

KAHRAMANMARAŞ İSTİKLAL ÜNİVERSİTESİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

Kahramanmaraş İstiklal University
Journal of Psychology

Dergi Sahibi /Journal Owner

Prof. Dr. İsmail BAKAN

Baş Editör /Editor in Chief

Prof. Dr. Hatice Seçil FETTAHLIOĞLU

Editör /Editor

Doç. Dr. Yasin DEMİR

Editör Yardımcısı /Assistant Editor

Arş. Gör. Ramazan KAYGUSUZ

Türkçe Dil Editörü /Turkish Language Editor

Öğr. Gör. Dr. İpek TAŞDEMİR

Öğr. Gör. Dr. Şeyma Nur ZARARSIZ

İngilizce Dil Editörü /English Language Editor

Öğr. Gör. Sibel TOKSÖZ

Mizanpaj /Layout

Semanur DİNİZ AŞÇI

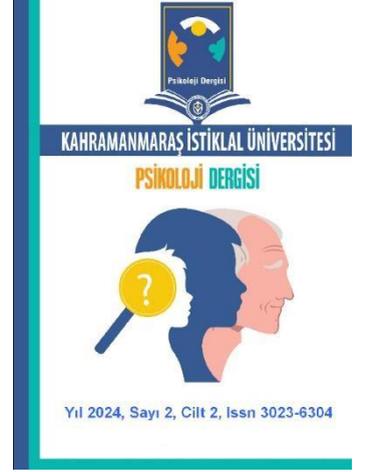
İletişim / Contact

Adres /Address: Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi İnsan ve Toplum
Bilimleri Fakültesi, 46000, Karacasu/Kahramanmaraş

e-mail: psikolojidergisi@istiklal.edu.tr

Cilt / Volume: 2 Sayı / Issue: 2

Aralık/ December, 2024



YAYIN ve DANIŞMA KURULU/ EDITORIAL and ADVISORY BOARD

Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN, cengiz.sahin@hbv.edu.tr, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi

Prof. Dr. Hatice KUMCAĞIZ, haticek@omu.edu.tr, Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Doç. Dr. Gökay KELDAL, gokay.keldal@inonu.edu.tr, İnönü Üniversitesi

Doç. Dr. Pervin TUNÇ, pervin.tunc@istinye.edu.tr, İstinye Üniversitesi

Doç. Dr. Rahmi SAYLIK, r.saylik@alparslan.edu.tr, Muş Alparslan Üniversitesi

HAKEM LİSTESİ/ REVIEWERS

Prof. Dr. Bayram ÖZER, Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Doç. Dr. Esat ŞANLI, Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Doç. Dr. Figen KASAPOĞLU, İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi

Doç. Dr. Kemal ÖZCAN, Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Doç. Dr. Volkan DURAN, Iğdır Üniversitesi

Doç. Dr. Yaşar BARUT, Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Ahmet AYAZ, Hasan Kalyoncu Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Ali KOÇAK, Şırnak Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Dilem DİNÇ, Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Yusuf EMRE, Şırnak Üniversitesi

Dr. Emre Emrullah BOĞAZLIYAN, Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi

Dr. Kenan TAZEFİDAN

TAKDİM/ PRESENTATION

Kıymetli okuyucular,

Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi'nin Aralık sayısına hoş geldiniz. Disiplinler arası bir bakış açısı ile psikoloji biliminin çeşitli alt dallarına ait çalışmalara yer veren dergimiz yayın sürecinin ikinci yılında da özgün çalışmalarla akademik bilgi birikiminin gelişimine katkıda bulunmayı hedeflemektedir. Dergimizin amacı bireysel ve toplumsal problemlerin çözümü için faydalı olabilecek bilimsel çalışmaları siz değerli okuyucularımızla paylaşmaktır.

Dergimizin üçüncü sayısında psikoloji alanındaki gelişmeler, kariyer süreçleri, liderlik, önyargı, şemalar ve farklı disiplinlere ait çalışmaların psikolojik bir perspektiften değerlendirilmesi gibi çeşitli konulardaki çalışmaları okuyucularımıza sunmaktayız.

Dergimizde yayınlanan çalışmaların psikoloji biliminin farklı disiplinlerine ait konuların derinlemesine incelenmesine ve anlaşılmasına katkıda bulunması amaçlanmaktadır. Aralık sayımızın yayınlanmasına bilgi birikimleri doğrultusunda katkı sağlayan tüm yazarlarımıza, hakemlerimize ve editörlerimize teşekkür ediyoruz. Ayrıca, dergimizde yayınlanan çalışmaları takip eden siz değerli okuyucularımıza teşekkürlerimizi sunarız.

Psikoloji biliminin gelişimine yönelik ilgi ve katkılarınız dergimizin gelişmesine olanak sağlamaktadır. Dergimizin üçüncü sayısının siz değerli okuyucularımıza yeni bakış açıları kazandırmasını ve akademik bilgi birikiminin ilerlemesine destek sağlamasını diliyoruz.

Prof. Dr. İsmail BAKAN

Rektör

Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi

EDİTÖRDEN / FROM EDITOR in CHIEF

Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi 2. cilt 2. sayısı ile akademik yayın hayatına devam etmektedir. Bu sayımızda hakem görüşleri çerçevesinde beş makaleye yer verilmiştir. Bu sayıda Senem GÜRKAN, Seçil DURAN ve Volkan DURAN, “Unveiling missing themes: An analysis of gender bias through artificial intelligence assisted bibliometric analysis”, Ahmet GÜNEŞLİCE, Mesut ARGUZ, Özkan GÖK ve Bekir GÜNEŞLİCE “Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi”, Mustafa Tuncer OKUMUŞ “Empatik liderlik”, Merve ÖZ “Obezite ve şemalar: Bir gözden geçirme” ve Oğuzhan AVAN “Dinî deneyim ve müzik ilişkisine psikoloji bakış” başlıklı çalışmaları ile dergimize katkıda bulunmuşlardır.

Bu sayımızda değerli çalışmalarını dergimize ileten yazarlara, bu çalışmalarını titizlikle değerlendirerek önemli katkılarını sunan hakemlere ve okuyucularımıza teşekkürlerimizi sunuyoruz. Dergimize psikoloji alanındaki nitelikli ve özgün çalışmalarını iletmeleri için ruh sağlığı çalışanlarına ve psikoloji bilimine katkı sunmak isteyen alan uzmanlarına çağrıda bulunuyoruz.

Prof. Dr. Hatice Seçil FETTAHLIOĞLU

Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi Baş Editörü

Haziran 2024, Kahramanmaraş

İÇİNDEKİLER/CONTENTS

TAKDİM /PRESENTATION	iii
EDİTÖRDEN /FROM EDITOR in CHIEF	iv
Unveiling missing themes: An analysis of gender bias through artificial intelligence assisted bibliometric analysis <i>Eksik temaların ortaya çıkarılması: Yapay zeka destekli bibliyometrik analiz yoluyla cinsiyetçi önyargının analizi</i> Senem GÜRKAN, Seçil DURAN ve Volkan DURAN.....	1-24
Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi <i>Investigation of the relationship between university students' future visions and career adaptation</i> Ahmet GÜNEŞLİCE, Mesut ARGUZ, Özkan GÖK ve Bekir GÜNEŞLİCE.....	25-42
Empatik liderlik <i>Empathetic leadership</i> Mustafa Tuncer OKUMUŞ.....	43-52
Obezite ve şemalar: Bir gözden geçirme <i>Obesity and schemas: A review</i> Merve ÖZ.....	53-64
Dinî deneyim ve müzik ilişkisine psikolojik bakış <i>A psychological perspective on the relationship between religious experience and music</i> Oğuzhan AVAN.....	65-80



KAHRAMANMARAŞ İSTIKLAL ÜNİVERSİTESİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

Unveiling missing themes: An analysis of gender bias through artificial intelligence assisted bibliometric analysis

Eksik temaların ortaya çıkarılması: Yapay zeka destekli bibliyometrik analiz yoluyla cinsiyetçi önyargının analizi

Senem GÜRKAN¹, Seçil DURAN², Volkan DURAN³

Makale Türü:

Başvuru Tarihi: 26 Ekim 2024

Kabul Tarihi: 11 Aralık 2024

Makaleye Atıf Yapmak için: Duran, V., Gürkan, S. ve Duran, S. (2024). Unveiling missing themes: An analysis of gender bias through artificial intelligence assisted bibliometric analysis. *Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi (KİÜ)*, 2(2), 1-24.

ÖZET: Bu çalışma, literatürdeki eksik temaları ortaya çıkarmak için yapay zeka ve bibliyometrik analizden yararlanarak, literatürde cinsiyet yanlılığı odaklarının az araştırılmış alanlarını araştırmaktadır. Çalışmada Web of Science Core Collection'dan derlenen veri setine yapay zeka destekli nitel araştırma teknikleri uygulanmıştır. Bulgular, zihinsel sağlığın, çeşitli kimliklerin ve teknoloji ve medyadaki önyargıların azaltılmasının önemini vurgulayan, belirlenen eşitsizlikleri ele alan daha toplum merkezli araştırmaları ve kapsayıcı literatürü savunmaktadır. Ayrıca bu çalışma, toplumsal cinsiyet yanlılığı ve şiddetle etkili bir şekilde mücadele etmek için akademik araştırmaları toplulukların gerçek kaygılarıyla uyumlu hale getirmenin gerekliliğinin altını çizmektedir.

Anahtar sözcükler: Toplumsal cinsiyet ayrımı, bibliyometrik analiz, yapay zeka -AI- destekli metin analizi, GPT-4, claude-AI, voyant araçları

ABSTRACT: This study explores the under-researched areas of gender bias foci in literature, employing AI and bibliometric analysis to uncover overlooked themes. The periods and techniques of qualitative research paradigm were conducted to the data set gathered from Web of Science Core Collection. The findings highlight the need for more community-centric research and inclusive literature that address the existing disparities, emphasizing the importance of mental health, diverse identities, and the reduction of biases in technology and media. Moreover, this study underscores the necessity of aligning academic research with the actual concerns of communities to effectively tackle gender bias and violence.

Keywords: Gender Bias, bibliometric analysis, artificial intelligence -AI- assisted text analysis, GPT-4, claude-AI, voyant tools

¹ Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, senem.gurkan@omu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-2061-6385

² Ondokuz Mayıs Üniversitesi, secilyuksel55@hotmail.com, ORCID: 0000-0003-2996-3786

³ Sorumlu Yazar, Doç. Dr., Iğdır Üniversitesi, volkan.duran8@gmail.com, ORCID: 0000-0003-0692-0265

1. INTRODUCTION

Sex refers to the biological and genetic differences between women and men, while gender is shaped not only by these biological foundations but also by the roles, expectations, and behavioral norms that a society assigns to concepts of femininity and masculinity. Although gender plays a significant role in determining individuals' identities and positions within society, these roles and expectations can vary across different cultures, geographies, and historical periods. For instance, in some matriarchal societies, gender roles are shaped in accordance with the community's historical and cultural makeup, making it problematic to label such arrangements as inherently "right" or "wrong." Recognizing the distinction between sex and gender is essential for understanding inequalities observed in various domains, including education, law, employment, health, religion, family, economy, politics, and language (Bhasin, 2003; Yaşın-Dökmen, 2016). These inequalities often create gender-based barriers to accessing resources, opportunities, and representation. In this context, language emerges as a powerful tool that both reflects and perpetuates societal gender expectations. Through language use, norms, values, and assumptions related to gender are expressed, helping individuals comprehend their roles in society. Historically, language has reinforced gendered patterns and stereotypes, contributing to their normalization and acceptance.

The emergence of Artificial Intelligence (AI) and its growing incorporation into linguistic fields has become the interplay between language, gender, and technology a central concern. Artificial intelligence, integrated into society and its cultures, significantly influences human relationships and societal standards. AI-supported language models are engineered to understand and produce human-like writing, reflecting the linguistic structures prevalent in culture. This encompasses gendered linguistic patterns that may inadvertently reinforce prejudices and biases inherent in the training data. Artificial intelligence and associated technologies, frequently considered intelligent socio-technical systems (Gonzales & Rampino, 2024; Jones et al., 2013), may unintentionally include societal prejudices into their algorithms. The biases referred to as "Algorithm Bias," "Artificial Intelligence Bias," or "Machine Learning Bias" arise from the intricate interaction between the data utilized for training AI models and the inherent biases present in society (Pathak et al., 2024).

The impact of these biases is especially alarming when examining the perpetuation of gender inequities via AI technologies. AI systems, prevalent in industries like recruiting, healthcare, banking, and content moderation, possess the capacity to exacerbate and entrench gender inequalities by reinforcing biased decision-making tendencies. The perpetuation of stereotypes via AI threatens to reverse advancements in gender equality, so jeopardizing one of the 17 Sustainable Development Goals (SDGs) established by all United Nations Member States: the attainment of gender equality and the empowerment of all women and girls (UN, 2015). The eradication of gender inequities is crucial for societal progress and is important to sustainable development (Vinuesa et al., 2020).

The EU Commission is among the many international organizations that recognize the pivotal role of AI in maintaining or mitigating gender biases and has initiated programs that aim at addressing the possible negative effects of biased AI. Yet, this does beg the question of how equal conditions and opportunities do not translate into the execution of precisely identical duties and tasks by any member irrespective of gender. While the European Commission underlines that the need to increase women's representation in AI development as developers and consumers (EIGE 2020; European Commission 2020), it is similarly important to discuss the disadvantages faced by men. It is claimed that the debate on gender equality fails to express these dimensions, which is a distortion of the truth. Moreover, the criticism questions the definition of gender inequality, stating that it can only be considered as such if one is being deprived of something they should have because of their gender. If a man is the best fit for a certain position, for example, it is not correct to call that situation gender inequality or to use such a situation for advocacy purposes unless proven that there is discrimination. The fact that the European Commission identifies this lacuna within AI development teams and recognizes how it is, in part, contributing toward gender prejudice is important; how such bias is overcome by acknowledging and analyzing disparities for all genders, and not just female ones. Without such an approach, the solutions may actually build new inequalities into our environments.

The analysis of Gonzales and Rampino (2024) identifies three principal variables contributing to AI gender bias: the endurance of gender preconceptions, the insufficient representation of women in AI development positions, and the inadequate quality of training data. These factors collectively foster a biased technical environment in which gender prejudices are entrenched within algorithms. Moreover, researchers contend that the male dominance in AI development leads to biased algorithmic results, as male-centric viewpoints may unintentionally influence technological advancement (Agudo et al., 2022; Font & Costa-Jussa, 2019; Leavy, 2018; Swift, 2015; Watkins & Pak, 2020). AI-induced prejudices can marginalize women, disadvantaging them in economic, political, and social domains (UNESCO, 2020). As AI advances, it is imperative to overcome these prejudices to provide equitable technology that fosters inclusivity and fair representation among all genders.

1.1. Text Analysis Through AI Assisted Technologies Regarding Gender Bias

Looking at the current literature, it is seen that the increasingly growing digitalization in each and every walk of life, and rapidly increasing tendency towards artificial intelligence (hereinafter AI) lead to a great variety number of publications discussing AI and society. For instance, the system and/or machine can associate “computer science” with man and “homemaker” with woman (Bolukbasi et al., 2016); or “doctor” with man and “nurse” with woman (Lu et al., 2018), which is an example to see how gender ideology is embedded in language. The studies of Caldas-Coulthard and Moon (2010), Litosseliti and Sunderland (2002) and Motschenbacher (2013) underline that it is possible to make text analysis through AI.

However, to date, most of the studies seeking the relation between society and machines ignore or have quite limited foci on the ideology on gender bias embedded in language and algorithm. In order to fill this gap in literature, this research aims to identify missing themes through AI -such as GPT-4, Claude-AI, voyant tools- using bibliometric analysis. In this context, the research questions are:

1. What are the descriptive results of the bibliometric analysis regarding gender perception in WoS in terms of categories?
2. How does AI- assisted bibliometric analysis reflect the gender bias and gender perceptions in Bibliometric Analysis in WoS in term of keywords in author keywords, keywords and abstracts?
3. How does AI- assisted bibliometric analysis reflect the gender bias and gender perceptions in Bibliometric Analysis in WoS in terms of full abstracts via Claude-AI and GPT-4?

2. METHODOLOGY

This study is a product of qualitative research paradigm, the periods and techniques of which were conducted to the data set. Both traditional qualitative data analysis techniques and current technologies such as text mining and AI such as GPT-4, Claude-AI, voyant tools were used together.

2.1. Data Collection, Procedure and Analysis

In this study, the bibliometric analysis method was used to examine the literature. Bibliometric analysis is the comprehensive approach using statistical tools in assessing the breadth and depth of literature on various dimensions within specific subject areas. This method forms part of the more general domain of "infometrics" and thus is related to, among others, "scientometrics"-dealing with scientific publications alone-and "webometrics"-concerned with other aspects of the web-see for example (Donthu et al., 2021; Ellegaard& Wallin, 2015). We used AI tools or chatbots, including GPT-4 and Claude

1.First Bibliometric Analysis:

- Conduct bibliometric analysis on the WoS database, focusing on gender perception. The focus of this study is how gender is represented and discussed.

2. Detailed Bibliometric Analysis:

- Expand the bibliometric analysis in the same database to understand the gender perceptions by further analyzing the data associated with authors, keywords, and abstracts. Apply GPT-4 to find out which themes are not covered by these dimensions.

3. Full Text Analysis:

- Analyze full-text versions of the abstracts with Claude-AI and GPT-4. Identify the missing themes that were not clear from the earlier analyses when just the abstracts, key words, and authors details were available.

4. Synthesis and Identification of Common Themes:

- Put together information obtained from all the steps and identify common missing themes for all types of analyses done so far.

From these frequency words, codes, categories, and themes were created using the GPT-4 AI program. The missing themes that were not present in these themes were removed. In particular, it covers the following qualitative research methods:

- Word/theme analysis (content analysis): It deals with the presence of some words and themes in the text, their meanings, and contexts. In the example, the words "violence", "woman" and "man" were frequency analyzed (Hsieh & Shannon, 2005; Weber, 1990).
- Coding: It is defined as a meaningful category/code creation from qualitative data. In the example, codes and categories were created from frequency words (Hsieh & Shannon, 2005; Poole & Folger, 1981)
- Theme analysis: It refers to combining codes under broader themes. In the example, themes were created from the codes and missing themes were identified (Vaismoradi et.al. 2016).
- Computer-assisted qualitative data analysis: It is the use of computer programs (voyanttools, GPT-4) in qualitative data analysis.

3. FINDINGS

3.1. Bibliometric Analysis Regarding Gender Perception in WoS in terms of categories

As a result of the bibliometric analysis, 557 publications were selected from WoS Core Collection in terms of the keyword "gender bias".

Table 1: *The WoS categories in terms of "gender bias"*

Web of Science Categories	Record Count	% of 557
Education Educational Research	414	74.327
Education Scientific Disciplines	186	33.393
Health Care Sciences Services	52	9.336
Surgery	26	4.668
Engineering Multidisciplinary	15	2.693
Economics	12	2.154
Computer Science Interdisciplinary Applications	11	1.975
Linguistics	11	1.975
Psychology Educational	11	1.975
Language Linguistics	10	1.795
Management	9	1.616
Computer Science Artificial Intelligence	6	1.077
Computer Science Theory Methods	6	1.077
Emergency Medicine	6	1.077
Engineering Electrical Electronic	6	1.077
Psychology Social	6	1.077

Social Sciences Interdisciplinary	6	1.077
Sociology	6	1.077
Women S Studies	6	1.077
Music	5	0.898
Psychology Multidisciplinary	5	0.898
Public Environmental Occupational Health	5	0.898
Psychiatry	4	0.718
Sport Sciences	4	0.718
Chemistry Multidisciplinary	3	0.539
Nursing	3	0.539
Physics Multidisciplinary	3	0.539
Psychology Applied	3	0.539
Psychology Developmental	3	0.539
Business	2	0.359
Communication	2	0.359
Cultural Studies	2	0.359
Environmental Studies	2	0.359
History Philosophy Of Science	2	0.359
Oncology	2	0.359
Pharmacology Pharmacy	2	0.359
Psychology Experimental	2	0.359
Veterinary Sciences	2	0.359
Computer Science Information Systems	1	0.180
Engineering Biomedical	1	0.180
Ethnic Studies	1	0.180
Geography	1	0.180
Geosciences Multidisciplinary	1	0.180
Hospitality Leisure Sport Tourism	1	0.180
Humanities Multidisciplinary	1	0.180
Imaging Science Photographic Technology	1	0.180
Law	1	0.180
Medicine Research Experimental	1	0.180
Philosophy	1	0.180
Psychology Mathematical	1	0.180
Religion	1	0.180
Social Issues	1	0.180
Urban Studies	1	0.180

Table 1 shows the WoS categories in terms of “gender bias”. The largest category is "Education Educational Research" with 414 records, constituting 74.327% of the total publications on "gender bias." This is followed by "Education Scientific Disciplines" with 186 records (33.393%), and "Health Care Sciences Services" with 52 records (9.336%). Other categories such as "Surgery," "Engineering Multidisciplinary," and "Economics" also appear, with a smaller number of records.

This finding reveals a clear emphasis on research on gender bias in education and healthcare, while highlighting the need for more attention in other crucial fields like engineering, computer science, and

business. Understanding these trends can inform future research efforts and promote a more comprehensive understanding of gender bias across all disciplines. These tendencies are in parallel to the previous studies underlining that gender and education are the two phenomena bound to each other and some precautions regarding tackling against gender inequality must be taken (Bölükbaşı et al, 2016; EIGE, 2020; UN, 2015).

Table 2: A different breakdown of records related to "gender bias" across various citation topics or meso-categories

Citation Topics Meso	Record Count	% of 557
6.11 Education & Educational Research	156	28.007
1.14 Nursing	111	19.928
6.178 Gender & Sexuality Studies	84	15.081
6.73 Social Psychology	40	7.181
6.24 Psychiatry & Psychology	15	2.693
6.69 Language & Linguistics	11	1.975
1.156 Healthcare Policy	10	1.795
6.185 Communication	10	1.795
6.3 Management	10	1.795
1.21 Psychiatry	6	1.077
10.240 Music	6	1.077
6.238 Bibliometrics, Scientometrics & Research Integrity	6	1.077
1.136 Autism & Development Disorders	5	0.898
1.172 Sports Science	4	0.718
1.7 Neuroscanning	4	0.718
6.146 Anthropology	4	0.718
6.223 Hospitality, Leisure, Sport & Tourism	4	0.718
1.44 Nutrition & Dietetics	3	0.539
10.99 Literary Theory	3	0.539
4.48 Knowledge Engineering & Representation	3	0.539
6.110 Law	3	0.539
1.112 Palliative Care	2	0.359
1.142 Urology	2	0.359
3.232 Veterinary Sciences	2	0.359
6.10 Economics	2	0.359
6.263 Agricultural Policy	2	0.359
6.269 Political Philosophy	2	0.359
6.303 Sociology	2	0.359
1.100 Substance Abuse	1	0.180
1.155 Medical Ethics	1	0.180
1.158 Dermatology - General	1	0.180
1.23 Antibiotics & Antimicrobials	1	0.180
1.252 Smoking Cessation	1	0.180
1.34 Orthopedics	1	0.180
10.144 Modern History	1	0.180
10.268 History & Philosophy Of Science	1	0.180
2.165 Nanofibers, Scaffolds & Fabrication	1	0.180
3.85 Food Science & Technology	1	0.180

4.284 Human Computer Interaction	1	0.180
4.47 Software Engineering	1	0.180
6.27 Political Science	1	0.180
6.277 Asian Studies	1	0.180
6.86 Human Geography	1	0.180
8.124 Environmental Sciences	1	0.180
29 record(s) (5.206%) do not contain data in the field being analyzed		

Table 2 shows a different breakdown of records related to "gender bias" across various citation topics or meso-categories, as indexed by WoS. These categories are more specific and seem to be a further breakdown of the larger WoS categories listed in the first image. At the end of the table, there's a note that 29 records (5.206%) do not contain data in the field being analyzed, which indicates some publications might not have been categorized into any of the listed topics. This table provides insight into the interdisciplinary nature of "gender bias" research, showing its relevance across a wide range of academic fields (Kaplan and Greval, 2002; Mart, 2004; Wood and Ridgaway, 2010).

Table 3: *Micro-categories along with the record count and the corresponding percentage of the total 557 publications on "gender bias."*

Citation Topics Micro	Record Count	% of 557
1.14.841 Academic Medicine	90	16.158
6.178.443 Work-family Conflict	75	13.465
6.11.1889 Student Evaluation Of Teaching	51	9.156
6.11.295 Science Education	26	4.668
6.73.447 Prejudice	26	4.668
6.11.31 Self-regulated Learning	22	3.950
6.11.345 School Leadership	17	3.052
1.14.363 Nursing Education	13	2.334
1.156.1502 Indigenous Education	9	1.616
6.11.666 Intergenerational Mobility	7	1.257
6.73.685 Item Response Theory	7	1.257
10.240.657 Music Psychology	6	1.077
6.11.1526 Computational Thinking	6	1.077
6.178.516 Divorce	6	1.077
6.69.342 Language Policy	6	1.077
6.24.1058 Bullying	5	0.898
6.24.15 Parenting	5	0.898
1.14.724 Shared Decision Making	4	0.718
6.11.1544 Academic Development	4	0.718
6.11.190 Teacher Education	4	0.718
6.238.166 Bibliometrics	4	0.718
1.136.536 Disabilities	3	0.539
1.14.265 Nursing	3	0.539
1.172.1331 Sport Psychology	3	0.539
1.44.103 Physical Activity	3	0.539

4.48.672 Natural Language Processing	3	0.539
6.11.1859 Assurance Of Learning	3	0.539
6.185.1004 Internet Addiction	3	0.539
6.185.1390 Video Games	3	0.539
6.185.1644 Privacy	3	0.539
6.24.1528 Early Childhood Education	3	0.539
6.3.368 Technology Acceptance Model	3	0.539
6.3.726 Entrepreneurship	3	0.539
6.69.218 Phonological Awareness	3	0.539
6.73.1166 Personality	3	0.539
1.112.1789 Ageism	2	0.359
1.142.2404 Female Genital Mutilation	2	0.359
1.21.1179 Mindfulness	2	0.359
1.21.2270 Perfectionism	2	0.359
1.7.1026 Intelligence	2	0.359
10.99.2232 Children's Literature	2	0.359
3.232.1375 Animal-assisted Therapy	2	0.359
6.11.1094 Medical Education	2	0.359
6.11.1248 Creativity	2	0.359
6.11.1506 Engineering Education	2	0.359
6.11.2101 Critical Thinking	2	0.359
6.11.333 Digital Learning	2	0.359
6.11.882 Critical Pedagogy	2	0.359
6.110.45 Supreme Court	2	0.359
6.223.961 Sport	2	0.359
6.223.972 Place Attachment	2	0.359
6.263.898 Farmers	2	0.359
6.3.1388 Business Ethics	2	0.359
6.303.2437 Educational Science	2	0.359
6.69.610 Conversation Analysis	2	0.359
6.73.1708 Career Development	2	0.359
1.100.180 Methadone	1	0.180
1.136.1070 School Psychology	1	0.180
1.136.283 Autism	1	0.180
1.14.849 Surgical Education	1	0.180
1.155.2316 Pharmacovigilance	1	0.180
1.156.436 Self-rated Health	1	0.180
1.158.201 Melanoma	1	0.180
1.172.648 Lactate Threshold	1	0.180
1.21.35 Depression	1	0.180
1.21.624 Psychopathy	1	0.180
1.23.846 Heat And Moisture Exchangers	1	0.180
1.252.74 Smoking Cessation	1	0.180
1.34.440 Anterior Cruciate Ligament	1	0.180
1.7.1311 Numerical Cognition	1	0.180
1.7.1400 Mental Rotation	1	0.180
10.144.1118 Anthropometric History	1	0.180
10.268.2117 Eugenics	1	0.180

10.99.2261 Science Fiction	1	0.180
2.165.679 Additive Manufacturing	1	0.180
3.85.1711 Lathyrus Sativus	1	0.180
4.284.1210 Public Displays	1	0.180
4.47.410 Software Metrics	1	0.180
6.10.590 Wages	1	0.180
6.10.82 Economic Growth	1	0.180
6.11.2145 Geography Education	1	0.180
6.11.2221 History Education	1	0.180
6.11.2298 Mixed Methods Research	1	0.180
6.11.2312 Economic Education	1	0.180
6.110.580 Crime	1	0.180
6.146.1803 Kemalism	1	0.180
6.146.2193 Modernity / Coloniality	1	0.180
6.146.734 Anthropology	1	0.180
6.146.955 Caste	1	0.180
6.178.1183 Microfinance	1	0.180
6.185.2293 Wikipedia	1	0.180
6.238.1700 Physician-scientists	1	0.180
6.238.1790 Plagiarism	1	0.180
6.24.1084 Sexual Assault	1	0.180
6.24.858 Intimate Partner Violence	1	0.180
6.269.1694 Deleuze	1	0.180
6.269.2443 Philosophy For Children	1	0.180
6.27.1821 Social Capital	1	0.180
6.277.722 China	1	0.180
Showing 100 out of 106 entries		
29 record(s) (5.206%) do not contain data in the field being analyzed		

Table 3 lists various micro-categories along with the record count and the corresponding percentage of the total 557 publications on "gender bias." For example, "Academic Medicine" has 90 records, which is 16.158% of the total, while "Work-family Conflict" has 75 records, making up 13.465% of the total. Similar to the previous tables, the note at the end indicates that 29 records (5.206%) do not contain data in the field being analyzed, which might suggest these records could not be classified under the provided micro-categories or perhaps are uncategorized within the dataset. This detailed breakdown highlights the complexity and interconnectivity of "gender bias" as a subject of study across various academic fields, being consistent with those of studies putting forwarding the same results (Bora, 2021; Smith, 2022).

