). Bireysel kimlik, bireyi diğerlerinden ayıran fiziksel ve zihinsel özellikler ile bireysel deneyimler gibi nitelikleri kapsamaktadır. Sosyal kimlik ise birey kendisini ait olduğu grubun değerleri, tutumları, inançları ya da öncelikleri bakımından tanımladığında açığa çıkmaktadır. Sosyal kimlikler bireylerin kişisel özelliklerine değil de grup aidiyetine dayanması bakımından bireysel kimliklerden farklılaşır. Sosyal sınıflandırmalar yaş, cinsiyet, vatandaşlık, millet, ırk, etnisite, din ve ideolojik yönelim gibi pek çok farklı özellik ekseninde yapılabilir. Belirli bir bağlamda bu kimliklerden biri ya da birkaçı belirginlik kazandığında bireyler kendilerini “erkek”, “Amerikalı”, “siyahi” gibi birçok farklı grup aidiyeti temelinde tanımlamaya başlayabilir (Ashforth ve Mael, 1989; Mackie ve diğerleri, 1996).

Sosyal kimlikler sosyal yaşamda olduğu kadar profesyonel bir etkileşim gerektiren psikoterapötik süreçlerde de önem taşır. Terapötik etkileşim ortakları, yani danışan ve terapist kendi kültürlerinin, yaşantılarının ve dünya görüşlerinin kesişiminde yer alan sosyal kimliklerini terapi sürecine getirir (PettyJohn ve diğerleri, 2020). Mevcut derleme çalışmasının amacı danışan-terapist sosyal kimlik eşleşmesine ilişkin görgül bulguları psikoterapist seçimi, psikoterapi süreçleri ve terapötik sonuçlar açısından anlatsal (naratif) olarak derlemektir. Bu doğrultuda öncelikle Sosyal Kimlik Kuramı tanıtılarak sosyal kimliklerin özellikle kişiler arası etkileşimdeki rolü irdelenecektir. Bunu takiben terapötik ilişkinin ne olduğu ve doğası tanıtıldıktan sonra danışan-terapist sosyal kimlik eşleşmesinin terapötik ilişkiye olan etkileri ele alınacaktır. Önceki araştırmalar ırk /etnik köken, yaş, cinsiyet ve dine dayalı kimliklerin kolay gözlemlenebilir olmasından ötürü danışanların terapist tercihleri üzerinde ve terapi sürecinin başlangıcında terapistte güven duygusu geliştirmelerinde belirleyici olabileceğini ortaya koymuştur (Beutler ve diğerleri, 1991; Cheng ve diğerleri, 2023; Jones ve Zoppel, 1982; Kirshner ve diğerleri, 1978; Simons ve Helms, 1976). Buradan hareketle mevcut çalışmada danışan-terapist kimlik eşleşmesinin etkileri danışanın gözünden spesifik olarak ırk /etnik köken, yaş, cinsiyet ve din temelli sosyal kimlikler ekseninde derlenecektir. Bu derleme çalışmasının Türkiye’de teorik ya da görgül açıdan henüz yeterince ele alınmayan “eşleşme” kavramı hakkında Türkiyeli okurlara bütüncül bir perspektif kazandıracağı düşünülmektedir.

## Sosyal Kimlik ve Kişiler Arası İlişkiler

Sosyal Kimlik Kuramına göre insanlar çevrelerinde gördükleri canlı, cansız tüm varlıkları kategorize etme eğilimindedir (Tajfel ve Turner, 1979). Kategorizasyon, karmaşıklığı azaltarak sosyal dünyanın daha basit şekilde algılanmasını sağlar; insanlar her bir bireyi ya da nesneyi ayrı ayrı algılamak ya da değerlendirmek yerine kategorilerle ilişkili ortak özelliklere göre varlıklar hakkında daha hızlı yargılarda ya da tahminlerde bulunabilir (Brown, 2000; Ellemers ve Haslam, 2012). Ortak özelliklere sahip olduğu düşünülen insanlar da aynı grup içinde sınıflandırılabilir; buna “sosyal kategorizasyon” adı verilmektedir (Tajfel, 1978). Sosyal kategoriler yalnızca sosyal dünyayı sistematize etmekle kalmaz; bu kategoriler aynı zamanda bireyin sosyal dünyada kendini tanımlama ve yerini belirleme sürecinde de önemli bir rol üstlenir (Tajfel ve Turner, 1986). İnsanlar kendilerini bir grubun üyesi olarak sınıflandırdıklarında ya da tanımladıklarında sosyal kimlikleri açığa çıkar (Turner ve diğerleri, 1987). Sosyal kimliklenme kişinin yalnızca belli bir grubun üyesi olduğuna ilişkin *bilişsel farkındalığı* değildir; aynı zamanda bu grup üyeliğinin benlik açısından *duygusal önemini* de içermektedir (Tajfel, 1978). Bireyler, üyesi olduğu grubun sosyal statüsünü, dolayısıyla kendi değerlerini diğer gruplarla yaptığı sosyal karşılaştırmalara göre belirler ve bu karşılaştırma sonucunda olumlu bir sosyal kimlik algısı edinmeyi hedefler (Tajfel ve Turner, 1979). Sosyal kimlikler benlik kavramının bir parçasını oluşturduğu için olumlu bir sosyal kimlik algısı, bireyin kendisini değerli, önemli ve yeterli olarak değerlendirmesini sağlamaktadır. Turner’a (1982) göre olumlu bir sosyal kimlik arzusu, bireyin yüksek benlik saygısına sahip olma yönündeki temel motivasyonunun bir sonucudur. Kişiler ait oldukları gruplara (yani iç gruplarına) verdikleri önem nispetinde bu grupların diğerlerinden ayrışan kimliğini vurgulamaya ve bu grupların ve üyelerinin sahip olduğu değeri pekiştirmeye, korumaya ve artırmaya güdülenmiştir (Ellemers ve Haslam, 2012). Bu doğrultuda bireyler iç gruplarını kayırma ve dış grupları ise küçümseme eğilimi gösterir; bu durum sosyal kimlik alan yazınında “iç grup yanlılığı” olarak isimlendirilmektedir (Tajfel ve Turner, 1979). Düşük statülü grupların üyeleri kimlik statülerini yükseltmek, yani daha istenir bir sosyal kimliğe kavuşmak için dış grupla rekabete girme veya iç grubu dış gruptan olumlu anlamda ayrıştırdığı yönler ekseninde tanımlama gibi taktikler kullanabilir (Ellemers ve Haslam, 2012; Tajfel, 1978).

Sosyal kür (social cure) hipotezine göre sosyal kimlikler bireyin iyi oluşu üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir (Jetten ve diğerleri, 2017). Çok sayıda araştırma sosyal kimliklerin hem fiziksel hem psikolojik iyi oluşa katkı sağladığını ortaya koymuştur. Örneğin, Cruwys ve diğerleri (2013) sosyal grup üyeliklerinin depresif belirtileri azalttığını, depresyonun tekrarlamasını engellediğini ve bireyleri gelecekte depresyona girmekten koruduğunu tespit etmiştir. Benzer şekilde kişilerin grup üyeleriyle birlikte kolektif etkinliklerde bulunması



onların psikolojik ve bedensel sağlığının gelişmesine katkı sunmuştur (Tewari ve diğerleri, 2012). Bununla birlikte iş değiştirme, emeklilik, göç gibi ani değişiklikler içeren yaşam olayları karşısında önceki sosyal kimliklerin devamlılığı ve yeni sosyal kimliklerin kazanımı bireylerin sağlığını ve iyi oluşunu korumasına yardımcı olmaktadır (Haslam ve diğerleri, 2021). Greenaway ve diğerleri (2016) sosyal kimliklenme ile iyi oluş arasındaki ilişkinin sosyal kimliklerin bireyin ait olma, benlik saygısını koruma, kontrol sahibi olma ve varoluşuna anlam verme gibi temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılmasına bağlı olarak açığa çıktığını ortaya koymuştur.

Sosyal kimlikler belirli bir durumda bilişsel olarak erişilebilir hâle geldiğinde, yani belirginlik kazandığında, iç grup üyeleri arasındaki benzerliklere ve iç-dış grup üyeleri arasındaki farklılıklara ilişkin algılar kuvvetlenir (Turner ve diğerleri, 1987). Sonuçta açığa çıkan iç grup homojenliğine ilişkin algı, grup üyeleri arasında biz olma duygusunu artırarak sosyal destek, empati ve karşılıklı anlayış gibi olumlu süreçleri teşvik edebilmektedir (Ellemers ve Haslam, 2012; Turner ve diğerleri, 1987). Ayrıca sosyal kimlikler kişiler arası süreçlerde belirgin hâle geldiğinde hem iç hem de dış grup üyelerine ilişkin yaygın kalıp yargılar, değerler ve inançlar devreye girer (Ellemers ve Haslam, 2012; Turner ve diğerleri, 1987, 1994). Etkileşim kurulan kişinin bir iç grup üyesi olduğu durumda diğerinin bakış açısını alma ve ona empatik tepki verme kolaylaşabilmektedir (Gray ve Stevenson, 2019).

Alan yazında sosyal kimliğin kişiler arası ilişkileri olumlu yönde etkileyen güven, empati, sosyal destek ve kendini açma gibi dinamikler üzerinde belirleyici olduğuna dair çeşitli görgül bulgulara rastlanmaktadır. Söz gelimi araştırmalar insanların dış grup üyelerinin duyguları ve eylemleri ile empati kurmada iç gruplarına kıyasla daha başarısız olduğunu gösteren bir empati boşluğu yaşayabildiğinden bahsetmektedir (Gutsell ve Inzlicht, 2012). Bu boşluk özellikle ön yargısı yüksek olan kişilerde daha baskın bir eğilim olup bu kişilerin duygusal paylaşımlarda dış grup üyelerinin ihtiyaçlarına cevap verebilme olasılığını düşürebilmektedir (Batson ve diğerleri, 1997; Cialdini ve diğerleri, 1997). İnsanlar sosyal etkileşimleri esnasında diğerlerinin davranışlarını ve duygusal tepkilerini doğru tahmin edebildiklerine ilişkin kendilerine güven duymayı ister (Berger ve Calabrese, 1974). Diğerlerinin duygularını kestirebilmeye ilişkin kendine güven duyma, sosyal etkileşimlerin kalitesi açısından önemlidir (Gudykunst ve Hammer, 1988). İç ve dış grup üyelerinin duygularını tanımaya yönelik yapılan bir araştırmada katılımcılar, benzer kültürü paylaştıkları kişilerin duygusal davranışlarını tahmin etmede farklı kültürden kişilerin davranışlarını tahmin etmeye göre kendilerine daha fazla güvendiklerini belirtmişlerdir (Beaupré ve Hess, 2006). Bununla birlikte dış grup üyeleriyle olan temas sıklığı ya da yakınlık gibi faktörler dış grup üyelerinin duygu ifadelerini tanımaya ilişkin özgüveni artırabilmektedir (Beaupré ve

Hess, 2006). Ancak gruplar arası temasın ilk evrelerinde bireylerin belirsizlik, kaygı, rahatsızlık gibi olumsuz duyguları yaşamaması muhtemeldir (Stephan ve diğerleri, 1991). Gruplar Arası Kaygı Kuramına göre özellikle dış grup üyeleriyle iletişim kurarken bireyler, iç grup üyeleri ile olan etkileşimlerine göre daha çekingen görünebilirler (Walter ve Cookie, 1985). Dış grup üyelerinden gelebilecek olası olumsuz eleştiriler ile ilgili endişeler gruplar arası etkileşimlerde bireylerin kendini açmasını zorlaştırabilir (Gonzales ve diğerleri, 1983). Buna karşılık kişiler arası ilişkilerde, bireyler etkileşim partnerleriyle sosyal kimlikleri açısından eşleştikleri durumlarda karşı taraftan aldıkları sosyal desteği daha yararlı algılayabilmektedir. Örneğin hasta ziyaretleri ile ilgili yapılan bir çalışmada, ziyaretçiler ve hastalar özellikle yaş ve cinsiyet açısından eşleştiklerinde ziyaretçilerin yarısı, hastalardan daha anlayışlı ve empatik olduklarına ilişkin geri bildirimler almış ve bu doğrultuda yaş ve cinsiyet benzerliğinin ziyaret başarısını arttırmada etkili olduğunu öne sürmüşlerdir (Thoits, 2021).

Sosyal kimliğin kişiler arası ilişkiler açısından önemi terapist ve danışan arasındaki psikolojik yardım alma /verme sürecinde de kendini gösterebilmektedir (Behn ve diğerleri, 2018; PettyJohn ve diğerleri, 2020; Raja, 2016). Bu konuya geçmeden önce takip eden kısımda terapide gelişimi sağlamak için önemli bir unsur olan terapötik ilişkinin doğası gözden geçirilecektir.

### **Terapötik İlişki**

Terapötik etkileşim, ruh sağlığı alanında uzman bir profesyonel ile psikolojik yardım almayı talep eden bir danışan arasında gerçekleşir. Terapi odasında daha ilk günden başlamak suretiyle terapistin danışana göre konumu itibarıyla daha ayrıcalıklı olduğu hiyerarşik bir ortam vardır (Addison ve Coolhart, 2015; Watts-Jones, 2010). Bu ilişkinin başarısı danışan ve terapist arasında sorumluluk, karşılıklı saygı ve güvene dayalı bir etkileşim kurulabilmesine bağlıdır (Weishaar, 2007). Psikoterapi sonuçlarını ele alan araştırmalar danışanın kaydettiği terapötik ilerleme ile ilişkili olarak spontan iyileşme, beklenmedik olaylar ya da sosyal destek gibi *terapi dışı unsurlar*, plasebo etkisi gibi *danışan beklentileri*, farklı terapilerde kullanılan hipnoz, sistematik duyarsızlaştırma gibi *teknikler* ya da çoğu terapide terapistin teorik yaklaşımından bağımsız olarak bulunan empati, sıcaklık, cesaretlendirme, mahremiyet ya da terapötik ittifak gibi *ortak faktörlere* odaklanmaktadır (Lambert ve Barley, 2001). Bu unsurlar arasında güçlü bir terapötik ilişki, terapi başarısını ve danışanlardaki terapötik /onarıcı değişimi belirleyen en önemli unsur olarak kabul edilmektedir (Gaston, 1990; Hill ve Knox, 2009; Lambert ve Barley, 2001). Bu doğrultuda araştırmacılar danışan ve terapist arasında hangi şartlar altında daha olumlu bir terapötik ilişki kurulabileceğini anlamayı hedeflemektedir (Horvath ve diğerleri, 2011; Horvath ve Greenberg, 1989).

Luborsky (1976) terapötik ittifakın iki aşamada gerçekleştiğini öne sürmüştür. İlk aşamada (Tip 1 ittifak) danışan, terapi sürecinin faydalı ve terapistin güvenilir ve destekleyici olacağına ilişkin bir inanca sahiptir ve bu inanç terapinin erken dönemlerinde ortaya çıkar. Terapinin ilerleyen dönemlerine karşılık gelen ikinci aşama (Tip 2 ittifak) ise danışanın terapi sürecinde ortaya çıkan zorluklarla mücadele edebileceğine dair kendine olan inancı ile bu zorlukları aşmada terapistle beraber çalışmaya olan istekliliğini kapsamaktadır.

Bordin (1979) terapötik ittifakın doğasını bağlar, görevler ve hedefler olmak üzere üç farklı bileşen ekseninde sorgulamıştır. *Terapötik bağlar*, terapist ve danışan arasında gelişen güven ve kabule dayalı ilişkiye karşılık gelmektedir. Terapistin terapi sürecinde ırkçılık yapması etik olmasa da (Trimble ve Mohatt, 2002) terapistin kültürel meselelerden kaçınması, bunların önemini azımsaması veya kültürel kalıp yargıları ve yanlışlıkları dolaylı yollardan ifade etmesi ya da bunları reddetmesi şeklinde ortaya çıkabilen terapi sürecine özgü mikro-saldırganlıklar (Constantine, 2007; Lee ve diğerleri, 2018) azınlık mensubu danışanlar ile çoğunluk üyesi terapistler arasındaki çalışma iş birliğinde kırılmalara sebep olabilmektedir (Constantine, 2007; Davis ve diğerleri, 2016; Owen ve diğerleri, 2014). Hook ve diğerlerinin (2016) Amerika'da yürüttüğü bir araştırma ırksal /etnik azınlıkların %80'inin terapi sürecinde en az bir kere mikro-saldırganlığa maruz kaldığını ortaya koymuştur. Bunun yanında bir terapistin danışanlara karşı mikro-saldırganlık sergilediği videolar izletildiğinde terapistlerin bu videolardaki mikro-saldırganlık içeren her üç eylemden birini tespit edemediği görülmüştür (Owen ve diğerleri, 2018). Bununla birlikte danışana yönelik mikro-saldırganlıklar terapi sürecinde genelde açıkça konuşulmamaktadır (Owen ve diğerleri, 2014). Üstelik terapist danışana yönelttiği mikro-saldırganlıklar için özür dilese bile terapistin ilişkin izlenimlerin onarımı ya da eski hâline dönmesi oldukça zordur (Overstreet ve diğerleri, 2019). Terapistin danışanı açısından merkezî olabilen kültürel kimlik unsurlarına karşı diğeri odaklı ve açık bir duruş sergilemesine karşılık gelen kültürel tevazu düzeyi (Hook ve diğerleri, 2013) danışanlara yönelik mikro-saldırganlıkların azalması ve terapistin bu tür olumsuz davranışlarını onarmaya açıklığı ile ilişkilidir (Hook ve diğerleri, 2016). Bu noktada terapistin danışanlarının kültürel arka planını anlamada kısıtlılıklara sahip olabileceğini fark etmesi, farklı kültürler hakkında bilgi sahibi olması, bu konuda kendini eğitmeye istekli olması ve kendi kalıp yargıları ile yanlışlıklarını dürüstçe keşfetmeye çalışması farklı kimliklere sahip danışanlarla çalışırken kültürel açıdan daha yetkin hâle gelmesini ve danışanlarla daha sağlam terapötik bağlar geliştirmesini sağlayacaktır (Hook ve diğerleri, 2016; Smith ve diğerleri, 2006).

Bordin'e (1979) göre terapötik ittifakın ikinci bileşeni olan *terapötik görevler*, terapi sonucunda ulaşılmak istenen hedefler doğrultusunda gerçekleştirilen, psikoterapi ekollerine göre farklılaşabilen tüm uygulamaları kapsamaktadır. Kişilerin kendi sorunlarını tanımlama

ya da ele alma biçimleri sahip oldukları kimliklerden ve kültürlerden etkilenir. Terapistlerden danışanlarının sorunlarına ilişkin gerçekçi çözüm yaklaşımları formüle etmesi beklenir; ancak kimi zaman terapist tarafından belirlenen görevlerin uygunluğu danışanın sosyal kimliğine göre değişebilir. Örneğin, Çin kültüründe yetişmiş bir danışan Batılı akıl sağlığı modelini benimsemiş bir psikoterapistte gelmeden önce, Çin menşeli bitkisel tıbbi içeceklerin depresyonu iyileştirdiğini öne süren Çinli bir tıp doktorundan tedavi almış olabilir (PettyJohn ve diğerleri, 2020). Bu danışanla çalışan Batılı terapist açısından bu tür bir tedavi yaklaşımı makul olmasa da eğer terapist Çinli danışanı ile önceki kültürel tedavi süreçleri hakkında konuşmazsa, danışan terapist tarafından sunulan ancak kendi kültürüne uygun olmayan terapötik görevlere ilişkin rahatsızlık ve güvensizlik duymaya başlayabilir. Böyle bir durumda danışan terapötik görevleri yerine getirmeyerek direnç gösterebilir (Aviram ve Westra, 2011) ya da danışanın terapide ilerleme kaydedememesi ya da terapiyi yarıda bırakması gibi olumsuz terapötik sonuçlar açığa çıkabilir (Beutlar ve diğerleri, 2002; PettyJohn ve diğerleri, 2020). Bu noktada terapötik görevlerin olumlu bir ittifakı teşvik edecek şekilde danışan ve terapistin ortak kararı ile belirlenmesi oldukça önemlidir (Bordin, 1979; Chang ve Berk, 2009). Danışanların yaşadıkları psikolojik zorluklara ilişkin hâlihazırda (terapi öncesinde) uyguladıkları çözümlerin ya da baş etme mekanizmalarının terapi ortamında ele alınması danışanın terapisti tarafından anlaşıldığını ve sosyal kimliğine değer verildiğini hissetmesini sağlayabilir (PettyJohn ve diğerleri, 2020).

Terapötik ittifakın son bileşeni olan *hedefler* ise danışanın ve terapistin fikir birliği ile hareket ederek terapi sürecinin sonunda ulaşılmak istenen noktayı ifade eder (Bordin, 1979). Danışanın terapideki hedefleri de büyük ölçüde onun hayat deneyimlerinden, yetiştiği ortamdan ve sorunlarına bakış açısından etkilenir. Örneğin sistemik aile terapisi yaklaşımını benimseyen birçok aile terapisti, danışan ile ailesi arasındaki bağı güçlendirmeyi çalışma hedefi olarak belirleyebilmektedir. Bu tarz bir yaklaşımı benimseyen terapist, ailesine açılmakla ilgili yaşadığı sıkıntıların üstesinden gelmek isteyen eş cinsel bir danışan ile karşılaşabilir. Danışan, ailesi ile kendisi arasında nasıl mesafe koyabileceğine ya da kendi ailesi yerine LGBTQ+ topluluklarıyla bağı nasıl kuvvetlendirebileceğine dair bir hedef ile terapiye gelebilir. Böyle bir durumda danışanın bu hedefleri belli aile terapisi yaklaşımlarıyla çelişiyor gibi görünse de terapistin danışanla farklı olası terapi hedefleri hakkında açıkça konuşabildiği güvenli terapi ortamları terapistin danışanın bakış açısını daha iyi anlamasına yardımcı olacaktır (PettyJohn ve diğerleri, 2020).

Terapist ve danışan arasında sağlam bir terapötik ilişki kurulamazsa değişim ve iyileşme mümkün olmayabilir (DeRubeis ve diğerleri, 2005). Terapötik ilişkide açığa çıkabilen güven kaybı, yetersiz iletişim, danışanın terapistin yeterliliğine ve sağladığı faydaya ilişkin

inancını yitirmesi gibi olumsuz faktörler terapötik ittifakı zedeleyebilir. Bununla birlikte danışanın terapistine karşı olumsuz duygularının artması, değişime direnç sergilemesi ya da terapistiyle çok sık fikir ayrılıklarına düşmesi de terapötik ilişkinin kalitesini düşürebilir (Gökkaya ve diğerleri, 2021; Voutilinen ve diğerleri, 2010). Bu tür olumsuz terapötik gelişmeler danışanın ve terapistin terapi sürecine kaçınılmaz olarak getirdiği farklılaşan sosyal kimliklerinin yansımalarından da etkileniyor olabilir (Lawless, 2000). Söz gelimi ırkları sebebiyle toplumda sıklıkla dışlanan ve baskıya uğrayan siyahi bireylerin, terapi sürecinde beyaz terapistlere karşı daha az güven duydukları bulgulanmıştır (Parra Cardona ve diğerleri, 2012). Ayrıca danışan ve terapist arasındaki değer uyumsuzluğu, terapistlerin kendi değerlerinden farklı değerlere sahip olan danışanlarından hoşlanmama durumunu ifade eden ideolojik karşı aktarıma yol açarak terapötik ilişkiyi olumsuz etkileyebilmektedir (Gartner ve diğerleri, 1990; Mendes, 1977). Bu gibi durumlarda terapistin karşı aktarım tepkilerinin olası kaynaklarını fark etmesi, bu tepkilerini daha iyi yönetebilmesine yardımcı olabilmektedir (Hayes ve diğerleri, 2018). Bunun yanında terapistin karşı aktarım durumu ile baş etmede zorlandığı noktalarda süpervizyon alması, danışan veya kendisi hakkındaki olumsuz duygularıyla başa çıkmasına yardımcı olarak psikoterapi sürecini etik bir şekilde sürdürmesini sağlayabilmektedir (Prasko ve diğerleri, 2022). Terapistin ve danışanın kültürel /ahlaki değerleri, siyasal tutumları, cinsel yönelimi ve kişilik özellikleri gibi pek çok faktör terapötik ilişkinin niteliği üzerinde belirleyici olabilmektedir (Coleman ve Schaefer, 1986; Gelso ve Mohr, 2001; Walker ve diğerleri, 2004; Whiting ve diğerleri, 2005). Bununla birlikte yaş, cinsiyet, ırk /etnik köken, sosyoekonomik düzey ve din gibi sosyal kimlik unsurları danışanın ve terapistin daha zor ve görece geç anlaşılabilen yönlerinin henüz görünür olmadığı terapinin ilk evrelerinde olumlu bir terapötik ilişki kurulabilmesi açısından önem arz etmektedir (Behn ve diğerleri, 2018).

### **Terapist-Danışan Eşleşmesi**

Eşleşme (*matching*) kavramı danışanlar ve ruh sağlığı hizmeti veren kişiler arasındaki sosyal kimlikler bakımından uyuma ya da benzeşmeye karşılık gelmektedir (Flaskerud, 1990; Sawyer ve diğerleri, 1995). Danışanlar ve terapistler cinsiyet, yaş, ırk, etnik köken, dil gibi birçok unsur bakımından sahip oldukları benzerliklere göre eşleşebilirler. Danışanların ve terapistlerin bu faktörler bağlamında eşleşmesi; danışanların terapi hizmetlerine başvurmasında, terapide kalmalarında ve terapi memnuniyeti geliştirmelerinde önemli bir değişken olarak kabul edilmiştir (Furnham ve Swami, 2008; Sue, 1988; Vera ve diğerleri, 1999).

Hem danışanlar (Kelly ve Strupp, 1992) hem de terapistler (Cabral ve Smith, 2011; Wintersteen ve diğerleri, 2005) danışan-terapist benzerliğinin terapötik iletişim ve gelişme açısından önemli olduğunu düşünebilmektedir. Benzerlik-çekim hipotezine göre bireyler görünüş, değerler, dünya görüşü ve kişilik gibi açılardan kendilerine benzer kişileri daha yakın ve çekici bulma eğilimine sahiptir (Newcomb, 1961); aralarında benzerlik bulunan kişilerin romantik ilişkiler ve arkadaşlıklar gibi farklı ilişki bağlamlarında etkileşime geçme ve daha uzun soluklu ilişkiler yürütme olasılığı daha yüksektir (Berscheid ve diğerleri, 1971; Bryne, 1971; Hampton ve diğerleri, 2019; Klohnen ve Luo, 2003; Montoyo ve diğerleri, 2008; Niu ve Brown, 2023; Treger ve Masciale, 2018). Terapötik ittifakın erken dönemlerinde terapistle kolayca göze çarpan yaş, cinsiyet gibi özellikler bakımından algılanan benzerlikler de terapide güven duygusunu pekiştiren bir mekanizma olarak ele alınmıştır (Behn ve diğerleri, 2018; Bhati, 2014; Luborsky ve diğerleri, 1971; Simons ve diğerleri, 1970). Bununla birlikte danışan-terapist arasında, ilk etapta fark edilmesi daha güç olan kişilik özellikleri (Pérez-Rojas ve diğerleri, 2021; Shir ve Thisby, 2023; Werbart ve diğerleri, 2018) ya da bağlanma stilleri (Shir ve Thisby, 2023) bakımından bir eşleşme olması da terapötik başarı açısından olumlu sonuçları beraberinde getirebilir. Takip eden başlıklarda spesifik olarak ırk /etnik köken, din, yaş ve cinsiyet unsurları bakımından danışan-terapist kimlik eşleşmesine ilişkin mekanizmalar ve sonuçlar danışanın perspektifinden gözden geçirilecektir.

### **İrk /Etnik Köken Eşleşmesi**

İrk ve etnik köken terimleri çoğu zaman birbirinin yerine kullanılsa da farklı anlamlara sahiptir. İrk insanları biyolojik ve fiziki özellikleri temelinde sınıflandırırken (Helms, 1993) etnik köken ise insanları değerleri, gelenekleri, dilleri gibi kültürel özellikleri temelinde sınıflandırmaktadır (Phinney ve Ong, 2007). İrk /etnik köken eşleşmesine ilişkin alan yazında genel olarak danışanların daha iyi ruh sağlığı hizmeti alabilmesi için terapistleri ile kültürel açıdan uyumlu olmaları gerektiğine dikkat çekilmektedir (Pope-Davis ve diğerleri, 2003; Smith, 2009). Araştırmacılar terapistin ve danışanın aynı ırk ya da etnik kökende eşleşmesinin hem terapi sürecinin başlangıcında (Cabral ve Smith, 2011) hem de terapinin ilerleyen evrelerinde (Harrison, 1975; Sue ve diğerleri, 1991) daha güçlü bir terapötik ilişki kurulmasında etkili olabileceğine işaret etmektedir.

İrk ve etnik kökenin terapist seçimine olan etkileri değerlendirildiğinde özellikle Afrikalı Amerikalıların kendi ırklarından terapistleri tercih etme ihtimalinin beyazların bu yöndeki tercihlerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir (Haviland ve diğerleri, 1983; Ilagan ve Heatherington, 2022). Swift ve diğerlerinin (2015) çalışmasında azınlık mensuplarının, daha etkili olduğu kanıtlanmış bir terapi yaklaşımını benimseyen ancak

kendileriyle etnik /ırksal açıdan uyumsuz bir terapist yerine daha az etkili bir terapi yaklaşımını benimsemiş ancak kendileriyle benzer etnik /ırksal gruptan bir terapistle eşleşmeyi tercih ettiği görülmüştür. Aynı çalışmaya göre benzer kültürel arka plandan bir terapistle eşlemek için terapi etkililiğinden feda etme eğilimi, özellikle azınlık kültürüyle özdeşimi daha yüksek bireylerde daha güçlüdür. Bununla birlikte önceki sistematik ayrımcılık ve kötü muamele deneyimleri sebebiyle Amerikalı ve Kanadalı siyahi danışanlar arasında beyazlara karşı kültürel güvensizlik düzeyi arttıkça siyahi bir terapistle eşleşme isteği artmaktadır (Joseph, 2010; Townes ve diğerleri, 2009). Ayrıca azınlık gruplarının sosyal çevrelerinin genellikle iç grup üyeleriyle sınırlı olması da bu gruplardan gelen danışanların terapistle etnik /ırksal açıdan eşleşmesine sebep olabilir (Marks ve Miller, 1987). Buna karşılık dış gruptan bireylerle daha fazla temas kuran azınlık mensubu danışanlar açısından terapistle ırk /etnik köken bakımından eşleşmenin önemi azalabilmektedir (Robbins ve Krueger, 2005).

Danışanların aynı ırkı ya da etnisiteyi paylaştıkları terapistler tarafından sağlanan terapi hizmetlerinden daha memnun oldukları görülmektedir (Atkinson, 1983; Coleman ve diğerleri, 1995; Sladen, 1982). Terapi memnuniyetine ilişkin danışan öz beyanlarına ek olarak, bağımsız gözlemciler de ırksal /etnik açıdan uyumlu danışan-terapist çiftleri arasındaki terapötik iş birliğini uyumsuz çiftlere göre daha olumlu değerlendirmiştir (Cheng ve diğerleri, 2023). Yürütülen araştırmalar ırksal eşleşmeye ilişkin bu olumlu etkinin yalnızca Afrikalı Amerikalı danışanlarla (Atkinson, 1983) sınırlı olmadığını, aynı zamanda beyaz danışanlar için de geçerli olduğunu ortaya koymaktadır (Sladen, 1982). Bununla birlikte ırksal /etnik eşleşme; danışan devamlılığı (Flaskerud ve Liu, 1991; Karlsson, 2005; Sue ve diğerleri, 1991), uzun vadeli tedavi süreci ve tedavi tamamlama oranlarının yüksekliği (Presley ve Day, 2019) ile de ilişkilidir. Söz konusu olumlu terapötik sonuçlar, danışanların kendileriyle ilgili özel konuları etnik /ırksal açıdan eşleştikleri terapistle daha rahat bir şekilde açabilmelerinden ve terapist tarafından daha fazla anlaşıldıklarını hissetmelerinden kaynaklanıyor olabilir (Cabral ve Smith, 2011). Ayrıca danışan-terapist ırksal uyumu danışmanlık seanslarına düzenli katılımı artırarak da danışanların psikolojik işlevselliklerinde daha olumlu bir gelişme kaydetmesini sağlayabilmektedir (Kim ve Kang, 2018).

Özellikle dezavantajlı gruplardan gelen danışanlar açısından ırk veya etnisite temelli eşleşme, terapist tarafından yanlış anlaşılma veya ayrımcı muameleye maruz kalma konusundaki kaygıları azalttığı için daha olumlu terapötik sonuçlar alınmasını kolaylaştırabilir (Kohatsu ve diğerleri, 2000; Whaley, 2001). Bununla birlikte ırksal /etnik eşleşme, danışanlarıyla benzer gruptan olan terapistlerin danışanlarının sosyo-kültürel özelliklerini daha iyi tanıması bakımından terapötik onarım açısından bir avantaj da sağlayabilir. Örneğin, alkolizmin dezavantajlı sosyal ve kültürel şartlara verilen bir tepki olabileceğini daha kolay

öngörebilen siyahi terapistlerin, alkolizm probleminde muzdarip siyahi danışanlara daha etkili bir terapi uygulaması muhtemeldir (Thornton ve Carter, 1988). Paralel şekilde, madde kullanımı tedavisi gören Latin ergenlerin de Latin terapistlerden beyaz terapistlere göre daha fazla terapötik fayda gördükleri ortaya koyulmuştur (Flicker ve diğerleri, 2008).

Danışan ve terapistin ırk /etnik köken eşleşmesiyle ilgili alan yazına bakıldığında eşleşme sonuçlarının homojen olmadığı ileri sürülebilir. Örneğin, beyaz, siyahi ve Latin danışan-terapist çiftlerinde ırksal eşleşme tedaviyi bırakma oranlarını düşüren ve tedavide kalma süresini artıran bir nitelik olarak tespit edilmiştir (Alegría ve diğerleri, 2013; Shin ve diğerleri, 2005). Ancak bu bulgunun aksine Mindlis ve diğerlerinin (2020) yürüttüğü araştırmada terapistle ırksal eşleşme siyahi ve Latin danışanlar açısından tedaviden erken ayrılma eğilimiyle ilişkilirken bu durumun beyaz danışanlar için geçerli olmadığı görülmüştür. Meta-analitik bulgular ise ortalama  $d = .09$  etki büyüklüğüyle ırksal /etnik eşleşmenin terapötik sonuçlar üzerinde neredeyse herhangi bir belirleyiciliğe sahip olmayabileceğine işaret etmektedir (Cabral ve Smith, 2011). Danışanlar ve terapistler aynı ırka /etnik kökene sahip olsalar bile din, yaş, cinsiyet gibi diğer özellikleri bakımından farklılaşabilir (Cabral ve Smith, 2011). Ayrıca terapistle ırk /etnik köken açısından eşleşmek bir ırksal ya da etnik grubun tüm üyeleri için aynı öneme sahip olmayabilir; zira aynı ırktan veya etnik kökenden gelen bireyler benzer dünya görüşlerini paylaşmayabilirler (Cabral ve Smith, 2011). Bununla birlikte grup üyeleri kendi kültürlerine, değerlerine ve kimliklerine bağlı olma dereceleri, yani kültürlenme düzeyleri bakımından da farklılaşabilmektedir (Li ve Kim, 2004). Johnson ve Lashley (1989) tarafından yürütülen çalışmada Kızılderili kültürüne daha sıkı bağlılık gösteren bireylerde terapistle etnik eşleşme isteğinin arttığı görülmüştür. Atkinson ve Matsushita (1991) tarafından yürütülen çalışmada ise Asya değerlerine yüksek bağlılık gösteren Asyalı Amerikalılar bu değerlere düşük bağlılık sergileyen kişilere göre kişisel sorunlarını bir terapistle paylaşmaya daha az istekli olduklarını belirtmiştir; zira bu grup açısından psikolojik yardım alma aile mahremiyetinin korunması ve bireyin sorunlarını kendi iradesini kullanarak çözmesi gerektiği yönündeki kültürel değerlerle çelişebilmektedir (Root, 1985).

### **Din Eşleşmesi**

Dünya üzerindeki insanların %80'inden fazlası kendisini dinî bir grupla özdeşleştirmektedir (Pew Research Center, 2012). Din ve danışmanlık alanında yapılan çalışmalarda psikiyatrik belirtiler sergileyen hastaların büyük çoğunluğunun yaşadıkları zorlukların üstesinden gelmek için dinî kaynaklara başvurduğu belirtilmiştir (Harrison ve diğerleri, 2001; Rosmarin ve diğerleri, 2013; Tepper ve diğerleri, 2001). Özellikle daha dindar bireyler sorunlarını psikolojik değil manevi bir zorluk olarak algılayabilir ve bu sorunların



üstesinden gelmek için dine bir çözüm yolu olarak başvurabilirler (Barbarin ve Chesler, 1986; Maton, 1989; Pargament, 1997). Bu nedenle dinî inançların da en az yaş, cinsiyet, kültürel değerler kadar bireylerin psikoterapist tercihlerini ve psikoterapiye ilişkin beklentilerini şekillendirmede (Quackenbos ve diğerleri, 1985; Worthington, 1990) ve psikolojik yardım arama davranışı ve tedaviye bağlı kalma gibi süreçler üzerinde etkili olabileceği ileri sürülebilir (Chadda ve diğerleri, 2001; Cinnirella ve Loewenthal, 1999).

Dinî kimlik eşleşmesine ilişkin yürütülen çalışmaların çoğu Amerika'daki Hristiyan danışan-danışman ilişkilerini kapsamaktadır (Heinze, 2023). Oldukça geniş bir örnekleme ( $N = 1007$ ) yürütülen bir çalışmada dindar katılımcıların dindar bir terapistle eşleşmeye ve dinî /manevi konuların psikoterapi sürecine entegre edilmesine önem verdikleri görülmüştür (Dimmick ve diğerleri, 2022). Benzer şekilde hem Afrikalı Amerikalı hem de beyaz Amerikalı üniversite öğrencileri arasında katılımcıların yaklaşık %35'i kendileriyle aynı dinden bir terapistle eşleşmeyi istediklerini belirtmiştir (Charles ve diğerleri, 2021). İsa Mesih'in Son Zaman Azizleri Kilisesi mensuplarıyla yürütülen bir araştırmaya göre terapistle dinî eşleşme tercihi, özellikle daha dindar katılımcılarda daha az dindar katılımcılara göre daha belirgin bir eğilimdir (Dimmick ve diğerleri, 2020). Danışanların dinî entegrasyona ilişkin taleplerinin karşılanması ise terapi sürecinin tamamlanması ve danışandaki terapötik değişim ile yakından ilişkilidir (Swift ve diğerleri, 2022). Bu bulgulardan hareketle dinin kimlikleri için merkezîliği nispetinde bireylerin, kendi dinî yönelimleriyle uyumlu bir psikoterapistle eşleşmeyi tercih edecekleri ileri sürülebilir. Ancak Ortodoks Yahudiler ile kontrol grubunu karşılaştırmaya dayalı bir araştırmada dindar olan ve olmayan tüm danışanların dindar olan ve olmayan terapistlerden aldığı tedaviden benzer düzeyde faydalandığı ortaya koyulmuştur (Rosmarin ve Pirutinsky, 2020).

Alan yazına bakıldığında Hristiyanların Hristiyan olmayan bir danışmandan yardım almaya ilişkin birtakım ortak endişelere sahip olduğu görülmektedir (Greenidge ve Baker, 2012; Keating ve Fretz, 1990). Worthington ve Scott'a (1983) göre bu endişeler dindar Hristiyanların seküler bir danışmanın (a) manevi değer ve hassasiyetleri görmezden gelebileceği, (b) çeşitli dinî inançları ve deneyimleri patolojikleştirebileceği, (c) dinî kavramları ve maneviyat dilini anlamayabileceği, (d) daha çok seküler kültürel değerleri benimseyebileceği, (e) danışanların dinî açıdan uygun görmediği çözümler önerebileceği ve (f) tanrıdan kutsal kitap vasıtasıyla geldiğine inanılan bilgilerin yararlılığından şüphe ediyor olabileceği yönündeki beklentileriyle yakından ilişkilidir. Dindar olmayan danışmanlar hakkında bu tür olumsuz beklentilere sahip olan dindar danışanlar terapide değişime direnç geliştirebilmekte ve tedaviyi erken /yarıda bırakma eğiliminde olabilmektedir (Lovinger, 1979; Keating ve Fretz, 1990; Worthington, 1986). Amerika'da yürütülen bir araştırmada dindar

olmayan danışanların da dindar olmayan terapistle eşleşmeyi daha çok tercih ettikleri görülmüştür; hatta bu tercih, dindar danışanların dindar bir terapistle eşleşme yönündeki tercihlerinden bile daha güçlü bulunmuştur (Dimmick ve diğerleri, 2022). Bu durum dindar olmayan danışanların aynı dinî görüşleri paylaşmadıkları için dindar bir terapist tarafından yargılanacaklarını düşünmeleri ya da dindar terapistin tedavi sürecinde onların dinî inancını değiştirmeye çalışacağı yönünde bir endişe taşımalarıyla ilişkili olabilir (Dimmick ve diğerleri, 2022).

Bununla birlikte dindar bireylerin terapistle dinî bakımdan eşleşmeye yönelik belirgin bir tercihe sahip olması aynı zamanda ruh sağlığı uzmanlarının dinî ve manevi alana ilişkin bilgi yetersizlikleriyle veya din gibi hassas konuları terapide ele alma konusunda yaşadıkları tedirginlik ile de ilişkili olabilir (Curlin ve diğerleri, 2007; Rosmarin ve diğerleri, 2013). Nitekim psikoterapistlerle 1985 yılında yapılan bir araştırmada katılımcıların yalnızca %29'u dinî konuların danışmanlıkta ele alınabilecek kadar önemli olduğunu belirtmiştir (Bergin ve Jensen, 1990). Aynı çalışma Delaney ve diğerleri (2007) tarafından tekrarlandığında terapistlerin dindarlık düzeylerinin 20 yıl öncesiyle benzer olduğu ve hizmet verdikleri Amerikan halkına kıyasla daha da az dindar olduğu görülmüştür. Ayrıca danışanlar dinî /manevi konuları terapide ele almayı isteseler de (Terepka ve Hatfield, 2020), bu meselelerin terapiye entegre edilmesine sıcak bakmayan psikoterapistler bulunmaktadır (Oxhandler ve Parrish, 2017) ve psikologların yalnızca yarısından azı psikolojik değerlendirme ve tedavi planlaması sürecinde danışanların manevi /dinî inançlarını ve pratiklerini göz önünde bulundurmaktadır (Hathaway ve diğerleri, 2004). Ruh sağlığı çalışanları ile dindar danışanlar arasındaki dinî mesafeden ötürü (Bergin, 1980; Bergin ve Jensen, 1990), dindar bireyler yaşadıkları psikolojik zorlukların üstesinden gelmek için ruh sağlığı uzmanları yerine din adamlarına başvurabilmektedir (Wang ve diğerleri, 2003). Ancak terapistlerin danışanlarının yaşı, cinsiyeti, kültürel değerleri gibi özelliklerinin yanı sıra dinî ve manevi hassasiyetlerinin de farkında olması oldukça önemlidir (Young ve Fuller, 1996). Ayrıca terapistlerin danışanların inançlarından ve manevi değerlerinden kaçınmak ya da bunları görmezden gelmek yerine söz konusu inanç ve değerleri terapi sürecinde çözümün bir parçası olarak araçsallaştırabilmesi de mümkündür. Bu değerler danışanların mevcut yaşantılarını şekillendirici bir etkiye sahip olduğundan sorunların psikoterapide ele alınış biçimi üzerinde destekleyici bir rol üstlenebilir (Vieten ve diğerleri, 2013; Walker ve diğerleri, 2004; Young ve Fuller, 1996).

Öte yandan Morrow ve diğerleri (1993) yürüttükleri bir çalışmada psikoloji lisans öğrencilerinin danışanların dinî değerlerini göz ardı eden danışmanı, bu değerleri pekiştiren danışmana göre daha etkili ve ikna edici bulduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca dinî değerleri

destekleyici konumdaki danışman, dinî değerlere karşı koyan veya bunları yok sayan danışmana göre daha az profesyonel olarak algılanmıştır. Bu bulgular ideal profesyonel danışman algısı ile ilişkili olabilir (Egan, 1982). Terapistlerin danışanlarla bir ruh sağlığı profesyoneline uygun şekilde etkileşim kurması beklenir. Ancak ruh sağlığı alanında çalışan uzmanların terapi sürecinde dinî değerleri pekiştiren bir tutum sergilemesi onların rolünün din adamlarının rolü ile karışmasına veya uzmanlık alanları dışında faaliyet gösteriyormuş gibi algılanmasına sebep olabilir (Morrow ve diğerleri, 1993). Din ve danışmanlık alanındaki bulgulara genel olarak bakıldığında, terapistlerin belirli bir dinî kimliği temsil ediyor olmasından ziyade dinî inançlara ve manevi değerlere duyarlı olmasının danışanlar açısından daha önemli olduğu söylenebilir. Dindar olmayan terapistler bu konu özelinde belirli hassasiyetler geliştirebildikleri ve danışanlarının inançlarını anlamaya gayret ettikleri nispette dindar danışanlar ile daha olumlu bir terapötik etkileşim geliştirebilir (Bhui ve Bhugra, 2002; Pistrang ve Barker, 1992; Rosmarin ve Pirutinsky, 2020).

### **Cinsiyet Eşleşmesi**

Cinsiyet de alan yazında önemli bir eşleşme ölçütü olarak değerlendirilmiş ve danışan-terapist çiftlerinin cinsiyet bakımından eşleşmesi sıklıkla araştırılan bir değişken olagelmıştır (Wintersteen ve diğerleri, 2005). Kimi araştırmalar kadınların kadın terapistlerle (Furnham ve Swami, 2008; Ilagan ve Heatherington, 2022; Liddon ve diğerleri, 2018; Pikus ve Heavey, 1996), erkeklerin ise erkek terapistlerle (Furnham ve Swami, 2008) eşleşme yönünde bir tercihe sahip olduğunu göstermiştir. Buna karşılık diğer araştırmalar ise kadınların ya da erkeklerin terapistin cinsiyeti konusunda belirgin bir tercihe sahip olmadığını ortaya koymuştur (Montiel ve diğerleri, 2022; Pikus ve Heavey, 1996; Seidler ve diğerleri, 2022). Betimsel istatistiklere genel olarak bakıldığında terapistin cinsiyeti konusunda belli bir tercihe sahip olmadığını belirten katılımcıların oranı %27 (Bernstein ve diğerleri, 1987) ile %70 (Williams ve diğerleri, 2016) arasında değişmektedir. Buradan hareketle pek çok kişi açısından terapistin cinsiyetinin önemli olmayabileceği ileri sürülebilir (Heinze, 2023). Belli bir cinsiyetten terapistle çalışmayı tercih eden danışanlar arasında ise özellikle kadınların kadın terapistle eşleşme yönündeki tercihlerinin daha belirgin olduğu söylenebilir (Cooper, 2006; Kirshner ve diğerleri, 1978; Jones ve Zoppel, 1982).

Danışanların terapistleriyle cinsiyet eşleşmesi yönünde bir tercihe sahip olmasının altında birkaç potansiyel neden yatıyor olabilir. Bu nedenlerden ilki danışanların terapi sürecinde kendilerini güvende hissettikleri konforlu bir alana ihtiyaç duymasıdır (Blow ve diğerleri, 2008). Danışanlar terapi sürecinde kendilerini daha rahat hissedeceklerini ve terapistle daha kolay açılacaklarını düşünmeleri sebebiyle kendileriyle aynı cinsiyetten bir

terapisti tercih edeceklerini belirtmişlerdir (Furnham ve Swami, 2008; Simons ve Helms, 1976). Ayrıca danışanların sahip olduğu cinsiyet temelli kalıp yargılar da terapist seçiminde cinsiyet bakımından eşlemeye yönelik talepler üzerinde belirleyici olabilir. Söz gelimi kadın danışanlar yaşadıkları sorunları sadece bir kadının anlayabileceği inancından hareket ederek özellikle kadın danışmanlardan psikolojik destek almayı isteyebilir (Kaschak, 1978). Bunun yanında danışanların travma geçmişi de eşleşme tercihleri üzerinde belirleyici olabilir. Örneğin geçmişte cinsel istismar kurbanı olan bir danışman failiyle aynı cinsiyetten bir terapistten yardım almayı kabul etmeyebilir (Blow ve diğerleri, 2008). Danışanların sahip olduğu psikolojik sorunların niteliği de terapistle cinsiyet bakımından eşleşme yönündeki talepleri şekillendirebilir. Zira Landes ve diğerlerinin (2013) araştırmasına göre kadın danışanlar kaygı gibi cinsiyetten bağımsız sorunlarsa hamilelik gibi cinsiyete özgü meselelerde bir kadın psikoterapistle çalışmayı daha çok tercih edeceklerini ifade etmiştir. Benzer şekilde cinsel sorunların tedavisinde danışanlar kendileriyle aynı cinsiyetten terapistle çalışmayı istemişlerdir (Bernstein ve diğerleri, 1987).

Terapistin ve danışanın cinsiyet bakımından eşleşmesi üzerine yapılan kimi çalışmalar eşleşmenin terapistten daha yüksek memnuniyet ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Jones ve Zoppel, 1982). Cinsiyet eşleşmesine bağlı olarak artan terapi memnuniyetinin ve terapötik başarının özellikle kadın danışanlarda daha belirgin olduğu tespit edilmiştir (Cooper, 2006; Kirshner ve diğerleri, 1978; Jones ve Zoppel, 1982). Nelson'a (1993) göre bu bulgu kadınların terapi almaya /terapötik değişim sürecine katılmaya erkeklere göre daha istekli olmasından kaynaklanıyor olabilir. Bu farklılık ise toplumsal cinsiyet rolleri ile yakından ilişkilidir. Toplumsal cinsiyet rolleri, toplum tarafından erkeklerden ve kadınlardan beklenen kültüre uygun davranışlardır (O'Neil, 1981). İdeal bir terapi ortamında danışanın güçsüzlüklerinden ya da savunmasızlıklarından bahsetmesi, duygularını açık ve samimi bir şekilde ifade etmesi ve terapistle birlikte çalışarak değişim için çaba göstermesi beklenir (Osherson ve Krugman, 1990). Ancak toplumsal öğretiler erkeklerin acılarını ve sıkıntılarını toplum içinde göstermesini yasakladığı ve psikolojik yardım almayı bir utanç ya da zayıflık göstergesi addettiği için terapötik yardım alma davranışı erkeklerin toplumsal cinsiyet rolleri ile çelişebilir (Burnham-Smith, 1996; Osherson ve Krugman, 1990).

Terapist ve danışan cinsiyet eşleşmesinin terapötik süreçler ve sonuçlar üzerindeki etkisine ilişkin bulgular oldukça heterojendir (Bhati, 2014; Flakerud ve Liu, 1991). Bhati'ye (2014) göre cinsiyet eşleşmesi yalnızca terapistin ilk seanslarında terapötik ittifakı olumlu etkileyebilen bir faktördür; sonraki seanslarda terapistin kişiliği, yetkinliği ve yaptığı uygulamalar gibi diğer pek çok unsur devreye girdiğinde eşleşmenin ittifak üzerindeki belirleyici rolü otomatikman azalacaktır. Örneğin yapılan bir araştırmada katılımcılara

terapistlerin cinsiyetlerine ek olarak yetkinlikleri ile ilgili bilgi verildiğinde, katılımcıların aynı cinsiyetten bir terapist yerine en yetkin terapisti tercih etme eğiliminde olduğu görülmüştür (Deheer ve diğerleri, 1992). Diğer araştırmacılar ise cinsiyet eşleşmesinin terapi başarısı ve tedaviye devam etme ile ilişkisiz olduğunu ortaya koymuştur (Sterling ve diğerleri, 1998; Zlotnick ve diğerleri, 1998). Ayrıca İsviçre’de yürütülen bir araştırmada cinsiyete dayalı danışan-terapist eşleşmesinin on farklı terapi yaklaşımından (hümanist, beden odaklı, psikodinamik vb.) elde edilen terapi başarısıyla ilişkili olmadığı görülmüştür (Staczan ve diğerleri, 2017). Yine üç aydan altı yıla kadar psikoterapi geçmişine sahip olan oldukça geniş bir Alman danışan örneklemeyle ( $N = 1212$ ) yürütülen başka bir çalışmada psikodinamik terapiye özgü olarak aynı cinsiyetten danışan-terapist çiftlerinde psikolojik belirtiler ve yaşam kalitesi açısından olumlu terapötik değişime işaret eden bir eğilim olsa da bu türden bir etki bilişsel-davranışçı terapi yaklaşımında gözlenmemiştir (Schmalbach ve diğerleri, 2022).

Cinsiyetin terapistteki etkisine ilişkin yapılan çalışmalar kadın terapistlerin danışanlarla erkek terapistlere göre daha etkili terapötik ittifak kurabildiğini (Bowman ve diğerleri, 2001; Jones ve Zoppel, 1982; Zlotnick ve diğerleri, 1998) ve danışanların kadın terapistlerle çalışırken erkek terapistlere göre daha az olumsuz deneyimler yaşadıklarını göstermektedir (Jones ve Zoppel, 1982). Kadın terapistlerin danışanlarıyla ilişkisel bağ kurma konusunda sahip oldukları gelişmiş beceriler (Fisher, 1989), kadın terapistler ile çalışan danışanların terapi sonucunda daha fazla iyileşme kaydetmesini kolaylaştırabilmektedir (Kirshner ve diğerleri, 1978). Cinsiyet eşleşmesinin özellikle kadın danışanlar açısından daha önemli ve etkili olduğu göz önüne alındığında (Cooper, 2006; Kirshner ve diğerleri, 1978; Jones ve Zoppel, 1982), bu eşleşme türünün terapi başarısına olan etkilerine dair net bir çıkarım yapmak zordur; çünkü bu olumlu etkiler kadın terapist-kadın danışan eşleşmesinden ötürü açığa çıkabileceği gibi yalnızca kadın terapistten tedavi almakla da ilgili olabilir.

Erkek danışanların terapistin cinsiyetine ilişkin tercihleri, bu tercihlerin yordayıcıları ya da terapötik ilişki memnuiyetine olan etkilerine dair görgül bulgular görece sınırlıdır. Klinik olmayan, üniversite öğrencisi popülasyonlarından genelde küçük örneklemelerle yürütülen araştırmalar erkek katılımcıların erkek terapisttense kadın terapistleri tercih etme eğiliminin daha yüksek olduğunu göstermektedir (Black ve Gringart, 2019; Liddon ve diğerleri, 2018). Ancak geniş bir Avustralyalı erkek örneklemeyle yürütülen başka bir araştırmada erkeklerin yaklaşık %61’inin terapistin cinsiyeti hakkında belirgin bir tercihe sahip olmadığı ortaya koyulmuştur (Seidler ve diğerleri, 2022). Aynı araştırmaya göre özellikle lisans düzeyinde eğitim almamış, heteroseksüel olmayan ve kendini “geleneksel erkek” olarak tanımlayan erkeklerin daha çok erkek terapisti tercih ettiği görülmüştür. Buna karşılık ağır depresif belirtilere sahip erkekler ise kadın terapistleri tercih etmiştir. Erkek danışanlar önceki erkek

terapistleriyle olumsuz deneyimler yaşamış olmaları, kalıp yargısal olarak daha sıcak ve empatik algılanan kadın terapistlerle daha rahat konuşabileceklerine inanmaları (DeGeorge ve diğerleri, 2013; Pikus ve Heavey, 1996) ya da onlar tarafından daha az yargılanacaklarını düşünmeleri (Seidler ve diğerleri, 2022) sebebiyle kadın terapistle eşleşmeyi isteyebilir. Erkek terapisti tercih eden erkek danışanlar ise erkekler tarafından daha kolay anlaşılacağına ya da onlara daha kolay açılacağına ilişkin inançlara sahiptir (DeGeorge ve diğerleri, 2013; Pikus ve Heavey, 1996). Ancak cinsiyet eşleşmesinin erkek danışanlar açısından terapötik ittifak (Behn ve diğerleri, 2018), terapi başarısı (Bhati, 2014; Lambert, 2016) ya da terapiyi sürdürmeyle (Shiner ve diğerleri, 2017) ilişkili olmadığı görülmüştür. Bununla birlikte tercih ettikleri cinsiyetten bir terapistle eşleşme sağlayamamış erkek danışanların erkek kimliklerinin zayıfladığını hissetmeleri sebebiyle terapi memnuniyetlerinin azaldığı görülmüştür (Seidler ve diğerleri, 2022).

### **Yaş Eşleşmesi**

Terapist ve danışan arasındaki yaşa dayalı eşleşmenin de terapötik ittifak için olumlu etkileri olduğundan söz edilmiştir (Murphy ve diğerleri, 2004; Simons ve diğerleri, 1970). İlgili alan yazında terapistin yaşının danışanların terapist tercihini etkilediği gözlemlenmiştir (Donnan ve Mitchell, 1979; Simons ve Helms, 1976). Araştırmalar gençlerin genç terapistlerle, yaşlıların ise yaşlı terapistlerle eşleşme yönünde bir tercihe sahip olduğunu göstermiştir (Furnham ve Swami, 2008; Lauber ve Drevenstedt, 1994). Aynı yaş grubundaki bireylerin benzer gelişimsel özellikleri ve deneyimleri paylaştıkları düşünüldüğünde, yakın yaştaki bireylerin tutumları açısından benzeşebileceği ve farklı yaş grubundaki bireylerin ise tutumlarının farklılaşabileceği yönünde bir algı söz konusu olabilir (Tall ve Ross, 1991). Farklı yaş grupları arasındaki sosyal ve kültürel farklılıklara karşılık gelen kuşak farkı, genç ve yaşlı bireylerde tutum ve deneyim farklılıklarını beraberinde getirebilir ve bu grupların birbirleriyle iletişim kurmasını zorlaştırabilir (Peck, 1968). Terapist tarafından kabul edilmenin ve anlaşılmanın önemli olduğu terapötik ilişkilerde, terapist ve danışan arasındaki yaş benzerliği terapi sürecinde açığa çıkması muhtemel iletişim zorluklarını azaltabilir ve etkili iletişimi kolaylaştırabilir (Tall ve Ross, 1991).

Alan yazına bakıldığında yaşa dayalı eşleşme özellikle yaşlılara sunulan danışmanlık hizmetlerinde önemli bir faktör olarak ele alınmıştır (Goodstein, 1962). Yaşlı bireyler yaşları gereği sağlık, iş, eş, yakın çevre anlamında daha fazla kayıp yaşadıkları (Smith ve Pearson, 2011) ve toplumun kendilerini işe yaramaz ya da yük olarak algıladığını düşündükleri için (Bai ve diğerleri, 2016) bu bireylerin danışmanlık hizmetinde özellikle yalnız olmadıklarını bilmeye, daha fazla ilgi ve anlayış görmeye ihtiyaçları vardır (Buckley, 1972). Buna karşılık ruh

sağlığı çalışanlarının yaşlı danışanlarla çalışmaya daha az hazırlıklı olduğunu ortaya koyan çalışmalara rastlanmaktadır (Helmes ve Gee, 2003; Koder ve Helmes, 2008). Kariyerlerinin çok başındaki genç danışmanlar hayat tecrübelerinin henüz sınırlı olması sebebiyle yaşlı danışanlarla çalışırken kendilerini yetersiz hissedebilmektedir (Smith ve Pearson, 2011). Özellikle yaşlı danışanlar ile çalışırken terapistin danışanla ne kadar empati kurabildiği kritik bir öge olarak değerlendirilmiş (Buckley, 1972; Hunter, 1960) ve yaşlı danışmanların yaşlı danışanların ihtiyaçlarına karşılık vermede genç danışmanlara göre daha etkili olabileceği öne sürülmüştür (Cyrus-Lutz ve Gaitz, 1972; Goodstein, 1962).

Psikoterapistlik mesleği de dâhil olmak üzere (Miller ve diğerleri, 2013), kronolojik yaşın mesleki performans için önemli olmadığı bilinmektedir (Schmidt ve diğerleri, 2016). Ancak yaşlı çalışanların daha az esnek, üretken ya da “eski kafalı” olabileceklerine ilişkin olumsuz yaşçı kalıp yargılar oldukça yaygındır (Posthuma ve Campion, 2009). Buna karşılık “yaşlı bilge kişi” olumlu kalıp yargısı göz önüne alındığında (Kite ve diğerleri, 2005), yaşlılara ilişkin olumsuz kalıp yargıların danışanların psikoterapist seçimi üzerinde belirleyici olmayabileceği düşünülebilir; zira hem profesyonel açıdan hem de yaşam deneyimleri açısından daha tecrübeli olduklarından yaşlı terapistlerin danışan sorunlarına daha etkili çözümler üretmesi beklenebilir. Ancak terapistin yaşının ya da geçmiş deneyiminin terapötik sonuçlarla ilişkisinin zayıf olduğunu ya da bulunmadığını ortaya koyan çalışmalara rastlanmaktadır (Germer ve diğerleri, 2022; Pfeiffer ve diğerleri, 2020; Vocisano ve diğerleri, 2004; Walsh ve diğerleri, 2019). Buna karşılık danışanların sahip olduğu psikolojik sorunların niteliğine göre terapistin yaşına ilişkin tercihler değişkenlik gösterebilir. Örneğin, gençler yas gibi evrensel problemler için daha yaşlı terapistlerle, buna karşılık siber zorbalık, kontrolcü ebeveynler ya da kara sevda gibi gençlere özgü problemler için ise genç terapistlerle çalışmayı tercih etmiştir (Kessler ve diğerleri, 2020). Hong Konglu kolej öğrencilerinin de yaşlı terapistler yerine daha genç terapistleri tercih ettiği görülmüştür (Ip ve diğerleri, 2016). Genel olarak bakıldığında terapistler ve danışanlar arasında yaş değişkeni bakımından eşleşme daha etkili terapötik ittifak kurulmasını kolaylaştırıyor gibi görünmektedir (Behn ve diğerleri, 2018; Luborsky ve diğerleri, 1983). Ancak etnik köken, cinsiyet ve din gibi diğer kimlik unsurları üzerine yapılan araştırmalar ile karşılaştırıldığında, danışanın ve terapistin yaşsal eşleşmesinin etkilerini inceleyen çalışmalar daha kısıtlıdır (Behn ve diğerleri, 2018); bu ise yaşa dayalı eşleşmelerin öncülleri ve sonuçları hakkında çıkarımlar yapmayı zorlaştırmaktadır.

## **Tartışma**

Bu derleme çalışmasında temel olarak danışanın ve terapistin sosyal kimliklerinin uyumunun danışanların terapist seçimi, terapi süreci ve sonuçlarıyla ilişkisi üzerine yürütülen

çalışmalar ele alınmıştır. Psikoterapi hem danışanın hem de terapistin kendi kimliklerini, değerlerini ve inançlarını yansıttığı bir süreç olduğundan (PettyJohn ve diğerleri, 2020) bu derlemede özellikle her iki taraf açısından ilk etapta kolaylıkla gözlenebilen ırk /etnik köken, din, cinsiyet ve yaşa dayalı sosyal kimlik unsurları bakımından eşleşmeye ilişkin motivasyonlar ve sonuçlar gözden geçirilmiştir.

Alan yazında terapistin ve danışanın ırk, cinsiyet, yaş, din gibi unsurlarda eşleşmesinin terapötik süreçlere ve sonuçlara olumlu katkıları olduğuna değinilmiştir. Bu bağlamda ele alınan değişkenler danışanların terapist tercihi, terapötik ittifakın başarısı, terapiye devam etme, terapi memnuniyeti ve iyileşme gibi çıktılar olarak karşımıza çıkmaktadır (Atkinson, 1983; Behn ve diğerleri, 2018; Cabral ve Smith, 2011; Jones ve Zoppel, 1982; Sue ve diğerleri, 1991; Worthington, 1986). Özellikle azınlık grubunda yer alan danışanlar yanlış anlaşılma ya da ayrımcı muameleye uğrama konusundaki kaygılarını azaltmak için kendi ırk /etnik kökenlerinden terapistleri tercih etmektedir (Kohatsu ve diğerleri, 2000; Whaley, 2001). Ayrıca iç gruplarıyla daha güçlü kültürel bağlara sahip olan danışanların kendi kültürel gruplarından bir terapist ile daha empatik bir terapötik ilişki kuracaklarını düşünmeleri, ırk /etnik köken açısından benzer terapistler ile eşleşme isteklerini artırmaktadır (Coleman ve diğerleri, 1995). Bunun yanında Hristiyanlık dinine mensup pek çok danışanın seküler bir danışman tarafından manevi inançlarının önemsenmeyeceği ya da inançlarına uygun olmayan çözümler sunulabileceği gibi endişeleri olduğu için (Worthington, 1986) özellikle kendi inançları ile empati kurabilen danışmanlara ihtiyaç duyduğu bilinmektedir (Bergin, 1980). Danışanların aynı cinsiyetten terapist ile eşleşme isteklerinin altında terapi sürecinde kendilerini daha rahat hissedeceklerini düşünmeleri, problemlerini daha kolay ifade edebileceklerine ve terapist tarafından daha iyi anlaşılacaklarına inanmaları gibi nedenler yatabilmektedir (Blow ve diğerleri, 2008; Simons ve Helms, 1976). Benzer şekilde aynı yaş grubundaki bireylerin benzer tutumlara sahip olacağı varsayımı, yaş bakımından bir eşleşme olması durumunda danışanın terapist tarafından daha iyi anlaşılacağına ilişkin beklentilerini artırmaktadır (Tall ve Ross, 1991).

Alan yazın ırk /etnik köken, din, cinsiyet, yaş kimlik unsurları bakımından eşleşmenin sonuçlarına dair karmaşık bulgular içermektedir. Örneğin ırk ve etnik köken eşleşmesine ilişkin bulguların bir kısmı (Cabral ve Smith, 2011; Maramba ve Nagayama, 2002; Shin ve diğerleri, 2005) etnik köken eşleşmesinin terapi sonuçları üzerinde bir etkisinin olmadığını göstermektedir. Elde edilen tutarsız bulgular araştırmacıların katılımcılar arasındaki kültürel bağlılık gibi grup içi farklılıkları dikkate almamalarından kaynaklanıyor olabilir (Helms, 1985). Bunun yanında aynı ırk /etnik kökeni paylaşan terapist ve danışanlar sosyoekonomik durum, din gibi diğer özellikleri açısından farklılık gösterebilir. Dolayısıyla yalnızca ırka dayalı bir



benzerlik varsayımı ile tercihte bulunan danışanlar, ilerleyen seanslarda terapist ile tutarsız değerlere sahip olduklarını fark ettiklerinde hayal kırıklığı yaşayabilirler (Cabral ve Smith, 2011). Benzer şekilde cinsiyet eşleşmesinin terapinin ilk seanslarında terapötik ittifak için önemli olduğu ancak ilerleyen seanslarda bu eşleşmenin öneminin azaldığı ve terapistin yetkinliği gibi diğer faktörlerin daha fazla ön plana çıkabileceği belirtilmiştir (Bhati, 2014). Din ve danışmanlık alanında yapılan çalışmalar ise terapist ile danışanın aynı dinî kimliğe sahip olmasından öte terapistin dindar danışanların dinî inançlarını anlamasının ve bu inançları tedavide tamamlayıcı olarak kullanmasının daha önemli olduğunu göstermektedir (Aust, 1990; Belaire ve Young, 2002; Mayers ve diğerleri, 2007). Sosyal kimlikler bakımından terapist ve danışan eşleşmesi terapinin ilk aşamalarında önemli olsa da (Bhati, 2014; Fujino ve diğerleri, 1994) terapistin sahip olduğu kültürel duyarlılık düzeyi eşleşmenin olmadığı durumlarda yine de olumlu terapötik sonuçların elde edilmesini sağlayabilir. Örneğin Gim ve diğerlerinin (1991) Asyalı Amerikalı öğrenciler ile yaptıkları bir çalışmada katılımcıların kültürel açıdan duyarlı Beyaz Amerikalı bir terapisti, kendileriyle etnik benzerlik gösteren bir diğer terapistten daha güvenilir ve kültürel açıdan daha yetkin olarak değerlendirdiği görülmüştür.

Eşleşmeye ilişkin bulguların eşleşmenin etkilerine dair tutarsız sonuçlar vermesi çalışmalar arası yöntemsel farklılıklardan da kaynaklanıyor olabilir. Danışanların terapistleri ile çeşitli kimlik unsurları bakımından eşleşmeye yönelik tercihleri genellikle analog çalışmalar ile araştırılmıştır (Karlsson, 2005). Analog çalışmalar çoğunlukla üniversite öğrencileriyle laboratuvar ortamında yürütülmektedir ve bunların gerçek psikoterapi ortamını yansıtması oldukça zordur (McNeil ve Hayes, 2014). Analog çalışmalarda genellikle tercih ve algı paradigmaları olmak üzere iki yöntem kullanılmaktadır (Lopez ve diğerleri, 1991). *Tercih paradigmasında* katılımcılar ses kaydı veya video şeklindeki terapi seanslarına maruz bırakılır, farklı sosyal kimliklerden terapistler tanıtıldıktan sonra katılımcılardan doğrudan ırk veya etnik köken temelinde terapist tercihi yapmaları istenir. *Algı paradigmasında* ise yine katılımcılara ses veya video şeklindeki terapist-danışan etkileşimleri içeren terapi seansları sunulur. Katılımcılardan terapistin güvenilirliği, uzmanlığı ve yeterliliği gibi çeşitli özelliklere göre değerlendirme yapmaları istenir ve bu değerlendirmeler doğrultusunda katılımcıların terapist tercihine ilişkin çıkarımlar yapılır. Danışanların terapist tercihini inceleyen araştırmaların bulguları bu iki paradigmadan hangisinin kullanıldığına göre değişiklik göstermektedir. Örneğin Lopez ve diğerleri (1991) tercih paradigmasını kullandıkları çalışmalarında ırk ve etnik köken açısından benzer terapistin tercih edilme olasılığının daha yüksek olduğunu bulgulamıştır. Algı paradigmasının kullanıldığı çalışmalarda (Atkinson ve Lowe, 1995; Bennet ve BigFoot-Sipes, 1991; Ponce ve Atkinson, 1989) ise terapistin etnik

kökene terapistin eğitimi, yaşı, uzmanlığı gibi diğer birçok özellikten daha az önemli olarak değerlendirilmiştir.

Görgül araştırmalarda katılımcılardan iki farklı terapist arasından yalnızca etnik kökene, cinsiyete veya yaşa dayalı bir tercihte bulunmalarını istemek terapist tercih sürecini basitleştirdiği için yönetsel açıdan eleştirilmektedir (Atkinson ve Wampold, 1993; Speight ve Vera, 1997). Terapistle belli bir kimlik unsuru bakımından eşleşme dışında terapistin deneyimi, psikoterapi yaklaşımı ve yetkinliği gibi unsurlar da danışanların terapist tercihlerini şekillendirmektedir. Örneğin danışan ve terapist arasındaki etnik eşleşmenin çift terapisi açısından önemini irdeleyen nitel bir çalışmada katılımcılar ırk veya etnik kökeninden ziyade terapistin öz güveni, algılama kapasitesi, destekleyicilik düzeyi ya da dinleme becerisi gibi niteliklerinin kendileri için daha önemli olduğunu ileri sürmüşlerdir (Horst ve diğerleri, 2012). Ayrıca analog çalışmaların genellikle üniversite öğrencileriyle yürütülmesi, üniversite öğrencisi evreninin gerçek danışan profilini yansıtmaması bakımından elde edilen bulguların dış geçerliliğini tehdit etmektedir (Casas, 1985; Lopez ve Lopez, 1993). Dolayısıyla danışanların terapist tercihleri araştırılırken gerçek danışan ve terapist ikililerinin kullanıldığı saha çalışmalarının daha geçerli sonuçlar vermesi beklenir. Danışanların terapistle sosyal kimlikleri bakımından eşleşmesine yönelik tercihlerinin arkasındaki karmaşık süreçleri aydınlatmada, katılımcılara terapist tercihleriyle ilgili yalnızca birkaç kapalı uçlu sorunun sorulduğu nicel araştırmalar yerine nitel yöntemlerin kullandığı araştırmaların yürütülmesi daha faydalı olacaktır (Horst ve diğerleri, 2012).

Bireyin yaşamında kültürün önemli bir yeri olduğunu ve kimlik oluşum sürecinin kültürden bağımsız olmadığını öne süren kültüre duyarlı psikoterapi yaklaşımları, her ne kadar psikoterapi bir tedavi yaklaşımı olarak daha geniş çevrelere yayılmış olsa da mevcut psikoterapi yaklaşımlarının farklı kültürden gelen danışanların ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalabileceğini belirtmektedir (Sue ve diğerleri, 1992). Etnik köken, cinsiyet, yaş, dinî inanç, cinsel yönelim, engellilik gibi farklı kimlik unsurları kültüre duyarlı bir şekilde ele alınmadığında terapist yarar sağlamaktan ziyade baskıcı ve ayrımcı olarak algılanabilmektedir (Sue ve diğerleri, 2019). Bu noktada kültüre duyarlı bir terapistten sergilemesi beklenen bazı tutum ve davranışlar vardır. Kültüre duyarlı bir terapist hem kendisinin hem danışanının kültürü hakkında bilgi ve farkındalık sahibi olmalı ve kültürel farklılıklara ilişkin edindiği bu bilgi ve becerileri farklı kültürden gelen danışanlarıyla çalışırken etkili bir şekilde uygulayabilmelidir (Sue ve diğerleri, 1992). Terapistlerin kendi değerlerinin ve ön yargılarının farkında olması, danışanlarına verdiği tepkilerde olası ırkçı, cinsiyetçi veya diğer yıkıcı tutumlarının etkisini göz önünde bulundurmasını ve kendisinden farklı kimliklere sahip danışanlarına daha hassas ve empatik davranmasını kolaylaştırmaktır (Sue ve diğerleri, 2019).

Terapistler çok kültürlü bir terapi yaklaşımı benimsemedikleri takdirde farklı kültürlerden danışanlarla çalışırken aktarım ve karşı aktarım duyguları ile karşı karşıya kalabilirler (Lijtmaer, 2006). Terapistler de medyadaki yaygın temsiller ve toplumsal söylemlerden etkilenerek azınlık gruplarına karşı ön yargı besleyebilir ve bu gruplardan danışanlarına olumsuz bir karşı aktarım geliştirebilir (Alleyne, 2011; Rohlof, 2020). Örneğin ABD’de yapılan çalışmalarda, çoğunluk grubunu temsil eden beyaz terapistler siyahi danışanların dürtüsel ve saldırgan olduklarına ilişkin güçlü karşı aktarım duygularına sahip olduklarını belirtmişlerdir (Yi, 1998). Terapistin danışanın ırk, cinsiyet, cinsel yönelim ve din gibi kimliklerinden ötürü düşmanca ve olumsuz tutumlara sahip olması ise terapötik ilişkiyi olumsuz etkileyecektir (Gartner ve diğerleri, 1990).

Türkiye gibi çok kültürlü bir ülkede kültüre duyarlı danışmanlık eğitimine duyulan ihtiyaca kimi araştırmacılar ve eğitimciler tarafından dikkat çekilmiş olsa da (Beyazyüz ve Göka, 2010; Kağnıcı, 2013; Yaman ve Akyurt, 2013) bu konuda henüz yeterli farkındalığın oluşmadığı söylenebilir (Çınarbaş, 2022). Azınlık grupları toplum tarafından ayrımcılık ve ön yargı içeren tutum ve davranışlara sıklıkla maruz kaldıkları için birçok ruhsal ve fizyolojik sorun yaşamakta (Pascoe ve Smart Richman, 2009; Williams ve diğerleri, 2003) ve yaşadıkları stres ve psikososyal sorunların üstesinden gelmek için psikoterapi hizmetlerinden faydalanmaya özellikle ihtiyaç duymaktadır (Cassidy ve diğerleri, 2004). Ancak azınlık gruplarının genellikle düşük sosyoekonomik statüye sahip olmaları nedeni ile terapi hizmetlerine ulaşmada yaşadığı zorluklar (Zeybek ve diğerleri, 2022), kültürel açıdan farklı bir gruptan gelen terapist ile çalışmanın oluşturabileceği kaygılar, terapistin etnik veya diğer kimliklerle ilgili konuları ele alırken benimsediği tutumlar, Batı kültürüne özgü terapi ekollerinin azınlık grupların kültürel yapısına uymaması ve dinî inançların bu gruplarda ruhsal sorunların kaynağı olarak görülmesi gibi nedenler azınlık bireylerin psikoterapi almaya ilişkin yaklaşımlarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Zambak, 2022). Türkiye’de farklı azınlık gruplarının terapist tercihlerinin henüz araştırılmamış olması, özellikle Türkiye’de kültüre duyarlı psikoterapilere duyulan ihtiyacın fark edilmesini zorlaştırıyor olabilir. Dolayısıyla yakın gelecekte Türkiye’deki farklı grupların terapistle sosyal kimlik eşleşmesine ilişkin tercihlerin ve sonuçların görgül açıdan sorgulanması değerli bir araştırma alanı olacaktır.

Mevcut çalışmada terapistin ve danışanın sosyal kimlikleri açısından eşleşmesinin terapötik süreçlerle olan ilişkisi yalnızca ırk /etnik köken, din, cinsiyet ve yaş unsurları bakımından incelenmiştir. Ancak engellilik, cinsel yönelim gibi başka birçok kimlik unsurunun da terapist ve danışan eşleşmesi bağlamında incelenmesi önemlidir. Söz gelimi engelli olmayan çoğunluğun içinde dezavantajlı bir azınlık grubu olan engelli bireyler terapistleri de dâhil olmak üzere toplum tarafından ön yargılı tutum ve davranışlara maruz

birakılabilmektedirler (Olkin, 1999). Terapistler engelli bireylerin bir azınlık grubu oluşturduğunu kabul ederek engellilik kültürüne açık olmalı ve ırkçı ya da cinsiyetçi tutumlarına yönelik farkındalıklarının yanında engelli bireylere karşı var olan ön yargılarının da bilincinde olmalıdır (Reeve, 2000). Engellilik kültürünün kendi tarihi, dili ve gelenekleri vardır. Örneğin “engelli”, “sakat”, “özürlü” vb. sözcüklerinden hangilerinin danışan açısından kabul edilebilir, hangilerinin ise aşağılayıcı nitelikte olabileceğinin bilincinde olmak, terapist ve danışanın sağlıklı iletişim kurabilmesi açısından önem taşımaktadır. Engelli bireyler sosyal hayatlarında çoğu zaman başkalarını bilinçlendirmek gibi büyük bir yük taşırlar; terapistler bu noktada engelli danışanlarının yükünü hafifletebilmeli ve onlara uygun müdahale stratejileri geliştirebilmek için yeterli bilgi, beceri ve donanıma sahip olmalıdır (Olkin, 1999). Bununla birlikte LGB bireyler de toplum tarafından fiziksel saldırı, sözlü taciz, sosyal baskı gibi birçok ayrımcılık deneyimine maruz kalmaktadır (Demirdizen ve diğerleri, 2012). Birçok LGB birey için terapist kendi cinsel yönelimini açıkladığı ilk kişi olabilmektedir. Terapistin açılmaya, danışanın cinsel yönelimiyle ilgili öğrendiklerine ilişkin olumlu ya da olumsuz tepkileri ve bu konudaki bilgi birikimi bireyin sonraki açılma deneyimlerini etkileyebilmektedir (Boroughs ve diğerleri, 2015). Terapistin bu noktada danışanın cinsel yönelimi konusunda yargılayıcı olmaması, danışanın kimliğinden ötürü yaşadığı sorunlar hakkında bilgi sahibi olması ve onun endişelerini anlayabilmesi LGB bireylerin terapide ilerlemesini desteklemeye yardımcı olabilmektedir (Israel ve diğerleri, 2008).

Mevcut çalışmanın bir diğer kısıtlılığı terapist ve danışan eşleşmesinin önemini yalnızca danışanların gözünden incelenmesidir. Alan yazında danışan ve terapist eşleşmesi ile ilgili çalışmalara bakıldığında terapistlerin de aynı kimlikten danışanlarla çalışmayı daha çok tercih ettiği görülmektedir. Örneğin bir çalışmada ırksal olarak eşleşmeyen gruptaki danışanlar, eşleşen gruptaki danışanlara göre daha olumsuz terapötik ittifak değerlendirmesi yapmamış olsa da ırksal olarak uyumsuz gruptaki terapistlerin danışanlarıyla olan terapötik ittifak düzeylerini daha olumsuz değerlendirdiği görülmüştür (Wintersteen ve diğerleri, 2005). Yine benzer bir çalışmada terapistler sağladıkları terapi hizmetinin etkililiğini farklı ırktan danışanları için benzer ırktaki danışanlarına göre daha düşük olarak değerlendirmiştir (Horst ve diğerleri, 2012). Bu bulgular terapistin gözünden algılanan terapi başarısının kimlik eşleşmesi durumlarında yükselebileceğine, dolayısıyla terapist açısından da eşleşmenin önemli olabileceğine işaret etmektedir. Gelecekteki çalışmalar danışan ve terapist eşleşmesini irdelerken meseleye hem danışan hem terapist gözünden baktığında, eşleşmenin terapötik ittifaka ve terapi başarısına olan yansımalarını daha net bir şekilde ortaya koyabilecektir. Bunun dışında eşleşme sonuçları genelde terapist tercihi, terapi memnuniyeti ya da başarısı gibi sonuç değişkenler bakımından incelenmiştir. Ancak terapistin ve danışanın eşleşme ya da

eşleşmeme durumunun psikoterapi sürecinde açığa çıkan etik ihlallerin yaygınlığıyla olan ilişkisi de anlamlı bir gelecek araştırma konusu olabilir. Örneğin terapistlerin çok kolay düşebileceği etik ihlallerden biri “varsayılan benzerlik etkisi”dir (Raja, 2016). Varsayılan benzerlik bireylerin kendisi ile bir başkası arasında ırk, etnik köken, din, cinsel yönelim gibi kolayca görülebilen özelliklerde benzerlik olduğunu fark ettikten sonra, o kişinin diğer özellikleri bakımından da kendisine benzeyebileceğini varsayma eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Human ve Biesanz, 2011). Eğer terapistler de söz gelimi aynı ırkı paylaştıkları bir danışan hakkında, aynı kültürü ve tarihi paylaştıkları gerekçesiyle ırksal olarak farklı bir danışana göre daha az merak ve sorgulama eğilimi sergilerse terapistin dezavantajlı kimliği paylaştığı danışanla aşırı özdeşim kurmasına bağlı karşı aktarım yapması ya da danışanın sunduğu problemi psikopatolojik bir belirti değil de sosyokültürel bir mesele olarak ele alması gibi çeşitli etik riskler açığa çıkabilir (Raja, 2016).

Danışan ve terapist eşleşmesi ile ilgili çalışmalar genellikle tek bir kimlik unsuru üzerinden çıkarımlarda bulunmuştur. Ancak terapist ve danışan tekil kimliklere sahip değildir. Bu noktada kimliklerin kesişimselliğini ele almak da önemli olabilir. Kesişimsellik kavramı, bir kişinin sahip olduğu farklı kimliklerin birbirleriyle etkileşimini ve bu çoklu kimlikler sebebiyle üst üste binen ya da katmerlenmiş ayrımcılık deneyimlerini daha iyi anlamak üzere kullanılmaktadır (Crenshaw, 1991). Bu kavram sayesinde bireylerin tek bir kültürel kimliğe indirgenmesinin önüne geçilmiş (Thomas, 2012) ve kesişen kimliklerin bireylerin deneyimlerini ve sosyal konumlarını nasıl şekillendirdiğini anlamak mümkün olmuştur (Mock, 2008). Yaş, cinsiyet, ırk, etnik köken ya da cinsel yönelim gibi kimlik unsurlarından bazıları bir araya geldiğinde, yani üst üste bindiğinde bireylerin hayatında daha belirgin bir avantaja ya da dezavantaja dönüşebilir. Hem siyahi hem LGBT kimliğine sahip kadınların deneyimleri bu durumu açıklamada iyi bir örnek sunabilir. Kesişimsellik teorisine göre siyahi kadınlar beyazların baskın olduğu bir toplumda kaçınılmaz olarak dezavantajlı konumdadır. Bununla birlikte aynı zamanda LGBT kimliğine sahip olan siyahi kadınlar, homofobik ön yargılar sebebiyle heteroseksüel siyahi kadınlara göre daha fazla ayrımcılığa uğrayabilir (Crenshaw, 1991). Danışanın ve terapistin sahip olduğu kimliklerin kesişimselliği terapötik ilişkiyi de etkileyebilmektedir (Addison ve Coolhart, 2015). Örneğin terapistin siyahi bir kadın ve danışanın ise beyaz bir erkek olduğu terapötik bir ilişkide danışan hem cinsiyeti hem de ırkı gereği daha baskın bir sosyal konuma sahip olacağından danışanın terapist-danışan hiyerarşisinde kendisini daha ayrıcalıklı algıladığı bir durum açığa çıkabilir (PettyJohn ve diğerleri, 2020).

Sonuç olarak, terapist ve danışan eşleşmesi ile ilgili bulgular karmaşık olsa da özellikle kişiler arası benzerlikler ilişkilerde yakınlık, güven, kendini açma ve daha fazla anlaşıldığını

hissetme gibi avantajlar sağladığından danışan-terapist sosyal kimlik eşleşmesinin danışanların psikoterapist tercihleri ve psikoterapiye ilişkin olumlu çıktılar üzerinde belirleyici olması beklenen bir durumdur. Yine de farklılıklarla bir arada yaşamının kaçınılmaz olduğu günümüz toplumlarında kültürel hassasiyetlere sahip terapi yaklaşımlarının yaygınlaştırılması oldukça önemlidir (Çınarbaş, 2022). Danışmanlık mesleğinde çok kültürlülüğe duyulan ihtiyaç, mesleki çalışmaların önemli bir parçası olan etik uygulama için büyük önem taşımaktadır. Kültürel olarak yetkin danışmanlar kendi ön yargılarının danışmanlık hizmetine nasıl yansiyebileceğinin farkında olmalı, farklı kültürel arka plana sahip danışanlarının dünya görüşlerini yargılamadan anlamaya çalışmalı ve farklı kültürden danışanlarıyla çalışırken uygun ve hassas müdahale becerilerini geliştirmek için çaba sarf etmelidir (Sue ve diğerleri, 1992).

---

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Makale ilk yazar tarafından ikinci yazar danışmanlığında tasarlanmıştır. Makalenin yazımına ilk yazar %60, ikinci yazar %40 oranında katkıda bulunmuştur.

**Çıkar Çatışması Beyanı:**

Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

**Finansal Destek Beyanı:**

Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

**Etik Kurul Onayı:**

Kuramsal derleme makaleleri için etik kurul onayı gerekmemektedir.

---

### Kaynakça

- Addison, S. M. ve Coolhart, D. (2015). Expanding the therapy paradigm with queer couples: A relational intersectional lens. *Family Process*, 54(3), 435-453. <https://doi.org/10.1111/famp.12171>
- Alegría, M., Roter, D. L., Valentine, A., Chen, C.-N., Li, X., Lin, J., Rosen, D., Lapatin, S., Normand, S.-L., Larson, S. ve Shrout, P. E. (2013). Patient-clinician ethnic concordance and communication in mental health intake visits. *Patient Education and Counseling*, 93(2), 188-196. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2013.07.001>
- Alleyne, A. (2011). Overcoming racism, discrimination, and oppression in psychotherapy. İçinde C. Lago (Ed.), *The handbook of transcultural counselling and psychotherapy* (ss. 117-130). Open University Press.
- Ashforth, B. E. ve Mael, F. (1989). Social identity theory and the organization. *Academy of Management Review*, 14(1), 20-39. <https://doi.org/10.5465/amr.1989.4278999>
- Atkinson, D. R. (1983). Ethnic similarity in counseling psychology: A review of research. *The Counseling Psychologist*, 11(3), 79-92. <https://doi.org/10.1177/0011000083113009>
- Atkinson, D. R. ve Lowe, S. M. (1995). The role of ethnicity, cultural knowledge, and conventional techniques in counseling and psychotherapy. İçinde J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki ve C. M. Alexander (Edl.), *Handbook of multicultural counseling* (ss. 387-414). Sage Publications, Inc.
- Atkinson, D. R. ve Matsushita, Y. J. (1991). Japanese-American acculturation, counseling style, counselor ethnicity, and perceived counselor credibility. *Journal of Counseling Psychology*, 38(4), 473-478. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.38.4.473>
- Atkinson, D. R. ve Wampold, B. E. (1993). Mexican Americans' initial preferences for counselors: Simple choice can be misleading: Comment on López, López, and Fong (1991). *Journal of Counseling Psychology*, 40(2), 245-248. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.40.2.245>
- Aust, C. F. (1990). Using the client's religious values to aid progress in therapy. *Counseling and Values*, 34(2), 125-129. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.1990.tb00916.x>
- Aviram, A. ve Westra, H. A. (2011). The impact of motivational interviewing on resistance in cognitive behavioural therapy for generalized anxiety disorder. *Psychotherapy Research*, 21(6), 698-708. <https://doi.org/10.1080/10503307.2011.610832>
- Bai, X., Lai, D. W. L. ve Guo, A. (2016). Ageism and depression: Perceptions of older people as a burden in China. *Journal of Social Issues*, 72(1), 26-46. <https://doi.org/10.1111/josi.12154>
- Barbarin, O. A. ve Chesler, M. A. (1986). The medical context of parental coping with childhood cancer. *American Journal of Community Psychology*, 14(2), 221-235. <https://doi.org/10.1007/BFO0911822>
- Batson, C. D., Polycarpou, M. P., Harmon-Jones, E., Imhoff, H. J., Mitchener, E. C., Bednar, L. L., Klein, T. R. ve Highberger, L. (1997). Empathy and attitudes: Can feeling for a member of a stigmatized group improve feelings toward the group? *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 105-118. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.1.105>
- Beaupré, M. G. ve Hess, U. (2006). An ingroup advantage for confidence in emotion recognition judgments: The moderating effect of familiarity with the expressions of outgroup members. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(1), 16-26. <https://doi.org/10.1177/0146167205277097>

- Behn, A., Davanzo, A. ve Errázuriz, P. (2018). Client and therapist match on gender, age, and income: Does match within the therapeutic dyad predict early growth in the therapeutic alliance? *Journal of Clinical Psychology*, 74(9), 1403-1421. <https://doi.org/10.1002/jclp.22616>
- Belaire, C. ve Young, J. S. (2002). Conservative Christians' expectations of non-Christian counselors. *Counseling and Values*, 46(3), 175-187. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.2002.tb00211.x>
- Bennett, S. K. ve BigFoot-Sipes, D. S. (1991). American Indian and White college student preferences for counselor characteristics. *Journal of Counseling Psychology*, 38(4), 440-445. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.38.4.440>
- Berger, C. R. ve Calabrese, R. J. (1974). Some explorations in initial interaction and beyond: Toward a developmental theory of interpersonal communication. *Human Communication Research*, 1(2), 99-112. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1975.tb00258.x>
- Bergin, A. E. (1980). Psychotherapy and religious values. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48(1), 95-105. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.48.1.95>
- Bergin, A. E. ve Jensen, J. P. (1990). Religiosity of psychotherapists: A national survey. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 27(1), 3-7. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.27.1.3>
- Bernstein, B. L., Hofmann, B. ve Wade, P. (1987). Preferences for counselor gender: Students' sex role, other characteristics, and type of problem. *Journal of Counseling Psychology*, 34(1), 20-26. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.34.1.20>
- Berscheid, E., Dion, K., Walster, E. ve Walster, G. W. (1971). Physical attractiveness and dating choice: A test of the matching hypothesis. *Journal of Experimental Social Psychology*, 7(2), 173-189. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(71\)90065-5](https://doi.org/10.1016/0022-1031(71)90065-5)
- Beutler, L. E., Clarkin, J., Crago, M. ve Bergan, J. (1991). Client-therapist matching. İçinde C. R. Snyder ve D. R. Forsyth (Edl.), *Pergamon general psychology series* (ss. 699-716). Pergamon Press.
- Beutler, L. E., Moleiro, C. M. ve Talebi, H. (2002). Resistance in psychotherapy: What conclusions are supported by research? *Journal of Clinical Psychology*, 58(2), 207-217. <https://doi.org/10.1002/jclp.1144>
- Beyazyüz, M. ve Göka, E. (2010). Kültüre duyarlı yaklaşımın obsesif kompulsif bozukluktaki önemi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(4), 360-366.
- Bhati, K. S. (2014). Effect of client-therapist gender match on the therapeutic relationship: An exploratory analysis. *Psychological Reports*, 115(2), 565-583. <https://doi.org/10.2466/21.02.PRO.115c23>
- Bhui, K. ve Bhugra, D. (2002). Explanatory models for mental distress: Implications for clinical practice and research. *The British Journal of Psychiatry*, 181(1), 6-7. <https://doi.org/10.1192/bjp.181.1.6>
- Black, S. C. ve Gringart, E. (2019). The relationship between clients' preferences of therapists' sex and mental health support seeking: An exploratory study. *Australian Psychologist*, 54(4), 322-335. <https://doi.org/10.1111/ap.12370>
- Blow, A. J., Timm, T. M. ve Cox, R. (2008). The role of the therapist in therapeutic change: Does therapist gender matter? *Journal of Feminist Family Therapy*, 20(1), 66-86. <https://doi.org/10.1080/0895280801907150>



- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 16(3), 252-260. <https://doi.org/10.1037/h0085885>
- Boroughs, M. S., Bedoya, C. A., O'Cleirigh, C. ve Safren, S. A. (2015). Toward defining, measuring, and evaluating LGBT cultural competence for psychologists. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 22(2), 151-171. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12098>
- Bowman, D., Scogin, F., Floyd, M. ve McKendree-Smith, N. (2001). Psychotherapy length of stay and outcome: A meta-analysis of the effect of therapist sex. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(2), 142-148. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.38.2.142>
- Brown, R. (2000). Social identity theory: Past achievements, current problems and future challenges. *European Journal of Social Psychology*, 30(6), 745-778. [https://doi.org/10.1002/1099-0992\(200011/12\)30:6<745::AID-EJSP24>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/1099-0992(200011/12)30:6<745::AID-EJSP24>3.0.CO;2-O)
- Buckley, M. (1972). Counseling the aging. *The Personnel and Guidance Journal*, 50(9), 755-758. <https://doi.org/10.1002/j.2164-4918.1972.tb03467.x>
- Burnham-Smith, D. (1996). *Counseling men: The effects of gender role*. ERIC Eğitim Bilimleri Enstitüsü (ERIC Institute of Education Sciences) web sitesinden alınmıştır. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED398517.pdf>
- Byrne, D. E. (1971). *The attraction paradigm* (1. Basım). Academic Press.
- Cabral, R. R. ve Smith, T. B. (2011). Racial/ethnic matching of clients and therapists in mental health services: A meta-analytic review of preferences, perceptions, and outcomes. *Journal of Counseling Psychology*, 58(4), 537-554. <https://doi.org/10.1037/a0025266>
- Casas, J. M. (1985). A reflection on the status of racial/ethnic minority research. *The Counseling Psychologist*, 13(4), 581-598. <https://doi.org/10.1177/0011000085134003>
- Cassidy, C., O'Connor, R. C., Howe, C. ve Warden, D. (2004). Perceived discrimination and psychological distress: The role of personal and ethnic self-esteem. *Journal of Counseling Psychology*, 51(3), 329-339. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.51.3.329>
- Chadda, R. K., Agarwal, V., Singh, M. C. ve Raheja, D. (2001). Help seeking behaviour of psychiatric patients before seeking care at a mental hospital. *International Journal of Social Psychiatry*, 47(4), 71-78. <https://doi.org/10.1177/002076400104700406>
- Chang, D. F. ve Berk, A. (2009). Making cross-racial therapy work: A phenomenological study of clients' experiences of cross-racial therapy. *Journal of Counseling Psychology*, 56(4), 521-536. <https://doi.org/10.1037/a0016905>
- Charles, N. E., Rodriguez, T. R., Bullerjahn, M. R., Simpson, L., Swygert, L. M., Finn, J. A. ve Anestis, J. C. (2021). Expectations and preferences for psychotherapy among African American and White young adults. *Journal of Racial and Ethnic Health Disparities*, 8(3), 678-689. <https://doi.org/10.1007/s40615-020-00827-2>
- Cheng, A. W., Nakash, O., Cruz-Gonzalez, M., Fillbrunn, M. K. ve Alegria, M. (2023). The association between patient-provider racial/ethnic concordance, working alliance, and length of treatment in behavioral health settings. *Psychological Services*, 20(Suppl 1), 145-156. <https://doi.org/10.1037/ser0000582>
- Cialdini, R. B., Brown, S. L., Lewis, B. P., Luce, C. ve Neuberg, S. L. (1997). Reinterpreting the empathy-altruism relationship: When one into one equals oneness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 481-494. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.3.481>

- Cinnirella, M. ve Loewenthal, K. M. (1999). Religious and ethnic group influences on beliefs about mental illness: A qualitative interview study. *British Journal of Medical Psychology*, 72(4), 505-524. <https://doi.org/10.1348/000711299160202>
- Coleman, E. ve Schaefer, S. (1986). Boundaries of sex and intimacy between client and counselor. *Journal of Counseling & Development*, 64(5), 341-344. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1986.tb01128.x>
- Coleman, H. L., Wampold, B. E. ve Casali, S. L. (1995). Ethnic minorities' ratings of ethnically similar and European American counselors: A meta-analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 42(1), 55-64. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.42.1.55>
- Constantine, M. G. (2007). Racial microaggressions against African American clients in cross-racial counseling relationships. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 1-16. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.1.1>
- Cooper, M. (2006). Scottish secondary school students' preferences for location, format of counselling and sex of counsellor. *School Psychology International*, 27(5), 627-638. <https://doi.org/10.1177/0143034306073421>
- Crenshaw, K. (1991). Mapping the margins: Intersectionality, identity politics, and violence against women of color. *Stanford Law Review*, 43(6), 1241-1299. <https://doi.org/10.2307/1229039>
- Cruwys, T., Dingle, G. A., Haslam, C., Haslam, S. A., Jetten, J. ve Morton, T. (2013). Social group memberships protect against future depression, alleviate depression symptoms and prevent depression relapse. *Social Science & Medicine*, 98, 179-186. <http://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2013.09.013>
- Curlin, F. A., Odell, S. V., Lawrence, R. E., Chin, M. H., Lantos, J. D., Meador, K. G. ve Koenig, H. G. (2007). The relationship between psychiatry and religion among US physicians. *Psychiatric Services*, 58(9), 1193-1198. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.58.9.1193>
- Cyrus-Lutz, C. ve Gaitz, C. M. (1972). Psychiatrists' attitudes toward the aged and aging. *The Gerontologist*, 12(2), 163-167. [https://doi.org/10.1093/geront/12.2\\_Part\\_1.163](https://doi.org/10.1093/geront/12.2_Part_1.163)
- Çınarbaş, D. C. (2022). Kültüre duyarlı psikoterapi: Diğer ülkelerdeki standartlar, Türkiye'deki durum ve kitabın ortaya çıkma süreci. İçinde D. C. Çınarbaş, D. Hasdemir ve G. B. Kumpasoğlu (Edl.), *Psikoterapide kültürel konular* (ss. 1-17). Nobel Akademik.
- DeGeorge, J., Constantino, M. J., Greenberg, R. P., Swift, J. K. ve Smith-Hansen, L. (2013). Sex differences in college students' preferences for an ideal psychotherapist. *Professional Psychology, Research and Practice*, 44(1), 29-36. <https://doi.org/10.1037/a0029299>
- DeHeer, N. D., Wampold, B. E. ve Freund, R. D. (1992). Do sex-typed and androgynous subjects prefer counselors on the basis of gender or effectiveness? They prefer the best. *Journal of Counseling Psychology*, 39(2), 175-184. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.39.2.175>
- Delaney, H. D., Miller, W. R. ve Bisonó, A. M. (2007). Religiosity and spirituality among psychologists: A survey of clinician members of the American Psychological Association. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38(5), 538-546. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.38.5.538>
- Demirdizen, D., Çınar, S. ve Kesici, M. R. (2012, 18-20 Ekim). *İşyerinde cinsel yönelim ayrımcılığı: LGB bireylere yönelik bir alan çalışması* [Konferans sunumu]. IV. Sosyal Haklar Ulusal Sempozyumu, Muğla, Türkiye.

