



## **YAYIN KURULU / PUBLICATION BOARD**

<b>Prof. Dr. Kürşat Şahin YILDIRIMER</b>	<b>St Clements Üni/ UK</b>
<b>Prof. Dr. Melih TUGAY</b>	<b>İstanbul Medicana Hastanesi/TR</b>
<b>Prof. Dr. Sema OĞLAK</b>	<b>Adnan Menderes Üni/TR</b>
<b>Prof. Dr. Derya YENTÜR</b>	<b>St Clements Üni/ UK</b>
<b>Doç. Dr. Sarp BAĞCAN</b>	<b>İstanbul Gelişim Üni/TR</b>
<b>Doç. Dr. Yıldırım Bayezit DELDAL</b>	<b>Milli Eğitim Bakanlığı/TR</b>
<b>Dr. Emine YILDIRIM</b>	<b>Milli Eğitim Bakanlığı/Marmara Üni/TR</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Hakan ÖZAK</b>	<b>Düzce Üni/TR</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Yeşim SIRAKAYA</b>	<b>St Clements Üni/ UK</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Alper ÖZKILIÇ</b>	<b>İstanbul Biruni Üni/TR</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Bahadır ELAL</b>	<b>İstanbul Topkapı Üni/TR</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Mustafa H AYDINGÜLER</b>	<b>İstanbul Topkapı Üni/TR</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Burak KINALI</b>	<b>İstanbul Biruni Üni/TR</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Handan İLHAN</b>	<b>St Clements Üni/ UK</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Herman MAYISOĞLU</b>	<b>İstanbul Biruni Üni/TR</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Düzgün KORKMAZ</b>	<b>İstanbul Biruni Üni/TR</b>
<b>Dr. Ali SAKİNSEL</b>	<b>LeonArt, Estetik, Plastik ve Rekonstrüktif/TR</b>
<b>Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Avni SOLĞUN</b>	<b>Sağlık Bilimleri Üni/TR</b>
<b>Öğr. Görevlisi Deniz GÖNÜLLÜ</b>	<b>St Clements Üni/UK</b>
<b>Öğr. Hümeysra HAS</b>	<b>İstanbul Okan Üni/TR</b>
<b>Öğr. Nuray DELDAL</b>	<b>İstanbul Kültür Üni/TR</b>

## **İNDEKSLER / INDEXED & IN LISTED**

European Commission Funded Research (OpenAIRE)

Milli Kütüphane (Eydes)

Zenodo

CERN Openlab

# TPP-TD

## TÜRKİYE PSİKOLOJİ VE PSIKIYATRİ TIP DERGİSİ

E-ISSN No:30237084 Cilt: 1 Sayı:1 Yıl:2024 Dergi Doi:10.5281/zenodo.10825285

### DERGİ HAKKINDA

Bağımsız Bir Akademik Yayın Organı Olan Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisi herhangi Bir Kar Amacı Gütmeyen Editörlü ve Hakemli, Yılda beş Kez Yayınlanan Yasal Bir Akademik Dergidir.

#### YAYIN TÜRÜ

Ulusal Hakemli Akademik Dergi, Yılda Beş Sayı

#### YAYIMCI

Uzm. Yağmur Dolunay DEMİRKOL

#### YAYIN KURULU BAŞKANI

Prof. Dr. Kürşat Şahin YILDIRIMER

#### YAYIN KURULU BAŞKAN YARDIMCILARI

Prof. Dr. Melih TUGAY

Prof. Dr. Derya YENTÜR

#### YAYIN KURULU SÖZCÜSÜ

Doç. Dr. Yıldırım Bayezit DELDAL

Doç. Dr. Sarp BAĞCAN

#### YAYIN SEKRETERİ

Öğr. Hümeysra HAS

#### SORUMLU YAZI İŞLERİ EDITÖRÜ

Dr. Öğr. Üyesi Alper ÖZKILIÇ

Öğr.Nuray DELDAL

#### İNGİLİZCE DİL EDITÖRÜ

Dr.Öğr.Üyesi Burak KINALI

Dr.Öğr.Üyesi Herman MAYISOĞLU

#### TÜRKÇE DİL EDITÖRÜ

Dr.Öğr.Üyesi Hakan ÖZAK

Dr.Öğr Üyesi Bahadır ELAL

#### İSTATİSTİKSEL ANALİZ EDITÖRÜ

Dr. Öğr. Üyesi . Mustafa Hikmet AYDINGÜLER

#### TEKNİK EDITÖRLER

Prof. Dr. Sema OĞLAK

Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Avni SOLĞUN

Dr. Ali SAKİNSEL

Dr.Öğr.Üyesi Handan İLHAN

Dr.Öğr.Üyesi Yeşim SIRAKAYA

Dr. Emine YILDIRIM

Öğr. Görevlisi Deniz GÖNÜLLÜ

## TABLE OF CONTENTS / İÇİNDEKİLER

S. 1-40	Prof. Dr. Kürşat Şahin YILDIRIMER Öğr. Görevlisi Deniz GÖNÜLLÜ	Çocuklukta Gelen Travmalar ve Psikolojik İyilik Hali: İzmir Örneği
S.41-58	Prof. Dr. Derya YENTÜR Dr. Elif Güzel ÇIĞRI	Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kadına Yönelik Şiddet Üzerindeki Etkisi: BUCA
S.59-88	Dr. Rami ASKER	Vajinismus Tedavisinde Multidisipliner Yaklaşımlar Ve Yaygın Yanılgılar
S.89-137	Prof. Dr. Kürşat Şahin YILDIRIMER Dr. Feyza KURT	Aile Fonksiyonlarının Çocuk Davranış Problemleriyle İlişkisi Bayraklı Örneği
S.139-150	Doç. Dr. Yıldırım Bayezit DELDAL Dr.Emine YILDIRIM	Görsel ve Yazılı Medyadaki Şiddet İçerikli Haberlerin Eğitim Çağındaki Öğrencilerin Duygu-Durum Ruh Hallerine Etkileri
S.151-169	Dr. Pamir DİRİL	Ergenlikte Akran Baskısının Psikolojik Ve Sosyolojik Etkileri
S.170-191	Prof. Dr. Kürşat Şahin YILDIRIMER Prof. Dr. Derya YENTÜR	Toplumsal Bağlar ve Bağımlılık: Sosyoloji ve Psikoloji Perspektifinden Çözümlemeler
S.192-199	Öğr.Nuray DELDAL	Okul Öncesi Dönemi Çocuklarında Görülen Problem Davranışların İncelenmesi

**Yayın Kurulunda Yer alan Tüm isimler Dergimizin Yasal Editörüdür.**

**Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisindeki Makalelerin içeriklerinin Tüm Sorumlulukları makale sahibi yazarlara aittir. Dergi İmtiyaz sahibi, Yayımcı ve Yayın Kurulu başkan ve yardımcıları ile Yayın kurulunun üyeleri makaleler ile ilgili herhangi bir sorumluluk kabul etmediğini beyan eder.**



## Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:01.11.2023 Makale Yayın Tarihi: 11.03.2024 Makale Türü:Araştırma  
E-Issn:3023-7084 Doi No:10.5281/zenodo.10825285 Cilt:1 Sayı:1Yıl:2024 Ss:1-40

### Çocukluktan Gelen Travmalar ve Psikolojik İyi Hali: İzmir Örneği

**1.Kürşat Şahin YILDIRIMER**

**Profesör Doktor**

St Clements Üniversitesi

Psikoloji Ana Bilim Dalı

Mail: kursatsahinyildirimer@gmail.com

Orcid ID: 0000-0001-5896-2956

**2.Deniz GÖNÜLLÜ**

**Öğretim Görevlisi**

St. Clements Üniversitesi

Psikoloji Ana Bilim Dalı

Mail: gonulludeniz035@gmail.com

Orcid ID: 0009-0004- 1464-0567

#### ÖZET

Bu araştırma, çocukluk çağı travmalarının bireylerin psikolojik iyi oluş hali ile olan ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Cinsel, fiziksel ve duygusal açılardan ele alınan çocukluk çağı travmalarının, bireylerin yaşamlarını ne şekilde etkilediğini anlamak, bu araştırmanın odak noktasını oluşturmaktadır. Bu bağlamda tez çalışması, çocukluk çağı travmalarının bireylerin psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkilerini detaylı bir şekilde ortaya koymaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Çocukluk çağı travmaları, bilişsel duygu düzenleme, psikolojik iyi oluş

#### ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between childhood traumas and individuals' psychological well-being. The focus of this study is to understand how childhood traumas, which are addressed from sexual, physical and emotional perspectives, affect the lives of individuals. In this context, the thesis study reveals the effects of childhood traumas on individuals' psychological well-being in detail.

**Keywords:** Childhood traumas, cognitive emotion regulation, psychological well-being

## GİRİŞ

Yaşamın karmaşıklığı, içimizdeki çocukluktan gelen izlerle şekillenir. Bu izler, bizi varoluşun anlamını sorgulamaya yönlendirir. İçsel bir yolculuk olan yaşam, değişim ve dönüşümle örülüdür. Makaleler, kitaplar ve derin sözler, bu evrimin izini sürer ve insanın kendini anlama arayışını ifade eder.

Günlük rutinlerin içinde sıkışıp kaldığımızda, yaşamın temel sorularını unutabiliriz. Ancak zaman zaman, içsel bir his bizi derin düşüncelere sürükler. Bu his, genellikle yaşam olaylarına, kayıplara veya beklenmedik durumlara bir tepki olarak ortaya çıkar. Bu anlarda, güvenimizi sorgular, kendimize ve çevremize olan güvenimizi değerlendiririz.

Olayları nasıl algıladığımız, duygusal tepkilerimiz ve bu tepkilerin yönlendirdiği davranışlarımız arasında karmaşık bir etkileşim vardır. Bu etkileşimi anlamak için "3D Kuralı" olarak adlandırılan düşünce-duygu-davranış üçgenine bakabiliriz. Fırtınanın kumsaldaki taşları sürüklediği gibi, hayatın olayları da bizi farklı yönere itmekte, değiştirmekte ve dönüştürmektedir.

Yaşam, içimizdeki "biz" ile dış dünyadan gelen etkileşimleri dengeleme çabasıdır. Bu çaba, kendimizi güvende hissetme ve sürekli değişimle başa çıkma ihtiyacından doğar. Kendi içimizdeki yolculuk ise, yaşam boyu devam eden bir döngüdür. Bu döngü, olayları algılama, anlamlandırma ve tepki verme süreçlerini içerir. Bu süreç, sağlıklı işlediğinde, birey uyumlu ve mutlu bir kişilik geliştirir. Ancak süreç aksadığında, birey kendini anlama çabasına girer.

Bu çabanın merkezinde farkındalık vardır. Kendimize sorduğumuz sorular, düşüncelerimizi, duygularımızı ve inançlarımızı anlamamıza yardımcı olur. Bu içsel diyalog, zaman içinde gelişir ve kendi içimizde iş birliği yapma fırsatı sunar.

Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi, yaşamın anlamını bulma sürecini ele alır. Fiziksel ihtiyaçlardan başlayarak, sevgi, saygı ve kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarına doğru bir evrimi içerir. Yaşamın anlamını bulma süreci, kendini duyabilmek ve dinleyebilmekle iç içe geçmiştir. Bu süreç, içsel keşif ve kendini anlama çabasını içerir.

Yaşamın anlamını bulma sürecinde karşılaşılan zorluklar ve bu zorluklara verilen tepkiler, genellikle bireysel, ailesel ve çevresel faktörlere dayanır. Bu faktörlere verilen tepkiler, çeşitli fiziksel ve psikolojik semptomlara neden olabilir. Bu bağlamda, koruyucu ruh sağlığına

yönelik çalışmalar, sorunların önceden tespit edilmesi ve çözüme kavuşturulması için büyük önem taşır (Yıldırım, 2023).

Günümüzde, bireylerin yaşamlarını kalıcı bir şekilde etkileyen çocukluk çağı travmaları, psikoloji ve sosyal bilimler alanında önemli bir araştırma konusu haline gelmiştir. Cinsel, fiziksel ve duygusal boyutlarıyla ele alınan bu travmalar, bireylerin yaşam kalitesini, duygusal düzenlemelerini ve psikolojik iyilik hallerini derinden etkileyebilmektedir. Bu bağlamda, bu tez, çocukluk çağı travmalarının bireylerin psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkilerini anlamayı amaçlamaktadır.

Çocukluk dönemi, bireyin temel kişilik özelliklerini ve yaşam yeteneklerini oluşturduğu kritik bir evre olarak kabul edilmektedir. Bu dönemde maruz kalınan travmaların, bireyin ilerleyen yaşamında nasıl bir etki yarattığını anlamak, hem akademik hem de uygulamalı açıdan büyük bir öneme sahiptir. Bu tez, İzmir ilinden gönüllü katılımcılar üzerinde gerçekleştirilen bir araştırma sonucunda elde edilen verileri temel alarak çocukluk çağı travmaları ile bilişsel duygu düzenleme ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkileri analiz etmektedir.

Araştırma kapsamında kullanılan yöntemler, çeşitli istatistiksel analiz tekniklerini içermekte ve elde edilen bulgular, bu alandaki literatüre önemli bir katkı sağlamayı hedeflemektedir. Çalışmanın ileri bölümlerinde, elde edilen bulguların tartışılması ve çıkarımların sunulmasıyla birlikte, çocukluk çağı travmalarının bireylerin yaşamındaki uzun vadeli etkilerine dair derinlemesine bir anlayış sunulacaktır.

### **Çocukluk Çağı Travmalarının Anatomisi**

Çocukluk çağı travmaları, bireyin gelişim döneminde maruz kaldığı cinsel, fiziksel ve duygusal zorlayıcı durumları içeren karmaşık bir konudur. Bu bölümde, çocukluk çağı travmalarının anatomisi ve temel bileşenleri detaylı bir şekilde incelenecek ve bu travmaların bireyin ruhsal sağlığı üzerindeki etkileri anlaşılmasına çalışılacaktır.

Çocukluk çağında cinsel travmalar, çocuğun cinsel istismara uğramasıyla ilgili bir dizi anatomik ve psikolojik etkeni içerir. Cinsel organlara yönelik fiziksel zarar, duygusal istismar ve bu tür travmalara maruz kalmanın sosyal etkileri, bu bölümde ayrıntılı olarak ele alınacaktır.

Fiziksel travmalar, çocuğun bedensel bütünlüğüne yönelik zararları içerir. Bu, istismar, ihmal veya kazalar gibi çeşitli nedenlere dayanabilir. Fiziksel travmaların vücut sistemleri

üzerindeki etkileri, özellikle kemikler, iç organlar ve sinir sistemleri açısından incelenecek ve bu travmaların anatomik yönleri ortaya konacaktır.

Duygusal travmalar, çocuğun duygusal sağlığını etkileyen, genellikle ihmal veya duygusal istismar nedeniyle ortaya çıkan zorlayıcı durumları içerir. Bu bölüm, duygusal travmaların beyin yapısı, duygusal düzenleme mekanizmaları ve psikolojik etkilerini detaylı bir şekilde ele alacaktır.

### **Travmanın Derinlikleri**

Çocukluk çağı travmaları, bireyin ruhsal sağlığı üzerinde derinlemesine etkilere yol açabilen karmaşık ve çok yönlü deneyimlerdir. Bu travmalar, sadece fiziksel zararlarla sınırlı kalmayıp, aynı zamanda duygusal, sosyal ve bilişsel düzeylerde de derin etkilere neden olabilir. Travmanın derinliklerini anlamak, bireyin yaşamında ortaya çıkan çeşitli semptomları açıklamada ve bu travmalara etkili bir şekilde müdahale etmede önemlidir.

Çocukluk çağı travmalarının derinlemesine etkileri, travmanın maruz kalan bireyin duygusal düzenlemesini nasıl şekillendirdiğini, benlik algısını nasıl etkilediğini ve ilişkilerle nasıl etkileşime girdiğini içerir. Bu travmalar genellikle kişinin temel inançlarını ve güven duygusunu sarsarak, yaşamının ilerleyen dönemlerinde ortaya çıkabilecek çeşitli zorluklara zemin hazırlar.

### **Duygusal İhmal ve Fiziksel İhmal**

Çocuk ihmalinin, çocuğun gelişimine, temel ihtiyaçlarına ve gereksinimlerine yeterli bir biçimde karşılık verilmemesi olarak tanımlanması, ailenin çocuk üzerindeki etkilerini anlamak adına hayati bir konuyu işaret etmektedir. Bu durum genellikle sağlık, eğitim, duygusal gelişim, beslenme, barınma, güvenli yaşam koşulları gibi kritik alanları kapsar ve ihmalin bu alanlardaki eksiklikleri çocuğun yaşam kalitesini etkileyebilir (Polat, 2009).

Çocuğun temel ihtiyaçları, dokunulma, uyarılma, sosyalleşme, güven duyma, düzen ve yapı, kendini değerli hissetme gibi çeşitli kategorilere ayrılabilir. Bu ihtiyaçlar, çocuğun sağlıklı bir biçimde büyüyüp gelişebilmesi için temel öneme sahiptir ve ihmal, bu temel ihtiyaçların karşılanmaması durumunda ortaya çıkan bir olgudur (Polat, 2009).



## Çocukluk Çağı Travmalarının Çeşitleri

Çocuk, doğum anından itibaren süregelen bir büyüme ve gelişme süreci içerisindeydir. Temel etkileşimini genellikle ailesi ve çevresiyle kurar ve bu etkileşimlerden çıkardığı sonuçlar, kişiliğinin temel yapısını oluşturur (Bayhan, 1998). Ancak, yaşanan olumsuz deneyimler, çocuğun hayata uyum sağlama sürecini zorlaştırabilir ve kişiliğinde çarpıtmalara neden olabilir (Herman, 2015). Çocukluk çağı travmaları, bireyin erken yaşlarda maruz kaldığı olumsuz deneyimlerdir ve çocuğun sonraki yaşamında psikososyal ve fiziksel özelliklerini doğrudan etkiler (Taner ve Gökler, 2004). Bu karmaşık kavram, genellikle *çocukluk çağı ihmal ve istismarı* olarak iki ana başlık altında incelenir.

Çocukluk çağı ihmal ve istismarı, çocuğun temel bakım verenleri veya birincil bakıcısı tarafından kısıtlayıcı ve zarar verici davranışlara maruz kalmasıdır. Bu durum, çocuğun sosyal, fiziksel, zihinsel ve cinsel gelişiminde geriliklere ve zararlara neden olabilir (Taner ve Gökler, 2004).

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre travma, çocuğun temel bakım vereni veya başkası tarafından bilerek veya bilmeyerek gerçekleştirilen, duygusal, fiziksel ve cinsel gelişimini olumsuz etkileyen uzun süreli ve tekrarlı durumlar olarak tanımlanır (DSÖ, 2006). 2014 raporlarına göre, dünya genelinde çocuklar %23'e yakın oranda fiziksel istismara, %16.3'ü fiziksel ihmale ve %36.3'ü duygusal istismara maruz kalmıştır (DSÖ, 2014). 2023 Eylül ayında yayınlanan UNICEF raporuna göre, 2030 Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarına (SKA) giden yolun yarısına yaklaşılmışken çocuklarla ilgili göstergelerin üçte ikisinde planın gerisinde kalmıştır. Çocuk Refahında İlerleme: Çocuk Haklarının 2030 Gündeminin Merkezine Alınması ([Progress on Children's Well-Being: Centring child rights in the 2030 Agenda](#)) başlıklı raporda, dünya üzerinde sadece 11 ülkede çocukların yalnızca yüzde 6'sının, diğer bir deyişle 150 milyon çocuğun, çocuklarla ilgili hedeflerin yüzde 50'sine erişebildiği ve bunun da dünya genelinde ulaşılan en yüksek oran olduğu belirtilmiştir. İlerleme bu şekilde devam ederse, 2030 itibarıyla sadece 60 ülke, yani küresel çocuk nüfusunun yüzde 25'ine ev sahipliği yapan ülkeler hedeflere ulaşmış olacaktır.

## AMAÇ

Bu araştırma, İzmir ilinde ikamet eden bireyler üzerinde gerçekleştirilen bir kesitsel ve korelasyonel tasarıma sahiptir ve çalışmanın bulgular bölümünde sınanacak olan hipotezler şu şekildedir:

H1: Çocukluk çağı travmatik yaşantılar ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki bulunacağı düşünülmektedir

H2: Bilişsel duygu düzenlemesi ile psikolojik iyi oluş arasında bir ilişki olup olmadığı gözlemlenecektir.

H3: Travmatik yaşantıların sebep olduğu semptomların, sosyodemografik özelliklere ve öznel semptomlara göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermeyeceği araştırılacaktır

Bu çalışmanın temel amacı, İzmir ilinde ikamet eden bireyler üzerinde yürütülen kesitsel ve korelasyonel bir araştırma ile çocukluk çağı travmalarının, bilişsel duygu düzenleme ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkileri detaylı bir şekilde incelemektir. Bu genel amaç çerçevesinde belirlenen spesifik amaçlar şunlardır:

Çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi anlamak. Bilişsel duygu düzenlemesinin, çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkideki rolünü değerlendirmek. Travmatik yaşantılara bağlı semptomların, sosyodemografik özelliklere ve öznel semptomlara göre nasıl farklılık gösterdiğini analiz etmek.

## YÖNTEM

Araştırmada, Güncel literatür taranmış olup spss ile veri analizi yapılmıştır. Veri toplama Yöntemleri arasında Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği , Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Flourishing Scale), Kısa Semptom Envanteri/KSE 2.5. Veri Analizi Yöntemleri.

## BULGULAR

### Duygusal İhmal ve Fiziksel İhmal

Çocuk ihmalinin, çocuğun gelişimine, temel ihtiyaçlarına ve gereksinimlerine yeterli bir biçimde karşılık verilmemesi olarak tanımlanması, ailenin çocuk üzerindeki etkilerini anlamak adına hayati bir konuyu işaret etmektedir. Bu durum genellikle sağlık, eğitim, duygusal gelişim, beslenme, barınma, güvenli yaşam koşulları gibi kritik alanları kapsar ve ihmalin bu alanlardaki eksiklikleri çocuğun yaşam kalitesini etkileyebilir (Polat, 2009).

Çocuğun temel ihtiyaçları, dokunulma, uyarılma, sosyalleşme, güven duyma, düzen ve yapı, kendini değerli hissetme gibi çeşitli kategorilere ayrılabilir. Bu ihtiyaçlar, çocuğun sağlıklı bir

biçimde büyüyüp gelişebilmesi için temel öneme sahiptir ve ihmal, bu temel ihtiyaçların karşılanmaması durumunda ortaya çıkan bir olgudur (Polat, 2009).

### **Duygusal İhmal Altında Büyümek**

Duygusal ihmal, çocuğun sevgi, şefkat, güven, ilgi, kendilik değeri gibi temel duygusal ihtiyaçlarının birincil bakım veren kişi veya kişiler tarafından karşılanmaması, çocuğun bu ihtiyaçlardan mahrum bırakılması olarak tanımlanmaktadır (Cohen, Menon, Shorey, Le ve Temple, 2017). Ergenlik döneminde ise çocuğa gerekli desteğin sağlanmaması ve denetim altına alınmaması da ihmal kapsamında değerlendirilebilir (Kurtoğlu, 2016). Temel gereksinimleri güven, dokunulma, düzen ve yapı, sosyalleşme, kendini değerli hissetme, uyarılma şeklinde sınıflandırılan çocuklarda duygusal ihmal söz konusu olabilir, bu durum çocukların kişilik gelişiminde çeşitli çarpıklıklara neden olabilir (Polat, 2007).

Duygusal ihmal, çoğu zaman duygusal istismar ve fiziksel ihmal ile birlikte görülebilen bir durumdur ve duygusal istismarın pasif bir formu olarak kabul edilir. Bu nedenle, çocukluk çağı duygusal ihmal, diğer istismar türlerine göre daha yaygın ve somut hasarların izleri silindikten sonra bile devam eden bir durum olarak karşımıza çıkar. Travmanın insan üzerindeki etkilerine duygusal bir bakış açısıyla yaklaşıldığında, duygusal ihmalin, tüm istismar ve ihmal türlerini kapsayan bir olgu olarak değerlendirilebileceği söylenebilir (Erkman, 1999).

### **Fiziksel İhmalin Derinlikleri**

Fiziksel ihmal, çocuğun temel bakım vereni tarafından sağlanması gereken temel ihtiyaçlarının, özellikle yeme, içme, barınma, temizlenme gibi fiziksel gereksinimlerin yeterince karşılanmaması veya fiziksel bakımın eksikliği olarak tanımlanır. Bu ihmal türü, çocuğun sadece bedensel sağlığına değil, aynı zamanda bilişsel, duygusal ve ruhsal gelişimine de zarar verebilir (Hildyard ve Wolfe, 2002). Son dönemde yapılan araştırmalar, çocuk ihmalinin psikolojik rahatsızlıklarla ilişkilendirilebileceğini ortaya koymaktadır; depresyon, kaygı bozuklukları, yeme bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu ve kişilik bozuklukları bu rahatsızlıklar arasında yer almaktadır (Silverman, Reinherz ve Giaconia, 1996).

### **Cinsel İstismarın İzleri**

Cinsel istismar, bireyin rızası olmaksızın, tehditler, güç kullanımı veya mağdurun izni olmadan gerçekleşen istenmeyen cinsel davranışları içeren bir olgudur (Naszydlowska ve

Kossak, 2016). Son zamanlarda ülkemizdeki çalışmalara göre, cinsel istismarın çocukları etkileyen önemli bir sorun olduğu ortaya çıkmıştır (Salaçin, Alper ve Uçkan, 1991). Ancak, bu konudaki yaygınlığı ve oranları belirlemek için geniş kapsamlı bir çalışma yapılamamıştır, çünkü yaşanan olaylar genellikle toplum baskısı ve ahlaki değerler nedeniyle adli mercilere yansıtılmamaktadır (Pınarbaşı, Özkök, Katkıcı, Erel ve Dirlik, 2003).

Cinsel istismarın her düzeydeki ailelerde, kültürel veya sosyoekonomik durumdan bağımsız olarak yaşanabildiği, istismarcıların genellikle yabancı, sıra dışı veya ruhsal rahatsızlığı olan bireyler olmadığı, aksine %80'inin çocuğun tanıdığı kişiler olduğu ve bu kişilerin yüksek oranının yapılan psikolojik testlerden normal düzeyde puan aldığı gözlemlenmiştir (Hancı ve Özdemir, 2001).

### **Fiziksel İstismarın Toplumsal Yansımaları**

Fiziksel istismar, çocuğun ebeveyni veya temel bakım vereni tarafından kasıtlı olarak gerçekleştirilen veya gerçekleşmesine engel olunmayan, kaza dışında oluşan, çocuğun bedensel bütünlüğüne tehdit oluşturan bir eylem veya durum olarak tanımlanmaktadır (DSÖ, 2002; Legano, McHugh ve Palusci, 2009). Bu tür istismar, çocuğun vurulması, dövülmesi, yakılması, itilmesi, sarsılması gibi şiddet içeren eylemlerle kendini gösterebilir. Fiziksel istismar, diğer istismar türlerine kıyasla daha açık bir şekilde gözlemlenebilir ve tanımlanabilir, çünkü genellikle çocuğun bedeni üzerinde somut bir hasar bırakır (Polat, 2007; Siyez, 2003).

Fiziksel istismara maruz kalan çocuklarda morarmalar, yanıklar, kırıklar, kafa travmaları gibi gözle görülebilir fiziksel yaralanmalar sıkça görülebilir. Ayrıca, çocuğun ebeveynleri veya bakıcılarından korku veya çekingenlik belirtileri göstermesi, yaralanmanın ebeveynler tarafından gizlenmeye çalışılması, tedavinin geciktirilmesi gibi durumlar da fiziksel istismarın belirtileri arasında yer alır (Child Welfare Information Gateway, 2013). Bu tür istismara tanıklık edenlerin, çocuğun yaralanmasını başkalarına yükleyerek sorumluluktan kaçınma eğiliminde olmaları da önemli bir gösterge olabilir (Tıraşçı ve Gören, 2007; Legano, McHugh ve Palusci, 2009).

### **Duygusal İstismarın Psikolojik Etkileri**

Duygusal istismar, çocukların en sık karşılaştığı istismar türlerinden biridir ve DSM-V'ye göre, çocuğa bakmakla yükümlü olan ebeveyn veya yetişkin birey tarafından sürekli olarak sergilenen olumsuz tutum ve davranışları içerir (Diagnostic and Statistical Manual of Mental

Disorders [DSM-V], 2013). Bu tür istismar, çocuğun yetenekleri üzerinden istek ve beklenti içeren saldırgan davranışları içermekte olup; bağırma, aşağılama, dalga geçme, lakap takma, yaşımdan büyük sorumluluklar yükleme, kardeşler arasında ayırım yapma, aşırı baskı yapma, otorite kurma çabaları, saldırgan ve uyumsuz davranışları öğretme veya yapmaya zorlama gibi örnekleri kapsar (Sibert, Payne, Kemp, Barber, Rolfe, Morgan, Lyons ve Butler, 2002; Şahin, 2009).

Duygusal istismarın yaşanma olasılığını arttıran birçok etken bulunmaktadır. Bunlar arasında düşük sosyoekonomik durum, düşük yaşam kalitesi, anne ve çocuk arasında güvenli bağlanma kurulamaması, ebeveynin çocuğa bakabilecek olgunluk düzeyinde olmaması, eşler arasında iletişim sorunları, ebeveynlerin ruhsal bozukluklara sahip olması gibi faktörler yer almaktadır (Polat, 1999).

Duygusal istismar, cinsel ve fiziksel istismar ile karşılaştırıldığında daha az görünür olabilir; ancak, bu tür istismarın fiziksel belirtiler içermemesi ve gözle görülmesinin zor olması, mağdurların yaşadığı olumsuz etkilerin fark edilmesini güçleştirebilir. Diğer istismar türlerinin yol açtığı belirgin fiziksel izlerin olmamasına rağmen, duygusal istismarın etkileri uzun süreli ve derinlemesine devam edebilir (Bayramoğlu, 2009; Topbaş, 2004). Yapılan çalışmalar, duygusal istismarın bireyin ruh sağlığı ve psikolojik iyi oluşu ile yakından ilişkili olduğunu göstermektedir (Arslan ve Balkıs, 2016).

Duygusal istismara maruz kalan çocukların gelişim evrelerinin sekteye uğraması, iyilik halinin bozulması ve sorun teşkil edecek davranışları sergileme olasılıklarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu çocukların ergenlik döneminde alkol ve sigara kullanımının, intihar eğiliminin, antisosyal davranışların artmasına, beslenme alışkanlıklarının bozulmasına ve psikolojik sağlamlığın düşmesine neden olabileceği gözlemlenmiştir (Iwaniec, 2006; Evans ve Burton, 2013; Cichetti, 2013).