3.2. Bibliometric Analysis Regarding Gender Perception in WoS in term of keywords in author keywords, keywords and abstracts

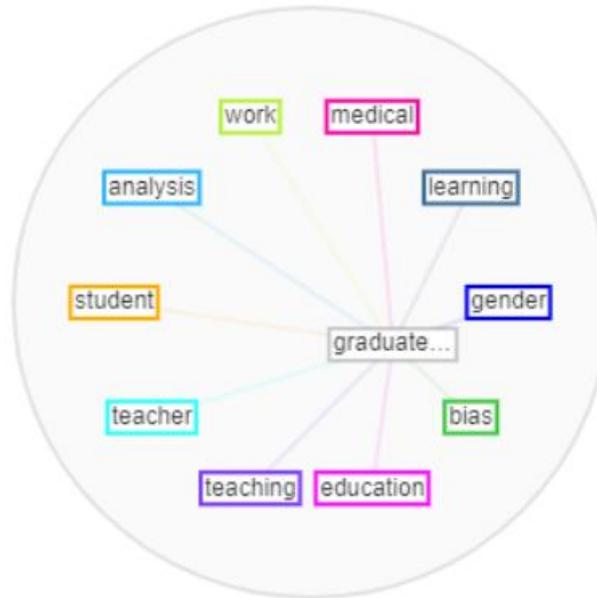


Figure 1: Mandala for the most frequent words in the corpus for author keywords determined by voyant tools

Figure 1 demonstrates the findings about the most frequent words in the corpus for author keywords determined by voyant tools. These are gender (25); bias (17); education (10); teaching (5); teacher (4); student (4); analysis (4); work (3); medical (3); learning (3); evaluation (3); discrimination (3); surgery (2); stem (2); roles (2); representation (2); peer (2); music (2); graduate (2); female (2); evaluations (2); equity (2); english (2); development (2); career (2); zagreb (1); women (1); vignette (1); vietnam (1); verbal (1); values (1); university (1); unconscious (1); traditional (1); thailand (1); textbooks (1); textbook (1); team (1); survey (1); surgical (1); surgeons (1); study (1); stereotypes (1); social (1); sexism (1); self (1); second (1); sciences (1); school (1); scholarship (1); review (1); residency (1); reproduction (1); regulation (1); reasoning (1); ratemyprofessors.com (1); psychometrics (1); programming (1); professors (1).

Analyzing the most frequent words in the author keywords provided, GPT-4 can identify several overarching categories and themes that are prominent in the corpus:

- **Gender Studies:** The most frequent keyword is "gender," indicating a strong focus on gender studies. This is further emphasized by related keywords like "bias," "discrimination," "sexism," "roles," "female," "equity," and "representation," which point to a concern with how gender differences and inequalities are perceived and enacted in various spheres.
- **Education:** With "education," "teaching," "teacher," "student," "learning," "evaluation," "medical," "stem," "english," "university," "textbooks," "school," and "scholarship" being prevalent, there is a clear focus on educational settings. This theme explores how gender bias

affects educational practices, evaluations, and opportunities, particularly in STEM (Science, Technology, Engineering, and Mathematics) and medical education.

- **Workplace and Career:** Keywords like "work," "career," "medical," "surgery," "graduate," "professors," and "residency" suggest an examination of gender bias in professional and academic career paths. The emphasis might be on how gender bias influences career development, professional evaluations, and the experiences of individuals in the workplace, especially in typically male-dominated fields like surgery.
- **Analysis and Evaluation:** The presence of "analysis," "evaluation," "peer," "zagreb," "vignette," "survey," "review," "regulation," "reasoning," "psychometrics," and "programming" indicates a methodological approach to studying gender bias. It suggests a range of techniques and tools used to measure, understand, and mitigate gender bias, from statistical analysis to peer evaluation and psychometric assessments.
- **Cultural and Social Context:** Words such as "vietnam," "verbal," "values," "traditional," "thailand," "textbook," "team," "social," "self," "second (language)," "sciences," and "sexism" point to the investigation of gender bias within different cultural and social contexts. This could involve analyzing gender roles in textbooks, the impact of traditional values on gender perceptions, and the manifestations of sexism in different cultural settings.
- **Personal and Unconscious Bias:** The keywords "unconscious," "self," and "stereotypes" suggest a focus on the psychological aspects of gender bias, including implicit or unconscious biases that individuals may hold and how these biases shape attitudes and behaviors towards different genders.
- **Specific Studies or Cases:** Some keywords reference specific tools, locations, or studies, such as "ratemyprofessors.com," "Zagreb," "Vietnam," and "Thailand," indicating case studies or research focused on particular regions or using specific datasets.

These categories and themes reflect a multifaceted approach to gender bias, encompassing a range of disciplines and methods. The corpus seems to be centered on the systemic nature of gender bias, its impact on educational and professional progression, and the various ways it can be analyzed and addressed. These results are consistent with those of Savoldi, et al. (2022), Shah et. al. (2020) and Matthews et. al. (2021).

The missing themes according to GPT-4 are “Mental Health Impacts, Legislative and Policy Implications, Intersectionality, Technological Bias, Economic Consequences, Historical Perspectives, Media Representation, Parenting and Domestic Roles, Leadership and Governance, Global vs. Local Perspectives, Bias in Non-Academic Professions, Role of Language, Healthcare Disparities, Activism

and Social Movements, Gender Bias in Science and Research, Gender Diversity and Non-BinaryIdentities”.

Figure 2 shows the most frequent words in the corpus for the keywords. They are women (9); bias (7); faculty (6); education (6); science (5); gender (5); discrimination (5); stereotypes (4); ratings (4); prejudice (4); performance (4); perceptions (4); impact (4); students (3); student (3); sexual (3); sexism (3); implicit (3); harassment (3); expectations (3); attitudes (3); achievement (3); teachers (2); teacher (2); surgery (2); stereotype (2); sex (2); self (2); school (2); promotion (2); professors (2); participation (2); medicine (2); knowledge (2); judgments (2); instructors (2); evaluations (2); diversity (2); consequences (2); college (2); beliefs (2); barriers (2); academic (2); ability (2); workshop (1); womens (1); wages (1); video (1); universities (1); threat (1); theory (1); thailand (1); textbooks (1); tests (1); technology (1); teams (1); teaching (1); susceptibility (1); success (1).

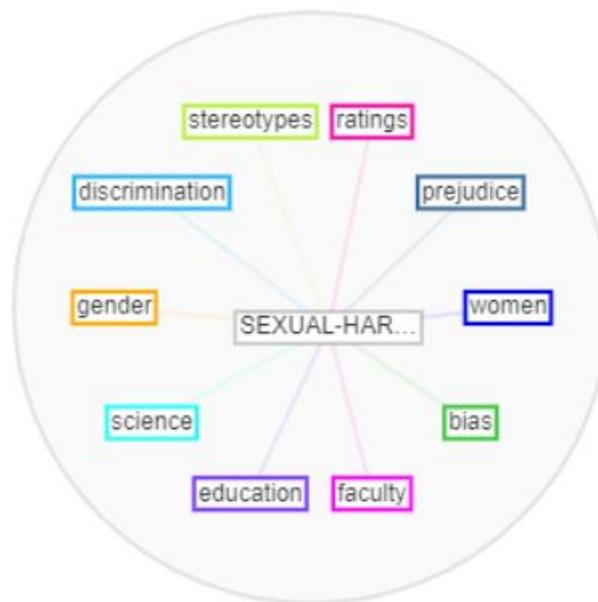


Figure 2: Mandala for the most frequent words in the corpus for keywords determined by voyant tools

The keywords from this corpus suggest several categories and themes focused on gender bias and its manifestations can be interpreted by GPT-4 as follows:

Gender Dynamics in Academia and Science: With "women," "faculty," "education," "science," "gender," "teachers," "professors," "academic," and "medicine" as frequent keywords, there is a clear emphasis on the study of gender dynamics within academic and scientific communities. This likely encompasses research on the representation and treatment of women in academia, including issues related to faculty positions, tenure, and promotion within educational and scientific institutions.

Bias and Discrimination: Keywords such as "bias," "discrimination," "stereotypes," "prejudice," "sexism," and "harassment" highlight the focus on different forms of gender bias. These

terms suggest that the corpus deals with the attitudes and beliefs that contribute to discrimination against women, as well as the social and professional impacts of such biases.

Evaluation and Performance: The presence of "ratings," "performance," "evaluations," "achievement," "judgments," and "expectations" indicates an interest in how gender bias affects the assessment of individuals' work and capabilities. This theme might explore how stereotypes and prejudices influence the evaluation of women's performance in various contexts, from academia to the workplace.

Societal Perceptions and Attitudes: With "perceptions," "attitudes," "stereotype," "beliefs," and "knowledge," the corpus seems to address the broader societal understanding of gender roles and how these perceptions shape behavior and decision-making related to gender.

Personal and Psychological Factors: Words like "implicit," "self," "sex," and "susceptibility" imply a focus on the individual-level cognitive and psychological aspects of gender bias. This may include studies on implicit bias and self-perceptions of ability or susceptibility to bias.

Educational Context: "Students," "school," "textbooks," "teaching," and "college" suggest a concentration on the educational environment. This could involve research into how gender bias impacts students, teaching materials, and the overall school or college experience.

Career and Professional Development: "Promotion," "participation," "surgery," and "barriers" are keywords that point to the study of professional advancement and the challenges that women may face in their careers due to gender bias.

Diversity and Inclusion: "Diversity," "consequences," and "inclusion" indicate a consideration of the broader implications of gender bias for creating diverse and inclusive environments, particularly in education and the workplace.

Cultural and Regional Studies: The mention of "Thailand" and "technology" suggests that some of the research may be focused on specific cultural contexts or the intersection of gender with technology.

Economic Aspects: With keywords like "wages," the corpus may also be exploring the economic impacts of gender bias, such as wage gaps and economic inequality.

Overall, the themes and categories derived from these keywords depict a corpus deeply engaged with understanding, identifying, and addressing gender bias across various spheres, with particular attention to the academic and scientific fields, and the professional development. The keywords reinforce the initial analysis regarding the focus on gender and bias within education and broader social and psychological contexts. Additionally, they suggest emerging interests in sexual harassment and the role

of technology in research. The studies of Rodríguez-Rodríguez and Heras-González (2020), Henrey, et al. (2015) and Machimbarrena et al. (2018) reported similar results.

The missing themes according to GPT-4 are “Mental Health Impacts, Intersectionality, Legislative and Policy Implications, Technological Bias Beyond Methodology, Historical Perspectives, Media Representation, Global vs. Local Perspectives, Parenting and Domestic Roles, Leadership and Governance, Activism and Social Movements, Gender Bias in Non-Academic Professions, Role of Language, Healthcare Disparities, Gender Diversity and Non-Binary Identities”.

As another finding, the most frequent words in the corpus for the abstracts are gender (184); bias (140); study (32); students (27); female (27); teachers (25); results (25); women (21); research (20); faculty (18); education (17); surgery (16); male (16); surgical (15); stem (15); teaching (14); student (14); beliefs (14); academic (14); training (13); men (13); higher (13); intervention (12); data (12); career (12); participants (11); females (11); evaluations (11); analysis (11); work (10); paper (10); word (9); used (9); textbooks (9); reported (9); medical (9); interventions (9); graduates (9); experience (9); differences (9); university (8); subtle (8); studies (8); residents (8); findings (8); evaluation (8); equity (8); efficacy (8); departments (8); compared (8); article (8); vs (7); using (7); show (7); set (7); residency (7); related (7); reduce (7); multiple (7).

The analysis by GPT-4 of the most frequent words in the abstracts of the corpus allows for the identification of prominent categories and themes in the context of gender bias:

- **Gender Disparities:** Words like "gender," "bias," "female," "women," "male," "men," and "females" point towards a primary focus on gender disparities. The frequency of these terms indicates that the abstracts discuss differences, discrimination, or biases that are specifically related to gender.
- **Academic Research and Education:** With "study," "students," "teachers," "research," "faculty," "education," "teaching," "student," "academic," "training," "university," "textbooks," "graduates," "residents," and "residency," there's a significant emphasis on the educational environment. This theme might explore the manifestation of gender bias in academic settings, including the impact on students and educators, curriculum content, and the educational system at large.
- **Professional and Career Analysis:** The presence of "faculty," "surgery," "surgical," "stem," "career," "medical," "residents," "residency," and "departments" suggests a focus on professional fields, particularly in STEM and medicine. This indicates an examination of gender bias in professional training, career progression, and workplace dynamics.
- **Research Methodology and Analysis:** Terms like "study," "results," "research," "data," "analysis," "participants," "findings," "compared," and "multiple" point towards the methods

used in gender bias research. This includes the presentation of study results, comparative analyses, and the use of participant data to draw conclusions.

- **Cognitive and Social Psychology:** Keywords such as "beliefs," "subtle," "efficacy," and "intervention" reflect an interest in the cognitive and psychological aspects of gender bias. This could include the study of personal beliefs about gender roles, the effectiveness of interventions to combat bias, and the subtler forms of bias that can permeate social attitudes.
- **Impact Assessment:** With "effects," "impact," "interventions," and "reduce," the abstracts likely address the consequences of gender bias and the effectiveness of strategies to mitigate its effects. This theme considers both the impact of gender bias on individuals and the efforts made to address and reduce bias through various interventions.
- **Evaluation and Performance:** The recurrence of "evaluations," "performance," "efficacy," and "experience" indicates a concern with how gender bias affects the assessment of performance and the experiences of individuals in academic and professional contexts.
- **Workplace and Labor:** The mention of "work," "paper," "word," "reported," "experience," "differences," "equity," and "vs" suggests a discussion of gender bias in the context of the workplace, including issues of labor, equity, and workplace experiences reported in the literature.
- **Measurement and Tools:** The use of "word," "used," "show," "set," "using," and "measure" might reflect the specific tools and measurements used to quantify and demonstrate gender bias in various studies.

In summary, the abstracts seem to cover a broad spectrum of issues related to gender bias, ranging from its psychological underpinnings and social manifestations to its specific impacts on education, professional development, and workplace environments (Bhasin, 2003; EIGE, 2020).

The missing themes according to GPT-4 are “Legislative and Policy Implications, Intersectionality, Technological Bias Beyond Methodology, Economic Consequences, Historical Perspectives, Media Representation, Parenting and Domestic Roles, Leadership and Governance, Global vs. Local Perspectives, Activism and Social Movements, Gender Diversity and Non-Binary Identities, Role of Language, Healthcare Disparities, Gender Bias in Non-Academic Professions”.

3.3. Bibliometric Analysis Regarding Gender Perception in WoS in terms of full abstracts via Claude-AI and GPT-4

The key points about gender bias in education based on the studies analyzed by Claude-AI are as follows:

- Gender bias exists in various forms in educational settings, including textbooks, teacher interactions, evaluations, and recommendations. It can be explicit or implicit, intentional or unintentional.
- Gender bias impacts students of all genders. It can negatively impact girls' and women's interest and advancement in certain fields like STEM. It can also negatively impact boys in areas viewed as traditionally feminine.
- Interventions aimed at raising awareness of gender bias among educators show promise for reducing biased behaviors and improving gender equity. These include workshops, curricula, policy changes, and providing tools to address bias when witnessed.
- More research is still needed in many areas related to understanding and mitigating gender bias in education across cultural contexts, educational levels, and fields of study. Assessments to detect gender bias in materials, evaluations, etc. are also still in development.

In short, substantial evidence shows gender bias exists in educational systems globally. A multipronged approach across policies, curricula, assessments, training, and tools shows potential for meaningful progress toward gender equity in education (Bhasin, 2003; Bölükbaşı et al, 2016; EIGE, 2020).

The key points about gender bias in education based on the studies analyzed by GPT-4 can be given below:

- **Clinical and Medical Education:** There are multiple studies focused on gender bias in clinical training and medical education, particularly looking at the experiences of residents and faculty within these settings. They often involve surveys, structured interviews, and longitudinal data to assess both the prevalence and evolution of gender bias, as well as the effectiveness of interventions like curricular changes and mentorship programs.
- **Performance Evaluation in Different Fields:** Several abstracts discuss the evaluation of performances in fields ranging from music to teaching, and how gender bias can affect these evaluations. The use of blind assessments and the study of extramusical or non-academic factors suggest that bias can manifest even when gender is not explicitly known, indicating deep-rooted stereotypes and prejudices.

- **Educational Bias and Stereotypes:** Bias in educational settings is a recurring theme, with studies exploring the impact of gender bias on both students and teachers. This includes biases in language classrooms, educational materials, and the recommendations teachers make for students' future studies.
- **Technological and Methodological Bias:** Some studies focus on the technological aspects of gender bias, such as the presence of bias in word embeddings used in natural language processing. This indicates a concern for the ways in which gender bias can be inadvertently encoded into and perpetuated by algorithms and tools that are becoming increasingly central to various fields.
- **Bias in Academic and Professional Advancement:** A number of abstracts address the impact of gender bias on the career advancement of women in academia, particularly within STEM fields. This includes the effects of biases on perceptions of legitimacy, the influences of academic leadership, and the underrepresentation of women in tenure-track positions.
- **Interventions and Training to Reduce Bias:** Several abstracts detail interventions designed to raise awareness of and mitigate gender bias, such as workshops, courses, and simulations. The outcomes of these interventions are measured in terms of changes in bias literacy, awareness, and motivation to address bias.
- **Gender Bias in Evaluation Tools:** There's a focus on the investigation of potential gender bias in tools used for assessment, such as student evaluations of teaching, peer assessment in team assignments, and publication peer review processes. The methodologies include both analysis of existing data and experimental studies to test for bias.
- **Cultural Context and Bias:** The intersection of culture and gender bias is explored in textbooks and educational materials, with a particular focus on how cultural values and narratives influence the representation and treatment of different genders.
- **Systemic Issues and Gender Regulation:** Some abstracts highlight the systemic nature of gender bias, addressing how universal regulations and prejudices can lead to discrimination and stereotype reinforcement within educational and social institutions.
- **Perception and Experience of Bias:** Many studies focus on the perception and experience of gender bias among different groups, such as students, faculty, and professionals, suggesting that recognition and dialogue are key steps toward addressing gender bias.

Shortly, the abstracts provide evidence of widespread and varied research into gender bias, highlighting its presence in educational settings, professional fields, technological tools, and cultural contexts. They also emphasize the importance of interventions and structural changes to address and

reduce gender bias, suggesting a need for ongoing attention to and action against these biases in multiple spheres of society, in the same way the previous studies suggested (Lindgren and Holmström, 2020; Pathak et al, 2024; Shields, 2002).

The missing themes according to GPT-4 are “Mental Health Impacts, Intersectionality, Economic Consequences, Historical Perspectives, Media Representation, Parenting and Domestic Roles, Leadership and Governance, Global vs. Local Perspectives, Activism and Social Movements, GenderDiversity and Non-Binary Identities”.

4.DISCUSSION

This study's AI-assisted bibliometric analysis reveals a complex landscape of gender bias research, highlighting both progress and significant gaps. While the dominance of education and healthcare research demonstrates a commendable focus on these crucial areas, the underrepresentation of other fields like engineering, computer science, and business is concerning. This skewed distribution suggests a potential blind spot in understanding how gender bias operates within these influential sectors.

The identification of missing themes through AI analysis is particularly thought to be insightful. The lack of research on mental health impacts of gender bias is a glaring omission, considering the well-established link between discrimination and mental well-being. Similarly, the scant attention to intersectionality overlooks the unique experiences of individuals facing multiple forms of discrimination based on gender, race, class, and other social categories.

The under-exploration of economic consequences and leadership and governance issues related to gender bias hinders our understanding of its broader societal impact. Furthermore, neglecting the role of media representation and parenting and domestic roles in shaping gender perceptions perpetuates harmful stereotypes and limits opportunities for change.

The study's findings point to a critical need to align academic research with the actual concerns of communities affected by gender bias. This necessitates incorporating diverse voices and perspectives into research agendas and methodologies. Engaging with community-based organizations, activists, and individuals with lived experiences of discrimination can enrich research and ensure its relevance to real world challenges.

Several avenues for future research emerge from this analysis:

Expanding the Scope: Exploring gender bias in under-researched fields like engineering, technology, and business is crucial to understand its diverse manifestations.

Intersectionality: Research should examine the experiences of individuals facing multiple forms of discrimination based on gender, race, class, and other social categories.

Mental Health: Investigating the psychological impacts of gender bias on individuals and communities is essential for developing effective support systems.

Economic Analysis: Assessing the economic costs of gender bias and its impact on individual and societal well-being is crucial for promoting equitable policies.

Media and Representation: Analyzing the role of media in perpetuating or challenging gender stereotypes can inform strategies for promoting positive change.

Policy and Advocacy: Research should inform the development of legislation and policies that promote gender equality and address discrimination.

This study's findings have significant implications for social change. By addressing the identified gaps in research, we can develop a more comprehensive understanding of gender bias and its multifaceted impacts. This knowledge can then inform the development of effective interventions, policies, and advocacy efforts aimed at promoting gender equality and creating a more just and equitable society.

In conclusion, this AI-assisted bibliometric analysis offers valuable insights into the current state of gender bias research. By acknowledging the limitations and addressing the missing themes, we can move towards a more inclusive and impactful research agenda that contributes to dismantling gender bias and fostering a more equitable future.

5. CONCLUSION

At first, the distribution of the 557 publications across various academic categories, citation topics, and micro-categories assigned by Web of Science were examined. The analysis reveal that the education field dominates, with 74.3% of publications categorized under "Education Educational Research" and 33.4% under "Education Scientific Disciplines." Healthcare also has notable representation at 9.3% of documents categorized under "Health Care Sciences Services." However, the fields like engineering, computer science, business, and economics have limited representation despite their societal influence. Moreover, there is an evidence of an interdisciplinary focus, with categories like "Social Sciences Interdisciplinary" and presence of wide-ranging citation topics. Another finding demonstrates that the most frequently cited micro-categories are "Academic Medicine," "Work-family Conflict," and "Student Evaluation of Teaching," among others related to higher education.

As to the analysis via, GPT-4, it was found out that the common frequent missing themes in the analyses of keywords and abstracts are as follows:

- Mental Health Impacts,
- Legislative and Policy Implications,
- Intersectionality,

- Technological Bias (Beyond Methodology mentioned in some versions),
- Economic Consequences,
- Historical Perspectives,
- Media Representation,
- Parenting and Domestic Roles,
- Leadership and Governance,
- Global vs. Local Perspectives,
- Activism and Social Movements,
- Gender Diversity and Non-Binary Identities,
- Role of Language,
- Healthcare Disparities,
- Gender Bias in Non-Academic Professions.

Last but not the least, the bibliometric analysis points out the lack of discussion on "Mental Health Impacts," "Intersectionality," "Economic Consequences," "Media Representation," "Parenting and Domestic Roles," "Leadership and Governance," "Activism and Social Movements," "Gender Diversity and Non-Binary Identities," "Role of Language," and "Gender Bias in Non-Academic Professions." These themes cover a wide range of critical areas from the psychological effects and economic impacts of gender bias to the importance of diverse gender identities and the role of language in perpetuating biases.

Limitations of the Research and Further Works

There are some limitations in this study. First of all, regarding the limitations is about the data analysis. While the use of AI (GPT-4) for identifying missing themes is innovative, the methodology's transparency regarding how AI interpreted data and determined missing themes could be better detailed. Secondly, it is about the scope of literature review, that is, the focus on Web of Science database might limit the scope, missing relevant studies in databases not covered. A more diverse database selection could provide a more comprehensive literature review. Moreover, about addressing bias, the study itself, while analyzing gender bias, does not deeply discuss the potential biases within its own methodologies—such as AI biases in text analysis or bias in survey design. Finally, as to the practical implications, while the study suggests the need for more targeted research and inclusion, it could further elaborate on practical steps for academia, policy-makers, and technology developers to address identified gaps.

REFERENCES

- Agudo, U., Arrese, M., Liberal, K. G., & Matute, H. (2022). Assessing emotion and sensitivity of AI artwork. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.879088>
- Bhasin, K. (2003). Toplumsal cinsiyet “Bize yüklenen roller” (Kader Ay, Trans.). Kadınlarla Dayanışma Vakfı Yayınları.
- Bora, A. (2021). *Feminizm kendi arasında*. İletişim Yayınevi
- Bolukbasi, T., Chang, K.-W., Zou, J., Saligrama, V., & Kalai, A. (2016). Man is to computer programmer as woman is to homemaker? Debiasing word embeddings. *arXiv: Computation and Language (cs.CL)*, 1-20. <https://doi.org/10.48550/arXiv.1607.06520>
- Caldas-Coulthard, C., & Moon, R. (2010). 'Curvy, Hunky, Kinky': Using corpora as tools for critical analysis. *Discourse & Society*, 21(2), 99-133. <https://doi.org/10.1177/0957926509353843>
- Donthu, N., Kumar, S., Mukherjee, D., Pandey, N., & Lim, W. M. (2021). How to conduct a bibliometric analysis: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 133, 285-296. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.04.070>
- EIGE (2020). Gender equality index, Retrieved December 24 2024 from <https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2022>
- Font, J. E., & Costa-Jussa, M. R. (2019). Equalizing gender biases in neural machine translation with word embedding techniques. *Xiv preprint arXiv:1901.03116*. <https://doi.org/10.48550/arXiv.1901.03116>
- González, A. S., & Rampino, L. (2024). A design perspective on how to tackle gender biases when developing AI-driven systems. *AI Ethics*. <https://doi.org/10.1007/s43681-023-00386-2>
- Hsieh, H.-F., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research*, 15, 1277-1288. <https://doi.org/10.1177/1049732305276687>
- Jones, Henry, A. J. I., Artikis, A., & Pitt, J. (2013). The design of intelligent sociotechnical systems. *Artificial Intelligence Review*, 39, 5–20. <https://doi.org/10.1007/s10462-012-9387-2>
- Kaplan, C., & Grewal, I. (2002). Transnational practices and interdisciplinary feminist scholarship: Refiguring women’s and gender studies (Robyn Wiegman, Inderpal Grewal & Caren Kaplan, Eds.) In *Women's studies on its own: A next wave reader in institutional change* (pp. 66-81). Duke University Press. <https://doi.org/10.1515/9780822384311-003>
- Leavy, S. (2018). Gender bias in artificial intelligence: The need for diversity and gender theory in machine learning. In *Proceedings of the 1st international workshop on gender equality in software engineering* (pp. 14–16). ACM.
- Lindgren, S., & Holmström, J. (2020). Social science perspective on artificial intelligence. *Journal of Digital Social Research (JDSR)*, 2(3), 1-15. <https://doi.org/10.33621/jdsr.v2i3.65>
- Litosseliti, L., & Sunderland, J. (2002). *Gender identity and discourse analysis*. John Benjamins Publishing.
- Lu, D., Neves, L., Carvalho, V., Zhang, N., & Ji, H. (2018). Visual attention model for name tagging in multimodal social media. In *Proceedings of the 56th Annual Meeting of the Association for Computational Linguistics (Volume 1: Long Papers)* (pp. 1990–1999). Association for Computational Linguistics.
- Machimbarrena, J. M., Calvete, E., Fernández-González, L., Álvarez-Bardón, A., Álvarez- Fernández, L., & González-Cabrera, J. (2018). Internet risks: An overview of victimization in cyberbullying, cyber dating abuse, sexting, online grooming and problematic internet use. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 15(11), 2471. <https://doi.org/10.3390/ijerph15112471>

- Matthews, A., Grasso, I., Mahoney, C., Chen, Y., Wali, E., Middleton, T., Njie, M., & Matthews, J. (2021, June). Gender bias in natural language processing across human languages In (Y. Pruksachatkun, A. Ramakrishna, K.-W. Chang, S. Krishna, J. Dhamala, T. Guha, & X. Ren, Eds.) Proceedings of the first workshop on trustworthy natural language processing (pp. 45–54). Association for Computational Linguistics. <https://doi.org/10.18653/v1/2021.trustnlp-1.6>
- Motschenbacher, H. (2013). Gentlemen before ladies? A corpus-based study of conjunct order in personal binomials. *Journal of English Linguistics*, 41(3), 212-242.
- Pathak, S., Solanki, V. K., & Linh, N. T. D. (2024). Gender biasness – a victim of artificial intelligence-based development (Mishra, D., Ngoc Le, A., & McDowell, Z., Eds.) In *Communication technology and gender violence. Signals and communication technology*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-031-45237-6_8
- Poole, M. S., & Folger, J. P. (1981). Modes of observation and the validation of interaction analysis schemes. *Small Group Behavior*, 12, 477-493 <https://doi.org/10.1177/104649648101200406>
- Rodríguez-Rodríguez, I., & Heras-González, P. (2020). How are universities using Information and Communication Technologies to face sexual harassment and how can they improve? *Technology in Society*, 62. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2020.101274>
- Savoldi, B., Gaido, M., Bentivogli, L., Negri, M., & Turchi, M. (2022). Under the morphosyntactic lens: A multifaceted evaluation of gender bias in speech translation. *arXiv: Computation and Language (cs.CL)*, 1-18. <https://doi.org/10.48550/arXiv.2203.09866>
- Shah, D. S., Schwartz, H. A., & Hovy, D. (2020). Predictive biases in natural language processing models: A conceptual framework and overview. In Proceedings of the 58th annual meeting of the association for computational linguistics (pp. 5248–5264). Association for Computational Linguistics.
- Marts, S. A. (2004). Interdisciplinary research is key to understanding sex differences: Report from the Society for women's health research meeting on understanding the biology of sex differences. *Journal of Women's Health & Gender-Based Medicine*, 11(6), 245-249. <https://doi.org/10.1089/152460902760277859>
- Shields, S. A. (2002). *Speaking from the heart: Gender and the social meaning of emotion*. Cambridge University Press.
- Smith, B. G. (2022). *Kadın çalışmaları temeller (Özde Çakmak, Trans.). İletişim Yayınları*.
- Swift, S., & Stillwell, E. (2015, April, 16-18). Gender disparities in the tech industry: The effects of gender and stereotypicality on perceived environmental fit [Oral presentation]. National Conference on Undergraduate Research (NCUR) 2015, Cheney, WA, ABD.
- UN (2015). Sustainable development goals. Retrieved December 24 2024 from <https://sdgs.un.org/goals>
- UNESCO Report. (2019). Artificial intelligence. Retrieved December 24 2024 from <https://en.unesco.org/ARTIFICIALINTELLIGENCE-and-GE-2020>
- Vaismoradi, M., Jones, J., Turunen, H., & Snelgrove, S. (2016). Theme development in qualitative content analysis and thematic analysis. *Journal of Nursing Education and Practice*, 6(5). <https://doi.org/10.5430/jnep.v6n5p100>
- Vinuesa, R., Azizpour, H., Leite, I., Balaam, M., Dignum, V., Domisch, S., Felländer, A., Langhans, S. D., Tegmark, M., & Nerini, F. F. (2020). The role of artificial intelligence in achieving the sustainable development goals. *Nature Communications*, 11, 233. <https://doi.org/10.1038/s41467-019-14108-y>
- Watkins, H., & Pak, R. (2020). Investigating user perceptions and stereotypic responses to gender and age of voice assistants. Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society Annual Meeting, 64(1), 1800–1804. <https://doi.org/10.1177/1071181320641434>
- Weber, R. P. (1990). *Basic content analysis*. CA: Sage

- Wood, W., & Ridgeway, C. L. (2010). Gender: An interdisciplinary perspective. *Social Psychology Quarterly*, 73(4), 334-339. <https://doi.org/10.1177/0190272510389005>
- Yaşın-Dökmen, Z. (2016). Toplumsal cinsiyet sosyal psikolojik açıklamalar. *Remzi Kitabevi*.