- DeRubeis, R. J., Brotman, M. A. ve Gibbons, C. J. (2005). A conceptual and methodological analysis of the nonspecifics argument. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12(2), 174-183. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpio22>
- Dimmick, A. A., Swift, J. K. ve Trusty, W. T. (2020). Latter-Day Saint clients' preferences for a religious match with a psychotherapist. *Spirituality in Clinical Practice*, 7(2), 134-143. <https://doi.org/10.1037/scp0000211>
- Dimmick, A. A., Trusty, W. T. ve Swift, J. K. (2022). Client preferences for religious/spiritual integration and matching in psychotherapy. *Spirituality in Clinical Practice*, 9(3), 202-211. <https://doi.org/10.1037/scp0000269>
- Donnan, H. H. ve Mitchell, H. D. (1979). Preferences for older versus younger counselors among a group of elderly persons. *Journal of Counseling Psychology*, 26(6), 514-518. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.26.6.514>
- Egan, G. (1982). *The skilled helper* (2. Basım). Brooks/Cole.
- Ellemers, N. ve Haslam, S. A. (2012). Social identity theory. İçinde P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski ve E. T. Higgins (Edl.), *Handbook of theories of social psychology* (ss. 379-398). Sage.
- Ergün, N. (2020). Kimlik gelişimi: Anlatı kimliği ve kuşaklararası anlatı kimliği. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(4), 455-475. <https://doi.org/10.18863/pgy.676439>
- Fisher, E. H. (1989). Gender bias in therapy? An analysis of patient and therapist causal explanations. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 26(3), 389-401. <https://doi.org/10.1037/h0085451>
- Flaskerud, J. H. (1990). Matching client and therapist ethnicity, language, and gender: A review of research. *Issues in Mental Health Nursing*, 11(4), 321-336. <https://doi.org/10.3109/01612849009006520>
- Flaskerud, J. H. ve Liu, P. Y. (1991). Effects of an Asian client-therapist language, ethnicity and gender match on utilization and outcome of therapy. *Community Mental Health Journal*, 27(1), 31-42. <https://doi.org/10.1007/BF00752713>
- Flicker, S. M., Waldron, H. B., Turner, C. W., Brody, J. L. ve Hops, H. (2008). Ethnic matching and treatment outcome with Hispanic and Anglo substance-abusing adolescents in family therapy. *Journal of Family Psychology*, 22(3), 439-447. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.3.439>
- Fujino, D. C., Okazaki, S. ve Young, K. (1994). Asian-American women in the mental health system: An examination of ethnic and gender match between therapist and client. *Journal of Community Psychology*, 22(2), 164-176. [https://doi.org/10.1002/1520-6629\(199404\)22:2<164::AID-JCOP2290220211>3.0.CO;2-K](https://doi.org/10.1002/1520-6629(199404)22:2<164::AID-JCOP2290220211>3.0.CO;2-K)
- Furnham, A. ve Swami, V. (2008). Patient preferences for psychological counsellors: Evidence of a similarity effect. *Counselling Psychology Quarterly*, 21(4), 361-370. <https://doi.org/10.1080/09515070802602146>
- Gartner, J., Harmatz, M., Hohmann, A., Larson, D. ve Gartner, A. F. (1990). The effect of patient and clinician ideology on clinical judgment: A study of ideological countertransference. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 27(1), 98-106. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.27.1.98>
- Gaston, L. (1990). The concept of the alliance and its role in psychotherapy: Theoretical and empirical considerations. *Psychotherapy*, 27(2), 143-153. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.27.2.143>

- Gelso, C. J. ve Mohr, J. J. (2001). The working alliance and the transference/countertransference relationship: Their manifestation with racial/ethnic and sexual orientation minority clients and therapists. *Applied and Preventive Psychology*, 10(1), 51-68. [https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(05\)80032-0](https://doi.org/10.1016/S0962-1849(05)80032-0)
- Germer, S., Weyrich, V., Bräscher, A.-K., Mütze, K. ve Witthöft, M. (2022). Does practice really make perfect? A longitudinal analysis of the relationship between therapist experience and therapy outcome: A replication of Goldberg, Rousmaniere, et al. (2016). *Journal of Counseling Psychology*, 69(5), 745-754. <https://doi.org/10.1037/cou0000608>
- Gim, R. H., Atkinson, D. R. ve Kim, S. J. (1991). Asian-American acculturation, counselor ethnicity and cultural sensitivity, and ratings of counselors. *Journal of Counseling Psychology*, 38(1), 57-62. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.38.1.57>
- Gonzales, M. H., Davis, J. M., Loney, G. L., LuKens, C. K. ve Junghans, C. M. (1983). Interactional approach to interpersonal attraction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(6), 1192-1197. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.6.1192>
- Goodstein, L. D. (1962). Problems in counseling older disabled persons. *Journal of Rehabilitation*, 28(4), 24-25.
- Gökkaya, F., Yurdalan, F., Karagülmez, K. ve Emeç, K. (2021). Psikoterapilerin etkililiğini belirleyen faktörlerin incelenmesi: Bir derleme çalışması. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 8(3), 396-423. <https://doi.org/10.31682/ayna.921699>
- Gray, D. ve Stevenson, C. (2019). How can “we” help? Exploring the role of shared social identity in the experiences and benefits of volunteering. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 30(4), 341-353. <https://doi.org/10.1002/casp.2448>
- Greenaway, K. H., Cruwys, T., Haslam, S. A. ve Jetten, J. (2016). Social identities promote well-being because they satisfy global psychological needs. *European Journal of Social Psychology*, 46(3), 294-307. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2169>
- Greenidge, S. ve Baker, M. (2012). Why do committed Christian clients seek counselling with Christian therapists? *Counselling Psychology Quarterly*, 25(3), 211-222. <https://doi.org/10.1080/09515070.2012.673273>
- Gudykunst, W. B. ve Hammer, M. R. (1988). The influence of social identity and intimacy of interethnic relationships on uncertainty reduction processes. *Human Communication Research*, 14(4), 569-601. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1988.tb00168.x>
- Gutsell, J. N. ve Inzlicht, M. (2012). Intergroup differences in the sharing of emotive states: Neural evidence of an empathy gap. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 7(5), 596-603. <https://doi.org/10.1093/scan/nsr035>
- Hampton, A. J., Fisher Boyd, A. N. ve Sprecher, S. (2019). You're like me and I like you: Mediators of the similarity-liking link assessed before and after a getting-acquainted social interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(7), 2221-2244. <https://doi.org/10.1177/0265407518790411>
- Harrison, D. K. (1975). Race as a counselor-client variable in counseling and psychotherapy: A review of the research. *The Counseling Psychologist*, 5(1), 124-133. <https://doi.org/10.1177/001100007500500130>
- Harrison, M. O., Koenig, H. G., Hays, J. C., Eme-Akwari, A. G. ve Pargament, K. I. (2001). The epidemiology of religious coping: A review of recent literature. *International Review of Psychiatry*, 13(2), 86-93. <https://doi.org/10.1080/09540260120037317>

- Haslam, C., Haslam, S. A., Jetten, J., Cruwys, T. ve Steffens, N. K. (2021). Life change, social identity, and health. *Annual Review of Psychology*, 72, 635-661. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-060120-111721>
- Hathaway, W. L., Scott, S. Y. ve Garver, S. A. (2004). Assessing religious/spiritual functioning: A neglected domain in clinical practice? *Professional Psychology: Research and Practice*, 35(1), 97-104. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.35.1.97>
- Haviland, M. G., Horswill, R. K., O'Connell, J. J. ve Dynneson, V. V. (1983). Native American college students' preference for counselor race and sex and the likelihood of their use of a counseling center. *Journal of Counseling Psychology*, 30(2), 267-270. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.30.2.267>
- Hayes, J. A., Gelso, C. J., Goldberg, S. ve Kivlighan, D. M. (2018). Countertransference management and effective psychotherapy: Meta-analytic findings. *Psychotherapy*, 55(4), 496-507. <https://doi.org/10.1037/pst0000189>
- Heinze, P. E. (2023). *An exploration of activity and therapist preferences and their predictors in German-speaking samples* [Yayınlanmamış doktora tezi]. University of Potsdam.
- Helmes, E. ve Gee, S. (2003). Attitudes of Australian therapists toward older clients: Educational and training imperatives. *Educational Gerontology*, 29(8), 657-670. <https://doi.org/10.1080/03601270390225640>
- Helms, J. E. (1985). Toward a theoretical explanation of the effects of race on counseling. *The Counseling Psychologist*, 12(4), 131-141. <https://doi.org/10.1177/0011000084124013>
- Helms, J. E. (1993). I also said "White racial identity influences White researchers". *The Counseling Psychologist*, 21(2), 240-243. <https://doi.org/10.1177/0011000093212007>
- Hill, C. E. ve Knox, S. (2009). Processing the therapeutic relationship. *Psychotherapy Research*, 19(1), 13-29. <https://doi.org/10.1080/10503300802621206>
- Hook, J. N., Davis, D. E., Owen, J., Worthington, E. L., Jr. ve Utsey, S. O. (2013). Cultural humility: Measuring openness to culturally diverse clients. *Journal of Counseling Psychology*, 60(3), 353-366. <https://doi.org/10.1037/a0032595>
- Hook, J. N., Farrell, J. E., Davis, D. E., DeBlaere, C., Van Tongeren, D. R. ve Utsey, S. O. (2016). Cultural humility and racial microaggressions in counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 63(3), 269-277. <https://doi.org/10.1037/cou0000114>
- Horst, K., Mendez, M., Culver-Turner, R., Amanor-Boadu, Y., Minner, B., Cook, J., Stith, S. ve McCollum, E. (2012). The importance of therapist/client ethnic/racial matching in couples treatment for domestic violence. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 34(1), 57-71. <https://doi.org/10.1007/s10591-012-9174-x>
- Horvath, A. O. ve Greenberg, L. S. (1989). Development and validation of the Working Alliance Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 36(2), 223-233. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.36.2.223>
- Horvath, A. O., Del Re, A. C., Flückiger, C. ve Symonds, D. (2011). Alliance in individual psychotherapy. *Psychotherapy*, 48(1), 9-16. <https://doi.org/10.1037/a0022186>
- Human, L. J. ve Biesanz, J. C. (2011). Through the looking glass clearly: Accuracy and assumed similarity in well-adjusted individuals' first impressions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(2), 349-364. <https://doi.org/10.1037/a0021850>

- Hunter, W. F. (1960). The psychologist works with the aged individual. *Journal of Counseling Psychology*, 7(2), 120-126. <https://doi.org/10.1037/h0045125>
- Ilagan, G. S. ve Heatherington, L. (2022). Advancing the understanding of factors that influence client preferences for race and gender matching in psychotherapy. *Counseling Psychology Quarterly*, 35(3), 694-717. <https://doi.org/10.1080/09515070.2021.1960274>
- Ip, V., Chan, F., Chan, J. Y.-C., Lee, J. K. Y., Sung, C. ve Wilson, E. H. (2016). Factors influencing Chinese college students' preferences for mental health professionals. *Journal of Mental Health*, 25(2), 142-147. <https://doi.org/10.3109/09638237.2015.1057328>
- Israel, T., Gorcheva, R., Burnes, T. R. ve Walther, W. A. (2008). Helpful and unhelpful therapy experiences of LGBT clients. *Psychotherapy Research*, 18(3), 294-305. <https://doi.org/10.1080/10503300701506920>
- Jetten, J., Haslam, S. A., Cruwys, T., Greenaway, K. H., Haslam, C. ve Steffens, N. K. (2017). Advancing the social identity approach to health and well-being: Progressing the social cure research agenda. *European Journal of Social Psychology*, 47(7), 789-802. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2333>
- Johnson, M. E. ve Lashley, K. H. (1989). Influence of Native-Americans' cultural commitment on preferences for counselor ethnicity and expectations about counseling. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 17(3), 115-122. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.1989.tb00423.x>
- Jones, E. E. ve Zoppel, C. L. (1982). Impact of client and therapist gender on psychotherapy process and outcome. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50(2), 259-272. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.50.2.259>
- Joseph, J. (2010). *Willingness to seek professional psychological help among Canadians of African descent: A culturally based help-seeking model* [Yayınlanmamış doktora tezi]. University of Windsor.
- Kağnıcı, D. Y. (2013). Çok kültürlü psikolojik danışma eğitiminin rehberlik ve psikolojik danışmanlık lisans programlarına yerleştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(40), 222-231.
- Karlsson, R. (2005). Ethnic matching between therapist and patient in psychotherapy: An overview of findings, together with methodological and conceptual issues. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 11(2), 113-129. <https://doi.org/10.1037/1099-9809.11.2.113>
- Kaschak, E. (1978). Therapist and client: Two views of the process and outcome of psychotherapy. *Professional Psychology*, 9(2), 271-277. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.9.2.271>
- Keating, A. M. ve Fretz, B. R. (1990). Christians' anticipations about counselors in response to counselor descriptions. *Journal of Counseling Psychology*, 37(3), 293-296. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.37.3.293>
- Kelly, T. A. ve Strupp, H. H. (1992). Patient and therapist values in psychotherapy: Perceived changes, assimilation, similarity, and outcome. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60(1), 34-40. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.60.1.34>
- Kessler, E.-M., Rahn, S. ve Klapproth, F. (2020). Do young people prefer older psychotherapists? *European Journal of Ageing*, 17(1), 119-124. <https://doi.org/10.1007/s10433-019-00519-9>

- Klohnen, E. C. ve Luo, S. (2003). Interpersonal attraction and personality: What is attractive--self similarity, ideal similarity, complementarity or attachment security? *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 709-722. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.4.709>
- Kim, E. ve Kang, M. (2018). The effects of client–counselor racial matching on therapeutic outcome. *Asia Pacific Education Review*, 19, 103-110. <https://doi.org/10.1007/s12564-018-9518-9>
- Kirshner, L. A., Genack, A. ve Hauser, S. T. (1978). Effects of gender on short-term psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(2), 158-167. <https://doi.org/10.1037/h0085856>
- Kite, M. E., Stockdale, G. D., Whitley, B. E. ve Johnson, B. T. (2005). Attitudes toward younger and older adults: An updated meta-analytic review. *Journal of Social Issues*, 61(2), 241-266. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00404.x>
- Koder, D.-A. ve Helmes, E. (2008). Predictors of working with older adults in an Australian psychologist sample: Revisiting the influence of contact. *Professional Psychology: Research and Practice*, 39(3), 276-282. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.39.3.276>
- Kohatsu, E. L., Dulay, M., Lam, C., Concepcion, W., Perez, P., Lopez, C. ve Euler, J. (2000). Using racial identity theory to explore racial mistrust and interracial contact among Asian Americans. *Journal of Counseling & Development*, 78(3), 334-342. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2000.tb01915.x>
- Lambert, M. (2016). Does client-therapist gender matching influence therapy course or outcome in psychotherapy. *Evidence Based Medicine and Practice*, 2(2), 1000108. <https://doi.org/10.4172/2471-9919.1000108>
- Lambert, M. J. ve Barley, D. E. (2001). Research summary on the therapeutic relationship and psychotherapy outcome. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 357-361. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.38.4.357>
- Landes, S. J., Burton, J. R., King, K. M. ve Sullivan, B. F. (2013). Women's preference of therapist based on sex of therapist and presenting problem: An analog study. *Counselling Psychology Quarterly*, 26(3-4), 330-342. <https://doi.org/10.1080/09515070.2013.819795>
- Lauber, B. M. ve Drevensdt, J. (1994). Older adults' preferences for age and sex of a therapist. *Clinical Gerontologist*, 14(2), 13-26. [https://doi.org/10.1300/J018v14n02\\_03](https://doi.org/10.1300/J018v14n02_03)
- Lawless, J. J. (2000). *Exploring the discourse of race, ethnicity, and culture in clinical supervision of marriage and family therapy utilizing conversation analysis* [Yayınlanmamış doktora tezi]. University of Georgia.
- Lee, E., Tsang, A. K. T., Bogo, M., Johnstone, M. ve Herschman, J. (2018). Enactments of racial microaggression in everyday therapeutic encounters. *Smith College Studies in Social Work*, 88(3), 211-236. <https://doi.org/10.1080/00377317.2018.1476646>
- Li, L. C. ve Kim, B. S. K. (2004). Effects of counseling style and client adherence to Asian cultural values on counseling process with Asian American college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 158-167. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.51.2.158>
- Liddon, L., Kingerlee, R. ve Barry, J. A. (2018). Gender differences in preferences for psychological treatment, coping strategies, and triggers to help-seeking. *British Journal of Clinical Psychology*, 57(1), 42-58. <https://doi.org/10.1111/bjc.12147>
- Lijtmaer, R. M. (2006). Black, white, Hispanic and both: Issues in biracial identity and its effect in the transference-countertransference. İçinde R. Moodley, S. Palmer, R. Moodley ve S. Palmer

- (Edl.), *Race, culture and psychotherapy: Critical perspectives in multicultural practice* (ss. 130-138). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Lopez, S. R. ve Lopez, A. A. (1993). Mexican Americans' initial preferences for counselors: Research methodologies or researchers' values? Reply to Atkinson and Wampold (1993). *Journal of Counseling Psychology*, 40(2), 249-251. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.40.2.249>
- Lopez, S. R., Lopez, A. A. ve Fong, K. T. (1991). Mexican Americans' initial preferences for counselors: The role of ethnic factors. *Journal of Counseling Psychology*, 38(4), 487-496. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.38.4.487>
- Lovinger, R. J. (1979). Therapeutic strategies with "religious" resistances. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 16(4), 419-427. <https://doi.org/10.1037/h0088368>
- Luborsky, L. (1976). Successful psychotherapy. İçinde J. L. Cleghorn (Ed.), *Helping alliances in psychotherapy* (ss. 92-116). Brunner/Mazel.
- Luborsky, L., Auerbach, A. H., Chandler, M., Cohen, J. ve Bachrach, H. M. (1971). Factors influencing the outcome of psychotherapy: A review of quantitative research. *Psychological Bulletin*, 75(3), 145-185. <https://doi.org/10.1037/h0030480>
- Luborsky, L., Crits-Christoph, P., Alexander, L., Margolis, M. ve Cohen, M. (1983). Two helping alliance methods for predicting outcomes of psychotherapy: A counting signs vs. a global rating method. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 171(8), 480-491.
- Mackie, D. M., Hamilton, D. L., Susskind, J. ve Rosselli, F. (1996). Social psychological foundations of stereotype formation. İçinde C. N. Macrae, C. Stangor ve M. Hewstone (Edl.), *Stereotypes and stereotyping* (ss. 41-78). Guilford Press.
- Maramba, G. G. ve Nagayama Hall, G. C. (2002). Meta-analyses of ethnic match as a predictor of dropout, utilization, and level of functioning. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 8(3), 290-297. <https://doi.org/10.1037/1099-9809.8.3.290>
- Marks, G. ve Miller, N. (1987). Ten years of research on the false-consensus effect: An empirical and theoretical review. *Psychological Bulletin*, 102(1), 72-90. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.102.1.72>
- Maton, K. I. (1989). The stress-buffering role of spiritual support: Cross-sectional and prospective investigations. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28(3), 310-323. <https://doi.org/10.2307/1386742>
- Mayers, C., Leavey, G., Vallianatou, C. ve Barker, C. (2007). How clients with religious or spiritual beliefs experience psychological help-seeking and therapy: A qualitative study. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 14(4), 317-327. <https://doi.org/10.1002/cpp.542>
- McNeil, D. W. ve Hayes, S. E. (2014). Psychotherapy analog studies. İçinde R. L. Cautin ve S. O. Lilienfeld (Edl.), *The encyclopedia of clinical psychology* (ss. 1-3). Wiley.
- Mendes, H. A. (1977). Countertransferences and counter-culture clients. *Social Casework*, 58(3), 159-163. <https://doi.org/10.1177/1044389477058003>
- Miller, S. D., Hubble, M. A., Chow, D. L. ve Seidel, J. A. (2013). The outcome of psychotherapy: Yesterday, today, and tomorrow. *Psychotherapy*, 50(1), 88-97. <https://doi.org/10.1037/a0031097>



- Mindlis, I., Livert, D., Federman, A. D., Wisnivesky, J. P. ve Revenson, T. A. (2020). Racial/ethnic concordance between patients and researchers as a predictor of study attrition. *Social Science & Medicine*, 255, Article 113009. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113009>
- Mock, M. R. (2008). Visioning social justice: Narratives of diversity, social location, and personal compassion. İçinde M. McGoldrick ve K. V. Hardy (Edl.), *Re-visioning family therapy: Race, culture, and gender in clinical practice* (ss. 425-441). Guilford Press.
- Montiel, C., Duhoux, A., Tremblay, G., Villeneuve, R., Roy, J., Lavole, B. ve Houle, J. (2022). Psychological distress and help-seeking facilitators in Quebec men: Findings from a province-wide survey. *International Journal of Men's Social and Community Health*, 5(1), 1-26. <https://doi.org/10.22374/ijmsch.v5i1.57>
- Montoya, R. M., Horton, R. S. ve Kirchner, J. (2008). Is actual similarity necessary for attraction? A meta-analysis of actual and perceived similarity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(6), 889-922. <https://doi.org/10.1177/0265407508096700>
- Morrow, D., Worthington Jr, E. L. ve McCullough, M. E. (1993). Observers' perceptions of a counselor's treatment of a religious issue. *Journal of Counseling & Development*, 71(4), 452-456. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1993.tb02664.x>
- Murphy, M. J., Faulkner, R. A. ve Behrens, C. (2004). The effect of therapist-client racial similarity on client satisfaction and therapist evaluation of treatment. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 26(3), 279-292. <https://doi.org/10.1023/B:COFT.0000037915.95303.28>
- Nelson, M. L. (1993). A current perspective on gender differences: Implications for research in counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 40(2), 200-209. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.40.2.200>
- Newcomb, T. M. (1961). *The acquaintance process* (1. Basım). Holt, Rinehart, & Winston.
- Niu, Y. ve Brown, B. B. (2023). Satisfaction and closeness in same- and cross-national college roommate relationships: What similarity matters? *International Journal of Intercultural Relations*, 95, 101813. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2023.101813>
- Olkin, R. (1999). The personal, professional and political when clients have disabilities. *Women & Therapy*, 22(2), 87-103. [https://doi.org/10.1300/J015v22n02\\_07](https://doi.org/10.1300/J015v22n02_07)
- O'Neil, J. M. (1981). Patterns of gender role conflict and strain: Sexism and fear of femininity in men's lives. *Personnel & Guidance Journal*, 60(4), 203-210. <https://doi.org/10.1002/j.2164-4918.1981.tb00282.x>
- Osherson, S. ve Krugman, S. (1990). Men, shame, and psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 27(3), 327-339. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.27.3.327>
- Overstreet, A. K., Pomerantz, A. M., Segrist, D. J. ve Ro, E. (2020). Should psychotherapists apologise after microaggressions? An empirical analogue study of perceptions of therapists. *Counselling and Psychotherapy Research*, 21, 251-259. <https://doi.org/10.1002/capr.12315>
- Owen, J., Drinane, J. M., Tao, K. W., DasGupta, D. R., Zhang, Y. S. D. ve Adelson, J. (2018). An experimental test of microaggression detection in psychotherapy: Therapist multicultural orientation. *Professional Psychology: Research and Practice*, 49(1), 9-21. <https://doi.org/10.1037/pro0000152>

- Owen, J., Tao, K. W., Imel, Z. E., Wampold, B. E. ve Rodolfa, E. (2014). Addressing racial and ethnic microaggressions in therapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 45(4), 283-290. <https://doi.org/10.1037/a0037420>
- Oxhandler, H. K. ve Parrish, D. E. (2017). Integrating clients' religion/spirituality in clinical practice: A comparison among social workers, psychologists, counselors, marriage and family therapists, and nurse. *Journal of Clinical Psychology*, 74(1), 680-694. <https://doi.org.10.1002/jclp.22539>
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice* (1. Basım). Guilford.
- Parra Cardona, J. R., Domenech-Rodriguez, M., Forgatch, M., Sullivan, C., Bybee, D., Holtrop, K., Escobar-Chew, A. R., Tams, L., Dates, B. ve Bernal, G. (2012). Culturally adapting an evidence-based parenting intervention for Latino immigrants: The need to integrate fidelity and cultural relevance. *Family Process*, 51(1), 56-72. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2012.01386.x>
- Pascoe, E. A. ve Smart Richman, L. (2009). Perceived discrimination and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 135(4), 531-554. <https://doi.org/10.1037/a0016059>
- Peck, R. C. (1968). Psychological developments in the second half of life. İçinde B. L. Neugarten (Ed.), *Middle age and aging: A reader in social psychology* (ss. 88-92). University of Chicago Press.
- Pérez-Rojas, A. E., Bhatia, A. ve Kivlighan, D. M. (2021). Do birds of a feather flock together? Clients' Perceived personality similarity, real relationship, and treatment progress. *Psychotherapy*, 58(3), 353-365. <https://doi.org/10.1037/pst0000361>
- PettyJohn, M. E., Tseng, C. F. ve Blow, A. J. (2020). Therapeutic utility of discussing therapist/client intersectionality in treatment: When and how? *Family Process*, 59(2), 313-327. <https://doi.org/10.1111/famp.12471>
- Pew Research Center (2012). *Religious landscape survey: The global religious landscape*. PEW Araştırma Merkezi (PEW Research Center) web sitesinden alınmıştır. <http://www.pewforum.org/2012/12/18/global-religious-landscape-exec/>
- Pfeiffer, E., Ormhaug, S. M., Tutus, D., Holt, T., Rosner, R., Wentzel Larsen, T. ve Jensen, T. K. (2020). Does the therapist matter? Therapist characteristics and their relation to outcome in trauma-focused cognitive behavioral therapy for children and adolescents. *European Journal of Psychotraumatology*, 11(1), Article 1776048. <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1776048>
- Phinney, J. S. ve Ong, A. D. (2007). Conceptualization and measurement of ethnic identity: Current status and future directions. *Journal of Counseling Psychology*, 54(3), 271-281. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.3.271>
- Pikus, C. F. ve Heavey, C. L. (1996). Client preferences for therapist gender. *Journal of College Student Psychotherapy*, 10(4), 35-43. [https://doi.org/10.1300/J035v10n04\\_05](https://doi.org/10.1300/J035v10n04_05)
- Pistrang, N. ve Barker, C. (1992). Clients' beliefs about psychological problems. *Counselling Psychology Quarterly*, 5(4), 325-335. <https://doi.org/10.1080/09515079208254478>
- Ponce, F. Q. ve Atkinson, D. R. (1989). Mexican-American acculturation, counselor ethnicity, counseling style, and perceived counselor credibility. *Journal of Counseling Psychology*, 36(2), 203-208. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.36.2.203>
- Pope-Davis, D. B., Coleman, H. L., Heesacker, M., Liu, W. M. ve Toporek, R. L. (2003). *Handbook of multicultural competencies in counseling and psychology* (1. Basım). Sage.

- Posthuma, R. A. ve Campion, M. A. (2009). Age stereotypes in the workplace: Common stereotypes, moderators, and future research directions. *Journal of Management*, 35(1), 158-188. <https://doi.org/10.1177/0149206308318617>
- Prasko, J., Ociskova, M., Vanek, J., Burkauskas, J., Slepecky, M., Bite, I., Krone, I., Sollar, T. ve Juskiene, A. (2022). Managing transference and countertransference in cognitive behavioral supervision: Theoretical framework and clinical application. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 2129-2155. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S369294>
- Presley, S. ve Day, S. X. (2019). Counseling dropout, retention, and ethnic/language match for Asian Americans. *Psychological Services*, 16(3), 491-497. <https://doi.org/10.1037/ser0000223>
- Quackenbos, S., Privette, G. ve Klentz, B. (1985). Psychotherapy: Sacred or secular? *Journal of Counseling & Development*, 63(5), 290-293. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1985.tb00661.x>
- Raja, A. (2016). Ethical considerations for therapists working with demographically similar clients. *Ethics & Behavior*, 26(8), 678-687. <https://doi.org/10.1080/10508422.2015.1113133>
- Reeve, D. (2000). Oppression within the counselling room. *Disability & Society*, 15(4), 669-682. <https://doi.org/10.1080/09687590050058242>
- Robbins, J. M. ve Krueger, J. I. (2005). Social projection to ingroups and outgroups: A review and meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 9(1), 32-47. <https://doi.org/10.1207/s15327957pspr090>
- Rohlof, H. (2020). The patient-therapist relationship in intercultural psychotherapy. İçinde M. Schouler-Ocak ve M. C. Kastrup (Edl.), *Intercultural psychotherapy for immigrants, refugees, asylum seekers, and ethnic minority patients* (ss. 103-119). Springer Nature.
- Root, M. P. P. (1985). Guidelines for facilitating therapy with Asian-American clients. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 22(2S), 349-356. <https://doi.org/10.1037/h0085514>
- Rosmarin, D. H. ve Pirutinsky, S. (2020). Do religious patients need religious psychotherapists? A naturalistic treatment matching study among orthodox Jews. *Journal of Anxiety Disorders*, 69, 102170. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2019.102170>
- Rosmarin, D. H., Bigda-Peyton, J. S., Öngür, D., Pargament, K. I. ve Björgvinsson, T. (2013). Religious coping among psychotic patients: Relevance to suicidality and treatment outcomes. *Psychiatry Research*, 210(1), 182-187 <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.03.023>
- Sawyer, L., Regev, H., Proctor, S., Nelson, M., Messias, D., Barnes, D. ve Meleis, A. I. (1995). Matching versus cultural competence in research: Methodological considerations. *Research in Nursing & Health*, 18(6), 557-567. <https://doi.org/10.1002/nur.4770180611>
- Schmalbach, I., Albani, C., Petrowski, K. ve Brähler, E. (2022). Client-therapist dyads and therapy outcome: Does sex matching matters? A cross-sectional study. *BMC Psychology*, 10(1), 52. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00761-4>
- Schmidt, F. L., Oh, I. S. ve Shafer, J. A. (2016) The validity and utility of selection methods in personnel psychology: Practical and theoretical implications of 100 years of research findings. <https://home.ubalt.edu/tmitch/645/session%204/Schmidt%20&%20Oh%20validity%20ad%20util%20100%20yrs%20of%20research%20Wk%20PPR%202016.pdf>
- Seidler, Z. E., Wilson, M. J., Kealy, D., Oliffe, J. L., Ogrodniczuk, J. S. ve Rice, S. M. (2022). Men's preferences for therapist gender: Predictors and impact on satisfaction with therapy.

- Counselling Psychology Quarterly*, 35(1), 173-189.  
<https://doi.org/10.1080/09515070.2021.1940866>
- Shin, S. M., Chow, C., Camacho-Gonsalves, T., Levy, R. J., Allen, I. E. ve Leff, H. S. (2005). A meta-analytic review of racial-ethnic matching for African American and Caucasian American clients and clinicians. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 45-56.  
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.1.45>
- Shiner, B., Westgate, C. L., Harik, J. M., Watts, B. V. ve Schnurr, P. P. (2017). Effect of patient-therapist gender match on psychotherapy retention among United States veterans with posttraumatic stress disorder. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 44(5), 642-650. <https://doi.org/10.1007/s10488-016-0761-2>
- Shir, R. ve Tishby, O. (2023). Therapy matchmaking: Patient-therapist match in personality traits and attachment style. *Psychotherapy Research*. <https://doi.org/10.1080/10503307.2023.2195054>
- Simons, H. W., Berkowitz, N. N. ve Moyer, R. J. (1970). Similarity, credibility, and attitude change: A review and a theory. *Psychological Bulletin*, 73(1), 1-16. <https://doi.org/10.1037/h0028429>
- Simons, J. A. ve Helms, J. E. (1976). Influence of counselors' marital status, sex, and age on college and noncollege women's counselor preferences. *Journal of Counseling Psychology*, 23(4), 380-386. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.23.4.380>
- Sladen, B. J. (1982). Effects of race and socioeconomic status on the perception of process variables in counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 29(6), 560-566.  
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.29.6.560>
- Smith, T. B. (2009). Culturally congruent practices in counseling and psychotherapy: A review of research. İçinde J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki ve C. M. Alexander (Edl.), *Handbook of multicultural counseling* (ss. 439-450). Sage.
- Smith, G. ve Pearson, M. (2011). Counselling clients from an older generation. *Psychotherapy in Australia*, 17(3), 12-18.
- Smith, T. B., Constantine, M. G., Dunn, T. W., Dinehart, J. M. ve Montoya, J. A. (2006). Multicultural education in the mental health professions: A meta-analytic review. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 132-145. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.132>
- Speight, S. L. ve Vera, E. M. (1997). Similarity and difference in multicultural counseling: Considering the attraction and repulsion hypotheses. *The Counseling Psychologist*, 25(2), 280-298.  
<https://doi.org/10.1177/0011000097252009>
- Staczan, P., Schmuecker, R., Koehler, M., Berglar, J., Cramer, A., von Wyl, A., Koemeda-Lutz, M., Schulthess, P. ve Tschuschke, V. (2017). Effects of sex and gender in ten types of psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 27(1), 74-88.  
<https://doi.org/10.1080/10503307.2015.1072285>
- Stephan, W. G., Stephan, C. W., Wenzel, B. ve Cornelius, J. (1991). Intergroup interaction and self-disclosure. *Journal of Applied Social Psychology*, 21(16), 1370-1378.  
<https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1991.tb00476.x>
- Sterling, R. C., Gottheil, E., Weinstein, S. P. ve Serota, R. (1998). Therapist/ patient race and sex matching: Treatment retention and 9-month follow-up outcome. *Addiction*, 93(7), 1043-1050.  
<https://doi.org/10.1046/j.1360-0443.1998.93710439.x>

- Sue, D. W., Arredondo, P. ve McDavis, R. J. (1992). Multicultural counseling competencies and standards: A call to the profession. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 20(2), 64-88. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.1992.tb00563.x>
- Sue, D. W., Sue, D., Neville, H. A. ve Smith, L. (2019). *Counseling the culturally diverse: Theory and practice* (8. Basım). John Wiley & Sons.
- Sue, S. (1988). Psychotherapeutic services for ethnic minorities: Two decades of research findings. *American Psychologist*, 43(4), 301-308. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.43.4.301>
- Sue, S., Fujino, D. C., Hu, L. T., Takeuchi, D. T. ve Zane, N. W. S. (1991). Community mental health services for ethnic minority groups: A test of the cultural responsiveness hypothesis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(4), 533-540. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.59.4.533>
- Swift, J. K., Bird, M. O., Penix, E. A. ve Trusty, W. T. (2022). Client preference accommodation for religious/spiritual integration and psychotherapy outcomes in naturalistic practice settings. *Psychotherapy*, 59(3), 392-399. <https://doi.org/10.1037/pst0000386>
- Swift, J. K., Callahan, J. L., Tompkins, K. A., Connor, D. R. ve Dunn, R. (2015). A delay-discounting measure of preference for racial/ethnic matching in psychotherapy. *Psychotherapy*, 52(3), 315-320. <https://doi.org/10.1037/pst0000019>
- Şimşek, S. (2002). Günümüzün kimlik sorunu ve bu sorunun yaşandığı temel çatışma eksenleri. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(3), 29-39.
- Tajfel, H. (1978). Social categorization, social identity and social comparison. İçinde H. Tajfel (Ed.), *Differentiation between social groups: Studies in the social psychology of intergroup relations* (ss. 61-76). Academic Press.
- Tajfel, H. ve Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. İçinde W. G. Austin ve S. Worchel (Edl.), *The social psychology of intergroup relations* (ss. 33-47). Brooks/Cole.
- Tajfel, H. ve Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behaviour. İçinde S. Worchel ve W. G. Austin (Edl.), *Psychology of intergroup relations* (ss. 7-24). Nelson-Hall.
- Tall, K. M. ve Ross, M. J. (1991). The effects of therapist-client age similarity on pretherapy expectations. *Journal of Contemporary Psychotherapy: On the Cutting Edge of Modern Developments in Psychotherapy*, 21(3), 197-209. <https://doi.org/10.1007/BF00973118>
- Tepper, L., Rogers, S. A., Coleman, E. M. ve Malony, H. N. (2001). The prevalence of religious coping among persons with persistent mental illness. *Psychiatric Services*, 52(5), 660-665. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.52.5.660>
- Terepka, A. ve Hatfield, D. R. (2020). Effects of assessing religious beliefs in initial sessions on aspects of the therapeutic alliance. *Spirituality in Clinical Practice*, 7(1), 3-17. <https://doi.org/10.1037/scp0000213>
- Tewari, S., Khan, S., Hopkins, N., Srinivasan, N. ve Reicher, S. (2012). Participation in mass gatherings can benefit wellbeing: Longitudinal and control data from a North Indian Hindu pilgrimage event. *PLoS One*, 7(10), e47291. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0047291>
- Thoits, P. A. (2021). Successful supportive encounters from the peer supporter's perspective: Do status similarities to support recipients matter? *Journal of Community Psychology*, 50(3), 1376-1394. <https://doi.org/10.1002/jcop.22722>

- Thomas, C. (2012). Theorising disability and chronic illness: Where next for perspectives in medical sociology? *Social Theory & Health*, 10(3), 209-228. <https://doi.org/10.1057/sth.2012.7>
- Thornton, C. I. ve Carter, J. H. (1988). Treating the Black female alcoholic: Clinical observations of Black therapists. *Journal of the National Medical Association*, 80(6), 644-647.
- Townes, D. L., Chavez-Korell, S. ve Cunningham, N. J. (2009). Reexamining the relationships between racial identity, cultural mistrust, help-seeking attitudes, and preference for a Black counselor. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 330-336. <https://doi.org/10.1037/a0015449>
- Treger, S. ve Masciale, J. M. (2018). Domains of similarity and attraction in three types of relationships. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 12(2), 254-266. <https://doi.org/10.5964/ijpr.v12i2.321>
- Trimble, J. E. ve Mohatt, G. V. (2002). Coda: The virtuous and responsible researcher in another culture. İçinde J. E. Trimble ve C. B. Fisher (Edl.), *The handbook of ethical research with ethnocultural populations and communities* (ss. 325-334). Sage.
- Turner, J. C. (1975). Social comparison and social identity: Some prospects for intergroup behaviour. *European Journal of Social Psychology*, 5(1), 5-34. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2420050102>
- Turner, J. C. (1982). Towards a cognitive redefinition of the social group. İçinde H. Tajfel (Ed.), *Social identity and intergroup relations* (ss. 15-40). Cambridge University Press.
- Turner, J. C., Hogg, M. A., Oakes, P. J., Reicher, S. D. ve Wetherell, M. S. (1987). *Rediscovering the social group: A self-categorization theory* (1. Basım). Basil Blackwell.
- Turner, J. C., Oakes, P. J., Haslam, S. A. ve McGarty, C. (1994). Self and collective: Cognition and social context. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(5), 454-463. <https://doi.org/10.1177/0146167294205002>
- Vera, E. M., Speight, S. L., Mildner, C. ve Carlson, H. (1999). Clients' perceptions and evaluations of similarities to and differences from their counselors. *Journal of Counseling Psychology*, 46(2), 277-283. <https://doi.org/10.1037/0022>
- Vieten, C., Scammell, S., Pilato, R., Ammondson, I., Pargament, K. I. ve Lukoff, D. (2013). Spiritual and religious competencies for psychologists. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(3), 129-144. <https://doi.org/10.1037/a0032699>
- Vocisano, C., Klein, D. N., Arnow, B., Rivera, C., Blalock, J. A., Rothbaum, B., Vivian, D., Markowitz, J. C., Kocsis, J. H., Manber, R., Castonguay, L., Rush, A. J., Borian, F. E., Mccullough, J. P., Kornstein, S. G., Riso, L. P. ve Thase, M. E. (2004). Therapist variables that predict symptom change in psychotherapy with chronically depressed outpatients. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 41(3), 255-265. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.41.3.255>
- Voutilinen, L., Perakyla, A. ve Ruusuvoori, J. (2010). Recognition and interpretation: Responding to emotional experience in psychotherapy. *Research on Language and Social Interaction*, 43(1), 85-107. <https://doi.org/10.1080/08351810903474799>
- Walker, D. F., Gorsuch, R. L. ve Tan, S. Y. (2004). Therapists' integration of religion and spirituality in counseling: A meta-analysis. *Counseling and Values*, 49(1), 69-80. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.2004.tb00254.x>
- Walsh, L. M., Roddy, M. K., Scott, K., Lewis, C. C. ve Jensen-Doss, A. (2019). A meta-analysis of the effect of therapist experience on outcomes for clients with internalizing disorders. *Psychotherapy Research*, 29(7), 846-859. <https://doi.org/10.1080/10503307.2018.1469802>

- Walter, G. S. ve Cookie, W. S. (1985). Intergroup anxiety. *Journal of Social Issues*, 41(3), 157-175. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1985.tb01134.x>
- Wang, P. S., Berglund, P. A. ve Kessler, R. C. (2003). Patterns and correlates of contacting clergy for mental disorders in the United States. *Health Services Research*, 38(2), 647-673. <https://doi.org/10.1111/1475-6773.00138>
- Watts-Jones, T. D. (2010). Location of self: Opening the door to dialogue on intersectionality in the therapy process. *Family Process*, 49(3), 405-420. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2010.01330.x>
- Weishaar, D. L. (2007). *The therapist's experience of feeling in too deep with a client: A phenomenological exploration* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Georgia State University.
- Werbart, A., Högertz, M. ve Borg Ölander, N. (2018). Matching patient and therapist anaclitic-introjective personality configurations matters for psychotherapy outcomes. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 48(4), 241-251. <https://doi.org/10.1007/s10879-018-9389-8>
- Whaley, A. L. (2001). Cultural mistrust: An important psychological construct for diagnosis and treatment of African Americans. *Professional Psychology: Research and Practice*, 32(6), 555-562. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.32.6.555>
- Whiting, J. B., Nebeker, R. S. ve Fife, S. T. (2005). Moral responsiveness and discontinuity in therapy: A qualitative study. *Counseling and Values*, 50(1), 20-37. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.2005.tb00038.x>
- Williams, D. R., Neighbors, H. W. ve Jackson, J. S. (2003). Racial/ethnic discrimination and health: Findings from community studies. *American Journal of Public Health*, 93(2), 200-208. [https://doi.org/10.2105/AJPH.98.Supplement\\_1.S29](https://doi.org/10.2105/AJPH.98.Supplement_1.S29)
- Williams, R., Farquharson, L., Palmer, L., Bassett, P., Clarke, J., Clark, D. M. ve Crawford, M. J. (2016). Patient preference in psychological treatment and associations with self-reported outcome: National cross-sectional survey in England and Wales. *BMC Psychiatry*, 16, 4. <https://doi.org/10.1186/s12888-015-0702-8>
- Wintersteen, M. B., Mensinger, J. L. ve Diamond, G. S. (2005). Do gender and racial differences between patient and therapist affect therapeutic alliance and treatment retention in adolescents? *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(4), 400-408. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.4.400>
- Worthington, E. L. (1986). Religious counseling: A review of published empirical research. *Journal of Counseling & Development*, 64(7), 421-431. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1986.tb01153.x>
- Worthington, E. L. (1990). Marriage counseling: A Christian approach to counseling couples. *Counseling and Values*, 35(1), 3-15. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.1990.tb00351.x>
- Worthington, E. L. ve Scott, G. G. (1983). Goal selection for counseling with potentially religious clients by professional and student counselors in explicitly Christian or secular settings. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), 318-329. <https://doi.org/10.1177/009164718301100405>
- Yaman, Ö. M. ve Akyurt, M. A. (2013). Sosyal hizmete kültürel yaklaşım: 2011 Van depremi örneği. *Sosyoloji Dergisi*, 3(26), 105-144.
- Yi, K. Y. (1998). Transference and race: An intersubjective conceptualization. *Psychoanalytic Psychology*, 15(2), 245-261. <https://doi.org/10.1037/0736-9735.15.2.245>

Young, J. S. ve Fuller, J. O. (1996). *The assessment of spiritual issues in counseling*. ERIC Eğitim Bilimleri Enstitüsü (ERIC Institute of Education Sciences) web sitesinden alınmıştır. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED461057.pdf>

Zambak, D. Y. (2022). Suriyeli mültecilerle psikoterapi sürecine dair konular. İçinde D. C. Çınarbaş, D. Hasdemir ve G. B. Kumpasoğlu (Edl.), *Psikoterapide kültürel konular* (ss. 91-139). Nobel Akademik.

Zeybek, S. G., Kozak, E. D. ve Selçuk, O. C. (2022). Türkiye’de psikoterapiye sınıf kavramıyla bakış. İçinde D. C. Çınarbaş, D. Hasdemir ve G. B. Kumpasoğlu (Edl.), *Psikoterapide kültürel konular* (ss. 199-232). Nobel Akademik.

Zlotnick, C., Elkin, I. ve Shea, M. T. (1998). Does the gender of a patient or the gender of a therapist affect the treatment of patients with major depression? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(4), 655-659. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.66.4.655>



## **Social Identities and Psychotherapy Processes: Therapist-Client Matching on Their Social Identities**

### **Summary**

Social identity emerges when individuals define themselves in terms of the beliefs, attitudes, and opinions of the groups they belong (Tajfel & Turner, 1979). Perceived ingroup homogeneity can facilitate positive interpersonal processes, such as empathy, trust, social support, and mutual understanding by increasing the sense of “we”ness among group members (Ellemers & Haslam, 2012; Turner et al., 1987). Similar positive interpersonal processes are essential for successful psychotherapeutic alliances and treatment outcomes (Weishaar, 2007). Since psychotherapy is a process upon which both clients and therapists reflect their own identities, values, and worldviews (PettyJohn et al., 2020), we aimed to examine the role of social identity match between therapists and clients in psychotherapeutic processes, particularly from the client’s perspective. We addressed client-therapist match in terms of race/ethnicity, religion, sex, and age, as these identity components are relatively easy to recognize, affecting clients’ development of trust in the therapist during the early stages of psychotherapy (Beutler et al., 1991).

Most studies demonstrated that social identity similarities between clients and therapists influence clients’ choice of therapist, satisfaction with and continuity in psychotherapy, and desirable treatment outcomes (Alegría et al., 2013; Behn et al., 2018; Cabral & Smith, 2011; Jones & Zoppel, 1982). Racial/ethnic minorities mostly prefer therapists from their own racial/ethnic origins to reduce their anxiety about being misunderstood or discriminated against in psychotherapy (Kohatsu et al., 2000; Whaley, 2001). Besides, it is known that many religious clients prefer religious counselors (Dimmick et al., 2022) because they are concerned that secular counselors would not care about their spiritual beliefs or offer solutions that contradict their belief systems (Worthington, 1986). Mostly female clients think that they will feel more comfortable, more effectively express their problems, and be better understood in the psychotherapy process upon matching with a therapist of the same sex (Blow et al., 2008; Simons & Helms, 1976). Similarly, assuming that individuals in the same age group will have similar attitudes, clients might develop heightened preferences for client-therapist matches on age (Furnham & Swami, 2008).

Some studies yielded no effect of social identity matching on psychotherapeutic processes (Cabral & Smith, 2011; Shin et al., 2005; Staczan et al., 2017), complicating our understanding of client-therapist match. Clients with stronger cultural ties with their ingroup might think they would establish a more empathetic therapeutic relationship with a therapist

from their cultural group, increasing their desire to match with therapists of their race/ethnicity (Coleman et al., 1995). Yet, there are inter-member differences concerning sociocultural commitment to the ingroup, and ignoring such differences in research designs might account for the complexity of findings about the implications of client-therapist match (Helms, 1985). Besides, even though sex matching is critical for the therapeutic alliance in the first therapy sessions, it loses ground to other factors, such as the therapist's competence in the following sessions (Bhati, 2014). Studies at the intersection of religion and counseling show that it is more important for therapists to apprehend clients' religious beliefs and thereby use them to complement the therapy rather than having the same religious identity with clients (Mayers et al., 2007). Although client-therapist matching on social identities might be influential, especially in the early stages of therapy (Bhati, 2014; Fujino et al., 1994), therapists' cultural sensitivity levels might still account for positive therapeutic outcomes where there is no identity match (Gim et al., 1991).

The current review has some limitations. For example, we addressed the implications of identity match only considering race/ethnicity, religion, sex, and age, ignoring other identities such as disability status. Besides, our literature search was limited to the experiences of clients. Yet, the match/mismatch of social identities with clients also has psychotherapeutic implications from the therapist's perspective (Horst et al., 2012). We think that minority groups' therapist choice and their psychotherapy experiences in situations of identity match or mismatch with the therapist in Turkey should be investigated, given the inadequacy of awareness of the need for spreading culturally sensitive psychotherapy approaches in the country (Çınarbaş, 2022).

## Kuramsal Derleme

## Klinik Psikolojide Süpervizyon Uygulamalarında Etik Konular

İdil ALAFTAR<sup>1\*</sup> <sup>1</sup> Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı, Ankara, Türkiye

## Makale Bilgisi

## Öz

## Anahtar kelimeler:

*süpervizyon, etik, yetkinlik, geribildirim, sınırlar*

Klinik süpervizyon, alanda çalışan klinik psikologların mesleki deneyimlerini geliştirmelerinde büyük önem taşımaktadır. Terapistlerin bilgilerini, kazanımlarını ve uygulamalarını düzenli olarak deneyimli bir süpervizörle tartışma ve gözden geçirme fırsatı sunar. Süpervizyon, klinisyenlerin sadece uygulama becerilerini geliştirmekle kalmayıp aynı zamanda etik uygulama için temel oluşturan profesyonel tutumları, kariyerleri boyunca edinmelerini kolaylaştırarak terapistlerin uygulama becerilerini en yetkin şekilde nasıl kullanacağını öğrenmelerine katkıda bulunur. Etik ilkeler ve yönetmelikler, psikologların süpervizyon sırasında yaşayabilecekleri zorluklarla ve ikilemlerle başa çıkmaları için bir rehber olmaktadır. Derlemenin amacı, klinik psikoloji alanındaki süpervizyon uygulamalarında yer alan etik konuları incelemek ve bu alanda çalışan süpervizörlerin ve süpervizyon aşamasındaki terapistlerin, süpervizyon sürecinde karşılaştıkları etik konuları tartışmaktır. İncelenen konular arasında mesleki ve kültürel yetkinlik, sorumluluk ve roller, bilgilendirilmiş onam, kayıt tutma ve belgeleme, değerlendirme ve geribildirim, çoklu ilişkiler, cinsel ilişki ve sınırlar, acil durumlar ve ulaşılabilir olma, süreci bitirme ve profesyonel ilişkiyi sonlandırma ve süpervizyonda karşılaşılan sorunlar yer almaktadır. Süpervizyon ilişkisinin etik bir şekilde yürütülebilmesi için süpervizörlerin ve süpervizyon alan kişilerin yaşadığı ikilemler tartışılmaktadır.

## Abstract

## Keywords:

*supervision, ethics, competence, feedback, boundaries*

Clinical supervision is of great importance for clinical psychologists working in the field to improve their professional experience. It allows therapists to meet regularly to discuss and review their knowledge, achievements, and practice with an experienced supervisor. Supervision contributes to therapists learning how to use their practice skills competently by facilitating clinicians to develop their practice skills and acquire professional attitudes throughout their careers that form the basis for ethical practice. Ethical principles and regulations guide psychologists to deal with the difficulties and dilemmas they may experience during supervision. This review aims to examine the ethical issues involved in supervision practices in clinical psychology and to discuss the ethical issues that supervisors and supervisees in this field face during the supervision process. The topics examined include professional and cultural competence, responsibility and roles, informed consent, record keeping and documentation, evaluation and feedback, multiple relationships, sexual relationships and boundaries, emergencies and availability, ending the supervision process and terminating the professional relationship, and problems encountered in supervision. The dilemmas supervisors and supervisees face are discussed in order to conduct the supervision relationship ethically.

\* Sorumlu Yazar, Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı, Ankara, Türkiye

e-posta: [idalalafar@hacettepe.edu.tr](mailto:idalalafar@hacettepe.edu.tr)

DOI: 10.31682/ayna.1439199

Gönderim Tarihi (Received): 20.02.2024; Kabul Tarihi (Accepted): 05.06.2024

ISSN: 2148-4376

## Giriş

Klinik süpervizyon, bir klinik psikoloğun yetkinliğinin geliştirilmesinde merkezi bir rol oynar. Ruh sağlığı ile ilgili tüm alanlarda klinik süpervizyonun, klinisyenler için birçok faydasının olduğu saptanmıştır. Temelde klinik süpervizyon, çalışanlara becerileri, bilgileri ve uygulamaları tartışmak ve gözden geçirmek için deneyimli bir süpervizörle düzenli olarak bir araya gelme fırsatı sağlar. Klinisyen olarak nasıl yetkin bir şekilde uygulama yapılacağını öğrenme süreci için gerekli olan deneyimleri sağlamaya ek olarak, kişinin kariyeri boyunca etik uygulama için temel oluşturan profesyonel tutumların edinilmesini kolaylaştırır (Falender ve diğerleri, 2014). Bordin (1983) tarafından tanımlandığı şekliyle etkili süpervizyon şu özelliklerden oluşur: Süpervizör ve süpervizyon alan kişi arasında süpervizyonun hedefleri, bu hedeflere ulaşmak için kullanılan görevler ve süpervizör ile süpervizyon alan arasında karşılıklı olarak olumlu bir ilişki hakkında bir anlaşma (Dow ve diğerleri, 2009). Süpervizörlere, danışanların refahını sağlama ve süpervizyon alanlar için mesleğin bir nevi yol göstericisi olarak hizmet etme görevi yüklenir. Böylece, ruh sağlığı alanına nitelikli psikologlar kazandırmak amaçlanır. Bu sebeple, süpervizyon eğitimi birincil veya münhasır sorumluluk olarak varsayılır (Falender ve diğerleri, 2014).

Klinik psikoloji alanında süpervizyon uygulamaları, profesyonellerin mesleki gelişimlerine önemli bir destek sağlar. Bu derleme makalesinin amacı, klinik psikoloji alanındaki süpervizyon uygulamalarında ortaya çıkan etik konuları incelemektir. Bu konular arasında, klinik uygulayıcıların yetkinliklerini artırmak, sorumlulukları ve rollerini anlamak, kayıt tutma ve belgeleme süreçleri, bilgilendirilmiş onamın önemi, süpervizör-süpervizyon alan kişi arasındaki sınırların belirlenmesi, acil durumlarla başa çıkma ve süpervizyon sürecinin sonlandırılması yer alır. Bu etik konular, süpervizyonun etkinliğini ve profesyonel gelişimi sağlamak için temel bir zemin oluşturur. Bu konuların ele alınması, terapistlerin süpervizyon sürecindeki görev ve sorumluluklarının bilincinde olmalarını sağlar. Klinik süpervizyon etiği hakkında bilgi sahibi olunması, süpervizyon sürecinde yaşanabilecek olası sorunların daha etkili ve işlevsel bir şekilde çözümlenmesini de kolaylaştırabilecektir. Süpervizyonda önemli olan etik konular, makalenin ilerleyen bölümlerinde sırasıyla incelenmiştir. Ardından, süpervizyonda karşılaşılan sorunlar tartışılmıştır.

## Yetkinlik

Her klinik süpervizörün iki tür yetkinliğe sahip olması esastır. Bunlar, süpervizyon verilecek klinik alanda ve klinik süpervizyon uygulamasında yetkinliktir (Barnett, 2011). Bu, Amerikan Psikoloji Derneği (American Psychological Association, 2017) Etik Kuralları Standart 2.01, Yetkinlik Sınırları ve Türk Psikologlar Derneği (TPD) Etik Yönetmeliği'nin Genel Etik ve Kurallar başlığı altında yer alan Yetkinlik/Yeterlilik ilkesi ile tutarlıdır (Türk Psikologlar Derneği, 2004). Bu kurallara göre:

Psikolog, kendi uzmanlık alanı kapsamındaki herhangi bir alt uzmanlık alanında herhangi bir çalışmaya girişmeden önce; bu alan için yeterli mesleki bilgi, donanım, deneyime sahip olup olmadığını değerlendirir. Eğer psikolog kendini bu konuda yetkin bulmuyorsa; kendini geliştirmek için eğitim ve/veya süpervizyon olarak çalışabilir. (Türk Psikologlar Derneği, 2004, s. 7)

Başkalarına klinik süpervizyon sağlamak isteyenlerin öncelikle klinik süpervizyon konusunda hem eğitici eğitimi hem de süpervizyon becerilerinin uygulanmasının denetlenmesini içeren klinik eğitimi kapsayan resmi bir eğitimden geçmeleri tavsiye edilmektedir (Falender ve diğerleri, 2004). Ancak, klinik görüşmelerdeki önemine karşın süpervizyon eğitimi çoğunlukla ihmal edilebilmektedir. Araştırmacılar, süpervizyonun lisansüstü eğitimde veya akreditasyon aşamasında hak ettiği ölçüde değer görmediğini ifade etmektedir (Malloy ve diğerleri, 2010). Tıpkı diğer tüm klinik yetkinlik biçimlerinde olduğu gibi, süpervizyon yetkinliği söz konusu olduğunda da kişi ne tamamen yetkin ne de tamamen beceriksiz bir konumdadır (Pope ve Vasquez, 2015). Başka bir deyişle, bir kişi sahip olduğu pozisyonunun bazı alanlarında yetkinliğe sahipken diğer alanlarda yetkinliğe sahip olmayabilir. Bu durumu kontrol altına almak için çeşitli süpervizör eğitimleri ve akreditasyon programları yürütülmektedir (Hammond ve O'Donovan, 2015). Yalnızca klinik süpervizyon eğitimlerini tamamlamış olan uzmanların klinik süpervizyonu verme yetkisinin olması, süpervizyonun etik kurallarının korunması açısından oldukça önemlidir. Süpervizör yeterlilikleri, alan bilgisine ek olarak süpervizyon sağlama yeterliliğini, diğer bir deyişle etkili süpervizyon uygulamalarını, süpervizörle ilişkiyi yönetmeyi, süpervizörün ölçme ve değerlendirmesi ile yasal ve etik konuları içerir (Hammond ve O'Donovan, 2015). Klinik uygulamalarda süpervizyon, tek seferlik alınıp biten bir kriter değildir. Yaşam boyu geliştirilmeye açıktır. Bu sebeple, klinik süpervizörlerin, ileri derecedeki süpervizyon becerilerini sürdürebilmeleri için süpervizyon eğitimi aldıkları ilk beş sene içinde bir günlük hatırlatıcı nitelikteki dersler almaları önerilmektedir (Hammond ve O'Donovan, 2015). Bu tür uygulamalarla, süpervizörlerin süpervizyondaki etik yetkinliklerinin sürdürülebilir olması hedeflenmektedir. Sonuç olarak, süpervizyon etiğinde yetkinliğin sağlanması kişinin yetenek çeşitliliğini yaratması ve koruması açısından kritik önem taşımaktadır. Bu önemli uygulama alanında yeterliliklerini geliştirmek için, klinik süpervizörlerin klinik süpervizyon sanatı ve bilimi konusunda öğrenmeye devam eden kişiler olması gerekmektedir (Pope ve Vasquez, 2015). Kişi, bireysel yeteneklerinin yeterli olup olmadığından ve gerekli yeterlilikleri karşılayıp karşılamadığından emin olmadığında, söz konusu mesleki faaliyet alanında deneyim ve yetkinliğe sahip meslektaşlarına danışması tavsiye edilir.

**Kültürel Yetkinlik ve Çeşitlilik Yetkinliği.** Kültürel yetkinlik, kişinin kendi önyargılarının ve varsayımlarının farkında olmasını ve diğer kültürel açıdan farklı gruplara ve diğer bakış açılarına karşı duyarlılık gösterme becerisini ifade eder (Hagler, 2020; Lusk ve diğerleri, 2017). Klinik psikoloji hizmeti alan danışanın, görüşmeleri gerçekleştiren terapistin ve terapistte süpervizyon veren süpervizörün kültürel farklılıklarıyla ilgilenen bir dizi beceri, davranış ve politikadan bahseder. Kültürlerarası süpervizyon, süpervizyon ilişkisinde kültürel ve sosyal kimlikler arasındaki farklılıkları ve benzerlikleri tanıma ihtiyacını ifade eder (Jones ve diğerleri, 2019). Kültürlerarası süpervizyonda, süpervizörler ve süpervizyon alan kişiler potansiyel olarak baskıcı olabilecek (örn., ırkçı, cinsiyetçi, homofobik, vb. yaklaşımlar) aktarım ve karşı aktarımları tartışır ve taraflı görüşleri, basmakalıpları ve önyargıları ele alırlar (Hall ve Spencer, 2017). Kültürlerarası süpervizyonun amacı, süpervizör ve süpervize edilen arasında güç, ayrıcalık ve baskı hususları hakkında derinlemesine düşünerek incelemektir. Çok kültürlü oryantasyonun üç temel bileşeni vardır; kültürel alçakgönüllülük (açıklık, merak), kültürel fırsatlar (kültürü keşfetmeye davet) ve kaçırılan kültürel fırsatlar (kültürü tartışma fırsatının kaybedildiği durumlar) ve kültürel rahatlık (danışmanların farklı kültürlerle etkileşime girme kolaylığı) (King ve diğerleri, 2020). Süpervizyon sırasında, kültürel yetkinlik ve çeşitlilik yetkinliği açısından bu üç unsur göz önünde tutularak süpervizör ile süpervizyon alan kişi arasındaki iletişim etik boyutta desteklenebilir. Böylece, süpervizör-terapist arasındaki iletişimin süpervizyon etik kurallarına uygun olarak peşin hüküm içeren olumsuz tutumlardan arınması sağlanabilir.

Çeşitliliğin tüm biçimleriyle ilgili konulara, süpervizyon sürecinin tüm yönlerinde ve süpervizyon ilişkisi içinde aktif olarak dikkat edilmelidir (Barnett ve Molzon, 2014). Süpervizörlerin, süpervizyon sürecinde süpervizör ve süpervizyon alan terapist arasındaki çeşitlilik konularını ele alması ve süpervizyon alanların danışanlarla çalışmalarında kültürel yeterlilik geliştirmelerini teşvik etmesi önemlidir (Barnett, 2011; Vasquez, 1992). Klinik süpervizörler, süpervizyon alan kişi ve süpervizör arasındaki çeşitli farklılıkları (örn., cinsiyet, cinsel kimlik, yaş, ırk, kültür, etnik köken, dil, cinsel yönelim, sosyoekonomik statü, engellilik) ele alırken özenli ve dikkatli olmalıdır (Vasquez, 1992). Süpervizyon sırasında, çeşitliliği artıran konuları tüm yönleriyle etiketsiz ve tarafsız bir şekilde incelemek, süpervizörün kültürel ve çeşitlilik yetkinliğini süpervizyon alan kişiye etik çerçevede aktarmasında önemli bir rol oynar. Bu konuda yetkin süpervizörler, bu faktörlerin süpervizyon alan terapistleri danışanlarla yaptıkları klinik çalışmalarda nasıl etkileyebileceğini düşünmeli ve bu tür konuları ele almaya istekli olmalıdır. Kültürel yetkinliğin ve/veya çeşitlilik yetkinliğinin, klinik yetkinliğin temel bir yönü olarak görülmesi ve süpervizörün klinik çalışmasının tüm yönlerine ve klinik süpervizyonun ilgili tüm yönlerine entegre edilmesi esastır (American Psychological Association, 2017; Vasquez, 1992). Kültürel yetkinliğin, süpervizör ve süpervizyon alan terapist için belirleyici rolüne ve bu husus göz ardı edildiğinde oluşabilecek durumlara örnek olarak

Ellis (2017)'in yaptığı zararlı süpervizyon deneyimlerine ilişkin 11 adet anonim alıntının yer aldığı çalışma kritik değerdedir. Örneğin, bir anonim anlatıda süpervizyon alan bir terapistin, kendi etnik kimliği farklı olduğu için süpervizörü tarafından göz ardı edilmesinden, süpervizörün kendisine yönelik küçük düşürücü tutumlarından ve bundan kaynaklı oluşan sorunlardan bahsedilmektedir.

### **Sorumluluklar ve Roller**

Süpervizyon, danışan, terapist ve süpervizör olmak üzere en az üç kişiden oluşur. Süpervizyon bağlamındaki görevleri, rolleri ve sorumlulukları netleştirmek süpervizörün sorumluluk alanındadır (Pope ve Vasquez, 2015). Amerikan Psikoloji Derneği Etik İlke 2.01'in e maddesine göre, "hazırlık eğitimi için genel kabul görmüş standartların henüz mevcut olmadığı yeni alanlarda, psikologlar yine de çalışmalarının yeterliliğini sağlamak ve danışanları/hastaları, öğrencileri, süpervizyon alanları, araştırma katılımcılarını, kurumsal danışanları ve diğerlerini zarardan korumak için makul adımlar atarlar" (American Psychological Association, 2017). Türk Psikologlar Derneği'nin (2004, s. 9) Etik Yönetmeliğinin 2. maddesi olan Yararlı Olmak ve Zarar Vermemek İlkesinin 2.3.2 sayılı Diğer Kötüye Kullanımlar ilkesine göre: "Psikolog bilgi, statü ve sahip olduğu gücü kullanarak; kendi yararları doğrultusunda, danışanların, öğrencilerin, süpervizyon verdiği kişilerin, araştırma katılımcılarının, kurumsal danışanların ve iş yeri çalışanlarının emeklerini ve finansman kaynaklarını sömürmez". Yukarıda bahsedilen etik ilkelerden yola çıkarak hem süpervizörün hem de süpervizyon alan kişinin, mesleki yetkinlik sınırları çerçevesinde çalışması ve herhangi bir kişisel çıkar uğruna kimseye zarar vermemesi gerektiği vurgulanmaktadır.

Klinisyenlere süpervizyon verirken, süpervizörlerin etkili tedavi planları geliştirip izleyebilmeleri ve yazılı raporları imzalayabilmeleri için her bir danışan hakkında yeterli bilgiye sahip olmaları teşvik edilir (Harrar ve diğerleri, 1990). Süpervizyon sürecinde de danışanın iyiliği ön planda olmalıdır. Tedavi planı ve yaklaşımıyla ilgili olarak süpervizör ve süpervizyon alan kişi arasında oluşabilecek herhangi bir görüş farklılığı vakit kaybetmeden sağduyulu ve çok yönlü bir şekilde ele alınmalıdır (Pope ve Vasquez, 2015). Süpervizör ile süpervizyon alan kişi arasındaki çözüme kavuşmamış konular, süpervizyon alan kişi ile danışan arasındaki ilişkiye de olumsuz açıdan yansıtılabilmektedir. Ortaya çıkan bu sorunlar, danışan-süpervizyon alan kişi-süpervizör arasındaki üçlü etkileşim içindeki örüntülerin hassasiyetle anlaşılması ve çözümlenmesinin elzem olduğunu ifade etmektedir.

Süpervizörün geribildirimini süpervizyon alan kişiye zamanında bildirmesi, süpervizörün etik sorumluluğudur (Keith-Spiegel ve Koocher, 1985). Bu koşul geciktiğinde süpervizyon alan terapistler için çeşitli olumsuzluklar doğmaktadır. Bu durumu önlemek için süpervizörün kaç kişiye süpervizyon vereceği, süpervizyonun günü, saati ne kadar sıklıkla yapılacağı ve ne kadar süreceği önceden kararlaştırılmalıdır. Süpervizörler, eğitim ve

süpervizyon hedeflerini yazılı olarak açıklayarak ve süpervizyon alan klinisyenlerin yazılı değerlendirmelerini düzenli olarak tamamlayarak bu tür şikayetlerin sayısını azaltabilir ya da önleyebilirler. Düşük performans değerlendirmeleri, süpervizörler tarafından süpervizyon alan kişiye nedenleri ile açıkça ifade edilmelidir. Başka bir deyişle, süpervizyon alan kişi için performans değerlendirme sonuçları hiçbir zaman beklenmedik olmamalıdır. Eğer süpervize edilen kişi, tatmin edici olmayan bir düzeyde çalışıyorsa ve kendisine süpervizörü tarafından bir iyileştirme planı verilmemişse, ancak daha sonra gelecekteki istihdamını etkileyecek kötü bir performans notu verilirse, yapıcı istişareler ve zamanında geri bildirim sağlanmadığı gerekçesiyle süpervizyon alan kişi etik şikâyetle bulunabilir (Harrar ve diğerleri, 1990).

Süpervizyon ittifakı, süpervizyon araştırmalarında etkili süpervizyonun temel bir bileşenidir ve süpervizörün sorumluluk alanına dahildir. Süpervizyon çalışma ittifakı kavramı, Bordin'in (1983) danışan ve terapist arasındaki terapötik çalışma ittifakı üzerine yaptığı ve süpervizyona uyarladığı çalışmasından türetilmiştir. Bordin, herhangi bir ilişkide çalışma ittifakı için gerekli üç temel unsur belirlemiştir; hedefler üzerinde anlaşma, hedeflere ulaşmak için gereken görevler üzerinde anlaşma ve ortaklar arasında ilişkiyel bağın olması. Ancak, Bordin'in terapötik ittifak modelinden yapılan çıkarımda, süpervizyon ikilisi içindeki güç farkı dikkate alınmamıştır (Falender ve diğerleri, 2014). Süpervizör-süpervizyon alan kişi arasındaki güç farklılıklarının ve bunun danışan-terapist ilişkisine ve terapist-süpervizör ilişkisine nasıl yansıdığı özenle değerlendirilmelidir. Güçlü bir süpervizyon ittifakının geliştirilmesinde, süpervizörün sıcaklık, empati, samimiyet, saygı, esneklik, yargılayıcı olmayan bir duruş ve şeffaflık gibi kişisel özellikleri ve davranışları önemli faktörlerdir (Falender ve Shafranske, 2004). Süpervizörlerin, gelişimsel olarak uygun özerkliği teşvik etme, süpervizyon alan psikoloğun yeteneklerine olan güveni ifade etme, olumlu ve yapıcı geribildirim sağlama, kendi klinik uzmanlıklarını terapistin gelişimi için sergileme ve terapistin bireysel öğrenme stillerine duyarlı olma gibi süpervizyon becerilerini kullanarak etkili süpervizyon ilişkileri kurması ve sürdürmesi, terapistin öz yeterliliğini teşvik etme olasılığını artırır (Falender ve Shafranske, 2004). Süpervizyon ilişkisinin güçlü olduğunu algıladıklarında süpervizyon alan kişiler süpervizyondan daha fazla memnuniyet duyduklarını (Ladany ve diğerleri, 1999), kültürel yeterliliklerinin arttığını (Ladany ve diğerleri, 1997) ve süpervizyonda kendilerini daha fazla ifade ettiklerini bildirmektedir (Ofek, 2013).

### **Bilgilendirilmiş Onam**

Süpervizörler, süpervizyon alan kişiden süpervizyon süreci için bilgilendirilmiş onam almalı, süpervize edilen terapist de görüşme yaptığı danışandan bilgilendirilmiş onam almalıdır. Süpervizyon alan kişilerin süpervizöre açıkladıkları bilgilerin hangi şartlar altında gizli kalacağını bilmeleri gerekir. Aynı şekilde süpervizyon altındaki danışanlar da süpervizyon hakkında bilgilendirilmelidir.



Amerikan Psikoloji Derneği Etik İlkeler ve Davranış Yönetmeliği (2017) 10.01 c maddesine göre: “Terapist eğitim alıyorsa ve sağladığı tedavi hizmeti yasal olarak süpervizyon almasını gerektiriyorsa, danışanın/hastanın bilgilendirilmiş onam alma sürecinin bir parçası olarak, terapistin eğitim almakta olduğu ve ismi belirtilen süpervizörün süpervizyonu altında olduğu konusunda bilgi vermesi gerekir”.

Türk Psikologlar Derneği (2004) Genel Etik İlke ve Kurallarının Gizliliğin Korunması Zorunluluğu ilkesinin 3.3 b maddesine göre:

Psikolog, elde ettiği gizli tutulması gereken bilgileri, gerekirse; isim ve ayrıntıları saklı tutarak, sadece bilimsel ya da profesyonel amaçlar için profesyonel kişilerle paylaşır, hizmet verdiği kişilerle mesleki ilişki içinde elde ettiği özel bilgileri medyaya açıklamaz, kendisinden psikoterapi hizmeti alan kişilerin medyada teşhir edilmesine göz yummaz. Psikolog yazılı ve sözlü raporda, süpervizyon sırasında ve konsültasyonlarda sadece iletişimin amacına uygun ve gerekli bilgiyi vermekle yetinir. (s. 10)

Yukarıda söz edilen etik yönetmelik maddeleri, danışanların yer aldıkları psikoterapi görüşmelerinin süpervizyon altında yapıldığı hakkında bilgi sahibi olması ve bilgilendirilmiş onam ile kendilerinden izin alınmasının önemini vurgulamaktadır. Ayrıca, süpervizyon sırasında süpervizörle vaka paylaşımı yapıldığı sırada, klinik görüşmelerin ve danışanın gizliliğinin korunması gerektiği belirtilmektedir.

Danışanın görüşmelerin çerçevesini, süpervizyon alan kişinin ve süpervizörün özelliklerini (örn., isim, soy isim, çalıştığı kurum) ve yetkinliğini anladığından emin olmak, süpervizörün ve süpervizyon alan kişinin ortak sorumluluğudur (Pope ve Vasquez, 2015). Klinik görüşmelerde danışanın bilgilendirilmesinin önemi, Türk Psikologlar Derneği'nin (2004) Psikoterapi ile İlgili Etik Kurallar başlığının 7.1 sayılı Danışanın Psikoterapiye Bilgilendirilmiş Onamı ilkesinin c maddesinde vurgulanmaktadır. Buna göre: “Eğer psikoterapi yapan kişi uzmanlığını henüz tamamlamamış bir stajyer ise; psikoterapinin sorumluluğu süpervizöre aittir. Danışan psikoterapinin başında bu duruma ilişkin bilgilendirilir” şeklinde belirtilmiştir (s. 16). Bu konunun dikkate alınmaması, örneğin bir danışanın süpervizyon alan terapistin eğitim durumu hakkında bilgilendirilmemesi, terapisti ve süpervizörü dolandırıcılık, aldatma, yanlış beyan, mahremiyetin ihlali, gizliliğin ihlali ve bilgilendirilmiş onam eksikliği iddiasıyla olası davalara maruz bırakabilir (Annas, 1980).

Süpervizör ve süpervizyon alan kişi arasındaki ilişkiye dair olan bilgilendirilmiş onam şu konuları içermelidir: Hem süpervizörün hem de süpervizyon alan kişinin beklentileri, sorumlulukları ve yükümlülükleri; süpervizyon ilişkisiyle ilgili her türlü ücret ve mali düzenlemeler; zamanlama ve acil durum iletişim bilgileri; belgeleme ve kayıt tutma gereklilikleri; her türlü ses ve video kaydının kullanımı; eğitim deneyiminin başarıyla tamamlanması için beklentileri ve gereklilikleri içerecek şekilde değerlendirme ve geri bildirim nasıl verileceği; gizlilik beklentileri ve gizliliğin makul olarak öngörülen sınırları; zorunlu raporlama gereklilikleri gibi yasal gereklilikler; süpervizyonun kullanımına ilişkin

beklentiler ve süpervizyon alan kişinin süpervizörü ile ne zaman iletişime geçmesi gerektiği ve süpervizyon ilişkisinin nasıl ve ne zaman sonlandırılacağına ilişkin bilgilerdir (Barnett ve Molzon, 2014).

Süpervizyonu alan kişinin onamının gönüllü olarak verildiğinden ve kendi onamını vermeye ehil olduğundan (örn., 18 yaş üzerinde olduğundan), neyi kabul ettiğinin kendisi tarafından anlaşıldığından ve onamın yalnızca sözlü olarak gözden geçirilip açıklanmayıp aynı zamanda yazılı olarak belgelendiğinden emin olmak önemlidir (Barnett ve diğerleri, 2007). Süpervizyon ilişkisinde koşullar ya da durumlar değiştikçe bilgilendirilmiş onam formu güncellenmelidir.

### **Kayıt Tutma ve Belgeleme**

Klinik kayıt tutma ve belgeleme, her ruh sağlığı mesleğinin etik kurallarında, yasa ve yönetmeliklerinde, uygulama kılavuzlarında ve kurumsal politikalarında gereklidir (örn., American Psychological Association, 2017; Türk Psikologlar Derneği, 2004). Ruh sağlığı uygulayıcıları tarafından sağlanan hizmetlerin zamanında, doğru ve etkili bir şekilde belgelenmesi bir dizi önemli amaca hizmet etmektedir (Falender ve Shafranske, 2004). Bunlardan ilki, yoğun çalışan klinisyenin, danışanın tedavisiyle ilgili önemli bilgileri seanstan seansa hatırlamasına yardımcı olarak yüksek kalitede ruh sağlığı hizmetlerinin sunulmasını teşvik etmektir. İkincisi, bir tedavi ekibinin üyelerine, birbirlerinin tedavi çabaları ve görülen sonuçlar ışığında sağlanan hizmetleri koordine etmelerine yardımcı olmak için bilgi sağlamaktır. Üçüncü amaç, bir danışanın bir noktada tedaviden ayrılması ve daha sonra bu klinisyenle veya başka biriyle daha ileri bir tarihte ek tedavi için geri dönmesi durumunda bakımın sürekliliğini sağlamaya yardımcı olmaktır. Dördüncü amaç, bir risk yönetimi stratejisi olarak, sağlanan tüm hizmetlerin, konsültasyon için meslektaşların kullanımının, klinisyenin karar verme sürecinin, danışanların tedavideki rolünün ve elde edilen sonuçların somut bir kaydını oluşturmaktır çünkü her ruh sağlığı çalışanının mesleğinin etik kurallarına ek olarak yasalar, yönetmelikler ve kurumsal politikalar bunu gerektirir.

Klinisyenlerin hizmetlerini belgelemek için danışanlarıyla ilgili vaka kayıtları tutmaları gerektiği gibi, süpervizörlerin de süpervizyon çalışmalarını belgelemeleri gerekmektedir. Belgeleme için gereken bilgilerin çoğunu içeren tek sayfalık bir süpervizyon kayıt formu geliştirilmiştir. Form şunları içermektedir: Süpervizyon tarihi ve oturum numarası, danışanların ilerlemeleri ve sorunlarıyla birlikte tartışılan vakaların tanımlanması, daha ileri tedavi için öneriler ve süpervizyon alan için iyileştirme planları (Bridge ve Bascue, 1988). Süpervizör bu kayıt formunu, danışana verilen bakımın kalitesini ve süpervizyon alan kişiye verilen eğitimin kalitesini değerlendirmek amacıyla tutabilir. Ayrıca, süpervizörün tutacağı süpervizyon kayıt formu, süpervize edilen kişiden ya da danışandan bir şikâyet gelmesi

durumunda ortaya çıkacak etik ve yasal sorunlara karşı bir kanıt niteliği taşıyabilmesi açısından somut bir belge olarak önem arz etmektedir.

Tüm klinik süpervizörler, doğrudan klinik hizmetlerin (değerlendirme, tedavi, seanslar arasındaki telefon görüşmeleri vb.) belgelenmesi gerektiğini bilse de bazıları hem süpervizörün hem de süpervizyon alan kişinin her süpervizyon seansını belgelemesinin önemini ve değerini fark etmeyebilir. Bu belgeleme, yanlış anlaşılmanın ortaya çıkma olasılığını azaltabilir ve süpervizyon alan kişinin hesap verebilirliğini artırabilir. Ayrıca, süpervizyon alan klinisyenin mesleki gelişimini izlemek için her iki tarafın da gözden geçirebileceği bir kaynak sağlar. Kayıt tutma ve belgeleme, süpervizyonda neler olup bittiğini ve süpervizörün kaliteli klinik süpervizyon sağlamak için gösterdiği iyi niyetli çabaları somut bir şekilde belgeleyerek önemli bir risk yönetimi rolü oynayabilir (Falender ve Shafranske, 2004).

### **Değerlendirme ve Geribildirim Süreçleri**

Klinik süpervizyonun etkili olabilmesi için güvene dayalı bir ilişki kurulması ve bu ilişkinin sürdürülmesi önemlidir. Ancak, süpervizörlük ilişkisi genellikle değerlendirici bir nitelik taşır; süpervizör, süpervizyon alan kişiye ve eğitim programına geri bildirim ve değerlendirme sunar (Bernard ve Goodyear, 1998). Bu gereksinimler, Amerikan Psikoloji Derneği Etik İlkeler ve Davranış Yönetmeliği (2017) 7.06 sayılı Öğrenci ve Süpervizyon Alan Kişinin Performansının Değerlendirilmesi maddesinde açıklandığı şekilde her zaman bilgilendirilmiş onam sürecinde açıkça ele alınmalıdır. Türk Psikologlar Derneği (2004) Genel Etik İlke ve Kuralları'nın 6.5 sayılı Öğrencinin ve Süpervizyon Alanın Başarısının Değerlendirilmesi ilkesinin a ve b maddelerine göre: “(a) Öğretmen-öğrenci, süpervizyon veren ve alanın ilişkisinde; psikolog başarı ölçütlerini, değerlendirme ve geribildirim sürecinin koşullarını, ilişkinin en başında ve açık bir biçimde açıklamakla yükümlüdür; (b) Psikolog, öğrencileri ve süpervizyon alan kişileri katıldıkları program çerçevesinde ve oradaki başarı durumlarına dayanarak değerlendirir” (s. 16). Süpervizyon alan kişi, değerlendirme kriterlerini, eğitim deneyimini başarıyla tamamlamak için karşılanması gereken beklenti ve standartları, aynı zamanda değerlendirme sürecinin nasıl ve ne zaman gerçekleştirileceğini anlamalıdır (Pope ve Vasquez, 2015). Resmi değerlendirme için değerlendirmenin hangi aralıklarda yapılacağını ifade edildiği bir zaman çizelgesi üzerinde anlaşmaya varılmalı ve süpervize edilen kişi, bu resmi değerlendirmelerin sonuçlarını alabilecek tüm kişiler ve bunların nasıl kullanılabileceği konusunda bilgilendirilmelidir. Ayrıca, süpervizyon alan kişiye geribildirim devamlı bir şekilde sağlanmalıdır (Barnett ve Molzon, 2014). Süpervizyon alan kişiye sürekli olarak zamanında, yararlı ve yapıcı geribildirim verilmesi etik bir zorunluluktur. Gelişim için geribildirim ve tavsiyeler, eğitim deneyiminin tamamlanmasında nihai bir değerlendirme almadan önce, gerekli düzeltmeleri yapma fırsatına sahip olmaları için yeterli zaman ve destekle birlikte süpervizyon alan klinisyenlere sağlanmalıdır (Falender ve

Shafranske, 2004). Süpervizyonu alan kişinin öz değerlendirmesi, değerlendirme sürecinde önemli bir referans noktası olarak hizmet eder ve süpervizörün hedefe yönelik geribildirim, süpervizyonu alan kişinin öz bildirimini yansıtır (Falender ve diğerleri, 2014). Başka bir deyişle, süpervize edilen kişinin, süpervizyon süreci boyunca süpervizöründen aldığı geribildirimler ışığında kendisini değerlendirmesi, kişinin klinisyen olarak mesleki gelişimini olumlu yönde destekleyen bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu şekilde, süpervize edilen kişinin öz değerlendirme yapma becerisi kazanarak mesleki olgunlaşmasının artırılması ve yetkinliğinin pekiştirilmesi amaçlanır. Böylece, öz değerlendirme becerisi edinerek meslek yaşamı boyunca süpervizyon içinde veya dışında klinisyenin psikoterapideki etik sorumlulukları içselleştirmesi hedeflenir.

Süpervizyon sürecinde süpervizör, süpervizyon alan kişinin geçici ya da kalıcı olarak klinik çalışma yapamayacağına karar verebilir. Bu durumda süpervizörler, süpervizyon alan kişinin çalışma kabiliyetini etkileyen nedenleri sorgulamalıdır. Süpervizyon alanlarının bir kısmı, aşırı iş yükü, kişisel kayıplar, mali sorunlar, yaşlı veya engelli ebeveynlerle ilgili zorluklar veya evlilik sorunları gibi stresle başa çıkamıyor olabilir. Bazıları, terapi yapmanın geçmişteki kişisel çatışmalarını veya tamamlanmamış meselelerini gün yüzüne çıkardığını fark edebilir. Diğerlerinin, düşünce bozuklukları, depresyon veya anksiyete gibi durumlarla etkili bir şekilde başa çıkamayarak işlevsellikleri azalabilir. Bir kısmı ise, görece uzun süreli gelişimsel veya kişilik bozukluklarından etkileniyor olabilir (Pope ve Vasquez, 2015). Süpervizörler bu tür durumlarda Amerikan Psikoloji Derneği Etik Yönetmeliğini (2017) göz önünde tutarak hareket edebilir. Süpervize edilen öğrenci ciddi bir zorlanma yaşıyorsa, sosyal ve akademik alanlarda işlevsellik gösteremiyorsa danışmanlık hizmetine yönlendirilebilir, diğer mesleki olanaklar hakkında bilgilendirilebilir ve eğer gerekli görülürse devam ettiği programla ilişkisinin sonlandırılması düşünülebilir (Pope ve Vasquez, 2015). Eğer koşullar uygunsa süpervizörlerin, gelecekteki danışanlara duyulan sorumluluğa dayanarak, yetersiz ya da ilkesiz uygulamaların hedefi olabilecek kişilerin terapist olmalarını engellemeleri önemlidir (Pope ve Vasquez, 2015). Bu süreçte, süpervizörün, süpervizyon alan kişileri gereksiz üzüntülerden koruma ve dikkatli davranma sorumluluğunu taşıması gerekir.

### **Çoklu İlişkiler, Cinsel İlişki ve Sınırlar**

Cinsel olmayan çoklu ilişkiler, süpervizörün etik sorumluluklarını netleştirmeye çalıştığı bir alan olabilir (Pope ve Vasquez, 2015) çünkü süpervizyon literatüründe süpervizyon bağlamında çoklu ilişkilerin nadir olmadığı konusunda genel bir görüş birliği vardır (Hammond ve O'Donovan, 2015). Ancak diğer yandan, süpervizyon ilişkisi içinde gerçekleşen cinsel olmayan çoklu herhangi bir ilişkinin, süpervizör ve süpervize edilen terapist rollerini bulanıklaştırmaması gerektiği konusunda bir anlaşma vardır. Bu tür bir çoklu ilişkiden süpervizyon süresi boyunca kaçınılması önerilir çünkü süpervizyon alan klinisyeni kişisel

olarak etkileyebilecek konuların (örn., süpervizör ile ortak makale yazımı, proje çalışması, tez danışmanlığı, vb.), süpervize edilen terapistin danışanlarla yaptığı çalışmaları da etkileyebilmesi muhtemeldir (Hammond ve O'Donovan, 2015). Bu sebeple süpervizörün, süpervize edilen kişiyle olan süpervizyon ilişkisini tehlikeye sokabilecek her türlü cinsel olmayan çoklu ilişkiye nasıl yaklaşacağı konusunda dikkatli olması gerekmektedir. Buradan yola çıkarak süpervizör-süpervize edilen kişi arasındaki ilişkide yönetmeliklere, kanunlara ve kurallara aykırı bir tutum içinde bulunulmaması gerekmektedir. Dikkat edilmesi gereken bir diğer nokta ise, süpervizörlerin, süpervizyon alan kişinin psikoterapisti rolüne girme riskine karşı uyanık olmasıdır. Bu durum söz konusu olduğunda bu tür sorunların üstesinden gelmek için süpervizyonu alan kişinin yararı gözetilmelidir. Süpervize edilen kişinin psikoterapi desteği alması için başka bir yetkin profesyonele yönlendirme yapılması önerilmektedir (Barnett ve Molzon, 2014). Türk Psikologlar Derneği Etik Yönetmeliğinin (2004) 2.4 sayılı Çoklu İlişkiler a maddesinde bu tür durumlarda ne yapılması gerektiği şu şekilde belirtilmiştir: “...Eğer psikolog verdiği hizmet sırasında çoklu ilişki yüzünden nesnellliğini, yetkinliğini ve etkinliğini yitirecekse; ya da hizmet verdiği kişileri sömürecek ve zarar verecek ise çoklu ilişkilere girmekten kaçınır” (s. 9).

Süpervizyondaki çoklu ilişkilere yönelik sosyal rol kuramını geliştiren Kitchener (2000), rol çatışmalarının altında yatan belirsizliği çözümlenmeyi amaçlamıştır. Buna göre süpervizyon alan kişinin, süpervizörü ile ayrıca ortak makale yazmak, sunum yapmak, birlikte sosyal etkinliklerde yer almak gibi farklı pek çok rolde bulunabildiği görülmüştür. Bu bağlamda Burian ve Slimp (2000), süpervizyon alan terapistlerin sosyal ilişki sürecine dair bir model geliştirmiştir. Burian ve Slimp'in karar verme modeli süpervizörlerin, ilişki kurma nedenleri, güç dinamikleri, sosyal etkinliğin doğası ve ilişkinin diğer süpervizyon alan kişiler üzerindeki etkisi gibi önemli konuları dikkate almalarına yardımcı olmaktadır.

Cinsel ilişki konusunda, ilişkiyi başlatan kişi süpervizyonu alan terapist olsa bile, bu ilişkiyi sürdürmesi nedeniyle sorumlu kişi olarak süpervizörün de etik kural ihlali yaptığı anlamına gelmektedir (Harrar ve diğerleri, 1990). Amerikan Psikoloji Derneği Etik Yönetmeliği (2017) madde 7.07 Öğrenciler ve Süpervizyon Alan Kişiler ile Cinsel İlişkiler isimli bölüm bu konuya net olarak sınır çizmektedir: “Psikologlar, kendi departmanlarında, kurumlarında veya eğitim merkezlerinde bulunan veya psikologların değerlendirme yetkisine sahip olduğu veya olması muhtemel olan öğrencilerle veya süpervizörlerle cinsel ilişkiye girmezler”. Aynı şekilde Türk Psikologlar Derneği Genel Etik İlke ve Kurallarında (2004) yer alan 2.3.1. sayılı Cinsel Kötüye Kullanımdan Kaçınmak maddesinde “... psikolog, halen hizmet verdiği kişilere cinsel ima ve yaklaşımlarda bulunmaz, onları taciz etmez ve onlarla cinsel ilişkiye girmez” şeklinde ifade edilmiştir (s. 8). Ancak etik kurallar ne kadar net olsa da yapılan bir araştırmada, kadın psikologların %17'sinin stajyer psikolog iken kendisine psikoloji eğitimi sağlayan kişiler ile cinsel ilişki yaşadıkları raporlanmıştır (Glaser ve Thorpe, 1986). Bu oran,

doktora derecesini son 6 sene içinde almış olan kadın terapistlerin öz bildiriminde %21 olarak saptanmıştır. Bu psikoloji eğitimi veren kişilerin %27'sinin birincil rolünün klinik süpervizörlük olduğu beyan edilmiştir. Raporlanan bu vakalarda eğitimci ile kurulan etik dışı ilişkinin çalışmaya başlamadan önce veya çalışma ilişkisi sırasında var olduğu bulunmuştur. Süpervizörlerin sorumluluğu, sadece bu tür yakınlıkları önlemekle sınırlı değildir; aynı zamanda terapi sürecinde ortaya çıkan cinsel konuları terapistin açık, duyarlı ve saygılı bir şekilde ele almasına destek olma yükümlülüğü de bulunur (Pope ve Vasquez, 2015).