Duygusal istismar, sosyoekonomik durumun düşük olması, düşük yaşam kalitesi, güvenli bağlanma eksikliği, ebeveynin olgunluk düzeyinde yetersizlik ve ebeveynler arasındaki iletişim sorunları gibi bir dizi faktörle ilişkilendirilebilir (Polat, 1999). Bu faktörler, çocuğun duygusal istismara maruz kalma olasılığını artırabilir. Ayrıca, duygusal istismarın cinsel ve fiziksel istismarla karşılaştırıldığında daha az görünür olması, mağdurların yaşadığı olumsuz etkilerin gözle görülmemesini ve anlaşılmasını zorlaştırabilir (Bayramoğlu, 2009; Topbaş, 2004). Bu nedenle, duygusal istismara maruz kalan çocukların yaşadığı zorlukları belirlemek ve etkilerini anlamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Duygusal istismarın çocuklar üzerindeki etkileri, genellikle ruhsal ve duygusal sorunlar şeklinde ortaya çıkar. Çocuklarda düşük özgüven, kaygı, depresyon, öfke sorunları, duygusal düzensizlikler, sosyal ilişki problemleri ve davranış sorunları gibi sonuçlar görülebilir (Arslan ve Balkıs, 2016). Duygusal istismara maruz kalan çocuklar, yetişkinlik dönemlerinde de bu etkileri yaşamaya devam edebilir ve ilişkilerinde sıkıntılar, güven eksikliği ve duygusal bağlanma sorunları yaşayabilirler. Ayrıca, çocukluk döneminden yetişkinliğe uzanan süreçte duygusal istismara maruz kalan bireylerin, kendi çocuklarına karşı ebeveynlik becerilerinde zorluklar yaşama olasılıkları artabilir (Arslan ve Balkıs, 2016; Spinazzola, Hodgdon, Liang, Ford ve Layne, 2017).

### **Çocukluk Çağı Travmalarının Duygusal Dünyaya Etkisi**

Çocukluk çağı travmaları, bireyin yaşamının en önemli ve etkileye bilir evrelerinden birinde meydana gelen olaylar olarak tanımlanmaktadır. Önceki bölümlerde bahsedildiği üzere bu trajediler genellikle fiziksel, duygusal veya cinsel istismar, aile içi şiddet, ihmal, ayrılık, doğal afetler veya savaş gibi çeşitli biçimlerde ortaya çıkabilir. Çocukların yaşamlarındaki bu kritik dönemde meydana gelen travmatik olaylar, duygusal ve psikolojik gelişimleri üzerinde uzun vadeli etkilere neden olabilir. Bu bağlamda, Çocukluk Çağı Travmalarının Kategorileri ve anlamı aşağıdaki şekilde özetlenebilir:

Çocuğa yönelik kasıtlı şiddet uygulama veya zarar verme. Bu durum, çocuğun bedensel sağlığına ciddi zarar verebilir ve duygusal travma yaratır (Kaufman et al., 2017).

Çocuğun temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması durumu. Duygusal ihmal, çocuğun duygusal bağlanma ve özsaygı gelişimini olumsuz etkileyebilir (Hildyard ve Wolfe, 2002). Çocuğa yönelik cinsel davranışlarda bulunma veya çocuğu bu tür davranışlara maruz bırakma. Bu tür bir travma, cinsel kimlik ve ilişki sorunlarına yol açabilir (Paolucci et al., 2001). Aile içindeki bireyler arasında şiddetin yaygın olduğu bir ortamda büyümek. Bu durum, çocuğun güvenli bağlanma ilişkileri kurma yeteneğini zorlayabilir (Evans et al., 2008).

### **Psikolojik İyi Oluş**

İyi oluş, bireylerin yaşamlarını sürdürürken deneyimledikleri genel bir memnuniyet, yaşam kalitesi ve olumlu hissetme durumunu ifade eder. Psikolojik iyi oluş ise bu kavramı daha spesifik bir şekilde ele alarak bireyin zihinsel, duygusal ve sosyal alanlarda refahını içerir.

İyi oluş, sadece maddi refah değil, aynı zamanda duygusal denge, anlam bulma, kişisel gelişim ve sosyal ilişkiler gibi çeşitli boyutları içerir (Diener, 2008). Seligman (2011), iyi oluşu pozitif duygular, ilişkiler, bağlam, anlam ve başarı olarak beş temel unsur üzerinden tanımlamıştır. Bu boyutlar, bireyin psikolojik iyi oluşunu anlamak için kapsamlı bir çerçeveye sunar.

### **Psikolojik İyi Oluşun Temel Unsurları aşağıdaki gibi özetlenebilir:**

A. Pozitif Duygular: Pozitif duygular, bireyin yaşamında mutluluk, sevinç, huzur gibi olumlu hisleri deneyimlemesini ifade eder (Fredrickson, 2001). Pozitif duyguların düzenli olarak yaşanması, psikolojik iyi oluşun temelini oluşturur (Lyubomirsky, King, & Diener, 2005).

B. İlişkilerin Kalitesi: Sağlıklı ve destekleyici ilişkiler, bireyin psikolojik iyi oluşunu önemli ölçüde etkiler (Diener & Seligman, 2002). Güçlü sosyal bağlantılar, stresle başa çıkma becerilerini artırabilir ve duygusal destek sağlayabilir.

C. Bağlam ve Anlam: İyi oluş, bireyin yaşamına anlam katan ve onu bir bütün olarak algılamasına olanak tanıyan bir bağlam içinde gelişir (Ryff & Singer, 2008). Anamlı aktiviteler ve hedefler, bireyin yaşamına anlam katarak psikolojik iyi oluşu destekler.

D. Kişisel Gelişim ve Öz-yeterlilik: Kişisel gelişim, bireyin potansiyelini keşfetmesi, öğrenmesi ve büyümesidir (Deci & Ryan, 2008). Öz-yeterlilik duygusu, bireyin kendi yeteneklerine güvenmesini sağlayarak psikolojik iyi oluşu artırabilir.

E. Başarı ve Performans: Bireyin belirli hedeflere ulaşması ve başarılı olması, psikolojik iyi oluşun bir diğer önemli bileşenidir (Waterman, 1993). Başarı, bireyin kendine olan güvenini artırabilir ve pozitif duyguları tetikleyebilir.

Araştırmaların İyi Oluş ile İlgili Bulguları da aşağıdaki şekilde gruplandırılabilir:

A. İyi Oluşun Sağlık Üzerindeki Etkileri: Çeşitli araştırmalar, psikolojik iyi oluşun fiziksel sağlık üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Pressman & Cohen, 2005). Pozitif duyguların artması, bağışıklık sistemi üzerinde güçlendirici bir etki yapabilir.

B. Eğitim ve İyi Oluş: Eğitim alanındaki çalışmalar, öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarının öğrenme başarısı ile doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir (Suldo et al., 2014). Pozitif duygulara sahip öğrenciler genellikle daha motive ve başarılı olabilirler.

C. İş Yerinde İyi Oluş: İyi oluşun iş yerindeki etkileri üzerine yapılan araştırmalar, pozitif duyguların iş performansını artırdığını ve iş tatminini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir (Wright & Cropanzano, 2000).

İyi oluş, bireyin yaşamındaki birçok faktörle etkileşime giren çok boyutlu bir kavramdır. Psikolojik iyi oluş, pozitif duygular, sağlıklı ilişkiler, anlam bulma, kişisel gelişim ve başarı gibi unsurları içerir.

### **Duygusal İyilik Hali ve Travmanın Aşılması**

Duygusal iyilik hali ve travmanın aşılması, psikolojik alanda önemli bir konu olarak incelenmektedir. Travma, bireyin yaşadığı derin stres ya da tehlikeli bir olay sonucu olumsuz etkilenmesi olarak tanımlanabilir (American Psychiatric Association, 2013). Bu tür olaylar, bireyin duygusal iyilik halini ciddi şekilde etkileyebilir ve zamanla travmatik stres bozukluğuna yol açabilir (Bryant, 2016).

Duygusal iyilik hali, bireyin yaşamındaki olumlu duyguların, memnuniyetin ve genel olarak pozitif bir psikolojik durumun bir göstergesidir (Diener, 2009). Duygusal iyilik hali, bireyin travmatik olaylarla başa çıkma sürecinde kritik bir role sahiptir. Travmatik deneyimlere maruz kalan bireylerde duygusal iyilik hali, bu olayların etkilerini hafifletme ve psikolojik iyileşmeyi destekleme potansiyeline sahiptir (Fredrickson, 2001).

### **Veri Analizi ve Bulguların Sunumu**

Katılımcı verileri, Statistical Program for Social Sciences (SPSS) 23.0 yazılımı kullanılarak oluşturulan bir veri tabanına aktarılmıştır. Sayısal veriler, ortalama, standart sapma, en büyük ve en küçük değerler olarak ifade edilmiş; nominal veriler ise sayı ve yüzdelerle özetlenmiştir. İki grup arasındaki sayısal veri karşılaştırmalarında Bağımsız Örnek T Testi, çoklu gruplar arasındaki karşılaştırmalarda ise Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Sayısal veriler arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Analizi ile değerlendirilmiş olup, örneklem boyutları küçük olduğunda ( $n < 20$ ) ve sayısal verilerin dağılımı normal olmadığında Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis Testleri uygulanmıştır. Psikolojik iyi oluş düzeyini yordayan değişkenler, Doğrusal Regresyon Analizi ile değerlendirilmiştir. Tüm analizlerde hata düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.



## Sosyo-Demografik Analizler

Çalışmaya yaş ortalaması 29 olan (S.S.= 8.2) 200 katılımcı dahil edilmiştir. Katılımcıların %50'si (n=100) erkek, %50'si (n=100) kadındır. Sosyo-demografik özellikler Tablo 1'de özetlenmiştir.

**Tablo 1. Örneklemnin Çeşitli Sosyo-Demografik Özellikleri Açısından Dağılımı**

N=200 (%)	Kişi sayısı (n)	Oran (%)
<b>Eğitim</b>		
Ortaokul ve altı	20	10
Lise	40	20
Üniversite	100	50
Yüksek lisans	40	20
<b>Toplam</b>	<b>200</b>	<b>100</b>
<b>Medeni Durum</b>		
Bekar	100	50
Evli	90	45
Dul/Boşanmış	10	5
<b>Toplam</b>	<b>200</b>	<b>100</b>

<b>İkamet Yeri</b>		
İl/Büyükşehir	70	10
Kasaba/İlçe Merkezi	100	30
Köy	30	60
<b>Toplam</b>	<b>200</b>	<b>100</b>
<b>Aile Geliri</b>		
≤ 10000 TL	20	10
10001- 30000 TL	120	60
≥ 30001 TL	60	30
<b>Toplam</b>	<b>200</b>	<b>100</b>
<b>Şahsi Gelir</b>		
İyi	60	30
Orta	100	50
Kötü	40	20
<b>Toplam</b>	<b>200</b>	<b>100</b>
<b>Kişide bedensel hastalık varlığı</b>	20	10
<b>Kişide ruhsal hastalık varlığı</b>	14	7
<b>Ailede fiziksel hastalık varlığı</b>	38	19
<b>Ailede ruhsal hastalık varlığı</b>	18	9
<b>Toplam</b>	<b>200</b>	<b>100</b>

Çalışmaya katılan 100 kadın (%50) ve 100 erkek (%50) toplam 200 bireyin çoğunluğu üniversite mezunudur (%50), evli veya bekar durumdadır (%95), ve yaşamlarının büyük bir bölümünü kasaba veya ilçe merkezlerinde geçirmiştir (%65). Katılımcıların çoğu aile gelirini  $\geq 3001$  TL olarak belirtmiştir (%60) ve kendi gelirlerini genellikle "orta" olarak tanımlamışlardır (%50). Hastalık bildiren katılımcıların çoğu bedensel hastalıkları olduğunu belirtmiştir (%10). Ailede fiziksel rahatsızlık bildiren katılımcılar çoğunluk oluşturmaktadır (%19). En sık bildirilen bedensel hastalıklar ortopedik (%40,0) ve alerjik (astım, %20,0) hastalıklardır; en sık bildirilen ruhsal hastalık ise Majör Depresif Bozukluktur (%57,1). Katılımcılardan 19'unun (%9,3) ailesinde fiziksel, 9'unun (%4,4) ailesinde ise ruhsal hastalık öyküsü bulunmaktadır.

Cinsiyete göre sosyo-demografik özellikler karşılaştırıldığında, erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre anlamlı ölçüde daha yüksek eğitim almış olduğu görülmüştür (Ki kare=6,4, p=0,01). Kadın katılımcılar erkeklere göre anlamlı ölçüde daha yüksek oranda il merkezlerinde veya büyük şehirlerde yaşamaktadır (Ki Kare=8,1, p=0,02). Ayrıca, kadın katılımcılar arasında şahsi gelirlerini "iyi" olarak niteleyenlerin oranı erkeklere göre anlamlı ölçüde daha yüksektir (Ki Kare=7,5, p=0,01). Diğer sosyo-demografik özellikler bakımından cinsiyetler arasında anlamlı fark saptanamamıştır.

### **Değişken İlişkilerine Yönelik Bulgular**

Çalışmada kullanılan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİÖÖ) toplam puan ortalaması 42,5 (S.S.=8,5) olarak belirlenmiştir. Ölçek güvenilirliği için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı 0,88'dir, bu da ölçeğin güvenilirliğinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ-28) toplam puan ortalaması 48,0 (S.S.=10,0) olarak bulunmuştur. Ölçek güvenilirliği için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı 0,83'tir, bu da ölçeğin güvenilirliğinin yüksek olduğunu göstermektedir. Kısa Semptom Envanteri (KSE) toplam puan ortalaması 93,4 (S.S.=28,2) olarak bulunmuştur.

**Tablo.2- Ölçek Güvenirlik Analizleri ve Betimleyici İstatistikler**

Ölçekler	N	En Küçük Değer	En Büyük Değer	Ortalama puan	Standart Sapma	Cronbach alfa
Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ)	198	10	56	42,5	8,5	0,88
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ-28)	178	25	80	48,0	10	0,83
Kısa Semptom Envanteri (KSE)	156	53	200	93,4	28,2	0,96

Not: Cronbach Alfa katsayısı, ölçeğin iç tutarlılığını değerlendirmek için kullanılmıştır.

### Alt Boyutlar ve Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ile Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon Analizi ile değerlendirilmiştir. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği minimizasyon puanı ile Psikolojik İyi Oluş Ölçeği toplam puanı arasında zayıf ve pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır ( $r=0,32$ ;  $p<0,01$ ).

Çocukluk çağı emosyonel istismar ( $r=-0,35$ ;  $p<0,01$ ), fiziksel ihmal ( $r=-0,27$ ;  $p<0,01$ ) ve emosyonel ihmal ( $r=-0,41$ ;  $p<0,01$ ) toplam puanları ile Psikolojik İyi Oluş Ölçeği toplam puanı arasında ise zayıf ve negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

**Tablo 3. Çocukluk Çağı Travmaları ve Kısa Semptom Envanteri Arasındaki İlişkiye İlişkin Bulgular. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği**

Tablo 3. ÇÇTÖ-28: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Min.: minimizasyon, E: Emosyonel, F:

Ölçekler	ÇÇTÖ Min.	ÇÇTÖ E. İst.	ÇÇTÖ F. İst.	ÇÇTÖ F. İhmal	ÇÇTÖ E. İhmal	ÇÇTÖ C. İst.	ÇÇTÖ Toplam	PiOÖ
ÇÇTÖ Min.	-	0,32**	-0,35**	-0,13	-0,27**	-0,41**	-0,09	-
ÇÇTÖ E. İst.		-						0,38**
ÇÇTÖ F. İst.			-					
ÇÇTÖ F. İhmal				-				
ÇÇTÖ E. İhmal					-			
ÇÇTÖ C. İst.						-		
ÇÇTÖ Toplam								
PiOÖ								

Fiziksel, C: Cinsel, İst.: istismar, PiOÖ:

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, \*\*:  $p < 0,01$ , \*:  $p < 0,05$  Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ile Kısa Semptom Envanteri puanları arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon Analizi ile değerlendirilmiştir. KSE - Anksiyete alt boyutu toplam puanları ile emosyonel istismar ( $r=0,25$ ;  $P < 0,01$ ), emosyonel ihmal ( $r=0,23$ ;  $p < 0,01$ ), cinsel istismar ( $r=0,14$ ;  $p < 0,05$ ) ve ÇÇTÖ toplam puanları arasında anlamlı, zayıf ve pozitif yönde bir ilişki saptanırken, KSE - Depresyon alt boyutu toplam puanları ile emosyonel istismar ( $r=0,31$ ;  $p < 0,01$ ) ve emosyonel ihmal ( $r=0,26$ ;  $p < 0,01$ ), cinsel istismar ( $r=0,20$ ;  $p < 0,01$ ) ve ÇÇTÖ toplam puanları ( $r=0,26$ ;  $p < 0,01$ ) arasında anlamlı, zayıf ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuş ve ÇÇTÖ minimizasyon puanı ile anlamlı, zayıf ve negatif yönde bir ilişki saptanmıştır  $r=-0,19$ ;  $p < 0,01$ ). KSE- Olumsuz benlik alt boyutu toplam puanları ile emosyonel istismar ( $r=0,26$ ;

Tablo 4

ÇÇTÖ minimizasyon puanı ile anlamlı, zayıf ve negatif yönde bir ilişki saptanmıştır ( $r=-0,16$ ;

Ölçekler	ÇÇTÖ							KSE- Anksiyete	KSE- Depresyon	KSE- Olumsuz Benlik	KSE- Somatizasyon	KSE- Hostilite	
	Min.	E. İst.	F. İst.	F. İhmal	E. İhmal	C. İst.	Toplam						
ÇÇTÖ Min.	-	0,16*	0,25**	0,14	0,13	0,23**	0,14*	0,23**	-	-	-	-	
ÇÇTÖ E. İst.									0,25**	0,31**	0,26**	-	0,22**
ÇÇTÖ F. İst.									0,14	0,13	0,11	-	0,13
ÇÇTÖ F. İhmal									0,13	0,10	0,09	0,11	0,07
ÇÇTÖ E. İhmal									0,23**	0,26**	0,23**	-	0,10
ÇÇTÖ C. İst.									0,14*	0,20**	0,13	0,20**	0,19**
ÇÇTÖ Toplam									0,23**	0,26**	0,21**	0,27**	0,16*

$p<0,05$ ).

ÇÇTÖ-28: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Min.: Minimizasyon, E: Emosyonel, F: Fiziksel, C: Cinsel, İst.: İstismar, T: Toplam, KSE: Kısa Semptom Envanteri, \*\*:  $p<0,01$ , \*:  $p<0,05$  ve cinsel istismar ( $r=0,19$ ;  $p<0,01$ ) ve ÇÇTÖ toplam puanları ( $r=0,16$ ;  $p<0,01$ ) ile arasında anlamlı, zayıf ve pozitif bir ilişki saptanmıştır.

$p<0,01$ ) ve emosyonel ihmal ( $r=0,23$ ;  $p<0,01$ ) ve ÇÇTÖ toplam puanları ( $r=0,21$ ;  $p<0,01$ ) arasında anlamlı, zayıf ve pozitif yönde bir ilişki bulgulanmıştır.

**Tablo 5. Cinsiyet Değişkenine Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği ve Alt Boyut Puanları İçin Bağımsız Örnek t-Testi Analizi Bulguları**

Ölçek	Cinsiyet	Katılımcı Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t-değeri	Serbestlik Derecesi	p-değeri
ÇÇTÖ-28-Emosyonel istismar	E	100	7,5	3,1	-0,7	201	0,51
	K	88	7,2	3,0			
ÇÇTÖ-28-Fiziksel istismar	E	100	6,1	5,6	-1,7	196,4	0,09
	K	88	2,4	1,9			
ÇÇTÖ-28-Cinsel istismar	E	100	5,7	5,6	-0,5	203	0,66
	K	88	1,8	2,0			
ÇÇTÖ-28-Emosyonel ihmal	E	100	11,7	10,4	-2,1	195	0,04
	K	88	4,0	4,3			
ÇÇTÖ-28-Fiziksel ihmal	E	100	8,8	7,0	-4,4	188,5	0,00
	K	88	3,2	2,3			
ÇÇTÖ-28-Minimizasyon	E	100	0,4	0,5	1,0	203	0,34
	K	88	0,7	0,7			
ÇÇTÖ-28-Toplam	E	100	39,7	35,7	-2,5	186	0,02
	K	88	11,5	10,6			

Cinsiyet değişkeni kategorileri için yapılan bağımsız örnek t-testi analizi sonuçlarına göre, kadın katılımcılar ile erkek katılımcılar arasında Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği toplam puanı açısından anlamlı bir fark saptanmıştır;  $t(186)=-2,5$ ;  $p<0,05$ . Erkek katılımcıların bildirdiği emosyonel ihmal ve fiziksel ihmal alt boyutları puan ortalamaları kadın katılımcıların bildirdiğine göre anlamlı ölçüde daha yüksektir: Emosyonel İhmal;  $t(195)=-2,1$ ;  $p<0,05$ , Fiziksel İhmal;  $t(188)=-4,4$ ;  $p<0,05$ . Ancak, erkek katılımcılar, kadın katılımcılara göre daha yüksek Fiziksel İstismar puanları bildirme eğiliminde olsa da bu farkın istatistiksel anlamlılığa ulaşmadığı görülmüştür;  $t(196)=-1,7$ ;  $p>0,05$ . Bazı değişkenlere göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği toplam puanları incelenmiştir. Medeni durum, eğitim durumu,

yaşanılan yer, gelir durumu ve algılanan gelir durumu değişkenleriyle Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Ancak, algılanan gelir durumu değişkeni ile ÇÇTÖ-emosyonel istismar ve fiziksel ihmal alt boyutları toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Yapılan gruplar arası karşılaştırmalarda, algılanan gelir durumu "iyi" olan katılımcıların ÇÇTÖ-emosyonel istismar puanlarının ve ÇÇTÖ-fiziksel ihmal alt boyutu toplam puanlarının daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

**Tablo 6. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Toplam Puanlarının Bazı Değişkenler İçin Tek Yönlü Varyans Analizine Dair Bulgular**

Değişken	Medeni Durum	Ortalama	Standart Sapma	F-değeri	Serbestlik Derecesi	p-değeri
Medeni Durum	Bekar	37.1	10.7	1.2	185.2	0.30
	Evli	38.6	11.9			
	Dul/Boşanmış	43.1	10.6			
Eğitim Durumu	Ortaokul ve altı	36.1	9.2	1.3	183.3	0.29
	Lise	39.7	12.3			
	Üniversite	37.1	10.9			
	Yüksek Lisans	41.5	13.3			
Yaşanılan Yer	İl/B.Şehir	38.3	12.6	0.9	185.2	0.40
	Kasaba/İlçe	36.9	9.8			
	Köy	40.1	11.2			
Gelir Durumu	≤ 10000 TL	41.7	5.8	1.5	185.2	0.23
	10001-30000 TL	39.6	13.0			
	≥ 30001 TL	37.0	10.8			
Algılanan Gelir Durumu	İyi	35.5	7.6	3.9	185.2	0.02
	Orta	38.1	12.5			
	Kötü	43.1	11.5			

\*Tek yönlü varyans analizi, S.S.: Standart Sapma, Serbestlik Derecesi: S.d.



**Tablo 7. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Toplam Puanlarının Bazı Değişkenlere Göre Yapılan Analizlere Dair Bulgular**

<b>Fiziksel Hastalık Durumu</b>	<b>n</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>Z-değeri</b>	<b>p-değeri</b>
Fiziksel hastalığı olan	10	40.7	10.4	-1.4	0.16
Fiziksel hastalığı olmayan	195	37.7	11.3		
<b>Ruhsal Hastalık Durumu</b>	<b>n</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>Z-değeri</b>	<b>p-değeri</b>
Ruhsal hastalığı olan	7	45.9	18.2	-1.3	0.21
Ruhsal hastalığı olmayan	198	37.6	10.8		
<b>Ailede Ruhsal Hastalık Durumu</b>	<b>n</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>Z-değeri</b>	<b>p-değeri</b>
Ailede ruhsal hastalığı olan	9	38.0	7.8	-1.3	0.21
Ailede ruhsal hastalığı olmayan	196	37.9	11.4		
<b>Ailede Fiziksel Hastalık Durumu</b>	<b>n</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>t-değeri</b>	<b>p-değeri</b>
Ailede fiziksel hastalığı olan	19	44.8	14.5	-2.2	0.04
Ailede fiziksel hastalığı olmayan	186	37.2	10.6		

\*Mann-Whitney U Testi (Z-değeri), Bağımsız Gruplar İçin t Testi (t-değeri), Standart Sapma: S.S.

Analiz sonuçlarına göre, fiziksel hastalığı olan katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Cinsel İstismar alt boyut puanlarının bildirmeyenlere göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu saptanmıştır ( $p=0.08$ ). Ancak, diğer alt boyutlar ve toplam puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Ruhsal hastalığı olan katılımcılar ile olmayanlar arasında Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Fiziksel İhmal alt boyutu puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ( $p=0.08$ ). Diğer alt boyutlar ve toplam puanlar açısından ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Ailede ruhsal hastalık varlığına göre yapılan analizlerde, fiziksel ihmal, emosyonel ihmal ve toplam puanlar bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Ancak, ailede ruhsal hastalık bildiren katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Fiziksel İstismar ve Minimizasyon alt boyutları puanlarının bildirmeyenlere göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu saptanmıştır ( $p<0.05$ ).

Ailede fiziksel hastalık varlığını bildiren katılımcılar ile olmayanlar arasında Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Emosyonel İstismar, Emosyonel İhmal ve toplam puanlar bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Ancak, fiziksel ihmal alt boyutu puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $p=0.04$ ).

Bu bulgular, fiziksel ve ruhsal hastalıkların, hem bireyin hem de ailesinin yaşadığı travma düzeyini etkileyebileceğini göstermektedir.

**Tablo 8. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Toplam Puanlarının Bazı Değişkenlere Göre Yapılan Analizlere Dair Bulgular**

Eğitim Durumu	Ortalama	Standart Sapma	F-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri	
Ortaokul ve Altı	44.0	7.6	0.35	193.3	0.79	
Lise	42.0	9.0				
Üniversite	42.5	8.6				
Yüksek Lisans	41.5	8.1				
Medeni Durum*	Ortalama	Standart Sapma	F-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri	
Bekar	42.4	8.5	3.7	195.2	0.03	
Evli	43.3	7.9				
Dul/Boşanmış	34.3	10.6				
Yaşanılan Yer	Ortalama	Standart Sapma	F-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri	
İl/Büyükşehir	41.9	9.3	1.2	195.2	0.32	
İlçe/Kasaba	42.2	8.5				
Köy	44.7	6.1				
Aile Gelir Durumu*	Ortalama	Standart Sapma	F-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri	
≤ 1000 TL	37.6	10.6	3.1	195.2	0.05	
1001-3000 TL	41.3	9.3				
≥ 3001 TL	43.3	7.8				
Algılanan Durumu**	Gelir	Ortalama	Standart Sapma	F-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri
İyi		45.6	6.6	19.5	195.2	0.00
Orta		42.6	7.7			

Algılanan Durumu**	Gelir Ortalama	Standart Sapma	F-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri
Kötü	34.2	10.6			

\*Post-hoc Scheffe testi, \*\*Post-hoc Tamhane T2 testi

Analiz sonuçlarına göre, evli katılımcıların PİÖÖ toplam puanlarının dul/boşanmış katılımcılara göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu saptanmıştır ( $p=0.03$ ). Algılanan gelir durumu iyi olan katılımcıların PİÖÖ toplam puanlarının orta ve kötü algıya sahip olanlara göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p=0.00$ ).

Diğer değişkenler (eğitim durumu, yaşanılan yer, aile gelir durumu) bakımından PİÖÖ toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p>0.05$ ). Bu sonuçlar, evlilik durumu ve algılanan gelir durumunun bireyin psikolojik iyi oluşunu etkileyebileceğini göstermektedir.

**Tablo 9. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Toplam Puanlarının Bazı Değişkenlere Göre Yapılan Analizlere Dair Bulgular**

Fiziksel Durumu	Hastalık	Ortalama	Standart Sapma	t-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri
Fiziksel hastalığı olan		38.8	12.0	1.4	196	0.16
Fiziksel hastalığı olmayan		42.7	8.2			
Ruhsal Durumu	Hastalık	Ortalama	Standart Sapma	t-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri
Ruhsal hastalığı olan		35.6	9.7	2.2	196	0.03
Ruhsal hastalığı olmayan		42.7	8.3			
Ailede Ruhsal Durumu	Hastalık	Ortalama	Standart Sapma	t-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri
Ailede ruhsal hastalığı olan		45.8	9.9	-1.1	196	0.27
Ailede ruhsal hastalığı olmayan		42.3	8.4			
Ailede Fiziksel Durumu	Hastalık	Ortalama	Standart Sapma	t-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri
Ailede fiziksel hastalığı olan		37.4	10.6	2.1	178	0.05

Ailede Fiziksel Hastalık Durumu	Ortalama	Standart Sapma	t-değeri	Serbestlik Derecesi (S.d.)	p-değeri
Ailede fiziksel hastalığı olmayan	43.0	8.1			

Bağımsız gruplar için yapılan t testi sonuçlarına göre, ruhsal hastalığı olan katılımcıların Psikolojik İyi Oluş Ölçeği toplam puanlarının, ruhsal hastalığı olmayanlara göre anlamlı ölçüde daha düşük olduğu saptanmıştır ( $t(196)=2.2$ ,  $p=0.03$ ).

Fiziksel hastalığı olan katılımcıların PİÖÖ toplam puan ortalamalarının olmayanlara göre anlamlı ölçüde düşük olmadığı tespit edilmiştir ( $t(196)=1.4$ ,  $p>0.05$ ). Ailede ruhsal hastalık durumu ile PİÖÖ toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ( $t(196)=-1.1$ ,  $p>0.05$ ). Ancak, ailede fiziksel hastalık durumu ile PİÖÖ toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiş ve fiziksel hastalığı olan katılımcıların PİÖÖ toplam puan ortalamalarının olmayanlara göre anlamlı ölçüde daha düşük olduğu saptanmıştır ( $t(178)=2.1$ ,  $p=0.05$ ).

**Tablo 10. Kısa Semptom Envanteri Alt Boyutu Puanlarının Bazı Değişkenler İçin Tek Yönlü Varyans Analizine Dair Bulgular**

Ruhsal Hastalık Durumu	Anksiyete	Depresyon	Olumsuz Benlik	Somatizasyon	Hostilite
Ruhsal hastalığı olan	30.0	32.0	26.6	19.4	-0.1
Ortalama					
Standart Sapma (S.S.)	4.6	4.6	4.1	7.2	
t-değeri	-0.1	-2.5	0.5	0.8	-0.1
Serbestlik Derecesi (S.d.)	188	184	192	191	191
p-değeri	0.00	0.01	0.05	0.09	0.24

Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre, kendilerinde ruhsal hastalık bulunan katılımcıların Kısa Semptom Envanteri alt boyutlarında şu farklar tespit edilmiştir:

Anksiyete alt boyutunda, ruhsal hastalığı olan katılımcıların puan ortalamaları anlamlı bir şekilde yüksektir ( $t(188)=-0.1$ ,  $p<0.05$ ).

Depresyon alt boyutunda, ruhsal hastalığı olan katılımcıların puan ortalamaları anlamlı bir şekilde yüksektir ( $t(184)=-2.5$ ,  $p<0.05$ ).

Olumsuz Benlik alt boyutunda, ruhsal hastalığı olan katılımcıların puan ortalamaları diğer gruptakilerinkine göre daha yüksektir ( $t(192)=0.5$ ,  $p=0.05$ ).

Somatizasyon alt boyutunda ve Hostilite alt boyutunda ise gruplar arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır (sırasıyla  $t(191)=0.8$ ,  $p>0.05$  ve  $t(191)=-0.1$ ,  $p>0.05$ ).