KAHRAMANMARAŞ İSTİKLAL ÜNİVERSİTESİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi

Investigation of the relationship between university students' future visions and career adaptation

Ahmet GÜNEŞLİCE¹, Mesut ARGUZ², Özkan GÖK³, Bekir GÜNEŞLİCE⁴

Makale Türü: Araştırma Makalesi

Başvuru Tarihi: 13 Mayıs 2024

Kabul Tarihi: 3 Aralık 2024

Makaleye Atıf Yapmak için: Güneşlice, A., Arguz, M., Gök, Ö. ve Güneşlice, B. (2024). Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi (KİÜ)*, 2(2), 25-42.

ÖZET: Bu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma grubu 160 kadın ve 72 erkek öğrenci olmak üzere toplam 232 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Verileri toplamak amacıyla; Kişisel Bilgi Formu, Gelecek Vizyonları Ölçeği ve Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği Kısa Formu kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular, Pearson Momentler Çarpım Korelasyon tekniği ve Regresyon analizi ile gerçekleştirilmiştir. Veriler SPSS 21.0 programında analiz edilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonlarının kariyer uyumları toplam varyansının %38'ini açıkladığı belirlenmiştir. Ayrıca gelecek vizyonları alt boyutları (umut, iyimserlik ve kötümserlik) ile kariyer uyumları alt boyutları (ilgi, kontrol, merak ve güven) arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu sebeple, okul yaşamından iş yaşamına geçmeye hazırlanan üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonlarının geliştirilmesinin kariyer uyumları açısından önemli bir unsur olduğu düşünülmektedir.

Anahtar sözcükler: Gelecek vizyonları, umut, iyimserlik, kötümserlik, kariyer uyumu

¹ Sorumlu Yazar, Uzm. Psk. Dan., T.C. Milli Eğitim Bakanlığı, ahmetguncelice46@gmail.com, ORCID:0000-0002-8108-7819

² T.C. Milli Eğitim Bakanlığı, mesutarguz46@hotmail.com, ORCID:0009-0000-0362-4853

³ T.C. Milli Eğitim Bakanlığı, gokomeroglu@gmail.com, ORCID:0009-0009-0328-3433

⁴ T.C. Milli Eğitim Bakanlığı, bguneslice@gmail.com, ORCID:0009-0004-3975-9572

ABSTRACT: *The main purpose of this research is to examine the relationship between university students' future visions and career adaptability. The study group consists of 252 university students, including 160 females and 72 males. To collect data, the Personal Information Form, Future Visions Scale, and Career Adaptability Scale - Short Form were used. The findings were analyzed using Pearson's Moment Correlation technique and regression analysis in the SPSS 21.0 program. According to the results, university students' future visions accounted for 38% of the total variance in their career adaptability. Additionally, significant relationships were identified between the sub-dimensions of future vision (hope, optimism, and pessimism) and the sub-dimensions of career adaptability (interest, control, curiosity, and confidence). These findings suggest that enhancing the future visions of university students preparing to transition from school to professional life is crucial for fostering their career adaptability.*

Keywords: *Visions about the future, hope, optimism, pessimism, career adaptability*

1. GİRİŞ

Kariyer yapılandırma yaklaşımı, bireyin deneyimlerinin altında yatan anlam oluşturma sürecine vurgu yapar (Savickas, 2002). Buna göre, bireyin ne yaşadığından ziyade bunları nasıl yorumladığı çok daha önemlidir. Bu yorumlama ise bireyin yaşamında anlam arama ve oluşturma sürecinden etkilenmektedir (Savickas, 2012). 21. yüzyıl, her geçen gün yenilerinin eklendiği belirsizlikler, değişimler ve öngörülemezlikler ile kendini göstermektedir. Örneğin, 20. yüzyılda bireyin kariyer gelişimi doğrusal, basit, karmaşık olmayan ve neden sonuç bağlamında ele alınırken, günümüzde doğrusal olmayan, tahmin edilebilirliğin az olduğu, karmaşık ve çoklu ilişkiler bakımından ele alınmaktadır (Brown ve Brooks, 1996; Savickas, 1995). Bu yüzden son yıllarda postmodern kariyer yaklaşımları ve modelleri ortaya çıkmıştır. Postmodern kariyer yaklaşımları ve modelleri, danışanların kariyerlerini etkili şekilde yönetebilmeleri için kendi deneyimlerini, kaynaklarını, kişiler arası becerilerini, duygusal zekâlarını ve güçlü yanlarını en iyi şekilde kullanarak kararsızlık durumları karşısında rahat kalabilen ve şans faktöründen yararlanabilen bireyler olmaları konusunda desteklenmelerini önemsemektedir (Lee ve Johnston, 2001). Bu yaklaşımlar; Kariyer Yapılandırma Kuramı (Savickas, 2002), Öyküsel Yaklaşım (Cochran, 1997), Hikayelendirme Yaklaşımı (Brott, 2001), Kariyer Yelkenlisi Modeli (Korkut Owen vd., 2015), Çözüm Odaklı Kariyer Psikolojik Danışma Modeli (Miller, 2004), Kaos Kuramı Temelli Kariyer Psikolojik Danışma (Pryor ve Bright, 2011), Brown'un Değer Temelli Kariyer Kuramı (Brown, 1995) ve Umut Eylem Kuramıdır (Niles vd., 2010). Postmodern bir kariyer gelişim anlayışına sahip olan kariyer yapılandırma kuramının önemli kavramlarından birisi de kariyer uyumudur. Son derece rekabetçi ve hızla değişen çağdaş iş yaşamı, üniversite öğrencileri için daha karmaşık ve öngörülemez bir kariyer sürecini ortaya çıkarmıştır (Akkermans vd., 2013; Rodrigues vd., 2015). Bu süreçte üniversite öğrencilerinin kariyer uyumları ile ilişkili ve kariyer uyumları üzerinde etkisi olan yapıların belirlenmesi son derece önemli bir problem durumu olarak değerlendirilmektedir.

1.1. Kariyer Uyumu

Kariyer uyumu, bireyin içinde bulunduğu gelişim döneminde kendisinden beklenen mesleki gelişim görevleriyle başa çıkmaya hazır olup olmadığını gösteren psikolojik bir yapı ve mesleki başa çıkma kaynaklarıdır (Savickas ve Porfeli, 2012). Bireyin kariyer yapılandırma sürecinde önemli yere sahip olan kariyer uyumunu artırıcı dört önemli yapı bulunmaktadır. Bunlar; ilgi, kontrol, merak ve güvendir. Bu yapılar bireyin kariyer gelişim sürecinde karşılaşmış olduğu zorluklar ile başa çıkmaya yönelik öz düzenleme becerileri olarak da değerlendirilmektedir (Savickas, 2013). Bu dört boyut hiyerarşik olarak birbirini izlemekte ve önceki boyuttaki gelişim sonraki boyutun gelişimini etkilemektedir. Tüm boyutlar kariyer yapılandırma sürecinde karşılaşılan önemli görevleri, geçişleri ve travmaları yönetmede uyum sağlamaya yönelik kaynakları ve stratejileri ifade eder (Savickas ve Porfeli, 2012). Bireylerin kariyer uyumları üzerine birçok araştırma yapıldığı görülmektedir. Nitekim araştırmalar kariyer uyumu ile yaşam doyumu (Akça vd., 2018; Ginevra vd., 2018; Santilli vd., 2017), psikolojik sağlamlık (Büyükgoze Kavas, 2016) ve öznel iyi oluş (Kırdök ve Bölükbaşı, 2018; Ramos ve

Lopez, 2018) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir. Ayrıca bireyin, gelecek vizyonuna sahip olması kariyer uyumunu destekleyen önemli bir yapı olarak düşünülebilir. Yapılan araştırmalar gelecek vizyonu olan bireylerin yani iyimserlik ve umut düzeyi yüksek olan bireylerin kariyer uyumlarının yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Akça vd., 2018). Bu nedenle üniversite öğrencilerinin sahip oldukları gelecek vizyonları, örneğin kariyer hedeflerinin olması, kariyerlerine yönelik iyimser bir bakışlarının olması ve kariyerlerine ilişkin öz farkındalıklarının olması kariyer uyumlarını etkileyebilir.

1.2. Gelecek Vizyonları

Gelecek büyük ölçüde öngörülemez olsa da insanoğlu düşünme yeteneği sayesinde gelecekle ilgili birden fazla senaryoyu ortaya koyabilmektedir (Atance ve O'Neill, 2001). Geleceğe yönelim, bireylerin gelecekleri hakkındaki düşüncelerini, fikirlerini ve duygularını ifade eder (Stoddard, vd., 2011). Bu anlamdan okul yaşamından iş yaşamına hazırlanan bireylerin karşılaştıkları beklenmedik zorluklar ve engeller karşısında sahip olduğu psikolojik ve sosyal kaynakları kullanması gerekmektedir (Nota vd., 2015). Bu kaynaklardan birisi de gelecek vizyonlarıdır. Gelecek vizyonlarının teorik temelleri Savickas ve diğerlerinin (2009) ortaya koymuş olduğu yaşam tasarımı modeline dayanmaktadır. Bu model, çalışan bireylerin mevcut iş yaşamına uyumunu kolaylaştırırken aynı zamanda öğrencilerin gelecekte yapacakları mesleklere başarılı şekilde hazırlanmasını destekleyen pozitif kariyer kaynaklarının gelişimini vurgulamaktadır (Savickas vd., 2009). Bu yapı, bireyin geleceğe yönelik bakış açısını (umut, iyimserlik ve kötümserlik) bir bütün olarak değerlendirmesi bakımından önemli bir yapı olarak değerlendirilmektedir (Akça vd., 2018). Gelecek vizyonlarının önemli birer yordayıcısı olarak iyimserlik ve umut iki farklı yapı olsalar da bireyin gelecek yönelimini yansıtan çift yapı tek bir boyut olarak değerlendirilmektedir (Bryant ve Cvengros, 2004). Bu iki yapı hedeflerinin peşinde olan bireylerin gelecek yönelimlerini ortaya koyan bir tema olarak görülmektedir (Snyder vd., 2000). Sun ve Shek (2012), umut ve iyimserliği geleceğe yönelik inançların olası sonuçları ile ilişkili içselleştirilmiş yapılar olarak değerlendirmektedir. Aslında geleceğe yönelik bu olumlu inançlar gelecekle ilgili olumlu sonuçlarla ilişkilendirilmektedir. İyimserlik ve umut gibi psikolojik kaynaklar bireylerin kariyer gelişim sürecinde önemli yapılar olarak karşımıza çıkmaktadır (Savickas, 2013). Araştırmalar umudun bireyin gelecekte ulaşmak istediği hedeflere varmasında önemli bir yordayıcı olduğunu göstermektedir (Wolbert vd., 2018; Eryılmaz 2011). İyimserlik üzerine yapılan araştırmalar ise iyimserliğin kariyer hedefleri, kariyer planlaması ve kariyer keşfi üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca gelecek vizyonlarının bireylerin proaktif kariyer davranışları göstermesi üzerinde etkili bir yapı olduğu belirlenmiştir (Doğanülkü ve Güneşlice, 2022). Araştırmalar göstermiştir ki; bireylerin sahip oldukları gelecek vizyonları, kariyer uyumlarını etkileyen önemli bir değişkendir. Üniversite öğrencilerinin okul yaşamından iş yaşamına uyum sağlayabilmeleri sahip oldukları gelecek vizyonlarından etkilenebilir. Örneğin ilk iş başvurusunda başarısız olan birisi yaşamış olduğu bu stres karşısında umutlu ve iyimser olursa yaşamış olduğu bu krizi daha hızlı ve başarılı şekilde atlatabilir. Bu bakımdan üniversite öğrencilerinin

kariyer gelişimleri bakımından sahip oldukları gelecek vizyonları ve kariyer uyum düzeylerinin birlikte ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

1.3. Gelecek Vizyonları ile Kariyer Uyumları Arasındaki İlişki

Günümüz iş dünyasında yeni ve beklenmedik durumlara uyum sağlayabilmenin önemi günden güne artmaktadır. Birey, kariyer uyum becerileri sayesinde mesleki bir role hazırlanırken ya da mesleği icra ederken karşılaşılabileceği problemleri çözebilme ve gelişimsel görevlerini yerine getirebilmektedir (Savickas, 2002). Araştırmalar neticesinde kariyer uyum yeteneği gelişmiş bireylerin; iş memnuniyeti, yüksek performans ve kariyerde yükselme, işe bağlılık, daha az iş stresi yaşama ve girişimcilik özelliklerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Chan vd., 2016; Nilforooshan ve Salimi, 2016; Rudolph vd., 2017). Araştırmalar kariyer uyumunun okul yaşamından iş yaşamına geçiş sürecinde önemli olduğunu göstermektedir (Büyükgöze-Kavas vd., 2015, Koen vd., 2012). Nitekim kariyer uyum düzeyleri yüksek olan üniversite öğrencilerinin gelecek kariyer görevlerini başarılı bir şekilde yerine getirebileceği, kariyer gelişiminin sorumluluğunu alabileceği, kariyer fırsatlarını keşfedebileceği ve kariyer problemlerini çözme konusunda kendisine olan inancın güçlü olabileceği belirtilmektedir (Baumesiter ve Vohs, 2007; Savickas, 2013). Gelecek vizyonlarının kariyer uyumu üzerinde etkili bir yapı olduğu düşünülmektedir. Örneğin umudun (Akça vd., 2018; Büyükgöze Kavas, 2016; Tolentino vd., 2014; Wilkins vd., 2014) ve iyimserliğin (Büyükgöze Kavas, 2016; Kırdök ve Bölükbaşı, 2018; McLennan vd., 2017) bireyin kariyer uyumunu artırdığını ortaya koyan araştırmalar bulunmaktadır. Bu nedenle üniversite öğrencilerinin kariyer uyumları ile ilişkili ve kariyer uyumları üzerinde etkili olan yapıların açığa çıkarılması önemli bir problem durumu olarak değerlendirilebilir. Bu araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

1.4. Araştırmanın Amacı

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ve kariyer uyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aramıştır.

1. Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ve kariyer uyumları hangi düzeydedir?
2. Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ve kariyer uyum düzeyleri cinsiyet ve sınıf düzeyleri açısından anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları alt boyutları ile kariyer uyumları alt boyutları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları, kariyer uyumlarını yordamakta mıdır?

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada, ilişkisel tarama yöntemi kullanılarak üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. İlişkisel tarama modeli, nicel araştırma yöntemlerinden birisidir. Buna göre, iki ve daha fazla sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin olup olmadığı ortaya çıkmaktadır (Karasar, 2011). Böylelikle değişkenlerin beraber değişip değişmediği ve bu değişimin nasıl olduğu anlaşılmaya çalışılır.

2.2. Evren ve Örneklem

Kolayda örnekleme yoluyla elde edilen veriler, online olarak tasarlanan veri toplama aracıyla 232 üniversite öğrencisinin katılımıyla toplanmıştır. Kişisel bilgi formu ve ölçek içerikleri katılımcılar tarafından eksiksiz şekilde doldurulmuştur. Araştırmada analize alınması uygun görülen 232 form, veri setinde analize alınmıştır. Araştırmanın örneklemini 232 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcıların 160'ı (69 %) kadın ve 72'si (31%) erkektir. Katılımcıların yaş aralığı 18 ila 40 arasındadır. Yaş ortalaması 21.56, standart sapması 3.27'dir. Katılımcıların 79'u (%34) birinci sınıf, 62'si (%26.7), ikinci sınıf 55'i (% 23.8) üçüncü sınıf ve 36'sı (%15.5) dördüncü sınıf öğrencisi olarak eğitim görmektedir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada online olarak düzenlenen kişisel bilgi formu, Gelecek Vizyonları Ölçeği ile Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği kullanılmıştır.

2.3.1. Kişisel bilgi formu

Kişisel bilgi formunda üniversite öğrencilerinin; cinsiyet, yaş ve sınıf düzeylerine ilişkin bilgi alınmıştır.

2.3.2. Gelecek vizyonları ölçeği

Gelecek Vizyonları Ölçeği, Ginevra ve diğerleri (2017) tarafından geliştirilen Akça ve diğerleri (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan, üç boyutlu bir ölçek olup, 19 maddeden oluşmaktadır. 5'li likert'li olan ölçekte; 1 "Beni hiç tanımlamıyor" 5 ise "Beni çok iyi tanımlıyor" olarak değerlendirilir. Bazı ölçek maddeleri; "Gelecekte zorluklarla karşılaşsam bile iyimser olmaya devam edeceğim." (iyimserlik), "Gerçekten istediğim şeyleri elde edemeyeceğim." (kötümserlik), "Sonunda istediğim şeyi elde edeceğimi biliyorum." (umut) şeklindedir. Kötümserlik alt boyutundaki maddeler tersten puanlanmalı ve analiz edilmelidir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin geleceğe ve kariyer planlamasına dair düşüncelerinin olumlu olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanmasında ölçeğin alt boyutlarına ilişkin hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı Umut alt boyutu için .84 İyimserlik alt boyutu için .72 ve Kötümserlik alt boyutu için .70 olarak bulunmuştur. Ölçek toplam puanına ilişkin hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ise .84 olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada

ise Cronbach Alpha güvenirlik testi yapılmış ve ölçeğin güvenirliği .92 olarak bulunmuştur. Buna ek olarak iyimserlik alt boyutunun güvenirliği .85, umut alt boyutu güvenirliği .91 ve kötümserlik alt boyutunun güvenirliği .83 olarak tespit edilmiştir.

2.3.3. Kariyer uyum yetenekleri ölçeği-kısa form

İlk olarak Savickas ve Porfeli (2012) tarafından geliştirilen ve 24 maddeden oluşan Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeğinin kısa formu Maggiori ve diğerleri (2017) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 12 maddeden oluşup dört alt boyuta sahiptir. Bunlar ilgi (3), kontrol (3), merak (3) ve güven (3)'dir. Türkçe uyarlaması Işık ve diğerleri (2018) tarafından yapılmıştır. 5'li Likert tipli olan ölçekte alınan yüksek puanlar kariyer uyum yeteneklerinin yüksek olduğunu gösterir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması üç farklı örneklem düzeyinde gerçekleştirilmiştir. Bunlar lise öğrencileri, üniversite öğrencileri ve yetişkin grubu örneklemeleridir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizine göre bu üç grup içinde modelin yeterince iyi çalıştığı belirlenmiştir ($\chi^2/df = 2,13-3,38$, $GFI = .950-.960$, $CFI = .941-.966$, $TLI = .922-.955$, $RMSEA = .059-.082$). Üniversite öğrencilerinden oluşan gruptan elde edilen veriler ile hesaplanan ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı ölçek bütünü için .90 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırma için ölçeğin Cronbach Alpha sonucuna göre genel güvenirliği .91 olarak hesaplanmıştır. İlgi alt boyutu, .75, kontrol alt boyutu, .78, merak alt boyutu .79 ve güven alt boyutu ise .79 olarak tespit edilmiştir. Bu değerler ölçme araçlarının güvenilir olduğunu göstermektedir. Çünkü Cronbach Alpha değerinin $\alpha=0,70$ ve üzeri olması ölçme aracının güvenilir olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2011).

2.3.4. Verilerin toplanması ve analizi

Etik Kurul İzni: Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Onay Tarihi: 13.01.2023 Onay Belge Numarası: 2023/47. Verileri toplamak için google formlar üzerinden üniversite öğrencileri bilgilendirildikten sonra gönüllülük esasına dayalı olarak araştırmaya dahil edilmişlerdir.

Araştırmaya gönüllü olarak katılan 232 üniversite öğrencisinin doldurduğu ölçekler istatistik programına aktarılmıştır. Tek yönlü uç değerler için z puanları ± 3 altında ve üzerinde olan 2 ölçek uç değer olarak görülmüş ve veri setinden çıkarılmıştır. Çok yönlü uç değerler için ise Mahalanobis uzaklığına bakılmış olup değeri .001'in altında olan herhangi bir ölçeğe rastlanılmamış ve toplam 230 ölçek ile analizler gerçekleştirilmiştir.

Araştırma verilerinin analizinde istatistik programları kullanılmış ve istatistiki çözümler için anlamlılık düzeyi .01 ve .05 olarak alınmıştır. Veri setinin tek değişkenli normalliğini kontrol etmek amacıyla çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri, çok değişkenli normalliğini test etmek için ise saçılma diyagramı matrisleri incelenmiştir. Tek değişkenli normallik için gelecek vizyonları ve kariyer uyumları puan ve alt boyutları üzerinden çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. "Gelecek Vizyonları Ölçeği" Skewness (-.36) ve Kurtosis (-.34) değerleri; "Kariyer Uyumları Ölçeği" için ise

Skewness (-.74) ve Kurtosis (.78) arasında değiştiği hesaplanmıştır. Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 arasında olması dağılımın normal olduğunu göstermektedir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin normal sınırlarda ve saçılma diyagramlarının elips şeklinde olmasından dolayı analizler için parametrik testler kullanılmıştır.

Değişkenlerin karşılaştırılmasında “Bağımsız Örneklem t-Testi” ve “Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way Anova)” kullanılmıştır. T-testi ve ANOVA testi sonucunda gruplar arası karşılaştırmalar yapılırken varyansların homojen olup olmamasına bakılmıştır. ANOVA sonucunda gruplar arasında bir farklılık olması durumunda; farkın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için Post Hoc testleri yapılacak olup; varyansların homojen olduğu gruplarda Tukey testi, varyansların homojen olmadığı gruplarda ise Games-Howell testi kullanılacaktır fakat gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonlarının kariyer uyumlarını ne kadar yordadığını saptamaya yönelik bu araştırmada Gelecek Vizyonları Ölçeği toplamı ile üç alt boyutu bağımsız değişkenler, Kariyer Uyumu Ölçeğinin toplamı bağımlı değişken olarak belirlenmiştir. Gelecek vizyonlarının kariyer uyumunu yordama düzeyini belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi öncesinde modelin temel sayıtları kontrol edilmiş olup saçılma diyagramı matrisinin incelenmesiyle verilerin çok değişkenli normalliği karşıladığı ve bağımsız değişkenler ile bağımlı değişkenler arasında doğrusal bir ilişki olduğu, bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı sorunu ($VIF=2.26<10$; $TV=.72>.10$; $CI=21.23<30$) ve oto korelasyon ($1.5<DW=2.09<2.5$) olmadığı görülmüştür. Ölçeklerden alınan puanlar; 1.00-1.79 (Çok düşük), 1.80-2.59 (Düşük), 2.60-3.39 (Orta), 3.40-4.19 (Yüksek) ve 4.20-5.00 (Çok yüksek) şeklinde değerlendirilmiştir.

3. BULGULAR

İlk olarak araştırmada kullanılan ölçek puanlarının normal dağılım gösterip göstermediği kontrol edilmiştir. Bu bağlamda gelecek vizyonları ölçek puanlarının Skewness (-.36) ve Kurtosis (-.34) değerleri +1 ile -1 arasında değer aldığı görülmüştür. Bu analizler verilerin normal dağılımını göstermektedir. Ayrıca kariyer uyumları ölçek puanları Skewness (-.74) ve Kurtosis (.78) şeklinde değer almıştır. Bu durum kariyer uyumları ölçeği verilerinin de normal dağılım gösterdiğinin kanıtıdır. Veri toplama araçlarına ve normallik testlerine ilişkin sonuçlar Tablo 1'de gösterilmiştir. Tablo 1 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları düzeylerine ait aritmetik ortalamanın $\bar{X}=3.51$, standart sapma değerinin ise $SS=.79$ olduğu görülmektedir. Kariyer uyum düzeylerine ilişkin aritmetik ortalamanın ise $\bar{X}=3.95$, standart sapma değerinin $SS=.74$ olduğu görülmektedir. Buna göre üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ve kariyer uyumlarının ortalamasının üzerinde yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 1: Veri Toplama Araçlarından Elde Edilen Verilere Ait Betimsel Bulgular

Ölçekler	\bar{X}	SS	Minimum	Maksimum	Skewness	Kurtosis
Gelecek Vizyonları	3.51	.79	1.24	5.00	-.36	-.34
Kariyer Uyumu	3.95	.74	1.00	5.00	-.74	.78

3.1 Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Vizyonları ve Kariyer Uyum Düzeylerinin Demografik Değişkenler Açısından Değerlendirilmesine Yönelik Bulgular

Araştırmanın ikinci alt amacı doğrultusunda üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ve kariyer uyum düzeylerinin cinsiyet ve sınıf düzeyi bakımından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine yönelik bulgular tablolar halinde gösterilmiştir.

Tablo 2: Gelecek Vizyonları ve Kariyer Uyum Düzeylerinin Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	n	\bar{X}	SS	Sd	t	p
Gelecek Vizyonları	Kadın	160	3.99	.67	228	1.28	.20
	Erkek	70	3.87	.87			
Umut	Kadın	160	3.56	.78	228	1.40	.13
	Erkek	70	3.41	.81			
İyimserlik	Kadın	160	3.60	.88	228	-.18	.85
	Erkek	70	3.39	1.00			
Kötümserlik	Kadın	160	3.21	.80	228	-1.63	.10
	Erkek	70	3.23	.97			
Kariyer Uyumları	Kadın	160	2.40	.79	228	1.04	.30
	Erkek	70	2.57	.75			
İlgi	Kadın	160	4.03	.77	228	1.02	.30
	Erkek	70	3.90	.98			
Kontrol	Kadın	160	4.03	.82	228	.41	.68
	Erkek	70	3.97	.97			
Merak	Kadın	160	3.92	.77	228	1.42	.15
	Erkek	70	3.92	.77			

	Erkek	70	3.73	.96			
Güven	Kadın	150	3.97	.86	228	.82	.41
	Erkek	70	3.86	.98			

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

Tablo 2 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları (-1.63<t<1.28, p>.05) ve kariyer uyumu (.41<t< 1.42, p>.05) düzeylerinin toplam puanları ve alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmektedir.

Tablo 3: Gelecek Vizyonları ve Kariyer Uyumları Düzeylerinin Sınıf Düzeyi Açısından Karşılaştırılması

Değişkenler	Sınıf Düzeyi	n	\bar{X}	SS	Sd	t	p
Gelecek Vizyonları	1. Sınıf	78	3.46	.87	227	.20	.13
	2. Sınıf	54	3.37	.66			
	3. Sınıf	62	3.66	.71			
	4. Sınıf	36	3.57	.88			
Kariyer Uyumları	1. Sınıf	78	3.98	.82	227	.54	.26
	2. Sınıf	54	3.77	.73			
	3. Sınıf	62	4.03	.71			
	4. Sınıf	36	4.00	.62			

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

Tablo 3 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ve kariyer uyumu (.20<t<.54, p>.05) düzeyleri toplam puanlarının sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmektedir.

3.2. Gelecek Vizyonları ile Kariyer Uyumları Arasındaki Korelasyon Analizine İlişkin Sonuçlar

Gelecek Vizyonları ile Kariyer Uyumları arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Elde edilen analiz sonuçları tablo 4 ve tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 4: Gelecek Vizyonları ile Kariyer Uyumları Arasındaki İlişki

Değişkenler	1	2
1.Gelecek Vizyonları	1	.61**
2.Kariyer Uyumu	.61**	1
	.000	.000

*p<0,05, **p<0,01

Tablo 4 incelendiğinde gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasında sırasıyla orta düzeyde pozitif ($r=0,616$) ve istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) ilişki olduğu bulunmuştur.

Tablo 5: Gelecek Vizyonları ve Kariyer Uyumları Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
1.Umut	1						
2.İyimserlik	.66**	1					
3.Kötümserlik	-.55**	-.36**	1				
4.İlgi	.59**	.34**	-.33**	1			
5.Kontrol	.55**	.47**	-.30**	.60**	1		
6.Merak	.59**	.47**	-.30**	.64**	.62**	1	
7.Güven	.50**	.40**	-.24**	.64**	.64**	.76**	1

*p<0,05, **p<0,01

Tablo 5 incelendiğinde gelecek vizyonlarının alt boyutu umut ile kariyer uyumları alt boyutları arasında sırasıyla orta düzeyde pozitif ilgi ($r=.59$), kontrol ($r=.55$), merak ($r=.59$), güven ($r=.50$) ve istatistiksel olarak anlamlı ($p<0.05$) birer ilişki olduğu bulunmuştur. Yine benzer şekilde gelecek vizyonları alt boyutu iyimserlik ile kariyer uyumları alt boyutları arasında sırasıyla orta düzeyde pozitif ilgi ($r=.34$), kontrol ($r=.47$), merak ($r=.47$) ve güven ($r=.40$) ve istatistiksel olarak anlamlı ($p<0.05$) birer ilişki olduğu bulunmuştur. Fakat gelecek vizyonları alt boyutlarından kötümserlik ile kariyer uyumları alt boyutları arasında sırasıyla orta düzeyde negatif ilgi ($r= -.33$), kontrol ($r= -.30$), merak ($r= -.30$), güven ($r= -.24$) ve istatistiksel olarak anlamlı ($p<0.05$) birer ilişki olduğu bulunmuştur.