### **Acil Durumlar ve Ulaşılabilirlik**

Her süpervizörün acil durum kapsamında düzenlemeler yapma ve süpervizyon alan kişinin hangi durumlarda süpervizörle iletişime geçeceğini ve bunu nasıl yapacağına dair bilgi verme yükümlülüğü vardır (Bernard ve Goodyear, 1998). Bilgilendirilmiş onamda bu konular mutlaka yer almalı ve gerektiğinde süreç içinde güncellenmelidir (Bernard ve Goodyear, 1998; Falender ve Shafranske, 2004).

Süpervizyon alan kişiler, süpervizörlerinin bilgisi dışında bağımsız olarak ve süpervizörlerinden yeterli destek ve gözetim almadan çalışmamalıdır (Barnett, 2011). Süpervizörün ulaşılabilirliği, süpervizyonu alan terapistin eğitim deneyimini etkileyebileceği ve bu kişinin danışanlarına sağladığı hizmetlerin kalitesi üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olabileceği gibi, profesyonel kimliklerini geliştirmekte olan süpervizyon alan terapistler üzerinde de önemli bir modelleme etkisine sahip olabilir (Barnett ve Molzon, 2014). Süpervizörün hastalık, tatil, mesleki bir konferansa katılma veya benzeri nedenlerle ofisten uzakta olması veya başka bir şekilde müsait olmaması durumunda, bunun önceden konuşulması ve süpervize edilen kişinin klinik süpervizyon kapsamında herhangi bir kesinti yaşamaması için alternatif süpervizyon düzenlemelerinin yapılması önemlidir. Süpervizörün uygunluğundaki bazı potansiyel kesintiler, kaza veya hastalık gibi beklenmedik ve planlanmamış olabileceğinden, acil durum veya destekleyici yedek düzenlemelerin önceden yapılması ve ilk bilgilendirilmiş onam sürecinin bir parçası olarak tartışılması en iyi seçenektir (Bernard ve Goodyear, 1998).

### **Süreci Bitirme ve Profesyonel İlişkiyi Sonlandırma**

Tıpkı süpervizyon alan terapistin danışanla terapinin sonlandığı gibi süpervizör ile yürütülen süpervizyon ilişkisi de bir süre sonra bitiş aşamasına gelir. Bazen bu sonlandırma süreci planlanır ve öngörülür, bazen de sürecin hemen sonlandırılması gerekebilir. Süpervizyon sürecinin bitişine ilişkin bilgilendirme hem süpervizyon alan kişiye hem de danışana açık bir şekilde aktarılmalıdır (Pope ve Vasquez, 2015). Sürecin sonlanacağı konusu, bilgilendirilmiş onam sürecinden başlayarak ilişki boyunca açıkça konuşulması gerekir (Barnett, 2011; Bernard ve Goodyear, 1998). Sonlandırma aşamasında çeşitli duygular

oluşabilir. Süpervizör ve süpervizyonu alan kişi süpervizyonun sonlandırılmasıyla ilgili ortaya çıkan gündemleri ele almaktan kaçınmamalıdır çünkü süpervizör ve süpervizyon alan kişinin süreç hakkındaki düşünceleri ve iş birlikleri hakkındaki yüzleşmeleri süpervizyonun önemli bir parçasını oluşturur.

Bazı durumlarda, klinik süpervizör izinli olmayı planlıyor ya da başka bir iş ortamına geçiş yapıyor olabilir. Süpervizörler, mümkün olan en iyi eğitim deneyiminin sağlanmasına yardımcı olmak ve aynı zamanda profesyonel davranışı modellemek için bu tür konuları süpervizyon alan terapist ile mutlaka ele almalıdır (Barnett ve Molzon, 2014). Ayrıca, süpervizyon alan kişi, danışanıya hem süpervizyon sürecinin ne zaman biteceğini hem de danışan ile gerçekleştirilen terapi sürecinin ne zaman sonlanacağını aktif ve açık bir şekilde konuşmalıdır (Bernard ve Goodyear, 1998). Klinik süpervizör, bir uygulama ortamından ayrıldıktan sonra süpervizyonu alan kişinin ek süpervizyona ihtiyacı olursa ve süpervizörün o ortamdaki süresi sona erdikten sonra bir danışanın tedaviye devam etmesi gerekiyorsa bu konular bu bitişlerden çok öncesinde tartışılmalı ve sağlanan profesyonel hizmetlerde önemli bir kesinti olmaması için yeni bir klinik süpervizör veya psikoterapist için önceden düzenlemeler yapılmalıdır (Barnett ve Molzon, 2014).

### **Süpervizyonda Karşılaşılan Sorunlar**

Süpervizörün yetersiz süpervizyon sürecine yol açan tutum ve davranışları, süpervize edilenlerin karşılaştığı zorluklardan bazılarıdır. Problemlerli bir süpervizörün özellikleri arasında yeterlilik eksikliği, otoriterlik, pasiflik ve zayıf iletişim becerileri yer almaktadır. Süpervizör, süpervizyon alan kişiye çok fazla şey anlatırsa, uygunsuz hediyeler sunarsa, kişisel zevk için ek süpervizyon iletişimine izin verirse, çapkın davranışlar sergilerse veya belirli eylemlerde bulunursa süpervizyon ilişkisi olumsuz etkilenir. Süpervizyonun normal sınırlarını gözden kaçırmak ya da bu süreci bireysel bir psikoterapi sürecine dönüştürmeye çalışmak süpervizyon alan ile süpervizör arasındaki ilişkide ortaya çıkabilecek zarar verici davranışlar arasındadır (Nagy, 2021).

Süpervizörlerden, eğitimcilerden, danışanlardan ve süpervizyon sürecinden edinilen kazanımlar yaşam boyu devam etmektedir. Bireysel ve grup süpervizyon sürecinden elde edilen bilgiler, süpervizyon alan kişiler için öğretmen pozisyonundaki kişilerin davranışlarını gözleyerek öğrendikleri bilgiler kadar önemlidir. Süpervize edilen kişi için süpervizör doğru bir rol model olmalıdır. Tahrik edici şekilde davranarak zayıf sınırlara sahip olduğunu gösteren eğitimci ya da süpervizörler, süpervizyon alan terapistlerin mesleki olarak olgunlaşmalarına yardımcı olamazlar (Nagy, 2021). Aksine, bu tür özelliklere sahip süpervizörler, süpervize edilen kişiler için benzer bir ilişki içerisinde olumsuz bir örnek teşkil ederler. Kendisinden süpervizyon alan terapistler ile kişiler arası sorunların olabileceğinin açıkça farkında olan ve deneyimli bir meslektaşına ya da kendi terapistine danışarak öğrencisine karşı geliştirdiği

cinsel çekim duygusuyla baş eden süpervizörler, etik ve profesyonel sınırlar ve davranışlar için daha iyi bir rol modeldirler (Nagy, 2021).

### **Sonuç ve Öneriler**

Bu derleme makalesinin amacı doğrultusunda klinik psikolojide süpervizyon uygulamalarında etik konular tartışılmıştır. Süpervize edilen psikolog ve klinik süpervizör açısından mesleki, kültürel ve çeşitlilik yetkinliği, sorumluluk ve rolleri, bilgilendirilmiş onamın netliği, kayıt tutma ve belgeleme, değerlendirme ve geribildirim süreçlerinin nasıl işlediği, çoklu ilişkiler, cinsel ilişki ve sınır konuları, acil durumlar ve ulaşılabilirlik, süreci bitirmek ve profesyonel ilişkiyi sonlandırmak ve süpervizyonda karşılaşılan sorunlar ele alınmıştır.

Klinik süpervizörler, süpervizyon alan meslektaşlarının gelişiminde önemli bir göreve sahiptir. Ancak süpervizyonun nasıl yürütüldüğü, süpervize edilen terapistin öğrenme sürecinin kalitesini önemli derecede etkileyebilmektedir. Aynı zamanda, süpervizyon sürecindeki hususlar süpervize edilen kişi tarafından danışanlarına sağladığı klinik hizmetlerin kalitesini de belirleyebilmektedir. Bu derleme çalışmasında ele alınan etik konular, süpervizörlerin, süpervizyon alan terapistlerin ve danışanların en yüksek düzeyde fayda sağlayabilmeleri için belirleyici bir önem arz etmektedir. Bu kapsamda, derleme içinde etik kodlara ve yönetmeliklere atıfta bulunulmuştur (örn., American Psychological Association, 2017; Türk Psikologlar Derneği, 2004). Bu kaynaklar, her klinisyenin mutlaka hakkında bilgi sahibi olması ve benimsemesi gereken etik ilke ve kurallardır. Her klinisyenin karşılaştığı ikilemlere yönelik etik karar verme ve bu kararı etik bir şekilde danışanın iyiliğini gözeterek, danışana zarar vermeden uygulaması oldukça önemlidir. Mesleki etik kuralların farkında olmak, oluşabilecek zorlukları öngörebilmek ve etik karar verebilmek açısından değer taşımaktadır. Pope ve Vasquez (2015) ve Nagy (2021)'nin sunduğu kaynaklar, klinik uygulamalarda süpervizyon etiği konusunda olabilecek en uygun yaklaşımların belirlenmesi ve doğabilecek etik sorunların mümkün olan en etkili şekilde yönetilebilmesi açısından klinik süpervizörler ve süpervizyon alanlar için bilgilendirici ve öğretici niteliktedir. Türk Psikologlar Derneği (2004) ve Amerikan Psikoloji Derneği (2017) Etik Yönetmeliğindeki ilke ve kurallar hakkında klinisyenlerin bilgi sahibi olması ve yürüttükleri klinik uygulamalarda bu ilke ve kuralları gözeterek çalışması klinik psikoloji alanında meslek etiğine uygun ilerlemek için bir gerekliliktir.

Klinik süpervizörlerin ve süpervizyon aşamasındaki psikologların, bu derleme çalışmasında paylaşılan bilgileri göz önünde tutarak süpervizyon sürecindeki rollerinde etik kurallara odaklanması hedeflenmiştir. Süpervizyon uygulamalarında yer alan etik kuralların öğrenilmesi, klinik görüşmelerde ve süpervizyon sürecinde yaşanabilecek herhangi bir ikilemde karar alırken etik davranabilmek açısından bir gerekliliktir. Bu kapsamda, klinik



psikolojide süpervizyon uygulamalarında karşılaşılan etik kuralların yer aldığı çalışmaların sayısının artırılması, ülkemizde de bu konuda yapılan çalışmaların zenginleşmesi açısından önem taşımaktadır. Bu tür kaynakların okunması ve erişilebilir olması, klinik uygulayıcıların mesleki yetkinliklerini geliştirdikleri en önemli aşamalardan biri olan süpervizyon sürecine dair ruh sağlığı çalışanlarına verimlilik sağlayacaktır. Etik kurallar gereği, danışan gören ruh sağlığı çalışanlarının süpervizyon verme yetkinliği olan bir ruh sağlığı uzmanından klinik süpervizyon eğitimini tamamlaması önerilmektedir.

---

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Çalışma tek yazarlıdır ve yazar çalışmanın tüm aşamalarını bireysel olarak yürüttüğünü beyan etmiştir.

**Yazar Notu:**

Bu derleme Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programından alınan Klinik Psikolojide Meslek Etiği dersinin bir gereği olarak yazılmıştır.

**Finansal Destek Beyanı:**

Çalışma herhangi bir destek almamıştır. Teşekkür edilecek bir kurum veya kişi bulunmamaktadır.

**Etik Kurul Onayı:**

Kuramsal derleme makaleleri için etik kurul onayı gerekmemektedir.

---

### Kaynakça

- American Psychological Association. (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct* (2002, amended effective June 1, 2010, and January 1, 2017). <https://www.apa.org/ethics/code/>
- Annas, G. J. (1980). The care of private patients in teaching hospitals: legal implications. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 56(4), 403.
- Barnett, J. E. (2011). Ethical issues in clinical supervision. *The Clinical Psychologist*, 64, 14-20.
- Barnett, J. E. ve Molzon, C. H. (2014). Clinical supervision of psychotherapy: Essential ethics issues for supervisors and supervisees. *Journal of Clinical Psychology*, 70(11), 1051-1061. <https://doi.org/10.1002/jclp.22126>
- Barnett, J. E., Wise, E. H., Johnson-Greene, D. ve Bucky, S. F. (2007). Informed consent: Too much of a good thing or not enough?. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38(2), 179-186. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.38.2.179>
- Bernard, J. M. ve Goodyear, R. K. (1998). *Fundamentals of clinical supervision* (2. Basım). Allyn & Bacon.
- Bordin, E. S. (1983). Supervision in counseling: II. Contemporary models of supervision: A working alliance based model of supervision. *Counseling Psychologist*, 11(1), 35-42. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0011000083111007>
- Bridge, P. ve Bascue, L. (1988). A record form for psychotherapy supervision. İcinde P. Keller ve S. Heyman (Eds.), *Innovations in Clinical Practice* (Vol. 7, ss. 331-336). Sarasota, FL: Professional Resource Exchange.
- Burian, B. K. ve Slimp, A. O. C. (2000). Social dual-role relationships during internship: A decision-making model. *Professional Psychology: Research and Practice*, 31(3), 332-338. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.31.3.332>
- Dow, D. M., Hart, G. M. ve Nance, D. W. (2009). Supervision styles and topics discussed in supervision. *Clinical Supervisor*, 28(1), 36-46. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/07325220902832515>
- Ellis, M. V. (2017). Narratives of harmful clinical supervision. *The Clinical Supervisor*, 36(1), 20-87. <https://doi.org/10.1080/07325223.2017.1297752>
- Falender, C. A., Cornish, J. A. E., Goodyear, R., Hatcher, R., Kaslow, N. J., Leventhal, G., Shafranske, E., Sigmon, S. T., Stoltenberg, C. ve Grus, C. (2004). Defining competencies in psychology supervision: A consensus statement. *Journal of Clinical Psychology*, 60(7), 771-785. <https://doi.org/10.1002/jclp.20013>
- Falender, C. A. ve Shafranske, E. P. (2004). *Clinical supervision: A competency-based approach*. Washington, DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1177/0081246313516260>
- Falender, C. A., Shafranske, E. P. ve Ofek, A. (2014). Competent clinical supervision: Emerging effective practices. *Counseling Psychology Quarterly*, 27(4), 393-408. <https://doi.org/10.1080/09515070.2014.934785>
- Glaser, R. D. ve Thorpe, J. S. (1986). Unethical intimacy: A survey of sexual contact and advances between psychology educators and female graduate students. *American Psychologist*, 41(1), 43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.1.43>
- Hagler, M. A. (2020). LBGQ-affirming and -nonaffirming supervision: Perspectives from a queer trainee. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(1), 76-83. <https://doi.org/10.1037/int0000165>

- Hall, J. C. ve Spencer, R. E. (2017). Illuminating the phenomenological challenges of cross-cultural supervision. *Smith College Studies in Social Work*, 87(2-3), 238-253. <https://doi.org/10.1080/00377317.2017.1324108>
- Hammond, S. W. ve O'Donovan, A. (2015). Ethical issues in supervision. İçinde S. Morrissey, P. Reddy, G. R. Davidson, A. Allan, A. (Edl), *Ethics and professional practice for psychologists* (ss. 134-146). Melbourne: Cengage.
- Harrar, W. R., VandeCreek, L. ve Knapp, S. (1990). Ethical and legal aspects of clinical supervision. *Professional Psychology: Research and Practice*, 21(1), 37. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.21.1.37>
- Jones, C. T., Welfare, L. E., Melchior, S. ve Cash, R. M. (2019). Broaching as a strategy for intercultural understanding in clinical supervision. *The Clinical Supervisor*, 38(1), 1-16. <https://doi.org/10.1080/07325223.2018.1560384>
- Keith-Spiegel, P. ve Koocher, G. P. (1985). *Ethics in psychology: Professional standards and cases* (2.Basım). Crown Publishing Group/Random House.
- King, K. M., Borders, L. D. ve Jones, C. T. (2020). Multicultural orientation in clinical supervision: Examining impact through dyadic data. *The Clinical Supervisor*, 39(2), 248-271. <https://doi.org/10.1080/07325223.2020.1763223>
- Kitchener, K. S. (2000). *Foundations of ethical practice, research, and teaching in psychology*. Mahwah, NJ: Erlbaum. <https://doi.org/10.4324/9780203893838>
- Ladany, N., Brittan-Powell, C. S. ve Pannu, R. K. (1997). The influence of supervisory racial identity interaction and racial matching on the supervisory working alliance and supervisee multicultural competence. *Counselor Education and Supervision*, 36(4), 284-304. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.1997.tb00396.x>
- Ladany, N., Ellis, M. V. ve Friedlander, M. L. (1999). The supervisory working alliance, trainee self-efficacy, and satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, 77, 447-455. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1999.tb02472.x>
- Lusk, M., Terrazas, S. ve Salcido, R. (2017). Critical cultural competence in social work supervision. *Human Service Organizations: Management, Leadership & Governance*, 41(5), 464-476. <https://doi.org/10.1080/23303131.2017.1313801>
- Malloy, K. A., Dobbins, J. E., Ducheny, K. ve Winfrey, L. L. (2010). The management and supervision competency: Current and future directions. İçinde M. B. Kenkel ve R. L. Peterson (Edl.), *Competency-Based Education for Professional Psychology* (ss. 161-178). Washington, DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12068-009>
- Nagy, T. (2021). *Psikologlar için temel meslek etiği: Temel konuları anlamak ve üstesinden gelmek için bir el kitabı* (İ. Dağ, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık Ltd. (2011)
- Ofek, A. (2013). *The supervisory alliance and trainee disclosure of clinically relevant events in supervision* (Publication No. 3565339) [Doctoral dissertation, Pepperdine University]. PQDT Open.
- Pope, K. S. ve Vasquez, M. J. (2015). *Psikoterapi ve danışmanlıkta etik: Uygulama için bir kılavuz* (M. Akhun, Y. Korkut ve İ. Dağ, Çev.). Türk Psikologlar Derneği Yayınları. (1998)
- Türk Psikologlar Derneği. (2004). *Türk Psikologlar Derneği Etik Yönetmeliği*. Türk Psikologlar Derneği'nin sitesinden alınmıştır. <https://psikolog.org.tr/belgeler/etik-yonetmeliqi-qbf8w.pdf>
- Vasquez, M. J. (1992). Psychologist as clinical supervisor: Promoting ethical practice. *Professional Psychology: Research and Practice*, 23(3), 196-202. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.23.3.196>

## **Ethical Considerations in Supervision Practices within Clinical Psychology**

### **Summary**

Clinical supervision plays a central role in developing a clinical psychologist's competence. It allows supervisees to meet regularly with an experienced supervisor to discuss and review skills, knowledge, and practice. In addition to providing the experiences necessary for learning how to practice competently as a clinician, it facilitates the acquisition of professional attitudes that form the basis for ethical practice throughout one's career (Falender et al., 2014). Supervision training, therefore, is assumed to be a primary or exclusive responsibility. This review article aims to address ethical issues in supervision practices in clinical psychology. Ethical issues that are important in supervision are examined in the following sections: competence, cultural competence, and diversity competence, responsibilities and roles, informed consent, record keeping and documentation, assessment and feedback processes, multiple relationships, sexual relationships, and boundaries, emergencies, and accessibility, ending the process and terminating the professional relationship. Afterward, problems encountered in supervision were discussed. Recommendations are then provided.

In the concept of competence, it is recommended that those who wish to provide clinical supervision to others should first undergo formal training in clinical supervision, which includes both training of trainers and clinical training, including supervision of the application of supervision skills (Falender et al., 2004). Cultural and diversity competence refers to the ability to be aware of one's own biases and assumptions and to show sensitivity to other culturally diverse groups and other perspectives (Hagler, 2020; Lusk et al., 2017). The supervisor's responsibility is to clarify the tasks, roles, and responsibilities in the supervision context, which consists of the supervisor-supervisee-client triad (Pope & Vasquez, 2015). The supervisor's ethical responsibility is to provide feedback to the supervisee on time (Keith-Spiegel & Koocher, 1985). When this condition is delayed, it causes various negativities for the clinicians receiving supervision. To prevent this situation, it should be decided how many supervisees the supervisor will supervise, the day, time, how often, and how long the supervision will last. Supervisors should obtain informed consent for the supervision process from the supervisee, and the supervisee should get informed consent from the client. Supervisees need to know under which conditions the information they disclose to the supervisor will remain confidential. Likewise, clients under supervision should be informed that they are supervision clients. Just as practitioners should keep case records on their clients to document their services, supervisors, and supervisees must document their supervision work.

For clinical supervision to be effective, it is important to establish and maintain a trust-based relationship. Yet, the supervisory relationship is usually evaluative since the supervisor provides feedback and evaluation to the supervisee and the training program (Bernard & Goodyear, 1998). Multiple non-sexual relationships might be an area where the supervisors attempt to clarify their ethical responsibilities (Pope & Vasquez, 2015). In terms of sexual relationships, even if the supervisee initiates a relationship, it indicates that the supervisor who continues this relationship violates the ethical rules (Harrar et al., 1990). All supervisors have the obligation to plan within the scope of the emergency and to inform the supervisee in which situations to contact the supervisor and how to do so (Bernard & Goodyear, 1998). Just as the supervisee's therapy with the client ends, the supervision relationship with the supervisor also ends after a while. The end of the process should be openly discussed throughout the relationship, starting from the informed consent process (Barnett, 2011; Bernard & Goodyear, 1998). The supervisor and the supervisee should address the agendas regarding the termination of the therapy and supervision.

The ethical issues addressed above are important for supervisors, supervisees, and their clients to achieve the highest benefit level. In this context, ethical codes and regulations are referred to in the current review (e.g., American Psychological Association, 2017; Turkish Psychological Association, 2004). These sources are ethical principles and rules that every clinician should be aware of and adopt. It is aimed that clinical supervisors and supervisees in the supervision phase focus on ethical rules in their roles by using the information discussed in this review as a basis.

## Araştırma Makalesi

## Sağlık İnanç Modeline Dayalı Depreme Hazırlık İnançları Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Ömer DEMİR<sup>1\*</sup>, Nuran AYDEMİR<sup>2</sup><sup>1</sup> Doğu Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye<sup>2</sup> İstanbul Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

## Makale Bilgisi

## Öz

## Anahtar kelimeler:

afete hazırlık,  
depreme hazırlık,  
halk sağlığı,  
Sağlık İnanç Modeli,  
sağlık psikolojisi

Depremler, tüm dünyada ve Türkiye'de farklı boyutlarda olumsuz sonuçlar doğuran doğa kaynaklı tehlikelerden biridir. Ancak doğru bir afet risk yönetimi anlayışıyla tehlikenin afete dönüşmesi engellenebilmektedir. Bu nedenle mevcut çalışmanın amacı, depreme hazırlık davranışlarına yönelik inançların Sağlık İnanç Modeli çerçevesinde incelenmesini sağlayacak bir ölçüm aracının geliştirilmesi olarak belirlenmiştir. Bu amaç doğrultusunda, öncelikle 14 maddeden oluşan ölçeğin madde analizi ve açımlayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiş, ikinci aşamada ise ilk aşamada elde edilen faktör yapısı, yapısal eşitlik modellemesi kullanılarak yürütülen doğrulayıcı faktör analiziyle farklı bir örnekleme de sınanmıştır. Çalışmanın ilk aşamasında 176 yetişkin katılımcıdan veri toplanırken ikinci aşamanın örnekleme ise 577 yetişkin katılımcıdan oluşmaktadır. Çalışma kapsamında yürütülen madde analizi ve açımlayıcı faktör analizi sonrasında üç madde, madde-toplam korelasyonu ve tek faktöre yüklenme kriterleri için gerekli şartları karşılayamamış ve ölçekten çıkarılmıştır. Bu durumda ölçeğin beş faktör ve 11 maddeden oluşan faktör yapısı toplam varyansın %72'sini açıklamaktadır. Söz konusu beş faktör algılanan tehdit, algılanan yararlar, algılanan engeller, eylem ipuçları ve sağlık motivasyonu olarak isimlendirilmiştir. Ölçeğin tamamının Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ise .70 olarak hesaplanmıştır. İkinci aşamada yürütülen doğrulayıcı faktör analizi bulgularına göre  $\chi^2/sd$  ve RMSEA değerlerinin kabul edilebilir uyum aralığında; SRMR, CFI, GFI ve AGFI değerlerinin ise iyi uyum aralığında olduğu görülmektedir. Çalışma kapsamında yürütülen analiz bulguları sonucunda ilk aşamada elde edilen beş faktörlü yapının ikinci aşamada farklı bir örnekleme doğrulandığı görülmüştür. Sonuç olarak, 11 maddeden oluşan Depreme Hazırlık İnançları Ölçeğinin depreme hazırlık davranışlarına yönelik inançların ölçümünde kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğuna kanaat getirilmiştir.

## Abstract

## Keywords:

disaster  
preparedness,  
earthquake  
preparedness,  
public health,  
the Health Belief Model,  
health psychology.

Earthquakes are natural hazards that can lead to adverse outcomes. However, it is possible to prevent such hazards from turning into disasters through efficient disaster risk management. Therefore, the aim of the current study is to develop a measurement tool based on the Health Belief Model (HBM). We conducted item analysis and exploratory factor analysis in the first stage of the study, followed by confirmatory factor analysis in the second stage. In the two stages, the sample sizes were 176 and 577, respectively. In the first stage, we removed three items from the scale. The analyses revealed that the scale, comprising five factors and 11 items, explained 72% of the total variance. We named the factors perceived threat, perceived benefits, perceived barriers, cues to action, and health motivation. The Cronbach Alpha internal consistency of the total scale was .70. The confirmatory factor analysis findings showed that  $\chi^2/df$  and RMSEA were within the acceptable fit range, while SRMR, CFI, GFI, and AGFI were within the good fit range. The confirmatory factor analysis confirmed the factor structure obtained from the exploratory factor analysis. In summary, the present study demonstrates that the Beliefs About Earthquake Preparedness Scale is a valid and reliable measurement tool.

\* Sorumlu yazar, Doğu Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü Dudullu Yerleşkesi, 34775 Ümraniye, İstanbul, Türkiye

e-posta: demir7omer@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.1303088

Gönderim Tarihi (Received): 26.05.2023; Kabul Tarihi (Accepted): 12.06.2024

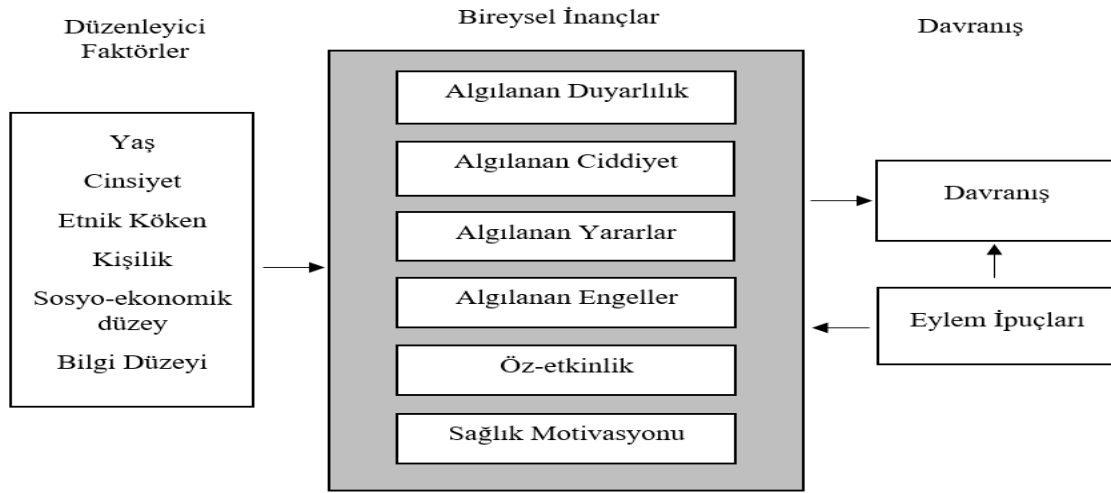
ISSN: 2148-4376

## Giriş

Depremler, Türkiye ve tüm dünyada fiziksel, ekonomik, sosyal ve psikolojik olumsuz sonuçlar doğuran doğa kaynaklı tehlikelerden biridir (Altun, 2018; Arcaya ve diğerleri, 2020; Coppola, 2015; Karancı, 2008; Kasapoğlu, 2007; Kundak ve Kadioğlu, 2011; Naeem ve diğerleri, 2011; Öcal, 2019; Priebe ve diğerleri, 2009; Sato ve diğerleri, 2019; Uluslararası Afet Veri Tabanı [EM-DAT], 2022). Ancak tehlike karşısındaki riskin azaltılması ve toplumun tehlike karşısında daha dayanıklı olmasının sağlanması gibi faaliyetlerle söz konusu tehlikelerin afetlere dönüşmesi engellenebilmektedir (Uluslararası Kızılhaç ve Kızılay Dernekleri Federasyonu [IFRC], t.y.-a). Bu nedenle tehlikeler olumsuz sonuçlar doğurabilecek olası durumlar olarak tanımlanırken risk ise tehlikenin hasar görebilirlik düzeylerine bağlı olarak verebileceği zararları ifade etmektedir (Varol ve Gültekin, 2016). Toplumun hasar görebilirlik oranının yüksek olması ve tehlikeyle baş etme kapasitesinin düşük olması tehlikenin afete dönüşme olasılığını artırmaktadır (Kibar, 2019). Toplumun koruyucu ve önleyici hazırlık davranışlarını gerçekleştirme düzeyi de afetin büyüklüğüne etki eden faktörlerden biridir (Kadioğlu, 2008). Doğa kaynaklı tehlikelerin olumsuz sonuçlarının azaltılması amacıyla gerçekleştirilmesi önerilen hazırlık davranışları farklı kuruluşlar tarafından yapı, planlama ve afet gereçleri ile ilgili olmak üzere başlıklar altında belirtilmiştir. Yapı güvenliğini kontrol ettirmek, deprem sigortası satın almak, aile acil durum planı belirlemek, hayat üçgeni oluşturulabilecek yerleri belirlemek, afet ve acil durum çantasına sahip olmak ve evde yangın tüpü bulundurmak gibi hazırlık davranışları önerilen depreme hazırlık davranışlarından bazılarıdır (Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı [AFAD], t.y.; Arama Kurtarma Derneği [AKUT], t.y.; Federal Emergency Management Agency [FEMA], 2017; IFRC, t.y.-b; Türkiye Büyük Millet Meclisi Destek Hizmetleri Başkanlığı, t.y.). Fakat Türkiye ve dünyada yürütülen birçok çalışmada veri toplanan örneklemelerin depreme hazırlık düzeyleri düşük bulunmuştur (İnal ve diğerleri 2012; Karancı ve diğerleri, 2005; Kasapoğlu ve Ecevit, 2003; Kohn ve diğerleri, 2012; Ong ve diğerleri, 2021; Rostami-Moez ve diğerleri, 2020; Whetzel ve diğerleri, 2013).

Sağlık İnanç Modeli (SİM), Hochbaum (1958) ve Rosenstock (1960) tarafından yürütülen, X-ray görüntülemeye katılan ve katılmayan bireylerin inançları arasındaki farkların incelendiği çalışmalara dayanan sağlık psikolojisi modelidir. Model başlangıçta, algılanan duyarlık, algılanan ciddiyet, algılanan yararlar ve algılanan engeller olmak üzere dört ana bileşene sahiptir. Bu dört ana bileşenin yanında eylem ipuçları yapısı ise davranışı tetikleme işlevi görmektedir. Model yapılarından algılanan duyarlık bireyin hastalığa veya tehlikeye yatkınlık algısını, algılanan ciddiyet bireyin hastalık veya tehlikenin sonuçlarına yönelik ciddiyet algısını, algılanan yararlar davranışın olumlu sonuçlarına yönelik inançları, algılanan

engeller birey için davranışı gerçekleştirme önündeki engellere ve davranışın olumsuz sonuçlarına yönelik inançları, eylem ipuçları yapısı ise davranışı tetikleyebilecek içsel ve dışsal uyaranları ifade etmektedir. Daha sonra modele, Maiman ve diğerleri (1977) tarafından bireyin sağlıklı olma durumuna atfettiği değeri ifade eden sağlık motivasyonu yapısının; Rosenstock ve diğerleri (1988) tarafından ise kişinin eylemi gerçekleştirebileceğine dair inancını ifade eden öz etkinlik yapısının eklenmesi önerilmiştir. Ayrıca SİM'e göre yaş, cinsiyet ve bilgi düzeyi gibi faktörler bireysel inançları etkileyen düzenleyici faktörlerdir (Skinner ve diğerleri, 2015). SİM yapıları ve yapılar arası ilişkiler Şekil 1'de sunulmuştur.



Şekil 1.

### Sağlık İnanç Modeli

Afete hazırlık literatürü incelendiğinde SİM'in birçok çalışmada temel alındığı görülmektedir. Fakat bu çalışmaların büyük bölümü biyolojik ve doğa kaynaklı afetlerden biri olan salgın konusunda yürütülmüştür (Ejeta ve diğerleri, 2015; Fabry ve diğerleri, 2011; Jose ve diğerleri, 2021; Shmueli ve diğerleri, 2021; Teitler-Regev ve diğerleri, 2011; Yang, 2015). Bu nedenle ani gelişen doğa kaynaklı afetlerden biri olan depreme hazırlık konusunda yürütülen mevcut çalışmanın bulgularının, literatürdeki afete hazırlık çalışmalarının büyük bölümünün bulgularından farklılaşabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Literatürde SİM temel alınarak ani gelişen doğa kaynaklı tehlikelere yönelik hazırlık davranışları konusunda yürütülen çalışmalar incelendiğinde ise az sayıda çalışmaya rastlanmaktadır (Amini ve diğerleri, 2021; Ejeta ve diğerleri, 2016; Rostami-Moez ve diğerleri, 2020). Etiyopya toplumunun taşkın tehlikesine yönelik inançlarının incelendiği bir çalışmada algılanan tehdit, algılanan yararlar, algılanan engeller ve eylem ipuçları davranış bakımından önemli faktörler olarak bulunmuştur (Ejeta ve diğerleri, 2016). İran toplumunda bir dizi depreme hazırlık



davranışına yönelik inançların incelendiği başka bir çalışmada ise algılanan yararlar, öz etkinlik ve eylem ipuçları yapılarının davranışı anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (Rostami-Moez ve diğerleri, 2020). Bir dizi depreme hazırlık davranışının artırılmasına yönelik İran'da yürütülen bir müdahale çalışması sonucunda ise uygulanan müdahale programının eylem ipuçları haricindeki tüm SİM yapıları ve hazırlık davranışı düzeyi bakımından etkili olduğu görülmüştür (Amini ve diğerleri, 2021).

Farklı toplumlarda depreme hazırlık davranışlarına yönelik inançlar SİM temelli çalışılsa da Türkiye toplumunda SİM temel alınarak depreme hazırlık davranışlarının incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yanı sıra, depreme hazırlık davranışları bakımından SİM yapılarına yönelik Türkçe ölçüm aracı bulunmamaktadır. Bu nedenle çalışmanın amacı, depreme hazırlık davranışlarına yönelik inançların SİM çerçevesinde çalışılmasına olanak sağlayacak bir ölçüm aracının geliştirilmesidir.

## Yöntem

### Örneklem Özellikleri

Çalışmanın ilk aşaması kapsamında Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden 18-67 yaşları arası 176 katılımcıdan veri toplanmıştır. Yaş ortalaması  $33,10 \pm 11,37$  olarak hesaplanan ilk aşama örnekleminin betimsel özellikleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1.

#### Madde Analizi ve Faktör Analizi Örneklemine Betimsel Analiz Bulguları

Değişken	Kategori	N	%
Yaş	18-27	81	46
	28-37	45	25,6
	38-47	23	13,1
	48-57	17	9,6
	58-67	10	5,7
Cinsiyet	Kadın	114	64,8
	Erkek	60	34,1
Eğitim Seviyesi	Belirtmek istemeyenler	2	1,1
	İlkokul mezunu	17	9,7
	Ortaokul mezunu	7	4
	Lise mezunu	46	26,1
	Üniversite mezunu	82	46,6
Gelir Düzeyi*	Yüksek lisans mezunu	22	12,5
	Doktora mezunu	2	1,1
	Düşük	28	15,9
	Orta-alt	99	56,3
	Orta-üst	38	21,6
İkamet Edilen İl	Yüksek	11	6,3
	İstanbul	106	60,3
	Diğer	70	39,7

\* Gelir düzeyi kategorileri ilk 82 katılımcıdan veri toplarken düşük=0-2.500 TL, orta-alt=2.500 TL-8.200 TL, orta-üst=8.200 TL-15.000 TL, yüksek=15.000 TL ve üzeri iken sonraki 70 katılımcıdan veri toplarken ülkedeki asgari ücretin değişmesi göz önünde bulundurularak düşük=0-4.500 TL, orta-alt=4.500 TL-12.000 TL, orta-üst=12.000 TL-20.000 TL, yüksek=20.000 TL ve üzeri olarak güncellenmiştir.

Çalışmanın ikinci aşamasında ise tamamı İstanbul'da ikamet eden 18-62 yaşları arası 577 katılımcıdan veri toplanmıştır. Yaş ortalaması  $28,34 \pm 8,85$  olarak hesaplanan ikinci aşama örnekleminin betimsel özellikleri Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2.

*Doğrulayıcı Faktör Analizi Örnekleminin Betimsel Özellikleri*

Değişken	Kategori	N	%
Yaş	18-25	303	52,5
	26-35	163	28,3
	36-50	91	15,7
	51-65	20	3,5
Cinsiyet	Kadın	424	73,5
	Erkek	150	26
Eğitim seviyesi	Belirtmek istemiyorum	3	0,5
	Lise mezunu	187	32,4
	Üniversite mezunu	300	52
	Yüksek lisans mezunu	80	13,9
	Doktora mezunu	10	1,7
Gelir düzeyi	Düşük (0 – 4.500 TL)	89	15,4
	Düşük-orta (4.500 TL – 12.000 TL)	264	45,8
	Orta-yüksek (12.000 TL – 20.000 TL)	148	25,6
	Yüksek (20.000 TL ve üzeri)	76	13,2

Faktör analizi ile ilgili literatürde, açıklayıcı faktör analizinin yürütülmesi için ölçekteki madde sayısının 10 katı kadar katılımcıdan oluşan örneklemin yeterli olduğu ifade edilmektedir (Büyüköztürk, 2002). Doğrulayıcı faktör analizinde ise 300'den büyük örneklemelerin yeterli örneklem olarak kabul edildiği görülmektedir (Kline, 2019). Ayrıca Hair ve diğerleri (2010) tarafından, modelin karmaşıklığı ve ölçüm özellikleri bakımından mevcut çalışmada test edilen modele benzer modellerde örneklem büyüklüğünün en az 500 olması gerektiği belirtilmiştir. Özetle, mevcut çalışmada analizlerin yürütüldüğü her iki örneklemin de gerçekleştirilen analizler için yeterli örneklem büyüklüklerine sahip olduğu sonucuna varılmıştır.

**Ölçüm Araçları**

Veri toplama araçları olarak Sosyodemografik ve Depreme İlişkin Bilgiler Formu, SİM temel alınarak geliştirilen ve mevcut çalışma kapsamında geçerlik ve güvenilirliği test edilen Depreme Hazırlık İnançları Ölçeği (DHİÖ) (Ek-1) ve farklı bir sağlık psikolojisi kuramı olan Planlı Davranış Kuramı'nı (Ajzen, 1985; 1991) temel alarak depreme hazırlığa yönelik tutum ve inançları ölçen Depreme Hazırlık Tutum ve İnançları Ölçeği (Ek-2) (Demir, 2023) kullanılmıştır. Depreme Hazırlık Tutum ve İnançları Ölçeği kapsamında Planlı Davranış Kuramı'nın, bireyin davranışa yönelik değerlendirmelerini içeren tutumlar, birey için önemli olan kişilerin davranışı onaylama ve gerçekleştirme düzeylerini ifade eden öznel normlar, bireyin engellere rağmen davranışı gerçekleştirebileceği yönündeki inancını ifade eden

algılanan davranışsal kontrol ve kişinin davranışı belli bir süre içerisinde gerçekleştirme isteği ya da olasılığı olarak tanımlanan niyet yapılarına yönelik ölçümler alınmıştır (Fishbein ve Ajzen, 2010).

Mevcut çalışma kapsamında geliştirilen DHİÖ'de tüm yapılar ikişer madde ile ölçülmüştür. Bu durumun en önemli nedeni, mevcut çalışma öncesinde gerçekleştirilen pilot çalışmada İnal ve diğerleri (2018) tarafından geliştirilen ve 31 maddeden oluşan Genel Afete Hazırlık İnançları Ölçeği'ne yönelik olumsuz geri bildirimlerdir. Söz konusu geri bildirimler, ölçeğin birbirine benzeyen birçok madde içerdiği ve uzun olduğu yönündedir. Pilot çalışmada gerçekleştirilen madde analizinde ise ölçeğin sekiz maddesinin madde-toplam korelasyonunun .20 altında olduğu ve 15 maddesinin ölçekten çıkarıldığı durumda Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısının artacağı görülmüştür. Ayrıca bu konudaki literatürde, her bir faktörün iki maddeyle ölçülmesinin psikometrik özelliklerde belirgin kötüleşmeye neden olmadığını ve katılımı artırması sayesinde örneklem büyüklüğüne katkı sağladığını (Moran ve diğerleri, 2001); her bir faktörün daha fazla maddeyle ölçüldüğü versiyonlar ile iki madde ile ölçüldüğü versiyonun benzer psikometrik özelliklere sahip olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Cheung ve diğerleri, 2020). Pilot çalışma sonuçları ve literatür bulguları göz önünde bulundurularak her bir faktörün iki maddeyle ölçüldüğü bir ölçeğin geliştirilmesine karar verilmiştir.

## İşlemler

Çalışmanın ilk aşamasında, Sağlık İnanç Modeli yapıları olan algılanan ciddiyet, algılanan duyarlık, algılanan yararlar, algılanan engeller, öz etkinlik, sağlık motivasyonu ve eylem ipuçları yapılarını ölçmeyi hedefleyen ve başlangıçta 14 maddeden oluşan DHİÖ'nün madde analizi ve açımlayıcı faktör analizinin yürütülmesi amaçlanmıştır. İkinci aşamanın amacı ise farklı bir örneklemden toplanan verilerle ilk aşamada elde edilen faktör yapısının doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmesi ve DHİÖ'nün yakınsak geçerlik sınavasının gerçekleştirilmesidir.

Veri toplama aşamasına geçilmeden önce İstanbul Üniversitesi Etik Kurulu'ndan 29.04.2021 tarihli ve 191145 sayılı etik kurul onayı alınmıştır. Daha sonra çalışmanın amaçları doğrultusunda ilk aşamada 11.11.2021 – 07.01.2022 tarihleri arasında Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden yetişkin bireylerden, ikinci aşamada ise 08.01.2022 – 24.08.2022 tarihleri arasında İstanbul'da ikamet eden yetişkin bireylerden veri toplanmıştır. Google Forms üzerinden çevrimiçi olarak elde edilen verilerle öncelikle örneklemelerin betimsel özellikleri incelenmiş; daha sonra çalışmanın ilk aşaması kapsamında madde analizi ve açımlayıcı faktör analizi; ikinci aşaması kapsamında ise doğrulayıcı faktör analizi ve Pearson korelasyon analizi yürütülmüştür.

## Analizler

Ölçeğin yapı geçerliğini test etmek amacıyla madde analizi, açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi yürütülmüştür. Yanı sıra, yapı geçerliğinin bir alt türü olan yakınsak geçerliğin test edilmesi amacıyla DHİÖ toplam puanları ile Depreme Hazırlık Tutum ve İnançları Ölçeği toplam puanları arası korelasyon katsayıları incelenmiştir. Ölçeğin güvenilirliğinin test edilmesi içinse Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır.

Kline'a (2019) göre, yapısal eşitlik modellemesi (YEM) kullanılarak yürütülen analizlerde geleneksel tekniklerle yürütülen analizlere kıyasla daha iyi etki büyüklüğü tahminleri elde edilmektedir. Ayrıca açımlayıcı faktör analizinde bir göstergeye ait varyansın başka herhangi bir gösterge ile paylaşılmadığı varsayılırken YEM kullanılarak yürütülen faktör analizinde varyansın diğer göstergelerle paylaşılıp paylaşılmadığının hesaplanmasına izin verilmektedir. Bu nedenle, YEM'in bahsi geçen avantajları göz önünde bulundurularak açımlayıcı faktör analizi sonucu elde edilen faktör yapısı, farklı bir örnekleme doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanmalıdır (Kline, 2019). Mevcut çalışmada da açımlayıcı faktör analizi sonucu elde edilen faktör yapısı farklı bir örnekleme doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir. Bu sayede mevcut çalışmanın, sağlık inanç modeline dayalı DHİÖ'nün faktör yapısına yönelik daha güçlü kanıtlar sunduğu düşünülmektedir.

Çalışma kapsamında Cronbach Alfa iç tutarlık katsayılarının hesaplanmasında IBM SPSS 25 kullanılmıştır. Ayrıca, Pearson korelasyon analizi, madde analizi ve açımlayıcı faktör analizi IBM SPSS 25 ile; yapısal eşitlik modellemesi kullanılarak gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizi ise AMOS 24 ile yürütülmüştür.

## Bulgular

### İlk Aşama Analizlerinin Bulguları

Yürütülen madde analizi bulgularına göre ölçeğe algılanan ciddiyet yapısını ölçmesi amacıyla eklenen dördüncü maddenin (*Önümüzdeki bir yıl içinde deprem olsa bile hayatımın aynı şekilde devam edeceğini düşünüyorum*) madde-toplam korelasyonu değeri .07 olarak, dördüncü madde haricindeki diğer maddelerin madde-toplam korelasyonu değerleri ise .27 ile .65 arasında hesaplanmıştır. Bu nedenle dördüncü madde haricindeki sekiz madde sonraki aşamada açımlayıcı faktör analizine dahil edilmiştir.

Temel Bileşenler Boyutlandırması (Principle Component) ve Direct Oblimin döndürmesinin kullanıldığı açımlayıcı faktör analizi bulgularına göre özdeğeri birin üzerinde olan beş faktörlü bir yapı elde edilmiştir ( $KMO = .73$ ;  $Bartlett_{(78)} = 812,75$ ,  $p < .001$ ). Açımlayıcı faktör analizi sonrasında elde edilen faktörler *algılanan tehdit*, *algılanan yararlar*, *algılanan engeller*, *sağlık motivasyonu* ve *eylem ip uçları* olarak isimlendirilmiştir. Söz konusu beş

faktör toplam varyansın %72'sini açıklamaktadır. Ölçekte öz etkinlik yapısını ölçmesi hedeflenen 11. madde (*Depremden önce alınması gereken önlemleri alabilirim*) ve 12. madde (*Depreme hazırlık davranışlarını gerçekleştirebileceğimi düşünüyorum*) aynı anda öz etkinlik inancı, sağlık motivasyonu ve eylem ipuçları faktörlerine yüklendikleri için ölçekten çıkarılmıştır. Toplamda 13 madde ile yürütülen açımlayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen faktör yükleri Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3.

*DHIÖ Açımlayıcı Faktör Analizi Sonucu Elde Edilen Faktör Yükleri*

	<b>1.Faktör (Sağlık motivasyonu)</b>	<b>2.Faktör (Algılanan tehdit)</b>	<b>3.Faktör (Algılanan engeller)</b>	<b>4.Faktör (Eylem ipuçları)</b>	<b>5.Faktör (Algılanan yararlar)</b>
dhiö1		.74			
dhiö2		.93			
dhiö3		.73			
dhiö5	.44				.60
dhiö6					.92
dhiö7			.76		
dhiö8			.89		
dhiö9				.89	
dhiö10				.84	
dhiö11	.38		.32	.39	
dhiö12	.50		.20	.40	
dhiö13	.86				
dhiö14	.86				

Açımlayıcı faktör analizi bulgularını özetlemek gerekirse; öz etkinlik yapısını ölçmesi hedeflenen maddeler ölçekten çıkarılırken algılanan ciddiyet ve algılanan duyarlık maddeleri tek faktörde toplanarak algılanan tehdit yapısını oluşturmuş, diğer maddeler ise beklendiği şekilde faktör yapısı göstermiştir. Literatürde algılanan ciddiyet ve algılanan duyarlık yapılarının ayrı olarak ele alındığı çalışmalara ek olarak birlikte ele alındığı çalışmalara da rastlanmaktadır (Gözüm ve Çapık, 2014). Bu nedenle aynı faktöre yüklenen algılanan ciddiyet ve algılanan duyarlık maddeleri ölçekten çıkarılmamıştır. Madde analizi ve açımlayıcı faktör analizi bulgularına dayanarak bahsi geçen nedenlerle üç maddenin ölçekten çıkarılması sonrasında toplamda 11 maddeden oluşan DHIÖ'nün Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .70 olarak hesaplanmıştır. DHIÖ'nün faktör analizi bulguları ve her bir faktörün Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4.

*DHIÖ Madde Analizi, Faktör Analizi ve Güvenirlilik Analizi Bulguları*

Faktör	Cronbach alfa	AV%	Madde	OV	FY	MTK
<i>Tüm ölçek için; Cronbach alfa=.70, Açıklanan Varyans=%72, Toplam Özdeğer=4.09</i>						
1. Sağlık Motivasyonu	.78	31.5	13. Hiçbir şey sağlığımdan önemli değildir.	.72	.86	.39
			14. Canımı/hayatımı korumak için ne gerekiyorsa yaparım.	.73	.86	.38
2. Algılanan Tehdit	.73	12.7	1. Önümüzdeki bir yıl içinde deprem yaşama ihtimalim yüksektir.	.68	.74	.50
			2. İkamet ettiğim ilde, önümüzdeki bir yıl içinde şiddetli bir deprem olacağını düşünüyorum.	.80	.93	.30
			3. Önümüzdeki bir yıl içinde gerçekleşecek bir deprem ağır yaralanmalara ve can kayıplarına neden olabilir.	.56	.73	.33
3. Algılanan Engeller	.59	10.6	7. Depreme hazırlık yapabilmek için gerekli maddi gücüm yok.	.66	.76	.33
			8. Depremden önce alınması gereken önlemleri anlamakta zorlanıyorum.	.76	.89	.29
4. Eylem İpuçları	.76	9.2	9. Deprem konusunda uzman olan insanlar, beni depreme hazırlıklı olma konusunda harekete geçirirler.	.80	.89	.48
			10. Depremle ilgili kamu spotları, beni depreme hazırlık yapmaya teşvik eder.	.70	.84	.43
5. Algılanan Yararlar	.53	8.2	5. Depremden önce gerekli önlemleri almak, depremin olumsuz sonuçlarını en aza indirir.	.71	.60	.48
			6. Deprem için ne önlem alırsam alayım depremin olumsuz sonuçlarını azaltamam.	.84	.92	.27

AV%: Açıklanan Varyans Yüzdesi, FY: Faktör yükü, OV: Ortak varyans değeri, MTK: Madde-Toplam korelasyonu değeri; 6. 7. ve 8. maddeler ters çevrilmiştir.

Son olarak açımlayıcı faktör analizi bulguları sonucu elde edilen faktörlerin toplam puanları ve ölçek toplam puanı arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. Algılanan engeller dışında ölçekte yer alan tüm maddeler hem diğer faktörlerle hem de ölçek toplam puanıyla anlamlı ilişkiler göstermektedir ( $p < .05$ ). Ayrıca algılanan engeller yapısının algılanan tehdit ve sağlık motivasyonu dışındaki tüm faktörlerle anlamlı ilişkilere sahip olduğu görülmektedir ( $p < .05$ ). Söz konusu Pearson korelasyon katsayıları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5.

*DHIÖ Alt Faktörlerin Kendi Aralarındaki ve Toplam Puanla Olan İlişkilerine Dair Pearson Korelasyon Katsayıları*

	1	2	3	4	5	6
1. Sağlık Motivasyonu	-					
2. Algılanan Tehdit	.21**	-				
3. Algılanan Engel	.11	.09	-			
4. Eylem İpuçları	.26**	.20**	.21**	-		
5. Algılanan Yarar	.25**	.21**	.21**	.23**	-	
6. DHIÖ Toplam Puan	.51**	.62**	.56**	.65**	.61**	-

\*\* $p < .01$

## İkinci Aşama Bulguları

Çalışmanın ikinci aşamasında madde analizi ve açımlayıcı faktör analizi sonucu elde edilen faktör yapısı yapısal eşitlik modellemesi kullanılarak yürütülen doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur. Bu sayede, açımlayıcı faktör analizi sonrası elde edilen faktör yapısı farklı bir örneklemede test edilmiştir. DHİÖ'nün doğrulayıcı faktör analizine algılanan tehdit, algılanan yararlar, algılanan engeller, eylem ipuçları ve sağlık motivasyonu olmak üzere beş örtük değişken; algılanan tehdit için üç, diğer örtük değişkenler için ikişer olmak üzere 11 gözlenen değişken dahil edilmiştir.

Yürütülen doğrulayıcı faktör analizi sonrasında öncelikle modelin uyum iyiliği değerleri incelenmiştir. DHİÖ'nün doğrulayıcı faktör analizi modeline ait uyum iyiliği değerleri Tablo 6'da sunulmuştur.

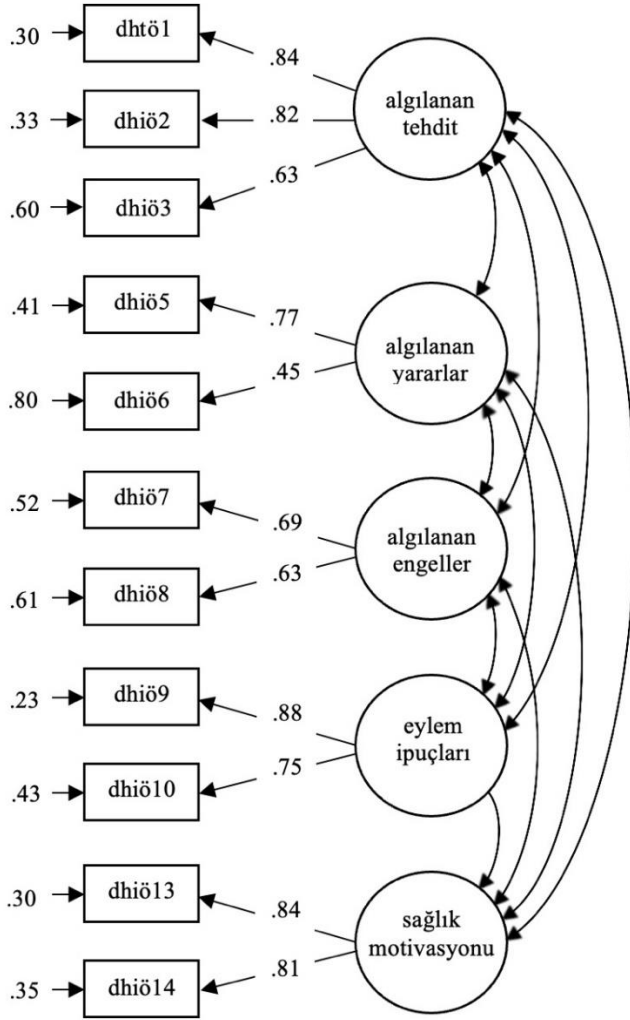
Tablo 6.

### DHİÖ'nün Doğrulayıcı Faktör Analizi Modeline İlişkin Uyum İyiliği Değerleri

Uyum İyiliği Değeri	Değer	İyi Uyum	Kabul edilebilir uyum
$\chi^2$	108,561		
sd	34		
$p$	<.001		
$\chi^2/sd$	3,193	$0 \leq \chi^2/sd \leq 2$	$2 \leq \chi^2/sd \leq 5$
RMSEA	.062	$0 < RMSEA < .05$	$.05 < RMSEA < .08$
SRMR	.049	$0 < SRMR < .05$	$.05 < RMSEA < .08$
CFI	.958	$.95 < CFI < 1$	$.90 < CFI < .95$
GFI	.968	$.95 < GFI < 1$	$.90 < GFI < .95$
AGFI	.938	$.90 < AGFI < 1$	$.85 < AGFI < .90$

$\chi^2$ : Ki kare değeri, sd: serbestlik derecesi, RMSEA: Root Mean Square Error of Approximation, SRMR: Standardized Root Mean Square Residual, CFI: Comparative Fit Index, GFI: Goodness of Fit Index, AGFI: Adjusted Goodness of Fit Index

Uyum iyiliği değerleri incelendiğinde, Ki kare ( $\chi^2$ ) testinin anlamlılık düzeyinin .05'ten küçük olduğu,  $\chi^2/sd$  ve RMSEA (RMSEA %90 güven aralığı değerleri arası fark=.026) değerlerinin kabul edilebilir uyum aralığında; SRMR, CFI, GFI ve AGFI değerlerinin ise iyi uyum aralığında olduğu görülmektedir. Ek olarak aynı örtük değişkenin gözlenen değişkenleri arasında herhangi bir modifikasyon önerisi bulunmamaktadır. Sonraki aşamada modeldeki örtük ve gözlenen değişkenler arası regresyon katsayıları incelenmiş ve örtük değişkenler ile gözlenen değişkenler arası tüm yolların anlamlı regresyon katsayılarına sahip olduğu görülmüştür. DHİÖ'nün doğrulayıcı faktör analizi sonucu elde edilen örtük ve gözlenen değişkenler arası standardize edilmiş regresyon ağırlıkları ile her bir gözlenen değişkene ait hata varyansları Şekil 2'de sunulmuştur.



Şekil 2.

### Doğrulayıcı Faktör Analizi Modelindeki Standardize Edilmiş Regresyon Katsayıları ve Hata Varyansları

Not. Gözlenen değişkenlerin isimleri ölçekteki madde numarasını ifade etmektedir. Örn., dhio8, DHİÖ'nün sekizinci maddesidir. Örtük ve gözlenen değişkenler arasındaki değerler standardize edilmiş regresyon katsayılarını, her bir gözlenen değişkenin solundaki değerler ise hata varyanslarını ifade etmektedir.

Son olarak, ölçeğin yakınsak geçerliğini test etmek amacıyla yürütülen Pearson korelasyon analizi bulguları aktarılacaktır. Toplamda 577 katılımcıdan elde edilen verilerle yürütülen Pearson korelasyon analizi bulgularına göre, DHİÖ ile Depreme Hazırlık Tutum ve İnançları toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ( $r = .59, p < .01$ ).



## Tartışma

Yürütülen madde analizi bulgularına göre ölçekte algılanan ciddiyet yapısını ölçmesi hedeflenen üçüncü madde haricindeki tüm maddelerin yeterli madde-toplam korelasyonu değerlerine sahip olduğu görülmektedir (Field, 2018; George ve Mallery, 2019). Açımlayıcı faktör analizinde ise algılanan tehdit, algılanan yararlar, algılanan engeller, eylem ipuçları ve sağlık motivasyonu olmak üzere beş faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ölçekte öz etkinlik inancını ölçmesi hedeflenen 11. ve 12. maddeler çift yüklenme nedeniyle ölçekten çıkarılmıştır. Diğer maddelerin tamamının .30 ve üzeri faktör yüklerine sahip olması nedeniyle ölçek maddelerinin .30 ve üzeri faktör yüküne sahip olması şartının karşılandığı görülmektedir (Field, 2018). Ayrıca ölçeğin tamamının, varyansın %72'sini açıklaması nedeniyle açıklanan varyansın en az %60 olması şartı karşılanmaktadır (Hair ve diğerleri, 2010). Ölçeğin 11 madde ve beş faktörden oluşan son hali incelendiğinde algılanan tehdit, eylem ipuçları, sağlık motivasyonu ve ölçeğin tamamı için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayılarının, literatürde yaygın olarak kabul edilen .70 eşik değerinin üzerinde olduğu görülmektedir (Field, 2018). Fakat algılanan yararlar ve algılanan engeller faktörlerinin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı değerleri .70'in altındadır. Bu nedenle, sonraki bölümde söz konusu iki faktörün nispeten düşük olan Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı değerleriyle ilgili tartışılacaktır.

Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısını ele alan çalışmalarda .70'in mutlak eşik değer olmadığı, duruma göre farklı eşik değerlerin belirlenebileceği belirtilmektedir (Schmitt, 1996). Örneğin ölçek geliştirme gibi keşifsel çalışmalarda Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı değerinin .50 ve üzeri değerlere sahip olmasının yeterli olduğunu ileri süren çalışmalar mevcuttur (George ve Mallery, 2019; Kılıç, 2016). Yanı sıra Özdamar (2017) tarafından, sosyal bilimlerde Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı değeri .40'tan küçük ise söz konusu ölçek "güvenilir değil", .40 ile .50 arasında ise "düşük derecede güvenilir" ve .50 ile .60 arasında ise "orta derecede güvenilir" olarak nitelendirilmektedir. Dahası, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı bakımından eşik değerlerinin belirlenmemesi gerektiğini savunan çalışmalar da mevcuttur (Cho ve Kim, 2015). Ayrıca, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı bakımından önemli faktörlerden biri de madde sayısıdır. Literatürde yer alan çalışmalarda, her bir faktörün iki veya üç maddeyle ölçüldüğü durumda daha fazla maddeyle ölçüldüğü duruma kıyasla daha düşük Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı değerleri elde edildiği görülmektedir (Kılıç, 2016; Tavakol ve Dennick, 2011). Ancak Field'a (2018) göre ölçekteki madde sayısını artırarak Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı değerini yükseltmek mümkün olsa da bu durum ölçeğin daha güvenilir olduğu anlamına gelmemektedir. Örneğin maddeler arası ortalama korelasyon değeri .57 olan üç maddelik bir ölçek ile maddeler arası ortalama korelasyon değeri .28 olan 10 maddelik ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları eşit olabilmektedir. Dolayısıyla ilgili faktörü ölçmek için

benzer maddeler eklenerek madde sayısının artırılması yoluyla Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısının yüksek bulunması ölçeğin daha güvenilir olduğunu göstermemektedir (Field, 2018). Ancak sağlık motivasyonu ve eylem ipuçları yapılarının da ikişer maddeyle ölçülmesine rağmen nispeten daha iyi Cronbach Alfa iç tutarlık katsayılarına sahip olmaları, algılanan engeller ve algılanan yararlar yapılarına özgü etmenleri düşündürmektedir. Öncelikle algılanan engeller yapısının, çalışma öncesinde gerçekleştirilen pilot çalışmaya dayanarak spesifik olarak maddi gücün olmaması ve anlamakta zorlanma yönündeki iki farklı engeli ölçtüğü görülmektedir. Dolayısıyla, katılımcıların iki maddeye verdikleri yanıtların farklılaşabileceği ve bu durumun da Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısının olumsuz olarak etkilemiş olabileceği düşünülmektedir. Algılanan yararlar yapısı ise algılanan engellerin aksine depremin olumsuz sonuçlarını en aza indirmeyi ve azaltmayı içeren daha genel ifadelerle ölçülmüştür. Ancak bu durumda da katılımcılar için “en aza indirmek” ve “azaltmak” ifadelerinin farklı anlamlar taşıyabileceği düşünülmüştür. Bir örnekle kabaca ifade etmek gerekirse, katılımcılar için depreme hazırlık davranışları depremin olumsuz sonuçlarını azaltmasına rağmen en aza indirmiyorsa söz konusu iki soruya verilen yanıtların farklılaşması muhtemeldir. Bu nedenle, bahsedilen durumun Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısına olası etkisi de göz ardı edilmemelidir.

Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısının eşik değeri, madde sayısının Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısına etkisi ile ilgili meseleler, yapıların ölçümüne özgü durumlar ve yapıların sağlık inanç modelindeki kuramsal önemi birlikte değerlendirildiğinde, .53 ve .59 Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı değerlerine sahip olan algılanan yararlar ve algılanan engeller yapılarının ölçekten çıkarılmamasına ve doğrulayıcı faktör analizine dahil edilmesine karar verilmiştir.

Ölçekte yer alan faktörler arası ilişkilere yönelik bulgular, depreme hazırlık davranışlarına yönelik inançları içeren ölçek yapılarının teorik olarak ilişki göstereceği varsayımını desteklemekte ve açıklayıcı faktör analizinde yapılar arası ilişki olduğu durumda elverişli olan direkt oblimin döndürmesinin kullanılması kararını doğrulamaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Yanı sıra, güç bakımından incelendiğinde tüm korelasyon katsayılarının .90 altında olması nedeniyle faktörler arasında herhangi bir çoklu doğrusallığın bulunmadığı sonucuna varılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ancak diğer yapılardan farklı olarak algılanan engeller yapısının, algılanan tehdit ve sağlık motivasyonu ile anlamlı ilişki göstermediği görülmektedir. Bir başka deyişle, bireylerin hazırlık davranışlarına yönelik algıladıkları yararların ve eyleme geçircilerin artması algılanan engellerin azalmasıyla ilişkiliyken algılanan tehdidin ve sağlık motivasyonunun artması algılanan engellerle ilişkili bulunmamıştır. Bu bulguyu, algılanan tehdit ve sağlık motivasyonu artsa da algılanan engellerin azalmadığı şeklinde veya algılanan engeller artsa da algılanan tehdit ve sağlık

motivasyonunun azalmadığı şeklinde yorumlamak mümkündür. SİM'i temel olarak geliştirilen ölçekler incelendiğinde yapılar arasındaki ilişkilerin farklılaştığı görülmektedir. İnal ve diğerleri (2018) tarafından afete hazırlık davranışlarına yönelik inançları ölçmek amacıyla geliştirilen ölçekte algılanan engeller ile diğer yapılar arasında anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür. Ancak Pınar ve diğerleri (2011) tarafından kanser tarama davranışına yönelik inançları ölçmek amacıyla uyarlanan ölçekte ise diğer yapılardan farklı olarak algılanan engellerin hiçbir yapıyla anlamlı ilişki göstermediği bulunmuştur. Söz konusu farklılığın hedeflenen davranış veya örneklem özelliklerinden kaynaklanabileceği gibi ölçümle ilgili olması da olasıdır. Örneğin, söz konusu yapıların ayrı ayrı ele alınmadığı, algılanan yararlarından algılanan engellerin çıkarılmasıyla tek bir yapının elde edildiği çalışmalara rastlanmaktadır (Ejeta ve diğerleri, 2016). Özetle, literatürde yer alan çalışmaların bulgularının SİM yapıları arasındaki ilişkiler bakımından birbirinden farklılaştığı, dolayısıyla mevcut çalışmada algılanan engeller yapısının algılanan tehdit ve sağlık motivasyonu ile anlamlı ilişki göstermemesinin bir soruna işaret etmediği düşünülmüştür.

Mevcut çalışmada ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğinin test edilmesinin amaçlaması nedeniyle çalışma bulguları ölçek yapıları arasındaki ilişkilere dair kısıtlı bilgiler sunmaktadır. Bu nedenle, SİM'in yordayıcı geçerliğine ve yapılar arası ilişkilere dair bilgi edinebilmek için davranışa yönelik inançlara ek olarak davranışın da ölçüldüğü ileri çalışmalara ihtiyaç vardır. Zira, literatürde algılanan engellerin davranışı yordadığını ve yordamadığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Amini ve diğerleri, 2021; Rostami-Moez ve diğerleri, 2020).

Açımlayıcı faktör analizi sonrasında toplam 11 madde ve beş faktörden oluşan faktör yapısını test etmek amacıyla yürütülen doğrulayıcı faktör analizi bulguları öncelikle uyum iyiliği değerleri bakımından değerlendirilmiştir. Analiz bulguları incelendiğinde  $\chi^2$  testinin anlamlılık düzeyi haricindeki tüm uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir ve iyi uyum aralıklarında yer aldığı görülmüştür. Kline'a (2019) göre, YEM'de küçük örneklerde ( $N < 200$ ) ve 200-300 arası katılımcıdan oluşan tipik örneklerde  $\chi^2$  testinin  $p$  değerinin .05'ten küçük olması ciddi bir soruna işaret ederken büyük örneklerde ( $N > 300$ ) söz konusu değer çok daha küçük model-veri uyumsuzluklarından etkilenebilmektedir. Bu nedenle büyük örneklerde  $\chi^2$  testinin  $p$  değerinin .05'ten küçük olması durumunda diğer uyum iyiliği değerleri incelenmelidir. Mevcut çalışmada da doğrulayıcı faktör analizinin yürütüldüğü örneklem 577 katılımcıdan oluşması nedeniyle büyük örneklem kategorisinde yer almaktadır. Bu nedenle doğrulayıcı faktör analizi sonucu ortaya çıkan  $\chi^2$  testinin anlamlılık düzeyiyle ilgili problemin bir model-veri uyumsuzluğuna işaret etmediğine ve diğer uyum iyiliği değerlerinin incelenmesi gerektiğine karar verilmiştir.

Modeldeki tüm örtük ve gözlenen değişkenler arası regresyon katsayılarının anlamlı olduğu görülmektedir. Bu nedenle gözlenen ve örtük değişkenler arası herhangi bir yol

modelden çıkarılmamıştır. Gözlenen ve örtük değişkenler arası standardize edilmiş regresyon katsayıları incelendiğinde tüm standardize edilmiş regresyon katsayılarının .45 ve üzerinde olduğu görülmektedir. Açımlayıcı faktör analizinde en düşük faktör yüküne sahip madde, algılanan yararları ölçen beşinci madde iken doğrulayıcı faktör analizinde ise bu madde .77 gibi yüksek bir değere sahiptir. Benzer şekilde açımlayıcı faktör analizinde oldukça yüksek bir değere sahip olan altıncı madde ise doğrulayıcı faktör analizinde .45 ile en düşük standardize regresyon katsayısına sahiptir. Bu bulgu farklı örneklemelerde yürütülen açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi bulgularının farklılaşabileceğini göstermektedir. Bu nedenle Kline'in (2019) da belirttiği üzere, açımlayıcı faktör analizinde ortaya çıkan faktör yapısının doğrulayıcı faktör analiziyle farklı bir örnekte doğrulanması yönteminin, yalnızca açımlayıcı faktör analizinin yürütüldüğü koşula kıyasla daha güçlü kanıtlar sunduğu düşünülmektedir.

Doğrulayıcı faktör analizi bulguları bir bütün olarak değerlendirildiğinde, beş faktörlü ve toplam 11 maddeden oluşan DHİÖ'nün açımlayıcı faktör analizi sonucu elde edilen faktör yapısının doğrulayıcı faktör analizi örneğinde doğrulandığı görülmektedir.

Son olarak, yakınsak geçerlik sınaması kapsamında yürütülen korelasyon analizi bulguları, DHİÖ ve benzer yapıları ölçen farklı bir ölçek arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Söz konusu iki ölçek arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı ve orta güçte olması nedeniyle DHİÖ'nün yakınsak geçerliğinin sağlandığına kanaat getirilmiştir (Gregory, 2007).

Mevcut çalışma kapsamında gerçekleştirilen analizler, DHİÖ'nün öz etkinlik yapısını içermeyen versiyonunun geçerli ve güvenilir olduğunu gösterse de bu durumun kuramsal olarak tartışılması önem arz etmektedir. Öncelikle öz etkinlik yapısının modelin orijinalinde yer almadığı (Hochbaum, 1958; Rosenstock, 1960), Rosenstock ve diğerleri (1988) tarafından modele eklenmesinin önerildiği görülmektedir. Ancak Skinner ve diğerlerine (2015) göre öz etkinlik yapısının, modelin yordayıcı geçerliğini artırdığına yönelik bir kanıt bulunmamaktadır. Literatürde öz etkinlik yapısının davranışı yordadığını gösteren çalışmalar yer alsa da (Ejeta ve diğerleri, 2015) Jones ve diğerlerine (2014) göre bu bulgular bireysel modellerden ziyade sosyal bilişsel modellere kanıt sağlamaktadır. Bu bulgular göz önünde bulundurularak açımlayıcı faktör analizi sonucunda zayıf psikometrik özelliklere sahip olan öz etkinlik yapısının DHİÖ'den çıkarılmasının kuramsal açıdan uygun olduğuna kanaat getirilmiştir.

Depreme hazırlık davranışlarına yönelik inançları SİM çerçevesinde ölçmeyi hedefleyen DHİÖ'nün geçerlik ve güvenilirlik sınamaları amacıyla yürütülen tüm analizler birlikte değerlendirildiğinde; toplam 11 madde ve algılanan tehdit, algılanan yararlar, algılanan engeller, eylem ipuçları ve sağlık motivasyonu olmak üzere beş faktörden oluşan ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu düşünülmektedir. Ayrıca afete hazırlık davranışlarına yönelik

inançları ölçmek amacıyla daha önce geliştirilmiş tek Türkçe ölçüm aracının İnal ve diğerleri (2018) tarafından geliştirilen Genel Afete Hazırlık İnançları Ölçeği olduğu görülmektedir. Ancak 31 maddeden oluşan söz konusu ölçekte spesifik olarak depreme hazırlık davranışlarına yönelik inançlar değil, genel olarak acil durum ve afetlere yönelik inançlar ölçülmüştür. Hem spesifik olarak depreme hazırlık davranışlarına yönelik inançların ölçülmesi hem de nispeten az sayıda madde içermesi bakımından mevcut çalışma kapsamında geliştirilen DHİÖ'nün, depreme hazırlık davranışlarını konu alan çalışmalarda kullanılması elverişli olacaktır. Bu nedenle, geliştirilen ölçeğin depreme hazırlık davranışlarına yönelik inançları, bu inançların öncüllerini ve inançlar ile davranış arasında aracı role sahip olabilecek değişkenleri içeren çalışmaların yürütülmesine ön ayak olacağı; dolaylı olarak da depremin olumsuz sonuçlarını azaltmayı hedefleyen müdahale çalışmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Nihai olarak ise mevcut çalışmanın, hem depremin can kaybı ve yaralanma gibi olumsuz sonuçlarının azaltılmasına hem de TSSB gibi psikolojik sonuçlarının engellenmesine katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

Çalışma kapsamında katılımcılardan çevrimiçi veri toplama yöntemiyle veri toplanmasının da etkisiyle örnekleme yer alan katılımcıların yaş, cinsiyet ve eğitim seviyesi bakımından belli kategorilerde yoğunlaşması nedeniyle temsil ediciliğin düşmesi araştırmanın kısıtlılıklarından biridir. Öz bildirim dayalı ölçüm alınması da çalışmanın kısıtlılıkları arasındadır. Ayrıca, depreme hazırlık davranışlarının sağlık inanç modeli çerçevesinde incelendiği çalışmaların az sayıda olması nedeniyle çalışma bulgularının tartışılması güçleşmiştir. Bu durumu da çalışmanın kısıtlılıklarından biri olarak değerlendirmek mümkündür. Yanı sıra, uzaksak geçerlik ve test-tekrar test gibi geçerlik ve güvenilirlik yöntemlerinin kullanılmamış olması da çalışmanın kısıtlılıklarındandır. Çalışmanın sonraki çalışmalar için önerileri ise daha fazla katılımcıya ulaşarak temsil edicilik gücü yüksek örneklemlerden veri toplanması ve DHİÖ'nün faktör yapısının söz konusu örneklemlerde sınanmasıdır.

Mevcut çalışmanın söz konusu kısıtlılıklara ek olarak birçok güçlü yanı bulunmaktadır. Öncelikle afete hazırlık davranışları konusunda yürütülen çalışmaların büyük bölümünün herhangi bir sağlık psikolojisi kuram veya modeline dayanmadığı göz önünde bulundurulduğunda, mevcut çalışmanın en güçlü yanı en sık çalışılan sağlık psikolojisi modellerinden biri olan SİM'i temel almasıdır. Yanı sıra, kuram temelli bir ölçüm aracının geliştirilmesi nedeniyle mevcut çalışmanın, sonraki kuram temelli depreme hazırlık çalışmalarına öncülük edeceği düşünülmektedir. Son olarak, DHİÖ'nün geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin farklı örneklemlerde ve farklı tekniklerle yürütülmesi de çalışma bulgularının gücünü artırması nedeniyle çalışmanın güçlü yanlarından biri olarak değerlendirilmektedir.

---

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Yazarlar eşit oranda katkıda bulunmuştur.

**Çıkar Çatışması Beyanı:**

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan etmiştir.

**Finansal Destek Beyanı:**

Yazarlar, bu çalışma için finansal destek alınmadığını beyan etmiştir.

**Etik Kurul Onayı:**

Bu çalışma, İstanbul Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu onayı ile gerçekleştirilmiştir (26.02.2021 tarihli 105694 sayılı karar).

---

### Kaynakça

- Afet ve Acil Durum Başkanlığı [AFAD]. (t.y.). Deprem. 2 Şubat 2022 tarihinde <https://www.afad.gov.tr/afadem/deprem> adresinden erişildi.
- Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. *Action Control*, 11-39. [https://doi.org/10.1007/978-3-642-69746-3\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-642-69746-3_2)
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Altun, F. (2018). Afetlerin ekonomik ve sosyal etkileri: Türkiye örneği üzerinden bir değerlendirme. *Turkish Journal of Social Work Year*, 2(1), 1-15.
- Amini, R., Biglari, F., Khodaveisi, M. ve Tapak, L. (2021). Effect of education based on the health belief model on earthquake preparedness in women. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 52. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2020.101954>
- Amini, R., Biglari, F., Khodaveisi, M. ve Tapak, L. (2021). Effect of education based on the health belief model on earthquake preparedness in women. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 52. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2020.101954>
- Arama Kurtarma Derneği [AKUT]. (t.y.). Deprem öncesinde alınacak önlemler. 1 Şubat 2022 tarihinde <https://afet.akut.org.tr/deprem-oncesinde-alinacak-onlemler-nelerdir/> adresinden erişildi.
- Arcaya, M., Raker, E. J. ve Waters, M. C. (2020). The social consequences of disasters: Individual and community change. *Annual Review of Sociology*. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-121919>
- Büyüköztürk, Ş. (2002). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram ve Uygulamalarda Eğitim Yönetimi* (32), 470-483.
- Cheung, Y. B., Neo, S. H., Yang, G. M., Lee, G. L., Teo, I., Koh, A. R. X., Thumbo, J ve Wee, H. L. (2020). Two valid and reliable short forms of the Singapore caregiver quality of life scale were developed: scqols-10 and scqols-15. *Journal of Clinical Epidemiology*, 121, 101-108. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2020.02.003>
- Cho, E. ve Kim, S. (2015). Cronbach's coefficient alpha: Well known but poorly understood. *Organizational Research Methods*, 18(2), 207-230. <https://doi.org/10.1177/1094428114555994>
- Coppola, D. P. (2015). *Introduction to international disaster management* (Third edition.). Butterworth Heinemann, Elsevier.
- Demir, Ö. (2023). *Bireylerin depreme hazırlık davranışlarına yönelik tutum ve inançlarının sağlık psikolojisi kuramları çerçevesinde incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.
- Ejeta, L. T., Ardalan, A. ve Paton, D. (2015). Application of behavioral theories to disaster and emergency health preparedness: A systematic review. *PLoS Currents Disasters*, 7. <https://doi.org/10.1371/currents.dis.31a8995ced321301466db400f1357829>
- Ejeta, L. T., Ardalan, A., Paton, D. ve Yaseri, M. (2016). Predictors of community preparedness for flood in Dire-Dawa town, Eastern Ethiopia: Applying adapted version of health belief model. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 19, 341-354. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2016.09.005>
- Fabry, P., Gagneur, A. ve Pasquier, J. C. (2011). Determinants of A (H1N1) vaccination: cross sectional study in a population of pregnant women in Quebec. *Vaccine*, 29(9), 1824-1829. <https://doi.org/10.1016/J.VACCINE.2010.12.109>

- Federal Emergency Management Agency [FEMA]. (2017). *Earthquake safety checklist*. [https://www.fema.gov/sites/default/files/2020-07/fema\\_earthquake\\_earthquake-safety-checklist\\_110217.pdf](https://www.fema.gov/sites/default/files/2020-07/fema_earthquake_earthquake-safety-checklist_110217.pdf)
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (5. Basım). Sage Publications Ltd.
- Fishbein, M. ve Ajzen, I. (2010). *Predicting and changing behavior: the reasoned action approach*. New York: Taylor & Francis.
- George, D. ve Mallery, P. (2019). *IBM SPSS Statistics step by step* (15. Basım). New York: Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4324/9780429056765>
- Gözüm, S. ve Çapık, C. (2014). Sağlık davranışlarının geliştirilmesinde bir rehber: Sağlık inanç modeli. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 7(3), 230-237.
- Gregory, R. J. (2007). *Psychology testing: History, principles, and applications* (5. Basım.). Allyn & Bacon, Boston.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. ve Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7. Basım). New York: Pearson.
- Hochbaum, G. M. (1958). Public participation in medical screening programs: A socio-psychological study. *Public Health Service Publication*, 572.
- Inal, E., Altıntaş, K. H. ve Dogan, N. (2018). The development of a general disaster preparedness belief scale using the health belief model as a theoretical framework. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 5(1), 146-158. <https://doi.org/10.21449/ijate.366825>
- Inal, E., Kocagöz, S. ve Turan, M. (2012). Basic disaster consciousness and preparation levels. *Türkiye Acil Tıp Dergisi*, 12(1), 15-19. <https://doi.org/10.5505/1304.7361.2012.05658>
- Jones, C. J., Smith, H. ve Llewellyn, C. (2014). Evaluating the effectiveness of health belief model interventions in improving adherence: a systematic review. *Health Psychology Review*, 8(3), 253-269. <https://doi.org/10.1080/17437199.2013.802623>
- Jose, R., Narendran, M., Bindu, A., Beevi, N., L. M. ve Benny, P. V. (2021). Public perception and preparedness for the pandemic COVID 19: A health belief model approach. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 9, 41-46. <https://doi.org/10.1016/J.CEGH.2020.06.009>
- Kadioğlu, M. (2008). Modern, bütünleşik afet yönetiminin temel ilkeleri. İçinde M. Kadioğlu ve E. Özdamar (Edl.), *Afet Zararlarını Azaltmanın Temel İlkeleri* içinde (ss. 1-34). Ankara: JICA Türkiye Ofisi.
- Karancı, A. N. (2008). Afet zararlarını azaltmada psikolojinin önemi. İçinde M. Kadioğlu ve E. Özdamar (Edl.), *Afet Zararlarını Azaltmanın Temel İlkeleri* (1. Basım, ss. 51-58). Ankara: JICA Türkiye Ofisi.
- Karancı, A. N., Akşit, B. ve Dirik, G. (2005). Impact of a community disaster awareness training program in Turkey: Does it influence hazard-related cognitions and preparedness behaviors? *Social Behavior and Personality*, 33(3), 243-258. <https://doi.org/10.2224/sbp.2005.33.3.243>
- Kasapoğlu, A. ve Ecevit, M. (2003). Impact of the 1999 East Marmara earthquake in Turkey. *Population and Environment*, 24(4), 339-358. <https://doi.org/10.1023/A:1022453722574>
- Kasapoğlu, E. (2007). *Depremler ve Türkiye hakkında bilmek istedikleriniz*. TMMOB Jeoloji Mühendisleri Odası.
- Kılıç, S. (2016). Cronbach'ın alfa güvenilirlik katsayısı. *Journal of Mood Disorders*, 6(1), 47-48. <https://app.trdizin.gov.tr/makale/TWpBMO9ESXpNdzo9/cronbach-in-alfa-guvenirlik-katsayisi>



- Kibar, F. A. (2019). *T.C. Sağlık Bakanlığı Sakarya Üniversitesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi çalışanlarının bireysel olarak depreme hazırlık durumlarının ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Kline, R. B. (2019). *Yapısal eşitlik modellemesinin ilkeleri ve uygulaması*. (S. Şen, Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kohn, S., Lipkowitz Eaton, J., Feroz, S., Bainbridge, A. A., Hoolachan, J. ve Barnett, D. J. (2012). Personal disaster preparedness: An integrative review of the literature. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 6(3), 217-231. <https://doi.org/10.1001/dmp.2012.47>
- Kundak, S. ve Kadioğlu, M. (2011). *İlk 72 saat*. İstanbul: T.C. Başbakanlık Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı.
- Maiman, L. A., Becker, M. H., Kirscht, J. P., Haefner, D. P. ve Drachman, R. H. (1977). Scales for measuring health belief model dimensions: A test of predictive value, internal consistency, and relationships among beliefs. *Health Education & Behavior*, 5(3), 215-231. <https://doi.org/10.1177/109019817700500303>
- Moran, L. A., Guyatt, G. ve Norman, G. R. (2001). Establishing the minimal number of items for a responsive, valid, health-related quality of life instrument. *Journal of Clinical Epidemiology*, 54(6), 571-579. [https://doi.org/10.1016/s0895-4356\(00\)00342-5](https://doi.org/10.1016/s0895-4356(00)00342-5)
- Naeem, F., Ayub, M., Masood, K., Gul, H., Khalid, M., Farrukh, A. ve Chaudhry, H. R. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors of PTSD: 18 months after Kashmir earthquake in Pakistan. *Journal of Affective Disorders*, 130(1-2), 268-274. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.10.035>
- Ong, A. K. S., Prasetyo, Y. T., Lagura, F. C., Ramos, R. N., Sigua, K. M., Villas, J. A. ve Redi, A. A. N. P. (2021). Factors affecting intention to prepare for mitigation of “the big one” earthquake in the Philippines: Integrating protection motivation theory and extended theory of planned behavior. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 63, 102467. <https://doi.org/10.1016/J.IJDRR.2021.102467>
- Öcal, A. (2019). Natural disasters in Turkey: Social and economic perspective. *International Journal of Disaster Risk Management*, 1(1), 51-61. <https://doi.org/10.18485/ijdrm.2019.1.1.3>
- Özdamar, K. (2017). *Eğitim, sağlık ve davranış bilimlerinde ölçek ve test geliştirme yapısal eşitlik modellemesi*. Nisan Kitabevi.
- Pınar, G., Öksüz, E., Beder, A. ve Elbaş, N. Ö. (2011). Testis kanseri taramalarında Champion'un sağlık inanç modeli ölçeğinin Türkçe uyarlamasının güvenilirlik ve geçerliliği. *Tıp Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 89-96.
- Priebe, S., Grappasonni, I., Mari, M., Dewey, M., Petrelli, F. ve Costa, A. (2009). Posttraumatic stress disorder six months after an earthquake. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 44(5), 393-397. <https://doi.org/10.1007/s00127-008-0441-y>
- Rosenstock, I. (1960). What research in motivation suggests for public health. *American Journal of Public Health and the Nations Health*, 50(3), 295-302. [https://doi.org/10.2105/AJPH.50.3\\_PT\\_1.295](https://doi.org/10.2105/AJPH.50.3_PT_1.295)
- Rosenstock, I., Strecher, V. J. ve Becker, M. H. (1988). Social learning theory and the health belief model. *Health Education & Behavior*, 15(2), 175-183. <https://doi.org/10.1177/109019818801500203>
- Rostami-Moez, M., Rabiee-Yeganeh, M., Shokouhi, M., Dosti-Irani, A. ve Rezapur-Shahkolai, F. (2020). Earthquake preparedness of households and its predictors based on health belief model. *BMC Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08814-2>
- Sato, H., Techasrivichien, T., Omori, A., Ono-Kihara, M. ve Kihara, M. (2019). Psychosocial consequences among nurses in the affected area of the great east Japan earthquake of 2011 and

- the Fukushima complex disaster a qualitative study. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 13, 519-526. <https://doi.org/10.1017/dmp.2018.100>
- Schmitt, N. (1996). Uses and abuses of coefficient alpha. *American Psychological Association*, 8(4), 350-353. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.8.4.350>
- Shmueli, L. (2021). Predicting intention to receive COVID-19 vaccine among the general population using the health belief model and the theory of planned behavior model. *BMC Public Health*, 21(1), 804. <https://doi.org/10.1186/S12889-021-10816-7/TABLES/4>
- Skinner, C. S., Tiro, J. ve Champion, V. L. (2015). The health belief model. İçinde K. Glanz, B. K. Rimer ve K. Viswanath (Ed.), *Health Behavior: Theory, Research, and Practice* (5. Basım, ss. 75-94). San Francisco: Jossey-Bass/Wiley.
- Tabachnick, B.G. ve Fidell, L.S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6. Basım). Pearson.
- Tavakol, M. ve Dennick, R. (2011). Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education*, 2, 53. <https://doi.org/10.5116/IJME.4DFB.8DFD>
- TBMM Destek Hizmetleri Başkanlığı. (t.y.). *Deprem öncesinde, sırasında ve sonrasında yapılması gerekenler*. [https://www.tbmm.gov.tr/yayinlar/brosurler/deprem\\_onesinde\\_sirasinda\\_sonrasinda\\_yapilmasi\\_gerekenler.pdf](https://www.tbmm.gov.tr/yayinlar/brosurler/deprem_onesinde_sirasinda_sonrasinda_yapilmasi_gerekenler.pdf)
- Teitler-Regev, S., Shahrabani, S. ve Benzion, U. (2011). Factors affecting intention among students to be vaccinated against A/H1N1 influenza: A health belief model approach. *Advances in Preventive Medicine*, 1-8. <https://doi.org/10.4061/2011/353207>
- Uluslararası Afet Veri Tabanı [EM-DAT]. (2022). *EM-DAT: Uluslararası Afet Veri Tabanı*. Brüksel. <https://public.emdat.be/>
- Uluslararası Kızılhaç ve Kızılay Dernekleri Federasyonu [IFRC]. (t.y.-a). What is a disaster? 2 Şubat 2022 tarihinde <https://www.ifrc.org/what-disaster> adresinden erişildi.
- Uluslararası Kızılhaç ve Kızılay Dernekleri Federasyonu [IFRC]. (t.y.-b). Earthquakes. 2 Şubat 2022 tarihinde <https://www.ifrc.org/earthquakes> adresinden erişildi.
- Varol, N. ve Gültekin, T. (2016). Afet antropolojisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1431-1436. <https://doi.org/10.17755/esosder.89650>
- Whetzel, E., Walker-Cillo, G., Chan, G. K. ve Trivett, J. (2013). Emergency nurse perceptions of individual and facility emergency preparedness. *Journal of Emergency Nursing*, 39(1), 46-52. <https://doi.org/10.1016/J.JEN.2011.08.005>
- Yang, Z. J. (2015). Predicting young adults' intentions to get the H1N1 vaccine: an integrated model. *Journal of health communication*, 20(1), 69-79. <https://doi.org/10.1080/10810730.2014.904023>

## **The Validity and Reliability Study of the Beliefs About Earthquake Preparedness Scale (BAEPS) Based on the Health Belief Model**

### **Summary**

Earthquakes are natural hazards that lead to adverse outcomes in Turkey and worldwide. Earthquake preparedness behaviors, such as verifying building safety, establishing a family emergency plan, and assembling an emergency survival kit, can mitigate the severity of an earthquake's consequences. The Health Belief Model (HBM) is a health psychology model that utilizes perceived severity, perceived susceptibility, perceived benefits, perceived barriers, self-efficacy, cues to action, and health motivation to explain health behaviors. This study aims to develop a valid and reliable measurement tool.

This study employed a two-stage design to assess the validity and reliability of a new scale. In the first stage ( $n = 176$ ), we conducted item analysis (IA) and exploratory factor analysis (EFA) to investigate the underlying structure of the scale items. Subsequently, we performed confirmatory factor analysis (CFA) in the second stage ( $n = 577$ ) to confirm the hypothesized structure. We calculated Cronbach's Alpha internal consistency coefficients (CRA) to test the scale's reliability.

The IA identified item 4 for removal due to its low item-total correlation (0.07). The remaining items exhibited correlations ranging from 0.27 to 0.65.

The EFA using the principal component method with direct oblimin rotation yielded five factors. These five constructs, labeled perceived threat, perceived benefits, perceived barriers, cues to action, and health motivation, explained 72% of the total variance in the data. Due to cross-loadings, we removed items 11 and 12, which aimed to measure self-efficacy. Following the removal of three items based on the IA and the EFA findings, CRA was .70. The CRA of each factor, namely perceived threat, perceived benefits, perceived barriers, cues to action, and health motivation, were .73, .53, .59, .76, and .78 respectively. Furthermore, inter-factor correlations revealed no multicollinearity.

The second stage employed CFA to confirm the scale's factor structure on a new sample. The CFA model included five latent variables and eleven observed variables. The CFA results indicated a statistically significant chi-square test ( $p < .05$ ).  $\chi^2/df$  and RMSEA were within the acceptable fit ranges, while SRMR, CFI, GFI, and AGFI were within the good fit ranges. Furthermore, all latent-to-observed variable regression coefficients were significant.

SEM offers a distinct advantage over traditional analyses by allowing researchers to assess how much indicator variance is shared. Confirmation of the EFA-derived structure through CFA provides robust evidence for the scale's validity. The current study, employing a

two-stage approach with EFA followed by CFA, offers strong evidence for the validity of the scale's factor structure.

The IA and EFA revealed that all item-total correlations surpassed .20 except for item 3. Furthermore, all items were loaded on a single factor with loadings exceeding .30, except for items 11 and 12. The explained variance rate of 72% indicates good internal consistency for the overall scale. However, CRA for perceived benefits and perceived barriers fell below the commonly recommended threshold of 0.70. It is important to note that the 0.70 threshold is not absolute, and alternative thresholds can be considered based on research in similar domains.

While all other goodness-of-fit indices fell within acceptable or good ranges according to established criteria, the chi-square test yielded a statistically significant p-value. However, it is well-documented in SEM literature that a high chi-square value with a large sample size ( $N > 300$ ) does not necessarily indicate poor model fit.

In summary, the analyses revealed that the BAEPS is a valid and reliable tool for identifying predictors of earthquake preparedness behaviors.

## Ekler

### Ek-1. Depreme Hazırlık İnançları Ölçeği (DHIÖ)

Aşağıdaki her bir ifade için size en uygun seçeneği işaretleyiniz.