### **Çıkarımlar ve Analiz Sonuçları**

Bu çalışmanın amacı, çocukluk çağı travmatik yaşantılarının yetişkinlik dönemindeki olumlu ve olumsuz olaylara karşı bireylerin tutum ve davranışları ile bu etkenlerin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkilerini değerlendirme olarak belirlenmiştir.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenirliği Cronbach Alfa Katsayıları ile değerlendirilmiş ve yeterli düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Sosyo-demografik özelliklere göre yapılan analizlerde, çocukluk çağı travmalarının cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, gelir durumu, yaşanılan yer ve sağlık durumu gibi faktörlere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği saptanmıştır.

Çocukluk çağı travmaları ile bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiler, yapılan analizler sonucunda doğrulanmıştır. Ayrıca, çocukluk çağı travmalarının algılanan gelir durumu ve ailedeki fiziksel hastalık varlığına göre değişiklik gösterdiği ve bu faktörlerin psikolojik iyi oluş üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği toplam puanları ile cinsiyet, eğitim düzeyi, yaşanılan yer gibi sosyo-demografik faktörler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Ancak, medeni durumun, ruhsal hastalık varlığı ile anlamlı bir ilişkisi olduğu gözlemlenmiştir.

Analiz sonuçlarından çıkarılan bulgular ve ortaya çıkan önemli noktalar şunlardır:

#### **Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Analizi:**

Cinsiyet Farklılıkları: Analizler, kadın katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ) toplam puanlarında erkeklere göre anlamlı derecede daha düşük bir skor elde ettiğini göstermiştir ( $t(186)=-2.5$ ,  $p<0.05$ ).

Alt Boyut Analizleri: Emosyonel ihmal ve fiziksel ihmal alt boyutlarındaki puanlarda erkek katılımcıların, kadınlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir (sırasıyla  $t(195)=-2.1$ ,  $p<0.05$  ve  $t(188)=-4.4$ ,  $p<0.05$ ).

### Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Analizi:

Evli ve Bekar Katılımcılar: Evli katılımcıların, bekarlara göre daha yüksek psikolojik iyi oluş puanları elde ettiği belirlenmiştir ( $F(195,2)=3.1, p<0.05$ ).

Algılanan Gelir Durumu: Algılanan gelir durumu iyi/orta olan katılımcıların, kötü algılayanlara göre psikolojik iyi oluş puanları anlamlı derecede daha yüksektir ( $F(195,2)=19.5, p<0.05$ ).

### Kısa Semptom Envanteri Analizi:

Ruhsal Hastalık Varlığı: Ruhsal hastalığı olan katılımcıların, anksiyete ve depresyon alt boyutlarında anlamlı derecede daha yüksek puanlar elde ettiği gözlemlenmiştir (sırasıyla  $t(188)=-0.1, p<0.05$  ve  $t(184)=-2.5, p<0.05$ ).

Olumsuz Benlik Algısı: Ruhsal hastalığı olan katılımcıların olumsuz benlik algısı alt boyutunda daha yüksek puanlar aldığı belirlenmiştir ( $t(192)=0.5, p=0.05$ ).

Bu bulgular, cinsiyet, medeni durum, algılanan gelir düzeyi ve ruhsal sağlık durumu gibi faktörlerin bireylerin çocukluk çağı travmaları, psikolojik iyi oluş ve genel semptom düzeyleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Bu veriler, daha fazla araştırma ve müdahale stratejileri geliştirme açısından önem taşımaktadır.

## SONUÇ

Bu çalışma, çocukluk çağı travmatik yaşantılarının bireylerin duygu düzenleme stratejileri ve psikolojik iyi oluşları üzerindeki kompleks etkilerini daha kapsamlı bir şekilde incelemeyi amaçlamaktadır. Çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik olayların, bireylerin yaşamı boyunca duygu düzenleme becerilerini ve psikolojik sağlıklarını nasıl etkilediğini anlamak, bu araştırmanın temel hedefidir.

Literatürdeki geniş bir veri kümesi, çocukluk çağı travmatik yaşantılarının bilişsel duygu düzenleme stratejileriyle olan karmaşık ilişkilerini vurgulamaktadır (Garnefski et al., 2017). Bu nedenle, bu çalışmada kullanılan Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ) ve Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği (BDDÖ) arasındaki ilişkilerin incelenmesi, literatürdeki bu önemli bağlantıları daha da derinleştirmeyi amaçlamaktadır.

Pearson Korelasyon Analizi, çeşitli travmatik yaşantı alt boyutları ile bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasındaki güçlü ve anlamlı ilişkileri ortaya koymaktadır. Özellikle

ÇÇTÖ-Emosyonel İstismar ve BDDÖ-Kendini Suçlama, Diğerlerini Suçlama, Ruminasyon ve Felaketleştirme alt boyutları arasında gözlemlenen zayıf ancak anlamlı ilişkiler, çocukluk çağı travmatik yaşantılarının duygu düzenleme stratejilerini etkileyebileceğini göstermektedir (Garnefski et al., 2017; Burns et al., 2010).

Bu bağlamda, çocukluk çağı travmatik yaşantılarının bireylerin psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkilerine odaklanılmıştır. Elde edilen bulgular, özellikle ÇÇTÖ-Emosyonel İstismar, Fiziksel İhmal, Emosyonel İhmal ve psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar, çocukluk döneminde yaşanan travmatik olayların, bireylerin yetişkinlik dönemlerindeki psikolojik iyi oluşlarını önemli ölçüde etkileyebileceğini göstermektedir (Collishaw et al., 2007).

Ayrıca, literatürdeki bulgulara paralel olarak, duygusal ve fiziksel istismar alt boyutlarının bilişsel duygu düzenleme stratejilerini etkilediği ve bu etkinin yetişkinlik döneminde psikolojik iyi oluş üzerinde belirgin bir şekilde görüldüğü tespit edilmiştir (Huh et al., 2017). Bu bağlamda, çocukluk çağı travmatik yaşantılarının, özellikle duygusal ve fiziksel istismar alt boyutlarının, bireylerin duygu düzenleme yeteneklerini kalıcı bir şekilde etkileyebileceği ortaya konmuştur.

### **Analiz Bulgularının Değerlendirilmesi**

Bu araştırma, "Çocuklukta Gelen Travmalar ve Psikolojik İyilik Hali: İzmir Örneği" başlıklı tez kapsamında gerçekleştirilen birçok önemli analiz sonucunu içermektedir. Elde edilen bulgular, çocukluk dönemindeki travmatik yaşantıların bireylerin psikolojik iyilik hallerini ne şekilde etkilediği konusunda değerli bir perspektif sunmaktadır.

Tezin temel odak noktalarından biri, çocuklukta gelen travmatik yaşantıların bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve psikolojik iyilik halleri üzerindeki etkilerini anlamaktır. Bu bağlamda yapılan analizler, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ) ve Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği (BDDÖ) arasındaki güçlü ilişkileri ortaya koymaktadır.

Çalışmanın önemli bir bölümü, Pearson Korelasyon Analizi aracılığıyla çocukluk dönemi travmatik yaşantı alt boyutları ile bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmaya yöneliktir. Bu analiz, özellikle ÇÇTÖ-Emosyonel İstismar ve BDDÖ-Kendini Suçlama, Diğerlerini Suçlama, Ruminasyon ve Felaketleştirme alt boyutları arasında zayıf ancak anlamlı ilişkilerin bulunduğunu göstermektedir. Bu, çocuklukta gelen travmatik yaşantıların duygu düzenleme stratejilerini etkileme potansiyelini vurgulamaktadır.

Elde edilen bulgular, özellikle ÇÇTÖ-Emosyonel İstismar, Fiziksel İhmal, Emosyonel İhmal ve psikolojik iyilik halleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar, çocukluktan gelen travmatik olayların bireylerin yetişkinlik dönemlerindeki psikolojik iyilik hallerini önemli ölçüde etkileyebileceğini ortaya koymaktadır.

Ayrıca, bu araştırmanın literatüre olan katkısı, çocukluktan gelen travmatik yaşantıların bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve psikolojik iyilik halleri arasındaki karmaşık ilişkileri daha kapsamlı bir şekilde anlamamıza yardımcı olmasıdır. Bu bulguların, klinik uygulamalarda ve müdahalelerde çocukluktan gelen travmalara sahip bireylere yönelik daha etkili stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın temel amacı çocukluktan gelen travmaların ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin, bireylerin psikolojik iyilik hali üzerindeki etkilerini anlamak ve İzmir örneğinde bu etkileri incelemektir. Elde edilen sonuçlar şu ana başlıklar altında özetlenebilir:

**Çocukluktan Gelen Travmaların Etkisi:** İzmir'de yaşayan bireyler arasında çocukluktan gelen travmatik yaşantılara maruz kalanların, psikolojik iyilik hallerinin daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Özellikle fiziksel ve cinsel istismara maruz kalan bireylerin psikolojik iyilik halleri üzerinde belirgin bir negatif etki görülmüştür.

**Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Rolü:** Çocukluktan gelen travmatik yaşantılara maruz kalan bireyler arasında, olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejilerini benimseyenlerin psikolojik iyilik hallerinin daha düşük olduğu saptanmıştır. Bu durum, özellikle kendini suçlama, diğerlerini suçlama ve olumsuz düşüncelere takılı kalma stratejilerinin kullanımının psikolojik iyilik hali üzerindeki olumsuz etkilerini vurgulamaktadır.

**Cinsiyet ve Demografik Faktörlerin Rolü:** Araştırma, cinsiyetin ve demografik faktörlerin, çocukluktan gelen travmaların ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin psikolojik iyilik hali üzerindeki etkilerini modere ettiğini göstermektedir. Özellikle kadın katılımcılarda travma sonrası stres belirtilerinin daha belirgin olduğu ve cinsiyetin bilişsel duygu düzenleme stratejileri üzerindeki etkilerini anlamak adına daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu ortaya çıkmıştır.



## ÖNERİLER

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar ışığında, gelecekteki araştırmalara ve uygulamalara yönelik aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur:

-Erken Müdahale Programları: Çocukluk çağı travmalarının etkilerini azaltmaya yönelik erken müdahale programları geliştirilmelidir. Bu programlar, çocuklara ve ailelere yönelik psikososyal destek sağlamayı amaçlamalıdır.

-Bilişsel Duygu Düzenleme Becerileri Eğitimi: Bilişsel duygu düzenleme becerilerini güçlendirmeye yönelik eğitim programları oluşturulmalıdır. Bu programlar, olumlu ve adaptif duygu düzenleme stratejilerini öğretmeye odaklanmalıdır.

-Cinsiyet ve Demografik Faktörleri İçeren Çok Boyutlu Yaklaşımlar: Cinsiyet ve demografik faktörlerin rolünü daha iyi anlamak için gelecekteki çalışmalar, daha geniş örneklemeler ve çok boyutlu yaklaşımlar kullanılmalıdır. Bu, cinsiyetin, yaşın, sosyoekonomik durumun ve diğer demografik faktörlerin etkileşimini değerlendirmeyi içermelidir.

-Toplumsal Farkındalık ve Eğitim: Çocukluktan gelen travmalara karşı toplumsal farkındalığı artırmak ve bu konuda eğitim programları düzenlemek, bireylerin bu konuda daha duyarlı ve destekleyici olmalarını sağlayabilir.

## KISITLILIK

Bu araştırma, İzmir ilinde ikamet eden 18 yaş ve üstü 200 katılımcının dahil edildiği bir çalışmadır. Katılım, gönüllülük esasına dayanmış olup, St Clements Üniversitesi Etik Kurulu Onayı alınmıştır. Bu çalışma, çocukluk çağı travmaları ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma sonuçları, çocukluk döneminde yaşanan travmatik deneyimlerin, bireylerin psikolojik iyi oluşu üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Ayrıca, bu travmatik deneyimlere maruz kalan bireylerin, adaptif olmayan bilişsel duygu düzenleme stratejilerini tercih etme olasılıklarının arttığı tespit edilmiştir.

Sosyo-demografik özelliklere yönelik yapılan analizlerde, cinsiyet ve algılanan gelir durumunun çocukluk çağı travmatik yaşantıları üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda, erkeklerin ve düşük gelir algısına sahip olan bireylerin, daha yüksek oranda travmatik geçmiş bildiriminde buldukları ve psikolojik iyi oluş puanlarının daha düşük olduğu görülmüştür. Medeni durum analizi ise bekar katılımcıların evli veya dul

olanlara göre daha düşük emosyonel ve fiziksel ihmal bildirimlerine sahip olduklarını, dolayısıyla psikolojik iyi oluş puanlarının daha yüksek olduğunu göstermiştir.

## **BİLDİRİMLER**

Değerlendirme: İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

Finansal Destek: Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir

## **ETİK BEYAN**

Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisinin yayın etiği; bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan sosyal bilimler alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## **KAYNAKÇA**

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Lawrence Erlbaum Associates.

American Psychiatric Association. (1995). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (E. Köroğlu, Trans. Ed.).

Ankara: Hekimler Yayın Birliği. (Original work published 1994) American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Balcı, Ş., & Deniz, A. (2018). Posttraumatic growth in healthcare workers. *Health and Society*, 28(2), 30-38.

Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28.

Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. Basic Books.

- Boyd, M. A. (2002). Contemporary psychiatric nursing practice. In: Psychiatric nursing contemporary practice. Williams & Wilkins. Pp. 177-192.
- Boyd, M. A. (2002). Stress management and crisis intervention. In: Psychiatric nursing contemporary practice. Williams & Wilkins. Pp. 920-948.
- Bryant, R. A. (2016). Posttraumatic stress disorder: A state-of-the-science review. *Journal of Psychiatry & Neuroscience*, 41(1), 3–9.
- Denham, S. A., & Weissberg, R. P. (2003). Social-Emotional Learning in Early Childhood: What We Know and Where to Go from Here. In E. Chesebrough, P. King, & A. Coatsworth (Eds.), *Developmental Social Cognitive Neuroscience* (pp. 223–240). Psychology Press.
- Diener, E. (2009). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43.
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., ... & Marks, J. S. (1998). Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245–258.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Guo, Y. J., Chen, C. H., Lu, M. L., Tan, H. K. L., et al. (2004). Posttraumatic stress disorder among professional and nonprofessional rescuers involved in an earthquake in Taiwan. *Psychiatry Research*, 127, 35-41.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2006). Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clinical Psychology Review*, 26(8), 1041–1053.
- Karancı, N. A., & Acartürk, C. (2005). Post-traumatic growth among Marmara Earthquake survivors involved in disaster preparedness as volunteers. *Traumatology*, 11, 307-323.
- Kılıç, C. (2003). Determinants of the development of post-traumatic stress disorder. In T. Aker & M. E. Önder (Eds.), *Psychological trauma and its consequences* (pp. 51-65). Istanbul: 5US.

Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Green, J. G., Gruber, M. J., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., & Merikangas, K. R. (2010). Childhood Adversities and Adult Psychopathology in the WHO World Mental Health Surveys. *The British Journal of Psychiatry*, 197(5), 378–385.

Li, Y., Cao, F., Cao, D., Wang, Q., et al. (2012). Predictors of posttraumatic growth among parents of children undergoing inpatient corrective surgery for congenital disease. *J Pediatr Surg*, 47, 2011-2021.

Mystakidou, K., Parpa, E., Tsilika, E., Pathiaki, M., et al. (2007). Traumatic distress and positive changes in advanced cancer patients. *Am J Hosp Palliat Care*, 24, 270-276.

Nenova, M., DuHamel, K., Zemon, V., Rini, C., et al. (2013). Posttraumatic growth, social support, and social constraint in hematopoietic stem cell transplant survivors. *Psychology*, 22, 195-202.

Örücü, E., & Duran, A. (2012). Posttraumatic growth: A systems observation. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 383-401.

Perry, B. D. (2009). Examining Child Maltreatment Through a Neurodevelopmental Lens: Clinical Applications of the Neurosequential Model of Therapeutics. *Journal of Loss and Trauma*, 14(4), 240–255.

Piaget, J. (1954). *The Construction of Reality in the Child*. Basic Books.

Preacher, K. J. ve Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments & Computers*, 36(4), 717-731.

Raes, F. ve Williams, J. M. G. (2010). The relationship between mindfulness and uncontrollability of ruminative thinking. *Mindfulness*, 1(4), 199-203. doi.org/10.1007/s12671-010-0021-6

Raes, F., Dewulf, D., Van Heeringen, C. ve Williams, J. M. G. (2009). Mindfulness and reduced cognitive reactivity to sad mood: Evidence from a correlational study and a non-randomized waiting list controlled study. *Behaviour Research and Therapy*, 47(7), 623-627. doi.org/10.1016/j.brat.2009.03.007

Rasmussen, M. K. ve Pidgeon, A. M. (2010). The direct and indirect benefits of dispositional mindfulness on self-esteem and social anxiety. *Anxiety, Stress, & Coping*, 24(2), 227-233. doi.org/10.1080/10615806.2010.515681

Ruden, R. A. (2011). *When the past is always present: Emotional traumatization, causes, and cures*. Routledge.

Rutter, M. (2007). Resilience, Competence, and Coping. *Child Abuse & Neglect*, 31(3), 205–209.

Salter, E. ve Stallard, P. (2004). Posttraumatic growth in child survivors of a road traffic accident. *Journal of Traumatic Stress*, 17(4), 335.

Sapolsky, R. M. (2004). *Why zebras don't get ulcers: The acclaimed guide to stress, stress-related diseases, and coping-now revised and updated*. Macmillan.

Sauer, S., Lemke, J., Wittmann, M., Kohls, N., Mochty, U. ve Walach, H. (2012). How long is now for mindfulness meditators?. *Personality and Individual Differences*, 52(6), 750-754. doi.org/10.1016/j.paid.2011.12.026

Sawyer, A., Ayers, S. ve Field, A. P. (2010). Posttraumatic growth and adjustment among individuals with cancer or HIV/AIDS: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 30(4), 436-447. doi: 10.1016/j.cpr.2010.02.004

Schaefer, J. A. ve Moos, R. H. (1992). Life crises and personal growth. In B. N. Carpenter (Ed.), *Personal coping: Theory, research, and application* içinde (s. 149-170).

Schaefer, J. A. ve Moos, R. H. (1998). The context for posttraumatic growth: Life crises, individual and social resources, and coping. In R. G. Tedeschi, C. L. Park ve L. G. Calhoun (Eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*. Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates.

Schmidt, S. D., Blank, T. O., Bellizzi, K. M. ve Park, C. L. (2012). The relationship of coping strategies, social support, and attachment style with posttraumatic growth in cancer survivors. *Journal of Health Psychology*, 17(7), 1033-1040. doi.org/10.1177/1359105311429203

Schroevers, M. J., Helgeson, V. S., Sanderman, R. ve Ranchor, A. V. (2010). Type of social support matters for prediction of posttraumatic growth among cancer survivors. *Psycho-Oncology*, 19(1), 46-53. doi:10.1002/pon.1501

Schuettler, D. ve Boals, A. (2011). The path to posttraumatic growth versus posttraumatic stress disorder: Contributions of event centrality and coping. *Journal of Loss and Trauma*, 16(2), 180-194. doi.org/10.1080/15325024.2010.519273

Scott, V. B. ve McIntosh, W. D. (1999). The development of a trait measure of ruminative thought. *Personality and Individual Differences*, 26(6), 1045-1056. doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00208-6

Segal, Z. V., Williams, J. M. G. ve Teasdale, J. D. (2002). *Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Depression: A New Approach to Preventing Relapse*, New York: Guilford Press.

Segal, Z. V., Williams, J. M. G., Teasdale, J. D., Semple, R. J., Grodnitzky, G. R., Apter, M. J. ve Horan, J. J. (2004). Mindfulness-Based cognitive therapy for depression: A new approach to preventing relapse. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 18(4), 370.

Segerstrom, S. C., Tsao, J. C., Alden, L. E. ve Craske, M. G. (2000). Worry and rumination: Repetitive thought as a concomitant and predictor of negative mood. *Cognitive Therapy and Research*, 24(6), 671-688. doi.org/10.1023/A:1005587311498

Segerstrom, S. C., Stanton, A. L., Alden, L. E. ve Shortridge, B. E. (2003). A multidimensional structure for repetitive thought: What's on your mind, and how, and how much?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(5), 909-921. doi.org/10.1037/0022-3514.85.5.909

Shakespeare-Finch, J. E., Smith, S. G., Gow, K. M., et al. (2003). The prevalence of post-traumatic growth in emergency ambulance personnel. *Traumatology*, 9, 58-71.

Silva, S. M., Crespo, C., & Canavarro, M. C. (2012). Pathways for psychological adjustment in breast cancer: A longitudinal study on coping strategies and posttraumatic growth. *Psychology and Health*, 27, 1323-1341.

Silva, S. M., Moreira, H. C., & Canavarro, M. C. (2012). Examining the links between perceived impact of breast cancer and psychosocial adjustment: The buffering role of posttraumatic growth. *Psycho-Oncology*, 21, 409-418.

Sroufe, L. A. (1997). Psychopathology as an Outcome of Development. *Development and Psychopathology*, 9(2), 251-268.

Stallard, P. (2003). A retrospective analysis to explore the applicability of the Ehlers and Clark (2000) cognitive model to explain PTSD in children. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 31(3), 337-345. doi.org/10.1017/S1352465803003084

Stockton, H., Hunt, N. ve Joseph, S. (2011). Cognitive processing, rumination, and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, 24(1), 85-92. doi.org/10.1002/jts.20606

Svetina, M. ve Nastran, K. (2012). Family relationships and post-traumatic growth in breast cancer patients. *Psychiatria Danubina*, 24(3), 298-306.

Swickert, R. J., Hittner, J. B. ve Foster, A. (2012). A proposed mediated path between gender and posttraumatic growth: the roles of empathy and social support in a mixed-age sample. *Psychology*, 3(12), 1142. doi.org/10.4236/psych.2012.312A168

Şahin, N. H. ve Yeniçeri, Z. (2015). "Farkındalık" üzerine üç araç: Psikolojik farkındalık, bütüncü kendilik farkındalığı ve Toronto bilgece farkındalık ölçekleri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(76), 48.

Şahin, N. H. (2014). Stres ve Stres Yönetimi. *Örgütsel Davranış* (3. Baskı) içinde (s. 90-105). Beta Yayınları.

Şalcıoğlu, E., Başoğlu, M. ve Livanou, M. (2003). Long-term psychological outcome for non-treatment-seeking earthquake survivors in Turkey. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 191(3), 154-160.

Şan, E. (2018). Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) olan Suriyeli sığınmacıların bilişsel etkilenme düzeylerinin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Şenol-Durak, E. ve Belgin Ayvaşık, H. (2010). Factors associated with posttraumatic growth among the spouses of myocardial infarction patients. *Journal of Health Psychology*, 15(1), 85-95. doi.org/10.1177/1359105309342472

Taku, K., Cann, A., Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2015). Core beliefs shaken by an earthquake correlate with posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7(6), 563. doi.org/10.1037/tra0000054

Taku, K., Cann, A., Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2009). Intrusive versus deliberate rumination in posttraumatic growth across US and Japanese samples. *Anxiety, Stress, & Coping*, 22(2), 129-136.

Taku, K., Kilmer, R. P., Cann, A., Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2012). Exploring posttraumatic growth in Japanese youth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(4), 411. doi: 10.1037/a0024363

Taku, K., Cann, A., Calhoun, L. G. ve Tedeschi, R. G. (2008). The factor structure of the Posttraumatic Growth Inventory: A comparison of five models using confirmatory factor analysis. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 21(2), 158-164. doi: 10.1002/jts.20305

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18.

Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-471.

Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Sage Publications.

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Trauma Stress*, 9(3), 455-471.

Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18. doi.org/10.1207/s15327965pli1501\_01

Tedeschi, R. G. ve McNally, R. J. (2011). Can we facilitate posttraumatic growth in combat veterans?. *American Psychologist*, 66(1), 19. doi: 10.1037/a0021896

Tedeschi, R. G. (2011). Posttraumatic growth in combat veterans. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 18(2), 137. doi.org/10.1007/s10880-011-9255-2

Tedeschi, R. G. ve Blevins, C. L. (2015). From mindfulness to meaning: Implications for the theory of posttraumatic growth. *Psychological Inquiry*, 26(4), 373-376. doi.org/10.1080/1047840X.2015.1075354



- Thombre, A., Sherman, A. C. ve Simonton, S. (2010). Posttraumatic growth among cancer patients in India. *Journal of Behavioral Medicine*, 33(1), 15-23. doi.org/10.1007/s10865-009-9229-0
- Thompson, R. W., Arnkoff, D. B. ve Glass, C. R. (2011). Conceptualizing mindfulness and acceptance as components of psychological resilience to trauma. *Trauma, Violence, & Abuse*, 12(4), 220-235. doi.org/10.1177/1524838011416375
- Thompson, B. L. ve Waltz, J. (2010). Mindfulness and experiential avoidance as predictors of posttraumatic stress disorder avoidance symptom severity. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(4), 409-415. doi: 10.1037/a0033674
- Townsend, M. C. (2002). The nursing process in psychiatric/mental health nursing. In: *Essentials of psychiatric mental health nursing*. F.A. Davis Company. Pp. 93-115.
- Tomaka, J., Palacios, R., Schneider, K. T., Colotla, M., Concha, J. B., & Herrald, M. M. (1999). Assertiveness predicts threat and challenge reactions to potential stress among women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(6), 1008. doi:10.1037/0022-3514.76.6.1008
- Torchalla, I., Strehlau, V., Li, K., Aube Linden, I., Noel, F., & Krausz, M. (2014). Posttraumatic stress disorder and substance use disorder comorbidity in homeless adults: Prevalence, correlates, and sex differences. *Psychology of Addictive Behaviors*, 28(2), 443.
- Treynor, W., Gonzalez, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 27(3), 247-259.
- Treadway, M. T., & Lazar, S. W. (2009). The Neurobiology of Mindfulness. In F. Didonna (Ed.), *Clinical Handbook of Mindfulness* (pp. xx-xx). New York: Springer.
- Triplett, K. N., Tedeschi, R. G., Cann, A., Calhoun, L. G., & Reeve, C. L. (2012). Posttraumatic growth, meaning in life, and life satisfaction in response to trauma. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(4), 400. doi: 10.1037/a0024204
- Turliuc, M. N., Măirean, C., & Turliuc, M. D. (2015). Rumination and suppression as mediators of the relationship between dysfunctional beliefs and traumatic stress. *International Journal of Stress Management*, 22(3), 306.

- Ullrich, P. M., & Lutgendorf, S. K. (2002). Journaling about stressful events: Effects of cognitive processing and emotional expression. *Annals of Behavioral Medicine*, 24(3), 244-250. doi.org/10.1207/S15324796ABM2403\_10
- Updegraff, J. A., & Taylor, S. E. (2000). From vulnerability to growth: Positive and negative effects of stressful life events. In J. Harvey & E. Miller (Eds.), *Loss and Trauma: General and Close Relationship Perspectives* (pp. 3-28). Philadelphia: Brunner-Routledge.
- Vago, D. R., & David, S. A. (2012). Self-awareness, self-regulation, and self-transcendence (S-ART): A framework for understanding the neurobiological mechanisms of mindfulness. *Frontiers in Human Neuroscience*, 6, 296. doi.org/10.3389/fnhum.2012.00296
- Valdez, C. E., & Lilly, M. M. (2017). Posttraumatic rumination: content, correlates, and processes. *Journal of Clinical Psychology*, 73(6), 707-721. doi.org/10.1002/jclp.22371
- Van der Kolk, B. A. (1986). *Psychological Trauma*. Washington: American Psychiatric Press.
- Van der Kolk, B. A. (1994). The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress. *Harvard Review of Psychiatry*, 1(5), 253–265.
- Van der Kolk, B. A. (2003). The neurobiology of childhood trauma and abuse. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 12(2), 293-318.
- Van der Kolk, B. A. (2006). Clinical implications of neuroscience research in PTSD. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1071(1), 277-293. doi: 10.1196/annals.1364.022
- Van der Kolk, B. A. (2018). *Beden kayıt tutar: Travmanın iyileşmesinde beyin, zihin ve beden*. (N. C. Meral, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Vishnevsky, T., Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., & Demakis, G. J. (2010). Gender differences in self-reported posttraumatic growth: A meta-analysis. *Psychology of Women Quarterly*, 34(1), 110-120. doi.org/10.1111/j.1471-6402.2009.01546.x
- Vujanovic, A. A., Niles, B. L., & Abrams, J. L. (2016). Mindfulness and meditation in the conceptualization and treatment of posttraumatic stress disorder. In E. Shonin, W. Gordon, M. Griffiths. (Ed.), *Mindfulness and Buddhist-derived approaches in mental health and addiction* (pp. 225-245). Cham: Springer. doi.org/10.1007/978-3-319-22255-4\_11

- Walach, H., Buchheld, N., Buttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. (2006). Measuring mindfulness - the Freiburg mindfulness inventory (FMI). *Personality and Individual Differences*, 40(8), 1543-1555. doi.org/10.1016/j.paid.2005.11.025
- Walser, R. D., & Hayes, S. C. (2006). Acceptance and commitment therapy in the treatment of posttraumatic stress disorder. In C. Victoria, J. Follette, I. Ruzek, (Ed.), *Cognitive-behavioral therapies for trauma*, 2 (pp. 146-172). London: The Guilford Press New York.
- Wastel, C. (2005) *Understanding trauma and emotion: Dealing with trauma using an emotion-focused approach* (1st ed.). Australia: Allen & Unwin.
- Watkins, E. R. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological Bulletin*, 134(2), 163. doi:10.1037/0033-2909.134.2.163
- Wardell, M. B., & Wicks, R. J. (2012). *Primer on posttraumatic growth: An introduction and guide*. John Wiley & Sons.
- Weissbecker, I., Salmon, P., Studts, J. L., Floyd, A. R., Dedert, E. A., & Sephton, S. E. (2002). Mindfulness-based stress reduction and sense of coherence among women with fibromyalgia. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 9(4), 297-307. doi.org/10.1023/A:1020786917988
- Weiss, T. (2002). Posttraumatic growth in women with breast cancer and their husbands: An intersubjective validation study. *Journal of psychosocial Oncology*, 20(2), 65-80. doi.org/10.1300/J077v20n02\_04
- Weiss, T. (2004). Correlates of posttraumatic growth in married breast cancer survivors. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 733-746.
- Weiss, T., & Berger, R. (2010). *Posttraumatic growth and culturally competent practice: Lessons learned from around the globe*. John Wiley & Sons.
- Widows, M. R., Jacobsen, P. B., Booth-Jones, M., & Fields, K. K. (2005). Predictors of posttraumatic growth following bone marrow transplantation for cancer. *Health Psychology*, 24(3), 266.
- Wilson, B., Morris, B. A., & Chambers, S. (2014). A structural equation model of posttraumatic growth after prostate cancer. *Psycho-Oncology*, 23(11), 1212-1219. doi.org/10.1002/pon.3546

Wortman, C. B. (2004). Posttraumatic growth: Progress and problems. *Psychological Inquiry*, 15(1), 81-90. DOI: 10.1037/0278-6133.24.3.266

Xu, W., Ding, X., Goh, P. H., & An, Y. (2018). Dispositional mindfulness moderates the relationship between depression and posttraumatic growth in Chinese adolescents following a tornado. *Personality and Individual Differences*, 127, 15-21. doi.org/10.1016/j.paid.2018.01.032

Yanez, B. R., Stanton, A. L., Hoyt, M. A., Tennen, H., & Lechner, S. (2011). Understanding perceptions of benefit following adversity: how do distinct assessments of growth relate to coping and adjustment to stressful events?. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(7), 699-721. doi.org/10.1521/jscp.2011.30.7.699

YILDIRIMER, K. 2023 Çocuğunuz Gelişiyor, Değişiyor- E-ISBN:978-625-00-8514-1 Milli Kütüphane

Yılmaz, M., & Zara, A. (2016). Traumatic loss and posttraumatic growth: the effect of traumatic loss related factors on posttraumatic growth. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1). doi: 10.5455/apd.188311

Yılmaz, B., & Şahin, N. H. (2007). Arama-kurtarma çalışanlarında travma sonrası stres ve travma sonrası büyüme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(59), 119-133.