3.3. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Uyumlarının Yordanmasına İlişkin Sonuçlar

Üniversite öğrencilerinin sahip oldukları gelecek vizyonlarının kariyer uyumları üzerindeki etkisini ortaya çıkarmak için yapılmış olan regresyon analizi sonuçları tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6: Gelecek Vizyonları ile Kariyer Uyumları Arasındaki Doğrusal Regresyon

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	B	Std. Hata	(β)	t	P	R	R ²	P
Gelecek Vizyonları	Kariyer Uyumu	1.91	.17	.61	10.86	.00	.61	.38	.000

*p<0,05, **p<0,01

Tablo 6’da görüldüğü gibi yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasında yüksek düzeyde ve anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir (R= .61; R² =.38; p<.05). Buna göre üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonlarının kariyer uyumlarındaki toplam varyansın %38’ini açıkladığı söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları alt boyutlarının kariyer uyumlarını yordamasını incelemek amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmak istenmiştir. Araştırmadaki boyutların normal dağılım göstermesi, Durbin Watson değerinin 1 ile 3 arasında olması şeklindeki şartları sağladığı için çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Bulgular Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7: Gelecek Vizyonları ile Kariyer Uyumları Arasındaki Çoklu Regresyon

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p	Regresyon Modelinin Özeti	
Sabit	.62	.31		.27	.000	R ² = .40	DW=2.097
Umut	.38	.06	.51	6.14	.000	Adjusted R ² =.39	
İyimserlik	.65	.05	.08	1.12	.26	F=49.39	VF= 2.536
Kötümserlik	-.08	.06	-.09	-1.36	.17	P=.000	Tolerance=.396

*p<0,05, **p<0,01

Yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda umut (β =.51; t(227)=6.140; p<.05) kariyer uyumunu olumlu ve anlamlı olarak açıklamaktadır. Standardize edilmiş β katsayısı ve t değerleri incelendiğinde görece önem düzeyi olarak umudun üniversite öğrencilerinin kariyer uyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu söylenebilir. Ayrıca modelin (R=.63; R²=.40; Düzenlenmiş R²=39) sonucuna göre gelecek vizyonları alt boyutlarının kariyer uyumunun %39’unu açıkladığı görülmektedir.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasındaki ilişkinin incelendiği bu araştırmada ilk bulgu olarak üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ve kariyer uyumlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Bağımsız gruplar T testi sonucunda kadın ve erkeklerin ölçek ortalamalarının birbirinden anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Ayrıca Tek yönlü ANOVA analizi sonucunda üniversite öğrencileri gelecek vizyonları ve kariyer uyumları aritmetik ortalamalarının sınıf düzeyi bakımından anlamlı bir farklılık oluşturmadığı ortaya konmuştur. Üniversite öğrencileri (yaş

aralığı: 20-24) ile yapılan bir çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha iyimser oldukları ortaya çıkarılmıştır (Wani ve Dar, 2017). Akça ve diğerleri tarafından 2018 yılında yapılan bir çalışmada öğrencilerin kariyer uyumları ile gelecek vizyonlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer bir çalışma sonucuna göre (617- %56,8 kadın, 46-%43,2 erkek, toplam:1086) öğrencilerin kariyer uyumlarının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur (Taş ve Alparslan, 2020). Araştırma sonuçları birlikte değerlendirildiğinde bu araştırmanın bulguları ile benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Bu araştırmanın diğer bulgusu, üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları ile kariyer uyumları arasında çıkan orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğudur. Son yıllarda yurt dışında ve ülkemizde üniversite öğrencilerinin kariyer uyumları üzerinde birçok araştırma yapıldığı görülmektedir (Akça vd., 2018; Kırdök ve Bölükbaşı, 2018; Santilli vd., 2014; Santilli vd., 2017). Bu durumun en önemli nedeni günümüz iş dünyasındaki hızlı değişim, karmaşık ve belirsizliklerin yanı sıra, ekonomik krizler ve dalgalanmalar karşısında bireyi daha hazır hale getirme çabasıdır denilebilir. Bu yüzden birçok kariyer uzmanı, bireylerin kariyer uyumlarının kariyer gelişimleri açısından önemli olduğunu vurgulamaktadır (Eryılmaz ve Kara, 2019; Işık vd., 2018). Araştırmalar, kariyer uyumları yüksek olan bireylerin gelecekleri üzerine daha fazla odaklandıklarını, umutlu ve iyimser olduklarını ortaya çıkarmıştır (Tolentino vd., 2014; Wilkins vd., 2014). Çalışan bireyler üzerinde yapılan diğer bir çalışmaya göre umut düzeyleri yüksek olan bireylerin kariyer uyumlarının da yüksek olduğu belirlenmiştir (Hirschi vd., 2011; Koen vd., 2012). Bu çalışmalar araştırma bulguları ile uyumlu şekilde kariyer uyumu ile umut arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğunu göstermektedir. Bunun yanı sıra iyimserlik ile kariyer uyumu arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalar bulunmaktadır. Büyükgöze Kavas ve diğerlerinin (2015) üniversite ve lise öğrencileri ile yapmış olduğu araştırma sonucunda, kariyer uyumu ile umut arasında güçlü, kariyer uyumu ile iyimserlik arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu bulgulara göre, umutla birlikte iyimserliğin de kariyer uyumlarına etki eden yapılardan biri olduğu söylenebilir. Benzer şekilde yurt dışında yapılan araştırmalar da araştırma bulgularımızı destekler niteliktedir. Örneğin araştırma bulgularına göre, kariyer uyumu yüksek olan bireylerin kariyer iyimserliğinin de yüksek olduğu belirlenmiş olup, bu bireylerin amaç yönelimli davranışlar sergiledikleri ve kariyerlerinin yapılandırma yönünde daha proaktif kişilik sergiledikleri belirlenmiştir (Tolentino vd., 2014). Diğer bir araştırma sonucuna göre kariyer uyumu ile umut ve iyimserlik arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir (Santilli vd., 2016). Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin gelecek vizyonları düzeylerinin yüksek olması ile kariyer uyumları arasında pozitif yönlü ilişkili olabilir.

Bu araştırmanın diğer önemli bir bulgusu ise; üniversite öğrencilerinin sahip olduğu gelecek vizyonlarının kariyer uyumlarını yordamasıdır. Sonuçlar gelecek vizyonlarının kariyer uyumları üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Bulgular, üniversite öğrencilerinin kariyer uyumlarını açıklamada gelecek vizyonlarının %38 oranında etkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca yapılan çoklu regresyon analizi sonucuna göre umut, iyimserlik ve kötümserlik değişkenleri bağımsız; kariyer uyumları ise bağımlı değişken olarak ele alındığında sadece umudun anlamlı bir yordayıcı olduğu

sonucuna varılmıştır. Nitekim araştırmalar çalışan bireyler ve okul yaşamından iş yaşamına geçmeye hazırlanan üniversite öğrencilerinin umut ve iyimserlik düzeylerinin yüksek olmasının kariyer uyumlarını artırdığını göstermektedir (Hirschi vd., 2011; Rudolph vd., 2017; Santilli vd., 2016; Savickas ve Porfeli, 2012; Tolentino vd., 2014;). Çünkü kariyer uyumunu artırmak üzere yapılan yarı deneysel araştırmalarda bireylerin iyimserlik düzeylerini artırıcı etkinlikler kullanıldığı görülmektedir (Kepir Savoly, 2017; Zorbaz vd., 2020). Bu durum araştırma bulgularımızın literatürdeki araştırmalar ile benzer yönde olduğunu göstermektedir. Bu sonuç okul yaşamından iş yaşamına geçiş sürecinde olan üniversite öğrencileri için son derece önemli bulunan kariyer uyumları üzerinde etkili olan bir yapı olarak gelecek vizyonlarının artırılmasının önemli bir bulgu olduğunu göstermektedir.

Tüm yaşam alanlarında ve özelliklerde çalışma dünyasındaki belirsizliklerin arttığı günümüzde; üniversite öğrencilerinin ve çalışan bireylerin gelecek vizyonları (umut, iyimserlik ve kötümserlik düzeyleri) ve kariyer uyum yeteneklerinin geliştirilmesi her zamankinden daha önemli hâle gelmiştir. Bu araştırma sonucunda gelecek vizyonlarının üniversite öğrencilerinin kariyer uyumlarını yordamada önemli bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Bu bakımdan kariyer alanı uzmanlarının bireylerin gelecek vizyonlarını artırıcı bilişsel, duyuşsal ve davranışsal etkinlikler üretmesi üniversite öğrencilerinin kariyer gelişim alanları için önemli olabilir. Ayrıca pozitif kariyer danışmanlığı temelli çalışmalar yapılarak bireylerin umut ve iyimserlikleri artırılabilir. Böylelikle yaşamlarında karşılaşacakları kariyer zorlukları ile mücadele edecek psikososyal kaynaklar edinebilirler. Buna ek olarak, dünyada ve teknolojide yaşanan son değişimler dikkate alındığında bireylerin ilkokuldan iş yaşamına kadarki eğitim yaşamlarında gelişim özelliklerine bakılarak ve kariyer uyumları boyutları (ilgi, keşif, kontrol ve güven) dikkate alınarak öğrencilerin kariyer uyumlarını geliştirici etkinlikler üretilebilir. Okul yaşamı esnasında öğrenciler her zaman ikinci bir plana da sahip olmaları gerektiği konusunda eğitilmelidir. Hayatın akışı içerisinde karşılaşılan engelleri aşma konusunda hayali senaryolarla zihinsel tekrarlar yapılmalıdır. Bu şekildeki hazırlık süreci kriz anında dahi umut düzeyinin düşmesini engelleyebilir. Zaman ve çevre şartlarına bağlı olarak mevcut amaçlar sürekli gözden geçirilmelidir. Bireyin çevre şartlarına uyum sağlaması ve kendini uyarlaması umut düzeyini yükseltecektir.

Çıkar Çatışması Beyanı

Araştırmamızda herhangi bir kurum ya da kişi ile maddi çıkar çatışması yoktur. Yazarlar arasında da herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKÇA

- Akça, M. Ş., Korkmaz, O. ve Alkal, A. (2018). Gelecek vizyonları ölçeği Türkçe formu geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 1(1), 1-21.
- Akkermans, J., Schaufeli, W. B., Brenninkmeijer, V. ve Blonk, R. W. B. (2013). The role of career competencies in the Job Demands-Resources model. *Journal of Vocational Behavior*, 83(3), 356-366. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2013.06.011>
- Atance, C. M. ve O'Neill, D. K. (2001). Episodic future thinking. *Trends in Cognitive Sciences*, 5(12), 533-539. [https://doi.org/10.1016/S1364-6613\(00\)01804-0](https://doi.org/10.1016/S1364-6613(00)01804-0)
- Baumeister, R. F. ve Vohs, K. D. (2007). Self-Regulation, ego depletion, and motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 115-128. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00001.x>
- Bright, J. E. H., ve Pryor, R. G. L. (2011). The chaos theory of careers. *Journal of Employment Counseling. Special Issue. Thoughts on Theories*, 46, 163-166.
- Brott, P. E. (2001). The storied approach: A postmodern perspective for career counseling. *The Career Development Quarterly*, 49(4), 304-313. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2001.tb00958.x>
- Brown, D. (1995). A values-based approach to facilitating career transitions. *The Career Development Quarterly*, 44(1), 4-11. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.1995.tb00524.x>
- Brown, D. ve Brooks, L. (1996). Career choice and development (3. Baskı). Jossey-Bass.
- Bryant, F. B. ve Cvengros, J. A. (2004). Distinguishing hope and optimism: Two sides of a coin, or two separate coins? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(2), 273-302. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.2.273.31018>
- Buyukgoze-Kavas, A., Duffy, R. D. ve Douglass, R. P. (2015). Exploring links between career adaptability, work volition, and well-being among Turkish students. *Journal of Vocational Behavior*, 90, 122-131. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.08.006>
- Büyükgöze-Kavas, A. (2016). Predicting career adaptability from positive psychological traits. *The Career Development Quarterly*, 64(2), 114-125. <https://doi.org/10.1002/cdq.12045>
- Büyükköztürk, Ş. (2011). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. (15. Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Chan, S. H., Mai, X., Kuok, O. M., ve Kong, S. H. (2016). The influence of satisfaction and promotability on the relation between career adaptability and turnover intentions. *Journal of Vocational Behavior*, 92, 167-175. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.12.003>
- Cochran, L. (1997). Career counseling: A narrative approach. Sage. <https://doi.org/10.4135/9781452204918>
- Doğanülkü, H. A. ve Güneşlice, A. (2022). The moderating role of career decision regret in the relationship between visions about the future and proactive career behaviors: Turkey sample. *EKEV Akademi Dergisi*, 91, 75-91. <https://doi.org/10.17753/sosekev.1107761>
- Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. Düşünen Adam: *Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, 24(3). <https://doi.org/10.5350/DAJPN2011240306>
- Ginevra, M. C., Magnano, P., Lodi, E., Annovazzi, C., Camussi, E., Patrizi, P., ve Nota, L. (2018). The role of career adaptability and courage on life satisfaction in adolescence. *Journal of Adolescence*, 62, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.11.002>
- Ginevra, M., C., Sgaramella, T., M., Ferrari, L., Nota, L., Santilli, S. ve Soresi, S. (2017). Visions about future: A new scale assessing optimism, pessimism, and hope in adolescents. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 17(2), 187-210. <https://doi.org/10.1007/s10775-0169324-z>

- Hirschi, A., Niles, S. G., ve Akos, P. (2011). Engagement in adolescent career preparation: Social support, personality and the development of choice decidedness and congruence. *Journal of Adolescence*, 34(1), 173-182. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.12.009>
- Işık, E., Yeğin, F., Koyuncu, S., Eser, A., Çömlekciler, F. ve Yıldırım, K. (2018). Validation of the career adapt-abilities scale-short form across different age groups in the Turkish context. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 18(3), 297-314. <https://doi.org/10.1007/s10775-018-9362-9>
- Karasar, N. (2011). Bilimsel araştırma yöntemi (11. baskı). Nobel Yayınevi.
- Keşir Savoly, D. D. (2017). Okuldan işe geçiş becerileri geliştirme programının kariyer uyumu ve kariyer iyimserliğine etkisi (Tez No. 484081) [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Kırdök, O. ve Bölükbaşı, A. (2018). The role of senior university students' career adaptability in predicting their subjective well-being. *Journal of Education and Training Studies*, 6(5), 47-54. <https://doi.org/10.11114/jets.v6i5.3010>
- Koen, J., Klehe, U. C. ve Van Vianen, A. E. (2012). Training career adaptability to facilitate a successful school-to-work transition. *Journal of Vocational Behavior*, 81(3), 395-408. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.10.003>
- Korkut-Owen, F., Mutlu Süral, T., Arıcı Şahin, F. ve Demirtaş Zorbaz, S. (2015). Kariyer Yelkenlisi Modeli: Kendilerine uygun limanı arayanlar için çalışma el kitabı. Anı Yayıncılık.
- Lee, F. K. ve Johnston, J. A. (2001). Innovations in career counseling. *Journal of Career Development*, 27, 177-185. <https://doi.org/10.1023/A:1007882925425>
- Maggiore, C., Rossier, J. ve Savickas, M. L. (2017). Career Adapt-abilities Scale–Short Form (CAAS-SF) construction and validation. *Journal of Career Assessment*, 25(2), 312-325. <https://doi.org/10.1177/1069072714565856>
- McLennan, B., McIlveen, P., ve Perera, H. N. (2017). Pre-service teachers' self-efficacy mediates the relationship between career adaptability and career optimism. *Teaching and Teacher Education*, 63, 176-185. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2016.12.022>
- Miller, J. H. (2004). Building a solution-focused strategy into career counselling. *New Zealand Journal of Counselling*, 25(1), 18 – 30. <https://hdl.handle.net/10092/17651>
- Niles, S. G., Yoon, H. J., Baln, E. ve Amundson, N. A. (2010). Using a hope-centered model of career development in challenging times. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(34), 101-108.
- Nilforooshan, P. ve Salimi, S. (2016). Career adaptability as a mediator between personality and career engagement. *Journal of Vocational Behavior*, 94, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.02.010>
- Nota, L., Ginevra, M. C. ve Santilli, S. (2015). Life design and prevention. (L. Nota ve J. Rossier, Ed.) *Handbook of life design: From practice to theory and from theory to practice* İçinde (s. 183–199). Hogrefe.
- Ramos, K. ve Lopez, F. G. (2018). Attachment security and career adaptability as predictors of subjective well-being among career transitioners. *Journal of Vocational Behavior*, 104, 72-85. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2017.10.004>
- Rodrigues, R., Guest, D., Oliveira, T. ve Alfes, K. (2015). Who benefits from independent careers? Employees, organizations, or both? *Journal of Vocational Behavior*, 91, 23-34. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.09.005>
- Rudolph, C. W., Lavigne, K. N. ve Zacher, H. (2017). Career adaptability: A meta-analysis of relationships with measures of adaptivity, adapting responses, and adaptation results. *Journal of Vocational Behavior*, 98, 17-34. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.09.002>

- Santilli, S., Marcionetti J., Rochat, S., Rossier, J. ve Nota, L. (2016). Career adaptability, hope, optimism and life satisfaction in Italian and Swiss adolescents. *Journal of Career Development*, 85(1), 6774. <https://doi.org/1177/0894845316633793>
- Santilli, S., Marcionetti, J., Rochat, S., Rossier, J. ve Nota, L. (2017). Career adaptability, hope, optimism, and life satisfaction in Italian and Swiss adolescents. *Journal of Career Development*, 44(1), 62-76. <https://doi.org/10.1177/0894845316633793>
- Savickas, M. L. (1995). Constructivist counseling for career indecision. *The Career Development Quarterly*, 43(4), 363-373. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.1995.tb00441.x>
- Savickas, M. L. (2002). Career construction. *Career Choice and Development*, 149(205), 14-38.
- Savickas, M. L. (2012). Life design: A paradigm for career intervention in the 21st century. *Journal of Counseling & Development*, 90(1), 13-19. <https://doi.org/10.1111/j.1556-6676.2012.00002.x>
- Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work*, 2, 144-180.
- Savickas, M. L. ve Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661-673. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>
- Savickas, M. L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J. P., Duarte, M. E., Guichard, J., Soresi, S., Van Esbroeck, R. ve Van Vianen, A. E. M. (2009). Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century. *Journal of Vocational Behavior*, 75(3), 239-250. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.04.004>
- Snyder, C. R., Ilardi, S. S., Cheavens, J., Michael, S. T., Yamhure, L. ve Sympson, S. (2000). The role of hope in cognitive-behavior therapies. *Cognitive therapy and Research*, 24, 747-762. <https://doi.org/10.1023/A:1005547730153>
- Stoddard, S. A., Zimmerman, M. A. ve Bauermeister, J. A. (2011). Thinking about the future as a way to succeed in the present: A longitudinal study of future orientation and violent behaviors among African American youth. *American Journal of Community Psychology*, 48, 238-246. <https://doi.org/10.1007/s10464-010-9383-0>
- Sun, R. C. ve Shek, D. T. (2012). Positive youth development, life satisfaction and problem behaviour among Chinese adolescents in Hong Kong: A replication. *Social Indicators Research*, 105, 541-559. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9786-9>
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. ve Ullman, J. B. (2013). Using multivariate statistics (7. Baskı). Pearson.
- Taş, M. A. ve Alparslan, A. M. (2020). Kültürel değerler, psikolojik sermaye ve kariyer uyum yeteneği ilişkisine dair bir saha araştırması. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(Özel Sayı), 417-440.
- Tolentino, L. R., Garcia, P. R. J. M., Lu, V. N., Restubog, S. L. D., Bordia, P. ve Plewa, C. (2014). Career adaptation: The relation of adaptability to goal orientation, proactive personality, and career optimism. *Journal of Vocational Behavior*, 84(1), 39-48. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2013.11.004>
- Wani, M. ve Dar, A. A. (2017). Optimism, happiness, and self-esteem among university students. *Indian Journal of Positive Psychology*, 8(3), 275-279.
- Wilkins, K. G., Santilli, S., Ferrari, L., Nota, L., Tracey, T. J. ve Soresi, S. (2014). The relationship among positive emotional dispositions, career adaptability, and satisfaction in Italian high school students. *Journal of Vocational Behavior*, 85(3), 329-338. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.08.004>
- Wolbert, L. S., de Ruyter, D. J., ve Schinkel, A. (2018). What attitude should parents have towards their children's future flourishing?. *Theory and Research in Education*, 16(1), 82-97. <https://doi.org/10.1177/1477878518765017>

Zorbaz, S., Mutlu, T., Owen, F. K. ve Arıcı-Şahin, F. (2020). Kariyer uyumu ve iyimserliğini arttırmada kariyer yelkenlisi modeline dayalı psiko-eğitim programının etkililiği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(5), 2100-2111. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.693258>



KAHRAMANMARAŞ İSTIKLAL ÜNİVERSİTESİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

Empatik liderlik

Empathetic leadership

Mustafa Tuncer OKUMUŞ¹

Makale Türü: Derleme

Başvuru Tarihi: 27 Ekim 2024

Kabul Tarihi: 4 Aralık 2024

Makaleye Atıf Yapmak için: Okumuş, M. T. (2024). Empatik liderlik. *Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi (KIÜ)*, 2(2), 43-52.

ÖZET: Empati genel olarak başkalarının duygularını anlamakla ilgilidir. Liderlik ise başkalarını etkileyerek istedik yönde davranmalarını sağlama ile ilgili bir kavramdır. Lider başkalarını etkilerken onların duygularını anlayarak hareket ederse bu durum hem lider hem de takipçileri için olumlu bir durum olacaktır. Literatürde araştırmacılar tarafından liderlikle ilgili oldukça fazla çalışma yapılmış olduğu görülmektedir. Literatürde çalışmalar tarihi olarak öne çıkmış olan liderlerin kişisel özelliklerinden başlayarak günümüze kadar detaylandırılarak ve artarak sürmüş olup liderlik tarzları araştırılmıştır. Bu kavramlardan birisi de empatik liderliktir. Uluslararası literatürde araştırma yapılan bir kavram iken ulusal literatürde empatik liderlik kavramı ile ilgili araştırmaların yok denecek kadar az olduğu söylenebilir. Yöntem olarak ilgili makalelere erişim için Web of Science, Google Scholar ve Türkçe tezlere erişim için YÖK Tez Merkezi veri tabanları kullanılmıştır. Veri tabanlarında empati, liderlik ve empatik liderlik kelimeleri taratılmıştır. Literatür taraması Eylül-Ekim 2024 tarihlerinde gerçekleştirilmiştir. YÖK tez merkezinde empatik liderlikle ilgili araştırma tarihinde hiç tez olmadığı görülmüştür. Empati ve liderlik olarak az sayıda makalenin var olduğu gözlenmiş ve empatik liderlik kavramıyla ilgili çalışmanın kısıtlı olduğu görülmüştür. Bu çalışmada ulusal literatürde görülen empatik liderlik alanındaki boşluğu doldurma anlamında bir miktarda olsa katkı sağlanması amaçlanmıştır.

Anahtar sözcükler: Liderlik, empati, empatik liderlik

¹ Sorumlu Yazar, Dr. Öğr. Üyesi, Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi, tuncerokumus@gmail.com, ORCID: 0000-0002-6495-3252

ABSTRACT: *Empathy is generally associated with understanding the feelings of others. While leadership is a concept related to influencing others to behave in the desired direction. If the leader acts by understanding the feelings of others while influencing them, this will be a positive situation for both the leader and the followers. In the literature, researchers have conducted many studies on leadership. In the literature, studies have been carried out starting from the personal characteristics of the leaders who have come to the fore historically, and leadership styles have been investigated by elaborating and increasing until today. One of these concepts is empathetic leadership. While it is a concept that has been researched in the international literature, there is almost no research on the concept of empathetic leadership in the national literature. As a method, Web of Science, Google Scholar, and YÖK Thesis Centre databases were used to access the related articles and theses, respectively. The words empathy, leadership, and empathic leadership were searched in the databases. The literature review was conducted between September and October 2024. It was observed that there was no thesis on empathic leadership in the YÖK thesis center. It was observed that there are few articles on empathy and leadership, and there are only a limited number of studies on the concept of empathic leadership. This study aims to contribute to filling this gap in the national literature by offering insights into the concept of empathetic leadership.*

Keywords: *Leadership, empathy, empathic leadership*

1. GİRİŞ

Empati, başkalarının düşüncelerini, duygularını veya tecrübelerini deneyimleme ve bunlarla ilişki kurma yeteneğidir. Empati, başkalarını şefkat veya duyarlılıkla anlayıp destekleyebilmek olan basit sempati duygusundan daha fazlasıdır. Empati, liderlik için temel bir yapıdır. Birçok liderlik teorisi, empati kurma ve gösterme yeteneğinin liderliğin önemli bir parçası olduğunu öne sürer. Günümüz liderlerinin daha fazla kişi odaklı olmaları ve sadece yan ofistiklerle değil aynı zamanda diğer binalar veya ülkelerdeki kişilerle de çalışabilmeleri gerekir. Empati iş performansı ile pozitif ilişkili olup bazı kültürlerde iş performansı için diğerlerinden daha önemlidir (Gentry vd., 2007).

Empati, güveni artırdığı, çalışanları motive ettiği ve kar getiren sonuçlar sağladığı, etkili bir kurumsal yönetim elde etmek için bir kuruluştaki eksik yapı parçası olabilir. Empati bir liderlik ve iş aracı olarak küçümsenemez. Eğer bir yönetici delege edebiliyor, iletişim kurabiliyor ve uzun vadeli bir stratejiyi hayata geçirebiliyorsa o zaman iyi bir lider olmak için gerekenlere sahip demektir. Tüm bunları yapabiliyor ve ekip üyelerinin kendine özgü ihtiyaçlarını gerçekten anlayabiliyorsa bu sadece ilham verici bir stratejik yönetime değil aynı zamanda vizyoner ve etkili bir kurumsal yönetime de yol açar (Deliu, 2019).

Empatik liderlik, lider ve takipçisi arasındaki (liderin takipçisinin iş durumunu ne kadar anladığı, duygusal anlayışa yatırım yaptığı ve takipçisine duygusal güvenlik sağladığı) duygusal ilişkiye odaklanır. İşyeri performansının çalışanların bilişsel ve duygusal emeğine giderek daha fazla dayanması nedeniyle empatik liderliğe duyulan ihtiyaç artmıştır (Kock vd., 2019). Empatik liderliğin örgütsel davranış, endüstri ve örgüt psikolojisi açısından önemli bir liderlik tarzı olduğu düşünülmektedir. Derleme makalelerin amacının belirlenmesinde ilgili konunun hızla büyüyen ve genişleyen bir literatüre sahip olması önemlidir (Özer ve Görgülü, 2021). Empatik liderliğin de hızla büyüyen ve genişleyen bir literatüre sahip olduğu görülmektedir.

Bu çalışmada yöntem olarak, ilgili makalelere erişim için Web of Science ve Google Scholar ve ilgili Türkçe tezlere erişim için YÖK Tez Merkezi veri tabanları kullanılmıştır. Veri tabanlarında empati, liderlik, empatik liderlik (empathic leadership) kelimeleri Türkçe ve İngilizce olarak taranmıştır. Literatür taraması Eylül-Ekim 2024 tarihlerinde gerçekleştirilmiştir. YÖK tez merkezinde empatik liderlikle ilgili araştırma tarihinde hiç tez olmadığı görülmüştür. Bu çalışmada sırasıyla empati ve liderlik ayrı ayrı ele alınarak empatik liderlik kavramı incelenmeye çalışılmıştır.

1. Empati

Empati insanlar arasında iyi ilişkiler kurulmasına yardımcı olur (Wibowo ve Paramita, 2022). Başka bir kişinin düşünceleri ve duyguları da dahil olmak üzere içsel durumunu bilmek; gözlemlenen bir diğerinin duruşunu benimsemek veya sinirsel tepkilerini eşleştirmek; başka bir kişinin hissettiği gibi hissetmeye başlamak; bir başkasının nasıl düşündüğünü ve hissettiğini hayal etmek; birinin diğerinin yerinde nasıl düşüneceğini ve hissedeceğini hayal etmek, aşka bir kişinin acı çekmesine tanık olmaktan

sıkıntı duymak gibi farklı psikolojik durumlar farklı empati kavramlarına karşılık gelmektedir (Batson, 2009). Tarihi gelişimi açısından empati kavramının otomatik bir şekilde bir başkasının deneyimlerini “hissetmekten”, duygusal paylaşımın bilişsel modülasyonuna ve benliğin diğerinden gerekli şekilde farklılaştırılmasına artan bir dikkat göstermeye doğru evrildiği görülmektedir (Stevens ve Woodruff, 2018).

Empati son on yıllarda üzerinde çalışılmaya değer bir konu olarak öne çıkmıştır. Bu kavram yakın zamana kadar İskoç duygusalıcılar ve Alman fenomenologlar gibi dikkate değer istisnalar dışında felsefi araştırmanın ciddi bir konusu değildi. Empati, bilişsel ve duygusal empati olarak ele alınabilmektedir. Bilişsel empati başkalarını anlamaya yönelik empatiyi ifade etmektedir. Esas olarak veya yalnızca bilişsel zihinsel yapıları içerdiği düşünülmektedir. Duygusal empati ise aksine, zorunlu olarak duyguları içermektedir. Bazı durumlarda, bilişsel empatinin zihin teorisi olarak da bilinen şeyi yani zihinsel durumları ve özellikleri daha geniş bir şekilde atfetme pratiğimizi kapsadığı kabul edilir. Duygusal empati A kişinin B kişinin duygularını, duygusal ifadelerini veya durumunu algısal olarak deneyimlemesi, farkında olması veya hayal etmesinden kaynaklanan ve A kişisi tarafından deneyimlenen bir duygudur. Duygu, B'nin yaşadığı duyguyla aynı ya da çok benzerdir veya B'nin içinde bulunduğu durumda yaşaması uygun olacak duygulardır. Benzer bir kavram olan sempati ise bir A kişisi tarafından başka bir B kişinin refahı veya kötü durumu için deneyimlenen bir duygudur. Bu duygu nadiren B tarafından deneyimlenen duygu(lar) gibi olmasından dolayı sempati neredeyse benzersiz bir şekilde diğerine yöneliktir (Maibom, 2020). İnsanlar empatinin ne olduğu konusunda çoğu zaman kafa karışıklığı yaşar ve empatiyi sempati ya da merhamet ile karıştırırlar. Empati kişilerarası bir beceri olduğundan diğer kişi bir müşteri, meslektaş, arkadaş veya eş olabilir (Brockbank ve McGill, 2013). Literatürde empati sıklıkla duygusal bulaşma, yani başkalarının duygularını yakalama eğilimi ile de ilişkilendirilmektedir (Cooper, 2011).