1: Kesinlikle katılmıyorum, 2: Katılmıyorum, 3: Biraz katılmıyorum, 4: Kararsızım, 5: Biraz katılıyorum, 6: Katılıyorum, 7: Kesinlikle katılıyorum

1. Önümüzdeki bir yıl içinde deprem yaşama ihtimalim yüksektir.
2. İkamet ettiğim ilde, önümüzdeki bir yıl içinde şiddetli bir deprem olacağını düşünüyorum.
3. Önümüzdeki bir yıl içinde gerçekleşecek bir deprem ağır yaralanmalara ve can kayıplarına neden olabilir.
4. Depremden önce gerekli önlemleri almak, depremin olumsuz sonuçlarını en aza indirir.
5. Deprem için ne önlem alırsam alayım depremin olumsuz sonuçlarını azaltamam.
6. Depreme hazırlık yapabilmek için gerekli maddi gücüm yok.
7. Depremden önce alınması gereken önlemleri anlamakta zorlanıyorum.
8. Deprem konusunda uzman olan insanlar, beni depreme hazırlıklı olma konusunda harekete geçirirler.
9. Depremle ilgili kamu spotları, beni depreme hazırlık yapmaya teşvik eder.
10. Hiçbir şey sağlığımdan önemli değildir.
11. Canımı/hayatımı korumak için ne gerekiyorsa yaparım.

## Ek 2 – Depreme Hazırlık Tutum ve İnançları Ölçeği

Aşağıdaki ifadelerin karşısından size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

1: Kesinlikle katılmıyorum, 2: Katılmıyorum 3: Biraz katılmıyorum, 4: Kararsızım, 5: Biraz katılıyorum, 6: Katılıyorum, 7: Kesinlikle katılıyorum

1. Deprem için hazırlık yapmak yararlıdır.
2. Deprem için hazırlık yapmak gereksizdir.
3. Fikirlerine önem verdiğim insanların çoğu deprem için hazırlık yapmam gerektiğini düşünür.
4. Değer verdiğim insanlar deprem için hazırlık yapmaz.
5. Deprem için hazırlık yapmak benim elimde değildir.
6. Eğer istersem deprem için hazırlık yapabilirim.
7. Deprem için hazırlık yapmak istiyorum.
8. Deprem için hazırlık yapmayı planlıyorum.

## Araştırma Makalesi

# Cansız Nesnelere, Canlı Duygular: Romantik Sempatik Büyü Ölçeği (RSBÖ) Türkçeye Uyarlama Çalışması

Halil EKŞİ<sup>1</sup>, Simay MAĞARA<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

### Makale Bilgisi

#### Anahtar Kelimeler:

romantik ilişki,  
sempatik büyü,  
bağlanma kuramı,  
ölçek uyarlama,  
cansız nesne

### Öz

Bu çalışmada Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin uyarlanması amaçlanmaktadır. Sempatik büyü kavramı; benzerlik ve bulaşma yasası doğrultusunda nesne veya olayların birbirini etkilediği inancını savunur; romantik sempatik büyü ise, bu iki yasanın romantik ilişkilerde nasıl çalıştığına odaklanmaktadır. Bu bağlamda ölçek; bireyin bağlanma davranışını, partneri ile bağdaştırdığı cansız nesnelere yönlendirmesindeki bireysel farklılıkları ölçmekte, bu davranışı sempatik büyü kavramıyla ilişkilendirerek; bu eğilimde etkili olan motivasyonel ve bilişsel faktörler için bir teorik temel sunmaktadır. İlgili ölçeğin Türkçeye uyarlanması sürecinde; ölçeğin tüm maddeleri Türkçeye çevrilmiş, İngilizceye geri çevriliştirilmiş ve maddelere ilişkin uzman görüşü alınmıştır. Araştırma; uygun örnekleme yöntemiyle seçilen, halihazırda romantik ilişkisi olan ya da geçmişte romantik ilişki deneyimi yaşamış toplam 450 (282'si kadın 168'i erkek) katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin ölçüt geçerlik sınamaları için ise; 15'i erkek 35'i kadın olan 50 katılımcıya Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği uygulanmış ve Pearson korelasyon katsayısı değerleri .84 şeklinde hesaplanmıştır. Yapı geçerliğine dair doğrulayıcı faktör analizinin sonuçlarına göre, ölçeğin orijinal ölçekteki tek boyutlu yapısını doğruladığı ve güvenilirlik analizleri doğrultusunda; ölçeğin iç tutarlılık kat sayısının kabul edilebilir derecede olduğu bulunmuştur. Tüm maddeler için alt-üst %27'lik grup puan ortalamalarının ise; birbirinden anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir. Bu bulgular doğrultusunda ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir olduğu düşünülmektedir. Bu çalışma, cansız nesnelere kişisel ilişkiler ve duygusal bağ arasındaki bağlantının anlaşılmasına katkıda bulunarak; bireylerin duygusal ihtiyaçlarını, bağlanma stillerini, ilişki dinamiklerini daha iyi anlamaya yardımcı olabilir ve bireylerin yalnızlık veya stresse başa çıkma mekanizmalarını anlamak için önemli ipuçları sunabilir.

### Abstract

#### Keywords:

romantic  
relationship,  
sympathetic magic,  
attachment theory,  
scale adaptation,  
inanimate object

The present study aimed to adapt the Romantic Sympathetic Magic Scale. The scale assesses individual variations in the propensity to direct attachment towards inanimate objects connected to one's partner. It also establishes a theoretical framework linking this propensity to the notion of sympathetic magic, thereby providing a foundation for understanding the motivational and cognitive factors that influence this inclination. In adapting the scale to Turkish, the 5-item scale was translated into Turkish, back-translated into English, and expert opinions on the items were obtained. The research was conducted with 450 participants (282 women, 168 men) who were involved in an existing romantic partnership or had past experiences with romantic relationships, selected using the convenience sampling method. The Romantic Intimacy Scale was administered to 50 individuals to assess the scale's criterion validity, resulting in Pearson correlation coefficient values of .84. Confirmatory factor analysis confirmed the unidimensional structure of the original scale, and reliability analysis showed an acceptable internal consistency coefficient. The group score averages of the upper and lower 27% for all items seem to differ significantly from each other. Based on these findings, the Turkish adaptation of the scale demonstrated an accepted level of validity and reliability. It is inferred that the Turkish version of the scale will contribute to further understanding of the connection among interpersonal relationships, emotional attachment, and inanimate objects, thereby clarifying emotional needs, attachment styles, and relationship dynamics and offering insights into coping with loneliness or stress in relationships.

\*Sorumlu Yazar, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, İstanbul, Türkiye  
e-posta: [simaymagara@hotmail.com](mailto:simaymagara@hotmail.com)

DOI: 10.31682/ayna.1381192

Gönderim Tarihi (Received): 26.10.2023; Kabul Tarihi (Accepted): 20.06.2024

ISSN: 2148-4376



## Giriş

Sempatik büyü; belirli nesne veya olayların fiziksel olmayan bir şekilde birbirini etkilediği inancını savunmaktadır (Frazer, 1959; Johnson ve Harris, 1994; Tambiah, 1990). Frazer (1959) ve Mauss (1972) tarafından geleneksel kültürlerdeki büyülü inanç sistemlerini açıklamak için iki sempatik büyü yasası tanımlanmıştır. Sempatik büyüünün bu iki yasasından biri olan benzerlik yasası; benzer nesnelere aynı özü paylaştığına inanır ("görüntü, nesneye eşittir") ve bireylerin özelliklerini taşıyan nesnelere etkisinden bahseder, örnek olarak bir kişinin fotoğrafının, kişinin kendi özelliklerini taşıyormuş gibi algılanabilmesini içeren ve bu nedenle fotoğrafın, sanki o kişiymiş gibi deneyimlenmesinden bahseden bu yasa; romantik ilişkiler bağlamında kişiyi partnerinin fotoğrafıyla konuşmaya veya onun fotoğrafını sevmeye/öpmeye teşvik edebilir (Niemyjska, 2015; Niemyjska ve Parzuchowski, 2020; Rozin ve diğerleri, 1986). Bunun yanında bulaşma yasası; fiziksel temasın nesnelere arasında bir özün aktarımına neden olduğuna inanır ve bir kişiyle temas halinde olan nesnelere o kişinin özünden etkilenebilir, bu yasanın romantik ilişkilerde davranış göstergelerine; partnerin kıyafetlerine sarılmak, kıyafetini giymek gibi davranışlar örnek gösterilebilir, fiziksel temas sona erdikten sonra bile bu etkileşim devam edebilmekte ve kalıcı olabilmektedir (Niemyjska ve Parzuchowski, 2020; Rozin ve diğerleri, 1986; Rozin ve Nemeroff, 2002). Sempatik büyü, kişiler arası etkileşimin sembolik temsili olarak anlaşılabilmesine de zemin hazırlayabilir. Bireylerin zihinsel süreçleri hakkında ne kadar bilinçli bir farkındalığa sahip olduklarını ve bu süreçleri nasıl açıklayabildiklerini sorgulayan çalışmalar içerisinde; Nisbett ve Wilson'ın (1977) çalışması, bireylerin kendi zihinsel süreçlerini açıklarken ne kadar sınırlı olduğunu göstermiştir. Örnek olarak; bir kişi üzerinde etki yaratmak isteyen birey, o kişinin bir fotoğrafını yakarak sembolik bir eylem gerçekleştirdiğinde bu eylemin süreçlerini tam olarak anlamak veya açıklamak zor olabilmektedir. Ancak burada bireyin; kişinin fotoğrafını benzerlik yasası doğrultusunda o kişi olarak deneyimlediği söylenebilir.

Bunların yanında bağlanma kuramı ise; insanların kendileri için önemli olan başka kişilerle duygusal bağlar kurma eğilimlerinin nedenlerini açıklamaktadır (Sümer ve Güngör, 1999). Bu doğrultuda romantik sempatik büyü kavramı bağlanma kuramı ile de ilişkilendirilebilir. Çocukların stresli, korkutucu veya sıkıntılı olduğu durumlarda ebeveynlerine yönelme ya da ebeveynlerinin yokluğunda/eksikliğinde rahatlamaya ihtiyaç duyma eğilimleri artmaktadır ve bu eğilim, genellikle çocukluk döneminde başlayarak ergenlik, yetişkinlik dönemine kadar devam edebilmektedir; bunun gibi durumlar, çocuklar için genellikle ebeveynlerinden fiziksel veya duygusal destek aradıkları anlardır ve çocuk, ebeveynin yanında kendini daha rahat hisseder (Ainsworth, 1979; Bowlby, 1988). Literatür incelendiğinde; güvensiz bağlanan bireylerin, sosyal olmayan güvenlik kaynakları arayabilecekleri belirtilmektedir (Birgegard ve Granqvist, 2004). Bu çalışmadan yola çıkılarak



yapılan bir araştırmada cansız nesnelere bağlanmanın, güvensiz bağlanan bireyler için bu durumu telafi ettiği görülmekte; araştırmada yakınlarının güvenilmezliği ile hazırlanan katılımcıların, nesnelere bağlılığının arttığı gözlemlenerek nesnelere alternatif bir güvenlik kaynağı olduğu bulgusuna ulaşılmaktadır (Keefer ve diğerleri, 2012).

Güvensiz bağlanan bireylerin yanında, uzak mesafe ilişkisi yaşadıkları için partnerleri yanlarında olmayan birçok çift de bulunmakta ve literatür incelendiğinde; uzak mesafe ilişkisi yaşayan bireylerin, yakın mesafe ilişki yaşayan bireylere göre daha az yakınlık hissettiklerine ve genel ilişki doyumlarının daha düşük seviyelerde olduğuna dair bulgular olduğu görülürken (Van Horn ve diğerleri, 1997); uzak mesafe ilişkilerinde partnerden ayrı olmanın stres verici bir faktör olduğu ve bu gibi stresli durumlarda romantik partnerin duygu düzenleyici bir rol üstlenebildiği belirtilmektedir (Feeney ve Kirkpatrick, 1996). Bu bağlamda uzak mesafe ilişkilerinde; bireyin partneri yanında olamasa bile sempatik büyü doğrutusunda partneriyle bağdaştırdığı bir nesne yanında olabilir. Niemyjska ve Parzuchowski'nin (2020) Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'ni geliştirirken yaptığı çalışmada ise; bireylerin yakın hissettikleri kişilerle bağdaştırdığı/değer verdiği nesnelere, romantik ilişkilerde algılanan yakınlığı besleyebildiği veya bireylerin partnerleriyle yakın olmaya ne kadar çok ihtiyaç duyarlarsa partnerlerini ya da eğer partnerleri orada değilse onlarla ilişkilendirdikleri nesnelere de o kadar çok arayabildiği görülmektedir. Burada ele alınan durum, bazı bireylerin asıl değer verdikleri şeyin nesnelere ziyade; nesnelere onlarda çağrıştırdıkları, onlara simgeledikleridir. Romantik sempatik büyü ve bağlanma kuramı, ebeveynlerin ve romantik bir partnerin fiziksel ya da psikolojik yokluğunda kullanılan maddi varlıkların işlevleri arasında bir paralellik kurulmasını sağlamaktadır (Niemyjska, 2015).

Çocuklukta, ebeveyn yokluğunda/eksikliğinde rahatlık sağlamak için kullanılan nesnelere tanımlamak için ikame nesnelere tanımlanmaktadır ve çoğunlukla; yumuşak oyuncaklar, battaniyeler, emzikler veya belirli giysileri içeren bu nesnelere; çocuk için ebeveyn figürlerini temsil ettiği ve anne figürüne ya da onun bir parçasına benzediği varsayılmaktadır, örnek olarak birçok bebek için, memeye benzer olan emzik bir ikame nesne olabilir ya da çocuklar bazen ebeveynlerinin bir parçasını (bir mendil veya eski bir tişört) ikame nesnesi olarak kullanabilir, annelerine sarılmak yerine ona benzer yumuşak oyuncak veya battaniyeye sarılabilir, kuklaları ebeveynlerinin bir yansıması olarak görebilirler; bazen çocuklar, ebeveynlerini temsil eden kendi çizdikleri bir resmi ya da ebeveynlerinin fotoğraflarını da ikame nesnesi olarak kullanabilirler (Bowlby, 1997; Winnicott, 1953). Belirtilen bu örneklerin, sempatik büyüünün iki yasasını da içerdiği söylenebilmektedir (Niemyjska, 2015); çocuğun ebeveynlerinin bir eşyasını ikame nesnesi olarak seçmesi bulaşma yasasını içerirken;

ebeveynlerine benzer nesnelere, ebeveyninin bir fotoğrafını veya ebeveynini çizdiği bir resmi ikame nesnesi olarak seçmesinin ise benzerlik yasasını içerdiği görülmektedir.

Yetişkinlikte ise bağlanma figürünün artık bir ebeveyninden ziyade romantik bir partner olması ile, aynı durum partnerler için de geçerli olabilmekte, örnek olarak; partnerin bir fotoğrafı, benzerlik yasası nedeniyle romantik bağı güçlü bir şekilde hatırlatabilmektedir (Hazan ve Shaver, 2000; Rozin ve diğerleri, 1986). Aynı şekilde; partnerin bir kıyafeti, ondan alınan bir hediye gibi sevilen biriyle temas eden bir nesnenin özel bir anlam ifade ettiği de görülebilmektedir (Rozin ve diğerleri, 1986).

Bu çalışma, romantik partnerlerle ilişkilendirilen nesnelere yönelik bağlanma davranışlarını içermektedir ve insanların bu tür davranışları akıl dışı ya da sihirli bir yanı olduğunu kabul etmeksizin gösterebileceklerinin düşünülmesi nedeniyle açık inançları sormak yerine davranışlarla ortaya çıkan örtük inançların üzerinde durulmaktadır (Niemyjska ve Parzuchowski, 2020). Araştırmanın konu alanı ile ilgili literatür incelendiğinde, romantik sempatik büyü kavramı ile ilgili Türk literatüründe çalışma yapılmadığı görülmekte; romantik sempatik büyü üzerine yapılan mevcut bir araştırmanın olmaması nedeniyle literatürdeki boşluğu dolduracak güvenilir bir çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışmada romantik sempatik büyüünün bir ölçüsü sunulmakta ve insanların sevdikleriyle ilişkilendirdikleri nesnelere yönelik bağlanma davranışlarına odaklanılmaktadır.

## Yöntem

### Çalışma Grubu

Araştırmaya, halihazırda romantik ilişkisi olan ya da geçmişte romantik ilişki deneyimi yaşamış toplam 450 gönüllü katılımcı dahil olmuştur. Yaşları 18 ile 65 arasında değişen katılımcıların cinsiyet dağılımı; 282 kadın (%62.7) ve 168 erkek (%37.3) şeklindedir. Örneklem grubu oluşturulurken uygun örnekleme tekniği kullanılmıştır. Çalışmaya katılan 450 katılımcıya ait demografik bilgiler incelendiğinde; katılımcıların 178 (%39.6)'inin romantik ilişkisi olduğu, 139 (%30.9)'unun şu an romantik ilişkisi olmadığı ve 133 (%26.6)'ünün evli olduğu görülmektedir. Katılımcılara ait cinsiyet, yaş ve ilişki durumu bilgileri Tablo 1'de belirtilmektedir.

### Veri Toplama Araçları

Çalışmada katılımcılardan, uyarlanması hedeflenen Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin yanı sıra kişisel bilgi formu ve ölçüt geçerliğini test etmek adına; Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği'ni (RİYÖ) doldurmaları, ayrıca orijinal ölçekte de bulunan; "Genellikle yanınızda partneriniz ile ilişkili/bağlantılı bir şey taşıyor musunuz? (örn. Fotoğrafı ya

da ondan gelen bir hediye) Eğer cevabınız EVET ise – lütfen ne tür bir eşya olduğundan bahsediniz.” sorusuna cevap vermeleri istenmiştir. Kişisel bilgi formunda katılımcılara cinsiyetleri, yaşları, ilişki durumları sorulmuştur. Uyarlanması hedeflenen ölçek ve ölçüt geçerliğini ölçmek amacı ile kullanılan Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ) aşağıda tanıtılmaktadır.

Tablo 1.

*Katılımcıların Demografik Özellikleri*

Özellik	N	%
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	282	62.7
Erkek	168	37.3
<b>Yaş</b>		
18-30	250	55.6
31-45	155	34.4
46-65	45	10.0
<b>İlişki Durumu</b>		
İlişkisi var	178	39.6
İlişkisi yok	139	30.9
Evli	133	29.6

Not. N = 450.

**Romantik Sempatik Büyü Ölçeği (RSBÖ).** Ölçek Niemyjska ve Parzuchowski (2020) tarafından geliştirilmiştir, tek boyutludur ve 5 maddeden oluşmaktadır. Beşli likert tipindeki (1: Hayır, 5: Evet) ölçekten alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan ise 25'tir; elde edilen toplam puanların yüksekliği romantik sempatik büyü düzeyinin yüksekliğini göstermektedir. Ölçeğin oluşturulması üç aşamalı bir süreci içermektedir ve çalışmanın üç temel amacı bulunmaktadır. Amaçların ilki, bireylerin romantik partnerleriyle ilişkilendirdikleri nesnelere algısında romantik sempatik büyü kullanma eğiliminin kısa bir ölçüsünü geliştirmek; ikincisi, bilişsel ve motivasyonel öncüllerini belirleyerek yeni geliştirilen ölçeğin yapı geçerliğini doğrulamak; üçüncüsü ise romantik sempatik büyü benzer fenomenlerden, özellikle paranormal inançlardan (Çalışma 1 ve 2), antropomorfizm (Çalışma 2) ve kompulsif biriktirme gibi maddi nesnelere genelleştirilmiş bağlanmadan (Çalışma 3) ayırarak Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin (RSBÖ) ayırt edici geçerliğini doğrulamaktır. Çalışma 1'in örneğini, halihazırda ilişkisi olan 221 (181'i kadın) Polonyalı yetişkin oluşturmaktadır. Bu çalışmada Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin ilk hali olan 12 maddelik ölçek kullanılmıştır. Faktör yapısını incelemek için önce açımlayıcı faktör analizi yapılmış, ardından sempatik büyü faktöründeki bulaşma ile benzerlik yasası arasında ayırım içeren tek boyutlu ve iki boyutlu modeller; doğrulayıcı faktör analizi yapılarak değerlendirilmiştir. Daha sonra bilişsel ve motivasyonel faktörlerin romantik sempatik büyüünün öngörüsüne katkısını

belirlemek için doğrusal regresyon analizleri yapılmıştır (deneyimsel ve rasyonel işleme, bilişsel yansıtma, bağlanma stilleri, paranormal inançlar ve ilişki yakınlığı). Çalışma 1'in sonucunda ölçeğin son hali 5 maddelik tek boyutlu yapıda oluşturulmuştur. Çalışma 2'nin örneklemini, ABD ve Birleşik Krallık'ta ikamet eden 310 katılımcı (185'i kadın) oluşturmaktadır. Çalışma 2 için; 5 maddelik Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin, İngilizce çevirisi yapılmış ( $\alpha = .80$ ), tek faktörlü yapı doğrulanmıştır. Bulgulara göre hem Polonya hem de Birleşik Krallık ve ABD örneklemlerinde Romantik Sempatik Büyü tutarlı bir şekilde aynı bilişsel-motivasyonel faktörler modeliyle açıklanmıştır. Çalışma 3'ün örneklemini 320 Polonyalı katılımcı (215'i kadın) oluşturmaktadır ( $M_{yaş} = 29.3$ ;  $SD = 9.4$ ). Romantik Sempatik Büyü, Çalışma 1'de açıklanan 5 maddelik Romantik Sempatik Büyü Ölçeği ( $\alpha = .80$ ) kullanılarak değerlendirilmiştir. Tek boyutlu bir model için uyum indeksleri iyi bulunmuştur. Üç çalışma ( $N = 851$ ) sonucunda Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin bireylerin partnerine yakınlığını artırma motivasyonunun yanı sıra artan deneyimsellik ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Paranormal inançlar, teknolojik cihazlar için antropomorfizm ve cansız nesnelere genel bir bağlılık ile de ilgili olduğu, ancak bunlardan önemli ölçüde farklılaştığı bulunmuştur. Ölçeğin güvenirlik analizleri sonucuna göre; Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı ölçeğin tamamı için .80 bulunmuş, yapılan faktör analizleri sonrası ölçeğin tek faktörlü bir yapıda olduğu belirlenmiştir (Niemyjska ve Parzuchowski, 2020).

**Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ).** Ölçek Ercan (2019) tarafından geliştirilmiştir; kendini açma (örneğin; "Onunla her konuda konuşurum."), fiziksel çekim (örneğin; "Bana sarılması hoşuma gider."), destek (örneğin; "Onu zor zamanlarında cesaretlendiririm.") ve güven (örneğin; "Beni aldatabileceğini düşünüyorum.") olmak üzere dört farklı alt boyuttan oluşmaktadır. 17 maddelik ölçeğin bir maddesi ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınan toplam puan, ilişkideki romantik yakınlık düzeyini vermektedir. Dörtlü likert tipindeki (1: Hiç, 4: Her Zaman) ölçekten alınabilecek en düşük puan 17, en yüksek puan ise 68'dir. Güvenirlik analizleri sonucuna göre; ölçeğin tamamının Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .88 bulunmuştur. Dört alt boyutun Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları ise sırasıyla .79, .83, .81 ve .72 olarak belirlenmiştir. Madde-toplam puan korelasyon değerlerinin tüm alt boyutlar için kabul edilebilir aralıkta (.49-.78) olduğu görülmektedir. Ölçeğin test-tekrar test güvenirliği analizine göre; korelasyon katsayısı değeri .89 olarak bulunmuştur (Ercan, 2019).

## İşlem

Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının yapılması adına, ilk önce gerekli onayları almak için sorumlu yazar ile mail aracılığıyla iletişime geçilmiş daha sonra araştırmacıların bağlı bulunduğu yükseköğretim kurumunun etik kurulundan

gerekli izinler ve etik onay alınmıştır. Çeviri çalışması için ölçeğin İngilizce formu, dil düzeyi ve alan bilgisi yeterli olan 5 uzman tarafından Türkçeye çevrilmiştir. 5 uzmandan gelen çeviri maddeler, araştırmacılar tarafından panel yapılarak incelenmiş ve uzman panelinden sonra karar verilen maddelerin doğruluğunu kontrol ederek çeviri hatalarını en aza indirmek için; çeviri sürecine dahil olmayan 3 ayrı uzman tarafından çeviri maddeler orijinal diline geri çevrilmiştir. Herhangi bir uyuşmazlığa rastlanılmaması sonucunda Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin Türkçe formu oluşturulmuştur (örnek madde Türkçe: Bazen partnerimin fotoğrafına bir şeyler söylerim, İngilizce: Sometimes I say something to a photograph of my partner). Oluşturulan Türkçe form örneklem grubuna uygulanmadan önce ölçek maddelerinin anlaşılabilirliğini ölçmek amacıyla; araştırmacılar tarafından ölçeğin hedef kitesinden oluşan 15 kişilik bir ön uygulama grubuna uygulanmış, ölçek maddelerinin anlaşılır olduğu görülmüştür. Uyarlanan ölçek örneklem grubuna uygulanmış ve elde edilen veriler SPSS 26.0 ve AMOS 24.0 paket programıyla analiz edilmiştir. Ölçeğin geçerliğini test etmek için yapı geçerliği ve ölçüt geçerliği analizleri yapılmış, güvenilirliğini test etmek için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı, madde toplam korelasyonu, alt %27 ve üst %27'lik grup ortalamaları farkına dayalı madde analizi hesaplanmıştır.

## Bulgular

### Geçerliğe İlişkin Bulgular

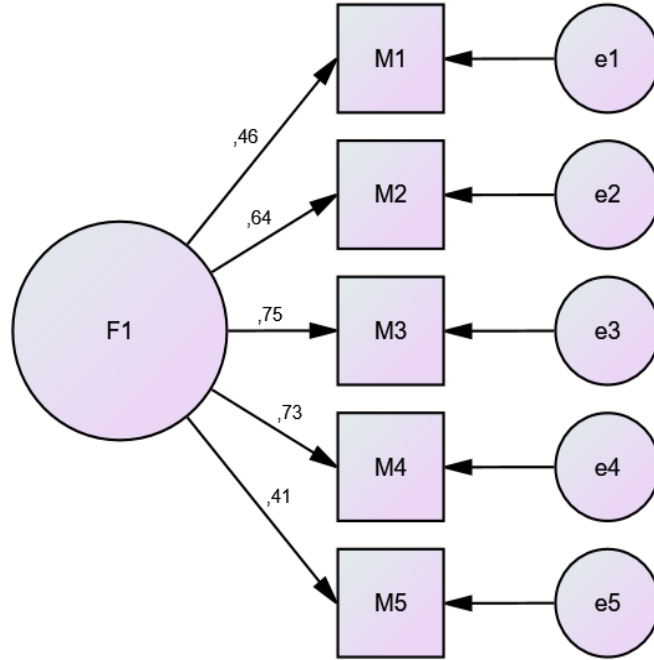
Özgün formun faktör yapısının Türk örnekleminde doğrulanması adına doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmıştır. Bu çalışmada yapılan DFA'da Türkçe formun tek faktörlü modeli için Kikare uyum testi (Chi-Square Goodness of Fit Test), GFI, RMSEA, CFI, NFI, RFI, IFI ve AGFI uyum indeksleri incelenmiştir.  $\chi^2/df$  oranının  $(9.106/5=1.821)$  0 ile 3 arasında olduğu görülmektedir, bu değer mükemmel uyumun bir göstergesi olarak yorumlanır (Kline, 2005). Uyum indeksi değerleri ise; RMSEA=0.04, NFI=0.98, CFI=0.99, IFI=0.98, RFI=0.96, GFI=0.99 ve AGFI=0.97 şeklinde belirlenmiştir (Bkz. Tablo 2). Tablo 2'de uyum indekslerine ilişkin kabul edilebilir ve mükemmel uyum ölçütleri belirtilmektedir (Baumgartner ve Homburg, 1996; Bentler, 1980; Çokluk ve diğerleri, 2012; Hooper ve diğerleri, 2008). Bu doğrultuda, Tablo 2 incelendiğinde tüm değerlerin mükemmel uyumu karşıladığı söylenebilir.

Tablo 2.

## Romantik Sempatik Büyü Ölçeği Uyum İndeksleri

Uyum Ölçütleri	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Model Değeri
$\chi^2/df$	$0 < \chi^2/df < 2$	$3 < \chi^2/df < 5$	1.821
RMSEA	$0 < RMSEA < 0.5$	$0.5 < RMSEA < 0.8$	0.04
NFI	$0.95 < NFI < 1$	$0.90 < NFI < 0.95$	0.98
CFI	$0.95 < CFI < 1$	$0.90 < CFI < 0.95$	0.99
IFI	$0.95 < IFI < 1$	$0.90 < IFI < 0.95$	0.98
RFI	$0.95 < RFI < 1$	$0.90 < RFI < 0.95$	0.96
GFI	$0.95 < GFI < 1$	$0.90 < GFI < 0.95$	0.99
AGFI	$0.95 < AGFI < 1$	$0.90 < AGFI < 0.95$	0.97

Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin tek faktörlü modeline ilişkin faktör yükleri ve path diyagramı Şekil 1'de yer almaktadır.



Şekil 1.

Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'ne İlişkin Ölçüm Modeli ve Faktör Yükleri

Şekil 1’de belirtildiği gibi AMOS.24 programı kullanılarak DFA analizi sonrasında 5 maddelik ölçeğin tek boyutlu olan yapısı doğrulanmış ve madde faktör yükü değerlerinin .75 ile .41 arasında olduğu belirlenmiştir.

Ölçeğin ölçüt geçerliğini belirlemek için ise; çalışma grubunun dışındaki 50 katılımcıya (35 kadın/15 erkek) Romantik Sempatik Büyü Ölçeği ve Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği uygulanmıştır. Yaş ortalamaları 28.1 olan örneklem grubunun yaşları 19-59 arasında değişmektedir. Katılımcıların, Romantik Sempatik Büyü Ölçeği’nden aldıkları puanlar ile Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği puanları arasındaki Pearson korelasyon katsayısı değerleri .84 olarak belirtilmiştir (Bkz. Tablo 3). Romantik Sempatik Büyü Ölçeği ve Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği’nin alt boyutları arasındaki korelasyon katsayıları ise; .56 ile .75 arasında değişmektedir (Bkz. Tablo 4).

Tablo 3.

*Romantik Sempatik Büyü Ölçeği Puanları ile Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği Puanları Korelasyon Tablosu*

	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>1. RSBÖ</b>	1	.84*
<b>2. RİYÖ</b>	.84*	1

\* $p < .05$

RSBÖ: Romantik sempatik büyü ölçeği.

RİYO: Romantik ilişkilerde yakınlık ölçeği.

Tablo 4.

*Romantik Sempatik Büyü Ölçeği ve Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği’nin Alt Boyutları Korelasyon Tablosu*

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1.RSBÖ</b>	1	.75*	.65*	.57*	.56*
<b>2.Kendini açma</b>	.75*	1	.56*	.49*	.47*
<b>3.Fiziksel çekim</b>	.65*	.56*	1	.56*	.23
<b>4.Destek</b>	.57*	.49*	.56*	1	.43*
<b>5.Güven</b>	.56*	.47*	.23	.43*	1

\* $p < .05$

Tablo 3'te görüldüğü üzere katılımcıların Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nden aldığı puanlar ile Romantik İlişkide Yakınlık Ölçeği puanları arasında pozitif yönde, yüksek derecede istatistiksel bakımdan anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ( $r = .84, p < .05$ ).

Romantik Sempatik Büyü Ölçeği ile Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği'nin alt boyutları olan; kendini açma (.75), fiziksel çekim (.65), destek (.57) ve güven (.56) arasında ise pozitif ilişki bulunmuştur. Elde edilen değerler Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin geçerliğine kanıt olarak değerlendirilebilir.

Bunların yanında; katılımcılara ölçeğin geçerliğini desteklemek amacı ile orijinal ölçekte de kullanılan "Genellikle yanınızda partneriniz ile ilişkili/bağlantılı bir şey taşıyor musunuz? (örn. Fotoğrafı ya da ondan gelen bir hediye) Eğer cevabınız EVET ise – lütfen ne tür bir eşya olduğundan bahsediniz." sorusu sorulmuş ve katılımcıların Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nden aldıkları toplam puan ile ilgili soruya verdikleri evet/hayır cevapları arasında orta derecede pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ( $r = .48, p < .01$ ).

Cevaplar incelendiğinde 450 katılımcı içerisinde 174 kişinin hayır cevabını verdiği, kalan katılımcıların ise sırasıyla en fazla; partnerlerinden aldıkları bir hediye (yüzük, kolye, bileklik, anahtarlık), fotoğraf, alyans, partnerlerinin kıyafeti veya tokasını taşıdıkları görülmüştür. Ayrıca; bazı katılımcılar, bu eşyaların kendilerine güç verdiğini hissettiklerini belirtmişlerdir. Bu bulgular doğrultusunda katılımcıların cevaplarının, iki sempatik büyü yasasını da içerdiği görülmektedir.

### Güvenirlige İlişkin Bulgular

Ölçeğin güvenirlik analizi; iç tutarlılık düzeyini incelemek için Cronbach alfa katsayısı ( $\alpha$ ), madde toplam korelasyonu, alt %27 ve üst %27'lik grup ortalamaları farkına dayalı madde analizi yoluyla değerlendirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 5'te belirtilmektedir.

Tablo 5.

*Romantik Sempatik Büyü Ölçeği İç Tutarlılık Katsayısı, Madde Toplam Puanları ve Alt %27 ve Üst %27'lik Grup Ortalamaları Farkına Dayalı Madde Analizi*

Cronbach Alpha	Maddeler	Ortalamalar	Madde Toplam Korelasyonları	Standart Sapma	Alt-Üst %27 Madde Ayırt Edicilik İndeksi (t)
.73	Madde 1	3.48	.40	1.49	-16.490*
	Madde 2	3.33	.54	1.63	-26.854*
	Madde 3	3.33	.60	1.66	-30.895*
	Madde 4	3.52	.60	1.56	-25.510*
	Madde 5	4.57	.36	.80	-7.955*

\* $p < .01$



Yapılan istatistiksel analiz sonucu Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'ne ait Cronbach Alpha katsayısı ( $\alpha$ ) .73 olarak hesaplanmıştır. George ve Mallery'ye (2010) göre Cronbach Alpha katsayısı .90'ın üzerindeyse mükemmel, .80'in üzerindeyse iyi, .70'in üzerindeyse kabul edilebilir, .60'ın üzerindeyse sorgulanabilir; .50'nin üzerindeyse zayıf, 0.50'nin altında ise kabul edilemez olarak ele alınmaktadır. Bu doğrultuda Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin Cronbach Alpha iç tutarlılık kat sayısının kabul edilebilir derecede olduğu görülmektedir. Aynı zamanda literatürde madde toplam korelasyonlarının .30'dan yüksek bir değer alması ise iyi bir ayırt ediciliğe sahip olduğunu belirtmektedir (Büyüköztürk, 2011). Madde toplam korelasyonları .36 ile .60 arasında değişen ölçeğin ayırt ediciliği iyi bulunmuştur. Tüm maddeler için alt-üst %27'lik grup puan ortalamalarının ise; birbirinden anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir.

### Tartışma

Bu araştırmada Niemyjska ve Parzuchowski (2020) tarafından geliştirilen Romantik Sempatik Büyü Ölçeği Türkçeye uyarlanmış, geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Ölçek halihazırda ilişkisi olan veya geçmişte ilişki deneyimi yaşamış 450 yetişkin üzerinde uygulanmıştır. Tek boyutlu olan ölçek, toplam 5 maddeden oluşmaktadır.

Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin psikometrik özelliklerinin incelendiği araştırmada; ölçeğin yapı geçerliği, ölçüt bağımlı geçerliği, iç tutarlılık katsayısı ve madde ayırt edicilik analizleri incelenmiştir. Yapı geçerliğinin incelenmesi için yapılan DFA sonucunda, Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin orijinal faktör yapısının doğrulandığı görülmektedir. Tek faktörlü modele ilişkin faktör yükleri; .46, .64, .75, .73, ve .41 olarak bulunmuştur.

Ölçüt bağımlı geçerliğine ilişkin bulgular incelendiğinde; Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nden alınan puanlar ile Romantik İlişkide Yakınlık Ölçeği puanları arasında pozitif yönde, yüksek derecede istatistiksel bakımdan anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ( $r = .84$ ,  $p < .05$ ). Aynı zamanda; Romantik Sempatik Büyü Ölçeği ile Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği'nin alt boyutları arasında da pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Güvenirliği test etmek için ölçeğin iç tutarlılık katsayısı incelenmiş ve analiz sonucu Cronbach Alpha katsayısı .73 olarak hesaplanmıştır. Madde toplam korelasyonları .36 ile .60 arasında değişen ölçeğin ayırt ediciliğinin iyi olduğu ve alt-üst %27'lik grup puan ortalamalarının birbirinden anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir.

Katılımcıların ölçek maddelerinin yanında sorulan; “Genellikle yanınızda partneriniz ile ilişkili/bağlantılı bir şey taşıyor musunuz? (örn. Fotoğrafı ya da ondan gelen bir hediye) Eğer cevabınız EVET ise – lütfen ne tür bir eşya olduğundan bahsediniz.” sorusuna verdiği evet/hayır cevapları ve Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nden aldığı toplam puanlar arasında

ise; orta derecede pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulgusu da ölçeğin geçerliğini desteklemektedir ( $r = .48, p < .01$ ).

Evet cevabını veren katılımcıların taşıdıkları nesnelere ilgili verdikleri cevaplar incelendiğinde, katılımcıların sırasıyla en fazla; partnerlerinden aldıkları bir hediye (yüzük, kolye, bileklik, anahtarlık), fotoğraf, alyans, partnerlerinin kıyafeti veya tokasını taşıdıkları görülmüştür. Katılımcıların büyük bir çoğunluğunun belirtilen soruya fotoğraf yanıtını vermesi; romantik sempatik büyüün benzerlik yasasını desteklerken partnerden alınan bir hediye ya da partnerlerin kıyafeti (sweatshirt, kazak vb.) gibi yanıtların ise bulaşma yasasını desteklediği görülmektedir. Belk'in (1988) sevilen birinden alınan hediye kavramsallaştırması da bu bulguları destekler niteliktedir. Belk ve Coon'un 1993 yılında yaptığı bir çalışmada romantik partnerlerin hediyelik eşya vermesinin ardındaki güdüler üzerine odaklanılmıştır. Araştırmada; romantik partnerlerin hediyelerinin, veren kişinin kendinden bir parça olarak algılandığı ve hediye veren ile alan arasında özel bir anlam taşıdığı belirtilmiştir (Belk ve Coon, 1993). Bu çalışmada ise; katılımcıların ilgili soruya en fazla hediye cevabını vermesi, Belk ve Coon'un araştırmasından elde edilen bulgular ile açıklanabilmektedir. Aynı zamanda Türk kültüründe hediyeleşme, sosyal bağları güçlendiren önemli bir gelenek olarak ele alınabilir; misafirler, bayramlar, düğünler ve doğum günlerinde verilen hediyeler; sevgi, saygı ve minnettarlığı ifade eder. Literatür incelendiğinde, Türk kültürünün hediye kavramı çerçevesinde; kıymet bilmek, kendini ve başkalarını yüceltmek gibi değerleri barındıran bir değerler sistemi oluşturduğu da görülmektedir (Coşar, 2008). Bu bağlamda hediye veren ve hediyeleşmenin Türk kültüründeki öneminin de katılımcıların en fazla hediye cevabını vermesinde etkili olabileceği düşünülebilir.

Bunun yanında; "Sevilen birinden alınan hediye bir eşyadan çok daha fazlasıdır; onu verenin kendisinden bir parçadır." ifadesini içeren 5. maddenin ayırt ediciliğinin diğer maddelere oranla daha düşük çıkmasının nedeni ise ilgili maddede sosyal beğenirliğin çalıştığı bir göstergesi olabilmektedir. King ve Bruner (2000) sosyal beğenirliği, katılımcıların araştırmalarda kendilerini geçerli sosyal normlarla uyumlu şekilde yansıtmaya eğilimi olarak tanımlamaktadır. Bireyler; olumlu izlenimi bozabilecek bilgileri vermekten kaçınabilmekte, gerçek cevapları yerine sosyal normlarla uyumlu cevaplar vermeyi seçebilmekte veya bilinçsiz olarak kendine olumlu yönden bakarak sosyal normlara uygun verdiği yanıtların gerçekte kendisini yansıttığına inanabilmektedir (Paulhus, 1984; Randall ve Fernandes, 1991). Hediyeleşmenin Türk kültüründeki anlam ve önemi değerlendirildiğinde, ilgili maddede sosyal beğenirliğin çalışma ihtimali göz önünde bulundurulabilir.

Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması, bazı sınırlılıkları ve önemli katkıları beraberinde getirmektedir. Türk kültüründeki geniş coğrafi, etnik ve kültürel çeşitlilik; romantik sempatik büyü kavramının farklı şekillerde deneyimlenmesine yol

açabilmekte, örneğin; büyük şehirlerde yaşayan bireylerin deneyimleri ile kırsal bölgelerde yaşayan bireylerin deneyimleri arasında farklılıklar olabilmektedir. Bu nedenle; farklı bölgeler ve topluluklar arasındaki farklılıkları göz önünde bulundurmamak gerekebilir.

Türk kültüründe aile bağlarının ve toplumsal normların güçlü olması, romantik sempatik büyü kavramının anlaşılmasını ve uygulanmasını etkileyebilir. Türk toplumunda aile, bireyler arası ilişkilerde önemli bir yere sahiptir; romantik sempatik büyüünün hem benzerlik hem de bulaşma yasası, aile üyelerinin birbirleriyle olan ilişkilerinde de görülebilir. Örneğin; aile büyüklerinden kalma eşyaların veya fotoğrafların, duygusal bağları pekiştirmek için kullanılması Türk kültüründe sıkça rastlanan bir durumdur. Bu da romantik ilişkilerde partnerlerin birbirlerinin eşyalarını kullanma veya onlara duygusal anlam yükleme davranışlarını etkileyebilir.

Sonuç olarak, Romantik Sempatik Büyü Ölçeği'nin, yetişkinlerin romantik sempatik büyü düzeylerini belirlemek için kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu öne sürülebilmektedir. Ölçek, cansız nesnelere kişisel ilişkiler ve duygusal bağ arasındaki bağlantının anlaşılması adına yapılan çalışmalarda; bağlanma, romantik ilişkide yakınlık gibi konularda kullanılabilir. Araştırmanın konu alanıyla ilgili literatür incelendiğinde, romantik sempatik büyü kavramıyla ilgili Türk literatüründe yapılmış bir çalışmanın olmaması nedeniyle; literatürdeki boşluğu dolduracak geçerli ve güvenilir bir çalışmanın, romantik ilişkiler alanında katkı sağlaması beklenmektedir.

---

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Tüm yazarlar eşit olarak katkıda bulunmuştur.

**Çıkar Çatışması Beyanı:**

Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

**Finansal Destek Beyanı:**

Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

**Etik Kurul Onayı:**

Çalışma, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma ve Yayın Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (Onay Tarihi ve Onay Sayısı: 18.07.2023 /07-42).

---

**Kaynakça**

- Ainsworth, M. S. (1979). Infant–mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932-937. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.932>
- Baumgartner, H., ve Homburg, C. (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International Journal of Research in Marketing*, 13(2), 139-161. [https://doi.org/10.1016/0167-8116\(95\)00038-0](https://doi.org/10.1016/0167-8116(95)00038-0)
- Belk, R. W. (1988). Possessions and the extended self. *Journal of Consumer Research*, 15(2), 139–168. <https://doi.org/10.1086/209154>
- Belk, R. W. ve Coon, G. S. (1993). Gift giving as agapic love: An alternative to the exchange paradigm based on dating experiences. *Journal of Consumer Research*, 20(3), 393–417. <https://doi.org/10.1086/209357>
- Bentler, P. M. (1980). Multivariate analysis with latent variables: Causal modeling. *Annual Review of Psychology*, 31, 419-456. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.31.020180.002223>
- Birgegard, A. ve Granqvist, P., (2004). The Correspondence Between Attachment to Parents and God. Three Experiments Using Subliminal Separation Cues, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(9), 1122-1135. <https://doi.org/10.1177/0146167204264266>
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1997). *Attachment and loss: Vol. 1: Attachment*. Pimlico.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı - İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum* (15. Basım). Pegem Akademi
- Coşar, A. M. (2008). Türk kültüründe hediyenin algılanışı. *İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Türk Dili ve Edebiyatı Dergisi*, 38, 33-48.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., ve Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Ercan, H. (2019). Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği Geliştirme Çalışması. *OPUS International Journal Of Society Researches*, 11(18), 205-231. <https://doi.org/10.26466/opus.527066>
- Feeney, B. C. ve Kirkpatrick, L. A. (1996). Effects of adult attachment and presence of romantic partners on physiological responses to stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 255–270. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.255>
- Frazer, J. G. (1959). *The new golden bough: A study in magic and religion* (T. H. Gaster, Ed.) Macmillan. (1890)
- George D. ve Mallery P. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference*. Pearson.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (2000). Bağlanma: yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve (A. Dönmez, Çev.). *Türk Psikoloji Bülteni*, 6(16-17), 29-50. (1994)

- Hooper, D., Coughlan, J., ve Mullen, M. (2008). Structural equation modeling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, 6(1), 53-60. <https://doi.org/10.21427/D7CF7R>
- Johnson, C. N., ve Harris, P. L. (1994). Magic: Special but not excluded. *British Journal of Developmental Psychology*, 12(1), 35–51. <https://doi.org/10.1111/j.2044-835X.1994.tb00617.x>
- Keefer, L. A., Landau, M. J., Rothschild, Z. K. ve Sullivan, D. (2012). Attachment to objects as compensation for close others' perceived unreliability. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(4), 912–917. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2012.02.007>
- King, M. F., ve Bruner, G. C. (2000). Social desirability bias: A neglected aspect of validity testing. *Psychology & Marketing*, 17(2), 79–103. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6793\(200002\)17:2<79::AID-MAR2>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6793(200002)17:2<79::AID-MAR2>3.0.CO;2-O)
- Kline, R.B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2. Basım). The Guilford Press.
- Mauss, M. (1972). *A general theory of magic* (R. Brain, Çev.). W. W. Norton. (1902)
- Niemyjska, A. (2015). How does love magic work? The regulation of closeness and affect by magical thinking. *Journal of Social and Curr Psychol Personal Relationships*, 32(1), 57–77. <https://doi.org/10.1177/0265407514523552>
- Niemyjska, A. ve Parzuchowski, M. (2020). You make all things special: Developing a scale to measure sympathetic magic in romantic relationships. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 39(5), 1635–1647. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9861-3>
- Nisbett, R. E. ve Wilson, T. D. (1977). Telling more than we can know: Verbal reports on mental processes. *Psychological Review*, 84(3), 231-259. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.3.231>
- Paulhus, D. L. (1984). Two-component models of socially desirable responding. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(3), 598–609. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.3.598>
- Randall, D.M., ve Fernandes, M.F. (1991). The social desirability response bias in ethics research. *Journal of Business Ethics*, 10(11), 805-817. <https://doi.org/10.1007/BF00383696>
- Rozin, P., Millman, L. ve Nemeroff, C. (1986). Operation of the laws of sympathetic magic in disgust and other domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(4), 703–712. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.4.703>
- Rozin, P. ve Nemeroff, C. (2002). Sympathetic magical thinking: The contagion and similarity heuristics. İçinde T. Gilovich, D. Griffin ve D. Kahneman (Edl.), *Heuristics and biases. The psychology of intuitive judgment* (ss. 201–216). Cambridge University Press.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71–106.
- Tambiah, S. J. (1990). *Magic, science, religion, and the scope of rationality*. Cambridge University Press.

Van Horn, K. R., Arnone, A., Nesbitt, K., Desilets, L., Sears, T., Giffin, M. ve Brudi, R. (1997). "Physical Distance And Interpersonal Characteristics In College Students" Romantic Relationships". *Personal Relationships*, 4(1), 25-34. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1997.tb00128.x>

Winnicott, D. W. (1953). Transitional objects and transitional phenomena; a study of the first not-me possession. *The International Journal of Psychoanalysis*, 34, 89–97

## **Inanimate Objects, Living Emotions: Romantic Sympathetic Magic Scale (RSMS) Adaptation Study into Turkish**

### **Summary**

Frazer (1959) and Mauss (1972) have identified two sympathetic magic laws to explain magical belief systems in traditional cultures that are conceptualized as the law of similarity and the law of contagion. The law of similarity posits that similar objects share the same essence; for example, a person's photograph can be regarded as the individual, encouraging behaviors such as talking to the photograph or kissing it in romantic relationships (Niemyjska, 2015; Niemyjska & Parzuchowski, 2020; Rozin et al., 1986). The law of contagion suggests that physical contact transfers essence between objects; in romantic relationships, behaviors like hugging a partner's clothing exemplify this law (Niemyjska & Parzuchowski, 2020; Rozin et al., 1986; Rozin & Nemeroff, 2002).

Sympathetic magic, which can pave the way for its understanding as a symbolic representation of interpersonal interaction, can also be associated with attachment theory. Upon reviewing the literature, it becomes evident that insecurely attached individuals may seek non-social security sources and they are inclined to establish an attachment to inanimate objects as an alternative security source (Birgegard & Granqvist, 2004; Keefer et al., 2012).

In the study conducted by Niemyjska and Parzuchowski (2020) to develop the Romantic Sympathetic Magic Scale, it was observed that objects associated with people to whom individuals feel close can strengthen the perceived closeness in romantic relationships. Additionally, as individuals' need to be close to their partners increases, they seem to search more for their partners or, if their partners are not present, they are bonding with the objects they associate with partners. In other words, some individuals are more likely to value the objects they associate with their partners due to the symbolic meanings and affective experiences such objects offer (Niemyjska, 2015). In childhood, substitute objects used to provide comfort in the absence of parents are often soft toys, blankets, pacifiers, and similar items. Children can use their parents' belongings or objects that represent their parents as transitional objects. It can be said that this situation includes both laws of sympathetic magic (Bowlby, 1997; Niemyjska, 2015; Winnicott, 1953). The same may be also true for partners, as the adult attachment figure now becomes a romantic partner rather than a parent.

In this study, which aimed to adapt the Romantic Sympathetic Magic Scale (Niemyjska & Parzuchowski, 2020), a measure of romantic sympathetic magic was presented. The scale focuses on attachment behaviors regarding objects that individuals associate with their loved ones. Upon reviewing the relevant literature, it is worth noting that there is no existing research

on the concept of romantic sympathetic magic in Turkey. Hence, Turkish adaptation of the scale would facilitate further research examining attachment theory and sympathetic magic in romantic relationships.

The study comprised 450 participants, of which 282 were females and 168 were males, all of whom were either presently engaged in a romantic relationship or had prior experience with romantic relationships. These participants were selected using the convenient sampling method. For criterion validity, the Intimacy in Romantic Relationships Scale (Ercan, 2019) was applied to 50 participants and Pearson correlation coefficient values were calculated as .84. After performing Confirmatory Factor Analysis (CFA) to examine the construct validity, the original factor structure of the Romantic Sympathetic Magic Scale was confirmed. Regarding reliability analysis, the scale exhibited an internal consistency coefficient of .73. The item-total correlations of the scale ranged from 0.36 to 0.60, and the mean scores of the upper and lower 27% groups for each item showed significant differences. Additionally, the reason why the discrimination of Item 5 is lower than other items may be social desirability. Also, participants were asked; "Do you usually carry something related to your partner?" While 174 participants answered "no," the responses of the others (e.g., photos, partner's clothing, etc.) indicated both laws of romantic sympathetic magic.

Based on these findings, the Romantic Sympathetic Magic Scale can be described as a valid and reliable measurement instrument that can be used to measure the romantic sympathetic magic levels of adults; it can be used in studies on issues such as attachment and closeness in romantic relationships and in studies aimed at understanding the connection between inanimate objects and emotional bond.



## Araştırma Makalesi

**Psikolojik İyi Oluşu Belirleyen Bazı Faktörler: Sağlık Kaygısı, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Sağlık Kontrol Odağı**Burcu YILDIRIM ALTINOK<sup>1\*</sup>, İhsan DAĞ<sup>1</sup><sup>1</sup> Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**

psikolojik iyi oluş, sağlık kaygısı, duygu düzenleme, sağlık kontrol odağı

**Öz**

Psikolojik iyi oluş, pek çok insanın erişmeye çalıştığı doyumlu bir yaşamla ilişkilendirilmekte ve psikoloji alanyazını da iyi oluşun belirleyicileri üzerinde genişlemeye devam etmektedir. Bu çalışmanın amacı, psikolojik iyi oluş üzerinde sağlık kaygısı, duygu düzenleme güçlüğü ve sağlık kontrol odağının rolünün incelenmesidir. Çalışmanın örneklemini 18-53 yaş aralığındaki ( $Ortyaş = 32.48$ ,  $SSyaş = 6.9$ ) 490 yetişkin oluşturmuştur. Katılımcılara çevrimiçi olarak sosyal medya platformları (Twitter, Instagram vb.) aracılığı ile ulaşılmıştır. Katılımcıların 475'i (%93.13) kadın, 35'i erkek (%6.87)'tir. Ölçeklerin alt boyutları arasındaki korelasyonlar kadın ve erkek katılımcılar için ayrı ayrı incelenmiştir. Kadın ve erkek katılımcılar için sonuçların farklılaştığı görülmüştür. Psikolojik iyi oluşun bazı yordayıcılarını belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi yürütülmüş ve sonuçlar sağlık kontrol odağının ve cinsiyetin beklenenin aksine regresyon modeline anlamlı bir katkı yapmadığına işaret etmiştir. Sağlık kaygısı ve duygu düzenleme güçlüğü ise regresyon modeline anlamlı katkılar sunmuş ve son adımda oluşturulan model psikolojik iyi oluşun %30.1'ini yordamıştır. Elde edilen bulgular ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmıştır.

**Abstract****Keywords:**

psychological well-being, health anxiety, difficulty in emotion regulation, health locus of control

Psychological well-being is associated with a fulfilling life that many people strive to achieve, and the psychology literature continues to expand on the determinants of psychological well-being. This study aimed to examine the role of health anxiety, difficulty in emotion regulation, and health locus of control on psychological well-being. The study sample comprised 510 adults aged 18-53 ( $M_{age} = 32.48$ ,  $SD_{age} = 6.9$ ). 475 participants (93.13%) were women, and 35 were men (6.87%). The participants were reached by social media channels on the Internet (Twitter, Instagram). Correlations between the subscales were examined separately for male and female participants. The results differed in terms of gender. Hierarchical regression analysis was conducted to determine some predictors of psychological well-being, and contrary to expectations, the results showed that health locus of control and gender did not make a significant contribution to the regression model. Health anxiety and difficulty in emotion regulation made significant contributions to the regression model, and the last model estimated 30.1% of psychological well-being. Results were discussed in the light of the related literature.

\* Sorumlu Yazar, Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye

e-posta: yildirimbuc92@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.1388410

Gönderim Tarihi (Received): 13.11.2023; Kabul Tarihi (Accepted): 22.07.2024

ISSN: 2148-4376

## **Giriş**

İyi oluş, asırlardır insanlığın peşinden gittiği ve sahip olmayı arzuladığı bir durumdur (Costanza ve diğerleri, 2014). Keza psikolojik iyi oluş da bunun bir parçasıdır ve son yıllarda iyi oluşun beden ve zihnin bir bütün olarak “iyi” olmasından kaynak aldığı düşünülmektedir. Tanımlaması zor bir kavram olan psikolojik iyi oluş, içinde doyumlu bir yaşam ve öz değeri barındıran duygu ve düşüncelerle ilişkilendirilmiştir. Ryff (1989)’e göre psikolojik iyi oluş, yaşam boyu karşılaşılabilecek zorlukların idare edilebilmesi ve yönetilebilmesidir. Psikolojik iyi oluşa bakışın derinleşmeye başladığı günümüzde psikoloji alanyazını da buna paralel olarak genişlemeye başlamıştır. Sıklıkla psikopatolojiler ve iyi oluş arasındaki ilişkiler anlaşılmaya çalışılmıştır. Bunun yanı sıra iyi oluşu destekleyen kavramlar da araştırmacıların dikkatini çekerek alanyazında yer bulmaya başlamıştır (Caprara ve diğerleri, 2012). Genetik faktörlerden sosyal durumlara uzanan bir yelpazede, iyi oluşun altında yatan veya iyi oluşu etkileyen yapıların var olduğu bildirilmektedir (Diener ve diğerleri, 2018). Bu araştırmada ise psikolojik iyi oluşu etkilediği düşünülen ve ilgili alanyazında bu değişkenle ilgili kısıtlı araştırmanın olduğu sağlık kaygısı, duygu düzenleme güçlüğü ve sağlık kontrol odağı kavramlarına odaklanılacaktır.

## **Sağlık Kaygısı**

Sağlık kaygısı, hastalığa ilişkin yoğun korkular, hastalığın ciddi sonuçları olacağına dair inançlar ve beden duyularının yanlış yorumlanmasıyla karakterize bir bozukluktur (Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 2013). Çoğu insan zaman zaman bedensel değişimlerini fark edip nedenini anlamaya çalışır ve bir süre zihni bununla meşgul olur. Ancak zamanla bu meşguliyet giderek azalır ve bedensel belirtiler de kendiliğinden ortadan kalkar. Ya da doktor başvurusu sonrası bir rahatlama yaşandığı bilinir (Salkovskis ve diğerleri, 2003). Kişinin kaygısına eşlik eden aşırı davranışların olduğu (sık sık vücudunu tarama, sık sık hastaneye başvurma veya tamamen kaçınma) da görülür. Hastalık olasılığının ve ciddiyetinin aşırı biçimde abartılması ve hastalıkla ilgili uyarılara seçici dikkatin artması söz konusudur (Owens ve diğerleri, 2004). Barsky ve Ahern (2004)’e göre sağlık kaygısı, çok nadir tanı konan, kronik ve tedavisinin oldukça zor olduğu düşünülen bir bozukluktur (Tyrrer ve diğerleri, 2011). Tedavi edilmediği takdirde uzun süreli yeti yitimi ve majör depresyon riski ile karşılaşılabilmekte (Barsky ve diğerleri, 1990; Faravelli ve diğerleri, 1997), hem fiziksel hem de psikolojik işlevselliği bozabilmektedir (Noyes ve diğerleri, 1993).

Sağlık kaygısının bilişsel boyutuna yakından bakıldığında en temel işlevsel olmayan inançlardan birinin otonom sinir sisteminin uyarılmasıyla ortaya çıkan bedensel belirtilerin veya bedendeki hafif rahatsızlıkların daha ciddi bir hastalık belirtisi şeklinde yorumlanması

olduğu görülmektedir. Kişinin kendini zayıf, savunmasız ve hastalığa yatkın olarak görmesi gibi hastalık inancına eşlik eden diğer işlevsel olmayan inançları, uyumsuz başa çıkma davranışlarını harekete geçirmektedir (Rassin ve diğerleri, 2008). Davranış boyutuna bakıldığında ise güvence arama ve tekrarlı kontrol davranışları olduğu görülmektedir (Asmundson ve diğerleri, 2010). Bu davranışlar kısa süreli bir rahatlama sağlasa da uzun vadede kişinin kaygılarının kötüleşerek sürmesine sebep olmaktadır (Haenen ve diğerleri, 2000; Rachman, 2012; Warwick ve Salkovskis, 1990).

### **Duygu Düzenleme**

Gross (1998) duygu düzenlemeyi, hangi duygulara sahip olduğumuzu, bu duyguları ne zaman yaşadığımızı ve bunları nasıl deneyimleyip ifade ettiğimizi belirlediğimiz süreçler olarak tanımlamaktadır. Alanyazın, uyumlu ve uyumsuz olmak üzere pek çok duygu düzenleme stratejilerinin var olduğunu göstermektedir. Duygu düzenleme güçlüklerinin, başka bir ifadeyle uyumsuz duygu düzenleme stratejilerinin kaygı bozuklukları ve duygulanım bozuklukları başta olmak üzere psikopatolojilerin pek çoğunda etkili olduğu bilinmektedir (Gross, 2002). Bir diğer deyişle duygu düzenleme güçlüklerinin tanılar üstü bir yapı olarak karşımıza çıktığına işaret edilmektedir (Ellard ve diğerleri, 2010).

Yeniden değerlendirme, kabullenme, problem çözme gibi duygu düzenleme stratejileri uyumlu stratejiler; kaçınma, ruminasyon, bastırma gibi stratejiler ise uyumsuz duygu düzenleme stratejileridir (Aldao ve diğerleri, 2010). Foa ve Kozak (1986), uyumsuz duygu düzenleme stratejilerinin, özellikle bilişsel kaçınmanın duygusal işlemeyi engellediğini belirtmektedir. Duygu işlemedeki bu başarısızlığın ise sürekli olarak artan fizyolojik uyarılmaya yol açtığı, sürekli fizyolojik uyarılmanın bireyin somatik belirtilerini zihinsel olaylara doğru biçimde atfedememesine ve bu duyguların gerçek bir hastalığın varlığı olarak yanlış yorumlanmasına sebep olabileceği düşünülmektedir (Fergus ve Valentiner, 2010).

Görgen ve diğerleri (2014), sağlık kaygısının yüksek stres ve duygusal uyarılma durumlarında artmasıyla ilgili olarak sağlık kaygısının olumsuz durumlarla baş etmede bilişsel başa çıkma ya da duygu düzenlemede eksikliklerden kaynaklanabileceğini düşünmüşlerdir. Buradan yola çıkarak yaptıkları çalışmalarında sağlık kaygısının, işlevsiz başa çıkma ve duygu düzenleme stratejileri (örn., bastırma) ile ilişkili olduğuna işaret etmektedirler. Cisler ve diğerlerinin (2010) kaygı bozukluklarında duygu düzenlemeye ilişkin yaptıkları derleme çalışması, davranışsal bastırmanın olumsuz duygulanımı mutlaka azaltmadığına, hatta uyarılmayı artırma eğiliminde olduğuna; yeniden değerlendirmenin ise olumsuz duygulanımı azaltmada etkili olduğuna işaret etmektedir.

Duygu düzenlemenin sağlık kaygısıyla ilişkisini doğrudan araştıran çalışmalar alanyazında oldukça sınırlıdır. Bu çalışmalardan birinde uyumsuz duygu düzenleme

stratejilerinden ruminasyon ve sağlık kaygısı arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu ortaya konmaktadır (Marcus ve diğerleri, 2008). Fergus ve Valentiner (2010) ise düzenleme stratejilerinden bilişsel kaçınma ve yeniden değerlendirme stratejilerinin sağlık kaygısının temelindeki hastalık inancının yordayıcıları olduğuna işaret etmektedir. Ayrıca, sağlıkla ilgili felaket düşüncelerini besleyen güvenlik davranışlarının sağlık kaygısını arttırdığı, yapılan deneysel bir çalışmada da ortaya konmuştur (Olatunji ve diğerleri, 2011).

İlgili alanyazın, duygu düzenleme ile iyi oluşun ilişkisini vurgulamaktadır (Gross ve John, 2003). Duygumuzu nasıl düzenlediğimiz hem psikolojik hem de fiziksel iyi oluşumuzun önemli belirleyicilerinden biridir. Abasi ve diğerleri (2017), doyumlu sosyal ilişkiler ve zihin sağlığı için duygu düzenlemenin önemli bir faktör olduğuna ve duygu düzenlemede yaşanan zorlukların da psikolojik bozukluklarla ilişkili olduğuna dikkat çekmiştir. Yapılan araştırmalar, duygu düzenleme stratejilerinden biri olan yeniden değerlendirme stratejilerinin iyi oluşu arttırdığına ve olumsuz duygulanımı azalttığına işaret etmektedir (Mauss ve diğerleri, 2007). Benzer biçimde yeniden değerlendirme stratejisinin daha sık kullanılması, daha fazla olumlu duygulanım ve daha az olumsuz duygulanım ile ilişkilendirilmiştir (Gross ve John, 2003). Başka bir araştırma ise yeniden değerlendirme stratejilerinin bağlama göre uyumlu veya uyumsuz bir strateji olabileceğini ortaya koymuştur (Troy ve diğerleri, 2013). Buna göre, yaşamlarındaki stresörleri kontrol edilemez olarak değerlendiren kişilerin daha yüksek yeniden değerlendirme becerileri, daha düşük depresyon düzeyiyle ilişkili olmuştur. Buna karşın, stresörleri daha kontrol edilebilir olarak değerlendiren kişilerin ise daha yüksek yeniden değerlendirme becerileri daha yüksek depresyon düzeyiyle ilişkili bulunmuştur (Troy ve diğerleri, 2013). Araştırmacılara göre eğer stresörler değiştirilebilir (kontrol edilebilir) ise bilişsel yeniden yapılandırma yerine problem çözme odaklı bir baş etme stratejisi daha uyumlu ve etkili olabilir. Çünkü durum üzerinde yeni yollar denenerek sonucu değiştirmek mümkün olacaktır. Ancak bireyler stresörler üzerinde bir değişiklik yapamazsa, yani sonucu değiştirmek mümkün değilse, sadece kendi duygularını düzenleyerek durumla baş edebilirler. Bu sonuçlardan hareketle araştırmacılar, duygu düzenleme stratejilerinin yalnızca uyumlu veya uyumsuz olarak ele alınmasının eksik kalabileceğini bildirmişlerdir. Bulgular, kullanılan stratejilerin bağlamdan etkilendiğine işaret etmektedir (Troy ve diğerleri, 2013).

### **Sağlık Kontrol Odağı**

Kaygıyla ilişkili olduğu düşünülen yapılardan biri de kontrol odağıdır (Hoehn-Saric ve McLeod, 1985; Rapee ve diğerleri, 1996). Kontrol odağı kavramı ilk kez Rotter (1966) tarafından ortaya konmuş ve iç kontrol odağının kişinin davranışlarının kendi kontrolünde olduğuna inanması, dış kontrol odağının ise davranışların şansa veya diğer güçlü kişilere bağlı olduğuna inanması olarak tanımlanmıştır. İç kontrol odağının yüksek olmasının bireylerde bir

olayın sonucu üzerinde değişim yaratma gücüne sahip olmasına, dış kontrol odağının yüksek olmasının ise bireylerde yaşadıkları olaylar üzerinde hiçbir etkilerinin olmadığını düşünmelerine sebep olmaktadır (Rotter, 1990). Dış kontrol odağı sıklıkla psikopatolojilerle ilişkilendirilmiş (Twenge ve diğerleri, 2004) ve iyileşme sürecinde de olumsuz bir faktör olarak karşımıza çıkmıştır (Thakral ve diğerleri, 2014).

Özellikle sağlığa ilişkin kontrol odağını tanımlamak üzere üç boyuttan oluşan “sağlık kontrol odağı (SKO)” kavramı ortaya atılmıştır ve kişinin sağlığı üzerindeki algılanan kontrolünü ifade etmektedir. İçsel SKO, kişinin sağlığının bireysel tercihleriyle; şansa bağlı SKO, kişinin sağlığının şansla veya kaderle ve güçlü diğerleri SKO ise kişinin sağlığının sağlık uzmanları tarafından belirlenmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Wallston ve diğerleri, 1978). Sağlık kontrol odağı ve sağlık kaygısı arasındaki ilişkinin incelendiği pek çok çalışma dışsal kontrol odaklarının (şans ve güçlü diğerleri) sağlık kaygısıyla ilişkili olduğuna işaret etmiştir (Karademas, 2009; Paschali ve diğerleri, 2012; Quinn ve Norris, 1986; Skidmore ve diğerleri, 2014). Murray ve Corny (1989), güçlü diğerleri SKO’nun sağlık uzmanlarına başvuru sayısı ile pozitif, sağlığı koruma davranışlarıyla negatif bir ilişkisi olduğunu belirtmektedir. Sağlıklarının şans/kader kontrol odağı tarafından belirlendiğini düşünen hastaların ağrı ve acıyla baş etmede uyumsuz baş etme yöntemleri kullandıkları ve daha fazla psikolojik sıkıntı yaşadıkları görülmektedir (Crisson ve Keefe, 1988).

İç kontrol odağı ise daha çok psikolojik iyi oluş ile ilişkilendirilmektedir (Richardson ve diğerleri, 2012) ve iç SKO’ya sahip kişiler hem fiziksel hem psikolojik sağlıklarını destekleyen bir yaşam biçimini sürdürmekte; sağlıklarını riske atacak davranışlardan uzak durmaktadır (Nafradi ve diğerleri, 2017; Rideout ve diğerleri, 2017). Aynı zamanda iç SKO; uyumlu duygu düzenleme stratejileri, baş etme becerileri, stres toleransı ile ilişkilendirilmiş ve özellikle depresyon için koruyucu bir faktör olduğu saptanmıştır (Karstoft ve diğerleri, 2015). Frazier ve Waid (1999) yaptıkları çalışmada iç kontrolün azalmasının ve kontrolün şansa atfedilmesinin kişilerin yaşadığı sıkıntıyı arttırdığını; kontrolün güçlü diğerlerine ve şansa atfedilmesinin de sağlık kaygılarını arttırdığını göstermiştir. Kulpa ve arkadaşlarının (2014), kanser hastalarıyla yaptıkları çalışma yüksek iç SKO’ya sahip hastaların daha düşük kaygı ve depresyon seviyesine sahip olduğuna işaret etmektedir. Benzer biçimde Feeney (1995), iç sağlık kontrol odağının psikolojik iyi oluşu yordadığını göstermektedir. İç sağlık kontrol odağı arttıkça kabul, olumlu yeniden değerlendirme ve yeniden odaklanma artmakta, diğerlerini suçlama azalmaktadır (Kulpa ve diğerleri, 2016).

Alanyazın psikolojik iyi oluşa etkisi olan faktörlere ilişkin önemli bilgiler sunmaktadır ancak iyi oluşa dair daha kapsamlı bir bakışa ihtiyaç vardır. Hem birey hem toplum sağlığının önemli bir bileşeni olan psikolojik iyi oluşu ve etkili olabilecek diğer kavramları, bunların altında yatan mekanizmaları anlamaya yardımcı çalışmalar psikolojik tedaviler ve toplum ruh

sağlığı programları için kıymetli bilgiler sunabilir. Bu çalışmanın amacı psikolojik iyi oluş üzerinde sağlık kaygısı, duygu düzenleme güçlüğü ve sağlık kontrol odağının rolünün incelenmesidir. İlgili alanyazın ışığında aşağıda sıralanan hipotezler test edilmiştir.

Hipotez 1: Sağlık kaygısı, sağlık kontrol odağı ve duygu düzenleme güçlüğü iyi oluşu anlamlı olarak yordamaktadır.

Hipotez 1a: Sağlık kaygısı, iyi oluşu olumsuz yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.

Hipotez 1b: Duygu düzenleme güçlüğü, iyi oluşu olumsuz yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.

Hipotez 1c: Sağlık kontrol odağı, psikolojik iyi oluşu olumsuz yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.

## Yöntem

### Örneklem

Çalışmanın örneklemini çevrimiçi çalışmaya gönüllü katılmayı kabul eden yetişkinler oluşturmuştur ( $N=510$ ). Katılımcıların 475'i (%93.13) kadın, 35'i erkek (%6.87)'tir. Çalışmaya katılanların yaşları 18-53 yaş aralığındadır ( $Ort_{yaş}=32.48$ ,  $SS_{yaş} = 6.9$ ). Katılımcılara sosyal medya kanalları (instagram, facebook, twitter (X)) gibi çevrimiçi platformlarda tanıtım afişinin yayınlanması ile ulaşılmıştır. Katılımcılar çalışmaya tamamen gönüllülük esasıyla katılmış ve katılımları karşılığında herhangi bir katılım bedeli almamıştır.

### Veri toplama araçları

**Demografik Bilgi Formu.** Katılımcıların yaşı, cinsiyeti ve psikiyatrik tanısının olup olmadığını, psikolojik tedavi alma ve psikiyatrik ilaç kullanma durumunu değerlendirmek amacıyla demografik bilgi formu kullanılmıştır. Bu bilgiler erişilen örnekleme farklı tanı ve tedavilerin beraberinde getireceği karıştırıcı değişkenleri sınırlı bir biçimde de olsa kontrol edebilmek üzere katılımcılardan toplanmıştır. Buradan hareketle psikiyatrik bir tanı almış, psikiyatrik ilaç veya terapi desteği alan katılımcılar çalışmanın örneklemine dahil edilmemiştir.

**Sağlık Anksiyetesi Ölçeği (SAÖ).** Ölçek, Salkovskis ve diğerleri (2002) tarafından sağlık kaygısını değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe versiyonu Aydemir ve diğerleri (2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. SAÖ, dörtlü Likert tipindeki 18 maddeden oluşmaktadır. İlk 14 madde bedensel belirtilere aşırı duyarlılık ve kaygı düzeyini, diğer 4 madde ise hastalığın sonuçlarına dair olumsuz algıyı değerlendirmektedir. Türkçe formunun

psikometrik değerlendirmesi ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .86 olarak bulunmuştur.

**Çok Boyutlu Sağlık Kontrol Odağı Ölçeği (ÇBSKOÖ).** Wallston ve diğerleri (1978) tarafından kendi geliştirdikleri Sağlık Kontrol Odağı Ölçeği ve Levenson (1973) tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Kontrol Odağı Algısı Ölçeği kullanılarak A, B ve C formlarından oluşan Çok Boyutlu Sağlık Kontrol Odağı Ölçeği geliştirilmiştir. A ve B formları özel bir koşul ya da durum olmaksızın genel sağlık inanışlarını ölçmekte ve birbirlerinin yerlerine kullanılabilir. Sağlıkla ilgili özel bir durum veya hastalık olduğunda ise C formu kullanılmaktadır. Formlar iç kontrol, şans ve güçlü diğer kişiler olmak üzere üç alt boyuttan ve 18 maddeden oluşmaktadır. Maddeler altılı Likert olarak derecelendirilmektedir. Türkçeye uyarlaması Güzel ve diğerleri (2019) tarafından gerçekleştirilmiş ve sonuçlar bu çalışmada da kullanılacak olan A formunun geçerli ve güvenilir olduğuna işaret etmiştir. Cronbach alfa değeri iç kontrol alt boyutu için .66, şans alt boyutu için .70 ve güçlü diğerleri alt boyutu için .76 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test güvenilirliği ise sırasıyla .67, .63 ve .77 olarak bulunmuştur.

**Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ).** Ölçek, bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini değerlendirmek amacıyla Diener ve diğerleri (2009) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe versiyonu Telef (2013) tarafından gerçekleştirilmiş ve ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .87 olarak bulunmuştur. Bulgular ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğuna işaret etmektedir. Ölçek, yedili Likert tipte 8 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar olumlu ilişkiler, anlamlı ve amaçlı bir yaşama sahip olma, iyimserlik, bağlı olma gibi psikolojik iyi oluşun önemli öğelerinin yüksekliğini göstermektedir.

**Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ).** Ölçek, Gratz ve Roemer (2004) tarafından duygu düzenleme güçlüğü derecesini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek beşli Likert tipinde derecelendirilen 36 maddeden oluşmaktadır. Puanların yükselmesi daha fazla duygu düzenleme güçlüğüne yaşandığına işaret etmektedir. Ölçeğin farkındalık, açıklık, kabul etmeme, stratejiler, dürtü, amaçlar olmak üzere 6 alt boyutu vardır. İç tutarlılık katsayısı .93, alt boyutlarına ilişkin iç tutarlılık katsayıları .88 ile .89 arasında değişmektedir. Test-tekrar test güvenilirliği ise .88 olarak bulunmuştur. İlk olarak Rugancı (2008) tarafından Türkçeye uyarlanmış ardından Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından son hali verilmiştir. Türkçe versiyonunun iç tutarlılık katsayısı .94 olarak, alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları ise .75 ile .90 arasında bulunmuştur. Test-tekrar test güvenilirliği ise .83 olarak bulunmuştur.

## **Verilerin Analizi**

Verilerin analizinde SPSS 24 paket programı kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi araştırmak için korelasyon ve hiyerarşik regresyon analizinden faydalanılmıştır.

Analizler yürütülmeden önce normallik ve doğrusallık değerleri incelenmiş ve uç değerler z dağılımına göre ( $|z| \geq 3.29$ ) (Tabachnick ve Fidell, 2007) kontrol edildikten sonra 50 katılımcı veri setinden çıkarılmıştır.

## İşlem

Çalışmanın etik izni Hacettepe Üniversitesi Etik komisyonundan alındıktan sonra çevrimiçi olarak ölçek seti hazırlanmış ve uygulamaya hazır hale getirilmiştir. Çalışmanın amacının yer aldığı bir bilgilendirme broşürü hazırlanmış ve çevrimiçi olarak gönüllü katılımcılara ulaştırılmıştır. Katılımcılardan herhangi bir kimlik bilgisi alınmamıştır. Çalışma hakkında bilgi veren ilk sayfada katılımcılar gönüllü katılıma dair bilgilendirilmiştir. Katılım onamlarının alınmasından sonra cevaplama yaklaşık 20 dakika süren ölçek setini doldurmuşlardır.

## Bulgular

Ölçek alt boyutları arasındaki ilişkileri anlamak üzere Pearson korelasyon analizi yürütülmüş ve sonuçlar kadın ve erkekler için incelenmiştir. Tablo 1’de alt boyutlar arasındaki ilişki kat sayıları üst çaprazda erkekler için, alt çaprazda kadınlar için gösterilmiştir.

Tablo 1.

### Ölçek Alt Boyutlarının Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
<b>SAÖ</b>												
1.Duyarlılık-kaygı	-	.61**	-.31	.24	.14	.19	.23	.03	.06	.19	.16	-.17
2.Hast. sonucu	.49**	-	-.29	.09	-.07	.29	.27	.17	.23	.16	.46**	.49**
<b>ÇBSKOÖ</b>												
3.İç Kontrol	-.19**	-.05	-	-.05	.18	-.13	.05	.20	-.11	-.10	-.37*	.03
4.Şans	.09*	.16**	-.14**	-	.16	.21	.03	.23	.19	.04	-.08	.12
5.Güçlü Diğer	.16**	.08	.18**	.24**	-	-.10	-.14	.18	-.07	.12	-.22	.13
<b>DDGÖ</b>												
6.Strateji	.41**	.54**	-.11*	.25**	.12*	-	.60**	.57**	.70**	.34**	.44**	-.33
7.Amaç	.40**	.46**	-.11*	.15**	.08	.78**	-	.40*	.63**	.37*	.18	-.50**
8.Kabul Etme.	.32**	.42**	-.10*	.22**	.03	.74**	.60**	-	.52**	.45**	.18	-.13
9.Dürtüsellik	.37**	.41**	-.11*	.24**	.10*	.81**	.74**	.70**	-	.48**	.55**	-.24
10.Açıklık	.30**	.34**	-.20**	.25**	.08	.50**	.44**	.48**	.53	-	.16	-.13
11.Farkındalık	.19**	.21**	-.19**	.19**	.05	.25**	.20**	.27**	.26**	.49**	-	-.36*
<b>PİOÖ</b>												
12. PİOÖ	-.34**	-.40**	.17**	-.21**	-.06	-.49**	-.45**	-.41**	-.43**	-.44**	-.34**	-

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

Not: Tablonun köşegenel/çapraz (diyagonal) olarak üst kısmı erkekleri, alt kısmı ise kadınları göstermektedir.

Sonuçlar incelendiğinde kadın ve erkek katılımcılar için özellikle SAÖ ve ÇBSKOÖ alt boyutlarında korelasyon ilişkilerinin farklılaştığı görülmektedir. Kadın katılımcıların SAÖ’nün alt boyutları olan bedensel belirtilere duyarlılık ve hastalığın olumsuz sonucunun PİOÖ haricinde neredeyse tüm diğer alt boyutlarla pozitif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişkisi



olduğu görülmüştür ( $r = .09$  ile  $r = .54$  arasında,  $p < .01$ ). Ancak erkek katılımcıların bedensel belirtilere duyarlılık alt boyutunun sadece hastalığın olumsuz sonucu alt boyutuyla pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi olduğu belirlenmiştir ( $r = .61$ ,  $p < .01$ ). Hastalığın olumsuz sonucu alt boyutunun ise DDGÖ'nün farkındalık alt boyutu ( $r = .46$ ,  $p < .01$ ) ve PİÖÖ ( $r = .49$ ,  $p < .01$ ) ile anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Benzer biçimde erkek katılımcıların ÇBSKOÖ'nün alt boyutlarından yalnızca iç kontrol ile DDGÖ'nün farkındalık alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ( $r = -.37$ ,  $p < .05$ ). Kadın katılımcıların ÇBSKOÖ'nün güçlü diğerleri alt boyutunun da diğer alt boyutlarla anlamlı bir ilişkisi olmadığı ancak bazı alt boyutlarla (strateji, dürtüsellik, bedensel belirtiler, iç kontrol ve şans) pozitif yönde düşük güçte anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür ( $r = .10$  ile  $r = .24$  arasında,  $p < .01$  ve  $p < .05$ ). Şans alt boyutunun kadın katılımcılar için PİÖÖ ( $r = -.21$ ,  $p < .01$ ) ve iç kontrol ( $r = -.14$ ,  $p < .01$ ) ile negatif yönde ve düşük bir ilişkisi olduğu belirlenmiştir. Diğer alt boyutlarla pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmüştür ( $r = .15$  ile  $r = .25$  arasında,  $p < .01$ ). İç kontrol alt boyutunun kadın katılımcılar için PİÖÖ ( $r = .17$ ,  $p < .01$ ) ve şans ( $r = .18$ ,  $p < .01$ ) ile pozitif diğer alt boyutlarla negatif yönde anlamlı ilişkisi olduğu belirlenmiştir ( $r = -.10$  ile  $r = -.20$  arasında,  $p < .01$  ve  $p < .05$ ). Erkek katılımcılar için DDGÖ'nün amaç ( $r = -.50$ ,  $p < .01$ ) ve farkındalık ( $r = -.36$ ,  $p < .05$ ) alt boyutlarının PİÖÖ ile negatif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Kadın katılımcılar için DDGÖ'nün alt boyutlarının iç kontrol alt boyutu ve PİÖÖ haricinde diğer alt boyutlarla pozitif yönde anlamlı ilişkileri olduğu belirlenmiştir ( $r = .15$  ile  $r = .81$  arasında,  $p < .01$  ve  $p < .05$ ).

İzleyen aşamada psikolojik iyi oluşun belirleyicilerini değerlendirmek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmış analiz sonuçları Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2.

*Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları*

	<i>Değişken</i>	<i>B</i>	<i>S.H.</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Model 1	Sabit	57.83	3.34		17.32	.00
	Cinsiyet	-.26	.71	-.02	-.36	.72
	Sağlık Ank.	<b>-.47</b>	<b>.05</b>	<b>-.40</b>	<b>-9.69</b>	<b>.00</b>
	Sağlık K. O.	.00	.04	.00	.09	.93
$R = .399$ , $R^2 = .159$ , $F(3,506) = 31.888$ , $p < .000$						
Model 2	Sabit	60.17	3.04		17.32	.00
	Cinsiyet	.16	.65	.01	.25	.80
	Sağlık Ank.	<b>-.21</b>	<b>.05</b>	<b>-.18</b>	<b>-4.09</b>	<b>.00</b>
	Sağlık K. O.	.04	.03	.04	1.16	.25
	Duygu Düz. G.	<b>-.16</b>	<b>.02</b>	<b>-.45</b>	<b>-10.36</b>	<b>.00</b>
$R = .553$ , $R^2 = .306$ , $F(1,505) = 107.235$ , $p < .000$						

Psikolojik iyi oluşun yordayıcılarını belirlemek üzere yapılan ilk regresyon analizinin birinci basamağında cinsiyet, sağlık kaygısı ve sağlık kontrol odağı değişkenlerinin yordayıcılığı değerlendirilmiştir. Analiz sonucuna göre oluşturulan modelin istatistiksel olarak

anlamli olduğu görülmüştür ( $R = .399$ ,  $R^2 = .159$ ,  $F(3, 506) = 31.888$ ,  $p < .001$ ). Modele ilk basamakta dahil edilen cinsiyet ve sağlık kontrol odağının istatistiksel olarak anlamli bir katkısının olmadığı görülmüştür ( $p = .72$ ,  $p = .93$ ). Sağlık kaygısının ise ilk basamakta modele anlamli bir etkisinin bulunduğu belirlenmiştir ( $t = -9.69$ ,  $\beta = -.40$ ,  $p < .001$ ). Buna göre sağlık kaygısı, psikolojik iyi oluğu negatif yönde yordamaktadır ve varyansın %15.4'ünü açıklamaktadır. Modelin ikinci basamağında analize duygu düzenleme güçlüğu eklenmiştir ve oluşturulan ikinci modelin istatistiksel olarak anlamli olduğu görülmüştür ( $R = .553$ ,  $R^2 = .306$ ,  $F(1, 505) = 107.235$ ,  $p < .001$ ). Bu model varyansın %30.1'ini açıklamaktadır. Duygu düzenleme güçlüğu psikolojik iyi oluğu olumsuz yönde yordamaktadır ( $t = -9.69$ ,  $\beta = -0.40$ ,  $p < .001$ ).

### Tartışma

Bu çalışma kapsamında psikolojik iyi oluğu üzerinde sağlık kaygısı, duygu düzenleme güçlüğu ve sağlık kontrol odağının rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. İlk olarak iyi oluğu üzerinde etkili olduğu düşünölen yapılar arasındaki korelasyon ilişkilerine bakılmıştır. Bu bağlamda yapılan analiz sonuçlarına göre cinsiyete göre farklılaşan bazı durumlar tespit edilmiştir. Sağlık kaygılarında cinsiyet farklılıklarına ilişkin çalışmalar oldukça kısıtlıdır (MacSwain ve diğerleri, 2009). Mevcut çalışmada sağlık kaygısının bedensel belirtilere duyarlılık-kaygı alt boyutunun kadınlar için neredeyse incelenen tüm alt boyutlarla pozitif ve negatif ilişkileri olduğu görülmüştür. Erkekler için ise sadece sağlık kaygısının hastalığın olumsuz sonucu alt boyutu ile anlamli bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Alanyazındaki bulgular beden duyumları ve kaygıya dair cinsiyet farkına işaret etmektedir (Kolk ve diğerleri, 2003). Genel kabul, kadınların erkeklere kıyasla daha kaygılı ve bedenlerindeki değişime daha duyarlı olduğu yönündedir. Nitekim, kişilikle ilgili faktörler (yüksek kaygı duyarlılığı) ve biyolojik faktörler (üreme hormonlarındaki dalgalanmalar) kaygının duygusal ve bedensel duyarlılık deneyiminde kadınları daha hassas hale getirmektedir (McLean ve Anderson, 2009). Yapılan çalışmaların pek çoğu kadın olmanın birçok faktörle ilişkili olarak kaygı bozuklukları geliştirmeye dair bir yatkınlık faktörü olduğunu göstermektedir (Bruce ve diğerleri, 2005; Lebel ve diğerleri, 2020; Williams ve Wiebe, 2000). Alanyazındaki bulgular, kadınların bedensel duyumlarını daha fazla felaketleştirdiği ve sonucunda daha fazla kaygılandığı yönündedir (Gautreau ve diğerleri, 2014; Ginsberg, 2004). Buradan hareketle, beden duyumlarını fark etmektense duyumlara atfedilen anlamlar bakımından kadın ve erkeklerin farklılaştığı düşünölmüştür. Gautreau ve diğerleri (2014), sosyalizasyon süreçlerinin bu farkı ortaya çıkarmış olabileceğini öne sürmüştür. Kadınlar daha çok hislerini ifade etme ve sosyal destek arama konusunda desteklenirken erkekler yaşadıkları sorunlarla kendi başlarına baş etmeleri gerektiğini öğrenmişlerdir (Tamres ve diğerleri, 2002). Buna göre erkek,

kaygılanmadan, korkmadan, yardım istemeden bütün sıkıntılarla baş etmelidir. Esasen erkekler için oldukça kısıtlayıcı ve yalnızlaştırıcı olan bu inanç, sağlık kaygısının gelişmesi noktasında koruyucu bir faktöre dönüşüyor olabilir. Bilindiği üzere diğerlerinden güvence arama davranışı, sağlık kaygısının meydana gelmesinde ve sürmesinde oldukça etkilidir (Birnie ve diğerleri, 2013). Tüm bunlar, sosyal öğretilerin erkekleri diğerlerinden güvence arama konusunda uzak tutuyor olabileceğini düşündürmüştür.

Araştırmada karşımıza çıkan bulgulardan bir diğeri, kadınlarda beden duyumu-kaygı ile iç kontrol odağı ve psikolojik iyi oluş arasında negatif bir ilişki olduğudur. Buna karşın, beden duyumu-kaygı ile duygu düzenleme güçlüğü, şans ve güçlü diğerleri arasında pozitif bir ilişki gözlenmiştir. Buradan hareketle kadınların beden duyularına duyarlılıkları arttıkça sağlıkları üzerinde hissettikleri kontrol ve psikolojik iyi oluşları azalmaktadır. Nitekim, kaygıları arttıkça duygularını düzenlemede yaşadıkları güçlük artmakta ve sağlıkları üzerinde şansın ve güçlü diğer kişilerin etkisi olduğuna dair inançları artmaktadır. Sağlık kaygısının bilişsel-davranışçı formülasyonu düşünüldüğünde bu bulgular daha anlamlı hale gelmektedir; hissedilen beden duyumunun felaketeleştirilmesi, beraberinde yükselen kaygının bedensel belirtileri daha da arttırması, kaygının daha da yükselmesi ve bu duyguyla baş etmede güçlük, sağlığı üzerinde bir etkisi ve kontrolü olmadığına dair inancın belirtileri ve kaygıyı daha da alevlendirmesi.

Bedensel duyarlılık-kaygı ve hastalığın olumsuz sonucu alt boyutlarında duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkide cinsiyetler arası farklılıklar dikkat çekmektedir. Hastalığın olumsuz sonucu alt boyutunda benzer biçimde kadınlar, duygu düzenleme güçlüğü'nün tüm alt boyutlarında (strateji, amaç, kabul etmeme, dürtüsellik, açıklık, farkındalık) pozitif ve anlamlı bir ilişki gösterirken erkeklerde yalnızca duygu düzenleme güçlüğü'nün farkındalık alt boyutunda pozitif ve anlamlı bir ilişki görülmüştür. Hastalığın olumsuz sonucu olacağına dair endişeler arttıkça kadınların duygularını düzenlemede güçlükler yaşamaları, toplumsal cinsiyet rollerinin etkili olabileceğini akla getirmektedir. Kültürümüzde erkeklerin duygularıyla temasının kadınlara kıyasla daha az olması gerektiği ve erkeklerin duyguyla temasının “zayıflık” olarak algılandığı bilinmektedir. Erkeğe biçilen rolün güçlü, olumsuzluklardan etkilenmeyen, korumacı gibi sıfatlarla daha çok tanımlanması mevcut bulguyu bu açıdan değerlendirmeye açık hale getirmektedir. Korku, kaygı ve kaçınmanın erkekler için kabul görmemesi ve erkeklerin “daha cesur” olmalarının beklenmesi kaygı yaratan durumlarla karşılaştıklarında daha fazla çözüme yönelik baş etme biçimleri geliştirmelerine yol açmıştır (Bem, 1981). Dolayısıyla hastalığın olumsuz sonucuna dair endişeler, erkeklerin hemen çözülmesi gereken ve zayıflık göstermemeleri gereken bir alan olarak görülüp duyguyu düzenlemede zorluklarla daha az ilişkilendiriliyor olabilir. Duygu düzenlemede erkekler için tek anlamlı ilişki olan duygu farkındalık eksikliğinin, kadınlara kıyasla hastalığın olumsuz

sonucu endişesiyle daha güçlü bir ilişkide olduğu görülmektedir. Bununla birlikte kadınların erkeklere kıyasla sözel olmayan duygu ifadelerini fark etme becerilerinin daha iyi olduğu bilinmektedir (Hall, (1987), akt. McLean ve Anderson, 2009). Yapılan bir çalışmaya göre anneler, kız çocuklarıyla daha çok duygudurumları üzerine konuşmaktadırlar. Öte yandan, annelerin erkek çocuklarıyla daha çok durumun sebepleri ve sonuçları üzerine konuştukları görülmüştür. Nitekim, bu da erkekleri duyguyu yaşamak ve fark etmekten alıkoyan ve problemi çözmeye iten bir durum olmuştur (Greif ve diğerleri (1981), akt. McLean ve Anderson, 2009). Buradan hareketle, duyguyu yaşamamanın ve fark etmenin çocukluktan başlayarak cinsiyetler arasında farklı ilişkiler gösterebileceğini düşündürmüştür. Toplumsal cinsiyet rollerinin “erkek” için beraberinde getirdiği problem çözme, sorunla mücadele etme ve güçlü olma iken “kadına biçilen rol” ise daha duygusal, empatik ve hassas olmak olmuştur. Dolayısıyla duyguyu fark etmede zorluk ve hastalığın olumsuz sonucu arasındaki ilişkide cinsiyet farkı, toplumsal cinsiyet rolleri penceresinden bakıldığında daha anlaşılır hale gelmiştir.

Sağlıkla ilgili endişeler, panik semptomlarında da önemli bir yer tutmaktadır. Panik semptomlarının şiddeti ile açıklık ve duyguyu kabul etmeme arasındaki ilişki bazı çalışmalar tarafından gösterilirken farkındalık boyutu için beklenen ilişki bulunamamıştır (Tull ve diğerleri, 2008; Tull ve Roemer, 2007). Araştırmacılar, panik atak yaşayanların duygusal farkındalık eksiklikleri olmayabileceğini öne sürmüştür. Aksine, duygusal farkındalığın ve uyarılmanın fazla olmasının duyguyu tam anlamıyla deneyimlemeyi ve duyguları ayırt etmeyi zorlaştırabileceği belirtilmiştir (Tull ve Roemer (2007), akt. Rugancı ve Gençöz, 2010). Mevcut çalışmada, farkındalık eksikliği her iki cinsiyetin de güçlük yaşadığı bir alt boyuttur. Panikle ilgili bulgu ışığında bakıldığında sağlık kaygısı yaşayan bireyler de duyguyu fark etmekle ilgili bir eksiklikten ziyade artan uyarılmayla duyguyu deneyimlemede bir zorluk yaşıyor olabilirler. Bu bulgu terapistlerin sağlık kaygısına klinik müdahalelerde duygu düzenleme güçlükleriyle ilgili odaklanabilecekleri farklı bir alana dikkat çekmektedir.

Mevcut çalışmada hastalığın olumsuz sonucunu düşünme ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide kadınlar için negatif, erkekler için ise pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bir başka deyişle, hastalığın olumsuz sonucu üzerine düşünmek erkekler için iyi oluşu artırırken kadınlar için tam tersi bir etkiye yol açmaktadır. Bem (1981)’in cinsiyet rolleri teorisinden hareketle bu bulguya bakıldığında, kadınlar daha fazla kaygı ve kaçınma tepkisiyle karşılık vererek iyi oluş düzeylerinin düşmesine sebep oluyor olabilir. Öte yandan erkekler ise zaten alışık oldukları biçimde durumların sebepleri ve sonuçları üzerine düşünmeyi bir problem çözme olarak deneyimleyip iyi oluşlarını olumlu yönde etkiliyor olabilir.