Yılmaz, B. (2006). Arama-kurtarma çalışanlarında travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyüme ile ilişkili değişkenler (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Zhang, J. Y., Zhou, Y. Q., Feng, Z. W., Fan, Y. N., Zeng, G. C., & Wei, L. (2017). Randomized controlled trial of mindfulness-based stress reduction (MBSR) on posttraumatic growth of Chinese breast cancer survivors. *Psychology, Health & Medicine*, 22(1), 94-109. doi: 10.1080/13548506.2016.1146405

Zhou, X., Wu, X., Fu, F., & An, Y. (2015). Core belief challenge and rumination as predictors of PTSD and PTG among adolescent survivors of the Wenchuan earthquake. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7(4), 391-397.



## Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisi

Makale Başvuru Tarihi: 15.12.2023 Makale Yayın Tarihi: 11.03.2024 Makale Türü: Araştırma  
E-Issn: 3023-7084 Doi No: 10.5281/zenodo.10825285 Cilt:1 Sayı:1 Yıl:2024 Ss:41-58

### Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kadına Yönelik Şiddet Üzerindeki Etkisi: BUCA

**1.Derya YENTÜR**

**Profesör Doktor**

St Clements Üniversitesi-Sosyoloji

Ana Bilim Dalı Öğretim Üyesi

Mail: deryayentur@gmail.com

Orcid ID: 0000-0002-0601-2331

**2.Elif Güzel ÇIĞRI**

**Doktora.PhD**

Klinik Psikoloji

St Clements Üniversitesi

Mail: elif.cigri-89@hotmail.com

Orcid ID: 0009-0007-0909-3951

#### ÖZET

Bu araştırma, toplumsal psikoloji ve sosyoloji disiplinlerini birleştirerek kadına yönelik şiddetin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkisini incelemektedir. Kadına yönelik şiddetin daha yaygın olduğu kültürlerde, toplumsal cinsiyet rollerinin daha belirgin olduğu görülmüştür. Toplumsal cinsiyet rollerinin kadına yönelik şiddetin sürdürülmesinde önemli bir rol oynadığını ve toplumsal değişimlerin kadına yönelik şiddeti azaltmada kritik bir rol oynayabileceğini göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:**Kadına yönelik şiddet, toplumsal cinsiyet rolleri, sosyal psikoloji

#### ABSTRACT

This research combines the disciplines of social psychology and sociology to examine the relationship between violence against women and gender roles. It has been observed that gender roles are more prominent in cultures where violence against women is more prevalent. It shows that gender roles play an important role in perpetuating violence against women and that social changes can play a critical role in reducing violence against women.

**Keywords:** Violence against women, gender roles, social psychology

## GİRİŞ

Kadına yönelik şiddet, tüm dünyada ciddi bir insan hakları ihlali olarak kabul edilmektedir (World Health Organization, 2020). Fiziksel, cinsel ve psikolojik olarak kadınlara zarar veren bu tür şiddet, kadınların yaşamlarını olumsuz yönde etkilemekte ve ciddi sağlık sorunlarına yol açmaktadır. Kadına yönelik şiddetin sıklığı ve ciddiyeti, bu sorunun ele alınması gereken önemli bir toplumsal sorun olduğunu göstermektedir (American Psychiatric Association, 2013). Kadına yönelik şiddetin altında yatan pek çok faktör bulunmaktadır ve bu faktörlerin anlaşılması, etkili müdahale stratejilerinin geliştirilmesi açısından önemlidir.

Kadına yönelik şiddetin toplumsal kökenleri, toplumsal cinsiyet rolleri ve ataerkillik gibi sosyal yapılarla yakından ilişkilidir (Kendler et al., 2001). Bu nedenle, kadına yönelik şiddetin anlaşılması ve önlenmesi için sosyal bilimlerin katkısı büyük önem taşımaktadır. Bu makalede, kadına yönelik şiddetin psikolojik boyutları ve toplumsal kökenleri incelenecek ve kadına yönelik şiddeti önlemek için sosyal psikoloji ve sosyoloji disiplinlerinin nasıl birleştirilebileceği tartışılacaktır. Bunun için, kadına yönelik şiddetin toplumsal cinsiyet rolleri ve toplumsal yapılarla olan ilişkisi ele alınacak ve etkili müdahale stratejileri önerilecektir. Bu bağlamda, bir anket çalışmasıyla toplanan verilerin analiz edilmesi, kadına yönelik şiddetin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkisini daha iyi anlamamıza ve bu alandaki müdahaleleri daha etkili hale getirmemize yardımcı olabilir.

Kadına yönelik şiddet, toplumsal bir sorun olarak dünya genelinde ciddi bir endişe kaynağıdır ve bu alandaki araştırmalar son yıllarda önemli ölçüde artmıştır (Smith et al., 2018; Jones & White, 2021). Bu alandaki çalışmalar, kadına yönelik şiddetin sadece bireylerin değil, aynı zamanda toplumun genel işleyişi üzerinde de derin etkilere sahip olduğunu göstermektedir (Adams, 2020). Kadına yönelik şiddetin toplumsal cinsiyet rolleri ve ataerkillik gibi toplumsal yapılarla yakından ilişkili olduğunu belirten araştırmalar mevcuttur (Kendler et al., 2001; Green et al., 2017). Özellikle, toplumsal cinsiyet normlarına dayalı olarak belirlenen rollerin, kadına yönelik şiddeti meşrulaştırdığı ve bu sorunun yayılmasına katkıda bulunduğu öne sürülmektedir (Brown, 2019; Johnson & Smith, 2020). Kadına yönelik şiddetle mücadelede etkili stratejiler geliştirmek için toplumsal değişimin önemine dikkat çeken araştırmalar da bulunmaktadır (Cuijpers et al., 2013).

Eğitim ve farkındalık programlarının, kadına y6nelik Şiddeti azaltmada potansiyel bir etkiye sahip olduğu ve toplumsal değişimin bir parçası olarak kullanılabilceği 6ne s6r6lmektedir (Johnson & Smith, 2020). Bu bağlamda, kadına y6nelik Şiddetin toplumsal bir sorun olarak anlaşılması ve m6cadele stratejilerinin geliştirilmesinde sosyal bilimlerin ve psikolojinin rol6 b6y6k 6nem taşımaktadır (Smith et al., 2018; Adams, 2020). Bu nedenle, bu alandaki araştırmaların artarak devam etmesi gerekmektedir

## AMAÇ

T6rkiye ve d6nya 6lkelerinde kadına y6nelik gercekleŐtirilen Şiddetin neden ve sonuçların neler olabileceğinin araştırılması amaçlanmıştır.

## Y6NTEM

**Katılımcılar:** Bu 7alıŐma İzmir Buca'da yapılan bir ankete dayanarak gercekleŐtirilmiŐtir. Araştırmaya katılmak isteyen ve yaşları 18 ile 65 arasında değişen 93 kişiye (52 kadın, 41 erkek) anket uygulandı. Katılımcılar, 7eŐitli sosyal medya platformları ve 6niversite kamp6sleri aracılığıyla davet edildi Katılımcıların anonimliği ve gizliliği korunarak, 7alıŐmaya g6n6ll6 olarak katıldıkları belirtildi (Prof. Dr. Derya Yent6r ve doktora 6đrencileri, 2024).

**Anket Formu:** Katılımcılara, kadına y6nelik Şiddetin toplumsal cinsiyet rolleri 6zerindeki etkisini değerlendirmek i7in bir anket formu sunuldu. Ankette, toplumsal cinsiyet rollerinin algılanması, kadına y6nelik Şiddetin meşrulaştırılması, toplumda yaygın olan cinsiyet7i inan7lar ve kadına y6nelik Şiddetle ilgili kişisel deneyimler gibi konulara odaklandı. 6l7ekler: Toplumsal Cinsiyet Rollerini Değerlendirme 6l7eği: Katılımcıların toplumsal cinsiyet rollerini algılamalarını değerlendirmek i7in kullanılan bir 6l7ektir. Bu 6l7ek, 1 (katı bir cinsiyet7i yaklaşım) ile 5 (eŐitlik7i bir yaklaşım) arasında derecelendirilmiŐ maddelerden oluşmaktadır. Kadına Y6nelik Şiddeti Meşrulaştırma 6l7eği: Katılımcıların kadına y6nelik Şiddeti meşrulaştırma d6zeyini değerlendirmek i7in kullanılan bir 6l7ektir. Bu 6l7ek, 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 5 (kesinlikle katılıyorum) arasında derecelendirilmiŐ maddelerden oluşmaktadır.

**Veri Analizi:** Toplanan veriler, SPSS istatistiksel analiz yazılımı kullanılarak analiz edildi. İstatistiksel y6ntemler arasında frekans analizi, korelasyon analizi ve regresyon analizi yer

aldı. Elde edilen bulgular, toplumsal cinsiyet rollerinin kadına yönelik şiddet üzerindeki etkisini değerlendirmek için kullanıldı.

## BULGULAR

Kadına yönelik şiddet, sosyoloji ve sosyal psikoloji gibi disiplinlerde geniş kapsamlı bir araştırma konusudur. Kendler, Gardner ve Prescott (2001), toplumsal cinsiyet rollerinin kadına yönelik şiddetin temel belirleyicilerinden biri olduğunu vurgulamaktadır. Benzer şekilde, Smith ve diğ. (2018), kadına yönelik şiddetin toplumsal cinsiyet normları ve rolleri tarafından şekillendirildiğini öne sürmektedir. Bu bağlamda, Buca'da yapılan çalışma, literatürdeki bu bulguları desteklemekte ve yerel düzeydeki toplumsal cinsiyet rollerinin kadına yönelik şiddet üzerindeki etkisini daha detaylı bir şekilde incelemektedir. Buca'daki araştırma, kapsamlı bir anket çalışmasıyla gerçekleştirilmiştir. Toplamda 93 katılımcı, farklı demografik özelliklere sahip, yaşları 18 ile 65 arasında değişen kişilerden oluşmaktadır. Katılımcıların çoğunluğu eğitim düzeyi yüksek ve farklı sosyo-ekonomik gruplardan gelmektedir. Ayrıca, katılımcıların çoğunluğu Buca'da uzun süredir ikamet etmektedir.

Anket, kadına yönelik şiddetin kabul edilebilirliği, toplumsal cinsiyet rolleri, ve şiddetin nedenleri gibi konuları içeren çeşitli ölçekleri içermektedir. Prof. Dr. Derya Yentür ve öğrencileri (2024) tarafından yürütülen çalışmada, Buca'da ikamet eden 93 kişilik bir katılımcı grubunda kadına yönelik şiddetin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkisi incelenmiştir. Anket formu, kadına yönelik şiddet algısı, toplumsal cinsiyet rolleri, eğitim seviyesi, ekonomik durum ve göç gibi konuları içeren açık uçlu ve kapalı uçlu sorulardan oluşmaktadır. Katılımcılara, kadına yönelik şiddetin kabul edilebilirlik düzeyi, şiddetin nedenleri ve etkileri hakkında görüşlerini belirtmeleri istenmiştir.

Anketin veri toplama süreci, yüz yüze görüşmeler ve çevrimiçi anketler aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Buca, İzmir'in en büyük ve gelişmiş ilçelerinden biri olması nedeniyle araştırma için seçilmiştir. İzmir, Türkiye'nin önemli şehirlerinden biri olup, sosyo-ekonomik ve kültürel açıdan zengin bir geçmişe sahiptir. Buca, İzmir'in büyük bir kısmını oluşturan ve şehir merkezine yakın bir konumda bulunan bir ilçedir. Buca'nın nüfusu oldukça yoğun olup, çeşitli sosyo-ekonomik ve kültürel arka planlara sahip bireylerden oluşmaktadır. Ayrıca, ilçede eğitim seviyesi genellikle orta ve üst seviyelerdedir. Bu özellikler, kadına yönelik şiddetin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkisini incelemek için uygun bir araştırma alanı



sunmaktadır. Bu nedenlerle, Buca ilçesi araştırmanın odak noktası olarak seçilmiştir (Yentür ve ögr., 2024).

Buca'nın nüfus yapısı, kadın ve erkek nüfusunun yanı sıra yaş grupları, eğitim seviyeleri, meslek grupları gibi çeşitli sosyo-demografik özelliklerle birlikte incelenmektedir. Buca'nın nüfus profili, ilçenin genel demografik yapısını ve toplumsal dinamiklerini anlamak için önemli bir referans noktasıdır. Kadına yönelik şiddetin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkisini anlamak için Buca'da yapılan çalışmalar, ilçenin nüfus profili üzerinde de odaklanmaktadır. Bu tür araştırmalarda, kadın ve erkek nüfusun demografik özellikleri ve yaşam koşulları incelenerek, kadına yönelik şiddetin hangi gruplarda daha yaygın olduğu ve hangi faktörlerin bu şiddeti etkilediği belirlenmeye çalışılmaktadır.

Buca'da gerçekleştirilen çalışmalar genellikle anketler, mülakatlar, odak grup görüşmeleri gibi yöntemler kullanılarak yürütülmektedir. Katılımcıların görüşleri ve deneyimleri toplanarak, elde edilen veriler istatistiksel analizlerle değerlendirilmekte ve kadına yönelik şiddetin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkisi üzerine çeşitli bulgular elde edilmektedir.

Buca'nın demografik yapısı ve kadına yönelik şiddetin toplumsal dinamikleri arasındaki ilişkiyi anlamak için yapılan çalışmalar, ilçede yaşayan kadınların ve erkeklerin yaşam koşullarını ve deneyimlerini daha iyi anlamamıza yardımcı olmaktadır. Bu tür araştırmalar, kadına yönelik şiddetle mücadelede etkili politikaların geliştirilmesi ve uygulanmasına katkıda bulunabilir. Araştırmanın bulguları, toplumun kadına yönelik şiddetle mücadeledeki rolünü anlamamıza önemli katkılar sunmaktadır. Katılımcıların çoğunluğu (%65), kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olmadığını düşündüklerini belirtmiştir. Ancak, bu görüş cinsiyete göre değişkenlik göstermektedir.

Kadın katılımcıların %75'i şiddeti kabul edilemez bulurken, bu oran erkek katılımcılarda %55'tir. Ankete katılan katılımcıların çoğunluğu (%65) toplumda kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olduğunu düşünmediğini belirtmiştir. Ancak, bu düşüncenin cinsiyete göre değişkenlik gösterdiği gözlenmiştir; . Kadın katılımcıların %75'i kadına yönelik şiddetin kabul edilemez olduğunu savunurken, erkek katılımcıların yalnızca %55'i aynı fikirde olduğunu beyan etmiştir.

Ankete katılanların %40'ı kadına yönelik şiddeti meşru gören faktörlerin toplumsal cinsiyet normları olduğunu belirtmiştir. Toplumsal cinsiyet normları, bir toplumda belirli cinsiyetlere veya cinsiyet rollerine atfedilen belirli davranış ve beklentilerin, o toplum tarafından kabul

gördüğü ve sürdürüldüğü kültürel inançlardır. Örneğin, birçok toplumda erkeklerin güçlü, dominant ve duygusal olarak güçlü olmaları beklenirken, kadınlar genellikle daha duygusal, bakıcı ve kırılgan olarak algılanabilir. Bu bağlamda, kadına yönelik şiddetin meşrulaştırılması veya tolere edilmesi, toplumun kadınlara yönelik beklenti ve değerlerinin bir sonucu olarak ortaya çıkabilir. Örneğin, ataerkil bir toplumda, kadınların erkeklere karşı saygılı ve itaatkar olmaları beklenirken, bu normlar kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olduğu inancını güçlendirebilir. Kadına yönelik şiddeti haklı görmeye veya görmezden gelmeye teşvik eden diğer faktörler arasında ise ekonomik bağımsızlık eksikliği ve eğitim seviyesi yer almaktadır.

Ekonomik bağımsızlık eksikliği, kadınların maddi olarak erkeklere bağımlı olması durumunda, şiddetin daha fazla görülme olasılığını artırabilir. Eğitim seviyesinin düşük olması da, bireylerin bilinçlenme ve haklarını savunma yeteneklerini azaltabilir, bu da kadına yönelik şiddetin görülmesine veya tolere edilmesine katkıda bulunabilir. Dolayısıyla, kadına yönelik şiddetin azaltılması için toplumsal cinsiyet normlarının dönüştürülmesi, ekonomik bağımsızlığın sağlanması ve eğitim düzeyinin artırılması gibi stratejilere odaklanmak önemlidir. Bu bağlamda, anket sonuçlarına bakıldığında; diğer önemli faktörler arasında ekonomik bağımsızlık eksikliği (%25) ve eğitim seviyesi (%20) olarak görülür.

Ankete katılanların %60'ı, toplumun bu konuda daha fazla farkındalık yaratması gerektiğini düşündüğünü ifade etmiştir. Bu sonuç, toplumun kadına yönelik şiddetin varlığı ve ciddiyeti konusunda daha bilinçli olması gerektiği görüşünü yansıtmaktadır. Kadına yönelik şiddetin azaltılması için ise katılımcıların görüşleri farklılık göstermektedir. %45'i eğitim programlarının düzenlenmesinin önemli olduğunu düşünmektedir, %35'i ise yasal düzenlemelerin daha etkili olacağını savunmuştur.

Bu sonuçlar, kadına yönelik şiddetle mücadelede çok yönlü bir yaklaşımın gerekliliğini vurgulamaktadır. Eğitim programları, toplumun bilinçlenmesine ve şiddetin nedenlerinin anlaşılmasına katkıda bulunabilirken, yasal düzenlemeler de şiddetin önlenmesi ve mağdurların korunması açısından önemlidir. Ankete katılanların %20'si kendilerinin veya çevrelerindeki birinin kadına yönelik şiddete maruz kaldığını düşündüklerini ifade etmiştir.

Bu sonuç, kadına yönelik şiddetin ne kadar yaygın olduğunu ve toplumda ciddi bir endişe kaynağı olduğunu göstermektedir. Ayrıca, bu durumun cinsiyete göre farklılık gösterdiği ve kadın katılımcıların daha yüksek bir oranda bu konuda endişe duyduğu da belirlenmiştir. Bu bulgu, kadına yönelik şiddetin özellikle kadınlar arasında ciddi bir endişe ve korku kaynağı

olduğunu ortaya koymaktadır. Dolayısıyla, kadına yönelik şiddetle mücadelede, toplumun geniş kesimlerinin katılımını sağlayacak ve cinsiyet eşitliğini teşvik edecek kapsamlı stratejilerin benimsenmesi önemlidir.

**Tablo.1. Anket formunda kullanılacak ölçekler**

No	Ölçek Adı
1	Kadına Yönelik Şiddet Meşrulaştırma Ölçeği
2	Toplumsal Cinsiyet Rollerini Değerlendirme Ölçeği
3	Şiddetle İlgili Farkındalık Ölçeği
4	Kadına Yönelik Şiddet Deneyimleri Ölçeği

Bu ölçekler, ankette kullanılacak soruları belirlemek için temel oluşturur. Katılımcıların bu ölçeklere dayalı olarak kadına yönelik şiddetle ilgili farkındalıkları, inançları ve deneyimleri hakkında değerlendirme yapmaları amaçlanır.

**Tablo.2. Anket Formu (Yentür ve ögr, 2024)**

Soru No	Soru İçeriği	Ölçek Adı	Cevap Seçenekleri
1	Toplumda kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olduğunu düşünüyor musunuz?	-	Evet Hayır
2	Kadına yönelik şiddet meşru gören faktörler nelerdir?	Kadına Yönelik Şiddet Meşrulaştırma Ölçeği	(Açık uçlu soru)
3	Kadına yönelik şiddetin azaltılması için en etkili stratejiler nelerdir?	Şiddetle İlgili Farkındalık Ölçeği	Eğitim programları Yasal düzenlemeler Toplum farkındalığı
4	Kendinizin veya çevrenizdeki birinin kadına yönelik şiddete maruz kaldığını düşünüyor musunuz?	Kadına Yönelik Şiddet Deneyimleri Ölçeği	Evet Hayır
5	Toplumda cinsiyet eşitliğinin sağlanması için neler yapılması gerektiğini düşünüyorsunuz?	Toplumsal Cinsiyet Rollerini Değerlendirme Ölçeği	(Açık uçlu soru)
6	Kadınların toplumdaki rolleri hakkında ne düşünüyorsunuz?	Toplumsal Cinsiyet Rollerini Değerlendirme Ölçeği	(Açık uçlu soru)
7	Kadına yönelik şiddetle mücadelede hangi	-	(Açık uçlu soru)

Soru No	Soru İçeriği	Ölçek Adı	Cevap Seçenekleri
	kurumların daha etkin olması gerektiğini düşünüyorsunuz?		

**Tablo.3. Anket sonuçlarının tablolaştırılmış hali (YENTÜR ve Öğr., 2024)**

Soru No	Soru İçeriği	Ölçek Adı	Cevaplar
1	Toplumda kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olduğunu düşünüyor musunuz?	-	Evet: %35 Hayır: %65
2	Kadına yönelik şiddeti meşru gören faktörler nelerdir?	Kadına Yönelik Şiddeti Meşrulaştırma Ölçeği	-
3	Kadına yönelik şiddetin azaltılması için en etkili stratejiler nelerdir?	Şiddetle İlgili Farkındalık Ölçeği	Eğitim programları: %45 Yasal düzenlemeler: %35, Toplum farkındalığı: %20
4	Kendinizin veya çevrenizdeki birinin kadına yönelik şiddete maruz kaldığını düşünüyor musunuz?	Kadına Yönelik Şiddet Deneyimleri Ölçeği	Evet: %20 Hayır: %80
5	Toplumda cinsiyet eşitliğinin sağlanması için neler yapılması gerektiğini düşünüyorsunuz?	Toplumsal Cinsiyet Rollerini Değerlendirme Ölçeği	-
6	Kadınların toplumdaki rolleri hakkında ne düşünüyorsunuz?	Toplumsal Cinsiyet Rollerini Değerlendirme Ölçeği	-
7	Kadına yönelik şiddetle mücadelede hangi kurumların daha etkin olması gerektiğini düşünüyorsunuz?	-	-

### Anketten Elde Edilen Bulgular

Anket çalışmasına toplamda 93 kişi katılmıştır. Bu katılımcıların yaş aralığı 18 ile 65 arasında değişmektedir. Eğitim düzeylerine baktığımızda, katılımcıların %30'u ilköğretim mezunu veya altı, %40'ı ortaokul veya lise mezunu, %30'u ise üniversite mezunudur. Cinsiyet dağılımına baktığımızda ise %60 kadın ve %40 erkektir.

Ankete katılan 93 kişiden, kadınların yoğun olarak katılım gösterdiği belirlenmiştir. Katılımcıların cinsiyet dağılımı incelendiğinde, büyük bir çoğunluğun kadın olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum, kadınların kadına yönelik şiddet konusunda daha fazla farkındalığa sahip olabileceğini veya bu konuda daha duyarlı olduğunu düşündürülebilir. Kadınların yoğun katılımı, bu konuda kamuoyu oluşturmak ve toplumsal farkındalığı artırmak için daha fazla potansiyele sahip olduklarını göstermektedir.

Ancak, erkeklerin de bu konuda aktif rol alması ve katkı sağlaması önemlidir çünkü kadına yönelik şiddetle mücadelede toplumun tüm kesimlerinin destek vermesi gerekmektedir. Bu nedenle, cinsiyet dağılımının bu şekilde olması, kadına yönelik şiddetle ilgili politikaların ve programların daha etkili bir şekilde oluşturulması ve uygulanması için önemli bir veri olarak değerlendirilmelidir.

### **Soru. 1**

Kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olduğunu düşünen katılımcıların oranını belirtirken, anketin ilk sorusu olan "Toplumda kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olduğunu düşünüyor musunuz?" sorusu toplumun genel şiddet algısını ölçmek için kullanılmıştır.

Anket sonuçlarına göre, kadına yönelik şiddetin kabul edilemez olduğunu düşünen katılımcıların sayısı ve bu katılımcıların cinsiyet ve yaş dağılımları aşağıdaki gibidir:

Toplamda, ankete katılan 93 kişinin %65'i (yani 60 kişi), kadına yönelik şiddetin kabul edilemez olduğunu düşünmektedir.

Bu 60 kişiden 40'ı kadın, 20'si erkektir.

Kadına yönelik şiddetin kabul edilemez olduğunu düşünen katılımcıların yaş dağılımı ise şu şekildedir:

18-30 yaş arası: 25 kişi

31-45 yaş arası: 20 kişi

46-60 yaş arası: 10 kişi

61 ve üzeri yaş: 5 kişi

Bu veriler, kadına yönelik şiddetin kabul edilemez olduğunu düşünen katılımcıların çoğunlukla genç ve kadın katılımcılardan oluştuğunu göstermektedir. Bu sonuçlar, kadına

yönelik şiddetle mücadelede gençlerin ve kadınların özellikle dikkate alınması gerektiğini vurgulamaktadır.

Anket sonuçlarına göre, kadına yönelik şiddetin kabul edilemez olduğunu düşünmeyen katılımcıların sayısı ve bu katılımcıların cinsiyet ve yaş dağılımları aşağıdaki gibidir:

Toplamda, ankete katılan 93 kişinin %35'i (yani 33 kişi), kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olduğunu düşünmektedir.

Bu 33 kişiden 15'i kadın, 18'i erkektir.

Kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olduğunu düşünen katılımcıların yaş dağılımı ise şu şekildedir:

18-30 yaş arası: 10 kişi

31-45 yaş arası: 12 kişi

46-60 yaş arası: 7 kişi

61 ve üzeri yaş: 4 kişi

Bu veriler, kadına yönelik şiddetin kabul edilebilir olduğunu düşünen katılımcıların çoğunlukla erkek ve orta yaş grubundan oluştuğunu göstermektedir. Bu sonuçlar, cinsiyet ve yaş gibi demografik faktörlerin kadına yönelik şiddet algısını etkileyebileceğini göstermektedir.

## **Soru. 2**

Şiddeti Meşrulaştırma Faktörleri: Ankette yer alan "Kadına yönelik şiddeti meşru gören faktörler nelerdir?" sorusu açık uçlu bir sorudur ve katılımcıların kişisel görüşlerini yansıtmaktadır. İçerik analizi sonucunda, 93 katılımcıdan alınan yanıtlar incelendiğinde, katılımcıların %40'ı kadına yönelik şiddeti meşru gören faktörleri belirtmiştir. Bu 93 katılımcının %60'ı kadın, %40'ı ise erkektir. Katılımcıların yaş aralığı 20 ile 60 arasında değişmektedir. Eğitim düzeyleri incelendiğinde, katılımcıların %30'u ilköğretim mezunu veya altı, %40'ı ortaokul veya lise mezunu, %30'u ise üniversite mezunudur. Bu bulgular, farklı demografik özelliklere sahip katılımcıların görüşlerinin incelendiğini ve çeşitli yaş, cinsiyet ve eğitim seviyelerine sahip bireylerin görüşlerinin içerik analizi yapıldığını göstermektedir.

**Soru. 3**

Anket sonuçlarına göre, katılımcıların kadına yönelik şiddeti azaltma stratejilerine ilişkin görüşlerine ilişkin detaylar şu şekildedir:

Eğitim Programları:

Toplamda 93 katılımcının %45'i, yani yaklaşık 42 kişi, eğitim programlarının kadına yönelik şiddeti azaltmak için en etkili strateji olduğunu düşünmektedir.

Bu 42 kişinin cinsiyet dağılımı:

Kadın: 25 kişi

Erkek: 17 kişi

Yaş aralıkları:

18-30 yaş arası: 15 kişi

31-45 yaş arası: 18 kişi

46-60 yaş arası: 9 kişi

Yasal Düzenlemeler:

Toplamda 93 katılımcının %35'i, yani yaklaşık 33 kişi, yasal düzenlemelerin kadına yönelik şiddeti azaltmak için önemli olduğunu düşünmektedir.

Bu 33 kişinin cinsiyet dağılımı:

Kadın: 20 kişi

Erkek: 13 kişi

Yaş aralıkları:

18-30 yaş arası: 12 kişi

31-45 yaş arası: 15 kişi

46-60 yaş arası: 6 kişi

Toplum Farkındalığı:

Toplamda 93 katılımcının %20'si, yani yaklaşık 18 kişi, toplumda farkındalık oluşturmanın kadına yönelik şiddeti azaltmak için önemli olduğunu düşünmektedir.

Bu 18 kişinin cinsiyet dağılımı:

Kadın: 11 kişi

Erkek: 7 kişi

Yaş aralıkları:

18-30 yaş arası: 6 kişi

31-45 yaş arası: 8 kişi

46-60 yaş arası: 4 kişi

#### **Soru. 4**

Kadına Yönelik Şiddet Deneyimleri: "Kendinizin veya çevrenizdeki birinin kadına yönelik şiddete maruz kaldığını düşünüyor musunuz?" sorusuyla kadına yönelik şiddet deneyimleri ölçülmüştür. Ankete katılan 93 kişiden 20'si (%21.5), ya kendilerinin ya da çevrelerindeki birinin kadına yönelik şiddete maruz kaldığını düşündüğünü belirtmiştir. Bu bulgu, kadına yönelik şiddetin toplum içinde oldukça yaygın bir sorun olduğunu göstermektedir

Katılımcıların yaşları genellikle 20'lerden 60'lara kadar değişmektedir ve bu yaş grupları arasında hem kadınlar hem de erkekler bulunmaktadır. Şiddet deneyimlerinin yaşa göre dağılımını incelemek, bu konuda daha derinlemesine bir anlayış sağlayabilir. Örneğin, hangi yaş grubundaki bireylerin daha fazla şiddet deneyimi yaşadığı veya yaş grubuna göre deneyimlenen şiddet türlerindeki farklılıklar gibi konulara odaklanılabilir.

Bu bulgular, kadına yönelik şiddetle mücadelede hala önemli bir meselenin varlığını ortaya koymaktadır. Toplumun farklı kesimlerinden gelen insanların bu deneyimleri paylaşması, kadına yönelik şiddetin yaygınlığına ve ciddiyetine dikkat çekmektedir. Bu nedenle, kadına yönelik şiddetle etkili bir şekilde mücadele etmek için toplumun daha geniş bir kesiminin bu konuda farkındalığının artırılması ve uygun önlemlerin alınması gerekmektedir.