Empati normalde bir başkasının duygu, düşünce veya tutumlarıyla psikolojik olarak özdeşleşme olarak tanımlanır. Başka bir ifadeyle empati, bir başkasının ne yaşadığını anlama ve kendini onun yerine koyma becerisidir (Velasco, 2019). Başkalarının duygusal durumlarını paylaşma, anlama ve bunlara özenle karşılık verme yönündeki doğal kapasite olan empati, doğumdan yaşamın sonuna kadar insan sosyal etkileşiminin çoğunda önemli bir rol oynar. Empatinin, prososyal davranışı motive etmede, saldırganlığı engellemede ve ahlaki gelişim için duygusal ve motivasyonel temeller sağlamada kilit bir role sahip olduğu düşünülmektedir (Decety, 2012).

Empati, başkalarına uyum sağlamamıza ve böylece onların deneyimledikleri ile uyumlu olduğumu düşündüğümüz zihinsel durumları ve duyguları ben-öteki farklılaşması duygusunu koruyarak, değişken bir yakınlık derecesiyle anlamamıza ve hissetmemize imkân tanıyan ötekine yönelik psikolojik bir süreçtir (Camassa, 2024). Empati, kişinin sözel ve sözel olmayan mesajlarla iletilen duygularını anlayabilme, gerektiğinde insanlara duygusal destek sağlayabilme ve başkalarının duyguları ile

davranışları arasındaki bağlantıları anlayabilme yeteneğidir (Rahim vd., 2002). Empatik duygu, yüksek güç mesafesine sahip kültürlerde başarılı iş performansını teşvik etmek için babacan destek ve koruma ikliminin oluşturulmasında önemli rol oynamaktadır (Gentry vd., 2007).

2. LİDERLİK

Liderliğin ortaya çıkışına dair hâlihazırda akademisyenler arasında farklı görüşler bulunmaktadır. Bazı akademisyenler liderlik üzerine düşünmenin başlangıcını genellikle Sun Tzu, Napolyon ya da Büyük İskender gibi askeri liderlerin stratejilerine dayandırmaktadır. Bazıları ise Platon'un iyi bir liderin nasıl olması ve nasıl yetiştirilmesi gerektiği konusundaki tartışmasının liderlik çalışmalarının başlangıcı olduğunu öne sürmektedir. Ancak, liderlik üzerine düşünmek ve çalışmak yüzyıllar öncesine dayansa da resmi yönetim çalışmalarının yirminci yüzyılın başlarındaki yönetim çalışmalarıyla başladığı söylenebilir. Bu ilk kavramlar büyük ölçüde Fayol'un bilimsel yönetim teorilerinden gelen fikirlerin yanı sıra liderliğe yönelik mübadeleyi, işçiler ve patronlar arasındaki iş bölümünü, zaman ve hareket çalışmalarını ve anlamlı bir örgütsel iletişim için uygun yapı olarak sabit zincir kavramını vurgulama eğiliminde olan işlemsel yaklaşımlardan yararlanmıştı (Shields, 2020). Liderlik artık neredeyse evrensel olarak astların çabalarını motive etmek için kullanılan mekanizmalar olarak ödül ve cezadan esinlenen etkinliğin aksine en azından dönüşümsel ve ilham verici olmayı amaçlayan böylece takipçileri paylaşılan vizyon aracılığıyla daha yüksek veya olağanüstü performans seviyelerine heyecanlandıran değişim için birincil katalizör olarak liderle birlikte bir değişim süreci olarak görülmektedir (Deliu, 2019).

Liderliğe talip olmak için bir iradenin var olması gerekir. Liderlik otomatik olarak resmî bir görev veya ünvanla birlikte gelmez, ancak liderliğin doğasında var olduğu görülebilir. Bir kişi lidersiz teknokratik ve bürokratik bir şekilde bir görev/rol üstlenmeye karar verebilir ya da böyle bir karar alması beklenebilir. Liderliğe talip olma iradesi mevcut olmayabilir. Bunun aksine, resmi bir görevin/rolün dışında olan bir kişi liderlik ihtiyacına yanıt olarak liderlik göstermeye de karar verebilir (Veldsman ve Johnson, 2017). Resmî olmayan bir grupta bir grup üyesi veya resmi bir grupta atanmış bir lider, grubun devamlılığını destekleyen ve/veya görev performansını ve hedefe ulaşılmasını sağlayan faaliyetlerde bulunduğu lider olarak hareket ediyor olarak algılanır (Mendonca ve Rabindra, 2007).

Liderler kendilerini eski düşünme ve var olma biçimlerine hapsedemezler. Sadece eski yöntemleri uygulayabilecekleri bir yere sahip olmak ve bunun rahatlığını yaşamak yeterli değildir. Yeni zorluklar yeni çözümler gerektirir ve hatta eski zorlukların üstesinden ancak onlara yeni bir gözle bakarak gelinebilir (Houston, 2007).

Yöneticiler planlama, organize etme ve kontrol etme yoluyla kaostan düzen çıkarırlar. Buna karşılık liderler vizyona, ağ oluşturmaya ve güçlü bir kurumsal gelecek için gereken ilişkilere odaklanarak kurumların değişim ve fırsatlarla başa çıkmasına yardımcı olurlar. İyi liderlik duygusal olarak zorlayıcıdır. Etkili liderler ilham verir ve motive eder kendilerinde ve başkalarında en iyiyi nasıl ortaya çıkaracaklarını bilenler kuruluşlarının gelişmesine ve büyümesine yardımcı olurlar. Liderlik,

beceri ve yönelim açısından çok boyutludur. Başarılı liderlerin insanları ve kuruluşları, görevleri ve süreçleri, kendilerini ve diğerlerini anlamaları gerekir. Onla gelecekteki olasılıkları öngörürken mevcut gerçeklerle ilgilenmeli sağlam yapılar ve politikalardan gelen kurumsal netliği teşvik etmekten cesur vizyonlar aracılığıyla enerji ve yaratıcılığı serbest bırakmaya, çalışanların her gün lider olarak olgunlaştığı ve geliştiği öğrenen organizasyonlar oluşturmaktan kalıcı farklılıkların olduğu bir dünyada kaçınılmaz olan çatışmayı yönetmeye kadar çok çeşitli konularda yetkin bir şekilde çalışmak için güven ve stratejilere ihtiyaç duymalıdır. Liderler çalışmalarında akıl, kalp ve ruhu kullanırlar; çoklu kurumsal seviyeler, süreçler, konular ile alanlar arasında mekik dokumalarına rehberlik edecek ve yönlendirecek bir haritaya ihtiyaç duyarlar (Gallos, 2008).

3. EMPATİK LİDERLİK

Empati diğer bireylerin görüşlerini, inançlarını, duygularını ve deneyimlerini deneyimleme, ilişkilendirme ve paylaşma yeteneğidir. Empati (kendini başkasının yerine koyabilme) basit bir sempatiden (kendi perspektifinden anlayabilme ve başkalarını sempati, nezaket ve şefkatle sürdürülebilir) daha fazlasıdır. Empati gerçekten de liderlik için hayati önem taşıyan bir yapıdır. Empatiye sahip olma ve empati sergileme kapasitesinin liderliğin önemli bir parçası olduğunu savunan çok sayıda teori ve model bulunmaktadır. Empatinin üç boyutu vardır (Deliu, 2019):

1. Bilişsel empati: Lider, diğer kişinin dünya hakkında nasıl düşündüğünü algıladığında bu, söyleyeceklerini takipçinin anlayacağı terimlerle ifade edebileceği anlamına gelir.
2. Duygusal empati: Lider kişinin hissettiklerini anında anlaması durumudur.
3. Şefkatli empati: Liderin kişinin neye ihtiyaç duyduğunu hissetmesi ve o kişiye önem verdiğini ifade ettiği durumdur.

Empatinin bilişsel bileşenleri, başka bir kişinin duygusal durumunun algılanmasını ve anlaşılmasını içerir. Bilişsel empatinin tüm tanımları, bir kişinin empati kurmuş sayılması için bir başkasına ilişkin algılarında doğru olmasını gerektirmez. Duygusal empati ise çeşitli kuramcılar tarafından kişinin bir başkasının deneyimlerine duygusal olarak karşılık vermesi olarak tanımlanmıştır (Stosic vd., 2021).

Belli bir düzeyde empati (hem bir ihtiyaç hem de ifade edilen bir davranış olarak) tüm insanlarda mevcuttur. Empati herkes için temel bir davranıştır. Liderin işyerinde empatiyi kullanması takipçilerinde ve liderlerin kendilerinde olumlu durumlar oluşturur. Daha yüksek empati, liderlerin takipçilerinin ihtiyaçlarını daha iyi anlamasına ve bunlara performansı artıracak şekilde yanıt vermesine de imkân tanır. Takipçisini daha iyi anlayan ve tahmin eden bir lider, hangi yönetim tekniğinin düşük performansı iyileştireceğine veya iyi performansı artıracasına karar verebilir (Kock vd., 2019).

Empatik liderlik, takipçilerin davranışlarını etkilemek için empatik dili vurgular. Bu nedenle motivasyonel dil, işyeri sonuçlarını iyileştirmek için duygusal destek sağlamanın merkezinde yer alır.

Klasik ve en geniş iletişim görüşü, iletişimin göndericinin alıcıya bir mesaj göndermesini ve alıcının da bu mesajı tercüme etmesini, yorumlamasını ve bu mesaja göre hareket etmesini içerdiğini öne sürer. Bu durumda gönderici lider, alıcı ise takipçidir. Takipçiyi motive eden bir dil sergileyen lider, takipçinin duygusal durumunu ve ona hizmet etmek için özen gösterme ve harekete geçme isteğini anlamak için bir mesaj gönderir. Bunun karşılığında alıcı da liderin kendisini önemseydiğini göstermesine olumlu tepki verir (Wibowo ve Paramita, 2022).

Empati, liderlerin takipçilerine bireysel düzeyde ilgi göstermelerini, başkalarındaki duyguları tanımalarını ve hem kendilerinin hem de bağlamın farkında olmalarını sağlar. Empati, başka bir kişinin yerinde durmak ve dünyayı o kişinin bakış açısından görmeye çalışmak anlamına gelir. Empatik liderler, takipçilerinin ne düşündüğünü ve hissettiğini gerçekten anladıklarını gösterirler. Bir lider empati gösterdiğinde, bu takipçi için onaylayıcı ve doğrulayıcıdır. Takipçinin kendini eşsiz hissetmesini sağlar (Zerfass vd., 2022).

Empati, başka bir kişinin duygularının farkında olmakla başlar. Karşılıklı iletişim ve farkındalık olması diğer insanların duygularının farkında olmayı kolaylaştırır. Hem liderler hem de takipçiler birbirlerine nasıl hissettiklerini söyleyebilir ve düşüncelerini dışa vurabilirler (Polimilis, 2010). Çalışanların, düşünceli olan ve astlarının etkili olmalarına yardımcı olmaya istekli olan, çatışmayı ele almak için bütünleştirici tarzın kullanımını artıran ve iş performanslarını iyileştiren bir lidere saygı duymaları ve onunla duygusal olarak özdeşleşmeleri muhtemeldir (Rahim vd., 2006; akt. Polychroniou, 2010).

Empatik liderler, sosyal olarak kabul edilebilir davranışların önemini iletmeye ve pekiştirmeye daha yatkındırlar. Onlar kuruluşun iç ve dış paydaşlara olan bağlılığını vurgular ve çalışanların kuruluşlarına karşı gurur duygularını artırır (Athanasiaidou vd., 2024). Empatik liderler takipçileriyle duygusal bağlar kurar, onların refahına karşı gerçek kişisel ilgi gösterir ve onların ihtiyaçlarını dikkate alırlar. Empatik bir lider işyerinde öğretimsel ve duygusal olmak üzere iki destek kaynağı oluşturur. (Bani-Melhem vd., 2021). Empati; başkalarının duygularını, hislerini tanıma, anlama yeteneği olup bu kişilerarası beceri, bir astla karşılıklı güvene dayalı işbirlikçi bir ilişki geliştirmeyi kolaylaştırabilir. Empati aynı zamanda liderin, astın değişim ilişkisinden ne kadar memnun olduğunu anlamasını, görevler, ödüller ve liderin desteği konusunda alta yatan adaletsizlik ile kızgınlık duygularını tespit etmesini kolaylaştırır (Mahsud vd., 2010).

Empatik liderler genellikle astlarıyla yüksek kaliteli ilişkiler kurarlar. Bu ilişkiler çalışanlar ve kuruluşlar için birçok faydalı sonucu artırır. Yüksek empatik kaygıya sahip liderler, astlarıyla ilişkilerinin gerçekleşme olasılığının daha yüksek olması için çalışanlarla ilgili bir atmosfer oluşturmalıdır (Haynie vd., 2019). Empatik liderlik, çalışanları daha üretken olmaları için motive edebilir ve iş memnuniyetini artırabilirler (Fuller, 2023). Empatiye dayalı bir kurum kültüründe lider davranışı, dünyayı başkalarının

gördüğü gibi görmek, bir başkasının mevcut duygularını anlamak, yargılayıcı olmamak ve başkalarının duygularını anladığını ifade etmek şeklinde gerçekleşir (Dolamare, 2019).

İzleme, planlama, kontrol etme ve performansa hükmetme veya “rakamları tutturma” gibi görev odaklı beceriler önemli olsa da başkalarını anlamak, önemsemek ve geliştirmek özellikle günümüz işgücünde daha önemli olmasa da en az bunlar kadar önemlidir. Liderler açısından başkalarına zaman ayırmak ve ilgi göstermek empatiyi geliştirmekte bu da liderin kişisel performansını artırmakta ve algılanan etkinliğini geliştirmektedir. Empatik liderler, kuruluşlar için bir kazançtır. Onlar ilişkileri etkili bir şekilde kurabilir ve sürdürebilirler. Bu da dünyanın her yerindeki kuruluşlara liderlik etmenin kritik bir parçasıdır (Gentry vd., 2007). Başkalarını ön yargısız bir şekilde “görebilme” yeteneği, liderlerin başkalarının potansiyelini ve ihtiyaçlarını anlamasını sağlayarak ilgili, motive edici ve ulaşılabilir hedefler belirleyebilmelerini sağlar. Dahası duygusal, bilişsel ve iletişimsel nitelikleri bir araya getirirken ekip dinamiklerinin farkında olma becerisi daha bilinçli, daha kapsayıcı sorun çözme ve katılımcı karar alma süreçlerine yol açabilir (Tzouramani, 2017).

4. SONUÇ

Günümüzde lider ile takipçileri arasında var olan iletişim tarzından kaynaklı birçok sorunun ortaya çıktığı görülmektedir. Lider ve çalışanlar kendilerinin anlaşılmadığını düşünebilmektedir. Tam da bu durumda empati kavramı karşımıza çıkmaktadır. Bireylerin birbirlerinin duygularını anlamalarına da ne kadar ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır. Çalışma ortamında kolaylaştırıcı bir etken olabilecektir.

Empatik liderliğin; liderle takipçileri arasında iyi bir iletişim sağlanması, hem liderin hem de takipçilerin performansına katkı sağlanması, kızgınlık ve çatışmanın azalması, adalet duygusunun artması, lider tarafından takipçilerin önemsendiği algısının oluşturulması, karşılıklı saygı duyulması, duygusal olarak özdeşleşmenin sağlanması, işbirliği ortamına katkı sağlanması, motivasyon ve iş tatmininin artması, üretkenliğin artması gibi hem lidere, hem takipçilere hem de çalışılan kuruma büyük faydalar sağlayabilecek bir kavram olduğu ifade edilebilir. Günümüzde birçok sorunla uğraşan işletmeler için empatik liderliğin kolaylaştırıcı bir özellik olacağı anlaşılmaktadır. İşletmeler için empati ve empatik liderlik özelliğinin desteklenmesi, yönetici konumunda olan kişiler için empati ve empatik liderlik ile ilgili eğitimler verilmesinde ve teşvik edilmesinde fayda olacağı anlaşılmaktadır.

Destek ve Teşekkür Beyanı

Emeği geçen dergi kuruluna ve hakemlere teşekkür ederim.

Çıkar Çatışması Beyanı

Bu çalışmada çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKÇA

- Athanasiadou, C., Theriou, G. ve Chatzoudes, D. (2024). Flying responsibly: Effects of perceived corporate social responsibility on attitudes and behaviors of employees in the european aviation industry. *International Journal of Organization Theory & Behavior*, 27(1), 80-98. <https://doi.org/10.1108/IJOTB-01-2023-0018>
- Bani-Melhem, S., Mohd. Shamsudin, F., Mazen Abukhait, R. ve Quratulain, S. (2021). Paranoid personality and frontline employee's proactive work behaviours: A moderated mediation model of empathetic leadership and perceived psychological safety. *Journal of Service Theory and Practice*, 31(1), 113-135. <https://doi.org/10.1108/JSTP-05-2020-0104>
- Batson C. D. (2009). These things called empathy: Eight related but distinct phenomena (Decety, J. ve Ickes, W., Ed.) *The social neuroscience of empathy* içinde (s.3-16). Mit Press.
- Brockbank, A. ve McGill, I. (2013). Coaching with empathy. McGraw-Hill Education (UK).
- Camassa, M. (2024). On the power and limits of empathy. Springer International Publishing AG.
- Cooper, B. (2011). Empathy in education: Engagement, values and achievement. Bloomsbury Publishing Plc.
- Decety, J. (2012). Empathy: From bench to bedside. MIT Press.
- Deliu, D. (2019). Empathetic leadership—key element for inspiring strategic management and a visionary effective corporate governance. *Journal of Emerging Trends in Marketing and Management*, 1(1), 280-292.
- Dolamore S. (2019). Detecting empathy in public organizations: Creating a more relational public administration. *Administrative Theory & Praxis*, 43(1), 58–81. <https://doi.org/10.1080/10841806.2019.1700458>
- Fuller, L. (2023). Empathetic leadership: Motivating organizational citizenship behavior and strengthen leader-member exchange relationships. *International Business Research*, 16(3), 38-51. <https://doi.org/10.5539/ibr.v16n3p38>
- Gallos, J. V. (2008). Business leadership: A jossey-bass reader (2. Baskı). John Wiley & Sons.
- Gentry, W.A., Weber, T.J. ve Sadri, G. (2007). Empathy in the workplace: A tool for effective leadership. <http://www.ccl.org/wp-content/uploads/2015/04/EmpathyInTheWorkplace.pdf>. adresinden 22.10.2024 tarihinde erişilmiştir.
- Haynie, J. J., Baur, J., Harris, J. N., Harris, S. G. ve Moates, K. N. (2019). When caring leaders are constrained: The impact of lmx differentiation on leader empathic concern in predicting discretionary work behaviors. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 26(1), 5-17. <https://doi.org/10.1177/1548051818767394>
- Houston, P. D. (2007). Out-of-the-box leadership (Houston, P. D., Blankstein, A. M. ve Cole, R. W., Ed.) *Out-of-the-box leadership* içinde (s. 1-4). Corwin Press.
- Kock, N., Mayfield, M., Mayfield, J., Sexton, S. ve De La Garza, L. M. (2019). Empathetic leadership: How leader emotional support and understanding influences follower performance. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 26(2), 217-236. <https://doi.org/10.1177/1548051818806290>
- Mahsud, R., Yukl, G. ve Prussia, G. (2010). Leader empathy, ethical leadership, and relations-oriented behaviors as antecedents of leader-member exchange quality. *Journal of Managerial Psychology*, 25(6), 561-577. <https://doi.org/10.1108/02683941011056932>
- Maibom, H. (2020). Empathy. Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9781315213477>
- Mendonca M. ve Rabindra K. (2007). Ethical leadership. McGraw-Hill.

- Özer, A. ve Görgülü, Z. (2021). Bir bilimsel derlemenin planlanması ve yazımı. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(3), 698-713. <https://doi.org/10.17556/erziefd.819971>
- Polychroniou, P. V. (2009). Relationship between emotional intelligence and transformational leadership of supervisors: The impact on team effectiveness. *Team Performance Management: An International Journal*, 15(7/8), 343-356. <https://doi.org/10.1108/13527590911002122>
- Polymilis, C. (2010). Empathetic leadership in critical situations: How can leaders lead with empathy in times of trauma? (Yayımlanmış Doktora Tezi). Naval Postgraduate School.
- Rahim, M. A., Psenicka, C., Zhao, J. H., Yu, C. S., Polychroniou, P., Chan, K. A., Yee, K. W., Alves, M. G., Lee, C. W., Rahman, M. S., Ferdausy, S. ve Wyk, R. V. (2002). A model of emotional intelligence and conflict management strategies: A study in seven countries. *International Journal of Organizational Analysis*, 10 (4), 402-427. <https://doi.org/10.1108/eb028955>
- Shields, C. M. (2020). Leading to transform our world (Jacklyn A. Bruce ve Katherine E. McKee, Ed.) *Transformative leadership in action: Allyship, advocacy and activism* İçinde (s. 3-21). Emerald Publishing Limited.
- Stevens L.C. ve Woodruff C.C. (2018). What is this feeling that I have for myself and for others? Contemporary perspectives on empathy, compassion, and selfcompassion, and their absence (Larry Charles Stevens, and C. Chad Woodruff, Ed.) *The neuroscience of empathy, compassion, and self-compassion* İçinde (s. 1-21). Elsevier Science & Technology.
- Stosic, M. D., Blanch-Hartigan, D., Aleksanyan, T., Duenas, J. ve Ruben, M. A. (2022). Empathy, friend or foe? Untangling the relationship between empathy and burnout in helping professions. *The Journal of Social Psychology*, 162(1), 89-108. <https://doi.org/10.1080/00224545.2021.1991259>
- Tzouramani, E. (2017). Leadership and empathy (Marques, J. ve Dhiman, S., Ed.) *Leadership today. Springer texts in business and economics* İçinde (s. 197–216). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-31036-7_11
- Velasco J.R. (2019). In search of empathy in prehistoric times: Evolution and revolution (Aguilar, Ricardo Gutiérrez, Ed.) *Empathy: Emotional, ethical and epistemological narratives* İçinde (s. 7-27). Leiden: Brill. https://doi.org/10.1163/9789004398122_003
- Veldsman, T. ve Johnson, A. (2017). Understanding leadership: Perspectives from the front line. KR Publishing.
- Wibowo, A. ve Paramita, W. (2022). Resilience and turnover intention: The role of mindful leadership, empathetic leadership, and self-regulation. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 29(3), 325-341. <https://doi.org/10.1177/15480518211068735>
- Zerfass, A., Moreno, A., Tench, R., Vercic, D. ve Buhmann, A. (2022). European communication monitor 2022. Exploring diversity and empathic leadership, commtech and consulting in communications. results of a survey in 43 countries. <https://eprints.leedsbeckett.ac.uk/id/eprint/8742/7/ExploringDiversityAndEmpathicLeadershipCommtechAndConsultingInCommunicationsPV-TENCH.pdf> adresinden, 22.10.2024 tarihinde erişilmiştir.



KAHRAMANMARAŞ İSTİKLAL ÜNİVERSİTESİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

Obezite ve şemalar: Bir gözden geçirme

Obesity and schemas: A review

Merve ÖZ¹

Makale Türü: Derleme

Başvuru Tarihi: 14 Ekim 2024

Kabul Tarihi: 4 Aralık 2024

Makaleye Atıf Yapmak için: Öz, M. (2024). Obezite ve şemalar: Bir gözden geçirme. *Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi (KIÜ)*, 2(2), 53-64.

ÖZET: Şema Terapi; mizaç özelliklerinin rolünü de göz önünde bulundurarak psikolojik özellikleri ve sorunları, çocukluk deneyimleriyle ilişkilendiren bütünlük bir terapidir. Şema Terapi, kişilik bozukluklarını ve uzun süreli duygusal ve kişilerarası sorunları anlamak ve tedavi etmek için geliştirilmiştir ve obezite de olduğu gibi kronik davranış sorunlarını iyileştirmede yararlı olabilmektedir. Bu makalenin amacı; erken yaşam deneyimlerinden gelişen erken dönem uyumsuz şemalar ile obezite arasındaki ilişkinin, konu ile ilişkili makaleler incelenerek derlenmesidir. Obezite ve Şemalar Derlemesi yazılırken mevcut literatür çalışmalarından elde edilen veriler toplanarak derlenmesi ve bu verilerin ilişkilendirilmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda; "Science Direct", "Pubmed" ve "Google Scholar" veri tabanları ve uluslararası dergilerden faydalanılmış ve arama motoruna "obezite" ve "Şema Terapi" anahtar kelimeleri yazılarak ve ulaşılabilen tüm kaynaklara ulaşılmaya çalışılarak tarama yapılmıştır. Obezite ve Şemalar konusuyla ilgili bulunan makaleler incelenmiş ve konuyla bağlantılı yayınlar derlenmiştir. Obezite ile sonuçlanan yanlış yeme davranışları belirgin bir şekilde erken dönem şemalar ile karakterizedir. Bütüncül bir terapi olan şema odaklı terapiler patolojik yeme davranışı üzerine etkili olmaktadır. Bireyler duygularıyla baş etme yöntemi olarak yeme davranışı gösterdiğinden duygu düzenleme becerilerinin Şema Terapi ile çalışılması faydalı olacaktır. Erken dönem uyumsuz şemalar ve yeme patolojisi arasındaki etkileşimlerin doğasını ve yönünü açıklığa kavuşturmak ve şema odaklı terapilerin olumlu bir etki gösterip göstermediğini belirlemek için daha fazla katılımcı ile daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Anahtar sözcükler: Obezite, şemalar, şema terapi

¹ Sorumlu Yazar, Doktora Öğrencisi, İstanbul Aydın Üniversitesi, dyt.merveoz@hotmail.com, ORCID:0000-0003-3290-2861

ABSTRACT: *Schema Therapy is an integrated therapy that relates psychological characteristics and problems to childhood experiences while considering the role of temperamental characteristics. Schema Therapy was developed to understand and treat personality disorders and long-term emotional and interpersonal problems and it can be useful in curing chronic behavioral problems such as obesity. The purpose of this article; it is a compilation of the relationship between early maladaptive schemas developed from early life experiences and obesity by examining articles related to the subject. While writing the Obesity and Schemes Review, it was aimed to collect and compile the data obtained from the existing literature studies and to correlate these data. In this context; "Science Direct", "Pubmed" and "Google Scholar" databases and international journals were used and a search was made by typing the keywords "obesity" and "schema therapy" into the search engine and trying to reach all available resources. The articles on the subject of Obesity and Schemes were examined and publications related to the subject were compiled. Eating behaviors that result in obesity are clearly characterized by early schemas. Schema focused therapies, which are a holistic therapy, are effective on pathological eating behavior. Since individuals show eating behavior as a way of coping with their emotions, it would be beneficial to study emotion regulation skills with schema therapy. More research with more participants is needed to clarify the nature and direction of interactions between early maladaptive schemas and eating pathology and to determine whether schema focused therapies have shown a positive effect.*

Keywords: *Obesity, schemes, schema therapy*

1. GİRİŞ

Obezite, hızla artan prevalansı ve çok çeşitli hastalıklarla ilişkisi nedeniyle hekimler ve diğer sağlık profesyonelleri tarafından artan ilgiyi gerektiren en önemli küresel halk sağlığı sorunlarından birini temsil etmektedir. Obezite; diyabet, kardiyovasküler ve solunum yolu hastalıkları ile ilişkidir (Bidadian vd., 2011). Obezite (Vücut Kitle İndeksi (VKİ) ≥ 30 kg/m²) ve fazla kilolu olma (VKİ ≥ 25 kg/m²) çok sayıda ve farklı faktörün (örneğin genetik ve psikososyal değişkenler) neden olduğu yaygın tıbbi bir durumdur (Imperatori vd., 2017). Obezite prevalansı genel hastanede yatan hastalarda %32-34 ve ikinci basamak diyabet kliniklerine başvuran tip II diyabetli hastalarda %52 olarak bildirilmiştir (Bidadian vd., 2011). Obezite için en sık uygulanan tedaviler cerrahi ve psikolojik müdahaleleri içermektedir. Cerrahi müdahaleler gastrik bypass, tüp mide, gastrik bantlama ve biliopankreatik bypass'ı içerirken; psikolojik müdahaleler rehberli kendi kendine yardım, davranışçı terapi ve Bilişsel Davranışçı Terapinin (BDT)'yi içermektedir (Basile vd., 2019).

BDT, yeme bozukluklarının tedavisinde yaygın olarak kullanılan bir terapi türüdür. Üçüncü dalga davranış terapileri ise BDT'nin ötesine geçerek mindfulness, kabul, farkındalık, değerler ve bağlantı gibi yeni terapi tekniklerini içeren bir yaklaşımdır. Üçüncü dalga davranış terapisi, geleneksel BDT sınırlılıklarını eleştiren ve yeni yaklaşımlar geliştiren bir terapi türüdür. Üçüncü dalga davranış terapileri arasında, Kabul ve Kararlılık Terapisi, Dialektik Davranışçı Terapi, Şema Terapi'si ve Mindfulness Temelli Bilişsel Terapi gibi çeşitli yaklaşımlar bulunmaktadır. Yeme bozukluklarının tedavisinde üçüncü dalga davranış terapilerinin etkililiğini değerlendirmek 13 randomize kontrollü çalışmanın incelemesi ile bir çalışma yapılmıştır. Sonuçlar, üçüncü dalga terapilerin yeme bozukluğu belirtilerinde önemli ölçüde daha fazla iyileşmeye sebep olduğunu göstermiştir (Linardon vd., 2017).