Mevcut çalışma kapsamında oluşturulan regresyon modeli sonuçlarına bakıldığında cinsiyet ve sağlık kontrol odağının modele anlamlı bir katkısının olmadığı ancak duygu

düzenleme güçlüğünün modele olumsuz yönde anlamlı bir katkı sağladığı görülmektedir. Anlamlı korelasyonlara bakıldığında (kadınlarda iyi oluş ile sağlık kontrol odağı boyutları arasında sırasıyla  $.17^{**}$ ,  $-.21^{**}$ ,  $-.06$ ; erkeklerde ise  $.03$ ,  $.12$ ,  $.13$ ) cinsiyete bağlı bir etki olabileceği düşünülmüş ancak bulgular bu yönde olmamıştır. Alanyazında cinsiyetin psikolojik iyi oluşa etkisine dair bulgular tartışmalıdır. Kimi çalışmalar kadın olmanın pek çok psikolojik ve fiziksel zorlanmalar için yatkınlaştırıcı bir faktör olduğunu söylerken kimi çalışmalar cinsiyetin anlamlı bir fark yaratmadığını belirtmektedir (Haw, 2014). Mevcut çalışmadaki bu bulgunun, katılımcı sayısının cinsiyet dağılımlarının dengesiz oluşundan kaynaklanmış olabileceği düşünülmüştür. Oluşturulan modele anlamlı bir katkı sağlayacağı düşünülen sağlık kontrol odağının, beklenenin aksine modele katkısının olmadığı görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde araştırma sonuçlarının çoğu kontrol odağının dışsal etmenlere (şans/kader ve güçlü diğerleri) bağlı olmasının iyi oluşu olumsuz etkilediğini göstermektedir (örn., Feeney, 1995). Ancak iç kontrol odağı ve sağlık kaygısı arasındaki ilişkiye dair çelişkili sonuçlar dikkat çekmektedir. Bazı araştırmalarda değişkenler arası anlamlı bir ilişki gözlenirken (örn., Chorpita ve Barlow, 1998), bazılarında bir ilişki bulunamamıştır (örn., Skidmore ve diğerleri, 2014). Daha geniş ve cinsiyetin daha dengeli dağıldığı bir araştırma düzeninde, çalışmanın tekrarı sağlık kontrol odağının iyi oluşa etkisini daha iyi gözlemlemeye yardımcı olabilir. Aynı zamanda sağlık kontrol odağının aracılık veya düzenleyicilik etkisinin incelendiği araştırma desenleri ile daha kapsamlı incelenebileceği düşünülmüştür. Alanyazında sağlık kontrol odağı ile aracılık ve düzenleyicilik etkisinin görüldüğü sağlığa verilen değer (Wallston, 1992), öz-yeterlilik ve hastalık şiddeti (Shelley ve Pakenham, 2004) gibi farklı değişkenler mevcuttur. İlk basamakta analize dahil edilen sağlık kaygısı, beklendiği gibi psikolojik iyi oluşu olumsuz yönde anlamlı olarak yordamıştır. Alanyazındaki pek çok çalışma bu bulguyu destekler niteliktedir (Bleichhardt ve Hiller, 2007; Murphy ve diğerleri, 2016; Yılmaz ve Dirik, 2020).

Oluşturulan modele ikinci basamakta dahil edilen duygu düzenleme güçlüğü, beklendiği üzere psikolojik iyi oluşu olumsuz yönde ve anlamlı olarak yordamıştır. Bu bulgu, alanyazında pek çok araştırmada desteklenmiştir (Aldao ve diğerleri, 2010; Haga ve diğerleri, 2009). Duygu düzenleme güçlüğünün modele eklenmesiyle birlikte modelin açıkladığı varyans neredeyse iki katına çıkmıştır. Buradan hareketle mevcut çalışmadan elde edilen bulgular pek çok insanın erişmeye çalıştığı psikolojik iyi oluşun sağlık kaygısı ve duygu düzenleme güçlükleriyle olumsuz yönde yordandığı sonucuna varılmıştır. Psikoterapi uygulamalarında terapistlerin özellikle sağlık kaygısı söz konusu olduğunda duygu düzenleme güçlüklerini göz önünde bulundurmasının, kişilerin psikolojik iyi oluşunu destekleme noktasında faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Mevcut çalışmanın güçlü yanlarına bakıldığında öncelikle alanyazında iyi oluş üzerinde ayrı ayrı çalışılmış yapıların ilk kez bir arada değerlendirilmesi olduğu düşünülmektedir. Bu

bakımdan elde edilen sonuçların alanyazına önemli katkılar sağlayabileceği düşünülmüştür. Çalışmanın sınırlılıklarına bakıldığında ise en başta katılımcıların cinsiyete göre dengeli olarak dağılım göstermemesi sayılabilir. Örneklemin büyük bir kısmını kadın katılımcılar oluşturmuştur ve bu durum bulguların yorumlanmasını ve genellenmesini zorlaştırmıştır. Söz konusu psikolojik araştırmalara çoğunlukla kadın katılımcılar gönüllü olarak dahil olmaktadır. Mevcut çalışmada da kolay ulaşılabilir örnekleme yoluyla katılımcılara ulaşılmış ve cinsiyetin dağılımının dengesiz olduğu görülmüştür. Kadın ve erkek katılımcı sayılarındaki farklılık dikkat çekicidir. Bu fark özellikle psikolojik araştırmalar göz önüne alındığında daha anlamlı olabilir. Psikolojik araştırmalarda katılımcılardan çoğunlukla kendilerine, iç dünyalarına dair bir değerlendirme beklenir. Kadınların erkeklere nazaran duyguları ve iç dünyalarıyla daha fazla ilişkili olduğu bilinmektedir. Tüm bunlar bir arada düşünüldüğünde örneklemdaki cinsiyet dağılımındaki dengesizlik daha anlaşılır olmaktadır. Aynı zamanda çevrimiçi olarak verilerin toplanmış olması toplumun teknolojiyle daha iyi bir ilişkisi ve erişimi olan kesimine ulaşmaya sebep olmuş olabilir. Dolayısıyla bu durum yine elde edilen bulguların genellenmesini zorlaştırmaktadır. Toplumun erişilen kesimi görece daha eğitimli, daha çok şehirde yaşayan ve sosyo-ekonomik düzeyi daha yüksek olabilir. Gelecek çalışmaların bu sınırlılıkları göz önünde bulundurması ve bu çalışmada beklenen etkisi gözlemlenemeyen sağlık kontrol odağının aracı veya düzenleyici etkisinin incelenmesi faydalı bilgiler sunacaktır.

Mevcut çalışmanın örneklemini 18-53 yaş arası katılımcılar oluşturmuştur. Özellikle yaş ve cinsiyetin hastalığa ilişkin davranışları etkilediği bilinmektedir (Kandrack ve diğerleri 1991). Yaşın etkisi bu çalışmada incelenmemiştir ancak araştırmaya dahil olan grubun yaş aralığının oldukça geniş olduğu düşünüldüğünde yaşın etkisinin sınanması daha kapsamlı bir bilgi sunabilir. Sağlıkla ilgili sorunlar yaşla birlikte bir artış gösterebilir, dolayısıyla bireylerin yaşadıkları sağlık kaygıları da farklı yaş grupları için başka anlamlara geliyor olabilir. Gelecek çalışmalarda yaşın da dahil olduğu modeller ile sağlık kaygıları ve iyi oluş arasındaki ilişkide yaşın etkisinin incelenmesi oldukça önemli bilgiler sunabilir.

---

**Yazar Notu:**

Bu çalışma, ikinci yazarın danışmanlığında birinci yazarın doktora teziyle ilişkili olarak yazılmıştır.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Sorumlu yazar Uzm. Psk. Burcu Yıldırım Altınok, alanyazın taraması, verilerin toplanması ve analizi, makalenin yazımına katkı sağlamıştır. Prof. Dr. İhsan Dağ, araştırmanın planlanması, yazım sürecinin süpervizyonu ve makalenin kontrol sürecine katkı sağlamıştır.

**Çıkar Çatışması Beyanı:**

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan etmiştir.

**Finansal Destek Beyanı:**

Yazarlar, bu çalışma için finansal destek alınmadığını beyan etmiştir.

**Etik Kurul Onayı:**

Bu çalışma, Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyon onayı ile gerçekleştirilmiştir. (10.08.2022 tarihli E-35853172-300-00002328815 sayılı karar)

---

### Kaynakça

- Abasi, I., Pourshahbaz, A., Mohammadkhani, P., ve Dolatshahi, B. (2017). Mediation role of emotion regulation strategies on the relationship between emotional intensity, safety and reward motivations with social anxiety symptoms, rumination and worry: A structural equation modeling. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 11(3), e9640. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.9640>
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S. ve Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Ruhsal bozuklukların tanınal ve sayımsal elkitabı* (5.Basım). (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Asmundson, G., Abramowitz, J. S., Richter, A. ve Whedon, M. (2010). Health anxiety: Current perspectives and future directions. *Curr Psychiatry Rep.*, 12(4), 306-312. <https://doi.org/10.1007/s11920-010-0123-9>
- Aydemir, Ö., Kırpınar, İ., Satı, T., Uykur, B. ve Cengiz, C. (2013). Sağlık Anksiyetesi Ölçeği'nin Türkçe için güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 50(4), 325-331. <https://doi.org/10.4274/npa.y6383>
- Barsky, A. J. ve Ahern, D. K. (2004). Cognitive behavior therapy for hypochondriasis: a randomized controlled trial. *JAMA*, 291(12), 1464–1470. <https://doi.org/10.1001/jama.291.12.1464>
- Barsky, A. J., Wyshak, G., Klerman, L. G. ve Latham, K. S. (1990). The prevalence of hypochondriasis in medical outpatients. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 25(2)89–94. <https://doi.org/10.1007/BF00794988>.
- Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88(4), 354–364. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-295X.88.4.354>
- Birnie, K., Sherry, S., Doucette, S., Sherry, D., Hadjistavropoulos, H. ve Stewart, S. (2013). The interpersonal model of health anxiety: testing predicted paths and model specificity. *Personality and Individual Differences*, 54(7), 856–861. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.12.028>
- Bleichhardt, G. ve Hiller, W. (2007). Hypochondriasis and health anxiety in German population. *British Journal of Health Psychology*, 12(4), 511-523. <https://doi.org/10.1348/135910706X146034>
- Bruce, S. E., Yonkers, K. A., Otto, M. W., Eisen, J. L., Weisberg, R. B., Pagano, M., Shea, M. T. ve Keller, M. B. (2005). Influence of psychiatric comorbidity on recovery and recurrence in generalized anxiety disorder, social phobia, and panic disorder: a 12-year prospective study. *Am J Psychiatry*, 162(6), 1179-1187. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.162.6.117>
- Caprara, G.V., Alessandri, G., Eisenberg, N., Kupfer, A., Steca, P., Caprara, M.G., Yamaguchi, S., Fukuzawa, A. ve Abela, J. (2012). The Positivity Scale. *Psychol. Assess.*, 24(3), 701–712. <https://doi.org/10.1037/a0026681>
- Chorpita, B. F. ve Barlow, D. H. (1998). The development of anxiety: the role of control in the early environment. *Psychol Bull.*, 124(1), 3-21. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.124.1.3>
- Cisler, J. M., Olatunji, B. O., Feldner, M. T. ve Forsyth, J. P. (2010). Emotion regulation and the anxiety disorders: An integrative review. *J Psychopathol Behav Assess*, 32(1), 68–82. <https://doi.org/10.1007/s10862-009-9161-1>
- Costanza, R., Kubiszewski, I., Giovannini, E., Lovins, H., McGlade, J. ve Pickett, K. E. (2014). Time to leave GDP behind. *Nature*, 505(7483), 283–285. <https://doi.org/10.1038/505283a>

- Crisson, J. E. ve Keefe, F. J. (1988). The relationship of locus of control to pain coping strategies and psychological distress in chronic pain patients. *Pain*, 35(2), 147-154. [https://doi.org/10.1016/0304-3959\(88\)90222-9](https://doi.org/10.1016/0304-3959(88)90222-9)
- Diener, E., Oishi, S. ve Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253-260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. ve Oishi, S. (2009). New measures of wellbeing. E. Diener (Ed.) *Social indicators research series*, 39 (ss. 247-266). Berlin: Springer Science and Business Media B.V. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4\\_12](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_12)
- Ellard, K. K., Fairholme, C. P., Boisseau, C. L., Farchione, T. J. ve Barlow, D. H. (2010). Unified protocol for the transdiagnostic treatment of emotional disorders: Protocol development and initial outcome data. *Cognitive and Behavioral Practice*, 17(1), 88-101. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2009.06.002>
- Faravelli, C., Salvatori, S., Galassi, F., Aiazzi, L., Drei, C. ve Cabras, P. (1997). Epidemiology of somatoform disorders: a community survey in Florence. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 32(1), 24-29. <https://doi.org/10.1007/BF00800664>
- Feeney, J. A. (1995). Adult attachment, coping style and health locus of control as predictors of health behaviour. *Australian Journal of Psychology*, 47(3), 171-177. <https://doi.org/10.1080/00049539508257520>
- Fergus, T. A. ve Valentiner, D. P. (2010). Disease phobia and disease conviction are separate dimensions underlying hypochondriasis. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 41(4), 438-444. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2010.05.002>
- Foa, E. B. ve Kozak, M. J. (1986). Emotional processing of fear: exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, 99(1), 20-35. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.99.1.20>
- Frazier, L. D. ve Waid, L. D. (1999). Influences on anxiety in later life: the role of health status, health perceptions, and health locus of control. *Aging Ment Health*, 3(3), 213-220. <https://doi.org/10.1080/13607869956163>
- Gautreau, C. M., Sherry, S. B., Sherry, D. L., Birnie, K. A., Mackinnon, S. P. ve Stewart, S. H. (2014). Does Catastrophizing of Bodily Sensations Maintain Health-Related Anxiety? A 14-Day Daily Diary Study with Longitudinal Follow-Up. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 43(4), 502-512. <https://doi.org/10.1017/S1352465814000150>
- Ginsberg, D. (2004). Women and anxiety disorders. *CNS Spectrums*, 9(9), 1-16. <https://doi.org/10.1017/S1092852900001978>
- Görge, S. M., Hiller, W. ve Witthöft, M. (2014). Health anxiety, cognitive coping, and emotion regulation: A latent variable approach. *International Journal of Behavioral Medicine*, 21(2), 364-374. <https://doi.org/10.1007/s12529-013-9297-y>
- Gratz, K. L. ve Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gross, J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>



- Gross, J. J. ve John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Güzel, A., Turan, S. ve Ünner, S. (2019). Turkish validity and reliability of Multidimensional Health Locus of Control Scale Form A. *Int J Nurs Pract.*, 26(5), e12813. <https://doi.org/10.1111/ijn.12813>
- Haenen, M. A., de Jong, P. J., Schmidt, A. J. M., Steven, S. ve Visser, L. (2000). Hypochondriacs' estimation of negative outcomes: Domain-specificity and responsiveness to reassuring and alarming information. *Behaviour Research and Therapy*, 38(8), 819–833. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(99\)00128-X](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00128-X)
- Haga, S. M., Kraft, P. ve Corby, E. K. (2009). Emotion regulation: Antecedents and well-being outcomes of cognitive reappraisal and expressive suppression in cross-cultural samples. *J Happiness Stud*, 10(3), 271–291. <https://doi.org/10.1007/s10902-007-9080-3>
- Haw, C. (2014). Psychological perspectives on womens vulnerability to mental illness. D. Kohen (Ed.), *Women and Mental Health* (ss. 65-105). Routledge.
- Hoehn-Saric, R. ve McLeod, D. R. (1985). Locus of control in chronic anxiety disorders. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 72(6), 529–535. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1985.tb02650.x>
- Kandrack, M., Grant, K. R. ve Segall, A. (1991). Gender differences in health related behaviour: some unanswered questions. *Soc Sci Med*, 32(5), 579–590. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(91\)90293-L](https://doi.org/10.1016/0277-9536(91)90293-L)
- Karademias, E. C. (2009). Effects of exposure to the suffering of unknown persons on health-related cognitions, and the role of mood. *Health.*, 13(5), 491-504. <https://doi.org/10.1177/1363459308336793>
- Karstoft, K. I., Armour, C., Elklit, A. ve Solomon, Z. (2015). The role of locus of control and coping style in predicting longitudinal PTSD-trajectories after combat exposure. *Journal of Anxiety Disorders*, 32, 89-94. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.03.007>
- Kolk, A. M., Hanewald, G.J.F.P., Schagen, S. ve Gijbbers van Wijk, C. M. (2003). A symptom perception approach to common physical symptoms. *Social Science & Medicine*, 57(12), 2343–2354. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(02\)00451-3](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(02)00451-3)
- Kulpa, M., Kosowicz, M., Stypula-Ciuba, B. J. ve Kazalska, D. (2014). Anxiety and depression, cognitive coping strategies, and health locus of control in patients with digestive system cancer. *Prz Gastroenterol*, 9(6), 329–335. <https://doi.org/10.5114/pg.2014.47895>
- Kulpa, M., Ziętalewicz, U., Kosowicz, M., Stypula-Ciuba, B. ve Ziółkowska, P. (2016). Anxiety and depression and cognitive coping strategies and health locus of control in patients with ovary and uterus cancer during anticancer therapy. *Contemp Oncol (Pozn)*, 20(2), 171-175. <https://doi.org/10.5114/wo.2016.60074>
- Lebel, S., Mutsaers, B., Tomei, C., Leclair, C. S., Jones, G., Petricone-Westwood, D., Rutrowski, N., Ta, V., Trudel, G., Laflamme, S. Z., Lavigne, A. A. ve Dinkel, A. (2020). Health anxiety and illness-related fears across diverse chronic illnesses: A systematic review on conceptualization, measurement, prevalence, course, and correlates. *PLoS ONE*, 15(7), e0234124. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0234124>
- Levenson, H. (1973). Reliability and validity of the I, P, and C scales - a multidimensional view of locus of control. *American Psychological Association Convention*, 9, 1-8. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED087791.pdf>

- MacSwain, K., Sherry, S., Stewart, S., Watt, M., Hadjistavropoulos, H. ve Graham, A. (2009). Gender differences in health anxiety. *Personality and Individual Differences*, 47(8), 938–943. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.07.020>
- Marcus, D. K., Hughes, K. T. ve Arnau, R. C. (2008). Health anxiety, rumination, and negative affect: a mediational analysis. *J Psychosom Res.*, 64(5), 495–501. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2008.02.004>
- Mauss, I. B., Cook, C. L., Cheng, J. Y. ve Gross, J. J. (2007). Individual differences in cognitive reappraisal: Experiential and physiological responses to an anger provocation. *International Journal of Psychophysiology*, 66(2), 116–124. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2007.03.017>
- McLean, C. P. ve Anderson, E. R. (2009). Brave men and timid women? A review of the gender differences in fear and anxiety. *Clin Psychol Rev.*, 29(6), 496–505. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.05.003>
- Murphy, K. M., McGuire, A. P., Ericson, T. M. ve Mezulis, A. H. (2016). Somatic symptoms mediate the relationship between health anxiety and health-related quality of life over eight weeks. *Stress and Health*, 33(3), 244–252. <https://doi.org/10.1002/smi.2694>
- Murray, I. ve Corny, R. (1989). Locus of control in health: The effects of psychological well-being and contact with the doctor. *The International Journal of Social Psychiatry*, 35(4), 361–369. <https://doi.org/10.1177/002076408903500409>
- Nafradi, L., Nakamoto, K. ve Schulz, P. J. (2017). Is patient empowerment the key to promote adherence? A systematic review of the relationship between self-efficacy, health locus of dev n and medication adherence. *PloS one*, 12(10), e0186458. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0186458>
- Noyes, R., Kathol, R. G., Fisher, M. M., Phillips, B. M., Suelzer, M. T. Ve Holt, C. S. (1993). The validity of DSM-III-R hypochondriasis. *Arch Gen Psychiatry*, 50(12), 961–970. <https://doi:10.1001/archpsyc.1993.01820240045006>
- Olatunji, B. O., Etzel, E. N., Tomarken, A. J., Ciesielski, B. G. ve Deacon, B. (2011). The effects of safety behaviors on health anxiety: an experimental investigation. *Behav Res Ther*, 49(11), 719–728. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2011.07.008>
- Owens, K. M. B., Asmundson, G. J. G., Hadjistavropoulos, T. ve Owens, T. J. (2004). Attentional bias toward illness threat in individuals with elevated health anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 28(1), 57–66. <https://doi.org/10.1023/B:COTR.0000016930.85884.29>
- Paschali, A. A., Mitsopoulou, E., Tsaggarakis, V. ve Karademas, E. C. (2012). Changes in health perceptions after exposure to human suffering: using discrete emotions to understand underlying processes. *Plos ONE*, 7(4),1-8. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0035854>
- Quinn, D. ve Norris, H. (1986). Multidimensional health locus of control: a new perspective on the psychopathology of anxiety and depression. *Psychol Rep.*, 58(3), 903–914. <https://doi.org/10.2466/pro.1986.58.3.903>
- Rachman, S. (2012). Health anxiety disorders: A cognitive construal. *Behav Res Ther*, 50(7-8), 502–512. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2012.05.001>
- Rapee, R. M., Craske, M. G., Brown, R. A. ve Barlow, D. H. (1996). Measurement of perceived control over anxiety-related events. *Behavior Therapy*, 27(2), 279–293. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(96\)80018-9](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(96)80018-9)
- Rassin, E., Muris, P., Franken, I. ve van Straten, M. (2008). The feature-positive effect and hypochondriacal concerns. *Behaviour Research and Therapy*, 46(2), 263–269. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.11.003>

- Richardson, A., Field, T., Newton, R. ve Bendell, D. (2012). Locus of control and prenatal depression. *Infant Behav Dev.*, 35(4), 662-668. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2012.07.006>
- Rideout, A., Tolmie, E. ve Lindsay, G. (2017). Health locus of control in patients undergoing coronary artery surgery—changes and associated outcomes: a seven-year cohort study. *European JCN.*, 16(1), 46-56. <https://doi.org/10.1177/14745151166636501>
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1-28. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
- Rotter, J. B. (1990). Internal versus external control of reinforcement. A case history of a variable. *The American Psychologist*, 45(4), 489-493. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.45.4.489>
- Rugancı, R. N. (2008). *The relationship among attachment style, affect regulation, psychological distress and mental construction of the relational world*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Rugancı, R. N. ve Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a turkish version of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 1-14. <https://doi.org/10.1002/jclp.20665>
- 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(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Salkovskis, P. M., Rimes, K. A., Warwick, H. M. ve Clark, D. M. (2002). The Health Anxiety Inventory: development and validation of scales for the measurement of health anxiety and hypochondriasis. *Psychol Med*, 32(5), 843-853. doi: 10.1017/S0033291702005822.
- Salkovskis, P. M., Warwick, M. C. ve Deale, A. C. (2003). Cognitive-behavioral treatment for severe and persistent health anxiety (Hypochondriasis). *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 3(3), 353-367. <https://doi.org/10.1093/brief-treatment/mhg026>
- Shelley, M. ve Pakenham, K. I. (2004). External health locus of control and general self-efficacy: moderators of emotional distress among university students. *Aust J Psychol*, 56(3), 191-199. <https://doi.org/10.1080/00049530412331283336>
- Skidmore, J. R., Dyson, S. J., Kupper, A. E. ve Calabrese, D. (2014). Predicting illness behavior: Health anxiety mediated by locus of control. *Am J Health Behav.*, 38(5), 699-707. <https://doi.org/10.5993/AJHB.38.5.7>
- Tabachnick, B. ve Fidell, L. (2007). *Using multivariate statistics* (5. Basım). Allyn & Bacon/Pearson Education.
- Tamres, L., Janicki, D. ve Helgeson, V. (2002). Sex differences in coping behavior. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2-30. [https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601\\_1](https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601_1)
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3), 374-384. <https://DOI:10.13140/RG.2.1.2414.4480>
- Thakral, S., Bhatia, T., Gettig, E. A., Nimgaonkar, V. ve Deshpande, S. N. (2014). A comparative study of health locus of control in patients with schizophrenia and their first degree relatives. *Asian Journal of Psychiatry*, 7(1), 34-37. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2013.10.004>
- Troy, A. S., Shallcross, A. J. ve Mauss, I. B. (2013). A person-by-situation approach to emotion regulation: cognitive reappraisal can either help or hurt, depending on the context. *Psychol Sci.*, 24(12), 2505-2514. <https://doi.org/10.1177/0956797613496434>

- Tull, M. T., Rodman, S. A. ve Roemer, L. (2008). An examination of fear of bodily sensations and bodily hypervigilance as predictors of emotion regulation difficulties among individuals with a recent history of uncued panic attacks. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(4), 750–760. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.08.001>
- Tull, M. T., ve Roemer, L. (2007). Emotion regulation difficulties associated with the experience of uncued panic attacks: Evidence of experiential avoidance, emotional nonacceptance, and decreased emotional clarity. *Behavior Therapy*, 38(4), 378–391. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2006.10.006>
- Twenge, J. M., Zhang, L. ve Im, C. (2004). It's beyond my control: A cross-temporal meta-analysis of increasing externality in locus of control, 1960–2002. *Pers Soc Psychol Rev.*, 8(3), 308–319. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0803\\_5](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0803_5)
- Tyrer, P., Cooper, S., Crawford, M., Dupont, S., Green, J., Murphy, D., Salkovskis, P., Smith, G., Wang, D., Bhogal, S., Keeling, M., Loeberberg, G., Seivewright, R., Walker, G., Cooper, F., Evered, R., Kings, S., Kramo K., McNulty, A., ... ve Tyrer, H. (2011). Prevalence of health anxiety problems in medical clinics. *Journal of Psychosomatic Research*, 71(6), 392–394. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2011.07.004>
- Wallston, K. A. (1992). Hocus-pocus, the focus isn't strictly on locus: Rotter's social learning theory modified for health. *Cognitive Therapy and Research*, 16(2), 183–199. <https://doi.org/10.1007/BF01173488>
- Wallston, K. A., Wallston, B. S. ve DeVellis, R. (1978). Development of the Multidimensional Health Locus of Control (MHLC) Scales. *Health Education Monographs*, 6(1), 160–170. <https://doi.org/10.1177/109019817800600107>
- Warwick, H. M. ve Salkovskis, P. M. (1990). Hypochondriasis. *Behaviour Research and Therapy*, 28(2), 105–117. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(90\)90023-C](https://doi.org/10.1016/0005-7967(90)90023-C)
- Williams, P. G. ve Wiebe, D. J. (2000) Individual differences in self-assessed health: Gender, neuroticism and physical symptom reports. *Personality and Individual Differences*, 28(5), 823–835. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00140-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00140-3)
- Yılmaz, Ö. ve Dirik, G. (2020). Yetişkinlerde sağlık kaygısı ve ilişkili değişkenlerin Bilişsel-Davranışçı model kapsamında incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(85), 21–36. <https://doi.org/10.31828/tpd1300443320181011m000014>

## **Some Determinants of Psychological Well-being: Health Anxiety, Difficulty in Emotion Regulation and Health Locus of Control**

### **Summary**

Well-being has been pursued and desired for centuries by people (Costanza et al., 2014). Likewise, psychological well-being is also a part of this, and in recent years, it is thought that well-being stems from the body and mind being “good” as a whole. Psychological well-being, a difficult concept to define, is associated with feelings and thoughts that include a fulfilling life and self-worth. According to Ryff (1989), psychological well-being is the ability to manage difficulties encountered throughout life. Nowadays, the psychology literature expands on the concept of “psychological well-being,” and attempts have been made to understand the relationship between psychopathologies and well-being. In addition, the concepts that support well-being have attracted researchers’ attention (Caprara et al., 2012). It has been reported that there are structures that underlie or affect psychological well-being, ranging from genetic to social factors (Diener et al., 2018). In this research, it has focused on health anxiety, difficulty in emotion regulation, and health locus of control which are thought to affect psychological well-being.

The study sample consisted of adults who voluntarily agreed to participate online (N = 510). 475 of the participants (93.13%) were women, and 35 were men (6.87%). The participants were between 18 and 53 years old (Mage = 32.48, SDage = 6.9). They were reached by social media platforms such as Instagram and Twitter. The participants did not receive any participation fee.

The correlation results showed that men and women differ on some sub-scales. In the current study, it was determined that the relationship between thinking about the negative outcome of the disease and psychological well-being was negative for women and positive for men. In other words, thinking about the negative outcome of the disease positively affects the well-being of men but has the opposite effect on women. The results of the regression model showed that gender and health locus of control do not make a significant contribution to the model. Replicating the study in larger research setting with a more balanced gender distribution may help to observe better the effect of health locus of control on well-being. At the same time, it was thought that the health locus of control could be examined more comprehensively with research designs examining the mediating or moderating effect. Health anxiety, which was included in the analysis in the first step, significantly predicted psychological well-being in a negative direction, as expected. Difficulty in emotion regulation, included in the second step of the model, predicted psychological well-being negatively and significantly. With the addition of emotion regulation difficulty to the model, the variance

explained by the model almost doubled. Based on this, the findings obtained from the current study concluded that the psychological well-being that many people strive to achieve is negatively predicted by health anxiety and emotion regulation difficulties. It is thought that in psychotherapy practices, therapists' consideration of emotional regulation difficulties, especially when it comes to health anxiety, may be beneficial in supporting people's psychological well-being.

Considering the strengths of the current study, this is the first study that examined the effect of some structures studied separately on well-being in the literature are evaluated together. In this regard, the results can make significant contributions to literature. Considering the study's limitations, the first is that the participants were not balanced according to gender. The majority of the sample consisted of female participants, making interpreting and generalizing the findings difficult. At the same time, collecting data online may have led to reaching a part of society with a better relation and access to technology. Future studies should consider these limitations and examine the mediating or moderating effect of health locus of control, which might provide helpful information.



Araştırma Makalesi

## Zihinselleştirme Ölçeği'nin Psikometrik Özelliklerinin 14-18 Yaşları Arasındaki Ergenlerde İncelenmesi

Pelin DENİZ\*<sup>1</sup> , Sait ULUÇ<sup>1</sup> 

<sup>1</sup> Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye

### Makale Bilgisi

#### Anahtar Kelimeler:

ergenlik,  
geçerlik,  
güvenirlilik  
saldırganlık,  
zihinselleştirme

#### Keywords:

adolescence,  
aggression,  
mentalization,  
reliability,  
validity

### Öz

Zihinselleştirme kavramı bireyin kendisinin ve diğerlerinin zihinsel durumlarını anlama ve yorumlamaya yönelik çabasını ve becerisini ifade eder. Bu çalışmada daha önce erişkinlerdeki zihinselleştirme becerilerini değerlendirmek üzere geliştirilmiş ve ülkemizde de erişkinler için uyarlama çalışması yapılmış olan Zihinselleştirme Ölçeği'nin ergenlerdeki psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. 14-18 yaş aralığındaki 1399 ergen demografik bilgi formu, Zihinselleştirme Ölçeği ve Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği'nden oluşan ölçek bataryasını doldurmuştur. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonucunda orijinal ve uyarlama çalışmasında ötekiler boyutunda yer alan bir madde kendilik boyutuna alınmıştır. Yinelenen DFA bulgularına göre  $\chi^2/df$ , GFI, AGFI ve RMSEA değerleri ölçeğin ergenler için yapı geçerliğini doğrularken CFI ve TLI değerleri sınır kabul edilen ölçütlerin altında kalmıştır. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ölçeğin tamamı için .70 iken alt boyutlardan güdülenme için .57, ötekiler ve kendilik için .72 olarak hesaplanmıştır. Zihinselleştirmenin ve saldırganlığın boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde kendilik ve ötekiler boyutlarının saldırganlıkla zıt yönde bir ilişki kurduğu dikkat çekmektedir. Kendiliğe yönelik zihinselleştirme becerisi kuvvetli olan gençlerde fiziksel ve sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık eğilimi azalma göstermektedir. Ötekine yönelik zihinselleştirme ve saldırganlık arasındaki ilişkide ise ergenlerin ötekine yönelik zihinselleştirme becerisi sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlığı artırmaktadır. Son olarak alt boyutlar ile cinsiyet arasındaki ilişkide kızlar ve erkekler arasında birtakım farklılıklar tespit edilmiştir. Bu çalışma bulguları Zihinselleştirme Ölçeği'nin ergenlerdeki yapı geçerliğini kısmen de olsa doğrulamakla birlikte gelecekteki çalışmalarda ölçeğin ergen örneklemedeki faktör yapısı ve güvenirlik düzeyi konusunda daha fazla veriyle desteklenmesi gerektiği düşünülmektedir.

### Abstract

Mentalization refers to an individual's effort and capacity to understand and interpret their own and others' mental states. This study aimed to investigate the psychometric properties of the Mentalization Scale (MentS) in adolescents, designed initially to evaluate mentalization skills in adults and has been adapted into Turkish for adults. 1399 adolescents aged 14-18 completed the demographic information form, MentS, and Buss-Perry Aggression Questionnaire. Following the confirmatory factor analysis (CFA), one item in the others sub-dimension was moved to the self sub-dimension. According to CFA findings,  $\chi^2/df$ , GFI, AGFI, and RMSEA values confirmed the construct validity of the scale for adolescents, while CFI and TLI values did not meet the accepted criteria. Internal consistency coefficients were .70 for the whole scale, .57 for motivation, and .72 for others and self. Examining the relationship between the dimensions of mentalization and aggression, it is noteworthy that the self and others dimensions have an opposite relationship with aggression. Physical and verbal aggression, anger, and hostility tendencies decrease in young people with strong mentalizing skills towards the self. Conversely, the other-oriented mentalizing ability of adolescents has been found to increase verbal aggression, anger, and hostility. Finally, the study identified a relationship between sub-dimensions of MentS and gender. While this research offers tentative support for the construct validity of MentS in adolescents, future studies must provide further data on factor structure and reliability levels of MentS in this age group.

\*Sorumlu yazar, Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, 06800, Beytepe, Ankara, Türkiye  
e-posta: ppeindeniz@gmail.com  
DOI: 10.31682/ayna.1399049  
Gönderim Tarihi (Received): 01.12.2023; Kabul Tarihi (Accepted): 09.05.2024  
ISSN: 2148-4376





## **Giriş**

Yansıtıcı işleyiş (Fonagy ve diğerleri, 2016) ya da diğer adıyla zihinselleştirme, bireyin kendisinin ve başkalarının davranışlarının arkasında yatan zihinsel süreçleri, yani duygu, düşünce, inanç ve arzuları, anlama ve yorumlamaya yönelik çok boyutlu çabasına ve yeteneğine işaret etmektedir (Fonagy ve diğerleri, 1998, Fonagy ve Bateman, 2019). Zihinselleştirme, otomatik (örtük, kendiliğinden) ya da kontrollü (açık, istemli) olarak yapılması, içsel ve dışsal olması, kendilik ve diğerlerine odaklanması, bilişsel ve duygulanımsal süreçleri içermesi gibi farklı boyutları kapsamaktadır (Fonagy ve Luyten, 2009; Luyten ve diğerleri, 2012). Bu boyutlar arasındaki dengenin bozulmasının bazı psikolojik belirtilere yol açabileceği öne sürülmüştür (Allen ve diğerleri, 2008; Luyten ve Fonagy, 2015). Bu nedenle, psikopatolojik belirtilerin ayırt edilmesi bir bakıma bireyin zihinselleştirme profilinin oluşturulması, yani bu dengenin hangi boyutlarda bozulduğunun sorgulanmasını içermektedir (Fonagy ve Bateman, 2019). Bu yönüyle zihinselleştirme kavramı psikolojik sağlıkla ilgili pek çok koşul ve durumun tanılar ve kuramlar üstü ve gelişimsel bir yaklaşımla ele alınmasına olanak tanımaktadır (Luyten ve diğerleri, 2020). Örneğin, sınır kişilik bozukluğu (SKB) vakalarında ilişkiler ya da durumlar karmaşıklaştıkça, kontrollü zihinselleştirmenin hızlıca kaybolduğu, kendilik odaklı, duygulanımsal ve dışsal öğelerin ağırlıklı olduğu (Fonagy ve Luyten, 2016; Luyten ve diğerleri, 2020), kendilerinin ve diğerlerinin niyet ve motivasyonlarını anlamalarının güçleştiği, davranışlara yönelik çıkarımların yüzeyselleştiği (De Meulemeester ve diğerleri, 2017; Petersen ve diğerleri, 2016) bir zihinselleştirme süreci gözlenmektedir. Depresyon vakalarında zihinselleştirmedeki bozulmalarla birlikte bilişsel esnekliğin de bozulabildiği (Fischer-Kern ve diğerleri, 2013) ve kronik depresif bireylerde kayıp temalarıyla ilişkili çatışmaların arttığı izlenmektedir (Taubner ve diğerleri, 2011). Ek olarak, zihinselleştirme becerilerindeki bozulmaların antisosyal kişilik bozukluğu (ASKB) (Bateman ve diğerleri, 2013), narsisistik kişilik bozukluğu (NKB) (Choi-Kain ve diğerleri, 2022) ve çekingen kişilik bozukluğu (ÇKB) (Bateman ve diğerleri, 2023) gibi kişilik bozuklukları ile sosyal kaygı bozukluğu ve obsesif-kompulsif bozukluk (Chevalier ve diğerleri, 2021; Sloover ve diğerleri, 2022), travma belirtileri (Berthelot ve diğerleri, 2015; Katzman ve Papouchis, 2023), yeme bozukluğu (Gagliardini ve diğerleri, 2020; Simonsen ve diğerleri, 2020) gibi diğer psikopatoloji tablolarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Erişkinlerle yürütülmüş bu çalışmaların yanı sıra ergenlerdeki zihinselleştirme süreçleriyle ilgili çalışmalar da son yıllarda artış göstermektedir. Özellikle kişilik patolojisi bağlamındaki çalışmalar dikkat çekmektedir. Araştırmalar büyüme ve olgunlaşmayla birlikte erken yaşlardaki kişilik patolojisine ilişkin belirtilerin genel olarak azaldığı, bununla birlikte normal dağılımın yüksek belirtilere işaret eden uçlarındaki bireylerin erişkinlik dönemlerinde



bu belirtilerin daha şiddetli bir hal aldığı ve bunun da kişilik bozukluklarına yatkınlığı artırdığını ortaya koymaktadır (Cohen ve diğerleri, 2005, De Clercq ve diğerleri, 2009). Bu yatkınlığı artıran etmenlerden biri de bireyin yaşamını pek çok açıdan etkileyen zihinselleştirme becerisidir (Luyten ve diğerleri, 2020). Fonagy ve Luyten (2009) bu beceriyi kişilik gelişimi ve kişilik patolojisinin oluşumunda oldukça merkezi bir konuma yerleştirir ve çocukluk çağındaki olumsuz deneyimleri SKB gelişimiyle ilişkilendiren olası bir mekanizma olarak ele alır. SKB görülen ergenler basit zihinselleştirme görevlerini yerine getirebilirken karmaşık görevlerde ya da bağlanmayla ilişkili durumlar söz konusu olduğunda aynı beceriyi gösterememektedir. Bu durum zihinselleştirme eksikliği ya da kaybı olarak değil, zihinselleştirme çarpıtmaları olarak değerlendirilmektedir (Quek ve diğerleri, 2018; Sharp ve Vanwoerden, 2015; Sharp ve diğerleri, 2016). Bu çarpıtmalar özellikle kendilik ve diğerleri arasındaki ayrışmayı sağlamaya yarayacak zihinsel temsillerin birbirine karışmasına, bireyin kişilerarası ilişkilerde benlik duygusunu kaybetmeye karşı savunmasız kalmasına neden olabilmektedir (Fonagy ve Luyten, 2009).

Ergenlikte kişilik patolojisinin oluşumuna yönelik Sharp ve Wall (2018) tarafından önerilen gelişimsel psikopatoloji modeline göre uygun şekilde müdahale edilmeyen içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları ergenlikte kişilik patolojisinin oluşması için uygun bir zemin yaratır. Bu sorunlarla ilgili araştırmalar incelendiğinde özellikle içselleştirme belirtilerinin zihinselleştirmeyeyle ilişkisine dair alanyazında çelişkili bulguların mevcut olduğu görülmektedir. Örneğin; kaygı bozuklukları ve depresyona dair içselleştirme belirtilerindeki artış ile zihinselleştirme becerilerinin zayıflaması arasında birtakım bağlantılar saptanmıştır (Ballespí ve diğerleri, 2018; Porter-Vignola ve diğerleri, 2022). Öte yandan depresyon ve kaygıyla bağlantılı özellikler ile zihin durumlarına yönelik artan farkındalık arasında olumlu bir ilişkinin olabileceği de yakın zamanda yapılmış çalışmalarda gösterilmiştir (Benzi ve diğerleri, 2022; Chevalier ve diğerleri, 2021; Locati ve diğerleri, 2023a). Özellikle depresif belirtilerle ilgili olarak, ergenlikte bireyin kendisine ve ilişkilerine olan dikkatinin yoğunlaşmasıyla artan zihinselliğin depresif belirtileri beraberinde getirebileceği görüşleri hakimdir (Chevalier ve diğerleri, 2021; Chow ve diğerleri, 2017). Alanyazındaki bu çelişkili bulgular yorumlanırken zihinselleştirmenin hangi boyutunun, hangi bağlamda ve nasıl değerlendirildiği (Chevalier ve diğerleri, 2023; Chow ve diğerleri, 2017) ile içselleştirme bozukluklarına eşlik eden kişilik yapılanması ya da kişilik patolojisi (Porter-Vignola ve diğerleri, 2022) de dikkate alınmalıdır.

Zihinselleştirme becerileri ve dışsallaştırma bozuklukları arasındaki ilişkinin içselleştirme sorunlarıyla olan ilişkiye göre daha belirgin olduğu görülmektedir. Zihinselleştirmede bozulma görülen ergenlerde kişilerarası ilişkileri düzenleme becerisi de

olumsuz etkilenecek şekilde şiddet, suç davranışı, dürtüsellik gibi dışsallaştırma belirtileri ortaya çıkabilmektedir (Cropp ve diğerleri, 2019; Fonagy ve Luyten, 2018). Yapılan çalışmalar, zayıf zihinselleştirme becerilerinin istismar yaşantıları ve saldırganlık arasındaki ilişkide rol oynadığı (Adler ve diğerleri, 2021; Taubner ve diğerleri, 2016), dürtüsellik ve dikkatsizlikte birleştiğinde ergenin aile ve okul işlevselliğini bozarak karşı gelme davranışlarını pekiştirebildiği ve duyguların ve duygu düzenlemenin öneminin yadsınarak öfkeye yatkınlık gibi davranım sorunlarına yol açabildiğini (Morosan ve diğerleri, 2020) göstermektedir. Bu bulguların yanı sıra zihinselleştirme becerilerinin koruyucu yönüne vurgu yapan çalışmalarda kendisinin ve başkalarının zihin durumlarını anlamının, ergenlerde dürtüsellik ve dışsallaştırma belirtilerinin azalması ile ilişkili olduğu (Bateman ve diğerleri, 2013; Lind ve diğerleri, 2020), tutarlı ve bütünlüklü bir bellek yapısı oluşturarak bağlanma güvenliğini (Borelli ve diğerleri, 2015) ve özellikle yüksek stres koşullarında yeni durumlara uyum sağlamayı (Locati ve diğerleri, 2023b) desteklediği tespit edilmiştir. Taubner ve diğerlerine (2013) göre bu koruyucu etki saldırganlığın dışavurumunu engellemekte olup özellikle psikopatik kişilik özellikleri olan ergenlerin proaktif saldırganlığa yönelmesinin önüne geçmektedir.

Zihinselleştirme kuramı çerçevesinde yürütülen çalışmaların bir bölümünü ebeveynin zihinselleştirme becerilerinin de değerlendirildiği araştırmalardan oluşturmaktadır. Luyten ve diğerleri (2017) ebeveyn zihinselleştirmesini, ebeveynin ya da bakım verenin çocuğun duyguları, istekleri ya da arzuları olan ve bunun gibi zihinsel süreçlerle güdülenen bir birey olduğunu göz önünde bulundurma düzeyi olarak tanımlamaktadır. Slade'e göre annenin bu kapasitesiye sahip olması çocuğun kendi içsel deneyimlerini annenin temsilleri aracılığıyla keşfetmesini sağlamaktadır (2005). Ebeveynlerin zihinselleştirme becerilerinin yüksek olmasının ergen çocuklarının da benzer şekilde daha gelişmiş zihinselleştirme (Rosso ve diğerleri, 2015) ve sosyal yetkinlik (Benbassat ve Priel, 2012) becerilerine sahip olmaları, duygusal ve davranışsal belirtilerinde azalma (Zayde ve diğerleri, 2023) ile bu çocukların erişkinliklerinde daha anlamlı ve besleyici ilişkiler kurmasıyla (Benbassat ve Shulman, 2016) bağlantılı olduğu saptanmıştır. Kendi çocukluk deneyimlerini bütünlüklü bir şekilde aktaran anneler, kendilerinin ve çocuklarının bağlanmayla ilişkili ihtiyaçlarını daha kolay tespit ederek ve çocuklarının davranışlarının arkasındaki zihinsel durumları daha iyi anlamlandırarak çocuklarının bağlanma örgütlenmesinde (Berthelot ve diğerleri, 2015; Ensink ve diğerleri, 2016; Slade ve diğerleri, 2005) ve zihinselleştirme becerilerinde (Rosso ve Airdi, 2016) olumlu yönde etkili olabilmektedir.

Zihinselleştirme becerilerinin değerlendirilmesi için farklı ölçüm araçları bulunmaktadır (ayrıntılı bilgi için bkz. Luyten ve diğerleri, 2019). İlgili alanyazında en sık

kullanılan görüşmelere dayalı verilerin kodlanmasıyla elde edilen ve zihinselleştirmenin en ideal ölçüm aracı olarak kabul edilen Yansıtıcı İşleyiş Skalası'dır (YİS) (Fonagy ve diğerleri, 1998). YİS, bireyin çocukluğunda kendi ebeveynleriyle ilişkilerini ele alan Yetişkin Bağlanma Görüşmesi (YBG) (George ve diğerleri, 1985) ya da ebeveynin çocuğunun içsel deneyimleri, çocuğuyla olan ilişkisi ve kendi ebeveynlik süreçleri üzerine düşünebilme kapasitesini inceleyen Ebeveyn Gelişim Görüşmesi'nin (EGG) (Slade ve diğerleri, 2004) değerlendirildiği bir kodlama sistemidir. Zihinselleştirme kuramı çerçevesinde yapılan çalışmalarda sıklıkla tercih edilmekte birlikte YBG ve EEG gibi yapılandırılmış görüşme yöntemlerinin uygulanması ile YİS gibi bir kodlama sisteminin eğitimi uzmanlık ve oldukça uzun süreler gerektirmektedir. Bu nedenle özellikle geniş ölçekli niceliksel çalışmaların tamamlanması için çeşitli öz-bildirim araçları geliştirilmeye başlanmıştır (örn.; Dimitrijević ve diğerleri, 2018; Fonagy ve diğerleri, 2016; Hausberg ve diğerleri, 2012). Son yıllarda hem uluslararası alanyazında hem de ülkemizdeki araştırmalarda sıklıkla karşılaşılan kullanılan ölçüm araçlarından biri de Zihinselleştirme Ölçeği'dir (ZÖ) (Dimitrijević ve diğerleri, 2018). ZÖ bireyin zihinselleştirme kapasitesini kendiliğe yönelik zihinselleştirme, ötekilere yönelik zihinselleştirme ve zihinselleştirmeye yönelik güdülenme şeklinde üç boyutta değerlendirir. Bu anlamda ZÖ'nün, çok boyutlu bir kavram olarak tanımlanan (Fonagy ve Luyten, 2009; Luyten ve diğerleri, 2012) zihinselleştirmenin esas olarak kendilik ve öteki odaklı bileşenlerine odaklandığı söylenebilir. ZÖ'nün kendiliğe yönelik zihinselleştirme alt boyutu bireyin kendi zihinsel süreçlerini fark edip anlamlandırmasına odaklı maddeler içermekte olup madde içerikleri genellikle bireyin kendine ait zihinsel süreçlerde yaşadığı belirsizliğe, kafa karışıklığına ve kaçınmacı tutumlara odaklıdır. Ötekine yönelik zihinselleştirme alt boyutunda ise beklendiği üzere bireyin diğerlerinin zihinsel süreçlerine ilişkin farkındalığına dair maddeler bulunmaktadır. Bu maddeler genel olarak ötekinin duygu, düşünce ve davranışlarına yönelik merak, idrak ve bu süreçlere dair yetkinlik belirten cümleler içermektedir. Son olarak zihinselleştirmeye yönelik güdülenme alt boyutunda ise bireyin hem kendisinin hem de ötekinin ruhsal dünyasını anlamaya yönelik istek ve gereksinim bildiren maddeler yer almaktadır. Dimitrijević ve diğerlerinin (2018) hem genel hem de SKB tanısı bulunan klinik örnekleme yürüttüğü çalışmasında ZÖ'nün her iki örnekleme grubunu ayırt edebildiği, empati, duygusal zekâ gibi benzer kavramlarla olumlu yönde ve kaygılı ve kaçınmacı bağlanma örüntüleriyle olumsuz yönde ilişkili olduğu gösterilmiştir. Ülkemizdeki çalışmalarda ise zihinselleştirme kuramına olan ilginin arttığı ve özellikle yüksek lisans ve doktora tezlerinde (örn.; Cüre Acer, 2020; Dedeoğlu, 2022; Köksal, 2017) çeşitli öz-bildirim araçlarından yararlandığı görülmektedir. Yakın bir zamanda ise ZÖ dilimize uyarlanmış ve psikometrik özelliklerinin erişkin örnekleme incelendiği çalışma yayınlanmıştır (Törenli Kaya ve diğerleri, 2023). Törenli Kaya

ve diğerleri erişkinlerle yürüttükleri çalışmada ölçeğin orijinaline (Dimitrijević ve diğerleri, 2018) benzer şekilde üç boyutlu bir yapı elde etmiştir. Şu ana kadar geliştirilen öz-bildirim araçlarının çoğu yetişkinlere yönelik olup ergenler için Gençler için Yansıtıcı İşlevsellik Ölçeği üzerinde yapılan çalışmalar bulunmaktadır (Duval ve diğerleri, 2018; Ha ve diğerleri, 2013; Sharp ve diğerleri, 2009). Ancak bu çalışmaların sayısı erişkinlerde olduğundan daha kısıtlıdır.

Yukarıda özetlenen bulgular ışığında bu çalışmanın amacı ZÖ'nün psikometrik yapısını ergenlerde incelemektir. Bu çalışmada Törenli Kaya ve diğerlerinin (2023) elde ettiği faktör yapısı doğrulayıcı faktör analiziyle değerlendirilerek ölçeğe ilişkin geçerlilik ve güvenilirlik analizleri ergen örnekleme test edilecek ve ayrıca ergenlerin zihinselleştirme kapasitesi ve saldırganlık düzeyi arasındaki ilişki incelenecektir. Yetişkinler için tasarlanmış bu ölçüm aracının belirli bir gelişimsel dönem için uyarlanması, yaş grupları arasında karşılaştırma yapma olanağı sağlayarak ölçülen yapıdaki gelişimsel farklılıklar veya benzerliklerin daha standart bir şekilde incelenmesini kolaylaştırabilir ve ergenlik dönemine özgü hassas ve iyileştirilmiş araçların geliştirilmesi için bir başlangıç noktası oluşturabilir. Son olarak ergenler için uyarlanan bu ölçeğin zihinselleştirmenin ergenlikteki kimlik gelişimi ve psikopatolojik belirtilerle ilişkisine dair yapılacak olan çalışmalara ve ek olarak farklı gelişimsel dönemleri kapsayan araştırmalarla zihinselleştirme özelliklerinin Türk kültüründeki farklılıklarının değerlendirilmesine (Halfon ve Coşkun, 2021) yönelik çalışmalara katkı sağlaması beklenmektedir.

## Yöntem

### Katılımcılar

Bu araştırmanın katılımcılarını Ankara'nın beş farklı ilçesindeki (Altındağ, Çankaya, Etimesgut, Keçiören ve Yenimahalle) liselerde okuyan 14-18 yaş aralığındaki (Ort. = 15.96, SS = 1.19) 1399 ergen oluşturmaktadır. Araştırmada 614 (%43.9) kız öğrenci, 764 (%54.6) erkek öğrenci yer almış olup 21 (%1.5) öğrenci cinsiyet bildiriminde bulunmamıştır. Öğrencilerin 730'u (%52.20) Anadolu Lisesi'nde, 669'u (%47.8) ise Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde öğrenimini sürdürmektedir. Araştırmada 407 (%29.1) 9. sınıf, 494 (%35.3) 10. sınıf, 355 (%25.4) 11. sınıf ve 138 (%9.9) 12. sınıf öğrencisi yer almıştır. 5 öğrenci (%0.4) sınıf düzeyini belirtmemiştir.

### Veri Toplama Araçları

**Demografik Bilgi Formu.** Araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan bu form aracılığıyla katılımcılardan yaş, cinsiyet, okul, sınıf gibi bilgiler alınmıştır.

**Zihinselleştirme Ölçeği.** Dimitrijević ve diğerleri (2018) tarafından geliştirilmiş olan Zihinselleştirme Ölçeği (ZÖ) 5'li Likert tipi ölçekte değerlendirilen 28 maddeden oluşmaktadır. Çalışmada 21-61 yaş aralığında (Ort = 40.4) olan erişkin bireyler yer almıştır. Kendilik temelli zihinselleştirme, ötekiler temelli zihinselleştirme ile zihinselleştirmeye yönelik güdülenme isimli üç alt ölçeği bulunmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .84, kendilik alt ölçeği için .77, ötekiler alt ölçeği için .77 ve güdülenme için .76'dır.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Törenli Kaya ve diğerleri (2023) tarafından 18-65 yaş aralığındaki (Ort = 35.22) erişkin bireylerle yürütülmüştür. Bu çalışmada yapı geçerliğine yönelik analizler sonucunda faktör yükü düşük olan üç madde analiz dışında bırakılarak orijinal dilindeki üç boyutlu yapıyla uyumlu 25 maddelik bir ölçek elde edilmiştir. Uyarlama çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlılık değerleri tüm ölçek için .84, kendilik alt ölçeği için .78, ötekiler alt ölçeği için .80 ve güdülenme için .79 olarak bulunmuştur. Ölçeğin ergenler için uyarlamasının yapılacağı mevcut çalışmada Törenli Kaya ve diğerleri (2023) tarafından rapor edilen 25 maddelik form kullanılmıştır.

**Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği.** Buss ve Perry (1992) tarafından geliştirilen Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği (BPSÖ) 5'li Likert tipi ölçek üzerinde puanlanan 29 maddeden oluşmakta olup fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, düşmanlık ve öfke olmak üzere dört boyutu ölçmektedir. Orijinal ölçeğin iç tutarlılık katsayıları tüm ölçek için .89, fiziksel saldırganlık için .85, sözel saldırganlık için .72, öfke için .83 ve düşmanlık için .77'dir.

Ölçeğin 17-20 yaşları arasındaki üniversite öğrencileriyle yürütülen uyarlama çalışmaları ise Demirtaş Madran (2013) tarafından tamamlanmıştır. Güvenirlilik katsayısı toplam puan için .85, fiziksel saldırganlık için .78, sözel saldırganlık için .48, Öfke için .76 ve Düşmanlık için .70 olarak hesaplanmıştır. Ülkemizde BPSÖ'nün psikometrik özellikleri 14-20 yaş grubundaki ergenler için de incelenmiştir (Önen, 2009). Bu çalışmada Cronbach alfa değerleri ölçeğin bütünü için .81, fiziksel saldırganlık için .69, sözel saldırganlık için .13, öfke için .68 ve düşmanlık için .62 olarak bulunmuştur.

Mevcut çalışmada kullanılan BPSÖ'nün fiziksel saldırganlık alt ölçeğinde yer alan beş maddede İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün geri bildirimleri doğrultusunda saldırganlığı özendirmeyecek şekilde değişiklikler yapılmıştır (örn; "Gerekirse hakkımı korumak için şiddete başvurabilirim" maddesi yerine "Hakkımı korumak için gerekli olsa bile şiddete başvurmam" kullanılmıştır). Birinci yazar tarafından ters madde olarak düzenlenen ölçek maddelerine ait farklı seçenekler iki klinik psikolog tarafından yeniden ters madde olarak düzenlenmiştir. Klinik psikologların düzenlediği ve orijinal maddeye en yakın olan cümlelerin olumlu halleri çalışmada kullanılmak üzere ölçeğe dahil edilmiştir.

## İşlem

Orijinal çalışma ve Türkçe uyarlama çalışmasında erişkin bireylerle test edilen ZÖ'nün ergenler için uygun olup olmadığını incelemek üzere ilk olarak ergenlerle çalışan ve doktora mezunu üç klinik psikolog tarafından ölçek maddelerindeki cümlelerin anlaşılabilirlik düzeyi ile cümle yapısı ve içeriğinin ergenlere uygunluğu değerlendirilmiştir. Değerlendirmeyi yapan uzmanların geri bildirimleri doğrultusunda Türkçe uyarlama çalışmasında nihai olarak belirlenen formda yer alan bazı kelime ve söz öbekleri, uyarlama çalışmasını yürüten yazarların izniyle daha yaygın kullanılan eş ya da yakın anlamlılarıyla (örn; “izah edemem” yerine “açıklayamam”) değiştirilmiştir.

Çalışma, Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'na değerlendirilmeye sunulmuş ve etik kurul izni (11.06.2021 tarihli ve E-35853172-300-00001607871 sayılı karar) alınmıştır. Çalışma örneklemini oluşturan ergenlere ulaşabilmek için liselerden veri toplanması hedeflenmiş ve bu amaçla Ankara İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden merkez ilçelerdeki okullarda veri toplanmak üzere izin alınmıştır. Uygulama öncesinde belirlenen okulların müdürlüklerinden de ayrıca izin alınarak okul yönetiminin belirlediği ders saatlerinde sınıf ortamında gönüllü olan öğrencilerin katılımıyla veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma ergenlerin annelerini de kapsayan daha kapsamlı bir araştırmanın parçası olarak yürütülmüş olup ergenlerin çalışmaya katılımına ilişkin veli onayları annelerin çalışmaya katılımı sırasında alınmıştır.

## Verilerin Analizi

ZÖ'nün ergenlerde uygulanabilirliğini değerlendirmek için doğrulayıcı faktör analizi, korelasyon analizi ve bağımsız gruplar için t testi analizleri yapılmış, güvenilirlik için Cronbach alfa katsayısı ile iki yarım test korelasyonu hesaplanmıştır. Analizler SPSS 23 ve AMOS 23 paket programlarıyla yürütülmüştür.

## Bulgular

### Zihinselleştirme Ölçeğinin Ergenler için Yapı Geçerliliği

ZÖ'nün Türkçe formunun faktör yapısının ergenler için geçerliliğini test etmek için doğrulayıcı faktör analizi yürütülmüştür. Analiz bulgularının değerlendirilmesi ve en uygun modele karar verilmesi için ki-kare/serbestlik derecesi oranı ( $\chi^2/df$ ), uyum iyiliği indeksi (GFI), düzeltilmiş uyum iyiliği indeksi (AGFI), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI), normlaştırılmamış uyum indeksi (TLI) ve yaklaşımın ortalama karekök hatası (RMSEA)

dikkate alınmıştır. Öncelikle ZÖ'nün Türkçe formundaki yapının (Model 1) herhangi bir değişiklik yapılmadan test edildiği bir analiz yürütülmüş, daha sonra ise bu analizin ortaya koyduğu faktör yükleri dikkate alınarak farklı yapılar (Model 2, 3 ve 4) analiz edilmiştir. Bu üç modele ilişkin uyum indeksleri Tablo 1'te yer almaktadır.

Tablo 1.

<i>Zihinselleştirme Ölçeği'ne Ait Uyum İndeksleri</i>									
	$\chi^2$	df	$\chi^2/df$	GFI	AGFI	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
Model 1	1662.22	272	6.11	.91	.90	.74	.71	.06	.07
<b>Model 2</b>	<b>1046.07</b>	<b>267</b>	<b>3.92</b>	<b>.94</b>	<b>.93</b>	<b>.85</b>	<b>.83</b>	<b>.05</b>	<b>.05</b>
Model 3	1022.79	245	4.18	.94	.93	.85	.83	.05	.06
<b>Model 4</b>	<b>889.53</b>	<b>245</b>	<b>3.63</b>	<b>.95</b>	<b>.94</b>	<b>.87</b>	<b>.86</b>	<b>.04</b>	<b>.05</b>

*Not.* Model 1 = Ölçeğin ergenlere uyarlandığı modelin faktör yapısı; Model 2 = Bu çalışmada 23. maddenin yer değiştirilmesi ve beş kovaryans eklenerek elde edilen elde edilen faktör yapısı; Model 3 = Bu çalışmada 23. maddenin yer değiştirilmesi ve 14. Maddenin çıkarılması sonucunda dört kovaryans eklenerek elde edilen faktör yapısı; Model 4 = Bu çalışmada 23. maddenin yer değiştirilmesi ve 25. Maddenin çıkarılması sonucunda üç kovaryans eklenerek elde edilen faktör yapısı

Model 1'deki yapının analiz sonuçlarına göre Türkçe formda ötekiler faktörüne yüklenmiş olan 23. maddenin ('Ne hissettiğimi kolayca tarif edebilirim') kendilik faktörüyle ilişkisi tespit edilmiştir. Ölçeğin orijinal formunun geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları incelendiğinde bu maddenin genel örnekleme ötekiler faktörüne yüklenmekle (.47) birlikte kendilik faktörüyle de ilişkili (.32) olduğu, klinik örnekleme ise aynı maddenin binişiklik oluşturmayacak şekilde kendilik faktörüne (.51) yüklendiği görülmektedir (Dimitrijević ve diğerleri, 2018). Bu verilere dayanarak ve madde içeriğinin kendiliğe yönelik zihinselleştirmeye uygun olduğu düşünüldüğünden mevcut çalışmada analiz edilen sonraki modellerde 23. madde kendilik faktörü altına alınmış ve analiz tekrarlanmıştır (Model 2). Yinelenen analiz sonucunda 14. madde ('Kendimle ilgili hoşuma gitmeyecek bir şeyi keşfetmek istemem') ile 25. maddenin ('Hepimiz hayat şartlarına bağlı olduğumuz için başkalarını niyetlerini veya isteklerini düşünmek anlamsızdır') düşük faktör yükleri (sırasıyla .180 ve .178) nedeniyle bu maddeler sırayla çıkarılarak Model 3 ve Model 4'teki yapılar da test edilmiştir.

Ötekiler boyutunda bulunan 23. madde, kendilik boyutuna alındıktan sonra elde edilen uyum indeksleri önerilen değerlere ulaşamamıştır:  $\chi^2/df = 5.03$ , GFI = .92, AGFI = .91, CFI = .79, TLI = .77 ve RMSEA = .05. Bunun üzerine artık değerler arasında kovaryansı yüksek olan maddeler için (1-7, 4-9, 6-10, 9-25 ile 20-23 no'lu maddeler arasında) hata ilişkilendirmeleri yapılmış ve Model 2 için  $\chi^2/df = 3.92$ , GFI = .94, AGFI = .93, CFI = .85, TLI = .83 ve RMSEA = .05 değerleri elde edilmiştir.

Ölçekten 14. madde çıkarıldıktan sonra yürütülen analiz sonuçlarına göre  $\chi^2/df = 5.32$ , GFI = .92, AGFI = .91, CFI = .79, TLI = .77 ve RMSEA = .06 değerleri elde edilmiştir. Artık

değerler arasında kovaryansı yüksek olan maddeler için (1-7, 4-9, 9-25 ile 20-23 no'lu maddeler) hata ilişkilendirmeleri yapıldıktan sonra ve Model 3'te  $\chi^2/df = 4.18$ , GFI = .94, AGFI = .93, CFI = .85, TLI = .83 ve RMSEA = .05 değerlerine ulaşılmıştır.

Ölçekten 25. madde çıkarıldığında ortaya çıkan uyum indeksi değerleri ise şu şekildedir:  $\chi^2/df = 4.59$ , GFI = .93, AGFI = .92, CFI = .82, TLI = .80 ve RMSEA = .05. Uyumu iyileştirmek üzere modifikasyon önerileri değerlendirilmiş ve aynı faktör içinde, birbiriyle ilişkili olan 1-7, 4-9, 6-10 ve 20-23 numara maddeler arasına hata kovaryansları eklenmiştir. Elde edilen yeni uyum değerleri Model 4 için şu şekildedir:  $\chi^2/df = 3.63$ , GFI = .95, AGFI = .94, CFI = .87, TLI = .86 ve RMSEA = .04.

Sonuç olarak, 23. maddenin kendilik faktörüne alınmasıyla elde edilen Model 2 ile ergenler için 14. maddeye nazaran daha kafa karıştırıcı bir cümle yapısına ve içeriğe sahip olan 25. maddenin formdan çıkarılmasıyla elde edilen Model 4'e ait uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir düzeye daha yakın olduğu bulunmuştur. Analiz edilen modellerin uyum göstergeleri arasındaki farklar dikkate alındığında ölçekten madde çıkarmanın model uyumunda belirgin bir iyileşme oluşturmaması nedeniyle ergenler için kullanılacak ölçeğin, Model 2'deki yapıyla tercih edilmesinin ölçek yapısını bozmamak adına daha yerinde olacağı düşünülmektedir. Model 2'ye yüklenen maddeler ve faktör yükleri Tablo 2'de ve doğrulayıcı faktör analizine ilişkin model Şekil 1'de verilmiştir.

Tablo 2.

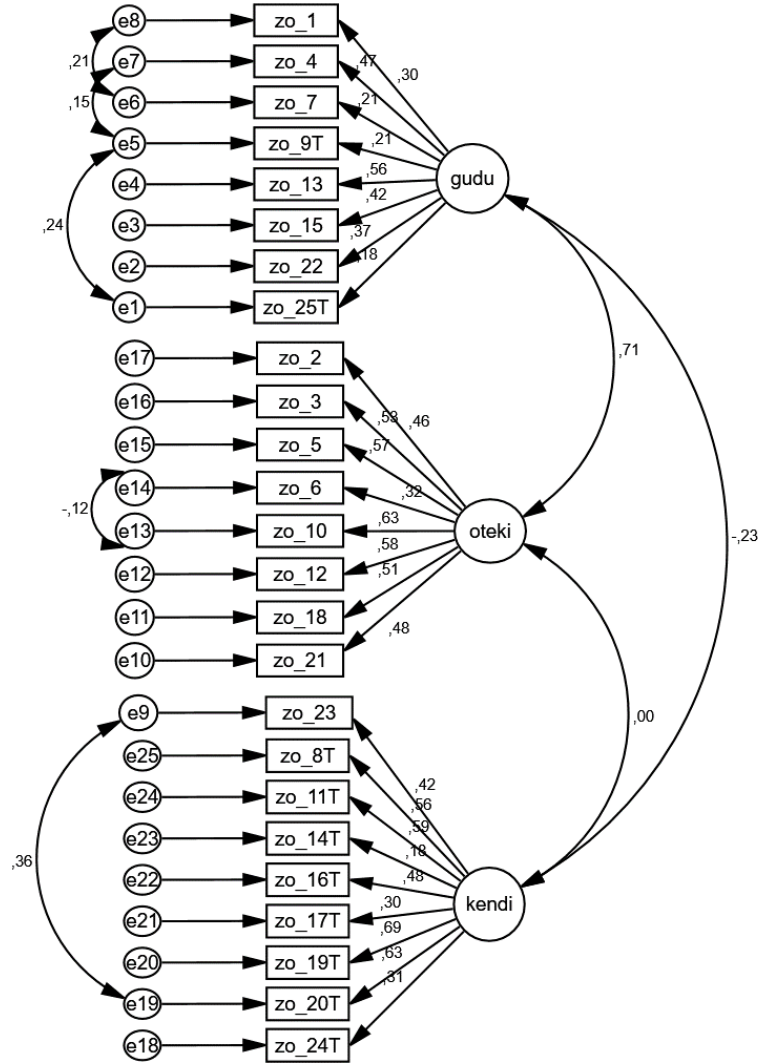
*Doğrulayıcı Faktör Analizleri Sonucunda Elde Edilen Faktör Yükleri*

Madde		Faktör Yükü
<b>Güdülenme</b>		
1	Davranışlarımın yol açan nedenleri anlamayı önemserim.	.30
4	Çoğunlukla başkaları ve onların davranışları üzerine düşünürüm.	.47
7	Birisi beni sinirlendirdiğinde neden o şekilde tepki verdiğimi anlamaya çalışırım.	.21
9	Başkalarının davranışlarını anlamaya çalışarak vaktimi harcamayı sevmem.	.21
13	Yakın olduğum insanlarla ilişkilerimde ne olup bittiğini anlamayı önemserim.	.56
15	Yakın olduğum insanlarla sık sık duygular hakkında konuşurum.	.42
22	İnsanların neden belirli şekillerde davrandıkları hep ilgimi çekmiştir.	.37
25	Hepimiz hayat şartlarına tabi olduğumuz için başkalarının niyetlerini veya isteklerini düşünmek anlamsızdır.	.18
<b>Ötekiler</b>		
2	Başkalarının kişilik özellikleri hakkında karar verirken ne söyleyip ne yaptıklarını dikkatlice gözlerim.	.46
3	Başkalarının duygularını tanıyabilirim.	.53
5	Genellikle insanları neyin rahatsız ettiğini ayırt edebilirim.	.57
6	Başkalarının duygularını paylaşabilirim (örn. acısını/sevincini paylaşmak gibi).	.32
10	Başkalarının düşünce ve duygularını bildiğimde davranışları hakkında doğru tahminlerde bulunabilirim.	.63



Tablo 2. (devam)

12	Bazen bir başkasının duygularını o bana henüz bir şey söylemeden anlayabilirim.	.58
18	Yakın olduğum insanların belirgin özelliklerini doğru ve ayrıntılı biçimde tarif edebilirim.	.52
21	İnsanlar bana kendilerini anladığımı ve akıllıca tavsiyeler verdiğimi söyler.	.48
<b>Kendilik</b>		
8	Kendimi kötü hissettiğimde üzgün mü, korkmuş mu yoksa kızgın mı olduğumdan emin olamam.	.56
11	Çoğu kez kendime bile neden öyle bir şey yaptığımı izah edemem.	.59
14	Kendimle ilgili hoşuma gitmeyecek bir şeyi keşfetmek istemem.	.18
16	Üzüldüğümü, incindiğimi ya da korktuğumu kendime itiraf etmeyi güç bulurum.	.48
17	Sorunlarım hakkında düşünmekten hoşlanmam.	.30
19	Tam olarak nasıl hissettiğim konusunda sıklıkla kafam karışıktr.	.69
20	Duygularımı ifade etmek konusunda uygun sözcükleri bulmak benim için zordur.	.63
23	<i>Ne hissettiğimi kolayca tanımlayabilirim.</i>	.42
24	İnsanlar kendi duyguları ve ihtiyaçları hakkında konuşurlarken aklım başka şeylere kayar.	.31



Şekil 1.

Zihinselleştirme Ölçeği'nin Ergenlerdeki Yapı Geçerliğine İlişkin DFA Modeli (Model 2)

### Zihinselleştirme Ölçeği'nin Ölçüt Bağımlı Geçerliği

Zihinselleştirme Ölçeği'nin ölçüt bağımlı geçerliği, ZÖ puanları ile BPSÖ'den elde edilen puanlar arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon hesaplanarak değerlendirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3.

*ZÖ Alt Ölçek ve Toplam Puanı ile BPSÖ Alt Ölçek ve Toplam Puanı Arasındaki Korelasyonlar*

	Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği				
	Fiziksel	Düşmanlık	Öfke	Sözel	Toplam
<b>ZÖ Güdülenme</b>	-.22*	.14*	-.02	-.02	-.06***
<b>ZÖ Ötekiler</b>	-.05	.15*	.10*	.15*	.10*
<b>ZÖ Kendilik</b>	-.18*	-.49*	-.39*	-.12*	-.42*
<b>ZÖ Toplam</b>	-.24*	-.18*	-.22*	-.02	-.25*

\* $p \leq .001$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .05$

ZÖ: Zihinselleştirme Ölçeği; BPSÖ: Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği

Tablo 3'te sunulan analiz sonuçları incelendiğinde güdülenmenin fiziksel saldırganlık ( $r = -.22, p < .001$ ) ve BPSÖ toplam puan ( $r = -.06, p < .05$ ) ile negatif yönde, düşmanlık ile ise pozitif yönde ( $r = .14, p < .001$ ) ilişkisi saptanmıştır. Öteki boyutu ile düşmanlık, öfke, sözel saldırganlık ve BPSÖ toplam puan arasında  $r = .10$  ile  $r = .15$  arasında değişen anlamlı korelasyonlar tespit edilmiştir. Kendilik boyutunun ise BPSÖ'nün tüm boyutları ve toplam puanıyla negatif yönde ( $r = -.12$  ve  $-.49$  arasında değişen) bir ilişkisi bulunmaktadır. Elde edilen bu sonuçlara göre, bireyin zihinselleştirme düzeyi ile saldırganlık arasındaki ilişkilerin beklenildiği biçimde gözlemlendiği söylenebilir. Farklı bir ifadeyle, söz konusu bu bulgular zihinselleştirme ölçeğinin ölçüt bağımlı geçerliğine işaret etmektedir.

### Zihinselleştirme Ölçeği'nin Ergenler için Güvenirlik Analizleri

Bu çalışmanın örneklemini için testin ham puan ortalaması 85.46, standart sapması 10.45, varyansı 109.19 olarak ve iç tutarlılık kat sayısı .70 olarak hesaplanmıştır. Alt boyutlar için hesaplanan Cronbach alfa katsayıları ise güdülenme için .57, ötekiler ve kendilik boyutları için .72 olarak tespit edilmiştir. Zihinselleştirme Ölçeği'nin ergenler için madde toplam korelasyonları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4.

*Zihinselleştirme Ölçeği Madde Toplam Korelasyonları*

	a	b	c	d
<b>Güdülenme</b>				
1. Davranışlarıma yol açan nedenleri anlamayı önemserim.	23.72	19.56	.25	.55
4. Çoğunlukla başkaları ve onların davranışları üzerine düşünürüm.	24.24	17.88	.33	.52
7. Birisi beni sinirlendirdiğinde neden o şekilde tepki verdiğimi anlamaya çalışırım.	24.35	18.31	.26	.55
9. Başkalarının davranışlarını anlamaya çalışarak vaktimi harcamayı sevmem.	24.45	17.39	.31	.53
13. Yakın olduğum insanlarla ilişkilerimde ne olup bittiğini anlamayı önemserim.	23.35	18.86	.34	.52
15. Yakın olduğum insanlarla sık sık duygular hakkında konuşurum.	24.25	18.16	.25	.55
22. İnsanların neden belirli şekillerde davrandıkları hep ilgimi çekmiştir.	24.50	18.24	.26	.54
25. Hepimiz hayat şartlarına tabi olduğumuz için başkalarının niyetlerini veya isteklerini düşünmek anlamsızdır.	24.12	18.34	.25	.55
<b>Ötekiler</b>				
2. Başkalarının kişilik özellikleri hakkında karar verirken ne söyleyip ne yaptıklarını dikkatlice gözlerim.	26.24	19.27	.36	.70
3. Başkalarının duygularını tanıyabilirim.	26.58	18.49	.45	.68
5. Genellikle insanları neyin rahatsız ettiğini ayırt edebilirim.	26.53	18.44	.47	.68
6. Başkalarının duygularını paylaşabilirim (örn. acısını/sevincini paylaşmak gibi).	26.45	19.32	.23	.73
10. Başkalarının düşünce ve duygularını bildiğimde davranışları hakkında doğru tahminlerde bulunabilirim.	26.64	18.00	.51	.67
12. Bazen bir başkasının duygularını o bana henüz bir şey söylemeden anlayabilirim.	26.72	17.81	.49	.67
18. Yakın olduğum insanların belirgin özelliklerini doğru ve ayrıntılı biçimde tarif edebilirim.	26.53	18.70	.43	.69
21. İnsanlar bana kendilerini anladığımı ve akılcıca tavsiyeler verdiğimi söyler.	26.89	17.89	.40	.70
<b>Kendilik</b>				
8. Kendimi kötü hissettiğimde üzgün mü, korkmuş mu yoksa kızgın mı olduğumdan emin olamam.	24.46	34.98	.44	.68
11. Çoğu kez kendime bile neden öyle bir şey yaptığımı izah edemem.	24.79	35.10	.49	.67
14. Kendimle ilgili hoşuma gitmeyecek bir şeyi keşfetmek istemem.	24.74	40.06	.16	.73
16. Üzüldüğümü, incindiğimi ya da korktuğumu kendime itiraf etmeyi güç bulurum.	24.19	36.33	.40	.69
17. Sorunlarım hakkında düşünmekten hoşlanmam.	24.11	38.41	.27	.71
19. Tam olarak nasıl hissettiğim konusunda sıklıkla kafam karışıktır.	24.84	34.37	.55	.66
20. Duygularımı ifade etmek konusunda uygun sözcükleri bulmak benim için zordur.	24.60	33.94	.57	.66
23. Ne hissettiğimi kolayca tanımlayabilirim.	24.29	37.21	.39	.69
24. İnsanlar kendi duyguları ve ihtiyaçları hakkında konuşurlarken aklım başka şeylere kayar.	24.18	39.08	.26	.71

Not. a: Madde Çıkarıldığında Ölçek Ortalaması; b: Madde Çıkarıldığında Ölçek Varyansı; c: Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonu; d: Madde Çıkarıldığında Alfa Değeri

Madde toplam korelasyon aralığı güdülenme boyutu için .25 ile .34, ötekiler boyutu için .23 ile .51 ve kendilik boyutu için .16 ve .57 arasında değişmektedir. Sonuçlar ötekiler boyutundaki 6. madde olan “Baskalarının duygularını paylaşabilirim” ile kendilik boyutundaki

14. Madde olan “Kendimle ilgili hoşuma gitmeyecek bir şeyi keşfetmek istemem” dışındaki tüm maddelerin ölçek boyutlarının bütünlüğüne yeterli düzeyde katkı sağladığına (madde toplam korelasyonu .30’un üzerinde ve madde çıkarıldığında alfa değerini yükseltmeyecek şekilde) işaret etmiştir. Madde toplam korelasyonu düşük olmasına karşın ölçülen kavramla ilgili değerli bilgiler sağladığı düşünüldüğü için ve ölçek bütünlüğünü korumak adına 6. ve 14. maddelerin ölçekte tutulmasına karar verilmiştir.

Ek olarak, iki yarım test güvenilirliği test edilmiştir. Tablo 5’te görüldüğü gibi alt boyutlar ve toplam puan için belirlenen iki yarım test korelasyonları .35 ve .59 olarak değişmektedir. Spearman-Brown katsayıları güdülenme için .52, ötekiler için .70, kendilik için .74 ve toplam puan için ise .74 olarak saptanmıştır. Güvenirlige ilişkin bu bulgular birlikte ele alındığında güdülenme alt boyutunun güvenilir bir değerlendirme ortaya koyamadığı, bununla birlikte öteki ve kendilik alt boyutları ile ölçeğin tamamının kabul edilebilir düzeyde güvenilirlik ortaya koyduğu görülmektedir.

Tablo 5.

*ZÖ Alt Ölçek ve Toplam Puanlar için Güvenirlilik Değerleri (Model 2)*

	Orijinal	Türkçe	Ergen	İki Yarım	Spearman-	Madde	
Madde	Form İç	Form İç	Formu İç	Test	Brown	Toplam	
Sayı	Tutarlılık	Tutarlılık	Tutarlılık	Korelasyonu	Katsayısı	Korelasyon	
	Katsayısı	Katsayısı	Katsayısı			Aralığı	
<b>ZÖ</b>	25	.77	.84	.70	.58	.74	.11-.36
<b>Güdülenme</b>	8	.74	.79	.57	.35	.52	.25-.34
<b>Ötekiler</b>	8	.77	.80	.72	.54	.70	.23-51
<b>Kendilik</b>	9	.74	.78	.72	.59	.74	.16-57

### **Zihinselleştirme Ölçeği’nin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular**

Ek olarak, ZÖ’nün alt boyutlarının cinsiyetle ilişkisini tespit etmek amacıyla bağımsız gruplar için t testi analizleri yürütülmüştür. Analiz sonuçlarına göre, ZÖ toplam puanlarında kızlar erkeklerden daha yüksek olmasına rağmen bu fark istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Bununla birlikte, ZÖ’nün alt boyutları cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Kızların ( $Ort = 28.53$ ,  $SS = 4.49$ ) zihinselleştirmeye yönelik güdülenme puanları erkeklerden ( $Ort = 26.82$ ,  $SS = 4.80$ ) daha yüksek bulunmuştur,  $t(1376) = 6.77$ ,  $p < .001$ . Yapılan analizlerde Levene testleri öteki ve kendilik boyutları için hata varyanslarının eşitliği varsayımını sağlamadığını göstermiştir. Bu nedenle bu alt boyutlarda elde edilen bulgular değerlendirilirken düzeltilmiş serbestlik dereceleri dikkate alınmıştır. Buna göre ötekine

yönelik zihinselleştirme becerileri bakımından kızların ( $Ort = 31.55$ ,  $SS = 4.25$ ) erkeklerden ( $Ort = 29.43$ ,  $SS = 5.06$ ) daha yüksek puanlar aldığı görülmektedir ( $t(1373) = 8.44$ ,  $p < .001$ ). güdülenme ve öteki alt boyutlarının aksine, kendiliğe yönelik zihinselleştirme boyutunda erkekler ( $Ort = 28.75$ ,  $SS = 6.25$ ) kızlardan ( $Ort = 25.97$ ,  $SS = 6.93$ ) daha yüksek puanlar ortaya koymuştur ( $t(1247) = -7.74$ ,  $p < .001$ ).

### Tartışma

Mevcut çalışmada Dimitrijević ve diğerleri (2018) tarafından geliştirilen ve ülkemizde erişkinler için uyarlama çalışması yapılan (Törenli Kaya ve diğerleri, 2023) Zihinselleştirme Ölçeği'nin 14-18 yaşları arasındaki ergenlerde incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada Törenli Kaya ve diğerleri (2023) tarafından elde edilen faktör yapısı dikkate alınarak 25 maddelik ölçek için yapı geçerliği, ölçüt bağıntılı geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Yürütülen doğrulayıcı faktör analizi sonucunda orijinal çalışmada ve ülkemizdeki uyarlama çalışmasında olduğu gibi ölçeğin ergenler için de üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. Faktörlere dağılan maddeler büyük ölçüde tutarlılık göstermekle birlikte orijinal çalışma ve uyarlama çalışmasında ötekiler boyutunda yer alan 23.maddenin ('Ne hissettiğimi kolayca tarif edebilirim.') ergenlerle yürütülen bu çalışmada kendilik faktöründe yer almasının yapı geçerliği açısından daha uygun olduğu görülmüştür. Dimitrijević ve diğerleri (2018) tarafından yürütülen orijinal ölçek geliştirme çalışmasında bu madde genel örnekleme .47 faktör yüküyle ötekiler, .32 faktör yüküyle kendilik boyutlarında yer almıştır. Aynı çalışmanın klinik örnekleme yürütülen diğer aşamasında ise bu madde herhangi bir binişiklik oluşturmayacak şekilde kendilik faktörüne (.51) yüklenmiştir. Ayrıca madde içeriği anlamsal olarak irdelendiğinde 'Ne hissettiğimi kolayca tarif edebilirim.' cümlesinin bireyin kendisine dair duygusal ve bilişsel süreçlerine odaklandığı dikkat çekmektedir. Orijinal çalışmadaki faktör analizi verileri ile madde içeriği göz önünde bulundurulduğunda bu maddenin kendilik boyutu altında yer almasının mantıklı olacağı sonucuna varılmıştır.

DFA bulgularındaki model uyumu verilerine göre bu çalışmada tercih edilen Model 2'nin  $\chi^2/df$  oranının 3.92 olduğu görülmektedir. Bu oranın beşten küçük olması incelenen modelin kabul edilebilir uyum ölçütlerine sahip olduğuna işaret etmektedir (Bentler ve Bonett, 1980; Schumacker ve Lomax, 2004). Varyans-kovaryans uyumunun yapısal eşitlik modeline uyumunu belirleyen ölçütlerden RMSEA ve SRMR değerlerinin .05'e eşit olması ile GFI ve AGFI değerlerinin .90'ın üzerinde olması mükemmel uyumu göstermektedir. Bununla birlikte test edilen her iki modelde de alternatif modellerin karşılaştırmasına dayalı ölçütlerden CFI ve TLI değerleri, uygun hata ilişkilendirmelerinin yapılmasına rağmen alanyazında kabul edilebilir uyuma işaret eden .90 değerinin (Hu ve Bentler, 1999) altında kalmıştır. Bu da test

edilen modellerin, değişkenler arasında hiçbir ilişkinin olmadığını varsayan bağımsızlık (yokluk/null) modelinden iyi düzeyde farklılık koymayabileceğine işaret etmektedir. Uyum ölçütlerine ilişkin bu veriler birlikte değerlendirildiğinde mevcut çalışma bulgularının karmaşık sonuçlar verdiği ve Zihinselleştirme Ölçeği'nin erişkin örnekleme geçerli olan faktör yapısının 14-18 yaş aralığındaki ergenler için tam olarak doğrulanamadığı görülmüştür.

Ölçeğin güvenilirliğine ilişkin bulgular incelendiğinde Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .70, güdülenme için .57 ve kendilik ve ötekiler için ise .72 olarak bulunmuştur. Toplam puan, kendilik ve ötekiler için ölçek kabul edilebilir güvenilirlik düzeyine sahipken güdülenme boyutu .70 sınırının altında kalmıştır. Güdülenme boyutundaki madde toplam korelasyon katsayıları incelendiğinde bu boyutta yer alan maddelerin ölçeğin tamamında ölçülmek istenen yapıyla daha az ilişkili olduğu görülmektedir. Bu alt boyutunda, madde toplam korelasyon katsayısı için alanyazında kabul gören .30 sınırını geçen madde sayısının sınırlılığı dikkat çekmektedir. Bu bulgular, güdülenme alt boyutunda yer alan ifadelerin ergenlerin zihinsel süreçleri anlamlandırma isteğini ayırt etmede zayıf olduğu şeklinde yorumlanabilir. Murphy ve Davidshofer (2004) ölçüm aracının verildiği örneklerimin özellikleri ile aracın kendi özelliklerinin bir testin güvenilirliğini etkileyen etmenlerden olduğunu belirtir ve bireyin istikrarlı özelliklerine ilişkin çıkarımlarda bulunmanın daha değişken ve öngörülemeyen özelliklerine kıyasla daha kolay ve güvenilir olduğunu öne sürer. Bu bilgiler ışığında güdülenme alt boyutundaki düşük alfa değerleri yeniden değerlendirildiğinde çalışma örnekleminin içinde bulunduğu gelişimsel dönem ile bu alt boyuttaki maddelerin içeriklerini birlikte ele almakta fayda vardır. “Davranışlarıma yol açan nedenleri anlamayı önemserim”, “Yakın olduğum insanlarla sık sık duygular hakkında konuşurum” gibi kişilik yapısına atıfta bulunan ifadeler kimlik gelişimi yeni başlamış olan, belirgin ve stabil davranışlardan oluşan bir repertuarı henüz bulunmayan ve daha çok -ve doğal olarak- değişken ve anlık davranışsal tepkileri olan ergenler için karar vermesi zor cümleler olabilir. Ayrıca kendilik ve ötekiler boyutlarındaki ifadelerle karşılaştırıldığında güdülenme boyutundaki cümleler ergenler için daha muğlak ve anlamlandırması güç olabilir. Nitekim, bu boyutta yer alan ve madde toplam korelasyon değeri .30'ın altında olan ifadeler verilen yanıtların sıklığı analiz edildiğinde örneklemin üçte birinin bu maddelerde “Hem doğru hem yanlış” seçeneğini işaretlediği görülmüştür. Bu bulgu, söz konusu maddelerin içeriklerinin ergenler tarafından kafa karıştırıcı bulunduğunu düşündürmektedir.

Mevcut çalışmada Zihinselleştirme Ölçeği'nin ölçüt bağımlı geçerliğini test etmek üzere ölçeğin saldırganlıkla ilişkisi incelenmiştir. Yürütülen korelasyon analizine göre zihinselleştirme becerisi ile saldırganlık düzeyi arasında negatif yönde bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Daha özelden bu ilişki fiziksel saldırganlık, düşmanlık ve öfke düzeyinde geçerli

olup zihinselleştirme becerisi geliştikçe ergenlerin daha az fiziksel olarak saldırgan davranışlar sergilediği, düşmanlık ve öfke duygularını daha az deneyimledikleri ortaya konmuştur. Bu bulgu zihinselleştirme ve dışsallaştırma bozuklukları arasındaki ilişkiyi inceleyen ve zihinsel durum ve süreçleri anlama becerileri zayıfladıkça ergenlerin kontrolsüz davranışlar sergilemelerinin daha olası olduğunu vurgulayan çalışmalarla uyumluluk göstermektedir (örn; Locati ve diğerleri, 2023a; Morosan ve diğerleri, 2020; Taubner ve Curth, 2013). Zihinselleştirmenin ve saldırganlığın boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde kendilik ve ötekiler boyutlarının saldırganlıkla zıt yönde bir ilişki kurduğu dikkat çekmektedir. Kendiliğe yönelik zihinselleştirme becerisi kuvvetli olan gençlerde fiziksel ve sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık eğilimi azalma göstermektedir. Kendilik odaklı zihinselleştirmenin özellikle öz-düzenleme becerileriyle ilişkili olduğu (Heatherston, 2011) ve kendi duygu ve düşüncelerinin daha çok farkında olan ergenlerin diğer insanların ihtiyaçlarına yanıt verme konusunda daha esnek oldukları (Crocetti ve diğerleri, 2016) bilinmektedir. Bu bilgiler ışığında ve mevcut çalışma bulgularına göre ergenlerin kendi duyguları ve düşünceleri üzerine yansıtma yapma kapasitesinin saldırganlıkla ilişkili duygulanım ve eylemleri yönetme becerilerini olumlu yönde etkilediği söylenebilir. Ötekine yönelik zihinselleştirme ve saldırganlık arasındaki ilişki ise daha zayıf olmakla birlikte anlamlı ve pozitif yönlüdür. Bir başka deyişle ergenlerin ötekine yönelik zihinselleştirme becerisi sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlığı artırmaktadır. Kendine yönelen odağın artması, akran onayı ve bir gruba ait olma konusundaki güçlü ihtiyaç ile birlikte reddedilmeye yönelik artan hassasiyet ergenlerin sosyal ve duygusal gelişim sürecinin en karakteristik özelliklerindedir. Benzi ve diğerlerinin (2022) yakın zamanda elde ettikleri bir bulguya göre utanç duygusunu daha yoğun yaşayan ergenlerde başkalarının zihinsel durumlarını anlama becerisi de artmaktadır. Buradan hareketle, diğer insanların zihinsel durumlarını kavramaya çalışırken aslında bir anlamda kendi kabulleriyle ilgili bir değerlendirme yapan ergenlerin reddedilmeyle ilişkili utanç gibi acı verici duyguları azaltmak için kendini savunma mekanizması olarak saldırganca duyguları devreye soktuğu (Leary ve diğerleri, 2006; Gao ve diğerleri, 2021; Malamut ve diğerleri, 2022) yorumu yapılabilir.

Son olarak, zihinselleştirme becerileri cinsiyet açısından karşılaştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda kızların erkeklerden daha yüksek düzeyde zihinselleştirme puanlarına sahip olduğu bulunmuş; ancak bu cinsiyet farkı istatistiksel anlamlılık düzeyine erişmemiştir. Cinsiyetler arasındaki bu sayısal trend erişkinlerle yürütülmüş olan orijinal ölçek geliştirme çalışması (Dimitrijević ve diğerleri, 2018) ile Türkçe uyarlama çalışması (Törenli Kaya ve diğerleri, 2023) bulgularına benzer niteliktedir. Ergenlerde zihinselleştirme becerilerini inceleyen diğer çalışmalarda da kızların zihinsel durumları anlama kapasitelerinin erkeklerden daha iyi düzeyde olduğu bulgusu yaygındır (Adler ve diğerleri, 2021; Cropp ve diğerleri, 2019;

Poznyak, 2019). Alt boyutlar incelendiğinde kızların zihinsel durumları anlama isteği (güdülenme) ile ötekine yönelik zihinselleştirme becerilerinin erkeklerden daha fazla; kendiliğe yönelik zihinselleştirme becerilerinin ise erkeklerde kızlarda olduğundan daha fazla olduğu görülmektedir. Bu bulgu, kızların akran ilişkilerinde yakınlığı daha çok önemsemeleri, başkalarını anlamaya yönelik isteklerinin ve empatik tutumlarının erkeklere nazaran daha fazla olması (Hughes ve Dunn, 1998) ve kadına atfedilen bir özellik olan empatik davranışların toplumsal cinsiyet rolleri aracılığıyla benimsenmesiyle (Andrews ve diğerleri, 2021) ilişkili olabilir.

Mevcut çalışmanın birtakım sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak yapı geçerliği ve güvenilirlik için ölçüt kabul edilen bazı değerlerin sınırın altında kalması ergenlerde ZÖ'nün kullanımıyla ilgili belirsizlik oluşturmaktadır. Ergenlik dönemindeki gelişimi hala devam eden bilişsel süreçler düşünüldüğünde özellikle güdülenme alt boyutunda yer alan, zihinsel süreçleri anlamaya yönelik istek ve gereksinim bildiren maddelerin katılımcı ergenler tarafından yeterince içgörülü bir bakışla değerlendirilmemiş olabileceği olasılıklar dâhilindedir. Ayrıca bu döneme özgü kimlik oluşumu ve duygu düzenleme süreçlerinin çeşitli bireysel ve çevresel faktörler sebebiyle tutarlı bir seyir izlememe riski ergenin zihinselleştirme becerilerine yönelik objektif bir değerlendirme yapamamasına neden olabilir. ZÖ'nün güdülenme alt boyutundaki maddelerin ergenlik döneminin gelişimsel özellikleri dikkate alınarak gözden geçirilmesinde fayda olacağı düşünülmektedir.

Çalışmanın sınırlılıklarından bir diğeri öz-bildirime dayalı araçların kullanımındır. İyi bir gözlem ve görüşme becerisiyle bilgi alınabilecek ve çok boyutlu bir yapı olan zihinselleştirme kavramının öz-bildirime dayalı yöntemlerle ölçülmesi zaman ve iş gücü açısından fayda sağlamasına rağmen sözü edilen çok boyutluluğu evrensel bir kullanım sağlayacak şekilde tek bir ölçüm aracında değerlendirmek güç olabilmektedir. Bununla bağlantılı olarak, ergenlerin ölçek maddelerini sosyal olarak daha fazla onaylanacaklarını düşündükleri şekilde yanıtlamaları oldukça muhtemel sınırlılıklardan bir diğeridir. Bu çalışmanın 14-18 yaşları arasında ve orta ergenlikte bulunan ergenlerle yürütüldüğü gözden kaçırılmamalı ve dolayısıyla çalışma bulgularının bilişsel ve duygusal gelişim açısından daha farklı özellikleri bulunan erken ergenlik dönemindeki gençlere genellenemeyeceği vurgulanmalıdır. Son olarak, bu çalışmada uygulama sürecinin etkin kullanılması gözetilerek, kullanılan ölçüm araçlarının kısıtlı tutulması zorunluluğu oluşmuştur. Bu da ergen örnekleme zihinselleştirme kavramını empati, sosyal zekâ, zihin kuramı gibi benzer kavramlarla karşılaştırma olanağının önüne geçmiştir. Gelecek çalışmalarda ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini desteklemek adına farklı kavramların da ölçülmesinin önemli olacağı düşünülmektedir.