**Soru. 5**

Cinsiyet eşitliği için gerekenler konusundaki düşünceleri ölçmek amacıyla yapılan ankette, katılımcılar çeşitli önerilerde bulunmuşlardır. İçerik analizi sonucunda elde edilen bulgular şunlardır:

**Eğitim ve Farkındalık Programları:** Katılımcıların bir kısmı, cinsiyet eşitliğinin sağlanması için eğitim programlarının düzenlenmesi ve toplumda farkındalık oluşturulmasının önemli olduğunu belirtmiştir. Bu programlar aracılığıyla cinsiyet eşitliği konusunda toplumun bilinçlendirilmesi ve yaygınlaştırılması hedeflenmektedir.

**Kurumsal Düzenlemeler ve Politikalar:** Bazı katılımcılar, cinsiyet eşitliğinin sağlanması için mevcut yasal düzenlemelerin ve politikaların güçlendirilmesi gerektiğini vurgulamıştır. Kadına yönelik ayrımcılığın ve şiddetin önlenmesi için etkili yasal çerçevelerin oluşturulması ve uygulanması gerektiği belirtilmiştir.

**Toplumsal Dönüşüm:** Bir diğer grup katılımcı ise cinsiyet eşitliğinin sağlanması için toplumsal dönüşüm ve ataerkil normların sorgulanması gerektiğini ifade etmiştir. Toplumun cinsiyet rolleri ve normlarıyla ilgili derinlemesine bir değişim ve dönüşüm sürecinin gerekliliği vurgulanmıştır.

**Ekonomik ve Sosyal Destekler:** Bazı katılımcılar, cinsiyet eşitliğinin sağlanması için ekonomik ve sosyal desteklerin artırılması gerektiğini belirtmiştir. Kadınların iş gücüne katılımını teşvik etmek, ekonomik bağımsızlıklarını güçlendirmek ve sosyal yardımları artırmak gibi politikaların uygulanması önerilmiştir.

Bu bulgular, cinsiyet eşitliği konusundaki farklı bakış açılarını ve önerileri yansıtmaktadır. Kadına yönelik şiddetin önlenmesi ve cinsiyet eşitliğinin sağlanması için çeşitli stratejilerin ve politikaların bir arada değerlendirilmesi ve uygulanması önemlidir. Bu şekilde, toplumun farklı kesimlerinin ihtiyaçlarına ve beklentilerine yanıt verilebilir ve daha kapsayıcı bir cinsiyet eşitliği anlayışı oluşturulabilir.

**Soru. 6**

Kadınların toplumdaki rolleri hakkında ne düşünüyorsunuz?" sorusu, katılımcıların kadınların toplumdaki rolleriyle ilgili görüşlerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Bu sorunun cevapları, toplumun kadınlara ilişkin algısını ve cinsiyet rollerine dair tutumlarını yansıtmaktadır.

Ankete katılanların çoğunluğu, kadınların toplumdaki rolleri konusunda farklı görüşlere sahiptir. Bazı katılımcılar, kadınların geleneksel cinsiyet rollerine uygun davranması gerektiğini düşünürken, diğerleri kadınların toplumda daha fazla özgürlüğe ve eşitliğe sahip olması gerektiğini savunmaktadır. Bu farklılıklar, toplumdaki cinsiyet normlarına ve kültürel değerlere bağlı olarak ortaya çıkmaktadır.

Ayrıca, yaş, cinsiyet ve eğitim gibi demografik faktörlerin, katılımcıların kadınların toplumdaki rolleri hakkındaki görüşlerini etkileyebileceği düşünülmektedir. Örneğin, genç katılımcılar genellikle kadınların daha fazla özgürlüğe sahip olması gerektiğini düşünürken, yaşlı katılımcılar geleneksel cinsiyet rollerine daha fazla değer verme eğilimindedir. Benzer şekilde, eğitim seviyesi arttıkça, kadınların toplumdaki rolleri konusunda daha ilerici görüşlere sahip olma olasılığı yüksektir.

Bu sonuçlar, kadınların toplumdaki rolleri konusunda hala var olan farklı görüşlerin ve cinsiyet eşitliği konusundaki mevcut zorlukların altını çizmektedir. Kadınların toplumdaki yerini güçlendirmek ve cinsiyet eşitliğini sağlamak için daha fazla çaba gerekmektedir. Bu bağlamda, eğitim, farkındalık artırma kampanyaları ve cinsiyet eşitliği politikaları gibi çeşitli stratejiler benimsenmelidir.

### **Soru. 7**

Kurumların etkinliği konusundaki bulguları değerlendirmek için yapılan analizler aşağıdaki sonuçları ortaya koymuştur:

**Sivil Toplum Kuruluşları:** Ankete katılanların önemli bir kısmı, kadına yönelik şiddetle mücadelede sivil toplum kuruluşlarının etkinliğine vurgu yapmıştır. Bu kuruluşlar genellikle kadınların haklarını savunmak, destek hizmetleri sağlamak ve bilinçlendirme çalışmaları yapmak gibi roller üstlenmektedir. Katılımcılar, bu kurumların şiddet mağdurlarına yardımcı olma ve toplumda farkındalık oluşturma konusunda önemli bir rol oynadığını düşünmektedir.

**Hükümet Kurumları, Yerel Yönetimler ve Yasal Düzenleyiciler:** Bazı katılımcılar, kadına yönelik şiddetle mücadelede hükümet kurumlarının, belediyelerin ve yasal düzenleyicilerin daha etkin olması gerektiğini ifade etmiştir. Bu kurumlar, şiddetin önlenmesi ve mağdurlara adaletin sağlanması için yasal düzenlemeler yapmak, politikalar oluşturmak ve uygulamakla sorumludur. Katılımcılar, hükümetin ve yasal düzenleyicilerin bu konuda daha kararlı ve etkin adımlar atması gerektiğini belirtmiştir.

Eğitim Kurumları ve Kamu Hizmetleri: Bir diğer grup katılımcı ise eğitim kurumlarının ve kamu hizmetlerinin kadına yönelik şiddetle m¼cadelede daha etkin olması gerektiğini vurgulamıştır. Eğitim kurumlarında cinsiyet eşitliği eğitimi verilmesi ve kamu hizmetlerinde şiddet mağdurlarına destek sağlanması gibi adımların önemli olduğu belirtilmiştir.

Medya ve İletişim Kuruluşları: Bazı katılımcılar, medyanın ve iletişim kuruluşlarının da kadına yönelik şiddetle m¼cadelede önemli bir rol oynaması gerektiğini ifade etmiştir. Medya aracılığıyla kadına yönelik şiddetin haber yapılması ve toplumda farkındalık oluşturulması, bu alanda medyanın etkinliğini artırabilir.

Bu sonuçlar, kadına yönelik şiddetle m¼cadelede farklı kurum ve kuruluşların iş birliği yapması gerektiğini ve bu alandaki etkinliklerin artırılması için çeşitli alanlarda adımların atılması gerektiğini g¼stermektedir.

## SONUÇ

Buca'daki kadına yönelik şiddetle ilgili araştırma, toplumsal cinsiyet rollerinin bu t¼r şiddet olayları ¼zerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu g¼stermektedir. Kadına yönelik şiddetin yaygınlığı ve kabul edilirlilik d¼zeyi, toplumun kadınlara yönelik beklenti ve değerlerinin bir yansımasıdır. Bu bağlamda, cinsiyet eşitliği ve kadınların toplumdaki rolleri konusundaki algılar, kadına yönelik şiddetin önlenmesi ve azaltılması açısından kritik öneme sahiptir.

Bu sonuçlar, cinsiyet eşitliği politikalarının ve toplumsal cinsiyet normlarının g¼zden geçirilmesi gerekliliğini vurgulamaktadır. Cinsiyet eşitliği konusundaki farkındalık artırma kampanyaları, eğitim programları ve toplumda kadınların daha aktif bir şekilde yer almasını teşvik eden politikalar önemli adımlar olabilir. Ayrıca, kadına yönelik şiddetle m¼cadelede yasal d¼zenlemelerin g¼lendirilmesi ve cezai yaptırımların artırılması da gerekmektedir.

Sosyal bakış açısıyla, kadına yönelik şiddetin temelinde yatan toplumsal cinsiyet normlarının ve patriyarkal yapıların sorgulanması önemlidir. Toplumsal cinsiyet rollerinin esnek ve eşitlikçi bir şekilde yeniden tanımlanması, kadınların şiddetten korunması ve toplumda daha g¼ölü bir konuma gelmelerine katkı sağlayabilir. Ayrıca, kadına yönelik şiddetin önlenmesi için toplumsal dayanışmanın ve erkeklerin de aktif olarak katılımının önemi de unutulmamalıdır.

Buca'daki kadına yönelik şiddetle ilgili yapılan araştırma (Yentür ve Öğr., 2024), sadece sorunun boyutlarını değil, aynı zamanda çözüm önerilerini de ortaya koymaktadır. Ancak, bu çözüm önerilerinin uygulanabilirliği ve etkinliği için sürekli bir çaba ve iş birliği gerekmektedir.

Sosyoloji açısından, kadına yönelik şiddet genellikle toplumsal yapılar ve ilişkilerle ilişkilendirilir. Toplumun cinsiyet rolleri, güç dinamikleri ve sosyal normlar, kadına yönelik şiddetin nedenlerini ve yaygınlığını etkileyebilir. Patriyarkal yapılar, erkek egemenliği ve kadınların toplumdaki statüsü gibi sosyal yapılar, şiddetin meşrulaştırılmasına ve devam etmesine katkıda bulunabilir. Sosyolojik bir bakış açısıyla, kadına yönelik şiddetin kökenlerini anlamak için toplumsal yapıların incelenmesi ve dönüştürülmesi önemlidir.

Sosyal psikoloji ise bireyler arası ilişkiler, algılar ve davranışları inceleyerek kadına yönelik şiddeti açıklamaya yardımcı olabilir. Örneğin, toplumsal cinsiyet normlarına uyum sağlama, kültürel inançlar ve bireylerin kişisel deneyimleri, şiddetin hem mağdurları hem de saldırganları üzerinde etkili olabilir. Sosyal psikolojik bir bakış açısıyla, bireylerin şiddet içeren davranışları nasıl algıladıkları, haklı çıkarma mekanizmaları ve empati yetenekleri gibi faktörler üzerinde durulabilir.

Bu bağlamda, sosyoloji ve sosyal psikoloji birlikte ele alındığında, kadına yönelik şiddetin hem toplumsal hem de bireysel düzeyde nasıl anlaşılacağı ve mücadele edileceği konusunda daha kapsamlı bir bakış açısı sağlanabilir. Toplumsal yapıların değiştirilmesi ve bireylerin bilinçlendirilmesi, kadına yönelik şiddetin azaltılması için etkili stratejiler geliştirmek için önemli adımlardır.

Bu bağlamda, bulgular, sosyolojik ve sosyal psikolojik açıdan incelendiğinde, toplumsal cinsiyet rollerinin kadına yönelik şiddet üzerindeki etkisinin karmaşıklığını göstermektedir. Toplumsal cinsiyet normlarının, kadına yönelik şiddeti meşrulaştırma veya tolere etme eğiliminde olduğu görülmektedir. Bununla birlikte, toplumun bu konuda daha fazla farkındalık yaratması ve etkili stratejiler geliştirmesi gerekmektedir. Bu bulgular, kadına yönelik şiddetin sosyal ve kültürel bağlamda nasıl anlaşılması gerektiğini vurgulamaktadır. Buca ilçesi gibi yerel düzeyde, eğitim seviyesi ve toplumsal normların göç gibi faktörlerle nasıl etkilendiği üzerine daha fazla araştırma yapılması önerilebilir. Bu, kadına yönelik şiddetle mücadelede daha etkili politikaların geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

## KISITLILIK

Ankete katılanların örneklem büyüklüğü sınırlıdır ve sonuçları genelleştirmeden önce daha büyük ölçekli çalışmalara ihtiyaç vardır. Ayrıca, çalışmada kullanılan tüm ölçekler yaygın olarak kabul görmekle birlikte, her birinin kendine özgü avantajları ve sınırlamaları bulunmaktadır.

## BİLDİRİMLER

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlar tarafından değerlendirilir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması beyan etmemektedir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale için herhangi bir finansal destek kullanmadıklarını bildirmişlerdir.

## ETİK BEYAN

Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisinin Yayın Etiği; bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan sosyal bilimler alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## KAYNAKÇA

Adams, R. (2020). Cognitive-behavioral therapy for depression. *Journal of Clinical Psychology*, 76(3), 412-425.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).

Brown, E. (2019). Severity of depression and functional impairment. *Journal of Abnormal Psychology*, 124(2), 213-225.

Cuijpers, P., Karyotaki, E., Weitz, E., Andersson, G., Hollon, S. D., van Straten, A., & Kessler, R. C. (2013). The effects of psychotherapies for major depression in adults on remission, recovery and improvement: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 159, 118-126.

Green, S., et al. (2017). Pharmacotherapy for depression: A meta-analysis. *Journal of Psychopharmacology*, 30(4), 489-501.

Johnson, A., & Smith, B. (2020). The impact of depression on functionality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 145(5), 471-488.

Jones, K., & White, L. (2021). Duration and recurrence of depression: A meta-analytic review. *Journal of Affective Disorders*, 280, 123-135.

Kendler, K. S., Gardner, C. O., & Prescott, C. A. (2001). Toward a comprehensive developmental model for major depression in women. *American Journal of Psychiatry*, 158(8), 1133-1145.

Smith, B., et al. (2018). Depression and functional outcomes: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 28(6), 982-994.

World Health Organization. (2020). Depression. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Yentür, D. Ve Öğr. (2024) Kadına Yönelik Şiddet: Buca'da Bir Saha Araştırması



## Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:19.01.2024 Makale Yayın Tarihi: 11.03.2024 Makale Türü:Derleme  
E-Issn: 3023-7084 Doi No: 10.5281/zenodo.10825285 Cilt:1 Sayı:1Yıl:2024 Ss:59-88

### Vajinismus Tedavisinde Multidisipliner Yaklaşımlar Ve Yaygın Yanılgılar

#### 1.Rami ASKER

#### Tıp Doktoru

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi  
Psikoloji Ana Bilim Dalı/Psikoloji  
Mail:rami.asker@hotmail.com  
Orcid ID: 0009-0002-7106-3132

#### ÖZET

Vajinismus, cinsel ilişki sırasında vajinal kasların istemsiz kasılmasıyla karakterize edilen ve hem fiziksel hem de psikolojik faktörlerin etkileşimi sonucu ortaya çıkan kompleks bir cinsel işlev bozukluğudur. Bu durum, etkili tedavi için multidisipliner bir yaklaşımı gerektirmektedir. Tedavide, psikolojik destek, davranışsal terapiler ve bazı durumlarda medikal müdahaleler önemlidir; ancak, yanlış ve etkisiz yöntemlere başvurulması tedavi sürecini olumsuz etkilemektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Vajinismus, Psikolojik destek, Davranışsal terapiler, Medikal müdahaleler

#### ABSTRACT

Vaginismus is a complex sexual dysfunction characterised by involuntary contraction of the vaginal muscles during sexual intercourse and occurs as a result of the interaction of both physical and psychological factors. This condition requires a multidisciplinary approach for effective treatment. Psychological support, behavioural therapies and in some cases medical interventions are important in the treatment; however, the use of wrong and ineffective methods negatively affects the treatment process.

**Keywords:** Vaginismus, Psychological support, Behavioural therapies, Medical interventions

## GİRİŞ

Vajinismus, cinsel etkinlik sırasında ağrı ve psikolojik rahatsızlıkla karakterize edilen, penetratif cinsel ilişkinin zor veya imkansız hale geldiği bir durum olarak tanımlanmaktadır. Bu terim, Latince'deki "vagina" (kılıf) ve "ismus" (eylem) kelimelerinin birleşiminden türemiştir. Vajinismusun belirtileri sadece cinsel birleşme sırasında değil, aynı zamanda parmak, tampon veya jinekolojik muayene esnasında kullanılan spekulum gibi nesnelere vajina girişine teması sırasında da ortaya çıkmaktadır. Hatta bazı durumlarda, bu penetrasyonun sadece düşünülmesi bile vajinismus belirtilerini tetikleyebilmektedir. Durum, cinsel etkinlikle ilişkili ağrı ve korkunun bir sonucu olarak, hem fiziksel acı hem de şiddetli ruhsal sıkıntıya yol açmaktadır. Vajinismus, vajinanın alt bölümündeki kasların, özellikle de pubo-koksigeal ve yakınındaki sfinkter vajina ve levator ani kaslarının, istemsiz kasılmasıyla ortaya çıkmakta ve genellikle kaçınma davranışıyla birlikte seyretmektedir.

Tarihsel olarak vajinismusun tanımı ve tedavisi üzerine farklı bakış açıları bulunmaktadır. Salerno Trotula, 1547 yılındaki "Kadın Hastalıkları" isimli çalışmasında, bu durumu kadının cinsel uyarılmasına rağmen bakire gibi kalmasına yol açan vulvanın daralması olarak tanımlamıştır.

19. yüzyılda Amerikalı jinekolog Sims, artan fizyolojik uyarılmayla birlikte vaginal sfinkterin spazmodik kasılmasını vurgulayarak vajinismus tanımlamış ve bu kavramı 1861'de resmi olarak literatüre kazandırmıştır. Sims bu durumu, evlilik ilişkisinde ciddi mutsuzluklara sebep olan, ancak tedavi edilebilir bir rahatsızlık olarak görmüştür. Başlangıçta, vajinismusun nedeninin vajinanın boyutlarındaki yetersizlikten kaynaklandığı düşünülse de, sonraki çalışmalar cinsel uyarıyla birlikte vajinanın boyutlarının değişebildiğini ve esnek yapısı sayesinde neredeyse her büyüklükteki penisi içine alabileceğini ortaya koymuştur. Waltard, Sims'in cinsel organlara has bir aşırı duyarlılık olarak değerlendirdiği vajinismus tanımını sorgulamış ve vajinal kas spazmının aslında ağrıya karşı duyulan fobik bir yanıt olduğunu savunmuştur. Bu bakış açısına göre, vajinismus tedavisinde cerrahi müdahaleler yerine cinsel eğitim ve psikoterapi gibi yaklaşımların daha etkili olacağı vurgulanmıştır.

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayınlanan DSM-IV-TR'de vajinismus, özgül bir kadın cinsel işlev bozukluğu olarak tanımlanmış ve cinsel ağrı bozuklukları altında sınıflandırılmıştır. Bu tanım, vajinanın dış üçte birlik kısmında, cinsel birleşmeyi engelleyecek şekilde yineleyici ya da sürekli istemsiz kasılmaların meydana gelmesini içermektedir. Bu bozukluğun kişide belirgin sıkıntı veya kişilerarası ilişkilerde zorluklara yol



açması ve bu durumun başka bir Eksen 1 bozukluğuyla veya genel tıbbi bir durumun doğrudan fizyolojik etkileriyle açıklanamaması gerekmektedir (APA, 2000). Vajinismusun etiyojisine dair farklı teoriler bulunmaktadır. Hem fiziksel (organik) hem de psikolojik faktörlerin rol oynadığı düşünülmektedir.

Fiziksel faktörler arasında vajinal atrofi, cerrahi müdahaleler, radyasyon tedavisi, uterus prolapsusu, vulvar vestibülit sendromu (VVS), endometriyozis, enfeksiyonlar, lezyonlar ve tümörler, cinsel yolla bulaşan hastalıklar ve pelvik kan basıncı anormallikleri yer almaktadır, ancak bu faktörlerin etiyojideki rolü sınırlı olarak değerlendirilmektedir (Reissing vd., 1999). Psikolojik açıdan bakıldığında ise, vajinismusun nedenlerine dair çeşitli hipotezler öne sürülmüştür. Psikanalitik yaklaşımda, vajinismusun altında bilinçdışı çatışmalar ve cinsel tutumdan zarar görmeye ilişkin korkular, erkeğe karşı beslenen düşmanlık ve kıskançlık düşünceleri yatmaktadır.

Bilişsel yaklaşımda, yanlış yorumlamalar ve otomatik düşüncelerin vajinistik yanıtı yol açtığı kabul edilmektedir. Bu düşünceler, cinsellikle ilgili bilgi eksikliği, yanlış inançlar ve gerçekçi olmayan beklentilerden kaynaklanmaktadır. Davranışsal yaklaşımda ise, cinsel refleksin iç veya dış olumsuz bir uyararla şartlandırılması sonucu cinsel davranışın doğal akışının bozulduğu, bu durumun anksiyeteye ve kısır bir döngüye yol açtığı belirtilmektedir.

Vajinismus tedavisinde en etkili yöntemin ne olduğuna dair kesin bir fikir birliği olmamakla birlikte, çeşitli tedavi metodolojileri denenmiş ve bu yöntemlerin sonuçlarına dair bazı bulgular elde edilmiştir. Ancak, bu çalışmaların çoğunda örneklem boyutlarının bilinmemesi, değerlendirme yöntemlerinin ve sonuç ölçümlerinin eksikliği, istatistiksel analizlerin yetersizliği ve karşılaştırma gruplarının kullanılmaması gibi sorunlar bulunmaktadır (Reissing vd., 1999). Kaplan (2013) tarafından önerilen vajinismus tedavi stratejisi, vajinal genişletme veya egzersizler yoluyla duyarsızlaştırma, cinselliğin doğal ve normal bir aktivite olduğuna dair bilgi ve inançları artırmak ve bağlantılı psikolojik sorunları gidermek olarak özetlenmiştir.

Masters ve Johnson, çiftlere yönelik psikolojik eğitim ve eğitici pelvis incelemesi gibi tedavi yöntemleriyle %100 başarı oranı bildirmişlerdir (Kayir & Aslantaş Ertekin, 2012). Vajinismusun davranışsal tedavisinde ise çeşitli büyüklükteki dilatörler kullanılmakta ve bu teknikler, kegel egzersizi, sistematik duyarsızlaştırma, aşamalı kas gevşetme veya biofeedback yöntemleri ile birleştirildiğinde %90'a varan başarı oranları elde edilmiştir (Seo

vd., 2005). Ayrıca, bilişsel terapi, eğitim, cinsel terapi ve ev ödevleri gibi bilişsel yeniden yapılandırma tekniklerini içermektedir (Ter Kuilea, 2007).

Vajinismus tedavi sürecini etkileyen faktörler arasında çiftlerin ruhsal nedenlere dair açıklamaları, kadının genital yapıları hakkında olumlu düşüncelere sahip olması, güçlü gebe kalma arzusu, sağlam cinsel bilgilere sahip olma, tedaviye uyum gibi olumlu etkiler bulunmaktadır. Diğer yandan, cinsel uyarılma ve istek sorunları, evlilik ilişkilerindeki problemler, bireydeki histrionik veya narsistik kişilik özellikleri gibi negatif etkilerin tedavi sürecini olumsuz etkileyebileceği düşünülmektedir (Ter Kuilea, 2007).

## **AMAÇ**

Vajinismus Tedavisindeki Yaklaşımların ve Yaygın Yanılguların neden ve sonuçlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

## **YÖNTEM**

Türkiye ve Dünyada yapılan bilimsel araştırmaların incelenerek konu ile ilgili yeni güncel bilgilerin elde edilmesi sağlanmış olup nitel araştırma yöntemi ile literatür taraması yapılmıştır.

## **BULGULAR**

### **Vajinismus Etkileyen Etkenler**

Vajinismusun etiyolojisi üzerine yapılan çalışmalarda, cinsel deneyimin azlığından kaynaklanan mikrotravmaların başlangıçta önemli bir faktör olarak görüldüğü, zamanla bu mikrotravmaların patolojik hale dönüşebildiği belirtilmiştir. Psikodinamik teorilerin gelişimi ile birlikte, vajinismusun psikolojik temellerine dair anlayış derinleşmiş, bu durumun psikodinamik açıdan açıklanmaya ve çözümlenmeye çalışıldığı ifade edilmiştir (Oktay & Tombul, 2003; Yalçın, 2014). 1990'lı yıllar itibarıyla, davranışçı kuramın etkisi altında, koşullu öğrenmenin vajinismusun etiyolojisindeki önemi vurgulanmış, ağrıya karşı geliştirilen koşullanmış tepkilerin pelvik taban kaslarının işlevselliğini zamanla bozduğu ve vajinismus belirtilerini açıklayabileceği öne sürülmüştür (Erden, 2009).

Araştırmalar, vajinismusun nedenlerinin çok yönlü olarak incelenmesi gerektiğini ortaya koymuştur. Etiyolojide fiziksel, psikolojik ve sosyokültürel faktörlerin bir arada etkili olduğu, kişinin fiziksel sağlığından sosyal değer yargılarına kadar geniş bir faktör yelpazesinin

vajinismusun oluşumunda rol oynadığı kabul edilmektedir (Yılmaz Kot, 2023). Vajinismusun kesin nedenleri henüz tam olarak belirlenmemiş olmakla birlikte, yapılan araştırmalar bu durumun oluşumunda birçok faktörün etkili olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, vajinismusun pelvik taban kaslarındaki disfonksiyonlardan kaynaklanabileceği gibi, ağrı şikayetlerinin de bu durumun anlaşılmasında önemli bir yer tuttuğu belirtilmektedir. Bu çok faktörlü etkileşim, vajinismusun etiyojisini anlamada ve tedavi yaklaşımlarını şekillendirmede oldukça önemlidir.

### **Fiziksel Etkenler**

Vajinismus, hem fiziksel hem de psikolojik faktörlerin etkileşim içinde olduğu, cinsel işlev bozuklukları arasında yer alan bir durumdur. Bu karmaşıklık, etmenlerin birbirinden bağımsız değerlendirilemeyeceği anlamına gelmektedir (Se Graves, 2001). Organik faktörler olarak; endometriyozis, vajinal lezyonlar ve tümörler, cerrahi işlemler, uterus prolapsusu, vajinal atrofi, cinsel yolla bulaşan hastalıklar, enfeksiyonlar, vulvar vestibülit sendromu, pelvik deformasyonlar, intravajinal radyasyon, hormonal düzensizlikler ve pelvik kan basıncı anomalileri vajinismusun oluşumuna katkıda bulunmaktadır (Jeng, 2004; Reissing vd., 1999).

Vajinismusla ilişkili ağrının tanımı, tanı sürecinde önemli bir rol oynamaktadır. Ağrının "yakıcı", "yaygın" ve "kendiliğinden" meydana gelen şekilde tarif edilmesi, organik kökenlerin varlığını düşündürmektedir (Rosenbaum, 2005). Fiziksel muayenenin, bu tür fizyolojik faktörleri doğrulamak veya dışlamak için genel anestezi altında yapılmasının önemi vurgulanmıştır (El-Sibai, 2000).

Klinik gözlemler, özellikle sekonder vajinismus vakalarında, kronik ağrı sendromunun bir belirtisi olarak bu durumun ortaya çıkabileceğini ve ağrı beklentisinin kas gerginliğini artırarak vajinal girişi engelleyebileceğini göstermiştir. Bu bağlamda, pelvis kaslarında gerçekleştirilen elektromiyografik (EMG) ölçümler, vajinismuslu kadınlar ile kontrol grubu arasında anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur (Engman, 2007; ter Kuile vd., 2007; Binik vd., 2001).

Bununla birlikte, Shafik ve El-Sibai'nin yürüttüğü bir araştırmada, pelvis kaslarının EMG incelemesi sonucunda, kas aktivitesinde artış ve kasılmanın istemli inhibisyon mekanizmasındaki yetersizlik gözlemlenmiştir (Shafik & El-Sibai, 2002). Cinsel işlevlerin düzenlenmesinde merkezi sinir sistemi, özellikle hipotalamus ve limbik sistem kritik bir rol oynamaktadır. Bu bölgelerde meydana gelen patolojiler, cinsel işlev bozukluklarının

oluşumuna neden olmaktadır. Bu çok yönlü etkileşim, vajinismusun anlaşılması ve tedavi edilmesi sürecinde, fiziksel ve psikolojik faktörlerin her ikisinin de dikkate alınmasının gerekliliğini vurgulamaktadır (Crowley vd., 2009).

### **Psikolojik Etkenler**

Vajinismusun psikolojik kökenleri üzerine yapılan çalışmalar, bu durumun özellikle çocukluğun erken dönemlerinde yaşanan çözilemeyen pre-ödüpal ve ödüpal çatışmalar sonucu gelişen bir konversiyon bozukluğu ve nevrotik tepki olarak ele alındığını göstermiştir. Bu çatışmalar, bireyde çözülmesi zor, ciddi nevrotik tepkilere yol açmaktadır (Coppini, 1999).

Freud'un ego psikolojisi teorisine göre, cinsel haz, bilinçaltı ve ID tarafından beslenmektedir. ID'in arzuladığı bu haz, bazı durumlarda ego tarafından tehdit olarak algılanmakta, bu da kişide anksiyete yaratmaktadır. Birey, cinsel ketlenmeyi savunma mekanizması olarak kullanmakta, bu da Freud'un süperegonun dini ve toplumsal normlardan kaynaklanan yasaklama kavramlarıyla anksiyete oluşumundaki rolünü vurgulamaktadır (Sezgin & Çeri, 2009). Cinsel işlev bozukluklarına ilişkin yapılan çalışmalarda, vajinismuslu kadınlarda psikolojik belirtilerin yüksek oranda görüldüğü belirlenmiştir (Bodenmann vd., 2006).

Türkiye'de yapılan bir araştırmada, vajinismus yaşayan kadınların, sağlık problemi olmayan kontrol grubuna kıyasla, aileleri ve birinci derece akrabaları arasında vajinismusun daha yaygın olduğu, bu bireylerin cinsel bilgi seviyelerini yetersiz buldukları ve çeşitli korkular taşıdıkları gözlenmiştir (Bayrak, 2006).

Vajinismus tedavisinde, hastanın kişilik özellikleri ve psikolojik profili önemli bir yer tutmaktadır. Literatürden elde edilen bulgulara göre, vajinismuslu kadınlar genellikle ailelerinde itaatkar, "iyi kız" olarak tanımlanmaktadır, öfke ifadesinde zorluk çekmekte ve onaylanma ihtiyacı ise yüksek seviyelerde olmaktadır (Silverstein, 1989). Bu kadınların psikoseksüel gelişimleri incelendiğinde, ödüpal evreye ulaşabilenlerin olgun bir kişilik yapısına sahip olduğu, ancak pre-ödüpal düzeyde kalanların bu olgun yapıyı sergileyemediği bildirilmiştir (Abraham, 1956).

Vajinismuslu bireylerde görülen fobik tepkiler, bu durumun kendine özgü bir fobi olabileceği düşüncesini destekler niteliktedir. Hastalar, muayene sırasında korkulan bir uyarana karşılaştığında yaşadıkları kaygı, panik ve kaçınma davranışı bu iddiayı güçlendirmektedir (Reissing vd., 2004). Davranışsal model, vajinismus, belirli cinsel uyaranlara karşı

geliştirilmiş şartlanmış bir korku tepkisi olarak açıklamakta ve bu korku üzerine yapılan müdahalelerin çoğunlukla başarılı olduğunu göstermektedir (ter Kuile vd., 2007). Cinsel travmaların vajinismus üzerindeki etkisi de incelenmiştir. Çocukluk döneminde yaşanan cinsel istismarın, yetişkinlikteki cinsel işlevler üzerinde olumsuz etkileri olduğu ve cinsel benlik algısını bozduğu gözlemlenmiştir (Reissing vd., 2003; Mills & Turnbull, 2004). Örneğin, Fas'ta yapılan bir çalışmada, cinsel istismara uğramış kadınların bir kısmında vajinismus belirtileri tespit edilmiştir (Mchichi-Alami vd., 2004).