Şema Terapi; BDT, Gestalt terapisi, nesne ilişkileri teorisi, bağlanma teorisi ve transaksiyonel analiz ile çeşitli unsurları paylaşan entegre bir yaklaşımdır. Şema Terapi ilk olarak Young (1990-1999) tarafından kişilik patolojisi ve dirençli klinik problemlerle başa çıkmak için geliştirilmiştir (Simpson vd., 2010). Erken dönem uyumsuz şema kavramı, Şema Terapi'nin çekirdeğini oluşturmaktadır (Aloi vd., 2020). Erken dönem uyumsuz şemalar, çocuklukta erken geliştirilen ve yaşam boyu detaylandırılan benlikle ilgili yaygın temalar olarak tanımlanmaktadır. Young ve ark. (2003), beş şema alanı ve bu şema alanlarının altında kümelenmiş 18 şema tanımlamıştır. Erken dönem uyumsuz şemaları sürdüren bilişsel ve davranışsal başa çıkma tarzlarıdır (Pugh, 2015). Aşırı telafi (yani, başkalarına saldırma, onay arama vb.), kaçınma (yani, ihtiyaçlar ve duygularla temastan kaçınmak için stratejiler kullanma, ayrışma, davranışsal kaçınma, vb.) ve teslimiyet (yani taciz edici veya ihmal edici ilişkilere boyun eğme) olmak üzere 3 başa çıkma stratejisi bulunmaktadır (Basile vd., 2019).

Erken dönem uyumsuz şemalar ve bilişsel çarpıtmalar olarak bilinen işlevsiz düşünme tarzları, yeme bozukluğu, aşırı kilo veya obezitesi olan bireylerle ilişkilendirilebilir (Da Luz vd., 2017). Bireyin

yeme tutumu ile duygusal şemaları arasında yakın bir ilişki vardır (Yıldız vd., 2019). Aşırı yemek, üzücü olaylar, yaşam stresleri ve genel olarak olumsuz duygularla başa çıkmanın işlevsiz bir yolu anlamına gelebilmektedir (Basile vd., 2019). Bu nedenle Şema Terapi, tedaviye dirençli yeme bozukluklarında kronik ve kalıcı patolojinin temelini oluşturan şema seviyesindeki inançları özel olarak ele almaktadır (Simpson vd., 2010). Fakat morbid obezitesi olan bireylerin normal kilolu bireylere göre daha yüksek düzeyde işlevsiz biliş gösterip göstermediklerini araştırmak için bir çalışma yapılmıştır. Çalışmanın sonucunda, morbid obezitesi olan katılımcılar ile normal kilolu katılımcılar arasında işlevsel olmayan bilişlerde klinik olarak anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Morbid obezitesi olan bireyler tarafından sunulan işlevsel olmayan bilişler (yetersiz özdenetim/özdisipline ilişkin erken dönem uyumsuz şemalar ve etiketlenme bilişsel çarpıtması), kilolarıyla değil bireysel ruh sağlıklarıyla ilişkili olabileceği düşünülmüştür (Da Luz vd., 2017).

Aşırı kilolu bir grup kız ergende aile işleyişinin ve bilişlerin normal kilolu bir grup kız ergenden önemli ölçüde farklı olup olmadığını araştırmak için bir çalışma yapılmıştır. Sonuçlar; kilolu olmanın yeme bozukluğuyla ilişkili semptomları ile mutlaka ilişkili olmasa da olumsuz öz inançlar ve şemalar da dâhil olmak üzere yeme bozukluklarıyla ilişkilendirilen bazı bilişlerin varlığı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Olumlu ebeveyn çocuk ilişkileri, aşırı kilolu ergenleri klinik yeme bozuklukları geliştirmekten ve yaşamlarının sonraki dönemlerinde psikolojik sıkıntılardan korumaya hizmet edebileceği söylenmiştir (Linardon vd., 2017). Yapılan bir diğer çalışmada ise yeme bozukluğu açısından riskli olan grubun hem annenin hem de babanın ebeveynliklerine ilişkin daha fazla olumsuzluk algıladığı bulunmuştur (Yurtsever ve Sütçü, 2017).

Şema teorisi, her bireyin evrensel temel duygusal ihtiyaçlara sahip olduğunu savunmaktadır. Bu ihtiyaçlar yeterince karşılanmazsa uzun süredir devam eden uyumsuz düşünme, hissetme, davranma ve başa çıkmada sorunlar yaşanabilmektedir. Bu temalar veya düşünme kalıpları, yeme bozukluğunun (YB) önemli faktörleri olarak işlev görmektedir (Talbot vd., 2015). Makalenin amacı, erken yaşam deneyimlerinden gelişen erken dönem uyumsuz şemalar ile obezite arasındaki ilişkinin konu ile ilişkili makaleler incelenerek derlenmesidir.

1.1 Obezite

Obezite önemli bir halk sağlığı sorunudur. Obezite, potansiyel olarak yaşamı tehdit eden çeşitli hastalıklar için bir risk faktörü olmakla birlikte yaşam kalitesi üzerinde de çok önemli bir yere sahiptir (Poursharifi vd., 2011). Obezite, insan vücudunda aşırı gıda alımı ile birlikte fazla miktarda kalori alımı daha azı yakıldığında gelişen çok faktörlü bir kronik hastalıktır (Mohajan ve Mohajan, 2023). ABD'de 1980'den bu yana fazla kilolu çocukların sayısının ikiye katlandığı, aşırı kilolu ergenlerin sayısının üçe katlandığı bildirilmiştir. Son zamanlarda fazla kilolu veya obez olan çocuk ve gençlerin sayısında önemli bir artış vardır. (Linardon vd., 2017). Obezite özellikle düşük ve orta gelirli ülkelerde artmaya devam etmektedir. 2025 yılına kadar 1 milyar yetişkinin (dünya nüfusunun yaklaşık %20'si) obez olması

beklenmektedir (Loos ve Yeo, 2021). Fazla kilolu, VKİ' si 25 ila 29,9 olan bir birey olarak tanımlanırken, obezite, VKİ'si 30 ve üzerinde olan bir birey olarak tanımlanmaktadır. (Mohajan ve Mohajan, 2023).

1.2 Şema Terapi

Şema Terapi, psikanalitik ve gestalt yaklaşımları dâhil olmak üzere diğer terapilerin unsurlarını içeren gelişimsel süreçleri ele alarak geleneksel BDT'yi detaylandıran bütünleştirici terapidir (Pugh, 2015). Şema Terapi'deki anahtar kavramlar erken dönem uyumsuz şemalar, şema modları ve işlevsiz başa çıkma stratejileridir. Bunların tümü yaşam süresi boyunca gelişmekte ve sevgi ve bakım, güvenlik, kabul, özerklik, sınır belirleme vb. gibi duygusal temel ihtiyaçların bakım verenler ya da önemli diğerleri tarafından yeterince karşılanmamış olabileceği erken çocukluk ve ergenlik dönemine dayanmaktadır (Basile vd., 2019).

Erken dönem uyum bozucu şemalar “çocukluk döneminde gelişen ve bireyin yaşamı boyunca detaylandırılan ve önemli ölçüde işlevsiz olan, kendisiyle ve kişinin başkalarıyla olan ilişkisiyle ilgili anılar, duygular, bilişler ve bedensel duyumlardan oluşan son derece istikrarlı ve kalıcı temalar” olarak tanımlanır (Basile vd., 2019; Imperatori vd., 2017). Çocuk mizacı ile erken duygusal yoksunluk ve /veya hayal kırıklığı deneyimleri arasındaki etkileşim yoluyla geliştikleri kabul edilmektedir. Temel ihtiyaçların engellenmesinden ve şema aktivasyonundan kaynaklanan sıkıntıyla başa çıkmak için bireyler, başa çıkma stratejileri olarak bilinen belirli hayatta kalma stratejilerini harekete geçirmektedir (Basile vd., 2019). Başa çıkma biçimleri şunlardır: Şema teslimi (şemaların kabul edilmesi), şemadan kaçınma (şema aktivasyonunu engelleme) ve şema telafisi (şemalara karşı “mücadele”)(Pugh, 2015). Aslında bu başa çıkma stratejileri geleneksel savaş, kaç ve donma tepkilerini içermektedir (Basile vd., 2019). Şema modları ise dört kategoriye ayrılabilir: (1) önemli karşılanmamış çocukluk gereksinimlerinin bir sonucu olarak uyumsuz hale gelebilen doğuştan gelen çocuk modları, (2) uyumsuz başa çıkma modları, (3) uyumsuz (içselleştirilmiş) ebeveyn modları ve (4) uyarlanabilir modlar (Talbot vd., 2015).

Young ve diğerleri 5 ana alanda kümelenmiş 18 erken dönem uyumsuz şemadan bahsetmiştir: (i) bağlantının kesilmesi ve reddedilme (yani, kişinin güvenlik, güvenlik ve kabullenme ihtiyacının öngörülebilir bir şekilde karşılanmayacağı beklentisi), (ii) bozulmuş özerklik ve performans (yani, kişinin ayrılma, hayatta kalma becerisine müdahale eden kendisi ve çevre hakkındaki beklentiler) veya başarılı bir şekilde gerçekleştirmek), (iii) bozulmuş sınırlar (yani, içsel sınırlar, başkalarına karşı sorumluluk veya uzun vadeli hedef yönelimi) eksikliği), (iv) diğer yönelimlilik (yani, arzulara, duygulara ve duygulara aşırı odaklanma) sevgiyi kazanmak, bağlantıyı sürdürmek veya misillemeden kaçınmak için kendi ihtiyaçları pahasına başkalarının tepkileri) ve (v) aşırı uyanıklık ve engelleme (spontan duyguları, dürtüleri ve seçimleri bastırmaya veya performansla ilgili katı, içselleştirilmiş kurallara ve beklentilere uymaya aşırı vurgu) (Imperatori vd., 2017).

Şema Terapi, birinci basamak tedavilere yanıt vermeyen daha derin biliş seviyeleri ve yerleşik davranışlar için etkilidir. Şema Terapi'nin psikolojik ve fizyolojik amacına ulaşılması için yaşamın erken dönemlerinde etkileşimin bir sonucu olarak başlayan kalıcı ve kendi kendini baltalayan düşünce, duygu ve davranış kalıplarını kırarak yeme alışkanlıklarında değişiklik meydana getirmesi gerekmektedir (Pietrabissa vd., 2020).

Aşırı kilo ve obezite ile ilişkili işlevsiz yeme kalıpları ve alışkanlıklarının, hastaların kişilik özelliklerinde daha derin köklere sahip olduğunu ve geçici bir müdahalenin tek başına uzun süreli bir etkiyi garanti etmek için yeterli olmayabileceğini göstermektedir. Erken yaşam deneyimlerinin rolü de göz önünde bulundurularak, obez hastaların duygusal ve psikolojik işleyişine ilişkin daha derin bir anlayış kişilik özelliklerini ve yönlendirilmiş yeme alışkanlıklarını ele almada yardımcı olabilmektedir (Basile vd., 2019). Vücut kontrolü, kısıtlama, tıknama veya arınma gibi yeme bozukluklarını temsil eden davranışlar genellikle olumsuz duygulardan kaçınma işlevine hizmet etmektedir. Pozitif psikoloji açısından ise yeme bozukluğuna sahip bireylerin reddedilmeye ve başkalarından algılanan eleştirilere karşı hassas olma olasılığı daha yüksektir. Bu nedenle olumlu ve güce dayalı bir yaklaşım olan pozitif psikoloji; terapötik yaklaşımları güçlendirmede, benlik saygısını geliştirmede, erken dönem uyumsuz şema aktivasyonunu önlemede ve olumsuz olarak ifade edilen psikometrik önlemlerden kaynaklanan olası yükselme yanlılığını azaltmada faydalı olabilmektedir (Huckstepp vd., 2023).

Yeme bozukluğu olan bireylerde şemadan kaçınmanın gözlemlenmesi için bir çalışma yapılmıştır. Duygulanımdan birincil ve ikincil kaçınma, aşırı yeme/kısıtlayıcı alt tipi olan anoreksiya nevrozada (AN) yüksek seviyede bulunmuştur. Duygulanımdan ikincil kaçınmanın bulimia nervozayı (BN) karakterize ettiği bulunmuştur ve bu kaçınma davranışsal/bedensel alanla sınırlı olduğu söylenmiştir (Luck vd., 2005).

Şema Terapi hem bireysel hem de grup formunda uygulanabilmektedir (Calvert vd., 2018). Yeme bozukluğunu hastaların grup tedavisinde şema modeli bir pilot çalışma ile test edilmemiştir. Grup Şema Terapi'si, bireysel terapi yöntemlerinin eksik kaldığı alanlarda etkili olabilecek bir grup terapi yöntemidir. Bu çalışmadaki katılımcılar, yeme bozukluğu teşhisi konmuş 8 yetişkin kadınlardan oluşmuştur. Çalışmanın sonuçları grup Şema Terapi'si uygulamasının yeme bozukluğu semptomlarını; duygusal düzenleme, sosyal işlevsellik ve yaşam kalitesi gibi konularda iyileştirici bir etkisi olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar, grup Şema Terapi'nin yeme bozukluğu tedavisinde etkili bir terapi yöntemi olabileceğini göstermektedir (Simpson vd., 2010).

2.YÖNTEM

Obezite ve Şemalar Derlemesi yazılırken mevcut literatür çalışmalarından elde edilen verilerin toplanarak derlenmesi ve bu verilerin ilişkilendirilmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda; "Science Direct", "Pubmed" ve "Google Scholar" veri tabanları ve uluslararası dergilerden faydalanılmış ve arama motoruna "obezite" ve "Şema Terapi" anahtar kelimeleri yazılarak ve ulaşılabilen tüm kaynaklara

ulaşılmaya çalışılarak tarama yapılmıştır. 2005 yılı ile 2024 yılları arasındaki İngilizce ve Türkçe çalışmalar incelenmiştir. Obezite ve Şemalar konusyla ilgili bulunan makaleler incelenmiş ve konuyla bağlantılı yayınlar derlenmiştir.

3. BULGULAR

3.1 Obezite ve Şemalar

Şema Terapi, erken yaşam deneyimleri ile yeme problemlerinin gelişimi ve sürdürülmesi arasında bağlantıyı araştırmaktadır (McIntosh vd., 2016). Şema Terapi; duygular, bilişler ve bedensel olarak deneyimlenen olumsuz yaşam deneyimlerinin erken dönem uyumsuz şemalara yol açtığını varsaymaktadır. Şema Terapi danışanın bu şemaları tanımlamasına ve farkına varmasına yardımcı olmaktadır. (Linardon vd., 2017). Aşırı kilolu gençlerde uyumsuz şemaların; yeme, kilo ve şekil kaygısı, diyet kısıtlama tutumları ile pozitif bir şekilde ilişkili olduğu varsayımını test etmek için yapılan bir çalışmanın sonucunda aşırı kilolu gençlerde YB semptomlarının, işlevsiz düşünme kalıpları ve olumsuz düşüncelerle ilişkili olduğu bulunmuştur (Van Vlierberghe vd., 2009).

Tedavi arayan obez yetişkinlerin, normal kilolu yetişkinlere göre daha fazla uyumsuz şema sergileyip sergilemediğini araştırmak için bir çalışma yapılmıştır. Bulgular obezitenin, tedavi arayan obez bireyler arasında daha yüksek uyumsuz şema şiddeti ile ilişkili olabileceğini göstermiştir (Anderson vd., 2006). Yapılan bir çalışmanın sonucunda uyumsuz şemalar, patolojik yeme örüntüsü ile ilişkilendirilmiştir (Oral ve Şahin, 2008).

Obez olan bireylerde erken dönem bozulmuş şemaların insanların yaşam kalitesi üzerinde nasıl bir etkiye sahip olduğunu araştırmak için başka bir çalışma yapılmıştır. 60 öğrencinin katıldığı çalışmanın sonucunda duygusal yoksunluk şemasının toplam yaşam kalitesi ile en anlamlı korelasyona sahip olduğu gösterilmiştir. Yetersiz Özdenetim şeması fiziksel sağlık ile anlamlı şekilde ilişkili; Kusurluluk ve Başarısızlık şemaları psikolojik sağlık ile en anlamlı ilişkili; Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme, Bağımlılık, Kendini Feda Etme, Hak Sahipliği ve Yetersiz Özdenetim şemaları psikolojik sağlık ile negatif yönde anlamlı olarak ilişkili olduğu bulunmuştur (Bidadian vd., 2011). Obez ergenlerde şema kuramını araştırmak için yapılan başka bir çalışmanın sonucunda obez grupta; Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma, Kusurluluk/Utanç, Başarısızlık, Bağımlılık/Yetersizlik ve Boyun Eğme şemalarında anlamlı derecede yüksek puan görülmüştür (Vlierberghe ve Braet, 2007).

Aşırı kilolu ve obez kadınlarda yeme bağımlılığı ve tıknırcasına yeme gibi işlevsiz ve bozulmuş yeme örüntüleriyle erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için bir çalışma yapılmıştır. 70 aşırı kilolu ve obez kadının katıldığı çalışmada katılımcıların VKİ'si ile erken dönem uyumsuz şemalar arasında bir ilişki bulunamamıştır. Yiyecek bağımlılığı şiddeti, tüm ana şema alanlarıyla güçlü bir şekilde ilişkili bulunurken tıknırcasına yeme şiddeti, ayrılma ve reddetme şemaları ile pozitif olarak ilişkili olarak bulunmuştur (Imperatori vd., 2017).

Aşırı yeme olaylarını telafi edici davranışlar izlemediğinden bu bozukluk sıklıkla aşırı kilo veya obezite ile ilişkilendirilir. Tıkınırcasına yeme bozukluğu (TYB) ile erken dönem uyumsuz şema profillerini değerlendirmek için yapılan çalışmaya 55'i tıkınırcasına yeme bozukluğu geliştiren, 45'i yeme bozukluğu geliştirmeyen 100 kadın katılmıştır. Obez TYB hastaları; duygusal yoksunluk, terk edilme, sosyal izolasyon, kusurluluk/utanç, bağımlılık/yetersizlik ve yetersiz öz kontrol erken dönem uyumsuz şemaları anlamlı derecede daha yüksek puanlar göstermiştir. Fakat özellikle TYB'nin şiddeti, duygusal yoksunluk ve kusurluluğun yanı sıra depresojenik bilişsel şemaların yaygınlığı ile ilişkilendirilmiştir (Aloi vd., 2020).

TYB olan obez kişilerde Şema Terapi'nin başa çıkma tarzları ve beden imajı kaygıları üzerindeki etkililiğini araştırmak için bir çalışma yapılmıştır. Katılımcıların kaçınma ve telafi başa çıkma stratejileri ile beden imajı kaygılarında anlamlı bir iyileşme gözlenmiştir. Çalışmanın sonucunda aşırı yemek yeme sorunu yaşayan obez kişilerin tedavisinde fiziksel bileşenlerin yanı sıra uyumsuz şemalar ve bunlardan kaynaklanan başa çıkma tarzları gibi psikolojik bileşenlere de dikkat edilmesi önerilmiştir (Nourizadeh Mirabadi vd., 2023).

Aşırı yeme; terk edilme, zarar görme, bağımlılık/yetersizlik, duygusal ketlenme, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanma, başaramama, yetersiz özdenetim, güvensizlik/istismar ve sosyal izolasyon şemaları ile pozitif olarak ilişkili olduğu söylenilmektedir. Sosyal izolasyon şeması artan aşırı yeme ile ilişkilendirilmiştir. Duygusal yoksunluğun, yemeye yönelik uyumsuz tutumlarla bağlantılı olarak tıkınırcasına yeme sıklığının güçlü bir yordayıcısı olduğunu belirlemiştir (Pugh, 2015). Yapılan bir diğer çalışmada bozulmuş yeme davranışının yordayıcısı olarak duygusal yoksunluk, kendini feda ve yüksek standartlar şemaları bulunmuştur (Yurtsever ve Sütcü, 2017).

Aşırı kilolu ve obez bireylerde uyumsuz şemaları, modları ve işlevsiz başa çıkma stratejilerinin aşırı yeme ve telafi gibi işlevsiz yeme davranışları ve diğer psikolojik değişkenlerle ilişkisini araştırmak için bir çalışma yapılmıştır. Bu çalışmada 75 katılımcı yer almıştır. Aşırı kilolu/obez katılımcılar, normal kilolu katılımcılara kıyasla daha yoğun terk edilme, bağımlılık, boyun eğme ve yetersiz öz kontrol şemaları bildirilmiştir. Bakım veren tarafından bakım ve beslenme gibi birincil temel ihtiyaçların hayal kırıklığına uğratılmasından kaynaklanan terk edilme şemasının ilk gelişen şema olabileceği, yetersiz öz kontrolün ise daha sonraki yaşamın hayal kırıklığından kaynaklandığı için daha sonra gelişebileceği düşünülmüştür. Yetersiz öz kontrol şemasının, VKİ oranlarıyla anlamlı şekilde ilişkili olan tek şema olduğu ve gelecekteki kaçınmacı başa çıkma mekanizmalarının öncüsü olabileceği bildirilmiştir. Yetersiz öz denetim şeması, öz disiplin eksikliğinden ve hüsrana tahammül edememekten kaynaklanabileceği ve dürtüsel çocuk modu tarafından somutlaştırılabileceği söylenmiştir. Şema Terapi modelinde ele alındığı şekliyle şemaların ve modların daha derin bir kavrayışı, obezitede tedavi müdahalelerinin uzun süreli etkililiğine müdahale edebilecek işlevsiz kişilik özelliklerini anlamaya yardımcı olabileceği söylenmiştir (Basile vd., 2019). YB'deki erken dönem uyumsuz şemaların

araştırılmasına ilişkin olarak 32 çalışmanın kapsamlı bir incelemesi sonucunda ise yeme bozukluğunun özellikle kopukluk/reddetme ve özerklik/performans alanları olmak üzere çok sayıda uyumsuz şema ile karakterize edilmektedir (Pugh, 2015).

YB hastalarının şema modlarının toplum örnekleme göre daha yüksek olup olmadığını araştırmak için bir çalışma yapılmıştır. Bu çalışmada, 47 kadın YB hastası, DSM-5'deki AN, BN, TYB ve diğer tanımlanmış beslenme veya yeme bozukluğu tanılarına göre klinik olarak tanımlanmıştır. 89 kişilik topluluk örneği, sosyal medya platformları ve Western Sydney Üniversitesi psikoloji öğrencileri aracılığıyla toplanmıştır. Sonuçlar, YB hastalarının 12 olumsuz modun 10'unda toplum örnekleme göre anlamlı derecede daha yüksek puan aldıklarını göstermektedir. YB grubu ayrıca 'Mutlu Çocuk' ve 'Sağlıklı Yetişkin' olarak tanımlanan iki uyumlu şema modunda da anlamlı derecede daha düşük puanlar almıştır. AN, BN ve diğer tanımlanmış beslenme veya yeme bozukluğu gruplarının mod profilleri benzerlik göstermiştir ancak BN grubunda 'Öfkeli Çocuk' ve 'Dürtüsel Çocuk' şema modları ile anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu sonuçlar, Şema Terapi'sine odaklanmanın YB hastaları için faydalı olabileceğini göstermektedir (Talbot vd., 2015).

4. TARTIŞMA

Bazı bireyler işlevsiz inanç kalıpları, dünya ve kendileri hakkında yararsız algılar geliştirmektedir. Bu inançlar ve algılar genellikle çocukluk veya ergenlik döneminde aile üyeleri veya diğer önemli kişilerle ilgili deneyimlerin bir sonucu olarak gelişmekte ve bu nedenle erken dönem uyumsuz şemalar olarak adlandırılmaktadır. Başkalarına güvenli bağlanma, özerklik/yetkinlik, duyguları ifade etme özgürlüğü, kendiliğindenlik ve gerçekçi sınırlar/özdenetim gibi karşılanmamış temel duygusal ihtiyaçlara yanıt olarak erken dönem uyumsuz şemalar gelişmektedir. İnsanlar işlevsiz davranış sergileyebilmekte ya da farklı türlerde psikolojik bozukluklar geliştirebilmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalar, işlevsiz yeme davranışı ile ilgili de olabilmektedir (Da Luz vd., 2017).

Yeme bozukluğu, erken dönem şemalar ile karakterizedir. Yeme patolojisinin birçok bilişsel ve davranışsal boyutuyla etkileşime giren şema odaklı terapiler ve müdahaleler, bazı durumlarda geleneksel BDT'den daha faydalı olabilmektedir. Ön araştırmalar, şema odaklı terapinin karmaşık BN için ümit verici bir tedavi olduğunu ve AN tedavisinde de kabul edilebilir olduğunu düşündürmektedir (Pugh, 2015). Sonuç olarak fazla kilolu/obez bireylerdeki işlevsiz yeme kalıpları erken dönem uyumsuz şemaları ile ilişkili olabileceğinden Şema Terapi'nin obezite üzerine olumlu etkisinden söz edilebilir.

Bireyler duygularıyla baş etme yöntemi olarak yeme davranışı gösterdiğinden duygu düzenleme becerilerinin Şema Terapi ile çalışılması faydalı olacaktır. Yapılan bir araştırmada yeme bozukluğuna yatkın olan grubun duygu düzenlemede sorun yaşadığı görülmüştür (Yurtsever ve Sütçü, 2017).

Şema Terapi'de danışanlar tarafından oluşturulan çizimlerin, başka türlü sözlü diyalog yoluyla erişilemeyecek olan duygusal durumlara erişmek için nasıl bir yol sağlayabileceğini gösteren bir vaka çalışması yapılmıştır. Çizim kullanmak, araştırma katılımcılarının görüşlerini ve deneyimlerini sözlü

olmayan yollarla paylaşımlarını sağlamaktadır. Şema Terapi'nin bir parçası olarak çizim yapmak, uygulayıcıya ve danışana mevcut ve geçmiş deneyimlerle ilgili karmaşık duygusal durumları hissetme ve deneyimleme fırsatı sağlayabilmektedir (Hodge ve Simpson, 2016). Şema Terapi uygulamaları ile birlikte müzik, resim vs. aracılığıyla danışanların duygusal ifadeleri, düşünceleri ve zihinsel şemalarıyla yüzleşmeleri sağlanabilir. Sanat terapisi; yeme bozukluğu semptomlarında azalma, duygusal düzenleme becerilerinde artış ve tedaviye uyumda iyileşme gibi olumlu etkiler göstermeye yardımcı olabilir. Şema Terapi'sinin sanat terapisi ile birleştirilmesi, yeme bozuklukları gibi zorlu ruhsal sorunlarla mücadele eden bireylerin tedavilerinde etkili bir strateji olarak kullanılabilir. Bu konuda gelecekte daha kapsamlı ve kontrollü araştırmaların yapılabilir.

Konu ile ilgili yapılan çalışma sayısının hayli az olması bu çalışmanın sınırlılığıdır. Erken dönem uyumsuz şemalar ve yeme patolojisi arasındaki etkileşimlerin doğasını ve yönünü açıklığa kavuşturmak ve şema odaklı terapilerin olumlu bir etki gösterip göstermediğini belirlemek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. Obez bireylerde özellikle hangi şemaların ve hangi başa çıkma yöntemlerinin daha baskın olduğunu anlamak için VKİ'si 30 ve üzerinde olan obez bireyler ile VKİ'si 25 altında olan normal kilolu bireylerden oluşan 2 grupta yarı deneysel desen hazırlanarak bir çalışma yapılabilir. Genellemenin yapılabilmesi için gruptaki kadın ve erkek sayılarının, sosyo ekonomik düzeyin ve eğitim durumunun eşitliği gözetilse bile çalışma kesitsel bir çalışma olacağı için çalışmanın sonunda genelleme yapmak yine de zor olacaktır.