Sonuç olarak; ülkemizde zihinselleştirme kuramı ve kavramıyla ilgili çalışmalar son yıllarda artmakla birlikte ergenlerle yapılan çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Bilindiği kadarıyla bu araştırma ülkemizde ergenlerde zihinselleştirme becerilerinin ölçülmesine yönelik ilk görgül çalışmalardan biri olup ZÖ için ergenlere yönelik bir veri setinin oluşturulması ve ölçeğin psikometrik ön ölçümlerinin sunulması açısından ülkemizdeki alanyazına katkı sağlamaktadır. Çok bileşenli bir kavram olması nedeniyle zihinselleştirmenin görüşmeye dayalı yöntemlerle değerlendirilmesi ve araştırılması en ideali olsa da örneklem açısından geniş ve zengin bir nicel veri sağlayarak sonuçların genellenebilirliğine katkıda bulunması sebebiyle öz-bildirim araçlarına da ihtiyaç vardır. Bu araçlar örneklemin popülasyonu temsiliyeti, dış geçerlik, güvenilirlik ve zaman, iş gücü ve maliyet gibi kaynakların yönetimi açısından da önemli olabilmektedir.

Ergenlerde zihinselleştirme becerilerinin değerlendirilmesi ve klinik ya da klinik olmayan çeşitli müdahale yöntemleriyle ele alınması, birçok psikopatolojik belirti ve bozukluğa yatkınlık açısından kritik olan bu dönemde özellikle risk altındaki gruplar açısından anlamlı sonuçlar ortaya koyacaktır. Ek olarak, ergenlere dair bu verilerin ebeveynin zihinselleştirme becerilerinin de dahil edilerek zenginleşmesi bireysel özellikler ve varsa patolojileri anlamının yanı sıra bu özellik ve patolojilerin nesiller boyu aktarımına da ışık tutacak ve ergenin ve aile bireylerinin de dahil edildiği daha geniş çerçevede planlanmış müdahale çalışmalarının planlanmasına nesnel veriler sağlayacaktır. Bu gerekçelerle mevcut çalışmada elde edilen verilerin birer ön bulgu olarak ülkemizde ergenlerin zihinselleştirme becerileri konusundaki boşluğa katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

---

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Sorumlu yazar Pelin Deniz veri toplama, veri analizi ve makale yazım aşamalarında yer almıştır. Araştırma ve yazım süreçleri Prof. Dr. Sait Uluç danışmanlığında yürütülmüştür.

**Yazar Notu: (Varsa)**

Bu makale Pelin Deniz'in Prof. Dr. Sait Uluç'un danışmanlığında yürüttüğü "Saldırganlık Eğilimi Olan Ergenler ve Annelerinin Saldırganlıkla İlişkili Zihin Durumlarının Bağlanma Kuramı Çerçevesinde Değerlendirilmesi" başlıklı doktora tezinden üretilmiştir.

**Çıkar Çatışması Beyanı:**

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan etmiştir.

**Finansal Destek Beyanı:**

Yazarlar, bu çalışma için finansal destek alınmadığını beyan etmiştir.

**Etik Kurul Onayı:**

Bu çalışma, Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu onayı ile gerçekleştirilmiştir. (11.06.2021 tarihli ve E-35853172-300-00001607871 sayılı karar)

---

### Kaynakça

- Adler, A., Gervinskaitė-Paulaitienė, L., Čekuolienė, D. ve Barkauskienė, R. (2021). Childhood maltreatment and adolescents' externalizing problems: Mentalization and aggression justification as mediators. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 30(1), 54–69. <https://doi.org/10.1080/10926771.2020.1783733>
- Allen, J. G., Fonagy, P. ve Bateman, A.W. (2008). *Mentalizing in clinical practice* (1. Basım). American Psychiatric Publishing, Inc.
- Andrews, K., Lariccia, L., Talwar, V. ve Bosacki, S. (2021). Empathetic concern in emerging adolescents: The role of theory of mind and gender roles. *The Journal of Early Adolescence*, 41(9), 1394–1424. <https://doi.org/10.1177/02724316211002258>
- Ballespí, S., Pérez-Domingo, A., Vives, J., Sharp, C. ve Barrantes-Vidal, N. (2018). Childhood behavioral inhibition is associated with impaired mentalizing in adolescence. *PloS One*, 13(3), e0195303. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195303>
- Bateman, A. W., Bolton, R. ve Fonagy, P. (2013). Antisocial personality disorder: A mentalizing framework. *The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry*, XI(2), 178–186. <https://doi.org/10.1176/appi.focus.11.2.178>
- Bateman, A., Fonagy, P., Campbell, C., Luyten, P. ve Debbané, M. (2023). *Cambridge Guide to Mentalization-Based Treatment (MBT)*. (ss. 203-229). Cambridge University Press.
- Benbassat, N. ve Priel, B. (2012). Parenting and adolescent adjustment: The role of parental reflective function. *Journal of Adolescence*, 35(1), 163–174. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.03.004>
- Benbassat, N. ve Shulman, S. (2016). The significance of parental reflective function in the adjustment of young adults. *Journal of Child and Family Studies*, 25(9), 2843–2852. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0450-5>
- Bentler, P. M. ve Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588–606.
- Benzi, I. M. A., Fontana, A., Barone, L., Preti, E., Parolin, L. ve Ensink, K. (2022). Emerging personality in adolescence: Developmental trajectories, internalizing and externalizing problems, and the role of mentalizing abilities. *Journal of Adolescence*, 95(3), 537–552. <https://doi.org/10.1002/jad.12134>
- Berthelot, N., Ensink, K., Bernazzani, O., Normandin, L., Luyten, P. ve Fonagy, P. (2015). Intergenerational transmission of attachment in abused and neglected mothers: The role of trauma-specific reflective functioning. *Infant Mental Health Journal*, 36(2), 200–212. <https://doi.org/10.1002/imhj.21499>
- Borelli, J. L., Compare, A., Snavely, J. E. ve Decio, V. (2015). Reflective functioning moderates the association between perceptions of parental neglect and attachment in adolescence. *Psychoanalytic Psychology*, 32(1), 23–35. <https://doi.org/10.1037/a0037858>
- Buss, A. H. ve Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452–459. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452>
- Chevalier, V., Simard, V. ve Achim, J. (2023). Meta-analyses of the associations of mentalization and proxy variables with anxiety and internalizing problems. *Journal of Anxiety Disorders*, 95, 102694, 1 – 20. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102694>

- Chevalier, V., Simard, V., Achim, J., Burmester, P. ve Beaulieu-Tremblay, T. (2021). Reflective functioning in children and adolescents with and without an anxiety disorder. *Frontiers in Psychology*, 12, 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.698654>
- Choi-Kain, L. W., Simonsen, S. ve Euler, S. (2022). A mentalizing approach for narcissistic personality disorder: Moving from "me-mode" to "we-mode". *American Journal of Psychotherapy*, 75(1), 38–43. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.20210017>
- Chow, C.-C., Nolte, T., Cohen, D., Fearon, R. M. P. ve Shmueli-Goetz, Y. (2017). Reflective functioning and adolescent psychological adaptation: The validity of the Reflective Functioning Scale–Adolescent Version. *Psychoanalytic Psychology*, 34(4), 404–413. <https://doi.org/10.1037/pap0000148>
- Cohen, P., Crawford, T. N., Johnson, J. G. ve Kasen, S. (2005). The children in the community study of developmental course of personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, 19(5), 466–486. <https://doi.org/10.1521/pedi.2005.19.5.466>
- Crocetti, E., Moscatelli, S., Van der Graaff, J., Rubini, M., Meeus, W. ve Branje, S. (2016). The interplay of self–certainty and prosocial development in the transition from late adolescence to emerging adulthood. *European Journal of Personality*, 30(6), 594–607. <https://doi.org/10.1002/per.2084>
- Cropp, C., Alexandrowicz, R. W. ve Taubner, S. (2019). Reflective functioning in an adolescent community sample. *Mental Health and Prevention*, 14, Article 200156. <https://doi.org/10.1016/j.mph.2019.200156>
- Cüre Acer, S. (2020). *Ebeveynlik tutumunun psikolojik belirtilere etkisinde zihinselleştirmenin, dayanıklılığın ve çocukluk çağı deneyimlerinin rolü: Nesiller arası bir çalışma* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- De Clercq, B., van Leeuwen, K., van den Noortgate, W., de Bolle, M. ve De Fruyt, F. (2009). Childhood personality pathology: Dimensional stability and change. *Development and Psychopathology*, 21(3), 853–869. <https://doi.org/10.1017/S0954579409000467>
- De Meulemeester, C., Lowyck, B., Vermote, R., Verhaest, Y. ve Luyten, P. (2017). Mentalizing and interpersonal problems in borderline personality disorder: The mediating role of identity diffusion. *Psychiatry Research*, 258, 141–144. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.09.061>
- Dedeoğlu, C. (2022). *Examining different aspects of mentalization capacity among adolescents* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Boğaziçi Üniversitesi.
- Demirtaş Madran, H. A. (2013). Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24(2), 124–129. <https://doi.org/10.5080/u6859>
- Dimitrijević, A., Hanak, N., Altaras Dimitrijević, A. ve Jolić Marjanović, Z. (2018). The mentalization scale (MentS): A self-report measure for the assessment of mentalizing capacity. *Journal of Personality Assessment*, 100(3), 268–280. <https://doi.org/10.1080/00223891.2017.1310730>
- Duval, J., Ensink, K., Normandin, L., Sharp, C. ve Fonagy, P. (2018). Measuring reflective functioning in adolescents: Relations to personality disorders and psychological difficulties. *Adolescent Psychiatry*, 8(1), 5–20. <https://doi.org/10.2174/2210676608666180208161619>
- Ensink, K., Normandin, L., Plamondon, A., Berthelot, N. ve Fonagy, P. (2016). Intergenerational pathways from reflective functioning to infant attachment through parenting. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, 48(1), 9–18. <https://doi.org/10.1037/cbs0000030>

- Fischer-Kern, M., Fonagy, P., Kapusta, N. D., Luyten, P., Boss, S., Naderer, A., Blüml, V. ve Leithner, K. (2013). Mentalizing in female inpatients with major depressive disorder. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(3), 202–207. <https://doi.org/10.1097/NMD.ob013e3182845c0a>
- Fonagy, P. ve Bateman, A. (2019). Introduction. İçinde A. Bateman ve P. Fonagy (Ed.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (ss. 3–20). American Psychiatric Publishing, Inc.
- Fonagy, P. ve Luyten, P. (2009). A developmental, mentalization-based approach to the understanding and treatment of borderline personality disorder. *Development and Psychopathology*, 21(4), 1355–1381. <https://doi.org/10.1017/S0954579409990198>
- Fonagy, P. ve Luyten, P. (2016). A multilevel perspective on the development of borderline personality disorder. İçinde D. Cicchetti (Ed.) *Developmental Psychopathology, Vol. 3: Maladaptation and Psychopathology* (ss. 726–92). John Wiley & Sons.
- Fonagy, P. ve Luyten, P. (2018). Conduct problems in youth and the RDoC approach: A developmental, evolutionary-based view. *Clinical Psychology Review*, 64, 57–76. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2017.08.010>
- Fonagy, P., Luyten, P., Moulton-Perkins, A., Lee, Y. W., Warren, F., Howard, S., Ghinai, R., Fearon, P. ve Lowyck, B. (2016). Development and validation of a self-report measure of mentalizing: The reflective functioning questionnaire. *PLoS One*, 11(7), e0158678. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0158678>
- Fonagy, P., Target, M., Steele, H. ve Steele, M. (1998). *Reflective-functioning manual, version 5.0, for application to adult attachment interviews* [Yayımlanmamış el kitabı]. University College London.
- Gagliardini, G., Gullo, S., Tinozzi, V., Baiano, M., Balestrieri, M., Todisco, P., Schirone, T. ve Colli, A. (2020). Mentalizing subtypes in eating disorders: A latent profile analysis. *Frontiers in Psychology*, 11, 564291, 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.564291>
- Gao, S., Assink, M., Liu, T., Chan, K. L. ve Ip, P. (2021). Associations between rejection sensitivity, aggression, and victimization: A meta-analytic review. *Trauma, Violence & Abuse*, 22(1), 125–135. <https://doi.org/10.1177/1524838019833005>
- George, C., Kaplan, N., ve Main, M. (1985). *Adult attachment interview* [Yayımlanmamış metin]. University of California.
- Ha, C., Sharp, C., Ensink, K., Fonagy, P. ve Cirino, P. (2013). The measurement of reflective function in adolescents with and without borderline traits. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1215–1223. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.09.008>
- Halfon, S. ve Coşkun, A. (2021). Zihinselleştirmenin kültürel özellikleri ve psikolojik belirtiler ile ilişkisi üzerine bir derleme. *Nesne*, 9(22), 904–924. <https://doi.org/10.7816/nesne-09-22-09>
- Hausberg, M. C., Schulz, H., Piegler, T., Happach, C. G., Klöpper, M., Brütt, A. L., Sammet, I. ve Andreas, S. (2012). Is a self-rated instrument appropriate to assess mentalization in patients with mental disorders? Development and first validation of the mentalization questionnaire (MZQ). *Psychotherapy research: Journal of the Society for Psychotherapy Research*, 22(6), 699–709. <https://doi.org/10.1080/10503307.2012.709325>
- Heatherton, T. F. (2011). Neuroscience of self and self-regulation. *Annual Review of Psychology*, 62, 363–390. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.121208.131616>

- Hu, L.-t. ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Hughes, C. ve Dunn, J. (1998). Understanding mind and emotion: Longitudinal associations with mental-state talk between young friends. *Developmental Psychology*, 34(5), 1026–1037. <https://doi.org/10.1037//0012-1649.34.5.1026>
- Katzman, W. ve Papouchis, N. (2023). Effects of Childhood Trauma on Mentalization Capacities and Dissociative Experiences. *Journal of Trauma & Dissociation: The Official Journal of The International Society for The Study of Dissociation (ISSD)*, 24(2), 284–295. <https://doi.org/10.1080/15299732.2023.2168829>
- Köksal, G. (2017). *The moderator effect of mentalization on the link between attachment and somatization* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Bilgi Üniversitesi.
- Leary, M. R., Twenge, J. M. ve Quinlivan, E. (2006). Interpersonal rejection as a determinant of anger and aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 10(2), 111–132. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_2)
- Lind, M., Vanwoerden, S., Penner, F. ve Sharp, C. (2020). Narrative coherence in adolescence: Relations with attachment, mentalization, and psychopathology. *Journal of Personality Assessment*, 102(3), 380–389. <https://doi.org/10.1080/00223891.2019.1574805>
- Locati, F., Benzi, I. M. A., Milesi, A., Campbell, C., Midgley, N., Fonagy, P. ve Parolin, L. (2023a). Associations of mentalization and epistemic trust with internalizing and externalizing problems in adolescence: A gender-sensitive structural equation modeling approach. *Journal of Adolescence*, 95(8), 1564–1577. <https://doi.org/10.1002/jad.12226>
- Locati, F., Milesi, A., Conte, F., Campbell, C., Fonagy, P., Ensink, K. ve Parolin, L. (2023b). Adolescence in lockdown: The protective role of mentalizing and epistemic trust. *Journal of Clinical Psychology*, 79(4), 969–984. <https://doi.org/10.1002/jclp.23453>
- Luyten, P., Campbell, C., Allison, E. ve Fonagy, P. (2020). The mentalizing approach to psychopathology: State of the art and future directions. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16(1), 297–325. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-071919-015355>
- Luyten, P. ve Fonagy, P. (2015). The neurobiology of mentalizing. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 6(4), 366–379, <http://dx.doi.org/10.1037/per0000117>
- Luyten, P., Fonagy, P., Lowyck, B. ve Vermote, R. (2012). Assessment of mentalization. İçinde A. Bateman ve P. Fonagy (Edl.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (ss. 43–65). American Psychiatric Publishing, Inc.
- Luyten, P., Malcorps, S., Fonagy, P. ve Ensink, K. (2019). Assessment of mentalization. İçinde A. Bateman ve P. Fonagy (Edl.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (ss. 37–62). American Psychiatric Publishing, Inc.
- Luyten, P., Nijssens, L., Fonagy, P. ve Mayes, L. C. (2017) Parental reflective functioning: Theory, research, and clinical applications. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 70(1), 174–199, <http://dx.doi.org/10.1080/00797308.2016.1277901>
- Malamut, S. T., Garandeanu, C. F., Badaly, D., Duong, M. ve Schwartz, D. (2022). Is aggression associated with biased perceptions of one's acceptance and rejection in adolescence? *Developmental Psychology*, 58(5), 963–976. <https://doi.org/10.1037/dev0001333>

- Morosan, L., Fonseca-Pedrero, E. ve Debbané, M. (2020). Network analysis of reflective functioning and conduct problems during adolescence. *Psychology of Violence, 10*(3), 300–311. <https://doi.org/10.1037/vio0000258>
- Murphy, K.R. ve Davidshofer, C.O. (2004). *Psychological testing principles and applications* (6. Baskı). Pearson Education.
- Önen, E. (2009). Saldırganlık Ölçeği'nin psikometrik niteliklerinin Türk ergenleri için incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(32), 74–85.
- Quek, J., Melvin, G. A., Bennett, C., Gordon, M. S., Saeedi, N. ve Newman, L. K. (2018). Mentalization in adolescents with borderline personality disorder: A comparison with healthy controls. *Journal of Personality Disorders, 33*(2), 145–163. [https://doi.org/10.1521/pedi\\_2018\\_32\\_336](https://doi.org/10.1521/pedi_2018_32_336)
- Petersen, R., Brakoulias, V. ve Langdon, R. (2016). An experimental investigation of mentalization ability in borderline personality disorder. *Comprehensive Psychiatry, 64*, 12–21. <http://dx.doi.org/10.1016/j.comppsy.2015.10.004>
- Porter-Vignola, E., Booij, L., Dansereau-Laberge, È. M., Garel, P., Bossé Chartier, G., Seni, A. G., Beauchamp, M. H. ve Herba, C. M. (2022). Social cognition and depression in adolescent girls. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 76*, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2022.101750>
- Poznyak, E., Morosan, L., Perroud, N., Speranza, M., Badoud, D. ve Debbané, M. (2019). Roles of age, gender and psychological difficulties in adolescent mentalizing. *Journal of Adolescence, 74*, 120–129. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.06.007>
- Rosso, A. M. ve Airdi, C. (2016). Intergenerational transmission of reflective functioning. *Frontiers in Psychology, 7*, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01903>
- Rosso, A. M., Viterbori, P. ve Scopesi, A. M. (2015). Are maternal reflective functioning and attachment security associated with preadolescent mentalization? *Frontiers in Psychology, 6*, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01134>
- Schumacker, R. E. ve Lomax, R. G. (2010). *A beginner's guide to structural equation modeling* (3. Basım). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Sharp, C. ve Vanwoerden, S. (2015). Hypermentalizing in borderline personality disorder: A model and data. *Journal of Infant, Child & Adolescent Psychotherapy, 14*(1), 33–45. <https://doi.org/10.1080/15289168.2015.1004890>
- Sharp, C., Venta, A., Vanwoerden, S., Schramm, A., Ha, C., Newlin, E., Reddy, R. ve Fonagy, P. (2016). First empirical evaluation of the link between attachment, social cognition and borderline features in adolescents. *Comprehensive Psychiatry, 64*, 4–11. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2015.07.008>
- Sharp, C. ve Wall, K. (2018). Personality pathology grows up: Adolescence as a sensitive period. *Current opinion in psychology, 21*, 111–116. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.11.010>
- Sharp, C., Williams, L. L., Ha, C., Baumgardner, J., Michonski, J., Seals, R., Patel, A. B., Bleiberg, E. ve Fonagy, P. (2009). The development of a mentalization-based outcomes and research protocol for an adolescent inpatient unit. *Bulletin of the Menninger Clinic, 73*(4), 311–338. <https://doi.org/10.1521/bumc.2009.73.4.311>
- Simonsen, C. B., Jakobsen, A. G., Grøntved, S. ve Kjaersdam Tellés, G. (2020). The mentalization profile in patients with eating disorders: A systematic review and meta-analysis. *Nordic Journal of Psychiatry, 74*(5), 311–322. <https://doi.org/10.1080/08039488.2019.1707869>

- Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269 – 281. <https://doi.org/10.1080/14616730500245906>
- Slade, A., Aber, J. L., Bresgi, I., Berger, B. ve Kaplan, M. (2004). *The Parent Development Interview – Revised* [Yayımlanmamış metin]. The City University of New York.
- Slade, A., Grienenberger, J., Bernbach, E., Levy, D. ve Locker, A. (2005). Maternal reflective functioning, attachment, and the transmission gap: A preliminary study. *Attachment & Human Development*, 7(3), 283–298. <https://doi.org/10.1080/14616730500245880>
- Sloover, M., van Est, L. A. C., Janssen, P. G. J., Hilbink, M. ve van Ee, E. (2022). A meta-analysis of mentalizing in anxiety disorders, obsessive-compulsive and related disorders, and trauma and stressor related disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 92, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102641>
- Taubner, S. ve Curth, C. (2013). Mentalization mediates the relation between early traumatic experiences and aggressive behavior in adolescence. *Psihologija*, 46(2), 177–192. <https://doi.org/10.2298/PSI1302177T>
- Taubner, S., Kessler, H., Buchheim, A., Kächele, H. ve Staun, L. (2011). The role of mentalization in the psychoanalytic treatment of chronic depression. *Psychiatry*, 74(1), 49–57. <https://doi.org/10.1521/psyc.2011.74.1.49>
- Taubner, S., White, L. O., Zimmermann, J., Fonagy, P. ve Nolte, T. (2013). Attachment-related mentalization moderates the relationship between psychopathic traits and proactive aggression in adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(6), 929–938. <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9736-x>
- Taubner, S., Zimmermann, L., Ramberg, A. ve Schröder, P. (2016). Mentalization mediates the relationship between early maltreatment and potential for violence in adolescence. *Psychopathology*, 49(4), 236–246. <https://doi.org/10.1159/000448053>
- Törenli Kaya, Z., Alpay, E. H., Türkkal Yenigüç, Ş. ve Özçürümez Bilgili, G. (2023). Zihinselleştirme Ölçeği'nin Türkçe çevirisinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 34(2), 118–124. <https://doi.org/10.5080/u25692>
- Zayde, A., Derella, O. J. ve Kilbride, A. (2023). Safe haven in adolescence: Improving parental reflective functioning and youth attachment and mental health with the Connecting and Reflecting Experience. *Infant Mental Health Journal*, 44(2), 268–283. <https://doi.org/10.1002/imhj.22042>

## Investigation of the Psychometric Properties of the Mentalization Scale in Adolescents Between the Ages of 14-18

### Summary

Mentalization refers to an individual's effort and ability to understand and interpret the mental processes behind their own and others' behavior (Fonagy et al., 1998; Fonagy & Bateman, 2019). Studies on mentalizing processes in adolescents have increased in recent years. Mentalization deficits in adolescents have been linked to borderline personality disorder (Quek et al., 2018; Sharp & Vanwoerden, 2015), internalizing symptoms such as depression and anxiety (Porter-Vignola et al., 2022; Locati et al., 2023a), and externalizing symptoms, such as violence and impulsivity (Cropp et al., 2019).

Although there are some gold standard measurements for mentalization, the training of the coding system for these measurements requires expertise and long periods. Hence, various self-report measures have been developed for large-scale quantitative studies. The current study aimed to investigate the psychometric structure of one of these measures, the Mentalization Scale (MentS) (Dimitrijević et al., 2018) in adolescents. The study assesses the factor structure obtained by Törenli Kaya et al. (2023) with a confirmatory factor analysis (CFA) in the adolescent sample. Furthermore, the scale will undergo validity and reliability analyses while exploring the correlation between mentalization and aggression and any gender differences.

### Method

A total of 1399 adolescents between the ages of 14 and 18 ( $M = 15.96$ ,  $SD = 1.19$ ) participated in the study. Participants completed a questionnaire battery consisting of a demographic information form, MentS (Dimitrijević et al., 2018), and the Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) (Buss & Perry, 1992).

### Results

CFA was conducted for four models to test the validity of the factor structure of the Turkish version of MentS for adolescents. After the analysis of the first model, the relationship between item 23 ('I can easily describe what I feel'), which was loaded on the others factor in both original and adaptation studies, and the self factor was detected. The subsequent analyses continued in this way. Based on the analysis, the preferred model confirmed the three-factor structure of the MentS, namely, self-related mentalization, other-related mentalization, and motivation to mentalize. Results showed the following fit indices:  $\chi^2/df = 3.92$ , GFI = .94, AGFI = .93, CFI = .85, TLI = .83 and RMSEA = .05.



The results of the correlation analysis indicated that motivation was negatively correlated with physical aggression ( $r = -.22, p < .001$ ) and BPAQ total score ( $r = -.06, p < .05$ ), but positively associated with hostility ( $r = .14, p < .001$ ). Additionally, there were significant correlations between the other dimension and hostility, anger, verbal aggression, and BPAQ total score ranging from  $r = .10$  to  $r = .15$  were. On the other hand, the self-dimension showed a negative correlation (ranging between  $r = -.12$  and  $-.49$ ) with all dimensions and the total score of the BPAQ.

The internal consistency coefficient of the MentS was calculated as .70. Cronbach's alpha coefficients calculated for the sub-dimensions were .57 for motivation and .72 for others and self dimensions.

Finally, the study found that girls exhibit greater motivation toward mentalizing and a higher level of competence in other-oriented mentalizing skills than boys. Conversely, boys showed higher scores than girls concerning self-oriented mentalizing.

## **Discussion**

Although the fit indices  $\chi^2/df$ , RMSEA, SRMR, GFI and CFI indicated an excellent fit, CFI and TLI values remained below acceptable. As a result, the current study's findings revealed mixed findings regarding the construct validity of MentS in an adolescent sample.

A negative correlation was found between mentalizing skills and aggression levels. More specifically, adolescents displayed reduced physical aggression and experienced fewer feelings of hostility and anger as their mentalization skills improved in line with the literature. Gender differences were explained through gender roles (Hughes & Dunn, 1998; Andrews et al., 2021).

As preliminary findings, the outcomes of this research, which is one of the first to explore mentalization in Turkish adolescents, will help to bridge the gap in adolescents' mentalizing skills.

## Araştırma Makalesi

## Rusya Federasyonu'ndan Türkiye Cumhuriyeti'ne Göçle Gelen Çocukların Entegrasyon Sürecinde Karşılaştıkları Sorunlar

Leyla ŞABANOĞLU<sup>1\*</sup>, Neylan ZİYALAR<sup>1</sup><sup>1</sup> T.C. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

## Makale Bilgisi

## Öz

## Anahtar kelimeler:

göç, göçmen çocuk, göçmen entegrasyonu, göçmen kapsayıcılığı, Rusya'dan Türkiye'ye göç

Göç; ekonomik, politik, sosyo-kültürel, toplumsal, kişisel veya doğal sebepler ile ortaya çıkan, çeşitli faktörler ile etkileşim durumunda olan, başka bir bölgeye doğru hareket etme ve oraya yerleşme anlamı taşıyan bir kavramdır. Bireyler göç sürecinde birçok alanda çeşitli sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır. Çoğunlukla kendi iradesi dışında göç etmek durumunda bulunan çocuklar, göç sürecinin dikkat çekilmesi gereken bir ögesidir. Ülkemiz her sene çeşitli ülkelerden göç almakta, Rusya Federasyonu vatandaşlarının ülkemize doğru gerçekleştirdiği göç hareketleri ise bu bağlamda önemli bir noktada yer almaktadır. Bu çalışmada, Rusya Federasyonu'ndan Türkiye Cumhuriyeti'ne aileleriyle göç etmiş çocukların göç sürecinde karşılaştıkları ayrımcılık, zorbalık, şiddet davranışları, uyum problemleri, dışlanma gibi sorunlar ve bu sorunlara neden olan unsurlar araştırılmıştır. Araştırma nitel yöntem ile yürütülmüş, katılımcı bireyler ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiş, elde edilen veriler içerik analizi yöntemi ile çözümlenmiştir. Araştırmanın bulguları göç öncesindeki deneyimler, göç esnasındaki deneyimler ve göç sonrasındaki deneyimler olmak üzere üç kategori kapsamında irdelenmiştir. Bulgular, göçmen çocukların göç sürecinde; bazı aile bireylerinden ayrılma, göç kararında etkili olamama, barınma sorunu yaşama, terk edilen bölgede bulunan öğelere ve kişilere özlem duyma gibi problemlerle karşılaştıklarını göstermektedir. Gelinen ülkede eğitim bağlamında; öğretmen ve akranlarla iletişim kuramama, okulda akran zorbalığına uğrama, dersleri anlamama, okula kaydolamama gibi sorunların yaşandığı görülmüştür. Bulgular yaşamın farklı alanlarında da akranlar ile iletişim kurmakta zorlanma, akranlarından fiziksel ve psikolojik şiddet görme, gördüğü şiddet karşısında kendisini ifade edememe, Türkçe öğrenme konusunda zorluk yaşama, dil edinme sürecinde yetişkinlerin görevlerini üstlenme, dışlanma ve ayrımcılığa maruz kalma, daha sık sağlık sorunları yaşama, sağlık kuruluşlarına başvurmadan çekinme, göç sürecine ilişkin beklentilerin karşılanmaması gibi sorunlarla karşılaştığını da göstermiştir.

## Abstract

## Keywords:

migration, migrant child, immigrant integration, immigrant inclusion, migration from Russia to Turkey

Migration, driven by various factors, often leads to individuals encountering numerous challenges. Children, who often migrate involuntarily, are a significant aspect of this process. Turkey receives immigrants from various countries annually, with migration movements from the Russian Federation being particularly noteworthy. This research investigated the issues faced by children who migrated from the Russian Federation to the Republic of Turkey with their families. These issues include discrimination, bullying, violent behaviors, adaptation problems, and ostracism. The research was conducted using qualitative methods, involving in-depth interviews with participating individuals. The findings were examined in three categories: pre-migration, during migration, and post-migration. The findings revealed that migrant children faced problems such as separation from some family members, inability to influence the decision to migrate, housing problems, and longing for elements and individuals in the abandoned region. Within the educational setting of the host country, problems such as inability to communicate with teachers and peers, instances of bullying at school, inability to comprehend lessons, and inability to enroll in school were observed. The findings also showed problems in different areas of life, such as difficulty in communicating with peers, experiencing physical and psychological violence from peers, inability to express oneself in the face of violence, difficulty in learning Turkish, taking on adult roles in the language acquisition process, experiencing exclusion and discrimination, experiencing health problems more frequently, hesitating to apply to health institutions, and unfulfilled expectations related to the migration process.

\* Sorumlu Yazar, T.C. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

e-posta: leylasabanoglu@yandex.com

DOI: 0.31682/ayna.1428151

Gönderim Tarihi (Received): 30.01.2024; Kabul Tarihi (Accepted): 05.09.2024

ISSN: 2148-4376

## **Giriş**

### **Göç Kavramı**

Göç; ekonomik, politik, sosyo-kültürel, toplumsal, kişisel veya doğal sebepler taşıyan; şiddet, korku, terör, aile parçalanması, daha iyi koşullara ulaşma isteği gibi unsurları bünyesinde barındıran, bir bölgeden başka bir bölgeye giderek yerleşme veya barınma amacıyla gerçekleştirilen zorunlu veya gönüllü bir yer değiştirme hareketidir (Çakır, 2008). Göç süreci, yalnızca fiziksel bir yer değiştirme değil, bir kültürden yeni bir kültüre, bir sosyo-ekonomik yapılanmadan yeni bir yapılanmaya doğru yapılan bir geçiştir. Çeşitli şehir, ülke ve kültürel yapılardan diğerlerine göç eden, farklı inançları, değerleri ve becerileri olan kişiler bu süreçte etkileşime girmektedir (Dovidio ve Esses, 2001).

### **Göç Sürecinde Bireylerin Karşılaştıkları Sorunlar**

Bulunduğu ülkeden göç yoluyla ayrılan kişi politik, kültürel, ekonomik sorunlar, sosyal dışlanma, dil sorunları, ayrıldığı bölgeye ilişkin kayıplar, ailesi ve kendi kimliğiyle ilgili değişimler gibi çeşitli sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır (Batista-Pinto Wiese, 2010). Göçmen bireyler, içerisinde buldukları sosyal çevrede giyim alışkanlıkları, fiziksel görünüşleri, dile yeterince hâkim olamayışları veya isimlerinin getirdiği çağrışım dolayısıyla olumsuz deneyimlere maruz kalmakta, ihtiyaçları olan sosyal desteğe ulaşamamaktadırlar (Ruiz ve diğerleri, 2013). Çakırer-Özservet (2016) bireylerin göç ettikleri ülkede karşı karşıya kaldıkları sorunları şu şekilde dile getirmiştir: dil sorunları, ekonomik sorunlar ve istihdama ilişkin sorunlar, ev sahibi toplumun verdiği olumsuz tepkiler, barınmaya ilişkin sorunlar, uyum sorunları, dini sorunlar ve kültürel farklılıklara ilişkin sorunlar.

### **Göç ve Çocukluk Kavramı**

Göç sürecinde bulunan tüm bireylerin, gönüllü göç hareketi gerçekleştiriyor olsalar bile çeşitli zorluklar ve sorunlara maruz kaldıkları değerlendirildiğinde, göç kararında çoğunlukla etkili olamayan ve yaşı dolayısıyla çeşitli risklerle karşılaşma olasılığı daha yüksek olan çocukların karşılaşabilecekleri sorunlar ve göç sürecinin etkileri özellikle göz önünde bulundurulmalıdır (Polat, 2007; Uluocak, 2009). Göç olgusu çocukluk dönemi bağlamında değerlendirildiğinde ailenin göç sürecine bakış açısı önem kazanmaktadır. Çeşitli zorluklar içeren göç süreci aile için yeni bir yaşam görevidir (Cornille ve Brotherton, 1993). Süreç ile birlikte göçmen çocuğun ebeveynlerinin aile ve toplum içerisinde sosyal rolleri zarar gördüğünde, ebeveynler sosyokültürel ve sosyoekonomik bakımdan farklılaşan şartlara uyum geliştirmekte zorlandığında, bu ebeveynlerin çocuklarının da süreçten olumsuz etkilenmesi kaçınılmaz hale gelmektedir (Gencer, 2019). Göç sürecinin yol açtığı zorluklarla başa çıkma sürecinde ebeveynlerin çocuklarıyla geçmişe göre daha az ilgilenmesi; sosyoekonomik açıdan

oluşan yetersizliklerden dolayı çocukların büyümeleri ve gelişmeleri için ihtiyaç duydukları öğelerden mahrum kalmalarına, hastalık ve kaza hallerinden korunamamalarına, şiddet, ihmal ve istismara maruz kalma olasılıklarının artmasına sebep olmaktadır (Aydın ve diğerleri, 2017). Tüm bu sorunlarla karşı karşıya kalan çocuklarda suça sürüklenme, şiddet davranışına başvurma, depresyon, yüksek kaygı düzeyi, düşük özgüven, gelişim geriliği, akademik başarıda düşüş, uyku ve yeme bozuklukları, hiperaktivite, öz kıyım, bağımlılık gibi davranışsal ve psikolojik sorunlar görülebilmektedir (Aydın ve diğerleri, 2017). Gerçekleştirilen araştırmalar, göçmen çocukların okul ortamında ayrımcılık, dışlanma, ırkçılık, ön yargı ve akran zorbalığı gibi olumsuz deneyimler ile karşı karşıya kaldıklarını ortaya koymaktadır (Spiel ve Strohmeier, 2012).

### **Göçmen Entegrasyonu**

Göçmen bireylerin karşı karşıya kaldıkları sorunların ele alınması sırasında bireylerin topluma katılımına değinmek önemlidir. Son yıllarda göçmenlerin topluma katılımı ile ilgili olarak asimilasyon veya çok kültürlülük kavramlarının yanı sıra entegrasyon kavramının kullanımı tercih edilmektedir (Muyan, 2019). Entegrasyon kavramı, göç edilen ülkenin çeşitli kurumları ve toplumu ile göç eden bireyler arasında ortaya çıkan karşılıklı ve uzun süreli bir ilişkiyi açıklamak amacıyla kullanılmaktadır (Lacroix, 2010). Farklı toplum ve kültürlerden gelen bireylerin kendiliklerini koruyabilmeleri ve yeni gelinen bölgedeki toplum ile bir arada yaşayabilmeleri için entegrasyon süreci kaçınılmaz olarak görülmektedir (Bilgin, 2014).

### **Göçmen Kapsayıcılığı ve Ekolojik Sistem Kuramı**

Psikolojik, sosyal, politik, hukuki, ekonomik gibi çeşitli yönleri olan göç olgusunun çağımızda geliştiği, değiştiği, küresel çapta etkisi artış gösteren bir olgu haline geldiği değerlendirildiğinde; göçe ilişkin araştırmalarda geçmişe nazaran daha bütüncül bakış açılarını yansıtan kuramsal çalışmalara olan ihtiyacın arttığı ortaya çıkmaktadır (Sakız ve Apak, 2020). Bu noktada göçmen kapsayıcılığı kavramına ve bu kavramın Ekolojik Sistem Kuramı ile olan ilişkisine değinmek gereklidir. Kapsayıcılık, her bir bireyin sorumlulukları ve haklarıyla etkin bir rol edinebildiği, tüm bireyler için olan bir toplum yapısının varlığı olarak açıklanmaktadır (United Nations, 1996). Kapsayıcılık, aralarında farklılıklar olsa da bireylerin topluma dahil olabilmesi, toplumun bu amaçla bir başkalaşım geçirebilmesidir. Böylelikle, göçmen olmak gibi çeşitli farklılıklara sahip bireyler toplum içerisinde kabul edilir ve gelişimlerini rahatlıkla sürdürebilirler. Toplumun bu şekilde kurulan yapısı kişilerin birbirine destek olduğu bir durumu ortaya çıkarır (Meadan ve Monda-Amaya, 2008).

Bronfenbrenner'e (1979) göre bireyin gelişimi, bireyi merkeze alarak, iç içe geçen sistemler olarak açıklanabilen bir çevre içerisinde meydana gelmektedir. Bahsi geçen sistemler şu şekildedir: mikrosistem (örn. aile, okul, arkadaş sistemleri), mezosistem (mikrosistemler

arasındaki ilişki), ekzosistem (örn. ebeveynin işi), makrosistem (örn. hukuk sistemi, sağlık sistemi) ve kronosistem (örn. kardeş doğumunun gelişim üzerindeki etkisi). Bronfenbrenner, tüm bu katmanların bireyin çocukluğunun erken döneminden itibaren gelişiminin üzerinde etkileri olduğunu dile getirmiştir. Göç süreci ile çocuğun sosyal, kültürel, fiziksel çevresinde büyük değişimler olmaktadır. Ekolojik sistem kuramı meydana gelen değişimlerin sebep ve sonuçlarının çocuğun gelişimini büyük ölçüde etkilediğini varsaymaktadır (Aksel ve diğerleri, 2007). Sakız ve Apak (2020) Bronfenbrenner'in birey ile bireyin gelişimini sürdürdüğü çevre arasında bulunan çift yönlü ilişkiye yönelik değerlendirmelerini kapsayıcılık paradigması ile ilişkilendirmektedir. Çünkü kapsayıcılık da bireyin gelişimi ve içerisinde olduğu çevre arasında sürekli boylamsal ve ilişkiyel bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır. Yani göçmenlerin içinde buldukları toplumdaki ögeler ile çift yönlü bir ilişki içinde olduklarını, bu ögeleri hem etkilediklerini hem de bu ögelerden etkilendiklerini bilmek gereklidir. Buradan yola çıkarak, kapsayıcı bir toplum bağlamında değerlendirildiğinde, göçmen bireyler kendileri için başkaları tarafından bir şeyler yapılan, yani edilgen kişiler olma konumundan çıkarak, çeşitli sorumluluklar alabilen ve yaşadıkları toplumu etkileyebilen bireyler haline gelmektedirler.

### **Türkiye Cumhuriyeti'nden Rusya Federasyonu'na Göç**

Ülkemiz bağlamında göç olgusuna bakıldığında Türkiye Cumhuriyeti'nin her yıl farklı ülkelerden göç aldığı görülmektedir. Türkiye Cumhuriyeti'nin diğer ülkelerden aldığı göçe ilişkin sunulan veriler değerlendirildiğinde; Türkiye Cumhuriyeti'ne göç eden bireyler arasında Rusya Federasyonu vatandaşlarının önemli bir çoğunluk oluşturduğu ortaya çıkmaktadır. Düzensiz göç kapsamında ise bahsi geçen çoğunluğun oluşmadığını belirtmek gereklidir (İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı, 2023a; İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı, 2023b; İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı, 2023c; Konut Satış İstatistikleri, 2023; Sarıoğlu ve diğerleri, 2022; Uluslararası göç istatistikleri, 2023).

### **Araştırmanın Amacı**

Nitel araştırma yöntemi ile sürdürülen bu çalışmanın amacı göç sürecine maruz kalan çocukların; göç öncesinde, göç esnasında ve göç sonrasında göçmen bir birey olarak toplumda karşılaştıkları ayrımcılık, dışlanma, uyum problemleri, zorbalık, şiddet davranışları gibi sorunları araştırmak ve bu sorunlara yol açan ögeleri tartışmaktır. Çalışmada, Rusya Federasyonu'ndan Türkiye Cumhuriyeti'ne aileleriyle göç etmiş kadın ya da erkek 18 yaşının altında olan bireyler ile derinlemesine görüşmelerin yapılması, bireylerin kendi sözlerinin en temel veriyi oluşturması, göçün bir süreç olarak ele alınarak göç öncesi, göç esnası ve göç sonrasında edinilen deneyimler kapsamında incelenmesi hedeflenmiştir.

## Yöntem

### Araştırmanın Deseni

Bu çalışmada, nitel araştırma yöntemi uygulanmıştır. Nitel bir araştırma; insanlara ve yerlere duyarlı olan, doğal ortamdaki veriler ile hem tündengelim hem de tümevarımlı tema ve örüntüler kuran veri analizlerini içeren bir yaklaşım ile sürdürülür. Katılımcı bireylerin bir problem ya da konuyu hangi çerçevede ele aldıklarını anlamak amaçlanır (Creswel, 2016). Bu çalışmada nitel araştırma yönteminin ilkelerine uygun olarak, yapılandırılmış sınırların ve kuralların olmadığı, verilerin sosyal bir ilişki kurularak elde edildiği bir yaklaşım sergilenerek, Rusya Federasyonu'ndan Türkiye Cumhuriyeti'ne göç etmiş kadın ya da erkek 18 yaşının altında olan bireyler ile göç sürecinde karşılaştıkları sorunlar üzerinden derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Derinlemesine görüşme; açık uçlu soruların sorulması, cevapların dinlenerek kaydedilmesi ve ilave sorular ile üzerinde çalışılan konunun ayrıntılı bir biçimde araştırılmasını sağlayan bir veri toplama yöntemidir (Kümbetoğlu, 2019).

### Evren ve Örneklem

Tablo1.

*Görüşme Yapılan Katılımcılara İlişkin Bazı Demografik Bilgiler*

<b>Cinsiyet</b>	Kadın	18
	Erkek	16
<b>Yaş</b>	8-10 yaş	7
	11-13 yaş	13
	14-16 yaş	10
	17 yaş	4
<b>Doğum yeri</b>	Rusya Federasyonu	22
	Çeçenistan	3
	Kırım	3
	Belçika	2
	Kazakistan	1
	Türkiye Cumhuriyeti	1
<b>Gelme Yaşı</b>	Bilinmemektedir	2
	3 yaş	4
	5-7 yaş	10
	8-10 yaş	11
	11-13 yaş	6
	14-15 yaş	2

Araştırmanın evrenini, aileleriyle Rusya Federasyonu'ndan Türkiye Cumhuriyeti'ne göç etmiş kadın ya da erkek 18 yaşının altında olan tüm bireyler oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini ise araştırmanın duyurulması ile ulaşılan ilk katılımcının ardından kartopu örnekleme yöntemi kullanılarak, bu evren içerisinde belirlenmiş olan kadın ya da erkek 18 yaşının altında olan bireyler oluşturmuştur. Katılımcı sayısı 34 olmuştur. Çalışmanın yürütüldüğü süreçte veriler kendini tekrar etmeye başladığında, veri doygunluğunun elde edildiği anlaşılmış ve görüşmeler durdurulmuştur. Kartopu örnekleme yönteminde başlangıçta, araştırma kriterlerine uygun olan kişi veya kişilere ulaşılmakta, ardından

araştırmaya katılmayı kabul eden bireylerden bilgi alınarak diğer kişilere ulaşılmaktadır. Bu işlem gerekli katılımcı sayısına ulaşıncaya dek devam etmekte ve bir katılımcı zinciri oluşmaktadır (Parker ve diğerleri, 2019).

### **Veri Toplama Araçları**

Çalışmada veriler, yarı yapılandırılmış araştırma soruları yoluyla, yüz yüze gerçekleştirilen derinlemesine görüşme tekniği ile toplanmıştır. Görüşmeler sırasında veriler, ses kayıt cihazı kullanılarak ve notlar alınarak kaydedilmiştir. Görüşmenin başında ise katılımcılara sosyo-demografik bilgilere yönelik sorular sorulmuştur. Görüşme öncesinde katılımcılar ve ebeveynleri; verilerin bu çalışmada kullanılacağı ve kimlik bilgilerinin gizli tutulacağı konusunda bilgilendirilmiş, görüşmelerin kaydedilmesi için katılımcıların ve ebeveynlerinin onamı alınmıştır. Bilgilendirme ve onam alma işlemi katılımcılara ve ebeveynlerine Bilgilendirilmiş Onam Formu verilmesi ve imza alınması yoluyla gerçekleştirilmiştir.

### **Veri Toplama Süreci**

Bu araştırma ve araştırma kapsamında veri toplama süreci alınan etik kurul onayı ile gerçekleştirilebilmiş olup bu çalışma ile İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'na başvuruda bulunulmuş ve 492589 sayılı karar ile onay alınmıştır. Katılımcılar ile evlerinde başka kişilerin bulunmadığı odalarda görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar ile temas halinde yürütülen uygulama bölümü, katılımcıların kendilerini daha rahat ifade edebilmeleri amacıyla Rusça olarak planlanmış, görüşmelerden önce hangi dilde konuşmak istedikleri katılımcılara sorulmuştur. 27 katılımcı Rusça ve yedi katılımcı Türkçe konuşmayı tercih etmiştir. Görüşmeler yaklaşık olarak 20 dakika sürmüştür.

### **Verilerin Analiz Yöntemi**

Görüşmeler, katılımcının ve ebeveynlerinin onayı alınarak ses kaydına alınmış; ardından ses kayıtları araştırmacı tarafından deşifre edilmiştir. Rusça olarak gerçekleştirilen görüşmelerin deşifre edilmesi sırasında görüşmeler Türkçe diline çevrilmiştir. Verilerin çözümlenmesi; göçmen çocukların entegrasyon sürecine ilişkin yapılan derinlemesine görüşmeler sonucunda elde edilen içeriğin sistematik bir biçimde çözümlenebilmesi, belirli veri kümeleri ve çocukların söylemlerinden açığa çıkan ilişkiler çerçevesinde konuya dair tartışmanın sürdürülebilmesi amacıyla içerik analizi yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. İçerik analizi, verileri tanımlamak ve verilerin içerisinde gizli kalan noktaları açığa çıkarmak için benzer olan verilerin, belirli temalar ve kavramlar çerçevesinde bir araya getirilmesidir. İçerik analizinde temel hedef elde edilen verileri açıklayabilecek ilişkileri ve kavramları açığa çıkarmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Verilerde ortaya çıkan ortak düşünceler kodları

oluşturmaktadır. Kategoriler ise kodları içeren geniş bilgi kümeleridir. Bunlar, araştırma sorularına verilen yanıtlardan açığa çıkan temel bulgu, örüntü” ya da soyutlama olarak düşünülebilir (Corbin ve Strauss, 2014). Kategoriler oluştururken tüm kodların ele alınması mecburi değildir. Önemli bulunmayan kodların silinmesi veya başka kodlarla bir araya getirilerek yeni bir kategori kapsamında sınıflandırılması mümkündür (Cresswell, 2016).

Bu çalışma kapsamında elde edilen veriler araştırmacı tarafından okunmuş, tekrar eden veriler kodlar olarak ele alınmış; ortaya çıkan sıklık temaları açığa çıkarılmış ve temalar göç öncesindeki deneyimler, göç esnasındaki deneyimler ve göç sonrasındaki deneyimler kategorileri kapsamında incelenmiştir. Katılımcıların kimlik bilgilerinin saklı tutulması amacıyla verilerin analizi sırasında Ç harfi kullanılmıştır. Deşifre metinlerinde şu kullanım yer almaktadır: **(Ç1)**

### **Çalışmanın Güvenilirliği**

Niteliksel araştırmanın en önemli özellikleri sınırları keskin bir araştırma planının ve yapılandırılmış kuralların yokluğu ile araştırma sorusunu belirleyen kavramsal temelin esnek oluşudur. Nitel veri, katılımcı ile araştırmacı arasında gelişen sosyal bir ilişki sonucu açığa çıkar (Kümbetoğlu, 2019). Asıl hedef nesnel bir gerçeklik oluşturmak değil, olgu ve olayları hem katılımcı hem de araştırmacı kişilerin öznel deneyimleri çerçevesinde ele almaktır. Nicel çalışmalar ile nitel çalışmaların güvenilirlik ölçütleri farklılık göstermektedir. Nitel bir çalışmanın güvenilir olabilmesi; öznellik, refleksivite, nitel bir araştırma paradigmasına bağlılığı ve uygunluğu, verilerin ve kuramsal yorumlamanın yeterliliği gibi çeşitli niteliklere tabidir (Morrow, 2005; Sousa, 2014).

Bu çalışmada sorumlu araştırmacı olarak, benim de Rusya Federasyonu’ndan Türkiye Cumhuriyeti’ne doğru göç hareketi gerçekleştirmiş bir birey olduğumu belirtmek gereklidir. Bu göç hareketinin çocukluk döneminde gerçekleşmiş olması, göçmen bir çocuğun karşı karşıya kalabileceği olası sorunlara olan ilgimi artırıcı etkiye sahip olmuştur. Bunların yanı sıra lisans eğitimim süresince Rusya Federasyonu’ndan Türkiye Cumhuriyeti’ne göç eden ailelerin çocukları ile çeşitli çalışmalar gerçekleştirmiş olmam ve bahsi geçen grup ile uzun bir süre temas halinde olmam yüksek lisans eğitimim ile birlikte göç sürecine ilişkin bir araştırma yürütme motivasyonumu oluşturmuştur. Göç alanında gerçekleştirilen çalışmaların sıklıkla bireylerin ana dillerinde gerçekleştirilememesi gibi bir sınırlılığı, katılımcılar ile ana dillerinde çalışarak ortadan kaldırabiliyor olmak ise konu hakkında çalışmamı kolaylaştırmıştır. Süreç içerisinde danışmanımın bilgi ve tecrübesinden yararlanmak, klinik psikoloji alanında yüksek lisans sürecimi tamamlamak, kendi psikoterapi sürecimden geçmek ve gerçekleştirilen görüşmelerin ardından sesli bir günlük tutmak olası bir karşı-aktarım durumunun ele alınmasına olanak sunmuştur.



## Bulgular

Bu çalışma kapsamında; Rusya Federasyonu'ndan Türkiye Cumhuriyeti'ne göç eden ailelerin çocukları ile yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen görüşmelerin içerik analizi sonucunda üç kategori ortaya çıkmıştır: Göç öncesindeki deneyimler, göç esnasındaki deneyimler, göç sonrasındaki deneyimler.

Tablo 2.

### Analiz Bağlamında Oluşturulan Temalar ve Kategoriler

Kategoriler	Temalar
Göç Öncesindeki Deneyimler	Sosyal Yaşam Göçün Sebepleri Göç Kararının Alınma Şekli Göç Kararının Nasıl Karşılandığı
Göç Esnasındaki Deneyimler	Rusya Federasyonu'ndan Ayrılış Şekli Göç Esnasında Destekleyen Kişi veya Kuruluşlar Göç Esnasındaki Duygular
Göç Sonrasındaki Deneyimler	Türkiye'de İlk Günlerin Nasıl Geçtiği Okula Başlama ve Öğretmenler ile İlişki Türkçe Öğrenme Süreci Aile İçi İlişkilerde Değişim Arkadaşlar, Akranlar, Komşular ile İlişkiler Göçmenler Hakkındaki Düşünceleri Psikolojik Şiddete Maruz Kalma Fiziksel Şiddete Maruz Kalma Ailede Türkçe İletişim Kurma Görevini Üstlenen Kişi Daha İyi veya Daha Kötü Olan Durumlar Beklentilerin Karşılanıp Karşılanmadığı Tekrar Göç Etme Düşüncesi

### 1. Göç Öncesindeki Deneyimler Kategorisi

**1.a. “Sosyal Yaşam” Teması.** “Sosyal yaşam” teması kapsamında çocukların göç öncesindeki yaşamlarına dair hatıraları ve çevrelerindeki kişilerle ilişkileri incelenmiştir. Katılımcı çocukların büyük bir bölümü göç sürecinden önceki hayatlarını iyi veya normal olarak tarif etmiş, sıklıkla akrabalarının ve arkadaşlarının varlığından bahsetmişlerdir.

**Ç24:** *Yani kendi memleketim, bir de orada insanlarla iletişim kurmak daha kolaydı konuşmak, yani yine de sen oraya aitsin, memleketine.*

Ç9'un ise göç etmeden önceki hayatında arkadaşları olsa da dini farklılıkları öne sürerek kendisini dışladıklarını dile getirmesi göç süreci açısından önemlidir.

**Ç9:** *Çok arkadaşım vardı, en azından ben onları arkadaş olarak sayıyordum, onlar bazen küsüyordu ama anlaşıyordum. Okulda pek iyi değildi, özellikle kızlarla çünkü onlar diyordu ki “Hristiyan değil, Müslüman.” ama ben yine de iletişim kuruyordum. Moskova'yı seviyordum, arkadaşlarım vardı diyebilirim.*

**1.b. “Göçün Sebepleri” Teması.** “Göçün sebepleri” teması kapsamında çocukların göç etmiş olma nedenlerine ilişkin düşünceleri, söylemleri incelenmiştir. 22 katılımcı, göç etme nedeni olarak dini sebeplerden bahsetmiş, Rusya Federasyonu’nda yaşarken ibadet etmekte zorlandıklarını, ailedeki kadınların tesettür konusunda Türkiye Cumhuriyeti’nde daha rahat hissettiklerini ifade etmiştir.

**Ç8:** *Sanırım... Bilmiyorum ama annem dedi ki burası Müslüman ülke olduğu için ve Moskova’da insanlar şey ya... annemin dediğine göre Hristiyan, o yüzden böyle karar verdik.*

**Ç10:** *Yani biz Müslümanız, orada ise Müslümanları sevmiyorlar.*

Beş katılımcı göç etme sebebini eğitim olarak açıklamış, Türkiye Cumhuriyeti’nde gittiği okulda daha az zorlandığını, eğitim sürecinin daha iyi olduğunu dile getirmiştir.

**Ç30:** *Türkiye’ye biz okul yüzünden taşındık, orada çok fazla sınav vardı.*

**Ç7:** *Orada üniversiteye gitseydim daha az imkânım olurdu tüm dünyada. Burada hem üniversiteye girmek daha kolay hem de daha çok olanak var.*

Göç etme nedeni olarak savaşı dile getiren iki çocuğun yanı sıra farklı sebeplerden bahsetseler de bir gün savaş bittiğinde geri dönebileceklerini söyleyen çocuklar olmuştur.

**Ç9:** *Bir de babam Rusya’da yakında savaş çıkacağını tahmin ediyordu ve ‘Savaş olursa Ruslar yerine Müslümanlar adına savaşmak daha iyi.’ dedi ve biz buraya geldik.*

**1.c. “Göç Kararının Alınma Şekli” Teması.** “Göç kararının alınma şekli” teması kapsamında çocukların göç etmeye kimin ve nasıl karar verdiğinde ilişkin söylemleri incelenmiştir. 14 katılımcı, göç sürecine karar verme aşamasında babasının yalnız başına etkin rol oynadığını ifade etmiştir. Kararını annenin tek başına verdiğini söyleyen çocuk sayısı üç, anne ve babanın birlikte verdiğini söyleyen çocuk sayısı 13’tür. Karar verme sürecine dahil olabildiğini söyleyen yalnızca bir katılımcının olması dikkat çekicidir.

**Ç16:** *Tabi ki de babam verdi. Benim hiçbir şey deme hakkım yoktu zaten küçüktüm. Ailem nereye gidiyorsa ben de oraya gidiyordum.*

**Ç24:** *Konuştum tabi ki ailesiyle, bizimle ama babam öyle karar verdiyse öyle olmak zorunda.*

**1.ç. “Göç Kararının Nasıl Karşılandığı” Teması.** “Göç kararının nasıl karşılandığı” teması kapsamında verilen göç etme kararına ilişkin çocukların duygu, düşünce ve tepkileri incelenmiştir. Çocukların bir kısmı göç kararına karşılık verdikleri tepkiyi hatırlamadıklarını ifade ederken 14 çocuk verilen kararın karşısında üzüntü hissettiğini, karara karşı çıktığını, akrabalarını, arkadaşlarını, hayvanlarını özleyeceğini düşündüğünü dile getirmiştir. Çocuklardan biri verilen karar karşısında korku hissettiğini söylemiştir.

**Ç27:** *Ben tamamen karşıydım, ‘Hayır hayır!’ diyordum.*

**Ç30:** Normal, sabretmek zorundayım. Büyüyüp kendim taşınana kadar. Orada benim en iyi arkadaşım var, beni çok bekliyor, bir gün geleceğimi düşünüyor.

Beş katılımcı kararın kendisine söylenmediğini, ailesinin Türkiye Cumhuriyeti'ne tatil için ya da bir süreliğine geleceklerini söylediğini, beş katılımcı ailesinin kendisine konu hakkında soru sormadığını, beş katılımcı ise verilen karara karşılık bir tepki vermediğini dile getirmiştir.

**Ç5:** Nasıl? Taşınıyor muyuz? Taşınıyoruz, tamam. Bana sormadılar, bu yüzden her şey OK.

**Ç9:** Sonra taşınma günü 'Biz taşınmıyoruz, sadece şaka yaptık, sadece dinleneceğiz.' dediler ama eşyaları topluyorduk, 'Burada bir şeyler yolunda gitmiyor.' diye düşündüm, yola çıktık, sonra 'Artık burada kalıyoruz.' dediler, artık karşı çıkmak anlamsızdı.

## 2. Göç Esnasındaki Deneyimler Kategorisi

**2.a. "Rusya Federasyonu'ndan Ayrılış Şekli" Teması.** "Rusya Federasyonu'ndan ayrılış şekli" teması kapsamında göç eyleminin ne şekilde, hangi araçlarla gerçekleştirildiği incelenmiştir. 26 çocuk, uçak yolculuğu ile Türkiye Cumhuriyeti'ne ulaştıklarını söylerken, altı çocuk karayolu yolculuğu yaptıklarını dile getirmiştir. Ç19 kendisinin babasının izni olmadan yolculuk yaptığını, bu nedenle çeşitli tanıdıklarından yardım istediklerini anlatmıştır.

**Ç19:** Benim babam benim yurtdışına çıkmamı yasaklamıştı. Pasaport kontrollerinde ben gidemiyordum. Ondan bizde başka bir havayolu şirketinden annemin tanıdıkları sayesinde transfer yaparak geldik.

**2.b. "Göç Esnasında Destekleyen Kişi veya Kuruluşlar" Teması.** "Göç esnasında destekleyen kişi veya kuruluşlar" teması kapsamında çocukların ve ailelerinin göç sürecinde destek ve yardım alma olanağı bulup bulamadıkları, buldularsa bunun ne şekilde gerçekleştiği incelenmiştir. Katılımcılardan hiçbiri kendilerini destekleyen bir kuruluşa ilişkin bilgi vermemiştir. Dokuz çocuk ebeveynlerinin arkadaşlarının, altı çocuk ise akrabalarının kendilerine destek olduğunu söylemiştir. Beş çocuk bir süre akrabalarında veya tanıdıklarında barındıklarını ifade etmiştir.

**Ç18:** Babamın arkadaşı geldiğimiz zaman yardım etti Türkçe biliyordu o arkadaşı falan sonra buraya taşındı.

**Ç26:** Babamın bir arkadaşı var. Onlar burada bir yerde yedi yıldır yaşıyorlar artık, o yardım etti.

Katılımcı çocuklardan altısı kendilerine destek olan kimsenin olmadığını dile getirmiş, Ç6 akrabalarının göç sürecine karşı çıktığı ile ilgili bilgi vermiştir.

**Ç6:** Hayır, yoktu. Tam tersi karşı çıkıyorlardı, 'Gitmeyin.' diyorlardı. Hatırlıyorum, gelmeden bir hafta önce babaannem geldi ve bir hafta bizimle yaşadı. O her gün akşam

*babamı ikna etmeye çalışıyordu. ‘Ne yapacaksınız orada, yapacak şeyiniz mi yok Türkiye’ye gitmekten başka?’ diyordu.*

**2.c. “Göç Esnasındaki Duygular” Teması.** “Göç esnasındaki duygular” teması kapsamında çocukların göç eyleminin gerçekleştiği esnada hissettiklerine ilişkin hatıraları incelenmiştir. Katılımcılardan 11’i üzüntü, altısı korku veya kaygı, beşi özlem, dördü merak veya şaşkınlık, dördü mutluluk hissettiğini ifade etmiştir. Bazı katılımcılar birden çok duyguyu bir arada dile getirmiştir.

**Ç29:** *Sıradan olmayan bir duygu, nasıl desem, korku herhalde bende vardı, herhalde herkeste bir korku vardı, bende bir şaşkınlık vardı, şaşkınlık, merak bunu duygu diye adlandırabilirsek ama ben sadece merak ediyordum ve üzüntü sanırım ben buraya gelince başladı ve zaman geçince bende flash backler başladı kendi öz şehrimden, işte o zaman ben üzölmeye başladım.*

Katılımcılardan sekizi ne hissettiğini hatırlamadığını, beşi ise hiçbir şey hissetmediğini söylemiştir. En çok “Hatırlamıyorum.” cevabı “Göç Esnasındaki Duygular” teması kapsamında verilmiştir.

**Ç6:** *Hatırlamıyorum, hiçbir şey hatırlamıyorum. Uçakta nasıl gittiğimizi bile hatırlamıyorum, sadece eşyalarımızı nasıl hazırladığımızı hatırlıyorum. Nasıl geldiğimizi, eşyaları nasıl yerleştirdiğimizi hiç hatırlamıyorum.*

### 3. Göç Sonrasındaki Deneyimler Kategorisi

**3.a. “Türkiye’de İlk Günlerin Nasıl Geçtiği” Teması.** “Türkiye’de ilk günlerin nasıl geçtiği” teması kapsamında çocukların göç eyleminin ardından ilk günlere dair deneyimleri ve hatıraları incelenmiştir. Katılımcılardan yedisi göç ettikten sonraki ilk günlerde iyi vakit geçirdiklerini, yedisi yeni şehirde gezdiklerini, denize girdiklerini dile getirmiştir. İlk günlerde edindikleri olumlu izlenimin sonraki günlerde olumsuz yönde değiştiğini söyleyenler olmuştur. Üç katılımcı özellikle okulda zorlandığını söylemiştir.

**Ç4:** *Hayır ama buraya geldiğimize yazdı. Her yere gidiyorduk, her şey mükemmeldi ama en kötüsü okullar başlayınca başladı.*

Çocuklardan üçü Rusça konuşan arkadaşlar edindiğine vurgu yapmıştır.

**Ç18:** *Güzel geçti. Bir tane arkadaşımı buldum. O şu an gitti buradan ama o çocuk yani benim gibiydi Türkçe bilmiyordu çevresindekiler ona bana baktıkları gibi davranıyordu.*

Katılımcılardan altısı barınma veya ev eşyaları ile ilgili sorunlar yaşadıklarını, kalacak yer aradıklarını, ev eşyalarının olmadığını ifade etmiştir. İki çocuk ise ilk günlerde oturma izni veya okul kaydı işlemleri ile ilgilendiklerini dile getirmiştir.

**Ç20:** *Hatırlamıyorum, birkaç sene önceydi ama galiba sadece geldik, bizim bir evimiz vardı ya da otel, evet biz çok fazla otel değiştirdik, sonra ise galiba bir yıl sonra bu eve geldik.*

Dört çocuk ilk günlerde bir yeri bulamadıklarını, kaybolduklarını dile getirmiştir. Katılımcılardan bazıları kaybolma durumunu aile bireyleri ile yaşadığını söylerken, bazıları tek başınayken kaybolduğunu dile getirmiştir. Bu bulgu çocukların karşı karşıya kalabilecekleri olası riskli durumlar açısından dikkate değerdir.

**Ç24:** *Ben ilk geldiğim gün kayboldum, İstanbul'daki ilk gün. Yani benim için bu garipti, bilmiyorum, eskiden ...'da az şey vardı ya, benim için bu korkutucu değildi de, anlaşılmazdı, alışık değildim öylesine, sonra zamanla değişti.*

Dört çocuk hiçbir şey hatırlamadıklarını söylemiş, Ç6 bu durumu bir savunma mekanizması olarak anlatmıştır.

**Ç6:** *Hatırlamıyorum, hiçbir şey hatırlamıyorum. Sadece altıncı ya da yedinci sınıftan itibaren hatırlıyorum her şeyi, ilk bir seneyi fark etmedim gibi. Hatırlayamıyorum, belki beynim bir şekilde blokladı o hatıraları.*

**3.b. “Okula Başlama ve Öğretmenler ile İlişki” Teması.** “Okula başlama ve öğretmenler ile ilişki” teması kapsamında çocukların göç edilen ülkedeki eğitim süreçlerine ilişkin unsurlar ve çocukların deneyimleri incelenmiştir. Katılımcılardan 15’i sorun yaşamaksızın okula kaydolabildiklerini, altısı kayıtlı ilgili sorunlar yaşadıklarını ancak bir süre sonra okula gidebildiklerini, Üçü sorunlarla karşılaşsalar bile hemen okula başlayabildiklerini ifade etmiştir. Dört katılımcı yabancı çocukların gittiği bir okula gittiğini veya gittiği okulda kendilerine ayrılan bir sınıfta eğitim aldığını ifade etmiştir.

**Ç10:** *Birazcık yaşadık, beni kabul etmek istemediler sınıfa ama bizim bir tanıdığımız vardı, o yardımcı oldu bize okula gidebilmem için.*

**Ç7:** *Müdür yardımcısı benle kardeşimi aldı, arabaya bindirdi, eve getirdi, geldiler, burada evimizde konuştular, oturum iznimizin ne zaman olacağını öğrendiler. Çünkü biz bir aydan fazla okulda kayıtsız duruyorduk.*

Üç çocuk dini eğitim almaları sebebiyle okula hemen başlayamadığını, okulunu değiştirdiğini veya okulu bıraktığını anlatmıştır.

**Ç9:** *Bir hafta sonra annem beni medreseye vermeye karar verdi, sonrasını pek hatırlamıyorum medresede olanları.*

**Ç31:** *Bu şimdi gittiğimi bitirince okula gideceğim.*

20 çocuk öğretmenleri ile iyi bir iletişim kurabildiğini söylerken, beş çocuk öğretmenin kendisini desteklediğine ilişkin vurgu yapmış, bu durumun kendisini olumlu yönde etkilediğini dile getirmiştir.

**Ç19:** *Birinci sınıfta pek anlayamıyorduk. Çünkü ben kendimi anlatamıyordum istediğim gibi onlar da anlamıyorlardı ama öğretmenim bana çok yardımcı oldu ve benim çok hızlı Türkçe öğrenmemi sağladı.*

Katılımcılardan altısı öğretmenlerinin bazılarıyla olumsuz, bazılarıyla olumlu deneyimler yaşadığından bahsetmiştir.

**Ç6:** *Bazı öğretmenler beni kabul etti ve başlarda yardım ediyorlardı, bazıları ise bana karşıydı: ‘Neden buraya geldiniz? İnsanlar tam tersi buradan gidiyor, siz ise buraya geliyorsunuz.’ Bir de Bir Türkçe öğretmeninim söylediğini hatırlıyorum: ‘Yakında Türkler için bizim ilçemizde yer kalmayacak, geldiniz buralara.’*

Olumsuz deneyimlerine değinen çocukların yanı sıra Ç3 öğretmenin kendisine zorbalık yapılmasına tepki vermediğini vurgulamıştır.

**Ç3:** *Dersin ortasında bir kız okumayı ve konuşmayı bilmediğimi söyledi. Muhtemelen Rus olduğumu biliyordu, bu yüzden güldü ve Türkçe bilmediğimi, yazamadığımı söyledi. Sonra bütün sınıf güldü. Öğretmen ise hiçbir tepki vermedi, kendi telefonuna bakmaya devam etti. Ben o zaman neredeyse ağlayacaktım.*

**3.c. “Türkçe Öğrenme Süreci” Teması.** “Türkçe öğrenme süreci” teması kapsamında çocukların dil edinimine ilişkin deneyimleri incelenmiştir. Katılımcılardan 19’u şu anda Türkçe dili konusunda sorun yaşamadığını belirtmiştir.

**Ç13:** *Şimdi artık fen öğretmeni nereden olduğumuzu falan soruyordu, bana sorunca, ‘Aa sen Türk gibisin.’ demişti.*

Katılımcılardan üçü Rusça konuşan arkadaşlarının süreci etkilediğini, ikisi farklı diller kullanmanın Türkçe öğrenme sürecini olumsuz etkilediğini, ikisi özellikle Tatarca bilmenin Türkçe öğrenimi konusunda kolaylık sağladığını ifade etmiştir.

**Ç24:** *Ben okula giderken öğrendim, yani diyorum ya Tatarca ve Türkçe birbirine çok benziyor, sadece birazcık kelime öğrenmek gerekiyordu, o kadar, zor değildi Türkçe öğrenmek.*

Altı çocuk Türkçe öğrenme sürecinde, çeşitli alanlarda zorlandığını anlatmıştır.

**Ç9:** *Bir cümleyi doğru kuramazsam kaygılanmaya başlıyorum ve sinirleniyorum, insanlar beni hemen anlasın istiyorum, kendime daha çok güvenmek istiyorum, bu yüzden Türkçe konuşmuyorum genellikle, yalnızca gerekiyorsa, bir şey soruyorlarsa cevaplayabilirim, önce düşünürüm.*

**3.ç. “Aile İçi İlişkilerde Değişim” Teması.** “Aile içi ilişkilerde değişim” teması kapsamında göç eyleminin ardından çocukların aileleri ile olan ilişkilerine dair algıladıkları değişim biçimi incelenmiştir. Katılımcılardan 19’u aile içi ilişkilerinde bir farklılaşma olmadığını, yedisi ilişkilerin göç sürecinde olumsuz etkilendiğini, daha öfkeli hale geldiklerini ifade etmiştir.

**Ç7:** *Herkesin daha sinirli olduğunu düşünüyorum kardeşler açısından. Bilmiyorum öfkeli değil de sonuç olarak göç psikolojimizi etkiledi. İlişkilerimizi etkiledi, düşüncelerimiz değişti, stres oldu, birbirimize karşı daha az öz olduk, tabi ki öz, gerekli her şeyi yaparız ama daha az arkadaşça oldu sanki.*

Beş çocuk babasının uzun süre boyunca Türkiye Cumhuriyeti'nde bulunmadığını, Rusya Federasyonu'nda veya diğer ülkelerde yaşamaya devam ettiğini vurgulamıştır.

**Ç6:** Anne ve babamla oldu. Çünkü babam hala Rusya'da. Onu neredeyse hiçbir zaman görmüyoruz, nadiren görüyoruz, yılda üç kez gelebiliyor bir aylık. Annemle sıklıkla boş şeylerden ötürü tartışıyoruz.

İki çocuk göç sürecinin aile ilişkileri üzerinde olumlu bir etkisinin olduğunu belirtmiştir.

**Ç24:** Daha iyiye gitti diye düşünüyorum tam tersi gittiğimiz için çünkü nasıl desem? Bozulmadık, birazcık daha yakın olduk babam olmadığı için, iyi diye düşünüyorum, bir şey değişmedi yani.

**3.d. “Arkadaşlar, Akranlar, Komşular ile İlişkiler” Teması.** “Arkadaşlar, akranlar, komşular ile ilişkiler” teması kapsamında çocukların göç edilen ülkede iletişim kurdukları kişiler, iletişim kurarken kullanmayı tercih ettikleri dil, bunlara ilişkin karşılaştıkları sorunlar incelenmiştir. 22 çocuk arkadaşlarının Türkiye Cumhuriyeti'nden, iki çocuk başlangıçta Rusya Federasyonu'ndan, daha sonra ise Türkiye Cumhuriyeti'nden olduğunu dile getirmiş, 14 katılımcı akranları ile çoğunlukla Türkçe konuştuğunu, dokuz katılımcı bazı akranları ile Rusça ve bazıları ile Türkçe konuştuğunu ifade etmiştir. Katılımcılardan sekizi arkadaşlarının Rusya Federasyonu'ndan olduğunu, yedisi Rusya Federasyonu'nda bulunan farklı cumhuriyetlerden olduğunu dile getirmiştir. Yedi çocuk akranları ile Rusça konuştuğunu söylemiştir.

**Ç3:** Herkesin arkadaşları vardı ama benim yoktu, bu yüzden üzülüydüm. Bu sebeple Ruslarla oynuyordum.

20 çocuk arkadaşlarının çeşitli ülkelere göç eden kişiler olduğunu, beş çocuk akranları ile konuşurken Türkçe ve Rusça dışındaki dilleri kullandığını ifade etmiştir.

**Ç9:** Burada arkadaş bulmak çok zor diye düşünüyorum, Türkler için değil de özellikle yabancılar için, yabancılar genellikle kendilerine yabancılar arasından arkadaş buluyor, ben de öyle, mesela Afganlar, Rusça konuşanlar, belki işte bir tanıdığım var Fransa'da yaşamış, Türkiye'ye taşınmış, onunla iletişim kurmak daha kolay çünkü bizi tek... yani tek bir şey bağlıyor işte.

Katılımcılardan beşi arkadaş edinmekte zorlandığını söylemiş, ikisi Türkçe öğrendikten sonra arkadaşlık kurabildiğini ifade etmiştir. Yalnızca bir katılımcı çocuk çok arkadaş olduğunu vurgulamıştır

**Ç17:** Güzeldi ama biraz ben dışlanıyordum Türkçe bilmediğim için. Arkadaşlarım yani binadakiler benden uzak duruyorlardı konuşmuyorlardı dalga geçiyorlardı.

Katılımcılardan çevrelerinde bulunan farklı kişilerle çeşitli sorunlar yaşadıklarını ifade edenler olmuştur. Sekiz çocuk akranları ile, dokuz çocuk komşularla yaşadıkları sorunlardan bahsetmiştir. Beş çocuk yaşadıkları sorunların yabancı olmalarıyla ilgili olduğunu söylemiştir.

**Ç32:** Çünkü onlar mesela kendi arabalarını kapımızın önüne koyuyorlar, biz koyduğumuzda ise onlar kızıyorlar.

**Ç18:** Her zaman kavga oluyordu bu sitede yabancı olduğum için ama sonra Türkçe öğrendim bana güzel davranmaya başladılar. Dalga geçiyorlardı. Sonra dövüyordum. Sonra annelerle geliyordu kapıya.

**3.e. “Göçmenler Hakkındaki Düşünceleri” Teması.** “Göçmenler hakkındaki düşünceleri” teması kapsamında çocukların göç edilen bölgedeki diğer göçmen bireyler hakkındaki düşünceleri ve söylemleri incelenmiştir. 11 çocuk konu hakkında bir şey düşünmediğini veya kendisinin de göçmen olması sebebiyle konu hakkında yorum yapmasının uygun olmayacağını söylemiştir.

**Ç24:** Yani ben kendim göçmenim, Türklerin yerinde olsaydım bir şey söyleyebilirdim ama mesela ‘Sen geldin, öyle, şöyle.’ diyemem. Mesela Afganlar var çok kötü olan ya da Suriyeliler ya da bizimkiler geliyorlar, evlerindeymiş gibi yaşıyorlar, öylesi de oluyor, öyle, yani farkh düşüncelerim var.

Katılımcılardan dokuzu göçmen kişiler hakkında olumsuz bir düşüncesinin olmadığını söylemiştir. Beş çocuk bahsi geçen bireylerin kendisi gibi olduklarını, kendisinin onlarla empati kurabildiğini dile getirmiştir.

**Ç7:** Olumsuz düşünceler yok, tam tersi desteklemeye çalışıyorum, kendi durumumu hatırlayarak. Yabancı birinin geldiğini görünce destekledim, çünkü ben ilk geldiğimde neden Afganlarla yakınlaştım? Çünkü onlar da anlıyordu yabancılar için zor olduğunu, ben Türkçe bilmeden bile onlarla ortak dili bulmuştum, yarım kelimeden bile anlıyorlardı, Türkler anlamak istemiyordu, sıkılıyorlardı benimle Türkçe bilmediğim için.

Beş çocuk özellikle Rusya Federasyonu’ndan göç eden diğer göçmen bireyler hakkında olumsuz düşünceleri olduğunu ifade etmiştir.

**Ç8:** Onlar da bizim gibi. Gerçi son zamanlarda taşınmaya başlayan çok kişi var. Bilmiyorum ben bundan pek hoşlanmıyorum. Ben artık alıştım Türklere, bu Türk atmosferine, herkes taşınmaya başlayınca ben hemen... Bilmiyorum. Buraya çok Rus taşınınca ben bundan hoşlanmadım, kendim geldiğim halde.

Katılımcılardan üçü çevrelerinde fazla sayıda göçmenin olduğunu söylerken, üçü özellikle bazı bölgelerden gelen göçmen bireyleri sevmediğini söylemiştir.

**Ç20:** Evet, Afganlar da çok fazla. Yani ben şu an Afganlara karşı kötü bir şey beslemiyorum ama orada onlar çok pislerdi, her zaman her şeyi dağıtıyorlardı, tatl bir şeyler yiyince oraya atıyorlardı, tükürüyorlardı, kaldırmak isteyince her şey tükürük içindeydi. Çöp vardı ama Afgan öyle attı, çöp kutusuna atmaya çalışmadı.

**3.f. “Psikolojik Şiddete Maruz Kalma” Teması.** “Psikolojik şiddete maruz kalma” teması kapsamında çocukların maruz kaldıkları, şahit oldukları psikolojik şiddete ilişkin söylemleri incelenmiştir. Katılımcılardan 10’u akran zorbalığına maruz kaldığını dile getirmiş, beşi akranlarının kendisiyle dalga geçtiğini, dördü akranlarının kendisinden uzak



durduğunu, üçü akranlarının kendisine bağırdığını, hakaret ettiğini, ikisi akranlarının eşyalarını izinsiz aldığını ifade etmiştir.

**Ç4:** *Bilmiyorum, nedense beni bir şekilde sevmeler. Eşyalarımı alıyorlardı, böyle şeyler... Ben böyle küçük bir kola götürmüştüm, iki çocuk o kolaı aldı ve bütün sınıfta ayaklarıyla sürükledi... Orada Rusça konuşan başka insanlar vardı. Bir kutu sütü üzerime döktüler böyle. Bu kadar, başka hatırlamıyorum. (ağlıyor)*

**Ç28:** *Orada Afganlar vardı, İngilizce, Türkçe konuşuyorlardı, bize bulaşmaya başladılar, 'Siz Russunuz.', salıncakları paylaşmıyorlar, onlar önce başladı, bize kötü sözler söylemeye başladı, kötü bir şey göstermeye...*

**3.g. “Fiziksel Şiddete Maruz Kalma” Teması.** “Fiziksel şiddete maruz kalma” teması kapsamında çocukların maruz kaldıkları, şahit oldukları fiziksel şiddete ilişkin söylemleri incelenmiştir. 26 çocuk maruz kaldığı fiziksel şiddet olayının akranları ile yaşandığını vurgulamıştır. Dokuz çocuk akranının kendisine vurduğunu, dört çocuk akranının kendisini ittiğini, iki çocuk akranının kendisinin saçını çektiğini söylemiş, altı çocuk farklı şekillerde zorbalığa maruz kaldığını ifade etmiştir.

**Ç28:** *Kısacası ben duruyordum ve o ayağıyla burama sertçe vurdu, sonra ben onunla kavga ettim... Oysa salıncakları orada paylaşmadılar, bilmiyorum, onlar bunun onların parkı olduğunu düşünüyorlar.*

Şiddete maruz kalmama sebebi olarak kendisinin sakin kalmasını belirten çocuklar olmuştur.

**Ç16:** *Yok. Biz sakin bir insan olduğumuz için öyle sorunlar yaşamadık.*

Katılımcı çocuklardan beşi yaşadığı olay karşısında fiziksel şiddete başvurduğunu, altısı akranları ile kavga ettiğini dile getirmiştir.

**Ç9:** *Yalnızca sıklıkla yanağa dokunuyorlar, birbirlerinin yanına gidip böyle yapabilirler (hafifçe yanağına tokat atarak gösteriyor), bir kez arkadaşım hatta, biz onunla hep arkadaşlık ediyoruz, bana bir kez öyle yaptı, ben ona 'Bir daha asla bana böyle yapma.' dedim, birden bana vurdu, yanağıma sertçe, ben o andan sonra belki onu küstürmüşümdür, ensesinden tuttum ve duvara götürdüm, o benden çok daha büyüktü, daha uzun boyluydu, daha kiloluydu, ben ise kendimi şimdi bana vursa uçacak gibi hissediyordum, onu duvara yaklaştırdım ve 'Bana bir daha böyle yapma.' dedim ve bundan sonra herhalde bana küstü, ben de özür dilemedim ve arkadaş olmayı bıraktık.*

**3.h. “Ailede Türkçe İletişim Kurma Görevini Üstlenen Kişi” Teması.** “Ailede Türkçe iletişim kurma görevini üstlenen kişi” teması kapsamında aile içerisinde ihtiyaç duyulduğunda Türkçe konuşan, aile dışından bireyler ile iletişim kurma görevini üstlenen kişi veya kişilerin kimler olduğu incelenmiş, çocukların Türkçe öğrenmiş olmaları halinde dışarıdaki bireylerle iletişim kurarken karşılaştıkları sorunlar araştırılmıştır. Katılımcılardan sekizi kendisinin bu görevi üstlenmek durumunda kaldığını, altısı kardeşinin de bu görevi üstlendiğini, altısı yalnızca annelerinin iletişim kurduğunu, altısı ebeveynlerinin iletişim kurabildiğini, dördü bazen annelerine destek olduğunu dile getirmiştir.

**Ç24:** Genelde annem konuşuyor. O ailemizin başı yani babam yokken.

**Ç6:** Her zaman beni alıyorlar, annemin ya da babamın ihtiyacı olduğunda. Özellikle bankaya gidecekleri zaman ...'ı alıyorlar ya da belge işleri olduğunda. Onun dışında beni alıyorlar. Hastaneye, markete.

İki çocuk komşu ve akrabalara da destek olmak durumunda kaldığından bahsetmiştir.

**Ç9:** Mesela bazen komşularımıza yardım ediyoruz, ... hasta oluyor, o zaman beni alıyor, bankaya beni alıyor genellikle, markete tabi ki beni alıyor, ben ve ... işte.

Katılımcılardan altısı iletişim kurmakta zorlandığını, bunu yapmak istemediğini, utandığını ya da zaman ayırmak istemediğini ifade etmiştir.

**Ç9:** İşte amcam sürekli yazıyor bana ev hakkında, “Ara öğren, kiraya ne kadara veriyorlar ne zaman gelinebilir? Sonra benimle geleceksin, eve bakarsın, sorarsın.”, bu hoş değil işte, tabi ki yardım ediyorsun, “Hayır, kendiniz yapın.” deme şansın bile yok ama ruhuna bu pek iyi gelmiyor.

Üç çocuk başlangıçta zorlansa da daha sonra duruma alıştığını, dil ile ilgili sorunlarının azaldığını anlatmıştır.

**Ç3:** Çok utangaçtım eskiden, birisiyle konuşmak çok zordu, Rusça bile konuşamazdım yabancı biriyle. Sonra annem beni sürekli Türkçe, Rusça konuşmaya ve çeviri yapmaya zorladı. Ben alıştım, zamanla daha kolay gelmeye başladı.

**3.1. “Daha İyi veya Daha Kötü Olan Durumlar” Teması.** “Daha iyi veya daha kötü olan durumlar” teması kapsamında çocukların göç eyleminden önceki ve sonraki yaşam deneyimleri, bahsi geçen deyimler arasında fark ettikleri değişiklikler ve bunlara ilişkin düşünceleri incelenmiştir. Beş çocuk göç etmelerinin ardından her şeyin daha iyiye gittiğini, sekiz çocuk çevrenin Türkiye Cumhuriyeti’nde daha iyi olduğunu söylemiştir. Üç katılımcı çocuk insanların daha iyi olduğuna ilişkin söylemlerde bulunmuştur. İki çocuk ise göç etmelerinin ardından çevrelerinde bulunan insanları garip bulduğunu söylemiştir.

**Ç15:** Aslında Türkiye’ye geldiğimde böyle insanların daha iyi olduğunu fark ettim. Mesela Rusya’da bütün insanlar böyle birbirlerine yabancı birbirlerine böyle hakaret eden çok değil de birazcık değişik bir şeydi. Türkiye’ye geldiğimizde gerçekten güneş gülmüş gibi oldu öyle bir şey oldu işte güzel.

Beş çocuk dini konularda kendisini daha iyi hissettiğini vurgulamıştır.

**Ç11:** Burada Hristiyan değil Müslümanlar, cami var.

Beş çocuk yeni bir yerde bulunma ve yeni deneyimler yaşama gibi sebeplerle kendisini daha iyi hissettiğini, geliştiğini ve değiştiğini ifade etmiştir.

**Ç29:** Daha iyi, psikolojim daha iyi oldu herhalde, ben daha sakin oldum, bir de ne iyi oldu? Belki benim düşüncelerim, yeni bir dil öğrenmeye başladım, genel olarak gelişmeye başladım ve öyle şeyler, aynı şekilde ben başka türlü düşünmeye başladım, daha yetişkin bir insan gibi öyle diyebilirsek ama neyse, çoğu şey iyi oldu.

Altı çocuk artık akranları ile daha çok sorun yaşadığını, daha az arkadaşının olduğunu, dört katılımcı çocuk ise göç etmesinin ardından daha çok arkadaş edinebildiğini dile getirmiştir.

**Ç23:** *İyi olarak bir dil öğrenmiş oldum yerleri görmüş oldum, farklı bir ülkeyi görmüş oldum. Kötü olarak da hayatımın çoğu kötüye gitti. Arkadaşlık olarak güven olarak çok şey aslında iyi şey de var ama daha çok kötü şey var diyelim.*

Katılımcılardan beşi akrabalarından uzak kaldıklarını söylemiştir. Ç26 akrabalarının da göç etmeye başlamasıyla yaşanan olumsuzlukların azaldığını anlatmıştır.

**Ç26:** *Daha kötü olan akrabasız olmak ve buraya artık yavaş yavaş yani akrabalar geliyor ve böyle iyi oluyor.*

Dört çocuk iklim değişikliğinin kendilerini olumsuz etkilediğini söylemiştir.

**Ç5:** *Ekonomik açıdan her şey iyi, sosyal açıdan arkadaşlarımı özliyorum, daha kötü oldu. Genel olarak iklim değişikliği, genel durum... Ben bağışıklığı düşük bir insanım, sık hasta olurum, burada hemen yine... Henüz tanıdık doktor yok ama. Ben artık alıştım, o kadar çok hasta oluyorum ki, doktora başvuruyorum.*

**3.i. “Beklentilerin Karşılanıp Karşılanmadığı” Teması.** “Beklentilerin karşılanıp karşılanmadığı” teması kapsamında çocukların göç eyleminden önce sürece ilişkin düşüncelerinin, beklentilerinin neler olduğu ve bunların ne ölçüde karşılandığı incelenmiştir. 13 çocuk beklentilerinin olmadığını ya da beklentilerini hatırlamadığını, altı çocuk olumlu veya olumsuz beklentilerinin karşılandığını söylemiştir.

**Ç16:** *Evet beklediğimiz gibiydi. Zaten babam ilk önce tek başına geldi. Burayı araştırıp öyle taşındık. Yani ben pek o zaman fikrim yoktu yani olumluydu evet her şey beklediğimiz gibiydi.*

Üç çocuk din ile alakalı beklentilerinin karşılandığını vurgulamıştır.

**Ç3:** *İnsanlar Rusya’da kapalılarına garip bakıyorlardı. Annem için daha kolay olmuştur burası.*

13 çocuk olumlu veya olumsuz olan bazı beklentilerinin karşılanmadığını söylemiştir.

**Ç7:** *Beklentiler bambaşkaydı, daha kolay olur, alışırım hızlıca sanmıştım ama yok birazcık uzadı her şey... Çocuklarla ortak dil bulmaya çalışmak daha zordu, iletişim kurmak, arkadaş aramak. On birinci sınıfa geçene kadar bu konuda zorlanıyordum. On birinci sınıfta birazcık kolaylaştı, şimdi her şey iyi.*

**Ç17:** *Yani ben aslında burayı böyle kötü sanıyordum ama daha iyiymiş düşündüğümünden. İnsanlar biraz kaba gibi zannediyordum.*

Beş katılımcı çocuk, Türkiye Cumhuriyeti’nin bir ülke olduğunu bilmediğini veya daha küçük bir ülke olarak hayal ettiğini, tatile gidilen yer anlamı taşıdığını düşündüğünü ya da Türkiye Cumhuriyeti’nde her zaman, her yerde denize girildiğini düşündüğünü ifade etmiştir.

**Ç9:** Bu konuda hiç düşünmedim, beklentilerim... Ben Türkiye'nin tatil dünyası olduğunu düşünüyordum, ben her zaman Türkiye'yi böyle hayal ediyordum. Bana İspanya'ya gideceğimizi söylediklerinde ben onun Türkiye olduğunu sanmıştım, yani Türkiye tatil dünyası sanıyordum (gülüyor). Her gün denize gideceğiz, güneşleneceğiz sanıyordum, böyle şeyler çünkü öyle bir izlenimim vardı, ben bilmiyordum, meğerse Türkiye sadece bir ülkeymiş ve insanlar burada normal yaşıyor, tek bir şey var, ben dinleneceğiz sanıyordum, okula gideceğiz, okuldan sonra arkadaşlarımızla denize gideceğiz, sonra uyuyacağız, sabah denize, sonra okula vesaire ama öyle.

**3.j. “Tekrar Göç Etme Düşüncesi” Teması.** “Tekrar göç etme düşüncesi” teması kapsamında çocukların ikincil göç gerçekleştirmeye ilişkin düşünceleri, planları, hayalleri, tekrar göç etmeyi planlamaları halinde bu göç eyleminin nereye doğru gerçekleşebileceği, ayrıldıkları ülkeye dönmeye ilişkin düşünceleri incelenmiştir. 10 çocuk tekrar göç etmek istemediğini ifade etmiştir.

**Ç6:** Ben kendimi Rusya'da hayal edemiyorum. Düşünüyorum, büyürsem, burada eğitim alırsam oraya gidemem, bence zor olur oraya yeniden alışmak, her şey bambaşka.

Dokuz çocuk geri dönmek istediğini, beş çocuk Rusya Federasyonu'na yalnızca bir süre için gitmek istediğini dile getirmiştir. Sekiz çocuk ise Rusya Federasyonu'na bağlı cumhuriyetlere gitmek istediğinden bahsetmiş, başka bir bölgede yaşamak istemediğini dile getirmiştir.

**Ç25:** Düşünüyorum, büyüyünce, okuyunca Rusya'ya gidip, sonra belki artık ailem olunca buraya gelmeyi geri.

**Ç7:** Sanırım yalnızca kendi memleketimize, gelecekte orada daha çok olmak isterim. İnguşetya, Kafkas. Moskova'ya hayır, dönmek istemezdim, her yıl doğru olanı yaptığımızdan daha emin oluyorum buraya gelerek. Çünkü orada hayatın nasıl devam ettiğini, neler olduğunu görebiliyorum. Ben hiç üzülmiyorum geldiğimize.

Dört çocuk Rusya Federasyonu'na dönüş planı yaptıklarını ifade etmiştir.

**Ç23:** Rusya'da yaşamayı planlıyoruz bundan sonra. Şöyle söyleyeyim babam sekiz yıldır biz buradayız ve sekiz yıldır bir oraya bir buraya gidiyor ve yoruldu açıkçası. İki tane erkek kardeşim var. Annem onları tek başına büyütmez. Çünkü erkekler daha zor büyütülüyor. O yüzden oraya dönmek istiyorlar. Yani hem annem babamla beraber olmak istiyor, babam da bizle beraber olmak istiyor. Ben de çok dönmek istiyorum. Şöyle söyleyeyim burada yaşadığım şeyler çok ağır şeyler ve unutacağım bir şey de değil o yüzden oraya gittiğim zaman da farklı bir atmosfer farklı insanlar olduğu için hatırlama gibi bir şansım da olmaz.

**Ç24:** Yani büyüdük, artık gitme zamanı geldi. Çünkü memleketim, seviyorum orayı, her zaman istiyordum.

Katılımcı çocuklardan beşi başka bir ülkeye göç edebileceklerini dile getirmiştir.

**Ç5:** Her zaman için pek sanmıyorum, orada çok... Hayır, Rusya'ya kesinlikle hayır. Kanada ve Almanya'ya bakıyorum. Çünkü Almanya'da akrabalar var, Almanca öğreniyorum, iyi biliyorum. Bu yüzden evet.

## **Tartışma ve Sonuç**

Çalışma kapsamında göç sürecine maruz kalan çocukların; göç öncesinde, göç esnasında ve göç sonrasında göçmen bir birey olarak toplumda karşılaştıkları sorunları araştırmak ve bu sorunlara yol açan unsurları tartışmak amaçlanmıştır. Bu doğrultuda göç bir süreç olarak ele alınarak göç öncesindeki deneyimler, göç esnasındaki deneyimler ve göç sonrasındaki deneyimler kategorileri kapsamında değerlendirilmiştir.

Katılımcıların çoğunluğunun, göç sürecinden önceki hayatlarını olumlu kelimeler kullanarak betimlemiş olması göç ile birlikte bir kayıp yaşama durumuna işaret etmektedir. Bu durum göçmen çocukların göç süreci içerisinde çeşitli psikososyal sorunlarla karşılaşmalarına yol açabilecek önemli unsurlardan birine örnek sunmaktadır. Öztürk ve diğerleri (2020) göç sürecini kayıp ve yas bağlamında değerlendirerek, göç sürecinin zorunlu veya gönüllü olması fark etmeksizin travmatik etkiler oluşturabileceğine değinmiştir. Ancak göç hareketini zorunlu olarak gerçekleştiren kişilerin, yas sürecinin ve uyum sürecinin daha büyük zorluklar içerebileceğini dile getirmişlerdir. Polat (2007) çocukların göç kararında etkin olamamaları nedeniyle zorunlu göç gerçekleştirdiklerinin varsayılabilirliğini, dolayısıyla riskli durumlara karşı daha açık olduklarını vurgulamaktadır. Bu noktada bu çalışmada yer alan çocukların göç kararında çoğunlukla etkisiz olduğunu yeniden vurgulamak gereklidir.