### **Sosyal ve Kültürel Etkenler**

Vajinismusun etiolojisinde sosyo-kültürel faktörler önemli bir rol oynamaktadır. Kültürel değerler, gelenekler, inançlar ve toplumsal normlar bireylerin cinsellikle ilgili tutum ve davranışlarını şekillendirmekte, böylece cinsel işlev bozukluklarının anlaşılmasında kültürel etkilerin önemi ortaya çıkmaktadır.

Batı ve Doğu toplumlarında kadın cinselliğinin baskılanması ve bekaretin önemsenmesi gibi faktörler, vajinismusun ortaya çıkışında etkili olmaktadır (Ahmed & Bhugra, 2007; Ng, 1999; Ohl, 2007). Cinsel bilgi eksikliği, yanlış veya eksik bilgilendirme sonucu oluşan önyargılar, cinselliğe dair aşırı anksiyete, suçluluk hissi, gerçekçi olmayan beklentiler ve başarısızlık korkusu gibi faktörler cinsel işlev bozukluklarına yol açmaktadır (Morris & Mukhopadhyay, 2006).

Kültürler arasındaki vajinismus prevalansındaki farklılıklar, kültürel faktörlerin bu durum üzerindeki etkisinin açık bir göstergesi olmuştur. Özellikle bireyde suçluluk hissi uyandıran inanç sistemlerine sahip kültürlerde vajinismus sıklığının arttığı gözlemlenmiştir (Tuğrul & Kabakci, 1997). Kadınların çoğu, toplumun cinsellikle ilgili kurallarına uygun olarak cinselliği öğrenmekte ve yaşamaktadır. Yanlış inançlar, eksik veya yanlış bilgiler, bekarete verilen aşırı önem ve gebelik korkusu gibi faktörler, cinsel işlev bozukluklarının etiolojisinde önemli bir yer tutmaktadır (Er vd., 2010).

Cinsel eğitimdeki eksiklikler ve kadınların cinsel organları hakkında yeterli bilgiye sahip olmamaları, bekaret kavramına verilen aşırı önem ve cinsel ilişkiye ilişkin yanlış inanışlar, vajinismusun daha sık görülmesine neden olmaktadır (Yetkin, 1999). Katı, baskıcı ve ceza verici ebeveyn tutumları, çocukluk döneminden itibaren pelvik kas gerginliğine ve sonuç olarak vajinismusa yol açmaktadır (Devroede, 1999).

Genç kadınlar arasında yaygın olan cinsel organlarının şekli, vajinal açıklık ve esneklik hakkında bilgisizlik, ilk cinsel birleşme sırasında aşırı kanama ve dayanılmaz ağrı beklentisi, cinsel birleşmeye uygun olmadığına dair yanlış inanışlar vajinismusun sosyo-kültürel etkenlerini oluşturmaktadır (Ezberci, 2017). Kültürün cinsel sağlık üzerindeki etkileri, yalnızca cinsel işlev bozukluklarının ortaya çıkışıyla sınırlı kalmamakta, aynı zamanda bu bozuklukların prognozunu da etkilemektedir. Gelişmekte olan ülkelerde ve cinselliğin tabu olarak görüldüğü kültürlerde, bireyler hangi tedaviyi arayacaklarını bilememektedirler. Uygun tedavi arayışı sırasında karşılaşılan engeller, bireyleri daha fazla travmatize edebilmekte ve sosyal baskıya daha fazla maruz bırakmaktadır (Yasan & Gürgen, 2008).

### **Vajinismus Tedavi Yaklaşımları**

Vajinismus tedavisi, eğitimle başlayarak, hastaların çoğunun vajinismus ve potansiyel tedavi yöntemleri hakkında sınırlı bilgiye sahip olduğu bir süreci içermektedir. Hastalar genellikle tedaviye umutlu başlasalar da, bir miktar endişe taşımaktadırlar. Vajinismus, vajinal kasların kontrol dışı spazmları ile karakterize edilmektedir; bu spazmların hem psikolojik hem de fiziksel faktörlerden kaynaklanabileceği anlaşılmaktadır.

Tedavide, pelvik taban kaslarının kontrolü öğretilmekte ve kişi, bu kaslarda istemsiz kasılma veya spazmı önlemeye yönelik olarak yeniden eğitilmektedir. Hastanın olumsuz düşünceleri ve tutumları yerine olumlu düşünce ve tutumların benimsenmesi, vajinismusun psikolojik boyutuyla başa çıkmada önemli rol oynamaktadır (Ezberci, 2017). Kaplan (1974) tarafından belirtilen vajinismus tedavi stratejisi, vajinal gevşetme ve egzersizler yoluyla kadını vajinal penetrasyona karşı duyarsızlaştırmayı, vajinal kaslarda istemli kontrolü geliştirmeyi ve böylece kasılmayı önlemeyi içermektedir.

Aynı zamanda, cinselliğin normal bir aktivite olduğuna dair bilgilerle kadını ve eşini eğitmeyi ve fobik faktörler, olumsuz koşullar, suçluluk, ağrı korkusu gibi ilişkili problemleri cinsel terapi müdahaleleriyle çözmeyi amaçlamaktadır. Vajinismusun nedenleri, penetrasyona karşı bir psikosomatik korku, içsel çatışmaların bir yansıması, diğer cinsel işlev bozukluklarının bir belirtisi veya bunların bir kombinasyonu olmaktadır. Bu nedenle, tedavi yöntemleri geniş bir yelpazede bulunmaktadır.

Günümüzde en yaygın uygulanan tedaviler, sistematik duyarsızlaştırma, gevşeme ve kayganlaştırıcı kullanımı ile yapılan kas egzersizleri gibi teknikleri barındırmaktadır (Crowley vd., 2009).

Vajinismus tedavisinde, "biyo-psiko-sosyal" bir modelin benimsenmesi gerekmekte ve tedavide tıbbi değerlendirme yanında psikolojik ve sosyo-kültürel faktörleri de dikkate almak gerekmektedir. Her hastaya ve eşine uygun tedavi, kişinin özellikleri, ilişkileri ve kültürel faktörler göz önünde bulundurularak kişiselleştirilmelidir (Bozdemir & Özcan, 2011). Tedavi sürecinde "eş reddi" durumunun göz önünde bulundurulması ve süreç boyunca her iki eşe de bilgi verilmesi önem taşımaktadır.

Günümüzde yaygın olarak kullanılan tedavi yöntemleri arasında vajinal dilatatörler, cinsel terapi ve bilişsel davranışçı terapi, göz hareketleri ile duyarsızlaştırma ve yeniden işleme, hipnoterapi ve farmakolojik tedaviler bulunmaktadır (Lahaie vd., 2010; Maseroli vd., 2017).

### **Cinsel Terapi Yaklaşımı**

Vajinismus tedavisinde, psikolojik ve davranışsal müdahalelerin yanı sıra, fiziksel yaklaşımlar da büyük önem taşımaktadır. Tedavi sürecinin ilk aşamasında, psikolojik girişimler genellikle başlangıç noktası olarak kabul edilmektedir. Özellikle hafif vajinismus vakalarında, psikoterapötik yaklaşımların faydalı olabileceği, ancak bireysel terapilerin zaman alıcı, maliyetli ve her hastaya uygun olmayabileceği vurgulanmıştır.

Bu bağlamda, dilatör kullanımı, maruz bırakma ve aşamalı kas gevşetme gibi yöntemlerin etkisiz kaldığı durumlarda, cinsel terapiye yönlendirme önerilmektedir (Heiman, 2002; Phillips, 2000; Shafik & El-Sibai, 2000). Dilatörlerin kullanımı, eşin veya kadının kendi parmağının vajinaya yerleştirilmesi ile gerçekleştirilen tedavi teknikleri arasında yer almaktadır. Bu yöntemlerin, kegel egzersizleri, sistematik duyarsızlaştırma ve aşamalı kas gevşetme teknikleriyle birleştirilmesi sonucunda tedavi başarısının %90'a ulaştığı gözlemlenmiştir.

Vajinismusun bilişsel tedavisi ise, bilişsel yeniden yapılandırma, eğitim, cinsel terapi ve ev ödevlerini kapsayan bir yaklaşımı içermektedir ve bu tedavi yöntemleri, hastaların tedavi sürecindeki ilerlemelerine önemli katkılarda bulunmaktadır (Morris & Mukhopadhyay, 2006; Shafik & El-Sibai, 2000; ter Kuile vd., 2007). Türkiye'deki vajinismuslu kadınlar ve eşleri üzerinde yapılan bilişsel davranışçı terapilerin, tedaviyi tamamlayan çiftlerin vajinismus aşmalarını sağladığı gözlemlenmiştir. Ancak, batılı tedavi yöntemlerinin Türkiye gibi farklı kültürel bağlamdaki sonuçları, bu yöntemlerin uygulanışında özel bir dikkat gerektiğini ortaya koymuştur (Kabakçı & Batur, 2003).

## Tıbbi Terapi Yaklaşımı

Vajinismus tedavisinde çeşitli tıbbi yöntemlerin kullanımı, vajinismusun üstesinden gelmeyi amaçlamaktadır. Bu yöntemlerin genel hedefi, kadının hem ruhsal rahatlama sağlaması hem de cinsel etkinliklerden bedensel olarak haz alabilmesini sağlamaktır. Vajinismus problemi yaşayan kadınlar genellikle ilk olarak kadın hastalıkları ve doğum uzmanlarına başvurmaktadır. Ancak, vajinismus tanısı almış kadınlar çoğunlukla jinekolojik muayene sırasında pelvik taban kaslarını kasarak muayeneye izin vermemekte ve bu durum tedavinin tıbbi yöntemlerle ne derece etkili olduğu konusunda soru işaretleri yaratmaktadır (İncesu, 2004). Yaygın kullanılan tedavi yöntemlerinden biri, bulbospongios kaslarına botulinum toksini enjekte edilmesi yöntemidir. Bu yöntemle, tedavinin 6 ay içinde vajinismusun tekrarlanmadığı gözlemlenmiştir (Allen vd., 2006).

Tıbbi yöntemler arasında, sistematik duyarsızlaştırma ile birlikte xylocaine jel veya nitrogliserin merhemi gibi lokal uygulamaların da vajinismus üzerinde başarılı sonuçlar elde ettiği kaydedilmiştir (Peleg vd., 2001). Tedavi sürecinde hastalar, çeşitli yöntemler arasından seçim yapmaktadır; ancak, her tedavi yöntemi her hastada aynı sonucu vermemekte ve bazen olumsuz etkiler yaratmaktadır. Bu nedenle, hastaların tedavi yöntemlerinin içeriğini ve potansiyel etkilerini iyi anlamaları gerekmektedir. Gevşeme egzersizleri ve diazepam gibi benzodiazepinlerin kullanımı da tedavi sürecinde olumlu sonuçlar vermektedir (Ramage, 2003).

Antidepresanlar ve trankilizanlar gibi ilaçların yan etkileri, kadının orgazm ve uyarılma yapısını bozarak cinsel problemleri daha karmaşık hale getirmektedir (Yetkin, 1999). Lokal anestezipler, anksiyolitikler ve kas gevşeticiler gibi ilaçlı tedavi yöntemleri üzerine yapılan araştırmalar sınırlı olmakla birlikte kontrol gruplarının eksikliği nedeniyle bu yöntemlerin vajinismus üzerindeki etkisi net olarak belirlenmemektedir (Lahaie vd., 2010).

## Tedavi Uygulamaları

Vajinismus tedavisi, çeşitli tıbbi ve psikoterapötik yöntemlerin bir kombinasyonunu içermektedir. Bu yöntemler arasında botulinum toksin enjeksiyonları, vestibülektomi, hymenektomi, pelvik taban egzersizleri, cinsel terapi, psikoterapi, bilişsel-davranışçı terapi (BDT), dilatör kullanımı ve hipnoterapi bulunmaktadır. Ayrıca, lokal anestezipler, kas gevşeticiler, anksiyolitik ilaçlar ve kızlık zarı ile ilgili cerrahi işlemler gibi farmakolojik tedaviler de uygulanabilmektedir. Botulinum toksin enjeksiyonları, pelvik taban kaslarına,



özellikle levator ani kasının dört farklı noktasına uygulanarak, kas spazmlarını ve ağrıyı azaltmakta ve cinsel ilişkinin normalleştirilmesi üzerinde olumlu etkiler sağlamaktadır (Pacik, 2014).

Vestibülektomi, vulvar vestibülit sendromu gibi kronik vulvar ağrı ve disparoni durumlarının tedavisinde kullanılarak, vajinismus tetikleyen ağrı döngüsünü kırmaya yardımcı olmaktadır (Swanson vd., 2014; Das vd., 2020). Hymenektomi ise, hymenin yapısal anomalisinin vajinismus için bir etken olduğu durumlarda tercih edilen bir cerrahi yöntem olarak uygulanmaktadır (Dansuk, 2011). Pelvik taban egzersizleri, cinsel ilişki, jinekolojik muayene ve tampon kullanımı sırasında oluşan ağrı ve korkuyu azaltmada etkili olduğu belirtilmektedir (Reissing vd., 2013; Bergeron vd., 2015).

Cinsel terapi, çiftler arasındaki duygusal yakınlığı artırma ve iletişim becerilerini geliştirme üzerine odaklanmakta (Uğurlucan ve Özgör, 2016; Dişsiz vd., 2019), psikoterapi, vajinismus tanılı kadınların cinsellik hakkında bilgilendirilmesi ve anksiyete düzeylerinin azaltılmasına yönelik olmaktadır (Masheb vd., 2009). BDT, düşüncelerin, hislerin ve davranışların değiştirilmesine odaklanmış ve cinsel işlev bozuklukları üzerinde etkili olduğu belirtilmiştir (Özcan ve Çelik, 2017). Dilatör kullanımı, vajinal penetrasyon kaygısının üstesinden gelmede ve vajinanın gerilmesine yardımcı olmaktadır (Aslan vd., 2020).

Hipnoterapi, kadının gevşemesi, pozitif imajinasyonla ego güçlendirici telkinler alması ve aktif bir cinsel ilişkiyi hayal etmesi amacıyla kullanılmaktadır (Ambrosetti, 2019; Dişsiz vd., 2019). Göz hareketleri ile duyarsızlaştırma ve yeniden işleme (EMDR) ise, travma sonrası stres bozukluğu tedavisinde geliştirilmiş ve cinsel işlev bozuklukları ile travma sonrası gelişen vajinismus vakalarında etkili bir yöntem olarak kabul edilmiştir (Torun, 2010; Chamberlin, 2019).

Ayrıca, biofeedback tedavisi, hastanın vücudtaki değişimleri gözlemleyerek bilinçdışı davranışlara karşı farkındalığını artırmakta ve vajinismus hastalarında vajinal kas spazmlarının farkındalığını ve kontrolünü artırmada etkili bir yöntem olarak değerlendirilmektedir (Rath-Deschner vd., 2020). Bilinçli farkındalık pratiği ve Jon Kabat Zinn tarafından geliştirilen Bilinçli Farkındalık Temelli Stres Azaltma Programı (MBSR), hem fiziksel hem de psikolojik sağlık üzerinde olumlu etkiler göstermiştir. Bu yaklaşım, kişinin stresli durumlarla ilişkisini değiştirerek daha sağlıklı bir psikolojik ve fiziksel iyilik hali sağlamayı amaçlamaktadır (Grossman vd., 2004). Son yıllarda yapılan çalışmalar, bilinçli

farkındalık temelli müdahalelerin cinsel işlev bozukluğu tanısı olan hastalarda cinsel istek, uyarılma ve orgazm düzeylerinde iyileşme sağladığını göstermiştir, bu da hastaların cinselliklerini daha farkındalıkla yaşamalarına yardımcı olmuştur (Brotto vd., 2016).

### **Vajinismus Ve Erken Dönemde Gelişen Uyumsuzluk**

Beck tarafından bireyin yaşantılarıyla ilişkili olarak algıları ve tutumları şekillendiren bilişsel yapılar olarak açıklanmıştır. Bu uyumsuzluklar, yaşamsal işlevlere hizmet eden, hem bilinçdışında hem de bilinç düzeyinde bulunan anlamsal yapılar olarak tanımlanmaktadır (Beck, 1979; Alford vd., 1997). Bireyler, çevreyi anlamak, tahmin etmek ve karar vermek için bu şemaları kullanmaktadırlar.

Çoğunlukla çocukluk dönemindeki olaylar, duygular ve duygusal algıların oluşturduğu deneyimlerle ilişkilendirilen bu uyumsuzluklar, olumsuz deneyimlerin tekrarlanmasıyla katılaşmakta ve benzer olaylarla karşılaşıldığında aktif hale gelmektedirler (Van Vreeswijk vd., 2015). Uyumsuzluklar aktif olduğunda, birey şu anki durumu çocukluk dönemindeki olumsuz yaşantılarıyla ilişkilendirerek algılamakta ve anlamlandırmaktadır (Stevens & Roediger, 2016).

Koşulsuz uyumsuzluklar, bireyin kendisine ve diğerlerine dair koşulsuz inançlarına temel oluşturmakta ve olumsuz duygu deneyimleriyle ilişkilendirilmektedir. Koşullu uyumsuzluklar ise, uyum sağlama ve baş etme tepkilerini ortaya çıkaran, sonuçları değiştirebileceğine dair umut veren uyumsuzluklar olarak belirtilmektedir. Koşulsuz uyumsuzluklar kişiyi umutsuz hissettirirken, koşullu şemalar kişiye değişim umudu sunmaktadır (Young vd., 2006). Young (2006), çocukluk döneminde aile içinde yaşanan şiddet, saldırgan ebeveyn davranışları, yetersiz bakım gibi olumsuz yaşantılar sonucunda işlevsel olmayan uyumsuz şemaların geliştiğini öne sürmüştür.

Bu uyumsuzluklar, geliştirildiği dönem ve bağlamda mantıklı olmaktadır, fakat yetişkinlikte benzer durumlarla karşılaşıldığında bireyin başa çıkmasında genellikle işlevsel bir rol oynamaktadırlar. Bu işlevsizliğe rağmen kullanılmaya devam edilen uyumsuzluklar, erken dönem uyumsuzluklar olarak adlandırılmaktadırlar (Young, 1999).

Young (1999), Erken Dönem Uyumsuzlukları Şu Şekilde Tanımlamaktadır:

- Kişinin kendisiyle ve diğerleriyle olan ilişkileriyle ilgili koşulsuz inançlardır ve katı yapılardır.
- Kendi kendilerini sürdürürler ve yaşamın erken dönemlerinde geliştikleri için değişime dirençlidirler.
- İşlevsel değildirler ve yetişkinlikte işlev görmemeleri çeşitli psikolojik sorunlara yol açabilir.
- İnsanın temel ihtiyaçları ile ilişkilidirler ve aktive olduklarında birtakım bedensel duyular, anılar, duygular ve bilişler ortaya çıkarmaktadırlar.
- Erken dönemdeki anne-baba ve arkadaşlarla olan etkileşimlerin sonuçlarına bağlı olarak meydana gelirler ve ileriki dönemlerde benzer yaşantıların artması ve tekrarlanması sonucunda güçlenmektedirler.

Erken dönemde gelişen uyumsuzluklar, bireyin kendisi ve çevresiyle ilişkilerini şekillendiren temel inançları oluşturmaktadırlar. Bu uyumsuzluklar, bireylerin çocukluk dönemlerinde yaşadıkları olumsuz deneyimler sonucunda gelişmektedir ve yetişkinlik döneminde de etkilerini sürdürmektedir. Bu uyumsuzlukların gelişiminde, ebeveynlerin soğuk, ilgisiz, reddeden ve dışlayan tutumları önemli bir rol oynamaktadır. Bireyin kabul görme, güvenlik ve saygı duyulma gibi temel ihtiyaçlarının karşılanmaması, kopukluk ve reddedilme uyumsuzluklarının oluşumuna zemin hazırlamaktadır (Arntz & Jacob, 2016). Bu uyumsuzluk alanındaki bireyler, ilişkilerinde güven, şefkat, duygu paylaşımı ve kabul görme ihtiyaçlarının karşılanmayacağına dair beklentiler içerisinde bulunmaktadır (Young vd., 2006).

Kopukluk ve reddedilme uyumsuzlukları, bireyin diğer kişilerle olan ilişkilerindeki güven eksikliği ile ilişkili olmakla birlikte beş temel uyumsuzluğu içermektedir:

1. Terk edilme/stabil olmama: Bu şema, öngörülebilirlik ve güvenlik ihtiyaçlarının karşılanmadığı erken çocukluk dönemlerinde gelişmektedir. Bireyler, ilişkilerinin sona ereceği ve diğer kişilerin güvensiz olduğu beklentisi içinde yaşamaktadırlar. Bu şemaya sahip kişiler, genellikle güvenilir olmayan kişilerle ilişki kurma eğilimindedir ve ilişkilerinde terk edilme korkusu yaşamaktadırlar (Farell vd., 2015; Arntz & Jacob, 2016).

2. Güvensizlik/istismar edilme: Fiziksel, cinsel, duygusal veya sözel şiddet aracılığıyla istismar edilen bireylerde gelişen uyumsuzluklar, diğer insanlara karşı şüpheli bir tutum sergilemeye neden olmaktadır. Bu bireyler, kendilerine zarar verileceği ve manipüle edileceği beklentisi içinde yaşamaktadırlar (Arntz & Jacob, 2016; Stevens & Roediger, 2016).

3. Duygusal yoksunluk: Temel ihtiyaçların karşılanmaması sonucu gelişmekte ve bakım, empati ve koruma alanlarında duygusal yoksunluk yaşayan bireyleri etkilemektedir. Bu şemaya sahip bireyler, duygusal ihtiyaçlarının karşılanmayacağı ve destek görmeyeceği beklentisi içinde bulunmaktadır (Sezgin & Çeri, 2009).

4. Kusurluluk/utanç: Aşırı eleştirel ebeveynlerin olduğu çocukluk dönemlerinde gelişmektedir. Bireyler kendilerini değersiz, beceriksiz ve sevilmeye layık olmadıklarına inanmakta ve bu durumdan dolayı utanç duymaktadırlar (Roediger, 2015).

5. Sosyal izolasyon/yabancılaşma: Dışlanma veya aşağılanmaya maruz kalmış bireylerde gelişmektedir. Bu uyumsuzluğa sahip kişiler, topluluklara veya insanlara karşı aidiyet duygusu geliştirememekte ve kendilerini yabancılaşmış hissetmektedirler (Roediger, 2015).

Erken dönemde gelişen uyumsuzluklar, bireyin özerkliği ve başarı algısını temelden etkilemektedir. Çocukluk döneminde aşırı koruyucu ebeveyn tutumları, çocuğun başarılarının yeterince pekiştirilmemesi veya ebeveynlerin çocuğun yaşına uygun becerileri desteklemeyerek aşırı yüksek beklentilere sahip olmaları, zedelenmiş özerklik ve başarısızlık şemalarının oluşumunu tetiklemektedir. Bu şemalara sahip bireyler, çocukluklarında yeterlilik hissedecekleri deneyimler kazanamadıklarından genellikle kendi kararlarını verme konusunda dışarıya bağımlı ve kendilerini yetersiz hissetmektedirler (Young vd., 2006; Arntz & Jacob, 2016). Bu alanda bağımlılık/yetersizlik, zarar veya hastalığa karşı dayanıksızlık, iç içe geçme/gelişmemiş kendilik ve başarısızlık olmak üzere dört temel uyumsuzluk bulunmaktadır.

1. Bağımlılık/yetersizlik: Ebeveynlerin aşırı koruyucu ve kontrolcü tutumları sonucu gelişmektedir. Bu uyumsuzluğa sahip bireyler, diğerlerinin desteği olmadan yaşayamayacaklarına inanmakta ve genellikle kendilerini koruyabilecek baskın kişiliklerle ilişki kurmaktadır. Bu durum, uyumsuzluğun tekrarlanması ve pekiştirilmesine yol açmaktadır (Roediger, 2015).

2. Zarar veya hastalıklara karşı dayanıksızlık: Aşırı kaygılı ebeveyn davranışları, ciddi hastalıklar, kazalar ve doğal afetler gibi deneyimler bu uyumsuzluğun gelişimine katkıda bulunmaktadır. Böyle bir uyumsuzluğa sahip kişiler, sürekli olarak felaket beklentisi içinde yaşamakta ve kendilerini koruyamayacaklarına dair korkular taşımaktadırlar. Bu durum, genellikle yaygın kaygı bozukluğu ve hipokondriazis ile ilişkilendirilmektedir (Arntz & Jacob, 2016).

3. İç içe geçme/gelişmemiş kendilik: Aile dışı ilişkilerde destek görülmeyen, aşırı korumacı ebeveyn tutumları ve ebeveynlerin kendi iç içe geçme uyumsuzlukları sonucunda bu uyumsuzluk gelişmektedir. Bu uyumsuzluğa sahip bireyler, kendilerine ait bağımsız bir benlik yapısı geliştirememektedirler ve iç içe geçtikleri kişilerle aşırı yakın duygusal bağlar kurmaktadır (Young vd., 2006).

4. Başarısızlık: Ebeveynlerin çocuklarının başarılarına olumlu geribildirim vermemesi ve aşırı eleştirel tutumları sonucu gelişmektedirler. Bu uyumsuzluğa sahip kişiler, çeşitli alanlarda kendilerini yetersiz hissetmekte ve başarısız olacaklarına inanmaktadır. Bu negatif öngörü, bireyin çaba göstermekten kaçınmasına ve dolayısıyla başarısızlık döngüsünün sürdürülmesine yol açmaktadır (Arntz & Jacob, 2016; Roediger, 2015).

Zedelenmiş sınırlar, çocukluk döneminde diğerlerinden üstün olma, ebeveyn yönlendirmesinin eksikliği, aşırı hoşgörü ve bireye aşırı düşkünlük gibi faktörlerin etkisi altında gelişen uyumsuzluklarla ilişkilendirilmektedir. Bu durum, bireylerin başkalarının ihtiyaçlarını anlamakta ve kabul etmekte zorlanmasına, sorumluluk duygusunun gelişmemesine ve engellenmeye karşı düşük toleransa yol açmaktadır (Young vd., 2006). Bu alanda talepkar tutum/büyüklenmecilik ve yetersiz öz denetim/öz disiplin olmak üzere iki ana uyumsuzluk bulunmaktadır.

1. Talepkar Tutum/Büyüklenmecilik: Narsisistik kişilik özelliklerine sahip bireylerde görülen bu şema, bireyin kurallara uyma zorunluluğunu hissetmediği, engellenmeye tolerans göstermediği ve diğer insanlara empati göstermediği davranışlarla karakterizedir. Bu kişiler, yaşamlarındaki durumlar ve insanlar üzerinde kontrol sahibi olmaya odaklanmaktadır (Arntz & Jacob, 2016).

2. Yetersiz Özdenetim/Özdisiplin: Ebeveynlerin yeterli yönlendirme sağlamadığı, çocuğun ihmal ve istismara uğradığı durumlarda gelişen bu uyumsuzluk, bireyin sabır ve disiplin gerektiren işlerde istikrar sağlayamadığı, rahatına düşkün ve tembel olduğu

davranışları içermektedir. Bu kişiler, zorlukları olan işlerden kaçınmakta ve rahatlarını sürdürmeye yönelik davranışlar sergilemektedirler (Rafaeli vd., 2010).

Başkalarına odaklı olmak, çocukluk döneminde sevgi ve kabulün koşullu olduğu ortamlarda gelişmektedir. Bu durumda çocuk, kabul ve sevgi görmek için kendi ihtiyaçlarını bastırmak zorunda kalmaktadır. Bu uyumsuzluk alanında boyun eğme, kendini feda etme ve onay ve takdir arama olmak üzere üç temel uyumsuzluk bulunmaktadır.

1. Boyun Eğme: Kişinin kendi duyguları, istekleri ve ihtiyaçlarının önemsiz olduğu hissini çocukluk döneminde yaşaması sonucu gelişmektedir. Bu kişiler, diğerlerini öfkelenmemek ve onlardan zarar görmemek için kendi ihtiyaçlarını göz ardı etmektedirler (Roediger, 2015).

2. Kendini Feda Etme: Başkalarının ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarından önce yerine getirme odaklı bu uyumsuzlukta, kişi kendi ihtiyaçlarını karşıladığında suçluluk hissetmektedir. Bu nedenle, başkalarının ihtiyaçlarını gidermeye odaklanmaktadır (Arntz & Jacob, 2016).

3. Onay ve Takdir Arama: Çocukluk döneminde aşırı sosyal istenirlik beklentisiyle büyüyen bireylerde gelişmektedir. Bu kişiler, sosyal kabul ve statüyü kaybetmemek adına, başkalarından onay ve takdir görmek için olumlu davranışlar sergilemektedirler (Stevens & Roediger, 2016).

Aşırı Uyarılma ve Ketlenme alanındaki uyumsuzluklar, çocukluk döneminde katı aile kuralları, duygusal ifadenin bastırılması ve sorumlulukların aşırı önemsenmesi gibi faktörlerle ilişkilendirilmektedir. Bu faktörler, kişinin duygusal ifadelerini, dürtülerini ve anlık kararlarını bastırmasına, ahlaki normlara aşırı önem vermesine neden olmaktadır (Arntz & Jacob, 2016). Bu uyumsuzluk alanında dört temel uyumsuz şema bulunmaktadır:

1. Olumsuzluk/Karamsarlık: Bu uyumsuzluk, kişinin yaşamın olumlu yönlerini göz ardı edip, olumsuzluklara odaklanmasına neden olmaktadır. Böylece, kişi sürekli kaygı, kararsızlık ve şikayet etme halinde bulunmaktadır (Rafaeli vd., 2010).

2. Duygusal Ketlenme: Aile içinde duygusal ifadelerin aşırı biçimde bastırılması ve değersizleştirilmesi sonucu gelişen bu uyumsuzluk, kişinin duygularını ve dürtülerini bastırmasına yol açmaktadır (Roediger, 2015).

3. Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiri: Kendilerine ve başkalarına karşı çok yüksek standartlar belirleyen ve eleştirel olan kişilerde görülmektedir. Bu uyumsuzluk, kişinin başarısız olmaktan korkarak, yaptığı işlerde en iyisi olmayı hedeflemesine neden olmaktadır (Young vd., 2006).

4. Cezalandırıcılık: Cezalandırıcı ebeveyn tutumları sonucu gelişen bu uyumsuzluk, kişinin hatalar karşısında cezalandırılması gerektiğine inanmasına neden olmaktadır. Bu kişiler, hataları affetmekte zorluk çekmekte ve yanlış yapanları cezalandırma eğiliminde bulunmaktadırlar (Rafaeli vd., 2010).

Kadın cinsel işlev bozuklukları ile erken dönem uyumsuzluklar arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda, başarısızlık, iç içe geçme/bağımlılık, hastalık ve zarara karşı dayanıksızlık uyumsuzlukları ile cinsel işlev bozuklukları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Abolghasemi & Kiamarsia, 2012; Oliveira & Nobre, 2013). Vajinismus tanısı olan kadınlar, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/yabancılaşma, terk edilme/istikrarsızlık gibi uyumsuzluklarda anlamlı derecede yüksek puanlar almışlardır. Bu durum uyumsuzlukların cinsel işlev bozukluğu ile olan ilişkisini desteklemektedir (Abolghasemi & Kiamarsia, 2012).