KAYNAKÇA

- Aloi, M., Rania, M., Caroleo, M., Carbone, E. A., Fazia, G., Calabrò, G. ve Segura-Garcia, C. (2020). How are early maladaptive schemas and DSM-5 personality traits associated with the severity of binge eating? *Journal of Clinical Psychology*, 76(3), 539-548. <https://doi.org/10.1002/jclp.22900>
- Anderson, K., Rieger, E. ve Caterson, I. (2006). A comparison of maladaptive schemata in treatment-seeking obese adults and normal-weight control subjects. *Journal of Psychosomatic Research*, 60(3), 245-252. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2005.08.002>
- Basile, B., Tenore, K. ve Mancini, F. (2019). Early maladaptive schemas in overweight and obesity: A schema mode model. *Heliyon*, 5(9), e02361. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e02361>
- Bidadian, M., Bahramizadeh, H. ve Poursharifi, H. (2011). Obesity and quality of life: The role of early maladaptive schemas. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 993-998. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.193>
- Calvert, F., Smith, E., Brockman, R. ve Simpson, S. (2018). Group schema therapy for eating disorders: Study protocol. *Journal of Eating Disorders*, 6(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s40337-017-0185-8>
- Da Luz, F. Q., Sainsbury, A., Hay, P., Roekenes, J. A., Swinbourne, J., Da Silva, D. C. ve Da S Oliveira, M. (2017). Early maladaptive schemas and cognitive distortions in adults with morbid obesity: Relationships with mental health status. *Behavioral Sciences*, 7(1). <https://doi.org/10.3390/bs7010010>
- Hodge, L. ve Simpson, S. (2016). Speaking the unspeakable: Artistic expression in eating disorder research and schema therapy. *Arts in Psychotherapy*, 50, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2016.05.005>
- Huckstepp, T. J., Allen, A., Maher, A. L., Houlihan, C. ve Mason, J. (2023). Factor structure of the Young Positive Schema Questionnaire in an eating disorder sample. *Eating and Weight Disorders*, 28(1). <https://doi.org/10.1007/s40519-023-01549-0>
- Imperatori, C., Innamorati, M., Lester, D., Continisio, M., Balsamo, M., Saggino, A. ve Fabbriatore, M. (2017). The association between food addiction and early maladaptive schemas in overweight and obese women: A preliminary investigation. *Nutrients*, 9(11). <https://doi.org/10.3390/nu9111259>
- Linardon, J., Fairburn, C. G., Fitzsimmons-Craft, E. E., Wilfley, D. E. ve Brennan, L. (2017). The empirical status of the third-wave behaviour therapies for the treatment of eating disorders: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 58, 125-140. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.10.005>
- Loos, R. J. F. ve Yeo, G. S. H. (2021). The genetics of obesity: from discovery to biology. *Nature Reviews Genetics*, 23(2), 120-133. <https://doi.org/10.1038/s41576-021-00414-z>
- Luck, A., Waller, G., Meyer, C., Ussher, M. ve Lacey, H. (2005). The role of schema processes in the eating disorders. *Cognitive Therapy and Research*, 29(6), 717-732. <https://doi.org/10.1007/s10608-005-9635-8>
- McIntosh, V. V. W., Jordan, J., Carter, J. D., Frampton, C. M. A., McKenzie, J. M., Latner, J. D. ve Joyce, P. R. (2016). Psychotherapy for transdiagnostic binge eating: A randomized controlled trial of cognitive-behavioural therapy, appetite-focused cognitive-behavioural therapy, and schema therapy. *Psychiatry Research*, 240, 412-420. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.04.080>
- Mohajan, D. ve Mohajan, H. K. (2023). Obesity and its related diseases: A new escalating alarming in global health. *Journal of Innovations in Medical Research*, 2(3), 12-23. <https://doi.org/10.56397/JIMR/2023.03.04>

- Nourizadeh Mirabadi, M., Hosseinzadeh Taghvaei, M., Moloodi, R., Sodagar, S. ve Bahrami Hidaji, M. (2023). The efficacy of schema therapy on coping styles and body image concerns in obese people with binge-eating disorder: A single subject study. *The Journal of Psychological Science*, 21(120), 2501-2518. <https://doi.org/10.52547/jps.21.120.2501>
- Oral, N. ve Şahin, N. N. H. (2008). Yeme tutum bozukluğunun kişilerarası şemalar, bağlanma, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke ile ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 37-48.
- Pietrabissa, G., Rossi, A., Simpson, S., Tagliagambe, A., Bertuzzi, V., Volpi, C., Fava, G., Manzoni, G. M., Gravina, G. ve Castelnovo, G. (2020). Evaluation of the reliability and validity of the Italian version of the schema mode inventory for eating disorders: short form for adults with dysfunctional eating behaviors. *Eating and Weight Disorders*, 25(3), 553-565. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00644-5>
- Poursharifi, H., Bidadian, M., Bahramzadeh, H. ve Salehinezhad, M. A. (2011). The relationship between early maladaptive schemas and aspects of identity in obesity. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 30, 517-523. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.101>
- Pugh, M. (2015). A narrative review of schemas and schema therapy outcomes in the eating disorders. *Clinical Psychology Review*, 39, 30-41. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.04.003>
- Simpson, S. G., Morrow, E., van Vreeswijk, M. ve Reid, C. (2010). Group schema therapy for eating disorders: A pilot study. *Frontiers in Psychology*, 1, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2010.00182>
- Talbot, D., Smith, E., Tomkins, A., Brockman, R. ve Simpson, S. (2015). Schema modes in eating disorders compared to a community sample. *Journal of Eating Disorders*, 3(1), 2-5. <https://doi.org/10.1186/s40337-015-0082-y>
- Van Vlierberghe, L., Braet, C. ve Goossens, L. (2009). Dysfunctional schemas and eating pathology in overweight youth: A case-control study. *International Journal of Eating Disorders*, 42(5), 437-442. <https://doi.org/10.1002/eat.20638>
- Vlierberghe, L. V. ve Braet, C. (2007). Dysfunctional schemas and psychopathology in referred obese adolescents. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14(5), 342-351. <https://doi.org/10.1002/cpp.546>
- Yıldız, B., Demir, V. ve Ünübol, H. (2019). Yeme tutumunun cinsiyet değişkenine göre duygusal şemalarla olan ilişkisinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 5(4), 405-417. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ijsser/issue/49805/617684>
- Yurtsever, S. S. ve Sütcü, S. T. (2017). Algılanan ebeveynlik biçimleri ile bozulmuş yeme tutumu arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(80), 20-43.



KAHRAMANMARAŞ İSTIKLAL ÜNİVERSİTESİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

Dinî deneyim ve müzik ilişkisine psikolojik bakış

A psychological perspective on the relationship between religious experience and music

Oğuzhan AVAN¹

Makale Türü: Derleme

Başvuru Tarihi: 24 Aralık 2023

Kabul Tarihi: 10 Aralık 2024

Makaleye Atıf Yapmak için: Avan, O. (2024). Dinî deneyim ve müzik ilişkisine psikolojik bakış. *Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi (KİÜ)*, 2(2), 65-80.

ÖZET: Din psikolojisinde dinî deneyim, olağandışı bedensel ve zihinsel yaşantıları ifade eder ve dinî deneyimin inancın bir ögesi olarak insan ile Tanrı arasında bir bağ kurduğu düşünülür. Dinî deneyimi kolaylaştıran unsurlar arasında zihin uyarıcı maddeler, meditasyon, dinî dil ve müzik yer alır. Bu araştırma, özellikle müzik ve dinî deneyim arasındaki ilişkiye odaklanarak bu etkileşimin neden var olduğuna dair farklı bakış açılarını incelemiştir. Psikanalitik kuram, din ve müziğin ortak köklerini anne karnına dayandırır; annenin sesi, doğmamış çocukta üstün bir güce inanç ve müzikle bağ oluşturur. Sinirbilimsel açıdan ise müzik, beynin tüm bölgelerini etkileyerek dinî deneyimde bilinç durumlarını değiştirebilir ve nöropsikolojik süreçleri uyararak dinî deneyimi tetikler. Evrimsel yaklaşım, din ve müziğin insana varoluşsal korkularla başa çıkma ve grup kimliği oluşturma gibi evrimsel avantajlar sunduğunu öne sürer; ayrıca, bu iki olgunun doğal ve cinsel seçim yoluyla evrimleşmiş olabileceği düşünülmektedir. Müzik, evrimsel süreçte kur yapma davranışına hizmet etmiş, din ise benzer işlevlerle topluluğu bir arada tutmuştur. Evrimsel bakış açısı, din ve müziğin güçlü bağının temelinde bu doğal ve cinsel seçim süreçlerinin yer aldığını savunur. Sonuç olarak, psikanalitik, sinirbilimsel, kültürel ve evrimsel yaklaşımlar, müziğin dinî deneyimi kolaylaştırmadaki rolüne dair çeşitli açıklamalar sunmaktadır.

Anahtar sözcükler: Dinî tecrübe, müzik, din

¹ Sorumlu Yazar, Dr., T.C. Milli Eğitim Bakanlığı, oguzhanavan@outlook.com, ORCID:0000-0002-7048-3496

*Bu çalışma 5. Uluslararası Artemis Sosyal ve Beşerî Bilimler Kongresi'nde özet bildiri olarak sunulmuştur.

ABSTRACT: *In the psychology of religion, religious experience refers to extraordinary physical and mental states, considered an element of faith that connects humans with God. Several factors facilitate religious experiences, including mind-altering substances, meditation, religious language, and music. This study focuses on the relationship between music and religious experience, examining perspectives on why this interaction exists. The psychoanalytic theory suggests that the roots of religion and music trace back to the womb; a mother's voice fosters a belief in a superior power and a connection with music in the unborn child. From a neuroscientific perspective, music affects all areas of the brain, altering states of consciousness and stimulating neuropsychological processes, thus triggering religious experiences. The evolutionary approach argues that religion and music offer humans an advantage in coping with existential fears and establishing group identity, providing evolutionary benefits. Additionally, it suggests that both phenomena may have evolved through natural and sexual selection. Music may have served as a courtship behavior, while religion similarly helped maintain group cohesion. The evolutionary perspective posits that the strong bond between religion and music originates in these natural and sexual selection processes. In conclusion, psychoanalytic, neuroscientific, cultural, and evolutionary perspectives provide varied explanations for music's role in facilitating religious experiences.*

Keywords: *Religious experience, music, religion*

1. GİRİŞ

Müzik, en eski sanatlarından biri olarak insanın hayatında her zaman var olmuştur. İnsan ses çıkarmaya ve doğanın seslerini algılamaya başlamasıyla müziği hayatına almıştır. İnsan henüz daha embriyo iken kalp aracılığı ile müziğin temel unsurlarından olan ritmi hissetmiş ve insanın daha doğmadan müzik ile etkileşimi başlamıştır (Koyuncu, 2019). Schopenhauer'a göre müzik sanatların en güçlüsüdür. Ona göre müzik, müziğe duyarlı olan ruhu tamamen ele geçirme gücüne sahiptir. Müziğin insan hayatında çok önemli bir yeri olması ile birlikte, yapılan araştırmalar müziğin sadece insana değil hayvan ve bitkilere de etki ettiğini göstermektedir (Colombe, 2012).

Dinî deneyim inancın bir ögesidir ve insan ile Tanrı arasında bağ kurar (Hafız, 2015). Müzik geçmişten günümüze dinî deneyimi kolaylaştırmış ve insanın inançlarının artmasını sağlamıştır. Bu sebeple dinî deneyim ve müzik arasında yoğun bir etkileşim olduğu düşünülmektedir (Koyuncu, 2019). Dinî deneyimi kolaylaştırıcı dört unsur vardır. Bunlar: zihin uyarıcı maddeler, meditasyon, dinî dil ve müziktir (Batson vd, 2017). Bu araştırmada dinî deneyimi kolaylaştırdığı ifade edilen unsurlardan müzik ele alınmıştır. Bu sebeple bu çalışmada müzik ve dinî tecrübe etkileşiminin nedenleri açıklanmaya çalışılacaktır.

1.1. Deneyim

Deneyim, sözlükte tecrübe, görgü, deney olarak ifade edilmektedir. Deneyim/tecrübe bireyin belli bir sürede veya hayat boyu edindiği bilgilerin tamamı, yaşayarak ve deneyerek elde ettiği birikim olarak ifade edilebilir (TDK, 2024). Din psikolojisinde deneyim; bedensel, zihinsel ve ruhsal açıdan sıra dışı yaşantıları, olağandışı halleri ifade eder. Sufilerde vecd, tayyimekan, keşf, fena, Hristiyanlarda İsa ile karşılaşma gibi haller dinî deneyim kavramıyla anlatılabilir (Horozcu, 2017).

Dinî deneyimlerin incelenmesinde sıklıkla peygamberlerin yaşadıkları deneyimler öne çıkar ve birçok dinde bu durum merkezî bir öneme sahiptir. Peygamberlerin vahiy alma süreci ve mucizevi olayları, çoğu zaman Tanrı'nın varlığına dair kanıt olarak görülür. Bu olaylar, peygamberlerin kutsal güçlerle bağlantı kurduklarını göstermek amacıyla dinî anlatılarda önemli bir yer tutar (Tan, 2019). Sonuç olarak deneyim, din psikolojisinde önemli bir konumdadır.

1.2. Dinî Deneyim

Horozcu'ya (2017) göre yaşanan bir deneyimin dinî olarak kabul edilmesi, bireyin subjektif değerlendirmesine bağlıdır. Birey herhangi bir deneyiminin dinî içerikli olduğunu ifade ediyorsa, bu deneyim, dinî deneyim olarak adlandırılır. Tanrıya derinden dua eden bireyin, duasının bir anda gerçekleşmesi sonucu bireyin bu durumu Tanrı ile arasındaki ilişkiye bağlaması dinî deneyim örneğidir. Otto'ya göre dinî deneyim, doğaüstü varlığın algılanması, doğaüstü varlığın bilgisine götürecek şeylerin deneyimlenmesi ve bu varlıkla ilişkiye geçilmesidir (Kalın, 2014). William James'e göre din, bireyin kutsal gördüğü şey ile bağlantı kurmasıdır. James duyguya çok önem verir. Ona göre dinin en derin

kaynağı duygudur. Bireyler farklı inanç biçimlerinin dinî ritüellerini uygulasa da hissedilen duygular aynıdır. İnançta içinde barındıran insan Tanrı'ya yaklaşır. Dinî deneyim burada devreye girer (James, 2017). Otto da hislere çok önem verir ve dinin özünü hislere bağlar. Hisler insanı derinden sarsar. Dinî deneyim bireyseldir ve aktarılmaz (Kalın, 2014).

Dinî deneyim konusu din psikolojisinde merkezi bir öneme sahiptir. Din psikolojisinde öncü isimlerden William James din psikolojisinin merkezine dinî deneyimi yerleştirmiştir. James'in "Dinî Tecrübenin Çeşitliliği" isimli kitabı din psikolojisinde temel eserlerden kabul edilir (James, 2017). Psikoloji ve din psikolojisinde deneyim önüne aldığı sığara göre mistik deneyim, dinî deneyim, transpersonel deneyim olarak farklı deneyim türlerini ifade eder (Horozcu, 2017).

Dinî deneyim hem din bilimlerinde hem de din psikolojisinde neden bu kadar önemlidir? Bu sorunun en önemli cevabı, peygamberler veya dinî liderler, kendilerine verilen veya ortaya koydukları dini, dinî deneyimle temellendirmişlerdir. Peygamberlerin meleklerle ve Allah ile konuşması dinî deneyime örnek olarak verilebilir (Horozcu, 2017). Bu sebeple sadece din psikolojisinde değil dinin de merkezinde dinî deneyim vardır.

1.3. Mistik Deneyim

"Mistik" kelimesinin sözlük anlamı gizemli demektir (TDK, 2024). Bir deneyimin mistik olabilmesi için bu deneyimi yaşayan bireyin kendisini mistiklere özgü yaşama adanmış olmalıdır. Mistik deneyim için dindarlık şartı gerekmez. Diğer taraftan Yahudi, Hinduist, Budist, Müslüman, Hristiyan bir mistiğin yaşadığı deneyim, dinî deneyim olmakla birlikte aynı zamanda mistik deneyimdir (Horozcu, 2017).

Horozcu (2017), kendilerini ateist veya dinî inançlara bağlı olmayan bireyler olarak tanımlayan insanların da mistik deneyimlere sahip olabileceğini vurgulamaktadır. Bu bağlamda, Erich Fromm'un kendisini "ateist bir mistik" olarak nitelendirmesi örneğini kullanarak, dinsel bir inanç taşımamakla birlikte mistisizme yönelen kişilerin deneyimlerinin de mistik deneyim çerçevesinde değerlendirilebileceğini ifade eder. Mistisizm, insan ile Tanrı arasındaki bağlantının veya ilahi bir varlığın hissedilmesinin sezgi veya ani içsel farkındalık yoluyla mümkün olduğunu savunur (Peter, 2018). Mistisizmin genellikle dinî bir içerik taşıdığı da belirtilmektedir. Öte yandan, transpersonel deneyim kavramı yalnızca dinî veya mistik deneyimlerle sınırlı olmayıp, insan bilinçdışının farklı katmanlarında yer alan çeşitli ruhsal deneyimleri de kapsar. Bu bağlamda, ölüme yakın deneyimler, farklı bilinç düzeylerine ulaşma veya beden dışı algılar gibi tecrübeler transpersonel deneyimin bir parçası olarak kabul edilir (Horozcu, 2017).

Mistik deneyim ve dinî deneyim birbiriyle kesişmekle birlikte ayrışan yönleri de sahipken transpersonel deneyim, mistik ve dinî deneyimi içine almaktadır (Horozcu, 2017). Dinî deneyim ve mistik deneyim birbiriyle aynı olduğu ve aynı kökten geldiği iddiaları olmakla birlikte (Goleman, 2004)

bu iddiaları reddedip dinî ve mistik deneyimin farklı olduğu, ikisi arasında kesin bir ayrım olduğu da ifade edilmektedir (Tan, 2019).

Dinî deneyim yaşanabilmesi için Tanrı'ya iman etmenin şart olduğu ifade edilmektedir (Hemşinli, 2010). Bir deneyimin, dinî deneyim olabilmesi için, bu deneyimin dinî içerikli olması gerektiği vurgulanmaktadır. Herhangi bir inanca sahip değilken olağandışı bir deneyim yaşayarak dine yönelip, bu deneyimin etkisi ile inançlı olmuş biri, başlangıçta inançsızken deneyim sonrası inançlı olabilir. İnançsızken yaşadığı bu deneyim, bireyin kendi yorumuna göre dinî içerikli ise bu da dinî deneyimdir. Dinî deneyim yaşanması için öncelikle bir Tanrı'ya inanmanın şart olduğu düşünülmesine rağmen, dinî içerikli bir deneyim yaşadıktan sonra bir dine yönelme vakası yaygındır. Ayrıca peygamberler dinî deneyim yaşamadan önce bir dine ait değilken o tecrübe sonrasında bir dine girer.

1.4. Dinî Deneyim ve Müzik

Müzik ve din etkileşimine dair çok fazla görüş ileri sürülmüştür. James ve Otto müziğin derin duygular ve mistik durumlar uyandırmak için birincil bir araç olduğunu ifade eder. Eliade'ye göre müzik sanatların en kutsalıdır ve müziğin mutlaka kutsalı anlatması da gerekmemektedir. Müzik zaten varlığı itibarıyla kutsaldır ve dinî bir kimliği vardır. Ona göre müzik Tanrı'yı algılamadaki engelleri kaldırarak insana dinî deneyim yaşatır. Örneğin; Şamanlar için davul çok önemlidir. Dinî ayinlerde trans hali için davul kullanılır (Eliade, 2018). İnanç metafizik alan olduğu için günlük, görünür ifadeler yetersiz kalmakta ve sanat, kullanılacak bir ifade aracı olarak karşımıza çıkmaktadır. Sanat; inancın ifadesidir (Hafız, 2015). Konfüçyüs'e göre insanın kişiliğinin kusursuzlaşmasında müzik çok etkilidir. Ona göre müzik öyle bir haz getirir ki insan müziksiz yapamaz (Konfüçyüs, 2008). Sufiler arasında müzik ve dans, mistik bilinci teşvik eder. Mevlana öğrencilerine, “Bu şarkıları kaydetme konusunda endişelenme! Ve enstrümanlarımızdan biri bozulursa, önemli değil. Her şeyin müzik olduğu yere düştük” demiştir (Rumi, 1995, s. 34). Cioran, Mevlana'nın müzik ile ilişkisini “Galiba kimse Tanrı'ya giden yolları müzik ve dansla Mevlâna'dan daha fazla inşa etmemiştir.” sözü ile vurgular (Cioran, 2015, s. 78).

Yaratılış hikâyelerinde sesin önemli bir yeri vardır. İbranice Kutsal Yazılarda yaratılış, Tanrı'nın ağzından çıkan sözden doğar. Avustralya Aborjinleri, rüyadan ortaya çıkan karmaşık bir şarkı sözleri modeli aracılığıyla tüm dünyalarını hafızalarında haritalandırır. Hindular için, evrenin rahminde her şey karanlık ve sessizdi, 'OM' sesini yaratan ilk harekete kadar. Bu kozmik titreşim o kadar güçlüdür ki evrendeki her şey ona bağımlıdır. Her kozmolojik efsanede ses ve müzik, Tanrı ile yeryüzünün insanları arasında önemli bir bağlantıdır (Ruffing, 2010).

İslam dininde “huşu”, derin bir dinî deneyimin temel unsurlarından biri olarak kabul edilmektedir. Bu kavram, namaz ve diğer ibadetlerde ortaya çıkan bir içsel hal olup, saygı, korku ve teslimiyet duygularının birleşiminden oluşan karmaşık bir ruh durumunu ifade eder. Huşu, bireyin Tanrı'ya karşı duyduğu derin saygının ve bağlılığın bir yansıması olarak tanımlanabilir. İbadet esnasında hissedilen bu içsel deneyim, kişinin ruhsal derinliğine ulaşmasını sağlayarak manevi bir deneyim yaratır.

Dolayısıyla, huşu, İslam'ın ibadet anlayışında merkezi bir rol oynamakta ve müminlerin Tanrı ile olan ilişkilerini pekiştiren önemli bir unsur olarak öne çıkmaktadır (Kasapoğlu, 2005).

Don Saliers (2006), “kutsal metinlerin, sadece okundukları veya konuşuldukları zamanlara kıyasla, zikredilip söylendiklerinde insan vücuduna ve insan ruhuna daha derinden taşındığını” iddia eder. Müzik, duyulabilir kılınan ruhun dilidir, ilahi olana hitap eden insan konuşmasına kökenini ve gizemini bahşeder. Dolayısıyla müzik, bir topluluğun sevinç ve kederi, övgü ve ağıt, keder ve teselliği ifade etme ve keşfetme tarzına girer. Düzenlenmiş ses böylece tüm insan yaşamına belirli bir “kutsallık” bahşeder.

Birçok insan, dinî müzik dinlerken gözyaşlarına boğulur. Bazen varoluşsal hisler, düşünceler yaşar. Müziği oluşturan metin yalnızca okunsa, onu çok sıkıcı ya da anlamsız bulabilirler (Balzen, 2013). Dinî deneyimi, onun dinî olarak algılanması özgün yapar (Ricken, 2004). Her şey dinî olarak yorumlanabileceği gibi dinî olduğu düşünülen bir şey ise dinî değilmiş gibi görülebilir ya da dinî olarak yorumlanması söz konusu olmayabilir. Her şey dinî olarak yorumlanabilirse, bir şeyin dinî deneyim olup olmadığı özneye bağlı bir durum olur. Müzik tek başına ne dinidir ne de dinî değildir. Bu yüzden neden bazı müziklerin dinî deneyim yaşattığını anlamak için temel öge insan öznesidir (Balzen, 2013).

Müzik ve dinî deneyim arasındaki etkileşimin olduğu, din bilimleri, psikoloji ve din psikolojisi alanlarından uzmanlar tarafından ifade edilmektedir. Yapılan bazı araştırmalar da bu durumu göstermektedir. Ruffing (1997) tarafından gerçekleştirilen araştırma, müziğin dinî deneyim üzerindeki etkilerini incelemektedir. Çalışma, 35 ile 70 yaşları arasında değişen 24 kişilik bir örneklem grubunu kapsamaktadır. Bu bireylerin müziğin dinî deneyimlerine olan katkısı ve bunun nasıl bir araç olarak kullanıldığı üzerine ulaşılan sonuçlar, müziğin dinî deneyimi teşvik etmedeki önemini vurgulamaktadır. Ruffing, müziğin bireylerin ruhsal deneyimlerini zenginleştirdiğini ve dinî inançlarını derinleştirdiğini ortaya koymuştur. Bu bulgular, müziğin dinî ritüeller ve topluluklar içindeki rolünü anlamada önemli bir katkı sağlamaktadır. Müzik ve dinî deneyim arasındaki etkileşimin nedenleri üzerine çeşitli görüşler bulunmaktadır. Söz konusu görüşler arasında nörolojik, kültürel, evrimsel ve psikanalitik yaklaşımlar yer almaktadır. Nörolojik perspektif, müziğin beyin üzerindeki etkilerini inceleyerek ruhsal deneyimleri nasıl şekillendirdiğini anlamaya çalışırken; kültürel ve evrimsel yaklaşımlar, müziğin insan topluluklarındaki tarihsel ve sosyal işlevlerine odaklanmaktadır. Psikanalitik görüşler ise müziğin bireysel psikolojik durumlarla olan ilişkisini ele almaktadır. Bu çok yönlü yaklaşımlar, müziğin dinî tecrübelerine olan etkisinin karmaşıklığını ve derinliğini gösterebilir. Bu yaklaşımların görüşleri aşağıda açıklanmıştır.

1.4.1. Kültürel Yaklaşım

Kültürel faktörler, dinî deneyim ile müzik arasındaki etkileşimi açıklamada merkezi bir role sahiptir. Çeşitli çalışmalar, kültürel bağlamların müziğin dinî pratiklerdeki işlevini, özellikle grup kimliğinin inşası ve manevi duyguların güçlendirilmesi yönünden belirleyici bir unsur olarak ele almıştır.

Dinî deneyim ve müzik arasındaki kültürel etkileşim, özellikle etnomüzikoloji ve din sosyolojisi disiplinlerinde incelenen temel araştırma konularından biridir. Titon'ın etnomüzikoloji alanındaki çalışmaları, bu bağlamda önemli bir yere sahiptir. Titon, müziğin çeşitli kültürel ve dinî bağlamlarda nasıl birleştirici bir unsur olarak işlediğini, inanç sistemlerini güçlendirdiğini ve toplumsal kimlik oluşumuna katkı sağladığını araştırmaktadır. Onun araştırmaları, müziğin dinî ritüeller sırasında topluluk üyeleri arasında duygusal bağları pekiştirerek, ortak bir manevi deneyimin oluşumunda oynadığı rolü ortaya koymaktadır. Titon'a göre, bu etkileşim hem bireylerin manevi deneyimlerini zenginleştirir hem de toplumsal dayanışmayı artırır (Titon, 1992). Shelemay, müziğin kültürel miras olarak toplumsal bağları nasıl güçlendirdiğini ve dinî topluluklarda kolektif kimliklerin oluşumuna nasıl katkıda bulunduğu konusunu ele almıştır. Bu çalışmasında, Yahudi ve Hristiyan topluluklarındaki müzik pratiklerinin, cemaat içindeki dayanışmayı artırma ve manevi bağları güçlendirme işlevini detaylı bir şekilde analiz etmektedir. Shelemay, müziğin yalnızca ibadet sırasında bir araç olmanın ötesinde, topluluk üyeleri arasında derin bir aidiyet duygusu ve kimlik inşası sağladığını belirtmektedir. Bu bağlamda, müzik, dinî deneyimlerin yanı sıra sosyal ve kültürel kimliklerin pekiştirilmesinde de önemli bir rol oynamaktadır (Shelemay, 2001).

Beck tarafından, Hindu, Budist, Hristiyan ve İslam kültürlerinde müziğin dinî deneyim ile ibadet pratikleri arasındaki ilişkisini inceleyen önemli çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar, kültürel unsurların müziği dinî uygulamaların vazgeçilmez bir parçası haline getirdiğini savunmaktadır. Beck, farklı dinî geleneklerdeki müzikal formların bireylerin manevi deneyimlerini güçlendiren bir araç olarak işlev gördüğünü belirtmektedir. Özellikle müzik, bu inanç sistemlerinin duygusal ve sosyal boyutlarını derinleştirerek toplulukların manevi kimliğini pekiştirmektedir. Beck'in araştırmaları, müziğin dinî bağlamlarda yalnızca bir ibadet unsuru değil, aynı zamanda toplumsal etkileşimi ve bireysel manevi deneyimleri zenginleştiren bir unsur olduğunu vurgular. Bu yaklaşım, müziğin inanç pratiğindeki rolünü anlamak için kültürel ve sosyal dinamiklerin göz önünde bulundurulması gerektiğini göstermektedir (Beck, 2023).

Demmrich (2020) tarafından yapılan Türk ve Alman katılımcıların karşılaştırıldığı kültürler arası araştırmada, müzikal etkinin kültüre mi bağlı, saf bir nöropsikolojik fenomen mi yoksa her ikisinin bir kombinasyonu mu olduğu araştırılmıştır. Dinî müziğin dinî deneyimi tetikleyebileceğini, ancak bunun en azından kısmen kültüre bağlı bir deneyim olduğunu göstermiştir. Bazı dinî müzik türleri, müzikal özelliklerin dinî deneyim üzerindeki nöropsikolojik etkisini de destekleyebilirken, kültürden bağımsız bir dinî deneyimi tetikleyemeyebilir. Sonuçlar her iki hipotezi de kısmen desteklemiştir. Sonuç olarak kültürel yaklaşımlar, müzik ve dinî deneyim etkileşimi konusunda, insan topluluklarındaki tarihsel ve sosyal işlevlere odaklanmaktadır.

1.4.2. Sinirbilimsel Yaklaşım

Sinirbilimsel çalışmalar, müzik ve dinî deneyimler arasındaki etkileşimi inceleyerek bu ilişkinin bilişsel ve duygusal boyutlarını anlamada değerli katkılar sağlamaktadır. Bazı araştırmalar, müziğin beyin üzerinde nasıl etkiler yarattığını analiz ederek dinî deneyimlerin duygusal derinlik ve bilişsel anlamını nasıl pekiştirdiğini gözler önüne sermektedir. Müzik, belirli beyin bölgelerini aktive ederek bireylerin ruhsal deneyimlerini güçlendirebilir ve toplumsal aidiyet hislerini destekleyebilir. Ayrıca, müziğin dinî deneyimlerde bilinç değişimlerine zemin hazırlayabileceği görülmektedir (Koelsch, 2014; Levitin, 2014; Zatorre & Salimpoor, 2013).

Sinirbilimsel ve evrimsel araştırmalar, müziğin dilin gelişiminden önce mevcut olabileceğini göstermektedir. Arkeolojik verilerin, insan topluluklarının bulunduğu her yerde ve her dönemde sürekli bir müzik üretimi olabileceğine işaret ettiği düşünülebilir. Bu durum, müziğin insan deneyimi içinde önemli bir yer tutmuş olabileceğini ve toplumsal etkileşimlerde dikkate değer bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir. Böylelikle müzik ile insanlık tarihi arasında belirgin bir ilişki olduğu öne sürülebilir (Levitin, 1997). Müzik yapımının elli bin yıldan daha eski olması, dinî pratikte müzik, dans ve şarkı kullanımının yaygınlığını açıklayabilir (Ruffing, 2010). Ritmik uyuma dair ilk bulgular, 3,6 milyon sene önce, insanın diğer insanların ayak izlerine basarak yürümesi olarak tespit edilmiştir (Killin, 2017).