Katılımcı çocuklardan bazılarının göç etmeden arkadaş edinmek konusunda sorun yaşadıklarını söylemesi, katılımcıların göç etme sebebi olarak çoğunlukla dini faktörlerden bahsediyor olması ile ilişkilidir. Viyana'da bulunan Türk göçmenler ile yürütülen, ayrımcılığa ilişkin deneyim ve algıların araştırıldığı çalışmada, dini faktörler dolayısıyla maruz kalınan ayrımcılık düzeyi vurgulanmış, bu durumun göçmen bireylerin kaygı düzeyi üzerinde etkili olduğu ortaya çıkarılmıştır (Sağlam, 2020).

Katılımcılar göç süreci esnasında hiçbir kurum veya kuruluştan destek almadıklarını, yalnızca akrabaları ve tanıdıkları tarafından desteklendiklerini ifade etmişlerdir. Massey ve diğerleri (2014) kendisinden önce göç etmiş olan akraba ve tanıdıklara sahip kişiler için göç eyleminin daha az zorluk içerdiğini, daha önceden göç etmiş olanların geride kalanlara yol gösterici ve kolaylaştırıcı bir etkide bulunduğunu dile getirmiştir. Literatürde, özellikle dış göç bağlamında, önceden göç etmiş olan akrabaların etkisine ve göç yoğunluğunu arttırıcı olduğuna değinen çalışmalar mevcuttur (Gülerce ve Demir, 2021).

Çocuklar göç eylemi esnasında üzüntü, korku, kaygı, özlem, şaşkınlık hissettiklerini belirtmiş bir kısmı mutluluk hissettiğini söylemiştir. Dikkat çeken bulgular arasında bazı çocukların göç esnasında ne hissettiğine dair hiçbir şey hatırlamadığını dile getirmesi bulunmaktadır. Bu durumun yaşanan yoğun stres hali karşısında ortaya çıkan bir savunma tepkisi olabileceği değerlendirilmektedir. Sır ve diğerleri (1998) zorunlu göçün psikolojik etkilerini araştırdıkları çalışmada, göç sürecinin travmatik etkileri üzerinde durmuş ve kişilerin yaşanan stresli yaşam olaylarını bastırma eğiliminde olduklarını dile getirmişlerdir.

Türkiye Cumhuriyeti'ndeki ilk günlerini anlatan katılımcılar arasında, ilk günlerde kardeşleriyle ya da çevrede tanıştığı, kendisiyle aynı dili konuşabilen kişilerle vakit geçirmeyi tercih ettiğini dile getirenler olmuştur. Türkiye'de yaşamını sürdüren İngiliz kökenli göçmenlerin kullanmayı tercih ettikleri dilin araştırıldığı çalışmada, göçmen bireylerin günlük yaşamlarında çoğunlukla ana dillerinde konuşmayı tercih ettikleri, yaşadıkları toplum ile bütünleşme isteği içerisinde olsalar dahi bu tercihin sürdüğü, dil düzeyinin de tercihlerinde etkili olduğu bulunmuştur (Antonova-Ünlü, 2016). Göç edilen ülkedeki entegrasyon süreci araştırılırken dil öğreniminin farklı alanlardaki etkilerine değinilen bu çalışmada göçmen çocuklar için dil öğreniminin ve kullanımının büyük önem taşıdığı anlaşılmıştır. Bu çerçevede gelinen yeni ülkede maruz kalınan yeni dile ilişkin deneyimlerin barındırdığı olası olumsuzlukların ve kullanılan dil ile kültürel öğelerin etkileşiminin dil tercihinde etkili olduğu düşünülmüştür. Ayrıca katılımcı çocukların evlerinde genellikle ana dillerinde konuştuklarını söylemeleri, evlerinin dışında bulunan kişilerle konuşurken kullandıkları dil tercihi konusunda bir etken olabilir.

Katılımcıların okula ilişkin karşılaştıkları sorunlar arasında göç sürecinin dönem ortasına denk gelmesi, dil konusunda sorun yaşama, okula başlanması halinde yabancı öğrencilere ayrılmış farklı bir sınıfa gönderilme, öncelikle dini eğitim görme amacıyla başka bir yere yönlendirilme gibi sorunlar bulunmaktadır. Çocukların ayrılmış okul veya sınıflarda eğitim almalarının ise göçmen kapsayıcılığı kapsamında olumsuz bir etkisinin olabileceği değerlendirilmektedir. Kapsayıcı Eğitim Öğretmen Eğitimi Modülü Projesi (2018) bağlamında açıklandığı üzere; kişilerin eğitim almalarının engellenmesi dışlama kavramına işaret ederken, kişilerin herkesin bir arada bulunduğu ortamlar yerine ayrılmış okul ve sınıflarda eğitim görmesi ayrımcılık kavramıyla ilgilidir. Şimşek'e (2020) göre eğitim bağlamında kapsayıcılık, farklı sosyal, kültürel ve öğrenme geçmişleri, farklı kişisel özellikleri olan kişiler arasında hiçbir ayırım yapılmadan, her bireye eşit öğrenme şartlarının oluşturulması anlamı taşımaktadır.

Katılımcılar arasında, öğretmeniyle doğrudan yaşadığı bir problemin yanı sıra akranlarıyla yaşadığı sorunlar karşısında öğretmenin tepkisiz kalmasından bahseden katılımcının varlığı dikkat çekicidir. Morales (2021), göçmen çocukların mağduriyetlerinin aileleri ve öğretmenleri tarafından fark edilme olasılığını araştırmış, zorbalık mağdurlarının fark edilme oranı %32 bulunmuştur. Bu kapsamda göçmen çocukların okuldaki yaşantılarında, öğretmenin rolü önem arz etmektedir. Öğretmenin göçmen bireylere ilişkin tutumu, sınıftaki diğer çocukların tutumlarını da önemli oranda etkilemektedir. Öğretmenin göçmen bireylere saygı duyulan bir ortam oluşturması, öğrencilerini ayırıştırmasın, tüm çocukların eğitime katılmalarına önem vermesi, akranlar arasındaki iletişimi sağlaması göçmenlerin uyum süreci kapsamında önem taşımaktadır (Taylor ve Quintana, 2003; aktaran Kağnıcı, 2020). Dikkat çeken bulgulardan biri ise, herhangi bir destek almadan dil sorununu aşabildiğini söyleyen

çocukların bunu okul veya akranları vasıtasıyla yaptığını ifade etmesidir. Eğitimde kapsayıcılığın önemi bu bulgu ile gözler önüne serilmektedir.

Katılımcı çocuklardan bazıları dil ediniminin akran iletişimindeki rolüne özellikle değinerek ancak Türkçe öğreniminin ardından Türkiye Cumhuriyeti'nde arkadaş edinebildiğini dile getirmiştir. Grünigen ve diğerleri (2010) gerçekleştirdikleri çalışmada göçmen çocukların dil yeterliliklerinin akranları arasında kabul görmeleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Katılımcı çocuklardan biri, iletişim kurduğu göçmen akranı ile ortak bir dile sahip olmasa dahi birbirlerini daha iyi anladıklarını ifade etmiş, yerli akranlarının kendisini dinlemek konusunda daha sabırsız davrandığını belirtmiştir. Türk ve diğerlerinin (2018) gerçekleştirdikleri araştırmada, göçmen çocuklar ile ev sahibi konumunda bulunan çocuklar arasındaki empati göz önünde bulundurulduğunda iletişim kurabilmenin, ortak bir dile sahip olmanın, arkadaşlık durumunun ve gruplar arası temasın empati üzerinde etkili olduğu anlaşılmıştır. Katılımcı çocukların çoğunluğu diğer göçmenlere ilişkin olumsuz söylemlerde bulunmaktan kaçınmış, göçmen bireyleri anlayabildiklerini, empati kurduklarını ifade etmişlerdir.

Çevrelerinde bulunan diğer bireyler ile yaşanan sorunların tespit edilmesi, göçmenlerin entegrasyon süreci açısından değerlidir. Bazı çocuklar çevrelerindeki çeşitli kişiler, akranlar, komşular ile yaşadıkları sorunların kendilerinin yabancı olmalarıyla ilgili olduğunu söylemiş, ayrımcılık gerçekleştirildiğine yönelik söylemlerde bulunmuşlardır. Bu noktada göçmen çocuklar tarafından çeşitli konularda algılanan bir ayrımcılıktan söz etmek mümkündür. Ural (2012) tarafından gerçekleştirilen, göçmenlerin ayrımcılık algılarına dikkat çekilen çalışmada köken, ırk, dil, cinsiyet, ekonomik durum, politik görüş gibi unsurlara ilişkin bulgulara rastlansa da dini inanca dayanan ayrımcılık algısının daha yüksek oranda olduğu, gelinen ülkede vatandaşlık edinilmiş olmasının ise ayrımcılık algısını düşürdüğü bulunmuştur.

Psikolojik şiddete maruz kaldığını ifade eden katılımcı çocukların büyük çoğunluğu, akranlarının gerçekleştirdiği zorbalık davranışlarından söz etmiştir. Göçmen bireylerin akran zorbalığına uğrama ihtimalinin diğerlerinden daha yüksek olduğu bilinmektedir (Grünigen ve diğerleri, 2010). Akran zorbalığı gibi sorunlara sıklıkla maruz kalan çocuğun, aile içerisinde ve okulda öğretmen tarafından desteklenmesinin, çocuğun uğradığı şiddeti fark etme ve önleme konusunda önem arz ettiği çalışmanın bulgularından anlaşılmaktadır. Morales (2021) göçmen ebeveynleri olup zorbalığa maruz kalan çocukların, yerli ebeveynlere sahip olanlara kıyasla fark edilmeme ihtimalinin daha yüksek olduğunu dile getirmiştir. Fiziksel ve psikolojik şiddete maruz kalma temaları kapsamında çocukların bir kısmı akranlarına karşılık verdiğini söylemiştir. Ayrıca çocuklardan bazılarının birisini korumak için şiddet olayına karıştığını dile getirmesi dikkat çekicidir. Fandrem ve diğerleri (2009) gerçekleştirdikleri araştırmada yerli ergenlerle kıyaslandığında göçmen ergenlerin diğerlerine zorbalık yapma riskinin daha yüksek

olduğunu bulmuşlardır. Bulgular, göçmen çocukların akran zorbalığının farklı unsurları haline gelebildiğine ve karşılaştıkları diğer sorunların bu durum ile ilişkili olduğuna işaret etmektedir.

Johnson ve Newport (1989) öğrenilen ikinci bir dildeki performansın, dili öğrenme yaşıyla ilişkili olduğunu ve ikinci dili daha küçük yaşta edinen kişilerin bu dili daha yetkin olarak kullandığını dile getirmişlerdir. Bu araştırmanın bulgularında da bahsi geçen duruma rastlanmış, göçmen çocuklar göçmen ebeveynlerine göre Türkçe dilini daha yetkin olarak kullanabildiklerini ifade etmişlerdir. Dil konusunda daha yetkin olması sebebiyle ebeveynlerine destek olduğunu söyleyen çocukların bir kısmı bazen bu eylemi aile bireyleri dışındaki kişiler için de gerçekleştirerek, ebeveynlerinin refakati olmadan farklı kişilerin yanında bulunmak durumunda kaldıklarını ifade etmişlerdir. Bu konunun çocukların ihmal ve istismara uğrama olasılığı açısından önemli olduğu değerlendirilmektedir.

Göç sürecine ilişkin beklentilerinin karşılanmadığını söyleyen çocukların sayısı azımsanamayacak durumdadır. Ailelerinin verdiği kararlar sonucunda göç sürecini maruz kalan çocukların, sürece ilişkin beklentilerinin karşılanmamış olması özellikle yaşanan psikososyal sorunlar bağlamında önemlidir. Apak'ın (2014) göçmenlerin uyumunu ve geleceğe yönelik beklentilerini araştırdığı çalışmanın sonuçları, kişilerin beklentilerinin tam anlamıyla karşılanmadığını, beklenti içerisinde olmaya devam ettiklerini, geleceğe yönelik belirsizliklerin sürdüğünü, ayrıldıkları bölgeyi vazgeçilmez olarak gördüklerini ortaya koymuştur.

Genel anlamda düzenli ve gönüllü göç hareketinde bulunan ailelerin çocuklarıyla gerçekleştirilen bu araştırmanın bilgilendirme ve onam alma aşaması sırasında katılımcılar ve ebeveynlerinin çoğunluğunun göç sürecinin olası etkilerinin varlığını göz ardı ettikleri gözlemlenmiştir. Bahsi geçen gözlem, ev sahibi ülkedeki bireylerin yanı sıra göçmen bireylerin de göç süreci konusunda çeşitli bilgilendirmelere ihtiyaç duyduğunu akla getirmektedir. Göçmen kapsayıcılığı bağlamında değerlendirildiğinde, göçmenlerin toplumda karşılaştıkları sorunlar kapsamında, hem gelinen toplumun bir parçası haline gelmesi hedeflenen göçmen bireylerin hem de toplumun geçmişten beri varlığını sürdüren üyelerinin sistemli bir bilgilendirme ve entegrasyon sürecine tabi tutulmaları gereklidir. Göçmen çocuğun göç edilen ülkeye geldiği ilk zamandan itibaren bir etkileşim içerisinde bulunduğu eğitim sisteminin bu konuda iyi bir bağlam olduğu değerlendirilmektedir. Özellikle çocukların Türkiye Cumhuriyeti'ne göç etmeleri sürecinde karşılaştıkları sorunlar ele alındığında akran zorbalığı kavramının dikkat çektiği ve bu bağlamda önleyici çalışmaların gerçekleştirilmesinin önem arz ettiği görülmektedir.

Çalışmanın bulguları değerlendirildiğinde göçmen çocukların gelinen ülkedeki entegrasyon sürecinde karşılaştıkları sorunlar, yaşamlarının çeşitli alanlarında ortaya çıkan değişimler, karşı karşıya kaldıkları riskli durumlar ve katılımcıların ebeveynlerinin de süreç içerisinde zaman zaman bahsi geçen sorunlara maruz kaldığı veya çocuklarının bu sorunlara maruz kalmasına engel olamadığı görülmektedir. Bu noktada psikotoplumsal bağlamda



kapsayıcılık perspektifinden tartışılan çözüm önerilerinin yanı sıra bireysel bağlamda ve aile bağlamında gerçekleştirilecek müdahalelerin gerekliliği göze çarpmaktadır. Çeşitli yollarla topluma katılan göçmen çocukların maruz kaldıkları sorunlara ilişkin çalışmaların geliştirilmesi, literatürde konuya ilişkin oluşturulan birikim ile klinik psikoloji alanında çalışan uzmanların mesleki farkındalıklarının arttırılması, bununla birlikte multidisipliner bir bakış açısının sürdürülmesi gerekli görülmektedir. Konuya ilişkin gerçekleştirilecek çalışmaların, yaşamın farklı alanlarında göçmen çocukların karşılaştıkları sorunların fark edilmesini ve psikolojinin uygulama alanlarına taşınarak müdahale edilebilir hale getirilmesini sağlayacağı düşünülmektedir.

Göç, göçmen çocuk ve entegrasyon sürecinde karşılaşılan sorunlara ilişkin gerçekleştirilen veya gelecekte gerçekleştirilecek olan çalışmaların önemine farklı açılardan değinilmiştir. Bu çalışma konuya ilişkin ayrıntılı bir inceleme sunmakta, araştırmanın nitel yöntem ile yürütülmüş olması dolayısıyla temel veriyi katılımcıların söylemleri oluşturmakta ve bu durum çalışmanın bulgularını daha özgün hale getirmektedir. Çalışmada verilerin toplanması esnasında araştırmacının, uygulamaları hem katılımcıların çoğunluğunun ana dili olan Rusça dilinde hem de Türkçe dilinde gerçekleştirme olanağı sunmuş olması, katılımcıların kendilerini ifade edebilmeleri açısından değerlidir. Ancak toplanan verilerin çevirisi esnasında dilde çok anlamlılık, diller arasındaki farklılıklar, çeviriyi gerçekleştiren araştırmacı ile uygulayıcı konumunda bulunan araştırmacının aynı olması gibi sebeplerle anlam kayıpları veya anlam farklılıkları oluşabilmektedir. Bu durum araştırmanın sınırlılıkları arasında bulunmaktadır. Araştırmanın bulgularının da işaret ettiği üzere göçmen bireyler için dil edinimi ve dil edinimine ilişkin sorunlar kritik bir önem taşımaktadır. Bu sebeple göçmen bireylerin katılımcı olduğu araştırmalarda katılımcıların anadilinde gerçekleştirilen uygulamaların gerekliliğinin bilinmesi ancak verilerin çevirisi ve çözümlenmesi aşamasında birden çok araştırmacının katılımının sağlanması önerilmektedir.

Bu çalışmanın amacı doğrultusunda gerçekleştirilen analizin yanı sıra katılımcılarının sosyo-demografik özelliklerinin çeşitliliği göze çarpmaktadır. Bireylerin Rusya Federasyonu'nun farklı bölgelerinden göç etmiş olmaları, öğrendikleri ve kullandıkları farklı dillere de sahip olmaları, farklı yaş ve cinsiyetlerden katılımcıların varlığı, kimi katılımcıların kardeş olmaları, göç eyleminin gerçekleştiği yılların ve o esnadaki yaşlarının farklı olması, sosyo-ekonomik düzeyleri arasında farklılıklar bulunması bahsi geçen çeşitliliği oluşturmaktadır. Tüm bu sosyo-demografik özelliklerin göç ve entegrasyon sürecinde karşılaşılan sorunlarla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Konuya ilişkin gerçekleştirilecek çalışmalarda göç sürecinin bahsi geçen sosyo-demografik özellikler bağlamında değerlendirilmesi önerilmektedir.

---

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Yazarların çalışmadaki katkı oranları eşittir.

**Çıkar Çatışması Beyanı:**

Çalışma kapsamında herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Yazar Notu:**

Bu çalışma, Leyla Şabanoğlu'nun Neylan Ziyalar danışmanlığında gerçekleştirdiği yüksek lisans tez çalışmasının bir bölümünü içermektedir.

**Finansal Destek Beyanı:**

Bu çalışmaya finansal destek veren kaynaklar yoktur.

**Etik Kurul Onayı:**

Bu çalışma ile İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'na başvuruda bulunulmuş olup 492589 sayılı karar ile onay alınmıştır.

---

**Kaynakça**

- Aksel, Ş., Gün, Z., Irmak, T. Y. ve Cengelci, B. (2007). Migration and psychological status of adolescents in Turkey. *Adolescence*, 42(167), 589-602.
- Antonova-Ünlü, E. (2016). Türkiye’de yaşayan İngiliz kökenli göçmenlerin dil kullanım, tercih ve tutumları. *Yıldız Journal of Educational Research*, 1(1), 55-76. <https://doi.org/10.51280/yjer.2016.004>
- Apak, H. (2014). *Suriyeli göçmenlerin uyumu ve gelecek beklentileri: Mardin örneği* [Yüksek Lisans Tezi]. Mardin Artuklu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydın, D., Şahin, N. ve Akay, B. (2017). Göç olayının çocuk sağlığı üzerine etkileri. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hast. Dergisi*, 7(1), 8-14. <https://doi.org/10.5222/buchd.2017.008>
- Batista-Pinto Wiese, E. (2010). Culture and migration: Psychological trauma in children and adolescents. *Traumatology*, 16(4), 142-152. <https://doi.org/10.1177/1534765610388304>
- Bilgin, N. (2014). *Kimlik inşası* (2. Basım). İzmir Büyükşehir Belediyesi.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design* (1. Basım). Harvard university press.
- Corbin, J., & Strauss, A. (2014). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory*. Sage publications.
- Cornille, T. A. ve Brotherton, W. D. (1993). Applying the developmental family therapy model to issues of migrating families. *Marriage & Family Review*, 19(3-4), 325-340. [https://doi.org/10.1300/J002v19n03\\_08](https://doi.org/10.1300/J002v19n03_08)
- Creswell, W. J. (2016) *Nitel araştırma yöntemleri- Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni*. (M. Bütün ve S. B. Demir, Çev.). Siyasal. (2006).
- Çakır, S. (2008). *İnsan-Kültür ve Toplum Yazıları* (1. Basım). Fakülte Kitabevi Yayınları.
- Çakırer-Özservet, Y. (2016). Uluslararası göç, yerel yönetimler ve toplumsal uyum. *TBB İller ve Belediyeler Dergisi*, 813, 48-55.
- Dovidio, J. F. ve Esses, V. M. (2001). Immigrants and immigration: Advancing the psychological perspective. *Journal of Social issues*, 57(3), 378-387. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00219>
- Fandrem, H., Strohmeier, D. ve Roland, E. (2009). Bullying and victimization among native and immigrant adolescents in Norway: The role of proactive and reactive aggressiveness. *The Journal of Early Adolescence*, 29(6), 898-923. <https://doi.org/10.1177/0272431609332935>
- Gencer, T. E. (2019). *Göç süreçlerindeki çocukların karşılanamayan gereksinimleri, haklara erişimleri ve beklentileri: Ankara ve Hatay'da yaşayan Suriyeli çocuklar örneği* [Doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Grünigen, R., Perren, S., Nägele, C. ve Alsaker, F. D. (2010). Immigrant children's peer acceptance and victimization in kindergarten: The role of local language competence. *British Journal of Developmental Psychology*, 28(3), 679-697. <https://doi.org/10.1348/026151009X470582>
- Gülerce, H. ve Demir, E. (2021). Zorunlu Göç Sürecinde Sosyal Ağlar; Şanlıurfa'daki Suriyeli Sığınmacılar. *Journal of Social Policy Conferences*, (81), 185-211. <https://doi.org/10.26650/jspc.2021.81.973727>

- Johnson, J. S. ve Newport, E. L. (1989). Critical period effects in second language learning: The influence of maturational state on the acquisition of English as a second language. *Cognitive psychology*, 21(1), 60-99.
- Kağnıcı, D.Y., (2020). Kültüre duyarlı okul iklimi oluşturulması: okul psikolojik danışmanlarının rol ve sorumlulukları. İçinde Doğan, A. ve Kağnıcı, D.Y. (Edl.). *Göçmen çocuk ve ergenler kültürleşme, uyum ve eğitim (ss. 103-126)*. Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık.
- Kapsayıcı Eğitim Öğretmen Eğitimi Modülü Projesi, (2018). *Okul yöneticilerinin eğitimi modülü*.  
[https://corlu.meb.gov.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/2018\\_11/28084808\\_OKUL\\_YYNETYCY\\_LERYNYN\\_EYYTYMY-YEREL\\_1.pdf](https://corlu.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2018_11/28084808_OKUL_YYNETYCY_LERYNYN_EYYTYMY-YEREL_1.pdf)
- Konut Satış İstatistikleri, Mart 2023. (2023, Nisan). Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni, 49517.  
<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Konut-Satis-Istatistikleri-Mart-2023-49517>
- Kümbetoğlu, B. (2019) *Sosyolojide ve Antropolojide Niteliksel Yöntem ve Araştırma* (6. Basım). Bağlam Yayınları.
- Lacroix, C. (2010). *Immigrants, literature and national integration* (1. Basım). Palgrave Macmillan.
- Massey, D. S., Arango, J., Hugo, G., Kouaouci, A., Pellegrino, A. ve Taylor, J. E. (2014). Uluslararası göç kuramlarının bir değerlendirmesi. *Göç Dergisi*, 1(1), 11-46.  
<https://doi.org/10.33182/gd.v1i1.546>
- Meadan, H. ve Monda-Amaya, L. (2008). Collaboration to promote social competence for students with mild disabilities in the general classroom: A structure for providing social support. *Intervention in school and clinic*, 43(3), 158-167.  
<http://doi.org/10.1177/1053451207311617>
- Morales, D. X. (2021). Immigrant children and school bullying: the “unrecognized” victim?. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 41(9/10), 1026-1037.  
<http://doi.org/10.1177/08862605221104535>
- Morrow, S. L. (2005). Quality and trustworthiness in qualitative research in counseling psychology. *Journal of counseling psychology*, 52(2), 250.  
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.2.250>
- Muyan, G. K. (2019). Hollanda Göçmen Entegrasyonu Politikaları: Liberalizmden Neoliberalizme. *SGD-Sosyal Güvenlik Dergisi*, 9(1), 177-192.  
<http://doi.org/10.32331/sgd.582747>
- Öztürk, E., Erdoğan, B. ve Çalıcı, C., (2020). Göçmenler ve göç süreci: psikotraumatojik bir değerlendirme. İçinde Sakız, H. ve Apak, H.(Edl.). *Türkiye’de göçmen kapsayıcılığı (ss. 213 225)*. Pegem Akademi.
- Parker, C., Scott, S. ve Geddes, A. (2019). *Snowball sampling*. SAGE research methods foundations.  
<https://doi.org/10.4135/9781526421036831710>
- Polat, G. (2007). İç Göçün Çocuk Ruh Sağlığına Etkisi ve Sosyal Hizmet Müdahalesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 18(1), 89-106.
- Ruiz, J. M., Gallardo, M. E. ve Delgado-Romero, E. A. (2013). Latinas/os and iimmigration reform: A commentary to “Crossroads: The psychology of immigration in the new century”-The report of the APA Presidential Task Force on Immigration. *Journal of Latina/o Psychology*, 1(3), 149-154. <https://doi.org/10.1037/lat0000002>
- Sağiroğlu, A. Z., Ünsal, R. ve Özenci, F. (2022). *Türkiye Göç ve İnsan Hareketlilikleri Yıllık Raporu-2021*. Ankara: Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Göç Politikaları Uygulama ve

- Araştırma Merkezi (AYBÜ-GPM). <https://aybu.edu.tr/GetFile?id=1c168fe4-c95c-447f-b3eb8ab7d312794c.pdf>
- Sağlam, E. (2020). Ayrımcılık Konusunda Nitel Bir Araştırma: Viyana'daki Türk Göçmenler. *Muhafazakâr Düşünce Dergisi*, 16(59), 268-295.
- Sakız, H. ve Apak, H. (2020). *Türkiye'de göçmen kapsayıcılığı* (2. Basım). Pegem Akademi.
- Sır, A., Bayram, Y. ve Özkan, M. (1998). Zoraki iç göçün ruh sağlığına etkileri üzerine bir ön çalışma. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 1(2), 83-88.
- Sousa, D. (2014). Validation in qualitative research: General aspects and specificities of the descriptive phenomenological method. *Qualitative Research in Psychology*, 11(2), 211- 227. <https://doi.org/10.1080/14780887.2013.853855>
- Spiel, C. ve Strohmeier, D. (2012). Peer relations in multicultural schools. İçinde Masten, A. S., Liebkind, K. ve Hernandez, D.J. (Edl). *Realizing the potential of immigrant youth* (ss. 376-396). Cambridge University Press.
- Şimşek, H., (2020). Eğitimde kapsayıcı politika ve göçmenler. İçinde Sakız, H. ve Apak, H. (Edl). *Türkiye'de göçmen kapsayıcılığı* (ss. 141-162). Pegem Akademi.
- T.C. İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı. (2023a). Düzensiz göç. Göç İdaresi Başkanlığı'ndan alınmıştır: <https://www.goc.gov.tr/duzensiz-goc-istatistikler>
- T.C. İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı. (2023b). Giriş-çıkış. Göç İdaresi Başkanlığı'ndan alınmıştır: <https://www.goc.gov.tr/giris-cikis>
- T.C. İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı. (2023c). İkamet izinleri. Göç İdaresi Başkanlığı'ndan alınmıştır: <https://www.goc.gov.tr/ikamet-izinleri>
- Türk, F., Kaçmaz, T., Türnüklü, A. ve Tercan, M. (2018). Okul Psikolojik Danışmanlarının Penceresinden Türk ve Suriyeli İlkokul Öğrencilerinin Gruplararası Empati Deneyimlerinin İncelenmesi. *Ilkogretim Online*, 17(2), 786-811. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2018.419304>
- Uluocak, G. P. (2009). İç Göç Yaşamış ve Yaşamamış Çocukların Okulda Uyumu. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (26), 35-44.
- Uluslararası Göç İstatistikleri, 2020. (2023, Nisan). Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni, 37212. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Uluslararası-Goc-Istatistikleri-2020-37212>
- United Nations (1996). Report Of The World Summit For Social Development, Copenhagen, March 6 – 12, 1995. United Nations Digital Library'den alınmıştır: <https://digitallibrary.un.org/record/198966>
- Ural, A. (2012). Türk asıllı göçmenlerin Hollanda'daki temel eğitim uygulamalarına yönelik ayrımcılık algıları. *Eğitim ve Bilim*, 37(165), 262-274.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2006). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayınları.

## **Issues in the Integration Process Faced by the Children Who Immigrated from the Russian Federation to the Republic of Turkey**

### **Summary**

#### **Introduction**

Migration is a voluntary or forced movement from one place to another for settlement or shelter, driven by economic, political, social, cultural, or personal reasons. It encompasses factors such as family fragmentation, violence, terror, fear, and the desire for better conditions (Çakır, 2008). Migrant individuals face various problems such as political, cultural, economic issues, language problems, social exclusion, losses related to the place they left, and changes related to their identity and family (Batista-Pinto Wiese, 2010).

Migrant children may exhibit behavioral and psychological problems such as committing violent behavior, being dragged into crime, high anxiety level, depression, developmental delay, lack of self-confidence, decline in academic achievement, eating and sleep disorders, addiction, hyperactivity, self-harm (Aydın et al., 2017). Studies show that migrant children are exposed to negative experiences such as social ostracism, discrimination, prejudice, racism, and peer bullying in the school environment (Spiel & Strohmeier, 2012).

The goal of this study is to investigate the problems such as bullying, violent behaviors, discrimination, exclusion, adaptation problems encountered by children undergoing the migration process before, during, and after migration, and to discuss the factors causing these problems. The study aims to conduct in-depth interviews with individuals under the age of 18 who have migrated with their families from the Russian Federation to the Republic of Turkey, and to examine migration as a process, before, during, and after migration.

#### **Methodology**

In this study, in accordance with the principles of qualitative research method, an approach was exhibited in which the data were collected by establishing a social relationship, and in-depth interviews were conducted with female or male individuals under the age of 18 who had migrated from the Russian Federation to the Republic of Turkey on the problems they encountered during the migration process. The sample of the research was determined by the snowball sampling method. The number of participants is 34.

Data were collected through in-depth interviews conducted face-to-face. Socio-demographic questions were asked to each participant at the beginning of the interview. Before the interview, participants and parents were informed in detail about the study; the process of informing and obtaining consent was carried out by giving the Informed Consent Form to the participants and parents and obtaining their signatures. Semi-structured research questions were used during the interviews.

The analysis of the data was carried out with the content analysis method. The collected data were read by the researcher, repeating data were considered as codes; the emerging frequency formed themes and themes were evaluated within the categories of pre-migration, during migration, and post-migration.

### **Results and Discussion**

As a result of the study conducted, it was understood that the participant migrant children encountered problems such as not being effective in the migration decision, separation from some family members, longing for belongings and individuals in the abandoned region, experiencing housing problems, in the context of education in the country they came to; not understanding the lessons, not being able to communicate with teachers and peers, not being able to register for school, experiencing problems such as being bullied at school, having difficulty communicating with peers in different areas of life, seeing intense psychological and physical violence from peers, not being able to express themselves against the violence they see, experiencing problems in learning Turkish with family members, taking on the duties of adults during the language learning process, being exposed to discrimination and exclusion in the environment, encountering more health problems in the new country, refraining from applying to health institutions, not meeting expectations related to the migration process.

## Araştırma Makalesi

**Kadınlarda Çocukluk Çağı Travmaları ile Bozuk Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Öz Tikslenme ve Beden Utancının Rolü: Bir Seri Aracılık Modeli İncelemesi**Eslem Fulya EKŞİ<sup>1</sup> , Başak BAHTİYAR<sup>1\*</sup> <sup>1</sup> Maltepe Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul**Makale Bilgisi****Öz****Anahtar kelimeler:**

çocukluk çağı travması, yeme tutumu, öz tikslenme, beden utancı

Bozulmuş yeme tutumları, uyumsuz yeme davranışlarını tetikleyebilmekte ve yeme bozuklukları için bir yatkinlik oluşturabilmektedir. Beliren yetişkinlik döneminde yaygın olarak gözlenen yeme ile ilgili sorunlarda, çocukluk dönemindeki örseleyici yaşantıların rolü ortaya koyulmuş olmakta birlikte, bu ilişkide açıklayıcı duygusal mekanizmalara dair bilgi ihtiyacı devam etmektedir. Bu çalışmada, çocukluk travmaları ile bozuk yeme tutumu arasındaki ilişkide öz tikslenme ve beden utancının aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, yaşları 18 ile 25 (Ort. = 21.89, SS = 2.11) arasında değişen 397 gönüllü kadın katılımcı ile yürütülmüştür. Çalışmanın verisi Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Öz Tikslenme-Revize Formu, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği ve Yeme Tutum Testi kullanılarak çevrimiçi toplanmıştır. Korelasyon analizi sonuçları çocukluk travmaları, benliğe yönelik tikslenme, beden utancı ve yeme tutumunda bozulmanın birbirleri ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Seri aracılık modeli de öz tikslenme ve beden utancının hem bağımsız olarak hem de bir arada çocukluk travması ile yeme tutumu arasında tam aracı rolünün olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular, yeme ile ilgili sorunların kavramsallaştırılmasına katkı sunmakta; önleyici ve sağıltıma yönelik uygulamaların etkililiği için çocukluk dönemindeki travmatik deneyimlerin ve sürdürücü duygusal mekanizmaların değerlendirilmesinin önemine işaret etmektedir.

**Abstract****Keywords:**

childhood trauma, eating attitude, self-disgust, body shame

Maladaptive eating attitudes that are common among nonclinical emerging adults may constitute an intense vulnerability for various eating disorders. Although the association between childhood trauma and adulthood eating problems has been widely established, the need for further knowledge of the explanatory role of emotional mechanisms in the relationship remains. Therefore, the study aimed to examine the mediator roles of self-disgust and body shame in the association between childhood trauma and maladaptive eating attitudes. The study sample comprised 397 volunteered women aged between 18 and 25 (M = 21.89, SD = 2.11). The Childhood Trauma Questionnaire, Self-Disgust Scale – Revised Form, Objectified Body Consciousness Scale, and Eating Attitudes Test were administered online for data collection. The results of the correlation analysis revealed a positive relationship among childhood trauma, self-directed disgust, body shame, and disordered eating attitudes. The serial model was also significant, indicating that both self-disgust and body shame independently and together fully mediated the association between childhood trauma and maladaptive eating attitudes. These findings point to the importance of assessing early life traumas and emotional maintaining factors for comprehensive case conceptualizations and preventive and therapeutic applications.

\*Sorumlu yazar, Maltepe Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Marmara Eğitim Köyü, 34857, İstanbul, Türkiye

e-posta: basakbahtiyar@maltepe.edu.tr

DOI: 10.31682/ayna.1430619

Gönderim Tarihi (Received): 05.02.2024; Kabul Tarihi (Accepted): 02.09.2024

ISSN: 2148-4376



## Giriş

Çocuk ihmal ve istismarı, gelişmiş ülkelerde dahi, önlenmesi gereken önemli bir halk sağlığı sorunu olmaya devam etmektedir (Gilbert ve diğerleri, 2009). Fiziksel, duygusal veya cinsel örseleyici deneyimler, çocuk ölümleri ya da fiziksel sağlık problemleri ile gelişimsel bozuklukların yanı sıra, ergenlik döneminde de devam eden psikolojik ve ilişkisel sorunların ortaya çıkmasında önemli bir role sahiptir (Gilbert ve diğerleri, 2009; Jaffee, 2017; Örsel ve diğerleri, 2011). Dahası çocukluk travmalarının, yetişkinlik döneminde depresyon (Mandelli ve diğerleri, 2015), kaygı bozuklukları (Hovens ve diğerleri, 2015), sınır durum kişilik belirtileri (Allen ve diğerleri, 2013), psikoz (Cutajar ve diğerleri, 2010), bipolar bozukluk (Palmier-Claus ve diğerleri, 2016), madde bağımlılığı (Cicchetti ve Handley, 2019) gibi çeşitli duygusal ve davranışsal sorunlar için önemli bir risk oluşturduğu da ortaya koyulmuştur. Bu örseleyici yaşantıların, yatkınlık oluşturduğu sorunlardan biri de yeme davranışındaki bozulmalardır (Molendijk ve diğerleri, 2017).

Yeme bozuklukları özellikle ergen ve genç yetişkinler arasında oldukça yaygın olan sağlık sorunlarından biridir (Tavolacci ve diğerleri, 2015). Bu gelişimsel dönemde en fazla tıknırcasına yeme bozukluğu, bulimia nervosa ve anoreksiya nervosa görülmektedir (Hoek ve Van Hoeken, 2003). Yeme ile ilgili bozukluklarda aile ilişkileri, arkadaş grupları ve toplumsal cinsiyet normları gibi çevresel faktörler ile kişilik özellikleri, benlik değeri, duygusal deneyimler ve psikolojik sorunlar gibi bireysel faktörler bir arada ya da birbirlerini etkileyerek rol oynamaktadır (Croll ve diğerleri, 2002, Erol ve diğerleri, 2006; Jacobi ve diğerleri, 2011). Ayrıca, fiziksel görünüme yönelik aşırı duyarlılık, kilo alma endişesi, yemek ve kilo hakkında yoğun zihinsel uğraşlar, katı diyet uygulamak, aşırı egzersiz ve kalori hesabı yapmak, öğün atlamak ya da kontrolsüz yemek gibi uyumsuz tutum ve davranışlar da yeme bozuklukları için risk oluşturmaktadır (Croll ve diğerleri, 2002; Holland ve diğerleri, 2014; Irving ve Neumark-Sztainer, 2002; Reba-Harrelson ve diğerleri, 2009). İlgili çalışmalar, yeme bozukluğu olan bireylerin yüksek bir kısmında çocukluk çağı travma öyküsü olduğunu göstermekte (Molendijk ve diğerleri, 2017), örseleyici yaşantılarla bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkiyi de ortaya koymaktadır (Kessler ve diğerleri, 2007). Özellikle cinsel istismarın bozulmuş yeme tutumu ve davranışları için oluşturduğu risk öne çıkmakla birlikte (Smolak ve Murnen, 2002), fiziksel ve duygusal ihmal ile istismar yaşantılarının da önemli bir yatkınlık faktörü olduğunun altı çizilmektedir (Rorty ve diğerleri, 1994; Üzümcü, 2022). Farklı çocukluk travmalarının yetişkinlik dönemindeki yeme sorunları ile ilişkisini açıklayan faktörlerin anlaşılması, önleyici ve tedavi edici müdahalelerin geliştirilmesine katkı sağlamaktadır. Bu faktörlerden depresyon (Kong ve Bernstein, 2009) başta olmak üzere, düşük benlik saygısı (Wolf ve Elklit, 2020) ve olumsuz beden algısı (Williams ve Gleaves, 2003) önemli bir role sahiptir. Duygu düzenleme

güçlüğü de hem bu ilişkiye açıklık getirmekte (Mills ve diğerleri, 2015) hem de bozuk yeme tutum ve davranışlarının önemli bir yordayıcısı olarak öne çıkmaktadır (Svaldi ve diğerleri, 2012). Bu bağlamda, çocukluk dönemi örseleyici yaşantılarla bozulmuş yeme örüntüleri arasındaki ilişkide duygusal mekanizmaların incelenmesinin yararlı olabileceği düşünülmekte, mevcut çalışmada özellikle öz tikslenme ve beden utancının birlikte sürdürücü rolüne odaklanılmaktadır.

Tiksinme; bireyin herhangi bir fizyolojik, psikolojik ya da ahlaki sisteminde bir tehdit olarak algılanan uyarıyı dışarıda bırakmayı amaçlayan temel bir duygudur (Rozin ve diğerleri, 2008). Dışsal bir uyarıdan bağımsız olarak, tetikleyici faktörün kişinin kendisine ait bir özelliğine, bedenine ya da benliğinin geneline yönelik olması ise öz tikslenme olarak tanımlanmaktadır (Overton ve diğerleri, 2008). Kişinin kendinden tiksilmesi, bazı durumlarda bedenini temizleme davranışı gibi işlevsel tepkileri ortaya çıkarabilse de (Curtis ve diğerleri, 2011), sürekli ve katı bir şekilde deneyimlendiği durumda depresyon (Powell ve diğerleri, 2013), kendine zarar verme (Smith ve diğerleri, 2015), kendini gizleme (Yıldırım ve Bahtiyar, 2022) ve bozuk beden algısı (Stasik-O'Brien ve Schmidt, 2018) gibi olumsuz sonuçları olmaktadır. Benliğe yönelik sürekli bir tiksinti duygusunun oluşumunda bireyin yetiştiği ortamın, ebeveyn tutumlarının, sosyal ilişkilerinin rol oynadığı düşünülmektedir (Ypsilanti ve diğerleri, 2019). Çocukluk çağı travmalarının da bu uyumsuz deneyimi yordadığı görülmektedir (Brake ve diğerleri, 2017; Simpson ve diğerleri, 2020). Yapılan bir çalışmada çocukluk çağı travması olan kadınlarda öz tikslenme duygusunun yoğunluğunun kaygıdan daha fazla olduğu belirtilmiştir (Rüsch ve diğerleri, 2011). Dahası, travma sonrası stres bozukluğu belirtileri ile intihar riski arasındaki ilişkinin benliğe yönelik tikslenme deneyimini ile açıklanabileceği gözlenmiştir (Brake ve diğerleri, 2017). Öte yandan, öz tikslenmenin problemlili yeme davranışlarındaki rolü (Espeset ve diğerleri, 2012) ve yeme bozuklukları ile ilişkisi de dikkat çekmektedir (Bektas ve diğerleri, 2022; Clarke ve diğerleri, 2019).

Bozuk yeme tutumları ve davranışlarının oluşumunda öne çıkan faktörlerden biri de kendini nesneleştirme kuramıyla ilişkilendirilen beden utancıdır. Kendini nesneleştirme bireyin özellikle de kadınların kendilerini, sahip olduğu çok boyutlu özellikler yerine beden ve görünüm temelli değerlendirmelerini, bu değerlendirmede bir başkasının eleştirel bakış açısını benimsemelerini ve bedenini diğerinin beğenisi ya da tatmini için var olan bir nesne olarak kabul etmelerini ifade etmektedir (Fredrickson ve Roberts, 1997). İçselleştirilen bu beden odaklı beklentiler, medyada ideal kadın görünümüne yönelik dayatmalarla pekişmekte ve bilhassa genç kadınlarda görünüm kaygısı ile beden utancını arttırabilmektedir (Monro ve Huon, 2005). Bedene ya da görünüme yönelik utanç deneyimi; düşük benlik saygısı (Mercurio ve diğerleri, 2008), depresyon (Jones ve Griffiths, 2015) ve cinsel işlev bozuklukları

(Tiggemann, 2011) gibi sorunlar kadar ve farklı yeme bozukluklarıyla (Peat ve Muehlenkamp, 2011) da güçlü bir ilişkiye sahiptir. Tylka ve Hill (2004) bozuk yeme davranışının yaygın olduğu grup olan kadın üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada açıklayıcı bir model ortaya koymuşlardır. Bu modele göre, zayıf olma baskısı bedeni kontrol etme eğilimini, bu eğilim de beden utancını tetiklemekte; beden utancı açlık gibi bedensel duyumlara yönelik farkındalığın azalmasını açıklamakta, bunun sonucunda da bozuk yeme davranışı artmaktadır. Dolayısıyla, kendini nesneleştirme duygusal bir sonucu olan beden utancının anlaşılması, başta yeme bozuklukları olmak üzere çeşitli psikolojik sorunların tedavisi için önemli görünmektedir. Bu utancın gelişiminde toplumsal norm ve pratiklerin önemine dikkat çekilmekle birlikte (Doğan, 2016), sosyal medya (Bell ve diğerleri, 2018), akran baskısı (Rousseau ve Eggermont, 2018) ve çevresel öğrenme (Daniels ve diğerleri, 2020) gibi etmenlere de yer verilmektedir. Bunlara ek olarak, çocukluk çağı travmalarının da kendini nesneleştirme ve beden utancının tetikleyicisi olabileceği belirtilmektedir (Erchull ve diğerleri, 2013). Örnek olarak, çocukluk döneminde cinsel istismara maruz kalan kadınlarda, kendini nesneleştirme eğiliminin yüksek olduğu gözlenmiş (Lindberg ve diğerleri, 2007; Watson ve diğerleri, 2013); hatta çocukluk dönemi istismar yaşantısı ile bulimia nervosa belirtileri arasındaki ilişkide, beden utancının aracı rolü ortaya koyulmuştur (Andrews, 1997).

Özetle, çocukluk dönemi örseleyici yaşantılar yetişkinlikte çeşitli sorunlarla ilişkili olduğu kadar, bozuk yeme tutum ve davranışlarında da rol oynamaktadır. Yeme bozuklukları için önemli bir yatkınlık oluşturan bozuk yeme tutumları, herhangi bir tanı almamış sağlıklı bireyler arasında da oldukça yaygın olarak görülmekte, özellikle ergenlik, beliren ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlar için risk oluşturmaktadır (Keski-Rahkonen, 2021; Tavolacci ve diğerleri, 2015). Ergenlik ile yetişkinlik arasında bir köprü olarak kabul edilen beliren yetişkinlik dönemi, kimlik arayışı, kendine odaklanma, bağımsızlaşma çabası, belirgin çevresel değişimlere uyum sağlama gibi zorlayıcı olabilen özellikleri ile öne çıkmaktadır (Arnett, 2000). Yeme ile ilgili uyumsuz tutum ve davranışlar ergenlikte başlasa bile, beliren yetişkinlik döneminde belirtilerin yaygınlığı ve şiddeti artmaktadır (Nelson ve diğerleri, 2008). Bu döneme denk gelen kadın üniversite öğrencilerinde, çeşitli bozulmuş yeme davranışlarının yüksek oranda gözlemlendiği, dahası bu davranışların süreklilik gösterme eğiliminde olduğu belirtilmiştir (Cain ve diğerleri, 2010). Ayrıca, bu dönemdeki kadınlarda yaygın olarak beden memnuniyetsizliği, kendini nesneleştirme ve beden utancı da gözlenebilmektedir (Monro ve Huon, 2005). Bozuk yeme davranışlarının bu dönemdeki yaygınlığı göz önünde bulundurulduğunda hem önleyici hem de sağaltıcı müdahalelerin geliştirilmesine katkı sağlayacak kapsamlı modellerin incelenmesi önemli görünmektedir. Bu bağlamda, mevcut araştırma beliren yetişkinlik dönemindeki kadınlarda çocukluk çağı travmaları ile bozuk yeme örüntüsü arasındaki ilişkide öz tikslenme ve beden utancı odaklı duygusal mekanizmaların

açıklayıcı rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. İlgili çalışmalar göz önünde bulundurularak, çocukluk travmaları, öz tikslenme ve beden utancının hem birbiri ile hem de bozulmuş yeme tutumu ile pozitif yönde ilişkisi ön görülmektedir. Dahası, öz tikslenme ve beden utancının hem birbirinden bağımsız şekilde hem de birlikte, çocukluk travmaları ile yeme tutumu arasındaki ilişkiye aracılık etmesi beklenmektedir. Başka bir ifadeyle, çocukluk dönemindeki travma yaşantısı arttıkça, bireyin kendi fiziksel ve davranışsal özelliklerine dair hissettiği genel ve sürekli bir tikslenme deneyiminin artması, benliğe yönelik tikslenmenin beden odaklı utanç duygusundaki artışı açıklaması, bunun sonucunda da yeme tutumundaki bozulmanın artması beklenmektedir.

## Yöntem

### Katılımcılar

Bu çalışma, yaşları 18 ile 25 (*Ort.* = 21.89, *SS* = 2.11) arasında değişen 397 gönüllü kadın katılımcı ile yürütülmüştür. Katılımcılar çalışmaya uygun/kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile dâhil edilmiştir. Katılımcıların büyük bir çoğunluğu (%96.5) medeni durumunu bekâr olarak belirtmiştir. Eğitim düzeyine bakıldığında katılımcıların ağırlıklı olarak lise mezunu (%25.2) ya da üniversite öğrencisi veya mezunu (%63.7) olduğu görülmektedir. Katılımcıların daha az bir kısmı (%25.9) çeşitli meslek gruplarında çalışırken, çoğunluğu (%74.1) çalışmamaktadır. Ayrıca çoğu katılımcı (% 74.8) sosyoekonomik durumunu orta olarak değerlendirmiştir.

Katılımcılardan elde edilen boy ve kilo bilgisine göre hesaplanan vücut kitle indeksi 14.87-34.60 arasında değişmektedir (*Ort.* = 21.58, *SS*= 2.96). Kilolarından duydukları memnuniyet düzeyi incelendiğinde, %8.3'ü hiç memnun olmadığını, %21.7'si memnun olmadığını, %21.7'si kararsız olduğunu, %33.5'i memnun olduğunu ve %14.9'u çok memnun olduğunu bildirmiştir. Ayrıca, katılımcıların büyük bir kısmının (%85.6) hayatı boyunca kilo nedeniyle diyetisyen başvurusunun hiç olmadığı belirlenmiştir. Öte yandan, %62.7'si şimdiki halinden daha zayıf olmak isterken, %11.6'sı daha kilolu olmak istediğini, %25.7'i ise daha farklı bir kiloda olmak istemediğini belirtmiştir. Son olarak, katılımcıların büyük bir çoğunluğu (%78.3) hayatında hiç psikolojik ya da psikiyatrik bir yardım arayışında bulunmadığını belirtirken, %21.7'si hayatında en az bir defa böyle bir yardım geçmişine sahip olduğunu bildirmiştir. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri ve kilo değerlendirmesine yönelik detaylı bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1.

*Katılımcılara Dair Demografik Özellikler*

<b>Değişkenler</b>	<b>Katılımcılar (N = 397)</b>	
	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Medeni Durum</b>		
Evli	14	3.5
Bekar	383	96.5
<b>Eğitim Düzeyi</b>		
Ortaokul Mezunu	22	5.5
Lise Mezunu	100	25.2
Üniversite öğrencisi/mezunu	253	63.7
Yüksek lisans/doktora	22	5.5
<b>Çalışma Durumu</b>		
Evet	103	25.9
Hayır	294	74.1
<b>Sosyoekonomik Durum</b>		
Düşük	36	9.1
Orta	297	74.8
Yüksek	64	16.1
<b>Kilo Memnuniyeti</b>		
Hiç memnun değilim	33	8.3
Memnun değilim	86	21.7
Kararsızım	86	21.7
Memnunum	133	33.5
Çok memnunum	59	14.9
<b>Kilo İdeali</b>		
Mevcut kilodan daha zayıf	249	62.7
Mevcut kilo ile aynı	102	25.7
Mevcut kilodan daha fazla	46	11.6
<b>Diyetisyen Başvuru Geçmişi</b>		
Var	57	14.4
Yok	340	85.6
<b>Psikiyatrik/Psikolojik Yardım Geçmişi</b>		
Evet	86	21.7
Hayır	311	78.3

**Veri Toplama Araçları**

**Demografik Bilgi Formu.** Katılımcılara ait yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, mevcut çalışma durumu, sosyoekonomik düzey, kilo ve boy gibi özellikler ile mevcut kilo değerlendirmesi, ideal kilo değerlendirmesi, diyetisyen başvuru öyküsü, psikiyatrik ya da psikolojik bir yardım öyküsünün olup olmadığına dair bilgi toplamak için araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır.

**Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (ÇÇRTÖ).** Bireyde 20 yaş öncesi döneme ait örseleyici yaşantıları değerlendirmek için geliştirilen ölçek (Bernstein ve diğerleri, 1994), daha sonra revize edilerek üç tanesi travma inkarını ölçen toplam 28 maddeden oluşan nihai halini almıştır (Bernstein ve diğerleri, 2003). Ölçekte cinsel, fiziksel ve duygusal istismar ile duygusal ve fiziksel ihmal olmak üzere beş alt boyut bulunmaktadır. 5'li Likert tipinde

derecelendirilen ölçekten ve boyutlardan alınan yüksek puanlar travma yaşantısının artan sıklık ve şiddetini temsil etmektedir. Toplam ölçek için iç tutarlık değeri .95 olarak hesaplanırken alt boyutlar için bu değer .79 (fiziksel ihmal boyutu) ve .94 (fiziksel ve duygusal istismar boyutları) arasında değişmektedir (Bernstein ve diğerleri, 2003). Şar ve diğerleri (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek aynı madde sayısı ve yapıya sahiptir; ayrıca, tüm ölçek için iç tutarlılık değeri .93, test-tekrar test güvenilirliği .90 olarak belirtilmiştir. Çocukluk dönemi örseleyici yaşantı şiddetinin değerlendirildiği mevcut çalışmada, toplam ölçek için hesaplanan Cronbach alfa değeri .96'dır.

**Öz Tiksınme Ölçeği- Revize Formu (ÖTÖ-R).** Overton ve diğerleri tarafından (2008), bireyin kendi davranışlarına, fiziksel görünümüne ya da genel olarak benliğine yönelik sürekli bir tiksınme deneyimini değerlendirmek amacıyla geliştiren ölçek, Powell ve diğerleri (2015a) tarafından revize edilmiştir. Revize form benliğe yönelik genel tiksınme düzeyinin yanı sıra, davranış odaklı ve fiziksel görünüm odaklı tiksınme olmak üzere 2 alt boyutu değerlendiren toplam 22 sorudan oluşturmaktadır. Maddelerin 7'li Likert tipinde derecelendirildiği ölçekte yüksek puanlar artan tiksınme düzeyine işaret etmektedir ve ölçeğin iç tutarlık değeri .92 olarak belirtilmiştir (Powell ve diğerleri, 2015a). Ölçeğin Türkçe uyarlaması Bahtiyar ve Yıldırım (2019) tarafından yapılmış, bu uyarlamada da genel öz tiksınme düzeyinin yanı sıra fiziksel görünüm ve davranış odaklı tiksınme olmak üzere 2 boyutu değerlendiren 21 madde belirlenmiştir. Türkçe formun iç tutarlık değeri .83, test-tekrar test güvenilirliği .73 olarak kaydedilmiştir. Benliğe yönelik genel tiksınme düzeyinin değerlendirildiği bu çalışmada, ölçeğin toplamı için hesaplanan iç tutarlık katsayısı .91'dir.

**Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği (NBBÖ).** McKinley ve Hyde (1996) tarafından geliştirilen ölçek, bireylerin benlik algılarını beden görünümleri ile temellendirmelerine ve bu görünüme dair dışarıdan bir izleyici bakış açısı benimseyerek kendilerini bu bağlamda değerlendirmelerine yönelik 24 madde içermektedir. Ölçekte her biri 8 maddeden oluşan 3 alt boyut bulunmaktadır. Bu boyutlar, bireyin bedenini izleyerek başkaları tarafından nasıl görüldüğü ile ilgili uğraşı temsil eden "beden izleme", yeteri kadar çaba gösterirse istenen fiziksel görünüme sahip olabileceğine dair bir tutumu temsil eden "kontrol inancı" ve gerçekçi olmayan beden standartlarını karşılayamadığında deneyimlenen utanç duygusunu temsil eden "beden utancı"dır. 7'li Likert tipinde derecelendirilen ölçekte yüksek puanlar ilgili boyutta artışı göstermektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Yağmurcu ve Tosun (2018) tarafından yapılmış, uyarlamada 22 madde ve aynı faktör yapısı elde edilmiştir. Mevcut araştırmada, ölçeğin beden utancı alt boyutu (8 madde) kullanılmıştır. Özgün formda bu boyut için hesaplanan iç tutarlık katsayısı farklı yaş grubundaki kadınlardan oluşan örneklerde .70 (orta yaş) ile .84 (öğrenciler) arasında (McKinley ve Hyde, 1996), Türkçe

uyarlama çalışmasında .73 (Yağmurcu ve Tosun, 2018) olarak belirtilmiş; mevcut araştırmada .71 olarak hesaplanmıştır.

**Yeme Tutumu Testi (YTT).** Ölçek, yeme bozukluğu olan ya da klinik özellikli olmayan bireylerde, yemek yeme ile ilgili tutum ve davranışları değerlendirmek, ayrıca bozuk yeme örüntüsünü belirlemek amacıyla geliştirilmiştir (Garner ve Garfinkel, 1979). Savaşır ve Erol (1989) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçekte, 6'lı Likert tipinde derecelendirilen 40 madde bulunmaktadır. Ölçeğin toplamından alınan yüksek puanlar, yeme tutumundaki bozulmanın artan şiddetine işaret etmektedir. Toplam ölçek için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı özgün formda yeme bozukluğu olan kişilerde .79, klinik olmayan örnekleme .94 (Garner ve Garfinkel, 1979), Türkçe uyarlama çalışmasında .70 olarak belirtilmiştir (Savaşır ve Erol, 1989). Mevcut araştırmada ise bu değer .83 olarak hesaplanmıştır.

## İşlem

Çalışma için öncelikli olarak üniversitenin resmi Etik Kurulu'ndan gerekli onay alınmıştır. Ardından, öz bildirime dayalı ölçüm araçları çevrimiçi veri toplama sitesine aktarılmış ve sosyal medya aracılığı ile çalışmanın davet linki paylaşılmıştır. 18 – 25 yaş arasında kadın katılımcılar ile sınırlanan çalışma örnekleminde yer almak isteyen gönüllülere çalışmanın amacı, kapsamı, gizlilik ve araştırmacı bilgilerini içeren onam sayfası elektronik olarak sunulmuştur. Araştırmadaki soruların cevaplanması ortalama 15 dakika sürmüştür.

## İstatistiksel Analizler

Araştırmanın verileri IBM SPSS 22 paket programı ile analiz edilmiştir. Temel analizlerden önce kayıp veri ve normallik kontrol edilmiş, tek değişkenli aykırı değere sahip 2 verinin silinmesiyle birlikte kalan 397 kişinin verisiyle analizler yapılmıştır. Araştırma değişkenleri için ortalama ve standart sapma değerleri belirlenmiş, ardından değişkenler arasında ilişkiler için Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Son olarak, aracılık testi için Hayes (2022) tarafından geliştirilen SPSS uyumlu bir makro (PROCESS v3.4) eklentisi kullanılarak regresyon analizi yapılmıştır.

## Bulgular

### Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilere dair sonuçlarda çocukluk çağındaki travma yaşantılarındaki artışın beklenen şekilde, bozuk yeme tutumu ( $r = .55, p < .001$ ), beden utancı ( $r = .50, p < .001$ ) ve öz tikslenme ( $r = .78, p < .001$ ) düzeyindeki artışla anlamlı ilişkisi gözlenmiştir. Ayrıca katılımcıların vücut kitle indeksi ile araştırma değişkenleri arasındaki

ilişkiler de incelenmiş, sonuçlarda vücut kitle indeksindeki artış da travma düzeyi ( $r = .27, p < .001$ ), bozuk yeme tutumu ( $r = .26, p < .001$ ), beden utancı ( $r = .37, p < .001$ ) ve öz tiksinişme ( $r = .28, p < .001$ ) düzeyi ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Betimleyici bilgilere ve ilişkilere dair detaylı bilgi Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2.

*Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiler ve Betimleyici Bilgiler*

	1	2	3	4	6	7	Ort.	SS
<b>1. ÇÇRTÖ- toplam</b>	1	.55***	.50***	.78***	.27***	-.14**	47.89	20.58
<b>2. YTT- toplam</b>		1	.48***	.63*	.26***	-.00	20.30	12.23
<b>3. BU</b>			1	.55***	.37***	-.06	25.60	8.95
<b>4.ÖTÖ-R- toplam</b>				1	.28***	-.12*	38.12	17.24
<b>6. VKİ</b>					1	.07	21.58	2.96
<b>7. Yaş</b>						1	21.89	2.11
<i>Çarpıklık</i>	0.49	0.88	0.17	0.36	0.91	-0.17		
<i>Basıklık</i>	-1.39	0.15	-0.46	-0.97	1.22	-0.98		

Not. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ ; ÇÇRTÖ-T = Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, YTT = Yeme Tutum Testi, BU = Beden Utancı, ÖTÖ-R = Öz Tiksinişme Ölçeği-Revize Formu, VKİ = Vücut Kitle İndeksi

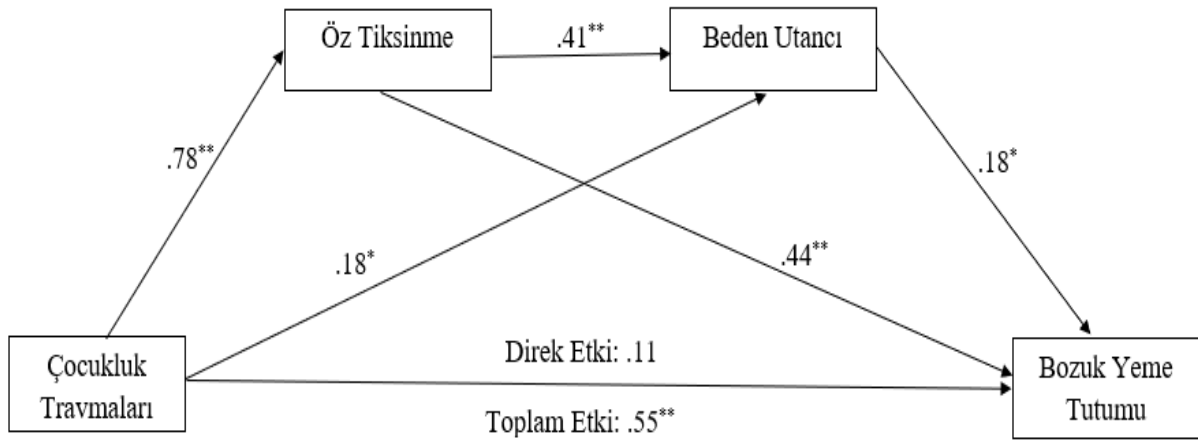
### **Çocukluk Travmaları ile Bozuk Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Öz Tiksinişme ve Beden Utancının Aracı Rolü**

Çocukluk çağı travmaları ile bozuk yeme tutumu arasındaki ilişkide, öz tiksinişme ve beden utancının aracı rolünü incelemek için Hayes (2022) tarafından geliştirilen SPSS uyumlu bir makro (PROCESS v3.4) eklentisi kullanılarak regresyon analizi yapılmıştır. Seri çoklu aracılık modeli (6. Model), orijinal veriden üretilen 5000 bootstrap örneklem üzerinde incelenmiş ve %95 güven aralığı (GA) değerlendirilmiştir. Buna göre, güven aralığı içerisinde “0” değerinin bulunmaması, anlamlı aracılık etkisini göstermektedir.

Analiz sonucunda travma yaşantılarının, aracı değişkenler olan öz tiksinişme [ $\beta = .78, t(395) = 24.75, p < .001$ ] ve beden utancı [ $\beta = .18, t(394) = 2.71, p < .01$ ] üzerinde anlamlı etkisi gözlenmiştir. Öz tiksinişmenin, beden utancındaki artışı da anlamlı olarak açıkladığını belirlenmiştir [ $\beta = .41, t(394) = 6.11, p < .001$ ]. Ayrıca, hem öz tiksinişmenin [ $\beta = .44, t(393) = 6.89, p < .001$ ] hem de beden utancının [ $\beta = .18, t(393) = 3.99, p < .01$ ] yeme tutumundaki bozulmayı anlamlı olarak yordadığı gözlenmiştir. Dahası, çocukluk travmalarının bozuk yeme tutumu üzerindeki toplam etkisinin anlamlı [ $\beta = .55, t(395) = 12.94, SE = .04, p < .001$ ], fakat direkt etkisinin anlamlı olmadığı [ $\beta = .11, t(393) = 1.79, SE = .06, p > .05$ ] belirlenmiştir.



Araştırma bulgularında öngörülen aracılık modelleri desteklenmiştir (Şekil 1). Sonuçlara göre, çocukluk travmaları ile bozuk yeme tutumu arasındaki ilişkide hem öz tikslenme,  $\beta = .34$ ,  $SE = .06$ , %95 GA [.21, .47], hem de beden utancının,  $\beta = .03$ ,  $SE = .02$ , %95 GA [.01, .07], birbirinden bağımsız tam anlamlı aracılık etkisi bulunmuştur. Buna ek olarak seri aracılık modeli, öz tikslenme ve beden utancının bir arada da bu ilişkiye tam aracılık ettiğini göstermiştir,  $\beta = .06$ ,  $SE = .02$ , %95 GA [.02, .11]. Bu model toplam varyansın da %30'unu açıklamıştır,  $F(1,395) = 167.41$ ,  $p < .001$ . Aracılık etkileri karşılaştırıldığında, öz tikslenmenin bağımsız aracılık etkisinin, beden utancının bağımsız aracılık etkisinden ve öz tikslenme ile beden utancının bir arada olduğu seri aracılık etkiden daha büyük olduğu gözlenmiştir.



Şekil 1.

Çocukluk çağı travmaları ile bozuk yeme tutumu arasındaki ilişkide öz tikslenme ve beden utancının seri aracılık etkisi.

Not. Şekilde standardize beta katsayıları belirtilmiştir.  $^{**} p < .001$ ;  $^* p < .01$ .

### Tartışma

Mevcut çalışmada, kadınlarda çocukluk çağı ruhsal travmaları ile yeme tutumu arasındaki ilişkide öz tikslenme ve beden utancının seri aracılık etkisi incelenmiştir. Araştırma bulgularında öz tikslenmenin ve beden utancının birbirinden bağımsız olarak çocukluk travmaları ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkiye tam aracılık ettiği gözlenmiştir. Dahası, bu iki değişkenin bir araya gelerek de çocukluk travmaları ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkiyi açıkladığı belirlenmiştir. Başka bir ifadeyle, çocukluk çağı travma yaşantılarındaki artış sırasıyla benliğe yönelik tikslenme eğilimini ve beden utancını arttırması yoluyla bozulmuş yeme tutumundaki artışı açıklamaktadır.

Çocukluk dönemindeki örseleyici yaşantılar, ileride yeme sorunları için önemli bir yatkınlık oluşturabilmektedir (Molendijk ve diğerleri, 2017). Bu yaşantılar arasında, özellikle cinsel ve fiziksel istismarın rolüne odaklanılmış (Neumark-Sztainer ve diğerleri, 2000), ardından farklı çocukluk travmalarının bozuk yeme tutum ve davranışlarıyla ilişkisine dair incelemeler genişletildiğinde, fiziksel ihmal (Mitchell ve Mazzeo, 2005) ya da duygusal istismarın (Groleau ve diğerleri, 2012; Hund ve Espelage, 2006; Üzümcü, 2022) da belirleyici etkileri olduğu gözlenmiştir. Öte yandan, çocukluk döneminde kötü muameleye maruz kalan bireyler genellikle birden fazla çeşit örseleyici yaşantıyı bir arada deneyimlemektedir (Armour ve diğerleri, 2014). Bozuk yeme davranışlarının gelişiminde, birden fazla travma türünün bir araya gelmesi, travmaların sıklığının ve şiddetinin artması daha önemli görünmektedir (Hasselle ve diğerleri, 2017; Lejonclou ve diğerleri, 2014). Bu bağlamda, mevcut çalışmada da belirli bir travma türü değil, örseleyici yaşantı düzeyi değerlendirilmiş ve yeme sorunları ile ilişkisine dair açıklayıcı duygusal mekanizmalara odaklanılmıştır.

Çalışmada ilk olarak, öz tikslenme eğiliminin tam aracılık rolü belirlenmiştir. Buna göre, çocukluk çağı travmalarındaki artış, benliğe yönelik sürekli tikslenme deneyimini arttırmakta, bunun sonucunda da yeme tutumundaki bozulmada artış gözlenmektedir. Yeme bozukluklarında bedene ya da yemeğe yönelik tiksinti duygusunun rolüne işaret eden araştırmalar mevcuttur (Davey ve diğerleri, 1998; Troop ve diğerleri, 2002). Bununla birlikte, anlık bir duygudan ziyade, bireyin fiziksel görünümüne, davranışına ya da benliğine yönelik deneyimlediği sürekli bir tikslenme, bilişsel ve davranışsal sistemini şekillendiren bir duygusal şema özelliği taşıyabileceği ve farklı psikolojik sorunların oluşumuna açıklık getirebileceği belirtilmektedir (Powell ve diğerleri, 2015b). Bu bağlamda, Glashouwer ve de Jong (2021) anoreksiya nervozada kişinin kendisini aç bırakmasının merkezinde öz tikslenme deneyimi ve bundan kaçınma çabası olduğunu, anoreksiya belirtileri ile sınırlı tedavilerin sonrasında bu duygusal şemanın devam ettiğini, dolayısıyla hastalığın nüksetmesinde de önemli bir rolü olduğunu formüle etmişlerdir. İlgili çalışmalar da öz tikslenme düzeyinin, anoreksiya ve bulimia nervoza bozukluklarında, beden memnuniyetsizliğinde, yeme sorunları ile bir arada görülen depresyon ve kaygı bozukluklarında anlamlı olarak daha yüksek düzeyde gözlendiğini ortaya koymaktadır (Bell ve diğerleri, 2017; Kot ve diğerleri, 2021). Ayrıca öz tikslenme, bir yeme bozukluğu tanısı olmayan ya da sadece obeziteye sahip bireyler arasında da kısıtlayıcı yeme, duygusal yeme, kalori yakmak için aşırı çaba gösterme, beden memnuniyetsizliği ve kilo verme ya da zayıf olma arzusu gibi işlevsiz yeme tutum ve davranışlarıyla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Marques ve diğerleri, 2021; Palmeira ve diğerleri, 2019). Mevcut çalışma bulgusu, söz konusu ilişkilere Türkiye örnekleminde bir

destek sunmakta, dahası bozulmuş yeme tutum ve davranışlarının tedavisinde benliğe yönelik tikslenme deneyiminin etkisinin göz ardı edilmemesinin önemine dikkat çekmektedir.

Çalışmada ikinci olarak, beden utancının tam aracılık rolü belirlenmiştir. Buna göre, çocukluk çağı travmalarındaki artış, beden utancını arttırmakta, bunun sonucunda da bozuk yeme tutumunda artış gözlenmektedir. Goss ve Gilbert'ın (2002) modelinde, öz bilinç duygularından utanç ve gurur yeme bozukluklarını tetikleyen ve sürdüren faktörler olarak kavramsallaştırılmıştır. Bu modele göre, yeme bozukluğuna sahip bireylerin kalori ve besin alımını sınırlamaya, kilo ve beden görünümüne, açlık duygularını bastırmaya yönelik kontrolcü çabalarından gurur duydukları, bunlardan birinde başarısızlık söz konusu olduğunda ise yoğun bir utanç ortaya çıktığı belirtilmekte; bunun sonucunda da daha katı çabalara geri dönerek bir kısır döngü oluşmaktadır. Utanç duygusunun çeşitli yeme sorunlarındaki önemi görgül çalışmalarla da desteklenmiştir (Blythin ve diğerleri, 2020; Brockdorf ve diğerleri, 2018). Kendini nesneleştirme kuramı ise, genel bir utanç deneyiminden ziyade, başkalarının değerlendirme ve standartları üzerinden bireyin kendi bedenine ve görünümüne yönelik deneyimlediği utanca odaklanmaktadır (Fredrickson ve Roberts, 1997). Beden utancı hem klinik hem de sağlıklı popülasyonda bozulmuş yeme davranışlarının önemli bir yordayıcısıdır (Doran ve Lewis, 2012). Dahası, beden memnuniyetsizliği (Mustapic ve diğerleri, 2015), kendini nesneleştirme (Noll ve Fredrickson, 1998), beden görünümünü takip etme (Schaefer ve diğerleri, 2018) ve kiloya yönelik olumsuz ön yargıların (Webb ve diğerleri, 2016) beden utancını arttırması yoluyla problemlili yeme örüntülerinin oluşmasında etkili olduğuna dair bulgular da mevcuttur. Beliren yetişkinlik dönemindeki sağlıklı bireyler arasında, beden utancının bozuk yeme tutumu ile ilişkisini ortaya koyan çalışma sonuçları alanyazın ile tutarlılık göstermekte, bu duygu ile etkili baş etme yöntemlerinin önemine işaret etmektedir.

Son olarak, çocukluk travmaları ile bozuk yeme tutumu arasında öz tikslenme ve beden utancının bir arada açıklayıcı rolü gözlenmiştir. Bu bulgu ile tutarlı şekilde, Dyer ve diğerleri (2015) çocuklukta cinsel istismara maruz kalmış ve travma sonrası stres belirtilerine sahip kadınların, bedenlerine dair özellikle utanç ve tiksinti duygusunu yoğun olarak deneyimlendiğini göstermiştir. Cinsel istismar ile beden utancı arasındaki ilişkinin sadece kadınlarda değil, erkeklerde de gözlemlendiği ve beden sınırlarının bozulduğuna dair algının bu ilişkiye bir açıklık getirebildiği belirtilmiştir (Talmon ve Ginzburg, 2018). Cinsel ve fiziksel istismar yaşantılarının benliğe yönelik tikslenme duygusu için de bir yatkinlik oluşturduğu ve bu duygunun yeme bozukluklarında da anlamlı olarak yüksek olduğu ortaya koyulmuştur (Ille ve diğerleri, 2014). Duygusal istismar ya da ihmal gibi farklı travmaların da bozuk yeme davranışları ile ilişkisine dikkat çeken Fox ve diğerleri (2015), çeşitli örseleyici yaşantıların bireyin kendine ait fiziksel özelliklerine, davranışlarına ya da genel olarak benliğine yönelik

eleştirel ve reddedici tutum ya da değerlendirmeleri tetikleyebileceğini, bunun sonucunda da ortaya çıkan öz tiksini ve beden utancının yeme bozuklukları için bir yatkınlık oluşturabileceğini öne sürmüştür. Mevcut çalışmadaki seri aracılık modeli bu teorik kavramsallaştırmaya görgül bir destek sunmaktadır. Bu açıklayıcı modele göre, travma yaşantılarının benliğe yönelik genel ve sürekli bir tiksinti deneyimine yatkınlık oluşturduğu, bu tiksintinin bedene yönelik utanç duygusunu tetiklediği ve bunun sonucunda da bozuk yeme tutumunda artış gözleendiği söylenebilir. Benzer şekilde, Keith ve diğeri (2009) de erken dönemdeki olumsuz yaşantıların yaygın ve sürekli bir utanç eğilimi oluşturduğu, bu eğilimin de beden ya da yemek özelinde durumsal ikinci bir utanç deneyimini tetiklediğini öne sürmüştür. İleride beden utancına ek olarak, genel bir utanç eğiliminin ya da söz konusu olumsuz duyguların düzenlenmesi ile ilgili güçlüklerin de modele dahil edildiği boylamsal çalışmalar, bu duygusal mekanizmaların sürdürücü rolüne dair kapsamlı bilgi vermesi bakımından önemlidir.

Araştırmanın sonuçlarını değerlendirirken göz önünde bulundurulması önemli olan bazı sınırlılıklar vardır. Ergenlik ve genç yetişkinlik, bedene yönelik farkındalığın, fiziksel görünümün öneminin ve çevreden gelen görünüm odaklı geri bildirimlere duyarlılığın yüksek olmasıyla, özellikle kadınlarda bozulmuş yeme tutum ve davranışları için riskli dönemler olarak kabul edilmektedir (Keski-Rahkonen, 2021; Tavolacci ve diğeri, 2015). Bu bağlamda mevcut çalışmanın beliren yaş dönemindeki kadınlarla birlikte yürütülmüş olması, söz konusu riskli grup için önemli açıklamalar sunmaktadır. Öte yandan, katılımcıların büyük çoğunluğunun lisans ve üzeri eğitime, normal sınırlarda beden kitle indeksine, orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olması, sonuçların farklı demografik özellikli bireylere genellenmesine sınırlılık getirmektedir. Gelecekte beden kitle indeksi ya da eğitim düzeyi bakımından çeşitli gruplarla yapılacak çalışmaların, mevcut ilişkilerin geçerliliğine destek sunabileceği; erkek katılımcıların dahil edildiği modellerin de önemli katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, araştırma örnekleminin belirli bir yeme bozukluğu özelliğine sahip olmaması da başka bir sınırlılık olarak değerlendirilebilir. Bozulmuş yeme tutumu, yeme bozukluğuna sahip olmayan bireylerde de yaygın olarak görülmekte ve bu bozukluklar için risk oluşturabilmektedir (Jacobi ve diğeri, 2011; Neumark-Sztainer ve diğeri, 2011). Öte yandan, araştırma modelinin gelecek çalışmalarda farklı yeme bozukluklarına sahip bireylerle incelenmesi, problemlili yeme örüntüsü özelinde öne çıkan duygusal tetikleyici ve sürdürücülerin belirlenmesinde faydalı olabilir. Bir diğeri sınırlılık olarak, çalışmanın kesitsel deseni göz önünde bulundurulduğunda neden sonuç ilişkisine dair yorumun mümkün olmadığı belirtilmelidir. İlerde boylamsal çalışmalar ya da beden utancı ile öz tiksiniye

yönelik müdahaleleri içeren deneysel çalışmalar, söz konusu ilişkilerin yönü hakkında da daha fazla bilgi sunabilir.

Sonuç olarak, bu çalışmada çocukluk travmaları ile bozuk yeme tutumu arasında öz tikslenme ve beden utancının bir arada açıklayıcı rolü ortaya koyulmuştur. Bozuk yeme örüntülerinin oluşumuna ve sürdürülmesine dair bilgi sunan bu bulgular, önleyici ve sağaltıcı çalışmalar için de yol gösterici niteliktedir. Uyumsuz yeme tutum ve davranışları, ergenlik ve beliren yetişkinlik döneminde oldukça yaygın olarak gözlenmekte ve yeme bozuklukları için önemli bir risk oluşturmaktadır (Tavolacci ve diğerleri, 2015). Yeme ile ilgili sorunlu örüntülerin oluşumunda, sadece cinsel istismarın değil, farklı çocukluk travmalarının etkili olabileceği güncel çalışmalarda belirtilmektedir. Mevcut bulgular, örseleyici yaşantıların ileri dönem yeme sorunları için oluşturduğu yatkınlıkta iki önemli duygusal deneyimin rolüne dikkat etmektedir. Söz konusu yaşantıların benliğe yönelik tikslenme ve bedene yönelik utançtaki artışı açıklaması, problemlili yeme örüntülerinde koruyucu faktörler olarak nitelendirilen benlik değeri (O’Dea, 2004), öz şefkat (Breines ve diğerleri, 2014), işlevsel baş etme yöntemleri (Bloks ve diğerleri, 2004) ve duygu düzenleme becerileri (Holmqvist Larsson ve diğerleri, 2020) odaklı önleyici müdahalelerin önemine işaret etmektedir. Gelecek çalışmalarda, bu koruyucu faktörlerin de yer aldığı kapsamlı modellerin incelenmesinin, etkili vaka kavramsallaştırmalarına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Dahası, yeme bozukluklarının tedavisinde çocukluk travma deneyiminin, travma sonrası stres tepkilerinin ve ilişkili olabilecek diğer psikolojik sorunların da değerlendirilmesi ve tedavi planında gözetilmesinin altı çizilmektedir (Brewerton, 2007). Öz tikslenme ve beden utancının da bu tedavi planına dâhil edilmesinin tedavinin etkililiğini arttırmada ve nüksün önlenmesinde önemli bir yerinin olabileceği düşünülebilir.

---

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Yazarlar eşit oranda katkıda bulunmuştur.

**Yazar Notu:** Bu çalışma, Dr. Öğr. Üyesi Başak Bahtiyar danışmanlığında, Klinik Psikolog Eslem Fulya Ekşi tarafından yazılan “Kadınlarda Çocukluk Çağı Travmaları ile Yeme Örüntüsü Arasındaki İlişkide Öz Tikslenme ve Beden Utancının Aracı Rolü” isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

**Çıkar Çatışması Beyanı:**

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan etmiştir.

**Finansal Destek Beyanı:**

Yazarlar, bu çalışma için finansal destek alınmadığını beyan etmiştir.

**Etik Kurul Onayı:**

Bu çalışma, T.C. Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu onayı ile gerçekleştirilmiştir. (2021 tarihli 2021/03-02 sayılı karar)

---

### Kaynakça

- Allen, B., Cramer, R. J., Harris, P. B. ve Rufino, K. A. (2013). Borderline personality symptomatology as a mediator of the link between child maltreatment and adult suicide potential. *Archives of Suicide Research*, 17(1), 41-51. <https://doi.org/10.1080/13811118.2013.748413>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adults: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>
- Andrews, B. (1997). Bodily shame in relation to abuse in childhood and bulimia: A preliminary investigation. *British Journal of Clinical Psychology*, 36(1), 41-49. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1997.tb01229.x>
- Armour, C., Elklit, A. ve Christoffersen, M. N. (2014). A latent class analysis of childhood maltreatment: Identifying abuse typologies. *Journal of Loss and Trauma*, 19(1), 23-39. <https://doi.org/10.1080/15325024.2012.734205>
- Bahtiyar, B. ve Yıldırım, A. (2019). Öz Tiksınme Ölçeği-Revize Formu: Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 304-315. <https://doi.org/10.5505/kpd.2019.72692>
- Bektas, S., Keeler, J. L., Anderson, L. M., Mutwalli, H., Himmerich, H. ve Treasure, J. (2022). Disgust and self-disgust in eating disorders: A systematic review and meta-analysis. *Nutrients*, 14(9), 1728. <https://doi.org/10.3390/nu14091728>
- Bell, B. T., Cassarly, J. A. ve Dunbar, L. (2018). Selfie-objectification: Self-objectification and positive feedback ("likes") are associated with frequency of posting sexually objectifying self-images on social media. *Body Image*, 26, 83-89. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.06.005>
- Bell, K., Coulthard, H. ve Wildbur, D. (2017). Self-disgust within eating disordered groups: Associations with anxiety, disgust sensitivity and sensory processing. *European Eating Disorders Review*, 25(5), 373-380. <https://doi.org/10.1002/erv.2529>
- Bernstein, D. P., Fink, L., Handelsman, L., Foote, J., Lovejoy, M., Wenzel, K., Sapareto, E. ve Ruggiero, J. (1994). Initial reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. *The American Journal of Psychiatry*, 151(8), 1132-1136. <https://doi.org/10.1176/ajp.151.8.1132>
- Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D., Ahluvalia, T., Stokes, J., Handelsman, L., Medrano, M., Desmond, D. ve Zule, W. (2003). Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. *Child Abuse & Neglect*, 27(2), 169-190. [https://doi.org/10.1016/s0145-2134\(02\)00541-0](https://doi.org/10.1016/s0145-2134(02)00541-0)
- Bloks, H., Furth, E. F., Callewaert, I. ve Hoek, H. W. (2004). Coping strategies and recovery in patients with a severe eating disorder. *Eating Disorders*, 12(2), 157-169. <https://doi.org/10.1002/erv.920>
- Blythin, S. P., Nicholson, H. L., Macintyre, V. G., Dickson, J. M., Fox, J. R. ve Taylor, P. J. (2020). Experiences of shame and guilt in anorexia and bulimia nervosa: A systematic review. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 93(1), 134-159. <https://doi.org/10.1111/papt.12198>

- Brake, C. A., Rojas, S. M., Badour, C. L., Dutton, C. E. ve Feldner, M. T. (2017). Self-disgust as a potential mechanism underlying the association between PTSD and suicide risk. *Journal of Anxiety Disorders*, 47, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2017.01.003>
- Breines, J., Toole, A., Tu, C. ve Chen, S. (2014). Self-compassion, body image, and self-reported disordered eating. *Self and Identity*, 13(4), 432-448. <https://doi.org/10.1080/15298868.2013.838992>
- Brewerton, T. D. (2007). Eating disorders, trauma, and comorbidity: Focus on PTSD. *Eating disorders*, 15(4), 285-304. <https://doi.org/10.1080/10640260701454311>
- Brockdorf, A. N., Kennedy, G. A. ve Keel, P. K. (2018). Examining associations among sensitivity to punishment and reward, shame, and eating pathology through tests of mediation. *Eating Disorders*, 26(5), 407-417. <https://doi.org/10.1080/10640266.2017.1408293>
- Cain, A. S., Epler, A. J., Steinley, D. ve Sher, K. J. (2010). Stability and change in patterns of concerns related to eating, weight, and shape in young adult women: A latent transition analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 119(2), 255-267. <https://doi.org/10.1037/a0018117>
- Cicchetti, D. ve Handley, E. D. (2019). Child maltreatment and the development of substance use and disorder. *Neurobiology of Stress*, 10, 100144. <https://doi.org/10.1016/j.ynstr.2018.100144>
- Clarke, A., Simpson, J. ve Varese, F. (2019). A systematic review of the clinical utility of the concept of self-disgust. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 26(1), 110-134. <https://doi.org/10.1002/cpp.2335>
- Croll, J., Neumark-Sztainer, D., Story, M. ve Ireland, M. (2002). Prevalence and risk and protective factors related to disordered eating behaviors among adolescents: relationship to gender and ethnicity. *Journal of Adolescent Health*, 31(2), 166-175. [https://doi.org/10.1016/S1054-139X\(02\)00368-3](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(02)00368-3)
- Curtis, V., De Barra, M. ve Aunger, R. (2011). Disgust as an adaptive system for disease avoidance behaviour. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 366, 389-401. <https://doi.org/10.1098/rstb.2010.0117>
- Cutajar, M. C., Mullen, P. E., Ogloff, J. R., Thomas, S. D., Wells, D. L. ve Spataro, J. (2010). Schizophrenia and other psychotic disorders in a cohort of sexually abused children. *Archives of General Psychiatry*, 67(11), 1114-1119. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2010.147>
- Daniels, E. A., Zurbriggen, E. L. ve Ward, L. M. (2020). Becoming an object: A review of self-objectification in girls. *Body Image*, 33, 278-299. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.016>
- Davey, G. C., Buckland, G., Tantow, B. ve Dallos, R. (1998). Disgust and eating disorders. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 6(3), 201-211. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0968\(199809\)6:3<201::AID-ERV224>3.0.CO;2-E](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0968(199809)6:3<201::AID-ERV224>3.0.CO;2-E)
- Doğan, G. (2016). Bir sistemi meşrulaştırma pratiği olarak kendini nesneleştirme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19(37), 35-45.
- Doran, J. ve Lewis, C. A. (2012). Components of shame and eating disturbance among clinical and non-clinical populations. *European Eating Disorders Review*, 20(4), 265-270. <https://doi.org/10.1002/erv.1142>

- Dyer, A. S., Feldmann Jr, R. E. ve Borgmann, E. (2015). Body-related emotions in posttraumatic stress disorder following childhood sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse*, 24(6), 627-640. <https://doi.org/10.1080/10538712.2015.1057666>
- Erchull, M. J., Liss, M. ve Lichiello, S. (2013). Extending the negative consequences of media internalization and self-objectification to dissociation and self-harm. *Sex Roles*, 69(11), 583-593. <https://doi.org/10.1007/s11199-013-0326-8>
- Erol, A., Toprak, G. ve Yazici, F. (2006). Psychological and physical correlates of disordered eating in male and female Turkish college students. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 60(5), 551–557. <https://doi.org/10.1111/j.1440-1819.2006.01557.x>
- Espeset, E. M., Gulliksen, K. S., Nordbø, R. H., Skårderud, F. ve Holte, A. (2012). The link between negative emotions and eating disorder behaviour in patients with anorexia nervosa. *European Eating Disorders Review*, 20(6), 451-460. <https://doi.org/10.1002/erv.2183>
- Fredrickson, B. L. ve Roberts, T. A. (1997). Objectification theory. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173-206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Fox, J. R., Grange, N. ve Power, M. J. (2015) Self-disgust in eating disorders: A review of the literature and clinical implications. İçinde P. A. Powell, P. G. Overton ve J. Simpson (Edl.), *The Revolting Self: Perspectives on the Psychological, Social, and Clinical Implications of Self-Directed Disgust* (ss. 167-186). Karnac Books.
- Garner, D. M. ve Garfinkel, P. E. (1979). The Eating Attitudes Test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9(2), 273-279. <https://doi.org/10.1017/S003329170003076>
- Gilbert, R., Widom, C. S., Browne, K., Fergusson, D., Webb, E. ve Janson, S. (2009). Burden and consequences of child maltreatment in high-income countries. *The Lancet*, 373(9657), 68-81. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(08\)61706-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)61706-7)
- Glashouwer, K. A. ve de Jong, P. J. (2021). The revolting body: Self-disgust as a key factor in anorexia nervosa. *Current Opinion in Psychology*, 41, 78-83. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.03.008>
- Goss, K. ve Gilbert, P. (2002). Eating disorders, shame and pride: A cognitive-behavioral functional analysis. İçinde P. Gilbert ve J. Miles (Edl.), *Body Shame: Conceptualisation, Research and Treatment* (ss. 219– 255). Brunner-Routledge.
- Groleau, P., Steiger, H., Bruce, K., Israel, M., Sycz, L., Ouellette, A. S. ve Badawi, G. (2012). Childhood emotional abuse and eating symptoms in bulimic disorders: An examination of possible mediating variables. *International Journal of Eating Disorders*, 45(3), 326-332. <https://doi.org/10.1002/eat.20939>
- Hasselle, A. J., Howell, K. H., Dormois, M. ve Miller-Graff, L. E. (2017). The influence of childhood polyvictimization on disordered eating symptoms in emerging adulthood. *Child Abuse & Neglect*, 68, 55-64. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.04.003>
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (3rd ed.). The Guilford Press.
- Hoek, H. W. ve Van Hoeken, D. (2003). Review of the prevalence and incidence of eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 34(4), 383-396. <https://doi.org/10.1002/eat.10222>



- Holland, L. A., Brown, T. A. ve Keel, P. K. (2014). Defining features of unhealthy exercise associated with disordered eating and eating disorder diagnoses. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 116-123. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.005>
- Holmqvist Larsson, K., Lowén, A., Hellerstedt, L., Bergcrona, L., Salerud, M. ve Zetterqvist, M. (2020). Emotion regulation group skills training: a pilot study of an add-on treatment for eating disorders in a clinical setting. *Journal of Eating Disorders*, 8(12), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00289-1>
- Hovens, J. G., Giltay, E. J., Spinhoven, P., van Hemert, A. M. ve Penninx, B. W. (2015). Impact of childhood life events and childhood trauma on the onset and recurrence of depressive and anxiety disorders. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 76(7), 8559. <https://doi.org/10.4088/JCP.14m09135>
- Hund, A. R. ve Espelage, D. L. (2006). Childhood emotional abuse and disordered eating among undergraduate females: Mediating influence of alexithymia and distress. *Child Abuse & Neglect*, 30(4), 393-407. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2005.11.003>
- Ille, R., Schögl, H., Kapfhammer, H. P., Arendasy, M., Sommer, M. ve Schienle, A. (2014). Self-disgust in mental disorders-symptom-related or disorder-specific? *Comprehensive Psychiatry*, 55(4), 938-943. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2013.12.020>
- Irving, L. M. ve Neumark-Sztainer, D. (2002). Integrating the prevention of eating disorders and obesity: Feasible or futile? *Preventive Medicine*, 34(3), 299-309. <https://doi.org/10.1006/pmed.2001.0997>
- Jacobi, C., Fittig, E., Bryson, S. W., Wilfley, D., Kraemer, H. C. ve Taylor, C. B. (2011). Who is really at risk? Identifying risk factors for subthreshold and full syndrome eating disorders in a high-risk sample. *Psychological Medicine*, 41(9), 1939-1949. <https://doi.org/10.1017/S0033291710002631>
- Jaffee, S. R. (2017). Child maltreatment and risk for psychopathology in childhood and adulthood. *Annual Review of Clinical Psychology*, 13, 525-551. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032816-045005>
- Jones, B. A. ve Griffiths, K. M. (2015). Self-objectification and depression: An integrative systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 171, 22-32. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.09.011>
- Keith, L., Gillanders, D. ve Simpson, S. (2009). An exploration of the main sources of shame in an eating-disordered population. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 16(4), 317-327. <https://doi.org/10.1002/cpp.629>
- Keski-Rahkonen, A. (2021). Epidemiology of binge eating disorder: Prevalence, course, comorbidity, and risk factors. *Current Opinion in Psychiatry*, 34(6), 525-531. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000750>
- Kessler, R. C., Amminger, G. P., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Lee, S. ve Üstün, T. B. (2007). Age of onset of mental disorders: a review of recent literature. *Current Opinion in Psychiatry*, 20(4), 359-364. <https://doi.org/10.1097/YCO.obo13e32816ebc8c>
- Kong, S. ve Bernstein, K. (2009). Childhood trauma as a predictor of eating psychopathology and its mediating variables in patients with eating disorders. *Journal of Clinical Nursing*, 18(13), 1897-1907. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2008.02740.x>
- Kot, E., Grzegorzewski, P., Kostecka, B. ve Kucharska, K. (2021). Self-disgust and disgust sensitivity are increased in anorexia nervosa inpatients, but only self-disgust mediates between comorbid and

- core psychopathology. *European Eating Disorders Review*, 29(6), 879-892. <https://doi.org/10.1002/erv.2862>
- Lejonclou, A., Nilsson, D. ve Holmqvist, R. (2014). Variants of potentially traumatizing life events in eating disorder patients. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 6(6), 661-667. <https://doi.org/10.1037/a0034926>
- Lindberg, S. M., Grabe, S. ve Hyde, J. S. (2007). Gender, pubertal development, and peer sexual harassment predict objectified body consciousness in early adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 17(4), 723-742. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2007.00544.x>
- Mandelli, L., Petrelli, C. ve Serretti, A. (2015). The role of specific early trauma in adult depression: A meta-analysis of published literature. Childhood trauma and adult depression. *European Psychiatry*, 30(6), 665-680. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2008.03.008>
- Marques, C., Simão, M., Guiomar, R. ve Castilho, P. (2021). Self-disgust and urge to be thin in eating disorders: how can self-compassion help? *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26, 2317-2324. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-01099-9>
- Mercurio, A. E. ve Landry, L. J. (2008). Self-objectification and well-being. The impact of self-objectification on women's overall sense of self-worth and life satisfaction. *Sex Roles*, 58(7-8). <https://doi.org/10.1007/s11199-007-9357-3>.
- McKinley, N. M. ve Hyde, J. S. (1996). The objectified body consciousness scale: Development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), 181-215. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1996.tb00467.x>
- Mills, P., Newman, E. F., Cossar, J. ve Murray, G. (2015). Emotional maltreatment and disordered eating in adolescents: Testing the mediating role of emotion regulation. *Child Abuse & Neglect*, 39, 156-166. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2014.05.011>
- Mitchell, K. S. ve Mazzeo, S. E. (2005). Mediators of the association between abuse and disordered eating in undergraduate men. *Eating Behaviors*, 6(4), 318–327. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2005.03.004>
- Molendijk, M. L., Hoek, H. W., Brewerton, T. D. ve Elzinga, B. M. (2017). Childhood maltreatment and eating disorder pathology: A systematic review and dose-response meta-analysis. *Psychological Medicine*, 47(8), 1402-1416. <https://doi.org/10.1017/S0033291716003561>
- Monro, F. ve Huon, G. (2005). Media-portrayed idealized images, body shame, and appearance anxiety. *International Journal of Eating Disorders*, 38(1), 85-90. <https://doi.org/10.1002/eat.20153>
- Mustapic, J., Marcinko, D. ve Vargek, P. (2015). Eating behaviours in adolescent girls: The role of body shame and body dissatisfaction. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 20, 329-335. <https://doi.org/10.1007/s40519-015-0183-2>
- Nelson, M. C., Story, M., Larson, N. I., Neumark-Sztainer, D. ve Lytle, L. A. (2008) Emerging adulthood and college-aged youth: An overlooked age for weight-related behavior change. *Obesity*, 16, 2205-2211. <https://doi.org/10.1038/oby.2008.365>
- Neumark-Sztainer, D., Story, M., Hannan, P. J., Beuhring, T. ve Resnick, M. D. (2000). Disordered eating among adolescents: associations with sexual/physical abuse and other

- familial/psychosocial factors. *International Journal of Eating Disorders*, 28(3), 249-258. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(200011\)28:3<249::AID-EAT1>3.0.CO;2-H](https://doi.org/10.1002/1098-108X(200011)28:3<249::AID-EAT1>3.0.CO;2-H)
- Neumark-Sztainer, D., Wall, M., Larson, N. I., Eisenberg, M. E. ve Loth, K. (2011). Dieting and disordered eating behaviors from adolescence to young adulthood: findings from a 10-year longitudinal study. *Journal of the American Dietetic Association*, 111(7), 1004-1011. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2011.04.012>
- Noll, S. M. ve Fredrickson, B. L. (1998). A mediational model linking self-objectification, body shame, and disordered eating. *Psychology of Women Quarterly*, 22(4), 623-636. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1998.tb00181.x>
- O'Dea, J. A. (2004). Evidence for a self-esteem approach in the prevention of body image and eating problems among children and adolescents. *Eating Disorders*, 12(3), 225-239. <https://doi.org/10.1080/10640260490481438>
- Overton, P. G., Markland, F. E., Taggart, H. S., Bagshaw, G. L. ve Simpson, J. (2008). Self-disgust mediates the relationship between dysfunctional cognitions and depressive symptomatology. *Emotion*, 8(3), 379. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.8.3.379>
- Örsel, S., Karadag, H., Kahilogullari, A. K. ve Aktas, E. A. (2011). Psikiyatri hastalarında çocukluk çağı travmalarının sıklığı ve psikopatoloji ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(2), 130-136.
- Palmeira, L., Pinto-Gouveia, J. ve Cunha, M. (2019). The role of self-disgust in eating psychopathology in overweight and obesity: Can self-compassion be useful? *Journal of Health Psychology*, 24(13), 1807-1816. <https://doi.org/10.1177/1359105317702212>
- Palmier-Claus, J. E., Berry, K., Bucci, S., Mansell, W. ve Varese, F. (2016). Relationship between childhood adversity and bipolar affective disorder: systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry*, 209(6), 454-459. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.115.179655>
- Peat, C. M. ve Muehlenkamp, J. J. (2011). Self-objectification, disordered eating, and depression: A test of mediational pathways. *Psychology of Women Quarterly*, 35(3), 441-450. <https://doi.org/10.1177/0361684311400389>
- Powell, P. A., Overton, P. G. ve Simpson, J. (2015a). Reflections on the revolting self: a commentary and further directions. İçinde P. A. Powell, P. G. Overton ve J. Simpson (Edl.), *The Revolting Self: Perspectives on the Psychological, Social, and Clinical Implications of Self-Directed Disgust* (ss. 243-255). Karnac Books
- Powell, P. A., Overton, P. G. ve Simpson, J. (2013). The revolting self: An interpretative phenomenological analysis of the experience of self-disgust in females with depressive symptoms. *Journal of Clinical Psychology*, 70(6), 562-578. <https://doi.org/10.1002/jclp.22049>
- Powell, P. A., Simpson, J. ve Overton, P. G. (2015b). An introduction to the revolting self: Self-disgust as an emotion schema. İçinde P. A. Powell, P. G. Overton ve J. Simpson (Edl.), *The Revolting Self: Perspectives on the Psychological, Social, and Clinical Implications of Self-Directed Disgust* (ss. 1-24). Karnac Books.
- Reba-Harrelson, L., Von Holle, A., Hamer, R. M., Swann, R., Reyes, M. L. ve Bulik, C. M. (2009). Patterns and prevalence of disordered eating and weight control behaviors in women ages 25-45. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 14, e190-e198. <https://doi.org/10.1007/BF03325116>

- Rorty, M., Yager, J. ve Rossotto, E. (1994). Childhood sexual, physical, and psychological abuse. *American Journal of Psychiatry*, 151(8), 1122-1126.
- Rousseau, A. ve Eggermont, S. (2018). Tween television and peers: Reinforcing social agents in early adolescents' body surveillance and self-objectification. *Journal of Research on Adolescence*, 28(4), 807-823. <https://doi.org/10.1111/jora.12367>
- Rozin, P., Haidt, J. ve McCauley, C. R. (2008). Disgust. İçinde M. Lewis, J. M. Haviland-Jones ve L. F. Barrett (Edl.), *Handbook of Emotions* (ss. 757-776). The Guilford Press.
- Rüsch, N., Schulz, D., Valerius, G., Steil, R., Bohus, M. ve Schmahl, C. (2011). Disgust and implicit self-concept in women with borderline personality disorder and posttraumatic stress disorder. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 261(5), 369-376. <https://doi.org/10.1007/s00406-010-0174-2>
- Savaşır, I. ve Erol, N. (1989). Anoreksiya Nervoza Belirtileri İndeksi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7, 19-25.
- Schaefer, L. M., Burke, N. L., Calogero, R. M., Menzel, J. E., Krawczyk, R. ve Thompson, J. K. (2018). Self-objectification, body shame, and disordered eating: Testing a core mediational model of objectification theory among White, Black, and Hispanic women. *Body Image*, 24, 5-12. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.005>
- Simpson, J., Helliwell, B., Varese, F. ve Powell, P. (2020). Self-disgust mediates the relationship between childhood adversities and psychosis. *British Journal of Clinical Psychology*, 59, 260-275. <https://doi.org/10.1111/bjc.12245>
- Smith, N. B., Steele, A. M., Weitzman, M. L., Trueba, A. F. ve Meuret, A. E. (2015). Investigating the role of self-disgust in nonsuicidal self-injury. *Archives of Suicide Research*, 19(1), 60-74. <https://doi.org/10.1080/13811118.2013.850135>
- Smolak, L. ve Murnen, S. K. (2002). A meta-analytic examination of the relationship between child sexual abuse and eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 31(2), 136-150.
- Stasik-O'Brien, S. M. ve Schmidt, J. (2018). The role of disgust in body image disturbance: Incremental predictive power of self-disgust. *Body Image*, 27, 128-137. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.08.011>
- Svaldi, J., Griepenstroh, J., Tuschen-Caffier, B. ve Ehring, T. (2012). Emotion regulation deficits in eating disorders: a marker of eating pathology or general psychopathology? *Psychiatry Research*, 197(1), 103-111.
- Şar, V., Öztürk, E. ve İkikardeş, E. (2012). Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeğinin Türkçe uyarlamasının geçerlilik ve güvenilirliği. *Türkiye Klinikleri*, 32(4), 1054-1063. <https://doi.org/10.5336/medsci.2011-26947>
- Talmon, A. ve Ginzburg, K. (2018). "Body self" in the shadow of childhood sexual abuse: The long-term implications of sexual abuse for male and female adult survivors. *Child Abuse & Neglect*, 76, 416-425. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.12.004>
- Tavolacci, M. P., Grigioni, S., Richard, L., Meyrignac, G., Déchelotte, P. ve Ladner, J. (2015). Eating disorders and associated health risks among university students. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 47(5), 412-420. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2015.06.009>

- Tiggemann, M. (2011). Mental health risks of self-objectification: A review of the empirical evidence for disordered eating, depressed mood, and sexual dysfunction. İçinde R. M. Calogero, S. Tantleff-Dunn ve J. K. Thompson (Edl.), *Self-Objectification in Women: Causes, Consequences, and Counteractions* (ss. 139-159). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12304-007>
- Troop, N. A., Treasure, J. L. ve Serpell, L. (2002). A further exploration of disgust in eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 10(3), 218-226. <https://doi.org/10.1002/erv.444>
- Tylka, T. L. ve Hill, M. S. (2004). Objectification theory as it relates to disordered eating among college women. *Sex Roles*, 51(11), 719-730.
- Üzümcü, E. (2022). Duygusal istismar ile yeme bozuklukları arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin rolüne ilişkin bir derleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 25(49), 27-45. <https://doi.org/10.31828/tpy1301996120220221m000044>
- Watson, L. B., Matheny, K. B., Gagne, P., Brack, G. ve Ancis, J. R. (2013). A model linking diverse women's child sexual abuse history with sexual risk taking. *Psychology of Women Quarterly*, 37(1), 22-37. <https://doi.org/10.1177/0361684312454535>
- Webb, J. B., Fiery, M. F. ve Jafari, N. (2016). "You better not leave me shaming!": Conditional indirect effect analyses of anti-fat attitudes, body shame, and fat talk as a function of self-compassion in college women. *Body Image*, 18, 5-13. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.04.009>
- Williams, T. L. ve Gleaves, D. H. (2003). Childhood sexual abuse, body image, and disordered eating: A structural modeling analysis. *Journal of Trauma & Dissociation*, 4(4), 91-108. [https://doi.org/10.1300/J229v04n04\\_07](https://doi.org/10.1300/J229v04n04_07)
- Wolf, N. M. ve Elklit, A. (2020). Child maltreatment and disordered eating in adulthood: a mediating role of PTSD and self-esteem? *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 13, 21-32. <https://doi.org/10.1007/s40653-018-0224-x>
- Yağmurcu, Y. ve Tosun, L. P. (2018). Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 6(13), 225-255. <https://doi.org/10.7816/nesne-06-13-01>
- Yıldırım, A. ve Bahtiyar, B. (2022). Öz tikslenme ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kendini gizlemenin aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 37(90), 44-53. <https://doi.org/10.31828/tpd1300443320191125m000045>
- Ypsilanti, A., Lazuras, L., Powell, P. ve Overton, P. (2019). Self-disgust as a potential mechanism explaining the association between loneliness and depression. *Journal of Affective Disorders*, 243, 108-115. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.09.056>

## **The Role of Self-Disgust and Body Shame in the Association between Childhood Trauma and Disordered Eating Attitudes among Women: A Serial Model Examination**

### **Summary**

Eating disorders are one of the most common health problems, especially among adolescents and young women (Tavolacci et al., 2015). Although the role of childhood trauma on eating symptomatology has been widely established (Kessler et al., 2007), further knowledge of maintaining factors is valuable to developing preventive and therapeutic interventions. The current study examined emotional mechanisms, particularly self-disgust and body shame, in the association between childhood trauma and disordered eating attitudes. Self-disgust is characterized by stable disgust-related experiences toward one's own behavior, physical appearance, or overall characteristics (Overton et al., 2008). Body shame has been conceptualized within the self-objectification framework, which refers to individuals, especially women, perceiving themselves as an object to please others and evaluating themselves based on physical appearance (Fredrickson & Roberts, 1997). The present study aimed to investigate the mediating role of self-directed disgust and body shame in the relationship between childhood trauma and maladaptive eating attitudes.