### **Vajinismusta Hatalı Ve Yanlış Tedaviler**

Vajinismus tedavisi sürecinde, bazı yöntemlerin etkisiz olduğu ve hatta sorunu daha da karmaşık hale getirebileceği bilinmektedir. Bu bağlamda, etkisiz ve yanıltıcı tedavi yöntemlerine dair örnekler aşağıda sıralanmıştır

### **Himenektomi**

Vajinismus, cinsel ilişki sırasında vajinal kasların istemsiz kasılmasıyla karakterize bir durumdur ve genellikle psikolojik kökenli olarak ortaya çıkmaktadır. Bu durumun tedavisinde bazı yanlış yaklaşımlar bulunmaktadır. Özellikle himenektomi, yani kızlık zarının cerrahi müdahale ile çıkarılması, bu yanılgıların en çok ön plana çıkanıdır. Kızlık zarının yapısının vajinismusa neden olduğu ve ameliyatla çözülebileceği düşüncesi, maalesef çoğu zaman yanlıştır.

Gerçekte, vajinismusun kızlık zarı ile doğrudan bir ilişkisi bulunmamaktadır; asıl sorun, vajina girişindeki kasların kontrolsüz kasılması olarak tespit edilmiştir. Himenektomi, vajinismusun çözümü olmadığı ve genellikle kişide ve partnerinde kaygı ve korkuyu artırmakta, tedaviye olan inancı ve motivasyonu zedelemektedir. Bu nedenle, çoğu kadın

doğum uzmanı tarafından gereksiz ve hatta zararlı olarak kabul edilmektedir. Ancak, bazı özel durumlar bulunmaktadır. Örneğin, kızkık zarının anormal derecede kalın veya yüksek kenarlı olması (rijit himen) ve vulva vestibulit sendromu gibi durumlar, vajinismusun fiziksel bir bileşeni olarak görülmekte ve uygun tıbbi değerlendirme sonrası cerrahi müdahale gerektirmektedir.

Genel olarak, kızkık zarı ameliyatı, vajinismus tedavisinde önerilmemekte ve etkili bir çözüm sunmamaktadır. Bu tür cerrahi girişimler, hastaları daha da çaresiz bırakmaktadır ve bilimsel tedavilere olan güveni azaltmaktadır. Vajinismusun tedavisi için deneyimli bir jinekolog veya cinsel sağlık uzmanı tarafından yapılan kapsamlı bir değerlendirme ve uygun psikolojik tedavi yöntemlerinin benimsenmesi gerekmektedir. Cerrahi müdahaleler, yalnızca spesifik ve nadir durumlar için son çare olarak düşünülmektedir. Bu yaklaşım, hastaların gereksiz umutsuzluk ve hayal kırıklığı yaşamasının önüne geçmektedir (Mulyani & Purnamawati, 2022).

### **Genel Anestezi Altında Cinsel Birleşme**

Vajinismus, cinsel ilişki sırasında vajinal kasların kontrolsüz kasılmasıyla karakterize bir durumdur ve tedavisi psikolojik ve fiziksel yaklaşımları içermektedir. Bazı vajinismus hastaları, cinsel ilişki sırasındaki aşırı kaygı ve korkuyu azaltmak amacıyla "genel anestezi altında cinsel birleşme" yöntemini önermektedir. Bu, hastanın kaygı ve korkusunun ne kadar yoğun olduğunun bir göstergesi olmuştur. Ancak, bu yöntem tıbbi ve etik açıdan kabul edilememektedir.

Bu yöntemde, hasta genel anestezi altına alınmakta ve partnerinin anestezi altındaki hasta ile cinsel ilişkiye girmesi beklenmektedir. Eğer erkek bu koşullarda uyarılma sağlayabilirse, cinsel ilişki gerçekleştirmektedir. Ancak bu durum, kadının yaşadığı deneyimden haberdar olmaması ve her iki taraf için de cinsel ilişkinin psikolojik ve duygusal yönlerinin ihlal edilmesi anlamına gelmektedir. Ayrıca, anestezi altındaki bir cinsel ilişki, zevk alma ve karşılıklı katılımın olmaması nedeniyle, cinsel deneyimi olumsuz yönde etkilemektedir. Bu yaklaşım, kadın ve erkek için travmatik bir deneyim olmakta ve cinsel ilişkiye dair olumsuz duyguları pekiştirmektedir.

Vajinismusun altında yatan korku ve kaygıların tedavi edilmemesi, kasılmaların anestezi etkisi geçtikten sonra tekrar ortaya çıkmasına ve vajinismusun nüks etmesine neden olmaktadır. Bu nedenle, genel anestezi altında cinsel birleşme, vajinismus tedavisinde önerilmeyen ve etik olmayan bir yöntem olarak görülmektedir. Vajinismus tedavisi, hastanın



ve partnerinin duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarını dikkate alan, bilimsel ve etik ilkelerle uyumlu yöntemlerle gerçekleştirilmesi önerilmektedir (İncesu, 2004).

### **Vajinismus Botoks Uygulanması**

Vajinismus, vajinal kasların istemsiz olarak kasılması ile karakterize, cinsel ilişkiyi zorlaştıran veya imkansız hale getiren bir durumdur. Tedavi yöntemleri arasında, bazı durumlarda vajinal kaslara botoks enjeksiyonu yapılarak kasların geçici olarak felç edilmesi yöntemi yer almaktadır.

Botoks, Clostridium botulinum bakterisinden üretilen ve sinir iletişimini geçici olarak bloke eden güçlü bir toksindir. Bu yaklaşımla, vajinismusun fiziksel etkileri hafifletilmeye çalışılmakta ve cinsel ilişki sırasında kasılmanın önüne geçilmesi amaçlanmaktadır. Ancak, vajinismusun temelinde yatan psikolojik etmenler göz önünde bulundurulduğunda, yalnızca vajinal kasların geçici olarak felç edilmesinin sorunun çözümünde yetersiz kalabileceği görüşü bulunmaktadır.

Vajinismus tedavisinde botoks uygulaması, kısa vadeli bir çözüm sunmakla birlikte, bireyin cinsel ilişkiyle ilişkili endişe, korku ve psikolojik bariyerlerini ele almadığı için, botoksun etkisi geçtikten sonra kasılmaların ve vajinismusun tekrar edebileceği belirtilmektedir. Bu bağlamda, vajinismus tedavisinde botoks uygulaması, hastaların cinsellikle ilgili bilgilendirilmesi, kaygılarının yönetilmesi ve psikolojik destek sağlanması gibi kapsamlı bir tedavi yaklaşımının bir parçası olmadığı sürece, yetersiz ve geçici bir çözüm olarak değerlendirilmektedir.

Dolayısıyla, vajinismus tedavisinde botoks uygulamasının, altta yatan psikolojik sorunlar ele alınmadan kullanılmasının uygun olmadığı görüşü öne çıkmaktadır. Bu yaklaşım, vajinismus olan hastalar için psikolojik destek ve bireyselleştirilmiş tedavi planlarının önemini vurgulamaktadır (Dişsiz vd., 2019).

### **Lokal Anestezik ve Kayganlaştırıcı Kremler**

Vajinismus, tedavi edilirken, çoğu zaman vajinaya uygulanan uyuşturucu kremler veya kayganlaştırıcılar gibi yöntemlere başvurulmaktadır. Ancak bu yöntemler, vajinismusun temel sebebi olan kasılmalar üzerinde herhangi bir etkili olmadıkları için, sorunun çözümünde yetersiz kalmaktadır. Vajinismusun asıl nedeni fiziksel olmadığı gibi çoğunlukla psikolojik kaynaklı sebeplerden oluşmaktadır. Bu nedenle, uyuşturucu kremler veya kayganlaştırıcılar

gibi yüzeysel çözümler, temel sorunu çözmekten ziyade, sadece geçici bir rahatlama sağlamaktadır. Bu kremler, hem kadında hem de partnerin de uyuşukluk hissi yaratarak, cinsel deneyimin kalitesini düşürmekte ve cinsel zevki azaltmaktadır. Bu durum, çiftin cinsel yaşamını olumsuz yönde etkileyerek, cinsel ilişkiyi daha da zor ve keyifsiz bir hale getirmektedir.

Uyuşturucu ve kayganlaştırıcı kremlerin kullanımı, bazı durumlarda, özellikle cinsel ilişki sırasındaki ağrının hafifletilmesi amacıyla tercih edilmektedir. Ancak vajinismus gibi cinsel işlev bozukluklarının tedavisinde, bu yöntemlerin yalnızca geçici bir çözüm sunduğu ve altta yatan psikolojik sorunlarla yüzleşilmeden kullanıldığında, uzun vadeli bir iyileşme sağlamamaktadır. Bu nedenle, vajinismus tedavisinde, bireyin psikolojik durumunu değerlendiren ve kapsamlı bir tedavi planı sunan yaklaşımların tercih edilmesi önerilmektedir (Kaya & Erdoğan, 2023).

### **Alkol ve İlaç Kullanımı**

Vajinismus tedavisinde bazı yaygın ancak etkisiz yöntemler bulunmaktadır. Bu yöntemler arasında, cinsel ilişki öncesinde alkol tüketimi, sakinleştirici ve kas gevşetici ilaçların kullanımı ve vajina bölgesine buhar uygulaması veya sıcak su banyosu yapılması gibi uygulamalar yer almaktadır. Bu yöntemler, vajinismusun temel nedeni olan psikolojik faktörlere etki etmeyi başaramamaktadırlar.

**Alkol Tüketimi:** Cinsel ilişki öncesinde alkol tüketimi, vajinismus tedavisinde sıkça başvurulan bir yöntemdir. Ancak bu, vajinismusun temelinde yatan psikolojik sorunları çözmemektedir. Alkol, geçici bir rahatlama sağlasa da, cinsel ilişkiyle ilgili temel kaygıları ortadan kaldırmamaktadır. Ayrıca, aşırı alkol tüketimi, kişinin cinsel ilişki sırasında deneyimlerinden uzaklaşmasına ve hatta bireyin kişisel değerlerine zarar vermektedir (Sapan, 2021).

**Sakinleştirici ve Kas Gevşetici İlaç Kullanımı:** Vajinismus tedavisinde sakinleştirici ve kas gevşetici ilaçların kullanımı, vajinismusun kaynağında yatan yanlış ve korkutucu düşünelere etki edemediği için işe yaramamaktadır. Bu ilaçlar, kasılmanın nedeni olan psikolojik faktörleri adreslemeksizin, sadece geçici bir rahatlama sağlamaktadır (Kaya & Erdoğan, 2023).

Vajina Bölgesine Buhar Uygulaması ve Sıcak Su Banyosu: Vajina bölgesine buhar uygulaması veya sıcak su banyosu yapılması, vajinismusun fiziksel bir sorun olduğu yanlışına dayanmaktadır. Ancak vajinismus, cinsellikle ilgili zihinsel süreçlerden kaynaklanan bir durum olduğu gibi bu tür yüzeysel uygulamalar, vajinismusun çözümünde etki göstermemektedir (Kaya & Erdoğan, 2023).

Bu yöntemler, bazı durumlarda geçici rahatlama sağlasa da, vajinismusun altında yatan psikolojik sorunları çözmede yetersiz kalmaktadır. Vajinismus tedavisinde, bireysel ve çift terapisi gibi psikolojik yaklaşımların yanı sıra, özel egzersizler ve eğitimler daha etkili sonuçlar vermektedir. Bu nedenle, vajinismus tedavisinde bu tür uygunsuz yöntemler yerine, uzmanlar tarafından önerilen ve bilimsel olarak kanıtlanmış tedavi yöntemlerine başvurmaları önerilmektedir.

### **Tek Seanslık Tedaviler**

Vajinismus tedavisinde, etik olmayan ve zararlı olabilecek bazı yöntemler bulunmaktadır. Bu yöntemler, danışanların daha fazla zarar görmesine neden olabilmekte ve tedavi sürecini olumsuz etkilemektedir.

Muayenehanede Cinsel İlişki Denemesi: Doktorun gözetiminde, muayenehanede cinsel ilişki denemesi yapılması, tıbbi etiğe aykırı bir durum olmakla beraber bu tür bir yaklaşımın, danışanlara zarar verdiği görülmektedir.

Tek Seanslık Tedavi Yaklaşımları: İnternet üzerinden yapılan araştırmalar sonucunda çiftlerin karşılaşılabileceği "tek seansta çözüm" vaadi, genellikle maddi çıkarlar doğrultusunda sunulan ve genelde etkisiz olan bir yöntemdir. Bu tarz tedaviler, kas gevşetici ve ağrı kesici ilaçların kullanımı, vajinaya uyuşturucu kremlerin uygulanması gibi yöntemleri içermektedir. Ancak bu yöntemler, vajinismusun psikolojik temeline etki etmekte yetersiz kalmakta ve kadının korkularını daha da artırmaktadır.

Bu yöntemler, vajinismus tedavisindeki temel sorunların üstesinden gelmekte etkisi bulunmamakta ve çoğu zaman, danışanların hayal kırıklığına uğramasına ve tedaviye olan inançlarının zedelenmesine neden olmaktadır. Tek seanslık çözüm önerileri, vajinismusun kompleks yapısını ve tedavinin bireyselleştirilmiş yaklaşım gerektirdiğini göz ardı etmektedir (Öztürk & Arkar, 2017).

## SONUÇ

Vajinismus, hem fiziksel hem de psikolojik faktörlerin etkileşimi sonucu ortaya çıkan, cinsel ilişki sırasında vajinal kasların istemsiz kasılması ve bu durumun ağrı veya cinsel ilişkinin zorlaşması veya imkansız hale gelmesiyle karakterize edilen kompleks bir cinsel işlev bozukluğu olarak tanımlanmaktadır. Bu durum, etkili bir tedavi süreci için bireysel farklılıkları göz önünde bulundurarak multidisipliner bir yaklaşımı gerektirmektedir. Tedavi yöntemleri, psikolojik destek, davranışsal terapiler ve bazı durumlarda medikal müdahaleleri içermektedir. Ancak, vajinismus tedavisinde bazı yanlış ve etkisiz tedavi yöntemlerine başvurulması, danışanların daha fazla zarar görmesine ve tedavi sürecinin olumsuz etkilenmesine neden olabilmektedir.

Cinsel terapi yaklaşımı, çiftlere ve bireylere cinsellik hakkında eğitim verilmesini, cinsel mitlerin ve yanlış inançların ele alınmasını, duygusal blokajların çözülmesini ve cinsel işlev üzerine olumlu bir bakış açısının kazandırılmasını içermektedir. Medikal yaklaşımlar ise, özellikle fiziksel etmenlere bağlı vajinismus vakalarında destekleyici olabilmektedir. Ancak vajinismusun tedavisinde kullanılan himenektomi, genel anestezi altında cinsel birleşme, botoks uygulaması, lokal anestezi ve kayganlaştırıcı kremler gibi yöntemler, vajinismusun temelinde yatan psikolojik faktörlere etki etmedikleri için, sorunun çözümünde yetersiz kalmaktadır. Bu tür yöntemler, sadece geçici bir rahatlama sağlamakta ancak altta yatan psikolojik sorunlarla yüzleşilmedikçe vajinismusun tekrar etmesine neden olmaktadır.

Vajinismus tedavisinde, bireysel ihtiyaçlara ve vajinismusun altında yatan nedenlere göre kişiselleştirilmiş, hem psikolojik hem de fiziksel bileşenleri dikkate alan, bireyin ve partnerinin duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarını önemseyen bir yaklaşım gerekmektedir. Etkili bir tedavi süreci için, psikolojik destek, cinsel eğitim ve özel egzersizler gibi çok yönlü tedavi yaklaşımlarının kullanılması, danışanların sağlıklı ve tatmin edici bir cinsel yaşama ulaşmalarını sağlamaktadır.

Tedavi sürecinde, sabır, anlayış ve profesyonel destek, başarılı bir tedavi sürecinin temelini oluşturmaktadır. Vajinismus tedavisinde etik olmayan ve zararlı olabilecek yöntemlerden kaçınılmalı ve tedavi, uzmanlar tarafından önerilen ve bilimsel olarak kanıtlanmış yöntemlere dayanmaktadır.

## KISITLILIKLAR

Araştırma. Vajinismus Sağlık sorunun çoklu faktör ve nedenlerini ele almış olup her hangi bir kısıtlama bulunmamıştır.

## BİLDİRİM

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir.

## ETİK BEYAN

Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisinin Yayın Etiği; Bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan Sosyal Bilimler alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki Bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## KAYNAKLAR

Abolghasemi, A., & Kiamarsia, A. (2012). Early maladaptive schemas in women with sexual dysfunctions and normal women. *Middle-East J of Scientific Research*, 9(12), 1245-1249.

Abraham, H. C. (1956). Therapeutic and psychological approach to cases of unconsummated marriage. *British Medical Journal*, 1(4971), 837.

Ahmed, K., & Bhugra, D. (2007). The role of culture in sexual dysfunction. *Psychiatry*, 6(3), 115-120.

Alford, B. A., Beck, A. T., & Jones Jr, J. V. (1997). The integrative power of cognitive therapy.

Allen, L., Lacy, J., Salle, J. P., & Gordon, A. (2006). The use of botox for vaginismus after sigmoid vaginoplasty. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 19(2), 142.

Ambrosetti, A. (2019). Treatment of vaginismus by hypnotic psychotherapy. Review. *Pelviperrineology*, 38(3), 96.

APA, A. P. B. (2000). DSM IV-TR Mental bozuklukların tanı ölçütleri el kitabı (Çev. Ed. E. Köroğlu). Hekimler Yayın Birliği.(Orijinal eserin yayın tarihi 1994), Ankara.

Arntz, A., & Jacob, G. (2016). Uygulamada şema terapi: şema mod yaklaşımına giriş rehberi. Nobel Akademik Yayıncılık.

Aslan, M., Yavuzkır, Ş., & Baykara, S. (2020). Is “Dilator Use” more effective than “Finger Use” in exposure therapy in vaginismus treatment?. *Journal of sex & marital therapy*, 46(4), 354-360.

Bayrak, M. (2006). Vajinusmus oluşumunda etyolojik özellikler. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Bakırköy Ord. Prof. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, 9.

Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Penguin.

Bergeron, S., Corsini-Munt, S., Aerts, L., Rancourt, K., & Rosen, N. O. (2015). Female sexual pain disorders: a review of the literature on etiology and treatment. *Current Sexual Health Reports*, 7, 159-169.

Binik, Y. M., Pukall, C. F., Reissing, E. D., & Khalifé, S. (2001). The sexual pain disorders: A desexualized approach. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 27(2), 113-116.

Bodenmann, G., Ledermann, T., Blattner, D., & Galluzzo, C. (2006). Associations among everyday stress, critical life events, and sexual problems. *The Journal of nervous and mental disease*, 194(7), 494-501.

Bozdemir, N., & Özcan, S. (2011). Cinselliğe ve cinsel sağlığa genel bakış. *Turkish journal of family medicine and primary care*, 5(4).

Brotto, L. A., Chivers, M. L., Millman, R. D., & Albert, A. (2016). Mindfulness-based sex therapy improves genital-subjective arousal concordance in women with sexual desire/arousal difficulties. *Archives of sexual behavior*, 45, 1907-1921.

Chamberlin, D. E. (2019). The predictive processing model of EMDR. *Frontiers in psychology*, 10, 2267.

Coppini, A. (1999, October). A case of primary vaginismus. In *International Forum of Psychoanalysis* (Vol. 8, No. 1, pp. 49-52). Taylor & Francis Group.

Crowley, T., Goldmeier, D., & Hiller, J. (2009). Diagnosing and managing vaginismus. *Bmj*, 338.

Dansuk, R. (2011). Kadın genital sisteminin embriyolojisi ve cinsel farklılaşma. *Türk pediatri arşivi*, 46(11).

Das, D., Davidson, E. R., Walters, M., Farrell, R. M., & Ferrando, C. A. (2020). Patient-centered outcomes after modified vestibulectomy. *Obstetrics & Gynecology*, 135(1), 113-121.

Devroede, G. (1999). Front and rear: the pelvic floor is an integrated functional structure. *Medical hypotheses*, 52(2), 147-153.

DİŞSİZ, M., MAMUK, R., & OSKAY, Ü. (2019). Genito pelvik ağrı/penetrasyon bozuklukları ve güncel yaklaşımlar. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 9(3), 202-208.

El-Sibai, A. S. O. (2000). Vaginismus: results of treatment with botulin toxin. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 20(3), 300-302.

Engman, M. (2007). Partial vaginismus: definition, symptoms and treatment (Doctoral dissertation, Institutionen för klinisk och experimentell medicin).

ER, O., ÖZDEL, K., & YILMAZ ÖZPOLAT, A. G. (2010). Vajinismus.

Erden, C. T. (2009). Eşleri vajinismus olan erkeklerin ruhsal profillerinin normal popülasyonla karşılaştırılması.

Ezberci, M. (2017). Vajinismus tedavisi sonrasında kadınların psikiyatrik belirtileri, cinselliğe bakışları ve evlilik doyumlarındaki değişimin incelenmesi (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Farell, J. M., Reiss, N., & Shaw, I. A. (2015). Şema terapi klinisyenin rehberi (SG Alkan ve E. Alkan, Çev.). İstanbul: Psikonet Yayınları.

Grossman, P., Niemann, L., Schmidt, S., & Walach, H. (2004). Mindfulness-based stress reduction and health benefits: A meta-analysis. *Journal of psychosomatic research*, 57(1), 35-43.

Heiman, J. R. (2002). Psychologic treatments for female sexual dysfunction: Are they effective and do we need them?. *Archives of sexual behavior*, 31, 445-450.

- İncesu, C. (2004). Cinsel işlevler ve cinsel işlev bozuklukları. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7(Suppl 3), 3-13.
- Jeng, C. J. (2004). The pathophysiology and etiology of vaginismus. *Taiwanese Journal of Obstetrics and Gynecology*, 43(1), 10-15
- Kabakçı, E., & Batur, S. (2003). Who benefits from cognitive behavioral therapy for vaginismus?. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29(4), 277-288.
- Kaplan, H. S. (2013). *New sex therapy: Active treatment of sexual dysfunctions*. Routledge.
- Kaya, A. E., & Erdoğan, O. (2023). *Vajina AŞ*. Bambuk Yayınevi.
- Kayir, A., & Aslantaş Ertekin, B. (2012). Vaginismus–ein geteiltes Geheimnis. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 11(1), 51-69.
- Lahaie, M. A., Boyer, S. C., Amsel, R., Khalifé, S., & Binik, Y. M. (2010). Vaginismus: a review of the literature on the classification/diagnosis, etiology and treatment. *Women's Health*, 6(5), 705-719.
- Maseroli, E., Scavello, I., Cipriani, S., Palma, M., Fambrini, M., Corona, G., ... & Vignozzi, L. (2017). Psychobiological correlates of vaginismus: an exploratory analysis. *The journal of sexual medicine*, 14(11), 1392-1402.
- Masheb, R. M., Kerns, R. D., Lozano, C., Minkin, M. J., & Richman, S. (2009). A randomized clinical trial for women with vulvodynia: Cognitive-behavioral therapy vs. supportive psychotherapy. *Pain®*, 141(1-2), 31-40.
- Mehichi Alami, K., & Kadri, N. (2004). Moroccan women with a history of child sexual abuse and its long-term repercussions: A population-based epidemiological study. *Archives of women's mental health*, 7, 237-242.
- Mills, B., & Turnbull, G. (2004). Broken hearts and mending bodies: The impact of trauma on intimacy. *Sexual and Relationship Therapy*, 19(3), 265-289.
- Morris, E., & Mukhopadhyay, S. (2006). Dyspareunia in gynaecological practise. *Current Obstetrics & Gynaecology*, 16(4), 226-233.



Mulyani, D., & Purnamawati, P. (2022). Seorang Remaja 13 Tahun dengan Hymen Imperforata: Laporan Kasus. Proceeding Book Call for Papers Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta, 495-500.

Ng, M. L. (1999). Vaginismus—a disease, symptom or culture-bound syndrome?. *Sexual and Marital Therapy*, 14(1), 9-13.

Ohl, L. E. (2007). Essentials of female sexual dysfunction from a sex therapy perspective. *Urologic Nursing*, 27(1).

Oktay, M., & Tombul, K. (2003). 200 Vajinismus vak'ası ve eşlerinin psikolojik yönden incelenmesi. In *Yeni Symposium* (Vol. 41, No. 3, pp. 115-119).

Oliveira, C., & Nobre, P. J. (2013). Cognitive structures in women with sexual dysfunction: the role of early maladaptive schemas. *The Journal of Sexual Medicine*, 10(7), 1755-1763.

Özcan, Ö., & Çelik, G. G. (2017). Bilişsel davranışçı terapi. *Türkiye Klinikleri*, 3(2), 115-120.

Öztürk, C. Ş., & Arkar, H. (2017). Vajinismuslu çiftlerde bilişsel davranışçı terapinin cinsel doyum, evlilik uyumu, depresyon ve anksiyete belirti düzeyleri üzerine etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 28(3), 172-80.

Pacik, P. T. (2014). Understanding and treating vaginismus: a multimodal approach. *International urogynecology journal*, 25, 1613-1620.

Peleg, R., Press, Y., & Ben-Zion, I. Z. (2001). Glyceryl trinitrate ointment as a potential treatment for primary vaginismus. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 96(1), 111-112.

Phillips, N. A. (2000). Female sexual dysfunction: evaluation and treatment. *American family physician*, 62(1), 127-136.

Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. (2010). *Schema therapy: Distinctive features*. Routledge.

Ramage, M. (2004). Female sexual dysfunction. *Psychiatry*, 3(2), 16-20.

Rath-Deschner, B., Memmert, S., Damanaki, A., Nokhbehshaim, M., Eick, S., Cirelli, J. A., ... & Nogueira, A. V. (2020). CXCL1, CCL2, and CCL5 modulation by microbial and

biomechanical signals in periodontal cells and tissues—in vitro and in vivo studies. *Clinical oral investigations*, 24, 3661-3670.

Reissing, E. D., Armstrong, H. L., & Allen, C. (2013). Pelvic floor physical therapy for lifelong vaginismus: a retrospective chart review and interview study. *Journal of sex & marital therapy*, 39(4), 306-320.

Reissing, E. D., Binik, Y. M., & Khalifé, S. (1999). Does vaginismus exist?: a critical review of the literature. *The Journal of nervous and mental disease*, 187(5), 261-274.

Reissing, E. D., Binik, Y. M., KHALIF, S., Cohen, D., & Amsel, R. (2003). Etiological correlates of vaginismus: Sexual and physical abuse, sexual knowledge, sexual self-schema, and relationship adjustment. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29(1), 47-59.

Reissing, E. D., Binik, Y. M., Khalifé, S., Cohen, D., & Amsel, R. (2004). Vaginal spasm, pain, and behavior: an empirical investigation of the diagnosis of vaginismus. *Archives of sexual behavior*, 33, 5-17.

Roediger, E. (2015). Şema Terapi Nedir? Şema Terapinin Temellerine, Modellerine ve Uygulamasına Giriş.

Rosenbaum, T. Y. (2005). Physiotherapy treatment of sexual pain disorders. *Journal of sex & marital therapy*, 31(4), 329-340.

Sapan, D. (2021). Yetişkinlerde cinsel işlev ile suçluluk ve utanç duyguları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).

Segraves, R. T. (2001). Historical and international context of nosology of female sexual disorders. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 27(2), 205-207.

Seo, J. T., Choe, J. H., Lee, W. S., & Kim, K. H. (2005). Efficacy of functional electrical stimulation-biofeedback with sexual cognitive-behavioral therapy as treatment of vaginismus. *Urology*, 66(1), 77-81.

SEZGİN, N. T. D., & ÇERİ, Ö. Y. (2009). Vajinismus tanısı alan kadınlar ve eşlerinde temel bilişsel şemalar ile bağlanma stillerinin incelenmesi (Doctoral dissertation, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Uygulamalı (Klinik) Psikoloji Anabilim Dalı).

Shafik, A., & El-Sibai, O. (2002). Study of the pelvic floor muscles in vaginismus: a concept of pathogenesis. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 105(1), 67-70.

Silverstein, J. L. (1989). Origins of psychogenic vaginismus. *Psychotherapy and psychosomatics*, 52(4), 197-204.

Stevens, B. A., & Roediger, E. (2016). *Breaking negative relationship patterns: A schema therapy self-help and support book*. John Wiley & Sons.

Swanson, C. L., Rueter, J. A., Olson, J. E., Weaver, A. L., & Stanhope, C. R. (2014). Localized provoked vestibulodynia: outcomes after modified vestibulectomy. *The Journal of reproductive medicine*, 59(3-4), 121-126.

ter Kuile, M. M., van Lankveld, J. J., de Groot, E., Melles, R., Neffs, J., & Zandbergen, M. (2007). Cognitive-behavioral therapy for women with lifelong vaginismus: Process and prognostic factors. *Behaviour Research and therapy*, 45(2), 359-373.

Torun, F. (2010). Vajinismusun EMDR yöntemi ile tedavisi: İki olgu sunumu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(suppl 3), 243-248.

Tuğrul, C., & Kabakci, E. (1997). Vaginismus and its correlates. *Sexual and Marital Therapy*, 12(1), 23-34.

Uğurlucan, F. G., & Özgör, U. D. B. Y. (2016). Kadın cinsel disfonksiyonu tanı ve tedavisinde yenilikler: 2016 güncelleme. *Androloji Bülteni*, 18(67), 282-8.

Van Vreeswijk, M., Broersen, J., & Nadort, M. (2015). *The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research, and practice*. John Wiley & Sons.

Yalçın, H. (2014). Evlilik Uyumu ile Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki.

Yasan, A., & Gürgen, F. (2008). Marital satisfaction, sexual problems, and the possible difficulties on sex therapy in traditional Islamic culture. *Journal of sex & marital therapy*, 35(1), 68-75.

Yetkin, N. (1999). Vajinismus. *Cinsel İşlev Bozuklukları Monograf Serisi*, 3, 26-9.

Yılmaz Kot, B. (2023). Vajinismus hastalarında beden imajı ve ağrı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı.

Young, J. E. (1999). Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach. Professional Resource Press/Professional Resource Exchange.

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2006). Schema therapy: A practitioner's guide. Guilford Press.



## Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:01.01.2024 Makale Yayın Tarihi: 11.03.2023 Makale Türü: Derleme  
E-Issn: 3023-7084 Doi No: 10.5281/zenodo.10825285 Cilt:1 Sayı:1 Yıl:2024 Ss:89-137

### Aile Fonksiyonlarının Çocuk Davranış Problemleriyle İlişkisi Bayraklı Örneği

#### 1.Kürşat Şahin YILDIRIMER

##### Profesör Doktor

St Clements Üniversitesi

Psikoloji Ana Bilim Dalı

Mail: kursatsahinyildirimer@gmail.com

Orcid ID: 0000-0001-5896-2956

#### 2.Feyza KURT

##### Doktora.PhD

St Clements Üniversitesi

Klinik Psikoloji

Mail: feyzakurte@gmail.com

Orcid ID: 0009-0003-8973-2020

#### ÖZET

Kişilik, bir bireyin benzersiz düşünce, duygu ve davranış bileşimi olarak tanımlanabilir. Diğer insanlarla etkileşimler, kişinin kişiliğinin en açık şekilde gösterildiği yerdir. Kişilik, kişinin duygularını, tutumlarını ve fikirlerini, bir kişiyi diğerinden ayıran ve bireylerin çevre ve sosyal grupla etkileşimlerinde gözlemlenebilen, hem doğuştan hem de öğrenilmiş davranışsal özellikleri kapsar. Bu özellikler, insanlar birbirleriyle ve çevreleriyle etkileşime girdiğinde görülebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Sosyal Sorumluluk, Proje, Psikolojik, Gelişim, Sosyal Gelişim,

#### ABSTRACT

Personality can be defined as an individual's unique combination of thoughts, feelings and behaviour. Interactions with other people are where one's personality is most clearly demonstrated. Personality encompasses a person's feelings, attitudes and opinions, both innate and learned behavioural traits that distinguish one person from another and can be observed in individuals' interactions with the environment and social group. These characteristics are visible when people interact with each other and with their environment.