Zatorre ve Salimpoor'un (2013) yayımlanan çalışması, müzik algısının beyinde derin duygusal ve ruhsal deneyimleri nasıl tetikleyebileceğine dair önemli bilgiler sunar. Araştırmaları, müziğin ödül sisteminde yer alan ve haz duygusuyla ilişkili ventral striatum gibi beyin bölgelerini etkinleştirdiğini gösterir. Bu mekanizmalar, dinî deneyimlerde sıklıkla bulunan haz ve aşkınlık hisleriyle bağlantılıdır. Sonuç olarak, müzik, ödül ve duyguyla ilgili sinir yollarını harekete geçirerek kolektif kimlik ve ruhsal yükselme duygularını artırma potansiyeline sahiptir.

Newberg ve arkadaşları (2002) dinî pratiklerin, özellikle de müzik gibi unsurların, beyin aktivitelerini nasıl değiştirdiğini araştırır. Bu süreçte, çeşitli beyin bölgelerinin aktivasyonu ve bunların bireylerin ruhsal deneyimleri üzerindeki etkileri üzerinde durulmaktadır. Araştırmalar, ruhsal ve dinî deneyimlerin genellikle beyin içerisinde ödül ve duygusal yanıtlarla ilişkili bölgeleri harekete geçirdiğini göstermektedir. Müzik, bu bağlamda önemli bir rol oynar çünkü belirli müzikal özellikler, insanların duygusal durumlarını yoğunlaştırabilir ve manevi deneyimleri derinleştirebilir. Newberg ve arkadaşları, müziğin beyin üzerindeki etkilerini ele alırken, müziğin ruhsal deneyimleri nasıl geliştirdiğini ve toplumsal aidiyet hissini nasıl artırdığını açıklamaktadır. Müzik, aynı zamanda bireylerin sosyal bağlarını güçlendirirken, toplumsal ve kültürel kimliklerinin şekillenmesinde de etkili olmaktadır.

Azari ve arkadaşları (2001) dinî deneyimlerin hangi beyin yapılarıyla ilişkilendirildiğini ve bu deneyimlerin hangi beyin bölgelerini etkilediğini incelemiştir. Dinî deneyimlerin yaşandığı anlarda beyin aktivitelerindeki değişiklikler ve bu aktivitelerin hangi duygusal ya da bilişsel süreçlerle bağlantılı olduğu üzerine yoğunlaşmıştır. Çalışma, müziğin bu süreçteki rolüne doğrudan odaklanmamakla

birlikte, dinî deneyimlerin birçok bileşenin (örneğin ritüeller, toplumsal bağlar ve duygusal derinlik) müzikle örtüşebileceğini göstermektedir. Müzik, dinî deneyimlerin duygusal boyutunu artırarak bireylerin ruh hallerini etkileyebilir. Bu nedenle elde edilen bulgular müzik ve dinî deneyimler arasındaki bağlantıyı anlamak açısından önem arz etmektedir. Azari ve arkadaşları (2001) beyin yapılarının ve işlevlerinin dinî deneyimlerde nasıl rol oynadığını açıklayarak bu tür deneyimlerin psikolojik ve nörobiyolojik boyutlarının daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır.

Moleküler sistemimizin atomik yapısı bir rezonans sistemidir. Çekirdekler titreşirken, yörüngelerindeki elektronlar da çekirdekleriyle rezonans halinde titreşir. Dünya atmosferinin elektrik yüklü katmanları ile insan vücudu arasında sempatik bir rezonans vardır. Dolayısıyla “kendiyile ve evrenle uyum içinde olmak” şiirsel bir kavramdan daha fazlası olabilir (Guzzetta, 1991).

Müziğin, daha ilkel olan arka beyin ile beynin daha gelişmiş bölgeleri olan sol, sağ ve prefrontal loblar üzerinde etkili olabileceği öne sürülmektedir. Bunun yanı sıra, müziğin dinî deneyim üzerinde belirgin bir etki yaratabileceği düşünülmektedir çünkü müzik, dinî deneyimleri şekillendiren bir araç olarak beynin farklı bölgelerini harekete geçirebilir. Bu bağlamda, müziğin hem duygusal hem de bilişsel işlevleri üzerinde derin etkiler yaratma potansiyeli olabileceği ifade edilmektedir (Ruffing, 2010).

Schumaker’a (1995) göre dinî deneyimler, belirli müzikal özellikler nedeniyle müzik tarafından ortaya çıkarılabilen değiştirilmiş bilinç durumlarıdır. İdeal olarak tamamen enstrümantal müziğin monotonluğu, tekrarı ve basitliği, davul çalmaktan, gong çalmaktan veya alkışlamaktan bildiğimiz gibi nöropsikolojik süreçleri (teta beyin dalgaları) uyarır ve bu da dinî deneyimi ortaya çıkarır. Sonuç olarak, sinirbilim alanı, müzik ve dinî deneyim etkileşiminin neden olduğuna dair çeşitli araştırma sonuçlarından yola çıkarak önemli açıklamalar sunmaktadır.

1.4.3. Psikanalitik Yaklaşım

Psikanalitik kuram, müzik ile dinî deneyim arasındaki ilişkiyi, bireyin içsel duyguları ve sembollerini anlamaya yönelik bir çerçevede inceler. Müziğin, bir ifade aracı olarak işlev gördüğü ve dinî ritüellerin toplumsal dinamikleri zenginleştirerek bireylerin manevi deneyimlerini güçlendirdiği ileri sürülmektedir. Ayrıca, müziğin bilinçdışı arzular ve korkular üzerindeki etkisi, dinî deneyimlerin bireyin kimlik ve aidiyet hissini pekiştirmede önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Kernberg, 2000; Sterba, 1965). Yapılan araştırmalar, müzik ve dinî ritüellerin bireylerin toplumsal aidiyet duygularını güçlendirdiğini ve bu dinamiklerin psikanalitik açıdan nasıl değerlendirilebileceğini incelemektedir. Bu çerçevede, müzik, dinî deneyimlerin sosyal boyutlarını derinleştiren önemli bir unsur olarak öne çıkmaktadır. Bu bağlamda müzik, bireylerin toplumsal kimliklerini pekiştirirken, dinî pratiğin de daha zengin bir deneyim haline gelmesine katkı sağlamaktadır (Gilman, 2019).

Jones, dinî deneyimlerin psikanalitik transferans kavramıyla bağlantısını incelerken, bireylerin geçmişteki deneyimlerinin günümüzdeki inanç ve ritüellere nasıl yansıdığını araştırır. Bu süreçte

müziğin rolü, duygusal ifadelerin yanı sıra toplumsal aidiyetin güçlendirilmesinde belirleyici bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Dolayısıyla, müzik bireylerin psikolojik dinamiklerini şekillendiren önemli bir etken olarak öne çıkmaktadır (Jones, 1991).

Oberhoff'un (2005) psikanalitik kuramı, müzik ve din arasındaki güçlü bağın, çocuğun anne karnındaki ilkel deneyiminden ortaya çıktığını düşünür. Doğmamış çocuk tarafından her şeye gücü yeten bir yüce anne deneyimi, daha sonra her şeye gücü yeten bir üstün güce olan inanca yol açar; anne sesinin perdesi, daha doğmadan çocuğun müzik zevkini şekillendirir. Bu nedenle, dindarlık ve müziğin ortak kökü, doğum öncesi annenin sesini dinlemektir (Demmrich, 2020). İnsanın işitme sistemi doğumdan önce gelişir. 18. haftadan itibaren fetus etrafındaki sesleri işitir. Fetus, konuşulan dilin ritmik biçimini işiterek içselleştir. Fetüse ana dilinden farklı bir dil dinletildiğinde, bilişsel işleme yükünün arttığı tespit edilmiştir (Minai vd, 2017). Anne, doğum öncesi dönemde fetus tarafından büyük, hareketli ve sesli bir şekilde algılanır. Bu durum müzik için olduğu kadar din için de temel oluşturur. Annenin bedenindeki sesleri duymak ve sesinin rahim içinde işitilmesi, fetüste müzikal duygunun temelini oluşturur (Parncutt ve Kessler, 2007).

Sonuç olarak psikanaliz, müziğin ve dinî deneyimlerin bireylerin içsel dünyalarında nasıl etkileşime girdiğini anlamada önemli bir çerçeve sunar. Müzik, bireylerin duygusal durumlarını ifade etme ve toplumsal bağlar kurma açısından kritik bir rol oynar. Dinî inançlar ise bireylerin kimlik gelişiminde belirleyici etkiler yaratarak, psikolojik dinamiklerin şekillenmesine katkıda bulunur (Jones, 1991). Bu bağlamda, psikanalitik kuram, dinî ritüellerin ve müziğin bireysel ve toplumsal deneyimler üzerindeki derin etkilerini ortaya koyar.

1.4.4. Evrimsel Yaklaşım

Din ve müziğin, insana evrimsel bir avantajı vardır. İnsan, kendisinin sürekliliğini temsil ettiği için, kendisini iki kültürel sembol sistemi olan müzik ve din ile özdeşleştirerek varoluşsal korkuyla baş eder. Bu da insana evrimsel bir avantaj sağlar (Allesch, 2013). Müzik, toplumsal kimlik işlevi görür ve kişisel ve toplumsal bir semboldür (Şenel, 2013). Dinin en önemli işlevi grup işbirliğini artırmasıdır. Bu açıdan din insana fayda sağlar (Alcorta ve Sosis, 2005).

Darwin, müziğin üreme başarısını artırmak için, erkeğin dişiyeye kur yapma aracı olarak cinsel seçim yoluyla evrimleştiğini iddia eder. Müzik, çoğu hayvan türünün üreme mevsiminde kur şarkılarına ve reklam çağrılarına benzer bir şekilde işler (Darwin, 2019). 20. yüzyılda ise müzik, grubun iş birliği yapması, diğer gruplarla rekabet gibi grup işlevine faydaları açısından tanımlanır. Müzik, grup kimliği, koordinasyonu gibi özellikleri güçlendiren bir araçtır. Grup ritüeli, bir bilgi sistemidir. Müzik ise ritüeli güçlendiren bir sistem olarak gelişmiştir. Müzik ve grup ritüelleri birlikte evrimleşmiştir (Brown, 2000).

Müzik önceleri biyolojik temellerle, eş seçiminde ve türün devamında yardımcı konumdayken daha sonra müzik kültürel bir araç olmaya doğru değişim göstermiştir (Alpaydın, 2021).

“Müziğin çok eski zamanlardan itibaren ağıt, ayin ve ritüellerde, insanları ortak bir duyguda buluşturma şeklinde bir sosyal işlevi olduğu düşünülür. Kolektif çalışmada, örneğin ava gidildiğinde veya tarlada çalışılırken devamlı olarak ses çıkartmak demek aynı zamanda, gözlerin görmeyeceği uzaklığa veya noktaya “hayattayım, her şey yolunda” mesajını vermek, verebilecek yakınlıkta olmak demek. Büyük ve küçükbaş hayvanlara asılan ve onlar yürüdükçe ses çıkartan çingirakların benzer bir işleve sahip olduğunu da biliyoruz” (Alpaydın, 2021, s.94).

Şaman, dünyanın her köşesinde bulunmuştur. Avcı toplayıcı topluluklarda şaman evrenseldir. Şaman, hastaları tedavi eder, avlanmada yardım eder, ölümlerle iletişim kurar, insanları kötü ruhlardan korur, kehanette bulunur (Winkelman, 2000). Bu şamanistik uygulamaların tüm dünyadaki zaman, mekân ve kültürler arasındaki benzerlikleri, yayılma ile açıklanamaz. Bu durum şamanizmin ortak bir psikobiyolojik temeli olduğunu gösterir. Şamanların bu özellikleri, dinin ilk temellerini meydana getiren biyososyal ve nörofenomenolojik yapılara işaret eder (Sanderson, 2008). Şamanik şifa ritüelleri, şarkı söyleme, özellikle ilahi söyleme, davul çalma ve dans etme gibi çok sayıda ritmik tekrarı kapsar. Bu ritüeller değişmiş bilinç durumuna ve “anormal deneyimlere” sebep olabilir. Bu durumlar, fiziksel ve psikolojik sağlık için fayda sağlıyor olabilir (McClenon, 2001).

Ritüeller ve dinî inançlar, insanın daha uzun ve sağlıklı yaşamasına ve daha çok çocuk yapmasına yol açıyor. Üreme başarısı, dinin bir adaptasyon olduğunu gösterebilir (Sanderson, 2008). Dinler, doğum yanlısıdır ve kadının doğurgan döneminde cinsel ilişkiyi teşvik eder. Dinler aynı zamanda bebek öldürme ve kürtaja da karşıdır (Reynolds ve Tanner, 1995). Evrimsel din teorilerinin, adaptasyoncu olan ve adaptasyoncu olmayan biçimi vardır. Adaptasyoncu olmayan sava göre, dinî kavramlar evrimleşmiş adaptasyonlar değil, adaptasyon olan bilişsel yapıların yan ürünleridir. Adaptasyoncu sav ise, fiziksel ve zihinsel sağlık, uzun ömür, sosyal uyum gibi faydaları vurgular. Adaptasyoncu sava göre, şamanın rolü evrenseldir ve insanın faydasına çalışmıştır. Dinin fiziksel ve zihinsel sağlık üzerinde olumlu etkileri olabilir. Dinler çok çocuk yapılması taraftarıdır. Daha dindar bireyler daha çok çocuk yapma eğilimi taşır (Sanderson, 2008). Bu durum dinlerin, insanın ve toplumun hayatta kalmasına ve üremesine katkı sağlamıştır. Sanderson’a (2008) göre dinî inanç ve uygulamaların tüm özelliklerinin evrimleşmiş uyarlamalar olduğunun söylenemez. Ona göre, dinlerin bazı özellikleri uyarlamalardan ziyade yan ürünlerdir.

Miller’in evrimsel psikoloji perspektifinden müzikle ilgili çalışmaları, müziğin yalnızca cinsel seçimde avantaj sağlamakla kalmayıp, aynı zamanda sosyal yapıların ve grup kimliğinin inşasında merkezi bir rol oynadığını vurgular. Miller, müziğin bireyler arasındaki sosyal bağları kuvvetlendirdiğini ve aidiyet hissini güçlendirdiğini belirtir. Özellikle dinî ritüellerde, müziğin bireyleri topluluğa entegre eden ve grup içindeki rollerini sağlamlaştıran bir araç olarak işlev gördüğünü ileri sürer. Bu bağlamda

müzik, evrimsel açıdan yalnızca bireysel çekiciliği artıran bir unsur değil, aynı zamanda kolektif bağları pekiştiren önemli bir araçtır (Miller, 2001). Benzer şekilde, Dunbar müziğin dinî toplulukları birleştirici işlevini ele alır. Araştırmalarında, dinî ritüeller sırasında müziğin katılımcıların sinir sistemlerini uyumlu hale getirdiğini ve bu uyumun topluluk içinde aidiyet ve bağlılık duygusunu artırdığını ifade eder. Dunbar'ın bulguları, müziğin grup içinde koordinasyon ve dayanışmayı sağlama işlevinin evrimsel temellerini ortaya koyar (Dunbar, 2012).

Evrimsel perspektife göre, müziğin dinî deneyimlerle ilişkisini inceleyen önemli çalışmalardan biri, Jordania'nın (2011) eseridir. Jordania, müziğin ilkel topluluklarda sosyal bağları pekiştirme amacıyla kullanıldığını ve ritüel çerçevesindeki müzikal deneyimlerin grup kimliğini güçlendirdiğini öne sürmektedir. Ona göre, ritmik ve müzikal öğeler, insanların ortak hareket etme kapasitesini artırarak topluluk bütünlüğüne katkıda bulunmuştur. Modern dinî ritüellerde müziğin, bu işlevi sürdüren bir araç olarak aidiyet duygusunu güçlendirdiği, bireylerin toplulukla özdeşleşme sürecine katkı sağladığı düşünülmektedir. Benzer bir şekilde, Wilson (2000) müzik ve ritüelin evrimsel olarak "sosyal tutkal" rolünü oynadığını belirtir. Wilson, müziğin ve ritüellerin insan biyolojisinde var olan sosyal bağlanma mekanizmalarını harekete geçirdiğini ve topluluk üyeleri arasında uyum sağladığını savunur. Bu mekanizmalar, dinî deneyimlerdeki güçlü duygusal bağlar ve grup uyumu ile paralellik göstermekte olup, müziğin bu süreçlerde önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak evrimsel yaklaşıma göre hem müziğin hem de dinin, insanların hayatta kalma, üreme ve neslini devam ettirme konusunda faydaları olmuş olabilir. Müzik ve din çok eskiden beri bir arada oldukları için insan zihninde derin izlere sahiptir. Çok uzun zamandır var olan bu birliktelik insana ve grubuna avantajlar sağladığı düşünülebilir. Bu eski ve sürekli etkileşim halindeki birliktelik, müzik ile dinî deneyim arasındaki ilişkiyi açıklayabilir.

2. SONUÇ

"Dinî deneyim" kavramını incelemek, bireylerin yaşadıkları dinî deneyimlerin anlaşılması ve nesnel çıkarımlar yapılması açısından oldukça karmaşık bir süreçtir. Dinin tanımının bile net bir şekilde yapılamadığı bir ortamda, dinî deneyimlerin tanımlanması ve sınırlarının belirlenmesi son derece güçtür. Dinî deneyim ile mistik deneyim arasındaki benzerlikler ve farklılıklar hakkında genel bir fikir birliği bulunmamaktadır. Bazı görüşler, dinî deneyimi mistik deneyimle eş anlamlı kullanırken, diğerleri bu iki kavramın tamamen farklı olduğunu savunmaktadır. Bir deneyimin dinî deneyim olarak tanımlanabilmesi için bireyin bir dine veya Tanrı'ya inanması gerekliliği tartışmalıdır; zira, bir birey dinî bir deneyim yaşamadan önce inançsız olabilir, ancak bu deneyim sonrasında inanç geliştirebilir.

Dinî deneyim kavramının tanımında belirsizlikler olduğu gibi bu deneyimlerin hangi durumlarda geçerli olduğu konusunda da kesin sınırlar koymak mümkün görünmemektedir. Transpersonal deneyimler, bilimsel veya mantıksal temellere uymayan aşırı uç deneyimler olarak değerlendirildiğinde, bu tür deneyimlerin dinî deneyim kapsamına alınmaması gerektiği öne sürülmektedir. Din psikolojisi ile

transpersonal deneyimler arasındaki ayırım, bu alanın uzmanları tarafından vurgulanmaktadır. Bu çalışmada kastedilen dinî deneyim, bireylerin hisleri açısından gizemli bir yön taşıırken, aynı zamanda günlük yaşamın unsurlarını da içermektedir.

Müzik ile dinî deneyim arasındaki etkileşim, birçok kaynakta ve araştırmada belirgin bir şekilde ifade edilmektedir. Dinî deneyimin tanımındaki sorunlara rağmen, müzik dinleyen bireyler, sıradan duyguların ötesinde gizemli hisler yaşayabilirler. Dindar bireyler, müzik aracılığıyla dinî hassasiyetlerini artırarak farklı bir “huşu” durumu yaşayabilirken, dindar olmayan bireyler de müzik sayesinde dinî deneyimler yaşayarak zamanla dindar hale gelebilirler.”

Müzik ve din, bireylere ve topluluklara sağladıkları yararlarla evrimsel seçilime tabi olmuş ve insan yaşamında önemli bir yer edinmiştir. Bu etkileşimin biyolojik kökenleri bulunmasına rağmen, kültürel faktörlerin de etkisi büyüktür. Müzik ile dinî deneyim arasındaki etkileşimin kökleri biyolojik temellere dayanmakla birlikte, kültür aracılığıyla farklılaşmış ve şekillenmiştir. Hem müzik hem de din, insanın hayatta kalma, üreme ve neslini devam ettirme açısından faydalar sağlamaktadır. Müzik ve dinin tarihsel birlikteliği, insan zihninde derin izler bırakmış ve sürekli bir etkileşim yaratmıştır. Bu eski ve sürekli devam eden ilişki, müzik ile dinî deneyim arasındaki bağı anlamaya yardımcı olmaktadır.

Sonuç olarak, “dinî deneyim” kavramının karmaşıklığı, bireylerin yaşadıkları deneyimlerin tanımlanmasında ve bu deneyimlerin sınırlarının belirlenmesinde ortaya çıkan zorluklarla daha da derinleşmektedir. Dinî deneyim ve mistik deneyim arasındaki ayrımların net olmaması, inanç unsurlarının tanımındaki belirsizlikler ve transpersonal deneyimlerin değerlendirilmesi gibi faktörler, bu alandaki çalışmaları karmaşık hâle getirmektedir. Müzik ile dinî deneyim arasındaki etkileşim, bireylerin hissettiği gizemli duyguların yanı sıra, toplumsal ve kültürel dinamiklerin de etkisi altında şekillenmektedir. Evrimsel, nöropsikolojik, psikanalitik ve kültürel perspektifler, müzik ve dinin insanlık tarihindeki derin köklerini ve birbirleriyle olan ilişkilerini anlamada önemli bir rol oynamaktadır. Müzik ve dinî deneyim arasındaki etkileşim, kültürel, sinirbilimsel, psikanalitik ve evrimsel perspektiflerden ele alındığında zengin bir anlayış sunmaktadır. Bu disiplinler arası yaklaşım, bireylerin ruhsal ve toplumsal kimliklerini şekillendiren önemli unsurların başında gelir. Müzik, yalnızca bir eğlence aracı olmaktan öte, derin ruhsal deneyimlerin ve toplumsal bağların inşasında merkezi bir rol oynamaktadır. Bu yönüyle müzik, bireylerin manevi yaşamlarına ve toplumsal kimliklerine derinlemesine etki eden vazgeçilmez bir unsur haline gelmektedir.

KAYNAKÇA

- Alcorta, C. S. ve Sosis, R. (2005). Ritual, emotion, and sacred symbols: The evolution of religion as an adaptive complex. *Human Nature*, 16, 323–359. <https://doi.org/10.1007/s12110-005-1014-3>
- Allesch, C. G. (2013). Musik und religion: Eine kulturpsychologische perspektive (s. 39-56). Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-531-19652-7_2
- Alpaydın, R. (2021). Dil, jest, müzik. Madde, Diyalektik ve Toplum, 4(2), 90-96.
- Azari, N. P., Nickel, J., Wunderlich, G., Niedeggen, M., Hefter, H., Tellmann, L., Herzog, H., Stoerig, P., Birnbacher, D. ve Seitz, R. J. (2001). Neural correlates of religious experience. *European Journal of Neuroscience*, 13(8), 1649-1652. <https://doi.org/10.1046/j.0953-816x.2001.01527.x>
- Batson, C. D., Schoenrade, P. ve Ventis, W. L. (2017). Din ve birey, sosyal psikolojik bir yaklaşım (Abdulvahap Taştan, Çev.). Kimlik Yayınları.
- Beck, G. L. (2023). Musicology of religion: Theories, methods, and directions. State University of New York Press. <https://doi.org/10.1515/9781438493091>
- Belzen, J. A. (2013). Music and religion: Psychological perspectives and their limits. *Archive for the Psychology of Religion*, 35(1), 1-29. <https://doi.org/10.1163/15736121-12341256>
- Brown, S. (2000). Evolutionary models of music: From sexual selection to group selection. *Perspectives in ethology: Evolution, culture, and behavior* İçinde (s. 231-281). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-1221-9_9
- Cioran, E. M. (2015). Gözyaşları ve azizler (İsmail Yerguz, Çev.), (2. Baskı). Jaguar Kitap.
- Colombe, C. (2012). Müziğin insan ve hayvanlara etkisi (M. Salih Ergan ve Ahmet Şahin Ak, Çev.). Ötüken Yayıncılık.
- Darwin, C. (2019). Seksüel seçme (Öner Ünalın, Çev.). Ginko Bilim.
- Demmrich, S. (2020). Music as a trigger of religious experience: What role does culture play? *Psychology of Music*, 48(1) 35–49. <https://doi.org/10.1177/0305735618779681>
- Dunbar, R. (1996). Grooming, gossip, and the evolution of language. Faber and Faber.
- Eliade, M. (2018). İmgeler ve simgeler (Mehmet Ali Kılıçbay, Çev.). Doğu Batı Yayınları.
- Gilman, S. L. (2019). Music and psychoanalysis. (Young Kim., ve Sander L. Gilman, Ed.) *The Oxford handbook of music and the body* İçinde (s. 111–26). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190636234.013.8>
- Goleman, D. (2004). Duygusal zekâ (Banu Seçkin Yüksel, Çev.). Varlık Yayınları.
- Guzetta, C. (1991). Music therapy: Nursing the music of the soul. *Music: physician for times to come* İçinde (s. 146-166). Quest Books.
- Hafız, M. (2015). Kutsal ve sanat. Dört Mevsim Yayınları.
- Hemşinli, H. (2010). Dinî tecrübenin nesnellığı üzerine. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 33, 119-144.
- Horozcu, Ü. (2017). Din psikolojisi. Rağbet Yayınları.
- James, W. (2017). Dinsel deneyimin çeşitleri (İsmail Hakkı Yılmaz, Çev.). Pinhan Yayıncılık.
- Jones, J. W. (1991). Contemporary psychoanalysis and religion: Transference and transcendence. Yale University Press.
- Jordania, J. (2011). Why do people sing. Music in human evolution. Logos.
- Kalın, F. (2014). Rudolf Otto'da din, kutsallık ve mistik tecrübe. Ötüken Neşriyat.

- Kasapoğlu, A. (2005). Bir dinî tecrübe olarak Kur'ân'da huşû. *Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*, 15, 177-190.
- Kernberg, O. F. (2000). Psychoanalytic perspectives on the religious experience. *American Journal of Psychotherapy*, 54(4), 452-476. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.2000.54.4.452>
- Kınacı, M. (2012). Eski Yunan dünyasında müzik ve müzisyenler. *Doğubatu Dergisi*. 15(62), 11-27.
- Killin, A. (2017). Plio-pleistocene foundations of hominin musicality: Coevolution of cognition, sociality, and music. *Biological Theory*, 12, 222–235. <https://doi.org/10.1007/s13752-017-0274-6>
- Koelsch, S. (2014). Brain correlates of music-evoked emotions. *Nature Reviews Neuroscience*, 15(3), 170-180. <https://doi.org/10.1038/nrn3666>
- Konfüçyüs. (2008). Erdemin ardından git. Notos Kitap.
- Koyuncu, Ü. (2019). Müzik ve dinî tecrübe etkileşimi hususunda bir araştırma (Tez No. 607463) [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Levitin, D. J. (1997). This is your brain on music: The science of a human obsession. Plume Book.
- Levitin, D. J. (2006). The music instinct. This is your brain on music: The science of human obsession. Dutton.
- McClenon, J. (2001). Wondrous healing: Shamanism, human evolution, and origin of religion. Northern Illinois University Press.
- Miller, G. (2001). The mating mind: How sexual choice shaped the evolution of human nature. Anchor.
- Minai, U., Gustafson, K., Fiorentino, R., Jongman, A. ve Sereno, J. (2017). Fetal rhythm-based language discrimination: A biomagnetometry study. *Neuroreport*, 28(10), 561-564. <https://doi.org/10.1097/wnr.0000000000000794>
- Newberg, A., d'Aquili, E. G. ve Rause, V. (2002). Why God won't go away: Brain science and the biology of belief. Ballantine Books.
- Oberhoff, B. (2005). Die fötalen wurzeln der musik [The fetal roots of music] (B. Oberhoff, Ed.), *Die seelischen wurzeln der musik* İçinde (s. 41–63). Psychosozial Verlag.
- Parncutt, R. ve A. Kessler (2007). Musik als virtuelle person (B. Oberhoff ve S. Leikert, Ed.) *Die psyche im spiegel der musik. Musikpsychoanalytische beiträge* İçinde (s. 203-251). Psychosozial Verlag.
- Peter, A. (2018). Dinler tarihi 101. Say Yayınları.
- Reynolds, V. ve Tanner, R., (1995). The social ecology of religion. Oxford University Press.
- Ricken, F. (2004). Religiöse erfahrung/[1] ein interdisziplinärer klärungsversuch. Kohlhammer.
- Ruffing, J. K. (2010). Music as an opening to religious experience. *Vinayas? Dhana*, 1(1), 70-85.
- Ruffing, J. K. (1997). "To have been one with the earth...": Nature in contemporary Christian mystical experience. *Presence*, 8(1), 40-54.
- Rūmī, J. A. D., Coleman, N., Alleyne, R., Arberry, A. J. ve Moyne, J. A. (1995). The essential Rumi. HarperOne.
- Saliers, D. (2006). Sacred sound (D. C. Robinson, Ed.). *God's grandeur: The arts and imagination in theology* İçinde (s. 52–53). Orbis Books.
- Sanderson, S. K. (2008). Adaptation, evolution, and religion. *Religion*, 38(2), 141-156. <https://doi.org/10.1016/j.religion.2008.01.003>
- Schumaker, J. F. (1995). The corruption of reality: A unified theory of religion, hypnosis and psychopathology. Prometheus.
- Shelemay, K. K. (2001). Soundscapes: Exploring music in a changing world. W. W. Norton & Company.

- Sterba, R. F. (1965). Psychoanalysis and music. *American Imago*, 22(1/2), 96-111.
- Şenel, O. (2013). Müzik algısı, müzik tercihi ve sosyal kimlik bağlamında müzikte önyargı ve kalıp yargı (Tez No. 356239) [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Tan, A. (2019). Tanrı'nın varlığına kanıt olarak ileri sürülen dinî tecrübe delilinde mistik tecrübelerin yeri. *Diyalektolog Ulusal Sosyal Bilimler Dergisi*, 22, 195-210.
- Titon, J. T. (1992). *Worlds of music. An introduction to the music of the world's people*. Shirmer.
- Türk Dil Kurumu. (2024). Türkçe sözlük. <https://sozluk.gov.tr> adresinden 05.05.2024 tarihinde erişilmiştir.
- Wilson, E. O. (2000). *Sociobiology: The new synthesis*. Harvard University Press.
- Winkelman, M. (2000). *Shamanism: The neural ecology of consciousness and healing*. Greenwood Publishing Group.
- Zatorre, R. J. ve Salimpoor, V. N. (2013). From perception to pleasure: Music and its neural substrates. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110, 10430-10437. <https://doi.org/10.1073/pnas.1301228110>