The study was conducted with 397 volunteered women aged 18 to 25 ( $M = 21.89$ ,  $SD = 2.11$ ) using convenience sampling. Most participants were single (96.5%), university students, or graduates (63.7%), and had middle socioeconomic status. The calculated body mass index of the participants ranged between 14.87 and 34.60 ( $M = 21.58$ ,  $SD = 2.96$ ). Most participants had never applied to a dietitian for their weight (85.6%), but they wished to be thinner than their current state (62.7%). The data was collected with online administration of the Childhood Trauma Questionnaire, Self-Disgust Scale – Revised Form, Objectified Body Consciousness Scale, and Eating Attitudes Test.

The results of the correlation analysis yielded positive relationships among childhood trauma, self-directed disgust, body shame, and disordered eating attitude, as expected. The serial mediation model was tested with regression analysis using the bootstrapping method through Model 6 of PROCESS macro for SPSS (Hayes, 2022). The findings indicated that both self-disgust and body shame independently and together fully mediated the association between childhood trauma and maladaptive eating attitudes. In other words, childhood trauma significantly and positively predicted both self-disgust and body shame, which, in turn, increased self-disgust and body shame significantly predicted an increase in maladaptive eating attitudes.

The current findings point to the role of two intense emotional experiences in the predisposition of childhood trauma for later-life eating problems. It is reasonable to suggest that prevention strategies focusing on self-esteem (O’Dea, 2004), self-compassion (Breines et al., 2014), adaptive coping strategies (Bloks et al., 2004), and emotion regulation skills (Holmqvist Larsson et al., 2020) which are all highlighted as important protective factors in problematic eating patterns, can also be effective in alleviating self-directed disgust and body shame. Furthermore, treatment plans covering the assessment of a patient’s early trauma experiences and related symptoms, problems, and emotions rather than targeting only symptoms are assumed to be more effective (Brewerton, 2007). Therefore, future studies examining comprehensive models, including self-disgust and body shame, may contribute to more informative case conceptualizations and the development of effective treatment plans.



## Araştırma Makalesi

## Giysilere Yüklenen Anlamlar ve Giyinmede Tekrarlı Davranışlar: Fenomenolojik Bir İnceleme

Arzu EVECEN<sup>1\*</sup>, Sinem BALTACI<sup>2</sup>, Birsen ÇİLEROĞLU<sup>3</sup>, Ezginur ÇELİK<sup>2</sup><sup>1</sup> Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sanat Tasarım ve Mimarlık Fakültesi, Tekstil ve Moda Tasarımı Bölümü, Çankırı, Türkiye<sup>2</sup> Yalova Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Yalova, Türkiye<sup>3</sup> Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Sanat ve Tasarım Fakültesi, Moda Tasarımı Bölümü, Ankara, Türkiye

## Makale Bilgisi

## Öz

## Anahtar kelimeler:

giysinin anlamı,  
giysi ile ilgili  
tekrarlı  
davranışlar,  
giyinme ile ilgili  
deneyimler

Giysiler, tarih boyunca insanların temel ısınma ve korunma ihtiyaçlarını karşılamının yanı sıra sosyal ilişkilerde önemli bir rol oynamış, toplulukları ayırt etme ve kişisel farklılıkları yansıtmaya işlevi görmüştür. Yapılan araştırmalar, giysi seçimlerinin sosyal algı üzerinde etkili olduğunu, bireylerin giysileri aracılığıyla bilinçli veya bilinçsiz olarak karşıya bir mesaj ilettiklerini göstermektedir. Giysi tercihleri, bireylerin sosyal algısını ve sosyal ilişkilerini önemli ölçüde etkileyen unsurlar olarak öne çıkmaktadır. Bu nedenle giysilerin birey için anlamının ve bireyin giyinme davranışlarının derinlemesine incelenmesi, kendisi ve toplumla olan ilişkisini anlamada kritik bir rol oynayacaktır. Bu çalışmanın amacı, bireylerin giysilere yüklediği anlamı ve tekrarlayan giyinme davranışlarını derinlemesine incelemektir. Bu amaçla, giyinmeye dair tekrarlı davranışları olduğunu belirten altı katılımcı ile yarı yapılandırılmış görüşmeler yürütülmüştür. Görüşmelerin tamamı yazıya dökülmüş, kodlanmış ve yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz ile incelenmiştir. Analiz neticesinde, katılımcıların giysilere yüklediği anlamların hem kişisel hem de toplumsal bağlamlarda çeşitlilik gösterdiği görülmüştür. Giysiyle ilgili tekrarlayan davranışlar satın alma, kullanma, temizleme, giyinme-soyunma ve saklama gibi alanlarda belirginleşmiştir. Satın almada tekrarlayan davranışlar, mantıksal ve duygusal seçim alt temalarına sahipken; kullanımda tekrarlar, sabitlik/ısrar ve değişkenlik/esneklik alt temaları etrafında şekillenmiştir. Temizlikte tekrarlar, yeni satın alınan giysilerin veya kullanılan giysilerin yıkanmadan giyilmemesi; giyinme-soyunmada tekrarlar sağ taraftan başlayarak giyinme-soyunma ile alt bedenden başlayarak giyinme, üst bedenden başlayarak soyunma; saklamada tekrarlar ise giysinin kullanım yeri, türü, mevsim ve renk temalarında ortaya çıkmıştır. Bu bulgular, giysilerin kişisel ve toplumsal alanda farklı anlamlar taşıdığı ve giysiye dair tekrarlı davranışların oldukça farklı biçimde deneyimlendiğini göstermiştir. Elde edilen bulgular, psikolojik ve kültürel faktörler ışığında tartışılmıştır.

## Abstract

## Keywords:

the meaning of  
clothing,  
repetitive behaviors  
related to clothing,  
experiences related  
to clothing

Clothing has played a significant role in meeting people's basic needs for warmth and protection and social interactions, distinguishing communities, and reflecting personal differences. Research indicates clothing choices impact social perception by conveying messages through their clothes. Clothing preferences emerge as factors significantly influencing individuals' social perceptions and relationships. Therefore, it is believed an in-depth examination of the meaning of clothing for individuals and their dressing behaviors will play a critical role in understanding one's relationship with oneself and with society. This study investigated the meaning of clothing and the experiences of recurring clothing behaviors. For this aim, semi-structured interviews were conducted with six participants reporting repetitive clothing-related behaviors. All interviews were transcribed, coded, and analyzed by Interpretive Phenomenological Analysis. As a result of the analysis, it was found the meanings attributed to clothes varied in personal and social contexts. Repetitive behaviors emerged in purchasing, using, cleaning, dressing-undressing, and storing. While in purchasing, recurring behaviors had subthemes of logical and emotional choices, repetitions in using had subthemes of stability/insistency and variability/flexibility. Repetitions in cleaning included washing newly purchased or used clothing before wearing them; repetitions in dressing and undressing, dressing and undressing starting from the right side and dressing starting from the lower body, undressing beginning from the upper body; repetitions in storing had subthemes of place of use, type, season, and color. These findings showed clothing carried different meanings in personal and social realms, and clothing-related recurring behaviors were experienced differently. The results discussed considering psychological and cultural factors.

\*Sorumlu Yazar, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Uluyazı Kampüsü, Sanat Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Binası Kat:1/Çankırı  
e-posta: arzuevecen@karatekin.edu.tr

DOI: 10.31682/ayna.1531964

Gönderim Tarihi (Received): 12.08.2024; Kabul Tarihi (Accepted): 18.09.2024

ISSN: 2148-4376



## **Giriş**

Giysiler, tarih boyunca insanın sadece ısınma ve korunma ihtiyacını karşılamakla kalmamış, aynı zamanda toplumsal kimlik oluşturma ve bireysel farklılıkları yansıtmaya işlevi görerek sosyal ilişkilerin önemli bir parçası haline gelmiştir. Giysiler; kabileleri, toplulukları veya grupları birbirinden ayırt etmeye, sınıflaşmaya veya takım oluşturmaya katkı sağlarken gruplar içerisindeki kişisel-özel farklılıkları yansıtan ipuçları da sunabilmektedir. Bu yönüyle giysilerin çeşitli ortamlar, durumlar ve koşullar içinde hem kişisel hem toplumsal ifadenin bir parçasına dönüştüğü belirtilebilir. Giysilerin kişinin öznelliğini yansıttığı konusunu Morris “Her giysi onu giyen kişi hakkında genellikle çok incelikli bir hikâye anlatır” şeklinde ifade etmektedir (aktaran Adotey ve diğerleri, 2016).

Giysilerin bir mesaj sunduğu varsayımından yola çıkarak giysi seçiminin sosyal algı ile ilişkisi sıklıkla bilimsel araştırmalara konu olmaktadır. Adotey ve diğerleri (2016), kişilerle ilk karşılaşmada, giydikleri kıyafetlerin bir mesaj içerdiğini, ilk görüntü-imağın karşıdaki kişiye bir mesaj verdiğini belirtmiştir. Bu mesajı, bireyin giysi tercihleri aracılığıyla bilinçli veya bilinçsiz bir şekilde, diğerlerine ilettiği belirtilmiştir (Johnson ve diğerleri, 2002). Lightstone ve diğerleri (2011) ise yürüttükleri çalışmada öğrencilerin, resmi olmayan veya yarı resmi kıyafet giyen yükseköğretim elemanlarını, resmi kıyafet giyenlere göre daha az güvenilir algıladıklarını bulmuştur. Öğrencilerle ilgili eğitimcilerin görüşlerini inceleyen çalışmada ise Behling (1995) eğitimcilerin öğrencilerin zekâsı, akademik yeteneği ve davranışlarına ilişkin görüşlerinin öğrencilerinin giyiminden etkilendiğini belirtmektedir. Gille-Knauf ve Mittag (2008) kız öğrencilerin muhafazakâr (conservative) ve kışkırtıcı (provocative) kıyafetlerini inceleyerek, kıyafetler ile zekâ algısı arasında bir ilişki raporlamaktadır. Buna göre, Gille-Knauf ve Mittag’ın bulguları, kışkırtıcı giyinen kadınların muhafazakâr giyinenlere göre daha az zeki (to be less intelligent) olarak algılandığını göstermiştir.

Ortama uygun giysi satın alma ve giysi kullanımına bakıldığında, bireylerin iş yerinde giymeleri beklenen giysiler ile onların giymeyi tercih ettikleri giysiler arasındaki uyumsuzluk sonucunda hissedilen durumu rahatsızlık görünüm emeği olarak tanımlanmıştır (appearance labor; Peluchette ve diğerleri, 2006). Görünüm emeğini özellikle hayatının geçiş döneminde olan ve rol karmaşası yaşayan bireylerin (örneğin üniversitede okurken bir işte çalışma) deneyimlediği bilinmektedir (Kang ve diğerleri, 2011). Hem üniversite öğrencisi hem de mesleğini icra eden bir bireyin hangi rolüne yönelik giysi satın aldığı ve bu yolla hangi rolünü diğerlerine gösterme eğiliminde olduğu bu duruma bir örnek olarak verilebilir. Kang ve diğerleri (2011) yürüttükleri çalışmada, iş kimliği, görünüm emeği ve giysi satın alma davranışları arasındaki ilişkiye odaklanmışlardır. Araştırmacılar, iş yeri kimliğinin güçlüğünden (salience) ziyade iş kimliğine dair tamlik hissetmeyen çalışanların işe daha

uygun giysi satın alarak kendilerini tam hissetmeye çalıştıklarını belirtmişlerdir. İş deneyimi daha az olanların daha çok olanlara kıyasla iş yerine uygun giysiler kullanmakta zorlandıkları çünkü bu bireylerin diğer kimliklerinin daha baskın olabileceği ifade edilmiştir. Araştırmacılar, ek olarak, işe uygun giysi kullanım motivasyonunun yalnızca işe uygun sıfatlara (örneğin profesyonelizm, güvenilirlik, sorumluluk sahibi olma) sahip olduğunu göstermek olmadığını; bireylerin iş ortamında kendilerini daha iyi hissetmek için de bu şekilde seçimler yaptıklarını bulmuşlardır (Kang ve diğerleri, 2011). Diğer bir deyişle giysiler, sadece diğerlerinin bireye yönelik algısını etkilemekle kalmayıp hedonik bir amaca da hizmet etmektedir.

Öte yandan, giysi ile ilişkili araştırmaların farklı perspektiflerden de ele alındığı görülmüştür. Örneğin, giysi nesnesi konusu, satın alma veya pazarlama alanında bireylerin tercihlerini etkileyen faktörlerin incelendiği çalışmalara daha sık konu olmaktadır. Çetin (2018) giysi satın alma davranışında bireylerin ekonomik şartlarına ve fiyat/performans olarak uygun olan ürünlere yöneldiklerini gösterirken; Ağaç ve Solak (2016), giysi satın almada bireylerin çevrimiçi platformlara da yöneldiklerini vurgulamıştır. Okutan ve diğerleri (2013) ise yenilikçi ve kompulsif satın alma eğiliminde olanların farklı satın alma davranışları gösterdiklerini bulmuştur. Bu çalışmaya göre, kompulsif şekilde satın alma eğiliminde olan bireylere kıyasla daha keşifsel/yenilikçi satın alma tarzı olanlar daha riskli seçimler yapmaya ve plansız ve hedonik şekilde giysi satın almaya eğilimlidir. Catalani ve Chung (2005) ise ikinci el kıyafet koleksiyoncularının ve vintage<sup>1</sup> kıyafet pazarlayanların ikinci el kıyafetlere yönelik duygusal bir bağ geliştirdiklerini belirtirken, Meyer (2001) sürdürülebilir giysi pazarlamının şirketlerin ekonomisine olan etkisini göstermektedir.

Alanyazın incelendiğinde giysi ve giyinme davranışı ile ilgili çalışmaların sıklıkla iletişim, moda ve pazarlama perspektiflerinin amaçları içerisinde incelendiği görülse de sosyolojik ve psikolojik bir yaklaşımla da incelenmesinin önemi açıktır. Giysi yalnızca bir nesne olmaktan ziyade, kişinin kendi ve toplumla ilişkilenebilmesinde aktif bir rol oynayan araç olarak işlev görmektedir. Bu bağlamda, insanın doğasını anlamaya çalışan, insanın kendisi ve diğerleri ile ilişkilenebilmesini ortaya koymayı amaçlayan çalışmalar için giysilerin önemli bir inceleme konusu olduğu görülmektedir. Bu yönüyle, giysilerin anlamını ve giysi davranışlarını derinlemesine incelemek, birçok disiplin için kapsamlı bir kavrayış ortaya koyacaktır. Buradan hareketle, mevcut araştırmanın temel amacı, bireylerin giysiye yükledikleri anlamı ve giyinmeyle ilişkili tekrarlanan davranış deneyimlerini derinlemesine incelemektir. Sözü edilen tekrarlı davranışlar, herhangi bir patolojik durumla ilişkilendirilmeksizin, yalnızca bireylerin

---

<sup>1</sup> Vintage: (ing, vintage) “Özellikle belirli markaların üretildikleri tarihe ait, kullanılmış kıyafetlerinin gündeme gelip, yeniden kullanıma alınması” (Ermert, 2019) olarak tanımlanmaktadır.

herhangi bir ortamda veya durumda belirli bir süredir var olan ve alışkanlık biçiminde tekrar eden (aynılık) davranışını birden fazla sergileme durumları için kullanılmıştır.

Davranış kavramı genel olarak “herhangi bir organizmanın, iç ve dış çevre uyaranlarına karşı verdiği cevapların toplamı” olarak tanımlanmıştır (Şimşek ve diğerleri, 2019). Tekrarlayan davranış özelinde bakıldığında ise bu kavram aynılıkta ısrar, basmakalıp hareketler ve ısrarlı ya da sınırlı ilgi alanları (Jinming ve diğerleri, 2022) olarak ele alınmaktadır. Davranış psikolojisi teorilerine bakıldığında, klasik koşullanma (Pavlov, 1904) ve ödül-ceza sistemiyle (Skinner, 1953) davranış öğrenilmektedir. Bu davranışların alışkanlık haline gelmesinde ise bilişsel sistemler rol oynamakta ve alışkanlık haline gelen davranışlar artık bilinçli bir seçim olmaktan çıkıp otomatik bir yanıt haline gelmektedir (Aarts ve diğerleri, 1998). Bu otomatik yanıtın bir amacı olması, bu yanıt sonucunda bir ödül alınması ve davranış-ödül ilişkisinin imgelenmesinin alışkanlık oluşumunda oldukça önemli olduğu bilinmektedir (Aarts ve diğerleri, 1998). Bu şekilde otomatik yapılan davranışlar, bir karar verilmesi gerektiğinde bilişsel yükü azaltmakta ve bireye zaman kazandırmaktadır. Giysi özelinde bakıldığında, bireylerin kendilerini yansıtan giysileri seçip zamanla kendi “stillerini” oluşturdukları ve giysiye dair tekrarlı davranışlarla hayatlarını kolaylaştırdıkları söylenebilir. Bu kapsamda, mevcut çalışmada kişilerin giysi ile ilişkili deneyimleri ve davranış kalıpları derinlemesine incelenecek ve öne çıkan tekrarlı davranış kalıpları belirlenecektir. Bu derinlemesine inceleme ile giysiye yüklenen anlamlar ve giysi hakkında davranışsal deneyimler hakkında detaylı bir bakış açısı ortaya konulacaktır. Dolayısıyla bu çalışmanın, giysi ve giysi modası odaklı araştırmaların yanı sıra psikoloji ve sosyoloji disiplinleri başta olmak üzere insan odaklı araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

## **Yöntem**

Bu bölümde araştırmanın deseni, örneklem ve katılımcılar, veri toplama aracı, veri toplama yöntemi, verilerin analizi konuları ele alınmıştır.

### **Araştırmanın Deseni**

Bu araştırma, nitel bir metodoloji olan yorumlayıcı fenomenolojik analiz (YFA, Interpretative Phenomenological Analysis - IPA) üzerine yapılandırılmıştır. Van Manen’a göre (1990) fenomenolojik araştırma, yaşanmış olan deneyimlerin incelenmesini içerir. Fenomenolojik araştırmayı karakterize eden ilk şey de her zaman araştırmanın yaşam dünyasında başlamasıdır. Fenomenoloji çalışmaları, gündelik deneyimlerimizin doğası ve anlamı hakkında daha derin bir anlayış geliştirmeyi amaçlar. Mümkün olan her türlü insan deneyimi (olay, oluş, vaka, nesne, ilişki, durum, düşünce, duygu, vb.) fenomenolojik sorgulama

için bir konu olabilir. Fenomenolojiyi bu kadar büyüleyici kılan şey, sıradan bir deneyimi, onu günlük varoluşumuzdan kaldırıp fenomenolojik bakışımızla tuttuğumuzda oldukça sıra dışı hale getirme eğiliminde olmasıdır. Yaşadığımız hayatın belirli bir anının anlamını merak etmek, temel fenomenolojik soruya dönüşebilir: “Bu deneyim neye benziyor?” (Van Manen, 2007). Öyleyse fenomenolojik yaklaşım, belirli bir olgunun ne anlama geldiğini ve nasıl deneyimlendiğini anlamaya gayret eder (Van Manen, 1990). Böylece insanın tecrübelerini nasıl gerçekleştirdiği ve betimlediği üzerine yoğunlaşır (Patton, 2014).

YFA, felsefi köken olarak fenomenoloji, hermenötik ve idiyografiyle ilişkili olup (İlerisoy, 2023), katılımcıların kişisel ve sosyal dünyalarını nasıl anlamlandırdıklarını ayrıntılı olarak keşfetme amacıyla belirli deneyimlerin, olayların ve durumların katılımcılar için taşıdığı anlamlar üzerine odaklanmaktadır. Bu metodoloji, katılımcının yaşam dünyasının ayrıntılı incelenmesini içermesi açısından fenomenolojiktir ve kişisel deneyimi keşfetmeye çalışır. Nesnenin veya olayın kendisinin nesnel bir ifadesini üretme girişiminin aksine, bir bireyin nesne veya olaya ilişkin kişisel algısı veya açıklamasıyla ilgilenir (Smith ve Osborn, 2004).

Söz konusu araştırmada aşağıda yer alan sorulara yorumlayıcı fenomenolojik analiz yöntemi ile cevap aranmıştır:

- Kişiler giysilere nasıl bir anlam yüklemektedir?
- Giysilerin kullanımına yönelik tekrarlanan davranışlar nelerdir?
- Giyinme davranışlarında tekrar eden deneyimler nasıldır?
- Bu deneyimler karşısında ne hissedilmiştir?

### **Örnekleme ve Katılımcılar**

YFA’da amaçlı ve homojen bir örneklem oluşturmak (Smith ve Osborn, 2007) önemlidir. Amaca uygunluk, incelenen konu ve inceleme sorusunun cevabını verecek olan örneklem grubuna karar vermek üzerinedir (Sarı, 2022). Bir başka deyişle amaçlı örneklemede (purposive sampling) araştırmadaki amaca katkı sağlayıcı olduğu düşünülen kişilerin örneklem grubuna dahil edilmesi söz konusudur (Aziz, 1994). Bu karar neticesinde olabildiğince homojen olacak bir örneklem seçilerek araştırılan deneyimin belirli açıdan birbirine benzeyen bir grup üzerinde incelenmesi sağlanır. Söz konusu deneyimi yaşamış olan, bazı özellikleri benzer ve homojen bir grubun seçilmesine özellikle önem verilir (Sarı, 2022). Burada önemli olan nokta, belirlenen örneklemin hangi amaç ve kapsam doğrultusunda seçildiğinin net olarak açıklanmasıdır. Örneklem kriterleri her araştırmada amaç doğrultusunda belirlenir. Örneklem sayısının belirlenmesi konusunda ise Smith ve Osborn (2004) YFA analizinde 5 ila 6 katılımcının uygun olduğunu belirtmektedir. Sarı (2022) sadece

katılımcı sayısının değil, analiz edilen görüşme sayısının ve derinliğinin de dikkate değer olduğunu vurgulamaktadır.

Amaçlı örnekleme yöntemi kapsamında, kendi giysilerine yönelik farklı ortam ve durumlara göre tekrarlı davranışlarının bulunduğunu belirten katılımcılar bu araştırmanın örnekleme grubu olarak belirlenmiştir. Giysiler üzerine odaklanan bu çalışmada, yaş, cinsiyet ve iş deneyimi (Türk kültüründe ev hanımı-çalışan kadın ayrımıyla) gibi faktörlerin farklı sonuçlar doğurabileceği öngörülmüştür. Yapılan çalışmalarda cinsiyet etkisine bakıldığında çoğu kültürde erkeklere kıyasla kadınların giyime ve moda daha fazla ilgi gösterdikleri (Fettahoğlu, 2008) ve güven duydukları, markalara karşı daha fazla bağlılık/ilişki geliştirdikleri (Özdemir ve Tokol, 2008) bulunmuştur. Ev hanımı ve çalışan kadınların giysi seçimleri incelendiğinde çalışan kadınların serbest zamanlarında daha sık sıradan kıyafetler tercih ettikleri ancak ev hanımlarının serbest zamanlarında daha sık moda uygun kıyafetler seçtiği sonucuna ulaşılmıştır (Yajiri ve diğerleri, 1994). Görüldüğü üzere giysi seçimi birçok faktörden etkilenmektedir. Bu sebeple, homojen bir grup oluşturmak amacıyla, araştırmanın örnekleme kriterleri 30 ila 60 yaş arasında olan, iş hayatında önceden bulunmuş veya şu anda bulunan kadın katılımcılar olarak belirlenmiştir. Araştırma planı aşamasında, örnekleme sayısı 5 ile 8 arasında belirlenmiş ve veri doygunluğuna ulaşıldığında, 6 katılımcı ile yapılan görüşmelerle araştırma tamamlanmıştır. Katılımcılar, gönüllülük esasıyla araştırmaya katılmış olup bilgileri aşağıdaki gibidir:

Tablo 1.

#### *Katılımcıların Demografik Bilgileri*

<b>Katılımcı Numarası</b>	<b>Katılımcı Kodu</b>	<b>Yaş</b>	<b>Meslek</b>
1	K1	60	Akademisyen
2	K2	40	Akademisyen
3	K3	36	Akademisyen
4	K4	43	Akademisyen
5	K5	43	Öğretmen
6	K6	37	Hizmet Sektörü

#### **Prosedür**

Bartın Üniversitesi etik kurulundan alınan onayın ardından “giysi ile ilişkilerinde tekrarlı giysi davranışlarının, bu davranışları nasıl deneyimlediklerinin, bu deneyimlerin kişilerde uyandırdığı duygu durumunun ve giysilere yükledikleri anlamların” inceleneceği bir araştırma daveti oluşturulmuştur. Bu çağrıya yanıt veren ve tekrarlı giysi davranışları olduğunu beyan eden gönüllü katılımcılarla görüşmeler planlanmıştır. Her bir katılımcıya bireysel görüşmeler başlamadan önce araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğunu ve elde edilecek bulguların kişisel veriler gizli tutularak bilimsel amaçlarla

kullanılacağıının bilgilendirmesi yapılmıştır. Görüşmeler, katılımcıların kendilerini rahat hissedebilecekleri ortamlarda (ev-işyeri) gizliliği korumak adına üçüncü bir kişi olmaksızın yüz yüze yapılmış ve ses kayıtlarına alınarak arşivlenmiştir. Toplamda 6 katılımcı ile yürütülen görüşmelerin ses kayıtları, her bireyin soruları cevaplama süresi, katılımcının kendi düşünce süresine göre değişiklik göstererek toplamda 1 saat 20 dakika 26 saniye sürmüştür. Kayıtların deşifreleri yapılırken özel kurum ve marka isimleri, duygu ifade sesleri (gülme vb.), kekelemeler, anlamı olmayan tekrarlar (şey) ve sesler (hmm, eee) araştırmaya aktarılmamış, bunların dışındaki cümleler düzeltme yapılmaksızın birebir olarak yazıya aktarılmıştır. Katılımcıların kimlik bilgilerini korumak adına her bir katılımcı K1, K2, K3, K4, K5 ve K6 ile kodlanmıştır.

### **Veri Toplama Aracı**

Alanyazında fenomenolojik yöntemle yapılmış araştırmalar incelendiğinde veri toplama araçlarının derinlemesine ve çoklu mülakat (Creswell, 2023), görüşme, gözlem, odak grup görüşmeleri ve doküman incelemeleri (Kıral, 2021) gibi tekniklerle yapıldığı görülmektedir.

Görüşme tekniği, bir konuya ilişkin hazırlanan sorulara yönelik ilgili kişi (ler) den bilgi almaktır (Aziz, 1994). Yarı yapılandırılmış görüşmelerde görüşme soruları “incelenen deneyimin detaylı tarif edilmesine olanak sağlayacak” ve “söz konusu deneyimin katılımcılar tarafından anlamlandırılma biçimlerini ortaya çıkaracak açık uçlu” sorulardan oluşturulmaktadır (Ar-Karcı, 2022).

Bu araştırmada veri toplama tekniği olarak yarı yapılandırılmış bireysel görüşme formu kullanılmıştır. Bu doğrultuda araştırmanın görüşme soruları araştırmacıların geliştirdiği sorulardan oluşmaktadır. Araştırmada üç pilot uygulama yapılmış ve bu uygulama neticesinde görüşme sorularına yeni revizyonlar getirilmiştir. Sonrasında düzenlenmiş sorular (örneğin “Giyinmenin anlamı size nedir?”, “Yeni bir giysiye sahip olduğunuzda onu ilk olarak nasıl kullanmaya başlarsınız?”, “Giysinizi muhafaza ederken neler sizin için önemlidir? Bununla ilgili hangi davranışları sergilersiniz?”, “Giysilerinizi giyerken düzenli yaptığınız bir davranışınız var mı? Var ise bunlar neler?”, “Peki bu durum size ne hissettiriyor?...” ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

### **Verilerin Analizi**

Araştırmada tüm görüşmelere ait ses kayıtlarının transkriptleri çıkarılmıştır. Bu ses kayıtları araştırmacılar tarafından tekrar okunarak metinler üzerine notlar alınmış ve kodlamalar yapılmıştır. Kodlamalardan sonra alt ve üst temalar belirlenmiş, karşılaştırılmış ve ortak temalar gruplandırılmıştır. Temaların oluşturulmasında fenomenolojik yaklaşıma dayalı

olarak katılımcıların cevapları doğrultusunda tümevarımsal metodoloji uygulanmıştır. Alınan cevaplarda “çoğunlukla, sıklıkla, genellikle, hep, sürekli, her daim, her zaman, mutlaka, kesinlikle” gibi ifadeler özellikle tekrarlı davranışları betimleyen sözcükler olarak değerlendirilmiştir.

## Refleksivite

Bu çalışma, moda tasarımı alanında olan ilk araştırmacının, kişilerin giysilere yükledikleri anlam ve tekrarlı giyinme davranışları ile giyside anlam ve davranış ilişkisine dikkat çekmesi üzerine başlatılmıştır. İkinci araştırmacı klinik psikolog olmasından ve obsesif kompulsif yapılanma ile ilgili çalışmaları bulunduğundan araştırmaya davet edilmiş, çalışmanın psikoloji perspektifinden, nitel bir yöntem ile ele alınmasını sağlamıştır. Çalışmanın üçüncü araştırmacısı moda tasarımı alanında araştırmacı olup araştırmanın yapılandırılması süreçlerine katkı sağlamıştır. Çalışmanın dördüncü araştırmacısı ise klinik psikolog olmasından ve tekrarlı davranışlara (örneğin bozulmuş yeme davranışları) yönelik çalışmaları bulunmasından araştırmaya dahil edilmiştir. Bu sayede, giysiye dair anlamların ve tekrarlı davranışların hem moda hem de psikoloji perspektifinden derinleştirebileceği düşünülmüştür.

## Sonuç

Bu araştırmada, katılımcılar ile yapılan yarı yapılandırılmış görüşmelerin analizi sonucu ortaya konulan üst ve alt temalar aşağıdaki tabloda sunulmuştur (Tablo 2). Her bir tema başlığının altında yürütülen analiz altı örnekleri ile açıklanmıştır.

Tablo 2.

### Üst ve Alt Temalar

Üst tema	1. düzey alt tema	2. düzey alt tema	3. düzey alt tema
Giysiye dair anlamlar	Kişisel alanda anlam		
	Toplumsal alanda anlam		
Giysiye dair tekrarlı davranışlar	Satın almada tekrarlı davranışlar	Mantıksal seçimler	İhtiyaca göre
		Duygusal seçimler	Bireye uygunluğuna göre
	Kullanımda tekrarlı davranışlar	Sabitlik/ısrar	Tarzı yansıma
		Değişkenlik/esneklik	Duygusal bağ Giysinin enerjisi
Temizleme tekrarlı davranışlar	Yeni almanları yıkamadan giymeme		

Tablo 2. devam

	Hemen hemen her kullanımdan sonra yıkama
Giyinme – soyunmada tekrarlı davranışlar	Sağ taraftan başlayarak giyinme – soyunma
	Alt bedenden başlayarak giyinme – üst bedenden başlayarak soyunma
	Düz taraftan giyinme – soyunma
Saklamada tekrarlı davranışlar	Kullanım yerine göre
	Türüne göre
	Mevsime göre
	Renge göre

## 1. Giysiye Dair Anlamlar

Çalışmanın amacına paralel olarak giysilerin bireyler için sahip olduğu anlam araştırılmıştır. Bu aşamada giysilerin bireyler için kişisel ve toplumsal alanda farklı anlamlar taşıdığı görülmüştür. Katılımcılar kişisel alanda giysilerin kimliği/kişiliği yansıttığını, giysilerin kişiye özgü bir enerji taşıdığını, toplumsal alanda ise bireylerin statü, dini tercih, sosyal ortam gibi faktörlerde kıyafetlerin belirli anlamlar ifade ettiğini belirtmişlerdir.

**1.1. Kişisel Alanda Anlam.** Katılımcılar kişisel alanda giysilerin kimliklerini ve kişiliklerini yansıttığından aşağıdaki alıntılarda söz etmektedirler:

*K1: Giyinmek yalnızca örtünmek değil, benim için. Tüm düşüncelerimi, yaşama bakış açımı, sevdiğimi her şeyi yansıtarak birleştirmek. Hatta bunun içine girdiğimde üzerimde taşıdığım da sadece giyindiğim değil takılar saç rengim ayakkabıma kadar baştan aşağıya beni yansıtmasını istiyorum.*

*K3: ....Beyaz giydiğimde daha temiz, daha iyi enerjide hissediyorum. Tercih etmediğim renk de kahverengi. Kahverengi giydiğimde de kendimi böyle çok hasta, yorgun böyle olumsuz, yaşlı böyle o kötü hissediyorum kahverengi giysi renginde.*

*K5: Kişinin kendi iç dünyasını yansıttığını düşünüyorum... Canlı renkler, sıcak renkleri tercih ederim sıklıkla. Kişiliğimi, enerjimi yansıtıyor benim için. Bej, nude kullanmam çok soluk çünkü o renkler, enerjimi tüketiyor.*

*K6: ....Ayrıca giysilerim benim için kesinlikle önemlidir. Başka insanlarla paylaşmayı sevmem. Onlar bana özel ve benim ruh halimi yansıtıyorlar. ...Mavi de aynı şekilde ben beni daha çok canlılık geliyor gibi hissediyorum maviyi kullandığımda. Aslında ben şöyle düşünüyorum, kıyafetlerin, insanların enerjilerini çok etkilediği. Ve yeşil renk bana huzur veriyor. Mavi de enerji veriyor bana göre.*

**1.2. Toplumsal Alanda Anlam.** Katılımcıların büyük bir çoğunluğu giysinin toplumsal alanda statü, dini tercih, sosyal ortam gibi faktörlerle belirli anlamlar ifade ettiğini belirtmişlerdir.

*K2: Giyinmenin anlamı benim için öncelikle gidilecek mekâna göre giysilerin değiştiğini biliyoruz. Dolayısıyla giysilerin anlamı var. Benim için de giyim iş hayatı ve sosyal hayat*



olarak değişiyor ve anlam kazanıyor. Karşımdakini de giysisine göre değerlendirebiliyorum. Ona dair bir ön yargım oluşuyor. Dediğim gibi şıklık ve saygınlık oluşturabiliyor.

K3: Hani mesela yemek yemek için bir yere gitmeyi planlarız ya da işte bugün şunu yiyeyim diye bir şeyler planladığımız gibi ben de yapacağım her eylem için ne giyeceğimi planlarım....

K4: ....Giyinmenin anlamı tabi ki her şeyden önce toplumsal şeylerden dolayı, gerekliliklerden dolayı, tabi ki örtünme...

K5: Giyinmenin anlamı statüyü belli ediyor aslında kıyafet.

K6: ...örtünmek, kapatmak, güzel görünmek...

## 2. Giysiye Dair Tekrarlı Davranışlar

Giysilerin anlamının yanında, giysilere ait belirli konularda tekrarlı davranışların ortaya çıktığı görülmüştür. Bu tekrarlı davranışlar, giysileri satın almada, kullanımda, temizlemede ve saklamada tekrarlı davranışlar olarak belirlenmiştir.

**2.1. Satın Almada Tekrarlı Davranışlar.** Katılımcıların giysileri satın alırken mantıksal ve duygusal faktörlere göre seçimler yaptığı görülmüştür. Mantıksal seçimler, giysiye ihtiyaç duyulduğu için ve bireye uygun olduğu (bütçesine, statüsüne vb.) için satın almayı ifade etmektedir. Duygusal seçimler ise kıyafeti yalnızca almış olmak için, rahatlamak için, kıyafet almayı fırsat olarak gördükleri için satın almayı ifade etmektedir.

### 2.1.1. Mantıksal seçimler

Katılımcıların satın alma davranışlarında gösterdiği tekrarlı davranışlar, mantıksal seçimlere dayanmaktadır. Mantıksal seçimler ihtiyaca göre ve giysinin bireye uygunluğuna göre yapılan seçimler olarak belirmiştir.

**2.1.1.1. İhtiyaca göre.** Katılımcılar ihtiyaç duyduklarında giysi satın alma davranışına yöneldiklerini belirtmişlerdir. Örneğin, katılımcılardan bir tanesi bu yönelimini (K4) “...Muhakkak ihtiyaca göre de tabi... Ortamlara göre işte..., bir düşün olur, bir şey olur, ona göre hazırlık işte yeni parçalar alınabiliyor.” şeklinde; bir diğer katılımcı ise (K6) “...Genelde ihtiyacım olduğunda giysi satın almayı tercih ediyorum...” şeklinde ifade etmişlerdir.

**2.1.1.2. Bireye uygunluğuna göre.** Katılımcılar giysileri seçme nedenlerinden birisi olarak giysilerin onların bedenlerine ve bütçelerine uygun olmasını belirtmişlerdir.

K2: ....Bedenime uygun olması benim için önemli her zaman. Çünkü beden olarak üst omuzları geniş ve basenleri geniş biriyim. Dolayısıyla ince belli olduğum için her kıyafet olmuyor ve ten rengime de uygun olması gerektiğini düşünüyorum...

*K4: ... mesela beden ölçüsünde tam bedenime uyan, kalıpları bedenime uyan şeyler var, bazı mağazalar var. Genellikle ona...dikkat ederim....*

*K5: Yakışması ve bedenime uygunluğu önemli. Yani sevdiysem beğendiysen alıyorum. Hatta beğendiğim bir giysinin farklı renklerinden en az 2 tane alırım. Fiyatı da çok önemli. Bütçemi sarsmamalı...*

*K6: ...Bedenime yakışacak, beni hoş gösteren kıyafetleri almayı tercih ediyorum. Giysilerin moda ya da marka olması benim için hiç önemli değil... O yüzden cinsiyetime ve bedenime uygun giysileri almak her zaman birinci seçeneğim olur.*

### **2.1.2. Duygusal seçimler**

Katılımcıların satın alma davranışı etkileyen bir diğer faktör, duygusal olarak yaptıkları seçimlerdir. Katılımcılar, bir giysiye sahip olmak istedikleri, bir giysiyi beğendikleri, o giysinin içinde kendilerini rahat ve güçlü hissettikleri ve o giysiyi kaçırılmaması gereken bir fırsat olarak gördükleri için satın alma davranışı gerçekleştirdiklerini ifade etmişlerdir.

*K1: Dikkatimi çeken, hoşuma giden....*

*K3: Yani her hafta alabilirim sanki çok sıkırım ben giysi (den) genellikle her hafta alıyorumdur.... Bir statü vermesine önem gösteririm ya da onu giydiğimde daha güçlü, daha temiz bir görünüm sağlayıp sağlamayacağına dikkat ederim...*

*K4: ...Bazen hiç hesapta olmayan şeyleri alıyorsun, bazen de hoşuna giden şeyleri alıyorsun.....hani üzerinde rahat olması kendini rahat hissettirmesi gün içinde yormayacak hani atıyorum etek boyudur, vesairedir böyle çekiştirmeyeceğin, daha çok hani rahat olmasına dikkat ederim...*

*K5: ... Beğendiğim ve bana yakışacağını düşündüğüm bir kıyafet varsa hele bir de indirim girdi ise mutlaka alırım.*

**2.2. Kullanımda Tekrarlı Davranışlar.** Giysi kullanımında katılımcıların sabitlik/ısrar ve değişkenlik/esneklik gösterdiği görülmüştür.

### **2.2.1. Sabitlik/Israr**

Katılımcıların bazı giysilerinin kendi tarzını yansıtmasından, giysiler ile duygusal bağ kurmalarından ve giysilerin enerjisi olduğuna inanmalarından ötürü belirli kıyafetleri kullanmada ve/veya kullanmamada sabitlik/ısrar gösterdikleri görülmüştür.

**2.2.1.1. Tarzı yansıtma.** Katılımcıların birkaçında tarzlarını yansıttıkları için belirli kıyafetleri kullanmada sabitlik/ısrar gösterdikleri belirlenmiştir.

*K1: (kullanım yerine göre giysi tercihleri farklılık) Göstermiyor. Her yerde benzer şeyleri giyiyorum...*

*K4: Aslında çok göstermez (kullanım yerine göre giysi tercihleri farklılık). Genellikle hani hep aynı tarz giyinmeyi severim.*

**2.2.1.2. Duygusal bağ.** Katılımcıların çoğu belirli kıyafetleri giydiklerinde daha güçlü ve güvende hissettikleri için bazı kıyafetlerden vazgeçemediklerini belirtmişlerdir.

*K2: Genel olarak zor beğenen biri olduğum için giysilerim ile duygusal bağ kurabiliyorum. Özellikle anısı olan bazı kıyafetlerim var dolabımda. Dolayısıyla onlardan vazgeçemiyorum. Ne kimseye verebilirim o kıyafetlerimi ne de çok sık kullanmasam da hatta hiç kullanmadığım bir ceketim var ve onu dolabımdan atamıyorum. Böyle bir ona, o ceketime karşı bir takıntım var. Ne vazgeçemiyorum ne giyebiliyorum ne de atabiliyorum. (O giysi) benim annemden kaldı...*

*K3: Evet, hatta böyle iki tane spor ceketim var. Onları nerdeyse her ortamda giymeye ve hani böyle çok alakasız şeyler olduğunda bile onları yanımda taşımaya dikkat ediyorum. Üstüme giymesem bile o gün mutlaka yanıma alıyorum. En azından ortamda giyemediğimde bile çıktığımda giymeye çalışıyorum. Çünkü onları giydiğimde daha güçlü ya da daha kendimmiş gibi hissediyorum. Manevi olarak da çok böyle onlarla bir duygusal bağım var gibi.*

*K3: Aynı yani biraz önce bahsettiğim şey aslında duygusal bir bağım var. ...İkisini de sanki onları giydiğimde daha kendimmiş gibi hissediyorum. O yüzden bulunmak istemediğim ya da böyle daha ciddi beni sıkan geren böyle tedirgin olacağım bir ortamsa bile orada giymesem de dediğim gibi çıktığımda onları giyip yine kendim gibi hissedebiliyorum. O gücü kendimde bulmuş oluyorum onlara genelde her yerde taşıyorum öyle yani arabaya falan mutlaka koyuyorum.*

*K4: Özellikle hani sosyal ya da kültürel ve duygusal bağım çok oluyor. Yani bir parçayı mesela çok severek aldysam çok severek kullanıyorsam paralanana kadar giyerim. Paralanana kadar, üstümden dökülene kadar ... giyerim, delik deşik olana kadar. Ya çok sevdiğim bir parçaysa kolay kolay vazgeçemem atamam öyle söyleyeyim...Hani üstümden yüz kere de görse ben onu yine giyerim çünkü seviyorumdur yani. O konuda biraz ... takıntılıyım. Eğer çok sevdiğim bir parçaysa.*

*K5: Var, Siyah atlet giymeden çıkamam asla. İlla siyah renk olması gerekiyor başka renk giyemem. Çok uzun zamandır böyle. Alışkanlık, hep tercihim böyle. Daha güvende hissederim kendimi...Giysilerimi yine kimselere vermem. Onlarla duygusal bir bağ kurarım. Kıyafetlerim bana aittir.*

*K6: Duygusal ve dini bağım var. Vücudumun çok açık olmamasını seviyorum çünkü o şekilde huzurlu oluyorum....*

**2.2.1.3. Giysinin enerjisi.** Kıyafetlerin enerji verdiğine inandıklarından katılımcıların hepsi özellikle belirli birkaç renkte kıyafet kullanmada sabitlik/ısrar gösterdiklerini belirtmişlerdir.

*K1: Birçok rengi çok seviyorum ama gri ve kahverenginin dışında. İçinde böyle grilik içeren bir renk varsa onları sevmiyorum, giymiyorum. Yani içinde ışık ağırlıklı, ışığı yüksek renkleri seviyorum, canlı. (Gri ve kahverengi) Çok nötr, kişilik olarak beni yansıtmıyor, rahatsız ediyor ya o nötrlük, herhangi bir değere oturmuyor, renk değiller zaten ne artıdalar ne eksideler, ortada bir yerdeler. Bende öyle biraz uçlarda olduğum için o nötrlüğü sevmiyorum, belirsizliği sevmiyorum. G: Renkli giydiğinizde K1: Kendimi iyi hissediyorum.*

*K2: Gri vazgeçilmez rengim grinin her tonu ve de. Her rengin grisi diyebilirim ama özellikle siyah, beyaz ve gri tonları vazgeçilmez renklerim... Bir takıntı haline geldi ama 4 yıldır neredeyse 4-5 yıldır bu halde tek rengin çeşitliliğini tercih ediyorum. Kendimi daha yüksek hissediyorum... Siyah tepeden turnağa siyah, gri ise tepeden turnağa gri tercih ediyorum...Evde de siyah giyiyorum genel olarak. Siyahı tercih*

ediyorum. Daha şık hissediyorum kendimi siyahın içinde. G: Evde de öyle? K2: Evet ve daha rahat hissettiriyor bana bu duygu... Ama mesela giymediğim renkler var. Kırmızı mesela asla giyemiyorum. Yılbaşı özel bir gün tamam bir kullanıyorum belli bir aksesuar ya da böyle bir kazağım var sadece mesela onu dikkat ettim, tek bir kazağım var kırmızı 3 yıldır onun üzerine başka kırmızı hiçbir şey almadım. Kırmızıya karşı bir antipatim var evet çok canlı renklere turuncu olabilir bu, mor olabilir. Yani kullanmadığım renkler. (Canlı renkler) Çok dikkat çeken renk olarak beni rahatsız ediyor yani. Hadi bugün bunu giyeyim diye çıktığım zaman evden huzursuz oluyorum. Kendimi iyi hissetmiyorum...

K3: Beyazı özellikle çok tercih ederim. Hatta bir şeylerin böyle beyaz serisini almaya çok yatkınım. Beyaz giydiğimde daha temiz, daha iyi enerjide hissediyorum. Tercih etmediğim renk de kahverengi. Kahverengi giydiğimde de kendimi böyle çok hasta, yorgun böyle olumsuz, yaşlı böyle, kötü hissediyorum kahverengi giysi renginde.

K4: Gri tonları, mavi tonları, siyah mesela, kullanırım çok. Severek alırım ve giyerim. Genellikle yumuşak pastel renklerdir ama dediğim gibi arada bir çılgınlığım tutuyor işte böyle cart maviler, kırmızılar, yeşiller o tür şeyleri de seviyorum...Tercih ettiklerim herhalde griler ve maviler en tercih etmediklerim de aslında hiç de denemedim öyle bir şey ama mesela sarı tonları. Düşünüyorum şu an gardırobunda herhalde sarı tonunda pek bir şey yok. Bir tane eteğim var...Ya açıkçası hani tercih ettiğim renkler olduğu için sürekli kullandığım renkler olduğu için kendim gibi hissettiriyor yani. Sanki böyle hani üzerine bir şey geçiriyormuşsun gibi değil de senin zaten bir parçanmış gibi hissettiriyor. O yüzden belki de hani alışıktığım ya da işte gardırobunda olmayan şeyler renkleri giydiğimde belki hani rahatsız oluyorumdur.

K5: Canlı renkler, sıcak renkleri tercih ederim sıklıkla. Kişiliğimi, enerjimi yansıtır benim için. Bej, nude kullanmam çok soluk çünkü o renkler, enerjimi tüketiyor.

K6: Ben bej rengini hiç sevmiyorum, çünkü birincisi ten rengime kesinlikle uymuyor. Beni ölü gibi gösteriyor. İkincisi bej rengi bana ölümü hatırlatıyor. Böyle bilmiyorum toprağa hatırlatıyor. Hiçbir zaman da kullanmadım. Yani çocukluğumda bile kullanmamışım hatırladığım kadarıyla. Yeşille mavi tonlarını çok seviyorum. Yeşil, yeşil bana sakinlik veriyor, huzurlu hissettiriyor, dinginlik veriyor. Mavi de aynı şekilde ben beni daha çok canlılık geliyor gibi hissediyorum maviyi kullandığımda. Aslında ben şöyle düşünüyorum, kıyafetlerin, insanların enerjilerini çok etkilediği ve yeşil renk bana huzur veriyor. Mavi de enerji veriyor bana göre.

### 2.2.2. Değişkenlik/Esneklik

Katılımcılar, kıyafet kullanımının girdikleri ortama göre değiştiğini ifade etmişlerdir.

K1: ...yani çok özel bir düğün, eğlence ortamıysa biraz daha farklı şeyler giydiğim oluyor evet, yakınum, yakınlık durumuma göre. G: Yani bu durumda kullanım yerine göre giysi tercihleriniz farklılık gösteriyor diyebilir miyiz? K1: Evet, küçük bir anlamda diyebiliriz.

K2: Özellikle okulda farklı bir bakış geliyor, hayatımızda bakış geliyor. Daha rahat bütün gün aynı kıyafetle olduğum için çok dar kıyafet kullanmak istemiyorum. Rahat kıyafetler tercih etmeyi uygun görüyorum. Bir de tabii ki de iş yaşamımda çok fazla dikkat çekici ya da frikik vereceğim kıyafetler giymek istemiyorum. Eril bir toplumdaki yaşıyoruz çünkü. Dolayısıyla bunlar dikkat ettiğim şeyler olabiliyor.

K3: ..ama tabii ki hani iş yerinde biraz daha resmi giysilerimin de bulunmasına dikkat ederim.

K5: Gündelik ve iş hayatımdaki giysiler farklıdır tabii her zaman. Yine özel günlerdeki kıyafetlerimi daha frapan tercih ediyorum.

*K6: Tabii ki de farklılık gösterir. Mesela bir düğün davetine katılacaksam orda daha sık giyinmeyi tercih ederim ama günlük hayatımda genelde spor giyinmeyi tercih ediyorum.*

**2.3. Temizlemede Tekrarlı Davranışlar.** Giysi temizliğinde katılımcıların hiç giyilmemiş (yeni alınan) ve kullanılmış giysilere göre tekrarlı davranışları olduğu görülmüştür. Katılımcıların yeni alınmış giysileri yıkamadan giymedikleri belirlenirken, kullanılmış giysileri hemen hemen her kullanımdan sonra yıkadıkları görülmüştür.

### **2.3.1. Yeni alınanları yıkamadan giymeme**

Katılımcıların hepsinin yeni aldıkları kıyafetleri giymeden önce onları yıkamaları gerektiğine inandıkları görülmüştür.

*K1: Yani çok temiz olduğunu düşünsem bile mutlaka yıkarım. Ütülerim. Ondan sonra rahatlıkla giydiğimi düşünüyorum.*

*K2: Yıkamasam giyemem onu ya da giydim diyelim mağazada alırken denemem gerekti aldım, giydim. Onu eve gelince yıkamam gerekir, ütülerim gerekir ve benim de duş almam gerekir. Eve gelir gelmez.*

*K3: Hemen yıkıyorum. Hemen yıkayarak kullanırım. Asla bir şeyi böyle yıkamadan kullanmam ama yani kullanmak zorunda olduğum bir durum olursa da ki çok nadir. Hani bir şey dökülür .... Ama yıkamadan giyemem.*

*K4: Tabii ki yıkayarak. Hani hijyenik koşullardan ötürü yıkamayı tercih ederim açıkçası... Hiç, bir kere bile giymem o haliyle. Bir de yani hijyenik sebeplerin yanında o giysinin üzerinde bir koku oluyor ya böyle bir kimyasal şeyi oluyor kokusu oluyor. Onu da çok tercih etmediğim için kesinlikle yıkamadan giymem.*

*K5: Hemen yıkarım. Yıkamadan giymiyorum hijyen için ya da artık uzun süre alışkanlık mı? Etiketini söküp ondan sonra yıkarım, sonra giyerim.*

*K6: Şöyle, yıkamadan kesinlikle giymem çünkü bu ürün üretilirken benden önce kimler denedi, nasıl dikildi, ne şartlarda boyandı ya da benden önce kimler denedi? Bu benim için çok önemli. Onu gelince kesinlikle yıkayıp o şekilde giyerim...*

### **2.3.2. Hemen hemen her kullanımdan sonra yıkama**

Katılımcıların hepsi yeni alınan kıyafetlerde olduğu gibi bir kıyafeti hemen hemen her kullanımdan sonra yıkamaları gerektiğine inanmaktadırlar.

*K1: Yani çok sık yıkıyorum yani dışarıdan geldiğimiz bir giysiyi, dışarıdan geldiğim giysiyi ayırıyorum. Eğer yani kendim için bir terlilik ya da herhangi bir koku hissetmiyorsam, kirlenmediğini düşünüyorsam 1-2 kere daha giyeceğim bir yerde duruyor ama çoğunlukla yıkıyorum. Ev ya da dışarıyı fark etmiyorum. Çoğunlukla her kullanımda.*

*K2: Yani dışarıdan gelip eve geldiğimde her defasında yıkıyorum ama bu hani uzun süreli bir yıkama programı olmuyor...Dolayısıyla ama illaki bir sudan geçmesi gerekiyor o kıyafetin.... Lise çağlarından beri başlamıştır herhalde ortaokul lise çağlarından beri bu (yıkama davranışı) böyle... Genelde evde de olsa 2 günde bir mutlaka değiştiriyorum.*

*K3: Giysilerimi sürekli yıkarım, çok uzun yıllardır yani kendimi bildim bileli bu şekilde devam ediyordum. Okul zamanlarımda da sürekli yıkamaya çalışırdım. Dışarıdan geldiğimde hemen yıkarım aslında şey, birçok zaman bunun çok titizlikle alakalı bir şey oldu. Temizlik takıntım olduğunu düşünmüştüm ama aslında öyle değil yani. Temizliğinden emin olsam bile o başka bir enerji yani giysiye giydim. O gün onun enerjisini tükettim ve onun yıkanıp yeniden sıfır bir enerjiyle başlaması gerekiyor gibi hissediyordum. Öyle olduğunda yani sanki o günün getirilerini ya da götürülerini giysi yanında taşıyormuş gibi geliyor ama yıkanıp yeniden giydiğimde yeni bir gün yeni bir giysi sıfırdan başlıyormuşum gibi oluyor...*

*K4: Her kullanımda yıkarım. Yani atıyorum, tişört pantolon da olsa atıyorum iç çamaşır çorap da olsa her giydiğimde muhakkak akşam o bir makineye atılır, ikinci kez asla giymem yani çok böyle hani mecbur kalacağım belki seyahatte bir şeyde olacağım da. Dışarıdan geldiğim zaman hemen yıkarım. O yüzden çabuk eskirler... Evdekiler de aynı şekilde hani atıyorum işte pijamaydı, sabahlıklı vesaireydi sıklıkla yıkarım en az ya en fazla 2 gün giyerim bir pijamayı. Dışarıdan geldiysen muhakkak her gün yıkanır. (Bu davranış) Ezelden beri. Çocukken de öyleydim yani.*

*K5: Ev kıyafetlerimi haftada 3 kez en az yıkarım. Her duştan sonra mutlaka yıkarım kullandığım giysilerimi bir daha giymem duştan sonra. Dışarıdaki giysilerimi ise havalandırır bir kez daha giyerim onu ama eğer lekeliyse ikinci kez giymem, hemen yıkarım onu da. Temizlik açısından da dışarıdaki kıyafetlerimle evde dolaşmam gelir gelmez çıkarırım üstümden zaten.*

*K6: Şöyle dışarıdan geldiğim kıyafetlerimi kesinlikle dışarıdan gelir gelmez çamaşırhane atarım. Bununla kanepenin üstünde oturmam, evde dolaşmam hiçbir şekilde yatağımın üstüne oturmam. O kıyafetler ben dışarıdan geldiğim zaman çamaşır sepetine gider onların çünkü temiz olmadığını düşünüyorum. O yüzden onlarla hiçbir işimi yapmam. Şöyle evde kullandığım giysilerimi de 2 günde bir duş aldığım zamanlarda komple değiştiririm yani hani mesela diyelim çorabım kalsın ya da iç çamaşırım kalsın falan değil, komple şekilde kesinlikle değişecek. Böyle şeylerim vardır kesinlikle.*

**2.4. Giyinme-Soyunmada Tekrarlı Davranışlar.** Katılımcıların giyinme ve soyunma davranışlarında belirli örüntüleri takip ettikleri görülmüştür.

#### **2.4.1. Sağ taraftan başlayarak giyinme-soyunma**

Katılımcıların çoğunun giysilerini giyerken sağ veya soldan giyme konusunda hassasiyet gösterdikleri ve bu hassasiyete uymadıklarında olumsuz duygular deneyimledikleri görülmüştür.

*K2: Genelde kıyafetin önce sağ kol, sağ ayak şeklinde giymeye özen gösteriyordum... Bu hep böyle. Herhalde kültürel dini öğelerin de bizim bilinçaltımızda işlenmesiyle alakalı olabilir. O gün başıma kötü bir şey gelmemesi adına sağ ayakla giyerim mesela ayakkabıyı da sağ ayakla sağ üzerimi sağ kolumu geçiririm, ilk önce sağ bacağımla önce pantolonumu giyerim mesela önce sağ tarafı bu evet tercih ediyordum... Solla giysem de bir bismillah çekiyordum ya da çıkarma gereği duyuyordum. Hayır, bugün önemli bir işim var benim sağ tarafımla giymem gerekiyor deyip çıkarıyorum o kıyafeti. Tekrar sağla giymek için evet... G: Huzursuz mu hissediyorsunuz? K2: Evet huzursuz hissediyordum ama bak bugün sol tarafımda giymiştim de bunu yapmamıştım deyip bu yüzden başıma bu geldi diye bir kendimi örgütlenme halim var...*

*K3: Sağ tarafımdan giymeye çalışıyorum. Sağ tarafımdan giymezen özellikle ayakkabıyı falan da mutlaka sağ ayak giyip adımlama çalışıyorum. Bazen şey*

diyorum, hani bunlara aldırma bu tarz batıl inançların olmasın diye mesela soldan giyip devam etmeye çalıştığımda içim rahat etmiyor. İllaki bir noktada çıkarıp tekrar giyiyorum bir şekilde. Genellikle hep sağ taraftan, hatta genellikle değil her zaman hep sağ taraftan giyinmeye çalışıyorum. G: Bu durum sizde ne hissettiriyor? K3: Ashnda kötü hissettiriyor yani çok takıntılı hissettiriyor ama dediğim gibi kendimi durduramıyorum, kötü şeyler olacaktı gibi. Yani böyle kötü bir şey başıma gelecekti gibi hissediyorum yapmadığımda.

K5: Ben hep sağ taraftan giyinmeyi tercih ediyorum. Eğer unuttuysam kesinlikle çıkarım yeniden giyerim. Uğursuz olacağını, işimi rast gitmeyeceğine inanıyorum. Çok huzursuz olurum.

K6: Şöyle giysilerimi giyerken sağ taraftan giymeye kesinlikle dikkat ediyorum. Çünkü bunun dini açılan o dini açıdan önemli olduğunu öğrendim. Öğrendiğim zamandan beri de bu hep benim artık yaşam biçimim haline geldi. Sağ taraftan giyiyorum çünkü o zaman daha huzurlu hissediyorum kendimi...

#### **2.4.2. Alt bedenden başlayarak giyinme-üst bedenden başlayarak soyunma**

Katılımcılar giysilerini giyerken veya çıkarırken giyinmeye alt beden, soyunmaya ise üst beden bölgelerinden başladıklarını belirtmişlerdir.

K2: ... önce alt mesela pantolon işte iç çamaşırı olsun, önce altımı giymeyi tercih ediyorum...Bu herhalde dediğim gibi, toplumsal, dini öğelerin bilinçaltımıza işlenme durumu olabilir. Utanma, ayıp gibi kavramların bize işlemeyle işlenmesiyle alakalı bir durum bence... İşte güven duygusu önce bedeninin alt tarafını örtmek. Önce üst bedenimi çıkarıyorum yine aynı şekilde.

K5: Alt kıyafetinden giyinmeye başlarım. Sanırım daha pratik olduğunu düşündüğüm için de olabilir...Hep üst giysimi çıkarırım. Atletle tişörtümü ya da üst giysimi iç çamaşırımla birlikte çıkarım.

K6: ...şöyle de bir durum var, giysi giyerken kesinlikle alt taraftan giyinmeye başlıyorum. Çünkü alt tarafım açık olduğunda çıplak olduğumu hissediyorum. Alt tarafımı hemen giyer giymez, pantolon olsun, eşofman olsun örtündüğümü düşünüyorum.

#### **2.4.3. Düz taraftan giyinme-soyunma**

Katılımcıların giysilerini giyerken veya çıkarırken giysinın ters veya düz görünümüne karşı çeşitli tekrarlı davranışlar geliştirdikleri belirlenmiştir.

K1: Çıkarırken ters çıkarmam hiçbir zaman. Elbiseleri aşağıdan yukarıya doğru çıkarıp düzgün, ters değil düz bir şekilde çıkarıp ya asıyorum ya yıkamaya atıyorum... Aşağıdan yukarıya çıkarsam da düzgün tutmaya çalışırım. Ters döndürmem hiç, döndüyse de düzeltirim. Toplarken de eğer ters atıldıysa makineye onu bir şekilde düzelterek koyuyorum.

K3: Giysilerimi çıkarırken genellikle dış yüzeyinin içe gelmesine dikkat ediyorum. Ters çıkarıyorum. Yani temizlik ve gene o böyle dışarının enerjisini içinde tutmasını amaçlıyorum böylelikle.

K5: ...Atletimi, çorabımı eğer ters giydiysen çıkarır, tekrar düzünü giyerim.

*K6: ...Asla ters şekilde de giymem, kıyafetlerimi öyle de bir durumum vardır. Ters giydiğim zaman bu iç çamaşırı da dahi olsa her ortam ne olursa olsun bunu değiştirip tekrar aynı haline düz haline getiririm. Giysilerimi hep düz tarafından giymeye dikkat ediyorum. Yani onu gördüğüm an kesinlikle değiştiririm.*

**2.5. Saklamada Tekrarlı Davranışlar.** Giysileri saklarken katılımcıların giysilerin kullanım yerine, türüne, giyildiği mevsime ve renklerine göre tekrarlı saklama davranışları olduğu görülmüştür.

### **2.5.1. Kullanım yerine göre**

Katılımcıların giysilerini kullanım yerlerine göre sakladıkları görülmüştür. Örneğin,

*K5: “..Gündelik kıyafetlerim en alt raftadır.” Şeklinde K6 ise “Şöyle benim dolabımı açtığım zaman dışarıda giyeceğim kıyafetler bir taraftadır. Evde kullandığım kıyafetler bir taraftadır... Özel alan ve sık kıyafetlerimi askıya koyarım.” şeklinde tekrarlı davranışlarını ifade etmişlerdir.*

### **2.5.2. Türüne göre**

Katılımcıların giysilerini türlerine göre bir arada sakladıkları ve bunlarla ilgili tekrarlı davranışları olduğu görülmüştür.

*K1: Örneğin yelek, ceket gibi şeyler, bazı pantolonlar kırıkmaması gereken hepsi belli bir yerdedir. Bluzler ütülü ve askılı bir şekilde ama bazı penye ve benzeri kolay katlanıp kaldırılması gereken yerlerde dolaplarda, raflarda üst üste...*

*K2: Mesela askı kıyafetlerim bellidir, ütülenmiş kıyafetler askıda olur. Yani günlük kullanıma dair penye, tişört gibi şeyler rafta olur dürülmüş bir şekilde ama onlar da kendi içinde siyah beyaz, gri olarak ayrılmıştır. Pantolonlarım en altta olur. Hep en altta olmasını isterim. Tek kat dürmek kaydıyla onlar da aynı şekilde gri, siyah beyaz olarak üçe ayrılmıştır pantolonlarda.*

*K3: ...biçimine göre ayırıyorum. Pantolonları ayrı, üst bedeni ayrı, şort ayrı, etek ayrı gibi orada çok dikkat etmiyorum açıkçası.*

*K4: ...mesela işte gardıropta ya da işte odada raflarda hep işte pantolonların, şortların yeri bellidir. Tişörtlerin işte mesela sıraya koyarım işte gömlekler, tişörtler atıyorum, kazaklar kışın gibi onlar hep kümelidir yani bir aradadır.*

### **2.5.3. Mevsime göre**

Katılımcılar giysilerini muhafaza ederken mevsim şartlarına dikkat ettiklerini ifade etmişlerdir.

*K1: ...önce mevsime göre kışlıkları başka bir yere kaldırıyorum. Yazlıklar onun yerine geçiyor...*

*K2: Dolabımda kıyafetler yazlık kışlık olarak ayrılmış durumda...Mutlaka evet kış gelince ya da yaz gelince bu değişikliği yapıyorum. Yazlık kıyafetlerimi kış gelince poşetleyip kaldırıyorum temiz bir şekilde.*

*K3: ...Sezona göre ayırıyorum. Yazlık kışlık şeklinde.*



*K4: ...yazlık kışlık olarak ayırıyorum genelde...İşte kabanlar, kazaklar, vesaireler bir taraftadır...Yaz mevsimindeyse daha çok hani böyle elinin altında olması gereken tişört, şort gibi şeyler daha hani ön taraftadır....*

*K5: Kışlık yazlık ayırım...*

*K6: ...yazlık ve kışlık olarak her zaman ayırım.*

#### **2.5.4. Renge göre**

Katılımcıların, giysileri rengine göre sakladıkları görülmüştür. Örneğin, K1 “.....*giyim sırama göre bazı renkleri de benzer bir şekilde sıralamaya çalışıyorum.*” şeklinde, K2 ise “...*diğerleri (kullanılan giysi) ise renklerine göre ayrılmış bir şekilde dolabıma yerleştiririm.*” şeklinde tekrarlı davranışlarını ifade etmişlerdir.

### **Sonuç ve Tartışma**

Mevcut çalışmanın bulguları, giysinin yalnızca bedeni örtme işleviyle hayatımızda yer almadığını, aynı zamanda giysilere belirli anlamlar yüklendiğini ve giysilere dair tekrarlı davranışlar geliştirildiği görüşünü desteklemektedir. Katılımcıların giysilere yüklediği anlamlar kişisel ve toplumsal düzlemde farklılaşırken, giysiye dair tekrarlı davranışlar satın alma, kullanma, temizleme, giyinme-soyunma ve saklama alanlarında kendini göstermiştir. Satın almada tekrarlı davranışlar, mantıksal ve duygusal seçim alt temalarına sahipken; kullanımda tekrarlar, sabitlik/ısrar ve değişkenlik/esneklik alt temalarına sahiptir. Temizlikte tekrarlar, yeni alınan giysilerin yıkanmadan giyinmemesi ile kullanılmış giysilerin hemen hemen her kullanımdan sonra yıkanması temalarında ortaya çıkarken; saklamada tekrarlar kullanım yerine, mevsime ve renge göre farklılaşmaktadır.

Tekrarlı davranışlar, girici ve istenmeyen bilişlerin verdiği rahatsızlıktan kurtulmak için yapılan kompulsif eylemler olarak tanımlanmaktadır (American Psychiatric Assosication, 2022). Giysi özelinde bu tekrarlı davranışlar satın alma, kullanma, soyunma-giyinme, temizleme ve saklama alanlarında ortaya çıkmıştır. Bu noktalardan bakıldığında tekrarlı davranışların hangi istenmeyen bilişler sebebiyle ortaya çıktığı düşünülmelidir. Özellikle temizlemede görülen tekrarlı davranışlar, Obsesif Kompulsif Bozukluk'ta (OKB) görülen kirlenme obsesyonlarıyla (örneğin bir yere dokunduğunda mikrop kapacağına ve zarar göreceğine dair girici ve istenmeyen tekrarlı düşünceler) ilişkili olabilir. Bunun yanında OKB'de görülen dinsel obsesyonlar (örneğin cehenneme gitmeye dair veya ibadetleri doğru yapıp yapmadığına yönelik girici ve istenmeyen tekrarlı düşünceler) sağ tarafından giyinme ve ilk olarak alt bedeni kapatmaya yönelik giyinme-soyunma tekrarlı davranışlarını açıklar niteliktedir. Giyside görülen bu tekrarlı davranışların psikopatolojilerle olan ilişkisi bu açıdan önemli görülmektedir. Dinsel obsesyonlara ek olarak, dini değerlere fazlaca bağlı olan bir toplulukta yaşamak da bireylerde bu davranışların gelişmesine etki etmiş olabilir. Diğer

dinlere nazaran, Müslümanlıkta sağ elle yemek yemek, sağ ayakla bir yere girmek gibi birçok davranışı sağ yönden başlayarak yapmanın önemli bir değer olduğu bilinmektedir. Bireylerin sağ tarafından giyinmeye başlamaları bununla açıklanabilir. Diğer bir deyişle, psikolojik problemlere ek olarak toplumsal değerlerin de bu tekrarlı davranışlara etki ettiği söylenebilir.

Satın almaya dair tekrarlı davranışlara bakıldığında bireylerin mantıksal ve duygusal nedenler ile satın alma davranışını gerçekleştirdikleri görülmüştür. Mantıksal seçimlerin yanında duygusal seçimler de yapılması giysiye sahip olmanın bireylerin duygudurumlarına olan etkisini gösterir niteliktedir. Bireylerin kasıtlı olarak yapmayı seçtiği eylemlerin mutlu olmanın en verimli yollarından biri olduğu savunulmaktadır (Lyubomirsky ve diğerleri, 2005). Bu açıdan bakıldığında, bireylerin giysi satın almada aktif rol oynadığı ve satın almanın kasıtlı bir eylem olduğu görülmektedir. Buna dayanarak, bireylerin mutlu olmak için satın alma davranışına yöneldiği ve olumlu pekiştirme ile bu satın alma davranışının sürdürüldüğü (Skinner, 1953) söylenebilir. Buna göre, kafein tüketimi (Samar ve Erul, 2022), şekerli yiyecek tüketimi (Match ve Mueller, 2007) ve alkol tüketimi (Cox ve Klinger, 1988) gibi giysi satın alma da (giysi tüketimi de diyebiliriz) bireylerin olumsuz durumlarla başa çıkmak için ortaya çıkardığı tekrarlı davranışlar olarak nitelendirilebilir. Bunu destekler nitelikte, alışveriş bağımlılığı bir bağımlılık olarak güncel araştırmaların konusu olmaya başlamıştır (gözden geçirme çalışması için bakınız Niedermose ve diğerleri, 2021).

Giysiye yüklenen anlamın toplumsal alanlara göre değişmesi, bireylerin giysi kullanımına da etki ediyor gibi görünmektedir. Giysilerin statü, sosyal yaşam gibi alanlara dair anlamlarının olması, giysi kullanımında da bireylerin esnek yada kuralcı davranmalarına yol açıyor olabilir. Mevcut çalışmada görüldüğü üzere giysi kullanımında bireyler girdikleri ortama göre giysi seçimlerinde değişkenlik, diğer bir deyişle esneklik göstermektedir. Psikopatoloji açısından düşünüldüğünde, kişilerin psikolojik esnekliği veya katılığı belirli düzeyde ruhsal sıkıntının olup olmadığını belirleyen önemli bir değişken olabilir (Baird ve diğerleri, 2006; Baltacı ve Küçükkömürler, 2023). Giysilere yüklenen anlamın davranışa etki ettiği bir diğer nokta, kişisel olarak giysinin bireyi yansıttığına inanılması ile giysi kullanımında ve renk seçiminde yapılan tekrarlı davranışlardır. Bireylerin giysilerinin benliklerini yansıttığına ve enerji taşıdığına inandıkları için “olmazsa olmaz” dedikleri, “içlerini yansıtan”, daha “canlı” renkleri kullanmaya ve seçmeye dikkat ettikleri görülmüştür. Yüklenen anlamın davranışa olan etkisi bir diğer konuda da görülmektedir. Giyinmenin “örtünme” olarak anlamlandırılması, sağ yönden giyinme ve alt taraftan giyinme tekrarlı davranışları ile ilişkili olabilir.

Sonuç olarak giysilerin sadece bedeni örtme şeklindeki rasyonel amacı dışında, onlara yüklenen anlamların da önemli olduğu görülmüştür. Yüklenen bu anlamların, giysilere dair tekrarlı davranışların alt yapısını oluşturduğu söylenebilir. Giysi satın alımında, kullanımında,

giyinme-soyunmada, temizlemede ve saklamada görülen bu tekrarlı davranışların kişisel ve toplumsal değerlerden de etkilendiği görülebilir. Dolayısıyla, “giysi” birçok faktörün etkisiyle ortaya çıkan ve çeşitli anlamları içinde barındıran bir nesne işlevini temsil etmektedir. Giysi ile ilişkili tekrarlı davranışların ise hem giysiye verilen anlamlardan hem de psikolojik ve kültürel faktörlerden etkilendiği görülmektedir. Bu araştırmanın giysilerin anlamı ve bu anlam ile bireylerin davranışları arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılmasını sağlaması ve böylece ilgili tüm disiplinlere katkı sunması beklenmektedir.

---

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:**

Yazarlar eşit oranda katkıda bulunmuştur.

**Çıkar Çatışması Beyanı:**

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan etmiştir.

**Finansal Destek Beyanı:**

Yazarlar, bu çalışma için finansal destek alınmadığını beyan etmiştir.

**Etik Kurul Onayı:**

Bu çalışma Bartın Üniversitesi Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından, 17.08.2023 tarihinde 17 sayılı karar ile onaylanmıştır.

---

## Kaynakça

- Aarts, H., Verplanken, B. ve Knippenberg, A. (1998). Predicting behavior from actions in the past: Repeated decision making or a matter of habit?. *Journal of Applied Social Psychology*, 28(15), 1355-1374. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1998.tb01681.x>
- Adotey, A. J., Pongo, A. N. ve Obinnim, E. (2016). The relationship between clothes and first impressions: Benefits and adverse effects on the individual. *International Journal of Innovative Research and Advanced Studies*, 3(12), 229-234.
- Ağaç, S. ve Solak, Ö. C. (2016). Üniversite öğrencilerinin online giysi alışveriş davranışlarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 36, 142-151.
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5. Basım, Rev.). American Psychiatric Association Publishing.
- Ar-Karcı, Y. (2022). Yorumlayıcı fenomenolojik analiz uygulamalarında araştırma sorusu oluşturma ve örneklem seçimi. İçinde T. Gençöz (Ed.), *Psikolojide nitel araştırma yöntemleri: Yaklaşımlar, veri analizi ve uygulama örnekleri* (ss. 19-28). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Aziz, A. (1994). *Araştırma yöntemleri-teknikleri ve iletişimi* (2. Basım). Turhan Kitapevi.
- Baird, B. M., Le, K. ve Lucas, R. E. (2006). On the nature of intraindividual personality variability: Reliability, validity, and associations with well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(3), 512-527. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.3.512>
- Baltacı, S. ve Küçükkömürler, S. (2023). Variability in personality: A Preliminary study on exploring contextualized patterns. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 85(3), 487-493. <https://doi.org/10.7816/Ulakbilge-11-85-02>
- Behling, D. U. (1995). Influence of dress on perception of intelligence and scholastic achievement in urban schools with minority populations. *Clothing and Textiles Research Journal*, 13(1), 11-16. <https://doi.org/10.1177/0887302X9501300102>
- Catalani, A. ve Chung, Y. (2005). *Vintage or fashion clothes? An investigation inside the issues collecting and marketing second-hand clothes* [Yayımlanmamış çalışma makalesi]. University Of Leicester.
- Cox, W. M. ve Klinger, E. (1988). A motivational model of alcohol use. *Journal of Abnormal Psychology*, 97(2), 168-180. <https://doi.org/10.1037//0021-843x.97.2.168>
- Creswell, W. J. (2023). *Nitel araştırma yöntemleri* (3. Basım). Siyasal Kitabevi.
- Çetin, K. (2018). Satın alma davranışlarında kadınların giysi markası tercihlerini etkileyen faktörler. *Uluslararası Turizm Ekonomi ve İşletme Bilimleri Dergisi*, 2(2), 354-366.
- Ermert, E. (2019). *Ansiklopedik giyim-kuşam ve moda sözlüğü* (1. Basım). Hayalperest Yayınları.
- Fettahoğlu, H. S. (2008). *Tüketicilerin satın alma davranışlarında özel markaların tüketici tutumları üzerindeki etkileri* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Gille-Knauf, T. R. ve Mittag, R. M. (2008). Smart and Sexy? Major and Clothing's Influence on Perceptions of Intelligence. *UW-L Journal of Undergraduate Research XI*, 1-9.
- İlerisoy, M. (2023). Yorumlayıcı fenomenolojik analiz. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(46), 509-527. <https://doi.org/10.46298/iticusbe.1176444>
- Jinming, X., Xujun, D., Yao, M., Lei, L., Xintue, H. ve Huafu, C. (2022, 16-18 Aralık). Atypical dynamics of sub-networks predict restricted repetitive patterns of behaviors in children with autism spectrum disorder [Konferans Sunumu]. 9th International Computer Conference on Wavelet

- Active Media Technology and Information Processing (ICCWAMTIP), Chengdu, China. <https://doi.org/10.1109/ICCWAMTIP56608.2022.10016510>
- Johnson, K. P. K., Schofield, A. N. ve Yurchisin, J. (2002). Appearance and dress as a source of information: A qualitative approach to data collection. *Clothing and Textiles Research Journal*, 20(3), 125-137. <https://doi.org/10.1177/0887302X0202000301>
- Kang, M., Sklar, M. ve Johnson, K. P. K. (2011). Men at work: Using dress to communicate identities. *Journal of Fashion Marketing and Management*, 15(4), 412-427. <http://doi.org/10.1108/13612021111169924>
- Kıral, B. (2021). Nitel araştırmada fenomenoloji deseni: Türleri ve araştırma süreci. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 10(4), 92-103.
- Lightstone, K., Francis, R. ve Kocum, L. (2011). University Faculty Style of Dress and Students Perception of Instructor Credibility. *International Journal of Business & Social Science*, 2(15), 15-22.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M. ve Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>
- Macht, M. ve Mueller, J. (2007). Immediate effects of chocolate on experimentally induced mood states. *Appetite*, 49(3), 667-674. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.05.004>
- Meyer, A. (2001). What's in it for the customers? Successfully marketing green clothes. *Business Strategy and the Environment*, 10(5), 317-330. <https://doi.org/10.1002/bse.30>
- Niedermoser, D. W., Petitjean, S., Schweinfurth, N., Wirz, L., Ankli, V., Schilling, H., Zueger, C., Meyer, M., Poespodihardjo, R., Wiesbeck, G. ve Walter, M. (2021). Shopping addiction: A brief review. *Practice Innovations*, 6(3), 199-207. <https://doi.org/10.1037/prio000152>
- Okutan, S., Bora, B. ve Altunışık, R. B. (2013). Keşifsel satın alma eğilimleri ve bu eğilimlerin plansız, kompulsif ve hedonik satın alma tarzıyla olan ilişkilerin incelenmesi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İİBF Dergisi*, 8(13), 117-136.
- Özdemir, E. ve Tokol, T. (2008). Kadın tüketicilere yönelik pazarlama stratejileri. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2), 58- 66.
- Patton, M. Q. (2014). *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri* (3. Basım). Pegem Akademi.
- Pavlov, I. (1904). Physiology of digestion. İçinde F. Nobel (Ed.), *Nobel lectures: Physiology or medicine* (ss. 141-155). Elsevier.
- Peluchette, J. V., Karl, K. ve Rust, K. (2006). Dressing to impress: Beliefs and attitudes regarding workplace attire. *Journal of Business Psychology*, 21(1), 45-63. <https://doi.org/10.1007/s10869-005-9022-1>
- Samar, E. ve Erul, B. (2022). The relationship between caffeine consumption status and happiness levels of students in the faculty of sports sciences. *Journal of Educational Issues*, 8(1), 356-368. <https://doi.org/10.5296/jei.v8i1.19657>
- Sarı, S. (2022). Yorumlayıcı fenomenolojik analiz ile örneklemeden analiz basamaklarına: İnfertilite deneyimi yaşayan kadınların duygusal deneyimleri. İçinde T. Gençöz (Ed.), *Psikolojide nitel araştırma yöntemleri: Yaklaşımlar, veri analizi ve uygulama örnekleri* (ss. 1-16). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior* (1. Basım). Macmillan.

- Smith, J. A., ve Osborn, M. (2004). Interpretative phenomenological analysis. İçinde G. M. Breakwell (Ed.), *Doing social psychology research* (ss. 229–254). Blackwell Publishing, British Psychological Society.
- Smith, J. A., ve Osborn, M. (2007). Pain as an assault on the self: An interpretative phenomenological analysis of the psychological impact of chronic benign low back pain. *Psychology & Health*, 22(5), 517–534. <https://doi.org/10.1080/14768320600941756>
- Şimşek, Ş., Çelik, A. ve Akgemci, T. (2019). *Davranış bilimleri* (10. Basım). Eğitim Kitabevi.
- Van Manen, M. (1990). *Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy* (1.Basım). State University Of New York Press.
- Van Manen, M. (2007). Phenomenology in its original sense. *Qualitative Health Research*, 27(6), 810-825. <https://doi.org/10.1177/1049732317699381>
- Yajiri, S., Takaoka, T., Akane, Y., Oeda, C., Narumi, T. ve Kobayashi, S. (1994). Kadınların normal giyim gerçeği ve psikolojik etkileri. Evli olmayan işçiler, yarı zamanlı ev hanımları ve tam zamanlı ev hanımları arasındaki farklar. *Tekstil Makineleri Dergisi*, 47(2), 38-45. <https://doi.org/10.4188/transjtmsj.47.T38>

## **Meanings Attached to Clothes and Repeated Behaviors in Dressing: A Phenomenological Investigation**

### **Summary**

Clothing is one of the fundamental needs of humans as social beings, and its function is not limited to covering the body. Although clothes were initially perceived as spiritless and static, they have essential clues about one's identity. This becomes more apparent as individuals reflect on their differences within various environments, situations, and conditions, turning clothing into a part of personal expression. From this perspective, clothing-related behaviors should be examined from both fashion and marketing perspectives and sociological and psychological perspectives. However, the number of in-depth psychological studies related to clothing is limited. This research aimed to examine the meaning attributed to clothing and repeated behaviors related to clothing. For this purpose, semi-structured interviews were conducted with six participants aged between 30 and 60 who indicated repeated clothing-related behaviors. All interviews were transcribed, coded, and examined with Interpretative Phenomenological Analysis. The findings showed clothing had different meanings in personal and societal contexts. In personal domains, clothing reflects identity/personality and carries a unique energy for individuals, whereas in the societal domains, clothing carries specific meanings that consider status, religious preferences, and social environment. Besides, there were repetitive behaviors in some areas, such as purchasing, using, cleaning, dressing-undressing, and storing clothes. For purchasing, logical and emotional choices were made. Logical choices included purchasing clothing because of being needed and fitting one's body, while emotional choices involved buying clothes just for the sake of it, for relaxation, and because of seeing it as an opportunity. Moreover, the participants were persistent in using and/or not using certain clothes because of reflecting their style, establishing an emotional bond, and carrying energy, whereas they were flexible in using clothes regarding the setting one is going to. Furthermore, it was observed that the participants did not wear newly purchased clothes without washing them and that they washed them after almost every use. Additionally, specific patterns were followed in dressing and undressing, such as wearing clothes from the right or left side, dressing from the lower body parts, undressing from the upper body parts, and various repetitive behaviors related to the reverse or straight appearance of the clothes. Finally, the participants had repeated storage behaviors considering the place of use, type, season of wear, and colors of the clothes. Since repetitive behaviors were defined as compulsive actions taken to eliminate the discomfort caused by intrusive and unwanted cognitions, it should be considered which unwanted cognitions can lead to these repetitive behaviors. Those behaviors, especially related to cleaning, may be

related to contamination obsessions seen in Obsessive Compulsive Disorder (OCD). Likewise, religious obsessions seen in OCD could explain the repetitive behaviors of dressing on the right side and dressing and undressing primarily to cover the lower body. From a different viewpoint, since it is an important value in Islam to start many behaviors from the right side, the behavior of dressing on the right side at first can be explained. Considering that purchasing behavior is a deliberate action in which individuals play an active role, it can be said individuals may tend to purchase clothes frequently to be happy. This behavior is maintained with positive reinforcement. Repetitive behaviors seen in the use of clothing may be related to the meaning attached to clothing, considering social areas. Having different meanings of clothes in some areas may lead to flexibility in using clothes. Additionally, because clothes reflected one's true self and carried the energy, they tended to use and choose more "vibrant" colors that "reflect their inner selves." The interpretation of dressing as "covering" and its association with the repetitive behaviors of dressing from the right side and dressing from the bottom side was another issue where the meaning of clothing influenced the repetitive behavior. In summary, besides their rational purpose, the meanings attached to clothes were important. These meanings and psychological and cultural factors may form the underlying structure of repeated clothing-related behaviors. This study contributes to a better understanding of the meaning of clothing and its relationship with individuals' behaviors, thereby providing insights for various related disciplines.