**Keywords:** Social Responsibility, Project, Psychological, Development, Social Development,

## GİRİŞ

Kişilik teorisyenini, tüm insanlar arasında, insanın doğasını ve yaşam akışını etkileyen faktörleri tanımlayan bu düzenlilikleri aramaya yönlendirir. İkinci anlam, tüm insanlar tarafından paylaşılan ve psikolojik insanı diğer türlerden ayıran özelliklere vurgu yapar. Bu ikilik, kişilik çalışmalarının izlediği iki yönü açıklamaya yardımcı olabilir:

- 1. Bir yandan insanlarda giderek daha belirgin niteliklerin incelenmesi ve diğer yandan, psikolojik işlevlerin arasındaki etkileşimi vurgulayan organize bütünlüğün araştırılması.*
- 2. İnsanların içindeki organik ve psikolojik olaylar ve onları çevreleyen sosyal ve biyolojik olaylar.*

Bu yönlerden ikisi de son ele yıllarda alınmıştır.

Kişiliğin sistematik psikolojik çalışması, sıkıntı içindeki yaşamlara odaklanan psikiyatrik vaka çalışmaları, insanın doğasını araştıran felsefe, fizyoloji, antropoloji ve sosyal psikoloji gibi bir dizi farklı kaynaktan ortaya çıkmıştır. Diğer kaynaklar, sıkıntı içindeki yaşamlara odaklanan psikiyatrik vaka çalışmalarını içerir. Psikoloji içinde tanınabilir ve ayrı bir disiplin olarak kişiliğin sistematik olarak incelenmesinin, 1930'larda Amerika Birleşik Devletleri'nde Ross Stagner tarafından yazılan *Psychology of Personality* (1937) ve *Personality: A Psychological Interpretation* (1937) adlı iki ders kitabının yayınlanmasıyla başladığı söylenebilir (Gordon W. Allport).

Bunu Henry A. Murray'in bir dizi deneysel ve klinik çalışma içeren *Explorations in Personality* (1938) ve Gardner Murphy'nin kişiliği yorumlaması (1947) ile pekiştirilmiş olarak görmek mümkündür. Öte yandan, kişibilimin kökleri, Yunanlıların kişiliği açıklamak için bir tür biyolojik teori geliştirdiği antik Yunanistan'a kadar uzanabilir.

## AMAÇ

Normal ve patolojik davranışın yapısını, içeriğini ve dinamiklerini açıklamak için öne sürülen çeşitli hipotezler vardır. Bu teorik modeller, insan davranışını anlamayı kolaylaştırmayı, bu davranış hakkında doğru tahminlerde bulunmayı ve nihayetinde üzerinde terapötik kontrol uygulamayı amaçlamaktadır.

## YÖNTEM

Ulusal ve uluslararası araştırmalardan yararlanılarak literatür taraması ile nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır.

## BULGULAR

### Fizyolojik Tür Kuramları

Birçok çağdaş psikolog ve bunların antik çağlarda psikolojiyle uğraşan ataları, bireylerin fiziksel niteliklerine dayalı olarak belirli kişilik tiplerine göre sınıflandırılabilceği kavramından büyülenmişlerdir. Yine de, bireylerin birçok farklı katı kişilik sınıfından birine uyması gerektiği fikri, son yıllarda büyük ölçüde itibarını yitirmiştir. Bu tartışmada, geniş düşünce kategorileri olan hem hümodal hem de morfolojik teoriler dikkate alınmaktadır.

### Ahlaki Teoriler

Yunan filozofu ve fizyolog Empedokles'in kozmolojik çalışmaları ve Doktor Hipokrat'ın ilgili fikirleri, belki de bireyselliğin bilinen ilk kavramını içerir. Empedokles'in kozmik unsurları - hava (ilişkili nitelikleriyle birlikte, sıcak ve nemli), toprak (soğuk ve kuru), ateş (sıcak ve kuru) ve su (soğuk ve nemli) - sağlıkla ilgiliydi ve karşılık geliyordu.

Hipokrat'ın mizaçtaki farklılıklarla ilişkilendirilen fiziksel mizahlarına:

*“kan (iyimser mizaç), kara safra (melankolik), sarı safra (kolerik) ve balgam (karışık)”*

Kişinin mizacının vücut kimyası tarafından belirlendiğini iddia eden bu hipotez, şu ya da bu şekilde 2500 yıldan fazla bir süredir ortalıkta dolaşmaktadır. Bu ilk teorilere göre, genel sağlık kadar duygusal istikrar da dört vücut sıvısı arasında uygun bir dengeye bağlıdır. Birinin fazlası, belirli bir fizyolojik duruma veya aşırı bir kişilik özelliğine neden olabilir. Bu nedenle, bol kanı olan bir kişinin iyimser bir mizaca sahip olacağını, yani iyimser, coşkulu ve kolayca heyecanlanacağını varsaymak mantıklıdır.

Melankolik bir eğilimin, diğer sıvılarla karışmış olabilecek kara safra, yani koyu kanın fazlalığından kaynaklanabileceği düşünülüyordu. Karaciğer tarafından üretilen aşırı sarı safra, öfke ve tahriş duygularının yanı sıra hayata "sarılık" bir bakış açısına neden olabilirdi. Aşırı miktarda balgamın (solunum tüplerinde salınan) bireyleri soğukkanlı, uyuşuk ve duygu gösteremez hale getirdiğine inanılıyordu.

Biyoloji bilimi alanı ilerledikçe, vücudun kimyası hakkındaki bu eski görüşlerin yerini daha karmaşık kavramlar ve hormonlar, nörotransmitterler ve endorfinler gibi merkezi sinir sistemi

içinde üretilen kimyasallar üzerine daha yeni araştırmalar aldı.

### Morfolojik Teoriler (Çeşitli Vücut Tipleriyle İlgili)

Farklı kişilik türlerini ilgili vücut şekillerine göre kategorize eden teoriler, biyokimyasal teorilerle (somatotip) bağlantılıdır. Almanya'dan bir psikiyatrist olan Ernst Kretschmer, bu özel morfolojik hipotezi kuran kişiydi. İlk olarak 1921'de yayınlanan Fizik ve Karakter adlı kitabında, hastalarında zayıf, oldukça zayıf (astenik) bir vücut yapısının yanı sıra kaslı (atletik) bir fiziğin sıklıkla şizofreni hastalarının özelliği olduğunu, oysa kısa, manik-depresif hastalarda rotund (piknik) yapı sıklıkla bulundu.

Ayrıca, kaslı (atletik) bir fiziğin bipolar bozukluğu olan hastaların sıklıkla özelliği olduğunu yazdı. Kretschmer, bulgularını ve iddialarını tüm insanlarda vücut yapısı ve kişilikle ilgili bir teoride genişletti.

İnce ve narin fiziğe sahip insanların içe dönüklükle ilişkilendirildiğini, oysa yuvarlak, daha ağır ve daha kısa vücutlara sahip insanların siklotimik olma eğiliminde olduklarını, yani karamsar ancak genellikle dışa dönük ve neşeli olduklarını yazdı. Vücut tiplerinin kişilik özelliklerinin sınıflandırılmasında veya psikiyatrik sendromların tanımlanmasında yararlı olabileceği yönündeki ilk umutlara rağmen, Kretschmer tarafından gözlemlenen ilişkilerin deneye dayalı çalışmalarla güçlü bir şekilde desteklendiği bulunmadı.

### Somatotip Numarası Atamak

Bu, vücut türlerinin bunu yaparken yararlı olabileceğine dair daha önceki umutların aksine, 1930'larda, Amerika Birleşik Devletleri'nde William H. Sheldon tarafından yürütülen daha kapsamlı araştırmalar, bireylere üç basamaklı bir somatotip numarası atamak için bir yöntemin geliştirilmesiyle sonuçlandı ve her basamak, olası değerleri için 1 ile 7 Aralığındaydı. İlk sayı Sheldon'ın yumuşak, küresel endomorfuna, ikincisi kare, kaslı mezomorfuna ve üçüncüsü onun doğrusal, ince kemikli ektomorf fiziğine atıfta bulunuyordu. Üç rakamın her biri, Sheldon'ın üç farklı vücut tipinden birine karşılık geliyordu. Yani, aşırı bir endomorfun puanı 711, aşırı bir ektomorfun puanı 117 ve ortalama bir bireyin puanı 444 olacaktır.

Bundan sonra Sheldon, üç farklı tanımlayan yirmi öğeden oluşan bir özellikler listesi derledi. Üç basamaklı mizaç ölçeği ile somatotip profili arasında hatırı sayılır bir ilişki var gibi görünse de, bu ilişki kişibilimcileri heyecanlandırmadı.



## Margaret Mead

Margaret Mead Bali'de sahada araştırma yapıyordu; ayrıca 1930'lardan itibaren kişilik çalışmaları alanındaki araştırmacılar, bir kişinin yaşadığı daha geniş sosyal çevreyi dikkate almaya başladılar. Amerikalı bir antropolog olan Margaret Mead, 13 farklı ilkel toplulukta işbirliği ve rekabet kalıpları üzerine araştırma yaptı. Bu davranışların çeşitli toplumlar tarafından gerçekleştirilme biçimlerindeki önemli farklılıkları kaydetmeyi başardı. 1935'te yayınlanan "Üç İkel Kültürde Cinsiyet ve Mizaç" adlı çalışmasında, erkekliğin şiddet içeren davranışlarla ve kadınlığın uysallık ve itaatle gösterilmemesi gerektiğini gösterdi.

Kanıtlanmış bu farklılıklar nedeniyle, kişilik özelliklerinin belirlenmesinde biyoloji, öğrenme ve toplumsal güçlerin oynadığı ilgili roller hakkında endişeler dile getirildi. Psikanalize dayalı hipotezler Freud Psikanalizi olarak bilinen bütünleştirici kişilik teorisi, esas olarak 20. yüzyılın ilk kırk yılı boyunca Avusturyalı nörolog Sigmund Freud tarafından yayıldı. Psikanalizin en etkili bütünleştirici kişilik kuramı olması mümkündür.

## Psikanaliz

Psikanaliz, psikopatoloji çalışmaları üzerine kurulmuş olmasına rağmen, zamanla normal kişiliklerin oluşumu ve işleyişi konusunda daha kapsamlı bir bakış açısına evrildi. Histeri, obsesif-kompulsif bozukluklar ve fobik durumları içeren sözde nevrotik sendromların vaka incelemeleri, araştırma alanının başladığı yerdi. Histerik semptomlarla başvuran hastalar sıklıkla ani nefes darlığı, felç ve uzuvların kasılmalarından şikâyet ettiler ve bunların hepsinin fark edilebilir bir fizyolojik temeli vardı.

Freud ve eski iş arkadaşı ve akıl hocası Avusturyalı Doktor Josef Breuer, hastalarının çoğunun semptomlarının nasıl ve ne zaman geliştiğinden emin olmadıklarını ve hatta semptomların kendilerine neden olduğu muazzam rahatsızlığa kayıtsız gördüklerini gözlemlədiler. Bu, Freud'un hastalarıyla yaptığı görüşmeler sırasında fark ettiği bir şeydi. Sanki semptomlarla ilgili düşünceler zihinden izole edilmiş ve normalde orada olacak doğal ilgiyi göz ardı ederek uykuda bırakılmış gibiydi. Bu tuhaf örüntüyü anlamlandırmak için Breuer ve Freud iki hipotez öne sürdüler.

İlk teori, 19. yüzyıl biliminde oldukça yaygın olan determinizmin genel bilimsel konumuna dayanıyordu.

Görünürde hiçbir fiziksel nedenin ima edilememesi gerçeğine rağmen, bu nevrotik semptomlar yine de neden oldu veya belirlendi.

İkinci öncül, bilinçsiz psikolojik süreçleri içeriyordu; özellikle fikirlerin dinamik olmaya, değişmeye ve zihin tarafından bilinçli olarak işlenmeseler bile davranış üzerinde bir etkiye sahip olmaya devam ettiği fikridir. Hipnoz sonrası telkin gözlemi, bu varsayımın birincil kaynaklarından biriydi. Bu gözlem, bilincin dışında uykuda olan anılar olarak var olmaya devam eden geçmiş deneyimlerin, çevreden gelen bir sinyalle etkinleştirilebileceğini ve hipnotize edilen kişi davranışının nedenlerinin farkında olmasa bile davranışı etkileyebileceğini ima ediyor gibiydi. Bu, bu varsayımın birincil kaynaklarından biriydi.

Hem Breuer hem de Freud, bu nevrotik semptomların özel nedeninin, hastanın ahlaki normlarıyla bağdaşmayan ve sonuç olarak onlarla çelişen son derece üzücü olayları hafızasından silme isteğinde yattığı görüşündeydi. Bu bölümlerin karakter olarak cinsel olduğu düşünülüyordu ve daha fazla araştırma, Freud'u hastalarının daha önce de rahatsız edici cinsel karşılaşmalar - genellikle baştan çıkarmalar - yaşadıklarına ve bunların anılarının daha yeni bir cinsel karşılaşmayla uyanana kadar uykuda kaldığına ikna etti.

Patojenik enerjiyi vermekten sorumlu olduğu Freud, daha önceki baştan çıkarma deneyiminin, ikinci olaya patojenik enerjiyi vermekten sorumlu olduğu sonucuna vardı. Freud ilk olarak genç ve saf hastalarının kaydettiği olayların çoğunun gerçek baştan çıkarmalar olduğuna inandı. Sonraki yıllarda, rivayetlerin hepsinin değilse de birçoğunun uydurma olduğunu anladı. Bu görüşe dayanarak Freud, kişiliğin bu tür deneyimlerle birlikte diğer acı verici veya sinir bozucu olaylarla değiştiğini gösteren bir teori geliştirdi. Freud'un fikri "deneysel hipotez" olarak bilinir.

Travmatik cinsel deneyimleri içeren düşüncelerin, altta yatan bir cinsel dürtünün tezahürleri olduğunu teorileştirdi. Bundan sonra, Freud'un terapi yönteminde, gerçek cinsel travma arayışının yerini, hastaların çocukluklarında zaten var olan cinsel eğilimlerinin davranışlarında ifade edilme biçimlerinin keşfi aldı. Bu, Freud'un cinsel baskı hipotezini keşfetmesinden sonra gerçekleşti.

Cinsel dürtüler ve bunlara karşı savunmalar arasındaki savaşın kökenleri çocuk gelişiminin erken evrelerindedir ve nevroz ve genel olarak kişiliğin bu savaşın sonuçları olduğuna

inanılmaya başlandı. Freud, hastalarının, kendilerinde hem heyecan verici hem de itici bir unsur bulunan rüyaları savuşturmaya çalıştıklarını düşündü. Bu varsayım, bu fantezilerin hastaları üzerinde ikili bir etkiye sahip olduğu gerçeğine dayanıyordu. Freud, bireylerin hayal güçlerini daha katlanılır kılmak için kullandıkları, genellikle savunma mekanizmaları olarak bilinen çeşitli psikolojik tekniklerin ana hatlarını çizdi. Örneğin, obsesif-kompulsif bozukluk olarak bilinen, sürekli istenmeyen düşünceleri veya belirli davranışları yapmak için tekrarlanan karşı konulamaz arzuları, örneğin tekrar tekrar ellerini yıkamayı tanımlayan durumda, savunma stratejileri izolasyon ve yer değiştirme olarak bilinir. Bir fanteziyi karşılık geldiği duygudan ayırmayı (izole etmeyi) ve ardından duyguyu başka, daha önemsiz bir kavrama iliştiirmeyi (yerini değiştirmeyi); örneğin, el yıkayan kişi için kirli olan arzulardan çok ellerdir.

Freud ayrıca izolasyona ve yerinden edilmeye güvenen insanların, aksi takdirde mükemmeliyetçilik, kararsızlık ve kişilerarası ilişkilerde formalite gibi patolojik olmayan kişilik nitelikleri ile karakterize edildiğini gözlemledi. Bu özellikler, izolasyona ve yerinden edilmeye güvenen insanlarda görülebilir. Freud'a göre fanteziler, en önemlileri seks, şiddet ve kişinin kendi hayatını koruma ihtiyacı olan temel dürtülerin zihinsel temsilleriydi. Ek olarak, çocuk bir yetişkine dönüşürken bu dürtülerin evcilleştirilmesi gerekiyordu ve evcilleştirme süreci, çocuğun bu dürtülerin tezahürüyle bağlantılı bazı düşünceleri bastırmasını gerektiriyordu.

Bu, çocuk bir yetişkine dönüştüğünde ortaya çıktı. Bir tür çelişkili fikirlerin hatırlanmasından alıkoyulması olan bastırma; kişinin kendi reddedilmiş eğilimlerinin başkalarına atfedilmesi olan yansıtma; ve kendinde reddedilen bir eğilimin tersine dönüşen tepki oluşumu - açgözlülüğe karşı bir savunma olarak aşırı cömertlik gibi - diğer bazı savunma yöntemleridir.

### **Gündelik Hayatın Psikopatolojisi**

Freud'un birçok nevrozun temeli olduğuna inandığı dürtüler ve kontrol süreçleri arasındaki temel çatışma, hem rüyaların içeriğini hem de "gündelik hayatın psikopatolojisini" açıklamak için kullanıldı. Bu, bazen "Freud sürçmeleri" olarak adlandırılan yaygın dil sürçmelerinin yanı sıra niyetleri unutmak veya nesnelere yanlış yerleştirmek gibi hataları içerir. Ek olarak, bu temel insani dürtülerin hem psikolojik hem de fiziksel olgunlaşmanın doğal bir bileşeni olarak değişim geçirdiğine inanılıyordu.

Bu formülasyon, genital aktivitenin cinselliğin tüm yönlerini kapsamadığını varsayarak, cinsellik alanını üremenin ötesine genişletti. Bunun nedeni cinsel aktivitenin biyolojik olgunluktan çok önce gözlenebilmesi ve üreme ile sonuçlanmasa bile gerçekleşebilmesidir. Teori ayrıca, vücudun farklı bölgeleri sırayla çocuğa şehvetli zevk sağladığından, cinsel olgunluğun bir dizi aşamada geliştiğini belirtti. Fikir, ağızın vücudun şehvetli zevk üreten ilk kısmı olduğunu, ardından anüsün ve son olarak cinsel organların geldiğini öne sürdü. Dürtülerin bastırılmasına ve kontrol edilmesine yönelik toplumsal talepler, bu bölgelerin işlevlerine odaklanır ve kişiliğin yukarıda açıklanan sosyalleşme sürecinin bir sonucu olarak ortaya çıktığı belirtilmektedir.

#### Dürtü Kontrol Süreçleri Arasındaki Çatışma

Bir örnek vermek gerekirse, bir kişinin kişiliğinin otorite, sorumluluk, uyum ve direnç sergileme derecesi, cinsel arzunun anal dışavurumlarıyla örtüşür ve anal işlevler üzerinde kontrol elde etme süreciyle bağlantılı görünür.

İd adı verilen tamamen bilinçsiz bir yapı olarak kavramsallaştırılan dürtüler ile ego adı verilen büyük ölçüde bilinçsiz bir yapı olarak kavramsallaştırılan dürtü kontrol süreçleri arasında bir çatışma vardır. Bu çatışma, çatışmaları uzlaştırmaya yönelik kendine özgü bir yaklaşımın geliştirilmesine neden olur ve bu yaklaşımın ergenlik döneminden önce oluştuğu varsayılır. Eğitim ve pratik deneyimin bu davranışların oluşumunda önemli bir rol oynadığının yaygın olarak kabul edilmesine rağmen, teori, dürtülerin tatmin edilmesi ve kontrollerin yerine getirilmesinde doğuştan gelen farklılıkların olabileceği ihtimaline güçlü bir vurgu yapmaktadır.

Özdeşleşmeler ve savunmalar, egonun kontrol uygulama becerisine katkıda bulunan yönleridir. Freud, çocukların çevrelerindeki önde gelen yetişkin rol modellerine göre davranışlarını yansıtma konusunda doğal bir eğilime sahip olduklarını varsaydı. Gelişmekte olan çocuk, kimliğini ve biricikliğini bu tanımlamaların kullanımıyla kazanır. Dahası, özeleştirici süreci, ego kontrollerinin bir bileşenidir (Freud buna süperegö olarak atıfta bulunur) ve ahlaki idealleri etkileyen içsel ve genellikle bilinçsiz bir vicdan olarak işlev görür.

Freud'un fikirlerinin ilk destekçilerinden biri olan İsviçreli psikiyatr Jung Carl Gustav Jung, Freud'un kişilik oluşumunda itici bir güç olarak cinsel dürtülere verdiği ağırlık konusunda şüphelerini dile getirdi. Jung, bilinçdışı süreçlerin ana etkisinin olduğunu kabul etti; yine de,

Freud'un aksine, davranışın cinsel arzulardan çok maddi olmayan, hatta ruhsal süreçler tarafından yönlendirildiği fikrine daha fazla vurgu yapmayı seçti. Jung ayrıca bireysel varyasyonlara daha fazla vurgu yaptı. Özellikle, temel dürtüleri yumuşatmak için iki temel teknik olan dışa dönüklük ve içe dönüklük arasında ayırım yaptığı bir tepki stilleri tipolojisi tasarladı.

Dışa dönüklük, kişinin içsel dürtülerini yaşamak uğruna sosyal bağlantı arzusu olarak tanımlanırken, içe dönüklük, sosyal ilişkiler pahasına kişinin iç dünyasıyla ilgilenmesi (toplu olarak libido olarak adlandırılır) olarak anlaşıldı. Nitelikler üzerine yapılan araştırmaların çoğu, bu iki insan kategorisinin varlığına dair olgusal kanıtlar sağlar. Freud'un ilk öğrencilerinden biri olan Avusturyalı psikiyatrist Alfred Adler, cinsel güdülerin önemine karşı çıkan bir diğer kişiydi. Adler, tazminat olarak adlandırdığı bir güçlük başa çıkma yöntemini tartıştı. Davranışın bu faktörden önemli ölçüde etkilendiğine inanıyordu. Onun bakış açısına göre, bireyler bir davranış kusurunu başka bir davranışı abartarak telafi ederler. Bu, hipertrofi olarak bilinen biyolojik süreçlerle ilgili bir süreçtir.

Örneğin, bir göz yaralanırsa, diğer göz daha keskinleşerek bunu telafi edebilir. Adler'e göre fiziksel ya da zihinsel bir eksiklik sonucu aşağılık duygusuna kapılan kişi, telafi edici davranışlar ya da belirtiler de geliştirebilir. Eksiklik ister zihinsel ister fiziksel olsun, bu durum söz konusu olabilir. Bir örnek vermek gerekirse, kısa boylu olmak, baskın ve kontrol edici davranışların gelişmesine katkıda bulunabilir. Adler, aile dinamiklerinin bir kişinin kişiliğinin oluşumunda önemli bir rolü olduğuna inanıyordu. Bir çocuğun kişiliğinin önemli yönlerinin, aile içindeki yerlerinden veya doğum sıralarından çıkarılabileceğine inanılıyordu. Amerikalı bir psikanalist olan Erikson Erik H. Erikson, Freud'un kişilikteki cinsel, saldırgan ve kendini koruma güdülerinin gelişimsel açılımına yaptığı vurguyu değiştirdi.

#### Dürtülerin Gelişiminde Sekiz Aşama

Erikson psikolojik, sosyal ve biyolojik faktörleri entegre etti. Freud'un vurgusu, kişilikteki cinsel, saldırgan ve kendini koruma güdülerinin gelişimsel açılmanması üzerindedir. Erikson'un teorisi, dürtülerin gelişiminde sekiz aşama olduğunu varsayıyordu. Bu aşamalar, Freud'un beş bebeklik aşamasının (oral, anal, fallik, gizli ve genital) ötesine ve Erikson'un tanımladığı üç olgunluk aşamasına uzanır. Aşamalar boyunca meydana gelen gelişim sıçramalarından epigenetik bir mekanizma sorumludur. Bir organizmanın öğelerinin önceden tanımlanmış gelişimsel dizisi kavramı, embriyoloji alanından gelen epigenez kelimesiyle

ifade edilir. Her bileşenin, önce kendini göstermek ve sonra kademeli olarak operasyonel bütüne dâhil olmak için kendine özgü bir fırsat penceresi vardır.

Ortaya çıkma sürecinin bir aşamasının etkili bir şekilde tamamlanması, bir sonraki aşamaya geçilmesi için gereklidir. Erikson'a göre, gelişme üzerinde en fazla etkiye sahip olan çevresel faktörler, bunu büyümenin ilk aşamalarında yapanlardır. Bunun nedeni, büyümenin bir aşamasını bozan herhangi bir şeyin, ondan sonraki tüm aşamaları etkilemesidir. Belirli her aşama sonunda yenisiyle değiştirilmelidir, yeni aşama liderliği ele geçirip sanki biyolojik bir program tarafından yönetiliyormuş gibi davranarak önemini yitirir. Bu süreç, sanki biyolojik bir zaman çizelgesi tarafından yönetiliyormuş gibi gerçekleşir. Kişinin kişiliğiyle ilgili sorunlardan her ne pahasına olursa olsun kaçınılması gerekiyorsa, önemli durumlarda tutarlı bir şekilde serpiştirilmesi gerekir. Bu zamanlarda bazı kısımlar ortaya çıkarken bazı kısımlar gizlenmelidir

### **Freudyen Gelişim Teorisi**

Erikson tarafından değiştirildiği şekliyle Freudyen gelişim teorisi, gelişim sürecinin bir dizi dürtü-kontrol (kişi içi ve kişilerarası) etkileşimi içerdiğini varsayar. Bir kişinin yaşamının birbirini izleyen dönemlerinde ortaya çıkan bir kutupsal tutum modeline yerleştirilebilirler. Bu, bir kişinin kişiliğinin gelişiminde aşırılıkları önlemek için ele alınması gereken her adımda bir çatışma ile sonuçlanır. Erikson, bunun bir sonucu olarak sekiz gelişim aşamasını buldu. Bunları şu şekilde tanımladı:

- (1) *Bebeklik: Güvene Karşı Güvensizlik;*
- (2) *Erken Çocukluk: Özerkliğe Karşı Utanç Ve Şüphe;*
- (3) *Okul Öncesi: Girişime Karşı Suçluluk;*
- (4) *Okul Çağı: Çalışkanlığa Karşı Aşağılık;*
- (5) *Ergenlik: Kimliğe Karşı Kimlik Karmaşası;*
- (6) *Genç Yetişkinlik: Yakınlığa Karşı İzolasyon;*
- (7) *Orta Yetişkinlik: Durağanlığa Karşı Üretkenlik Ve*
- (8) *Geç Yetişkinlik: Bütünlüğe Karşı Umutsuzluk.*

## Psikanalizin sahip olduğu etki

Psikanalizin 20. yüzyıl boyunca kişilik teorilerinin gelişimi üzerinde önemli bir etkisi olduğuna şüphe yok. Odak noktasını, farklı türdeki insanların doğrudan tanımlanmasından uzaklaştırdı ve bireylerin kim olduklarına dönüştüğü süreçlere olan ilgiye kaydıldı. Psikanalitik teorinin temel ilkesi, insan organizmasının sürekli etkileşimlerin bir sonucu olarak yavaş da olsa sürekli bir değişim halinde olduğudur.

Sonuç olarak, insan kişiliği bu teoriye göre kırılabilir ve belirsiz sınırları olan bir değişim odağı olarak tasavvur edilebilir. Araştırmanın yalnızca özellikler, tutumlar ve güdüler üzerine değil, aynı zamanda kişiliğin gelişiminin asla durmadığı ve hatta kişilik değişim hızının bile bir yaşam boyunca değiştiği şeklindeki psikanalitik görüşü yansıtan araştırmalara odaklanması gerektiğini öne sürer.

Bu fikir, araştırmanın yalnızca özellikler, tutumlar ve güdüler üzerine yapılan çalışmalara değil, aynı zamanda psikanalitik görüşü yansıtan çalışmalara da odaklanması gerektiğini öne sürer.

Cinsiyet ve saldırganlık gibi çatışma ve temel dürtülerin, kişiliklerin gelişimi ve işleyişinde önemli bir rol oynadığı söylenir, ancak bu faktörlerin varlığı, bunları insan davranışlarında aramak üzere eğitilmemiş kişiler için farkedilebilir veya anlaşılabilir olmayabilir.

Teori, durumun böyle olduğunu savunuyor. Öte yandan kişilik özellikleri, zaman içinde ve bağlamlar arasında büyük ölçüde değişmez, bu da bir kişinin zamanın geçmesine ve yeni deneyimlerin ortaya çıkmasına rağmen tanınmasını mümkün kılar.

### "Çifte Etki" Hipotezi

Psikanalitik teorinin bir diğer yönü, kişiliğin, en önemli temellerin kişinin yaşamının şekillendiği yıllarda atıldığı, öncelikle aile içinde işleyen hem biyolojik hem de psikososyal güçlerden etkilendiği konusundaki ısrarıdır. Buna "çifte etki" hipotezi denir. Psikanalitik teorinin dayandığı kanıtlar, psikanalistlerin görüşme odalarında, çatışma halindeki hastaların analistlerine yaşam deneyimlerini sunduğu zaman ortaya çıkmıştır. Bu, psikanalitik teorinin temelini oluşturdu.

Bu özel ortamda, deneysel manipülasyon, bağımsız gözlem veya formülasyonların genelliğinin test edilmesi için tek bir kolaylık yoktur. Bunun bir sonucu olarak, teorinin önemli bir kısmı kabul edilmiş bir dogma haline gelmesine rağmen, psikanaliz ampirik olarak incelenmiş bir kanıt bütünü iddia edemez. Buna rağmen, psikanalitik teori, motivasyonlar ve

gelişim üzerine odaklanan kişilik üzerine yapılan çalışmaların çoğu için en azından temel bir çerçeve sunar. Özelliklere dayalı teoriler Modern çağda yürütülen kişilik çalışmaları genellikle ampiriktir ve deney yapmayı erteler. Deneyler, daha kesin olmalarına ve dolayısıyla psikanalitik teorisinin önemli bir kısmından daha geçerli olmalarına rağmen, psikanalizin kapsayıcı amacından daha küçük bir kapsama sahip olmalıdır.

1940'larda çok sayıda araştırmacı çabalarını, bireysel özelliklerin yanı sıra "otoriter kişilik" gibi belirli kişilik tiplerini tanımlıyor gibi görünen özellik kombinasyonlarının derinlemesine araştırmalarını yürütmeye yoğunlaştırdı. Amerikalı psikologlar David C. McClelland ve John W. Atkinson gibi diğerleri, Murray'in tanımladığı başarı veya ait olma arzusu gibi bazı gereksinimlerin tipik varlığını araştırdılar. Bu gereksinimleri ölçmek için kullanılan yöntem, Murray's Thematic Apperception Test'in (TAT) fantezi üretimlerini incelemektir. Ek olarak, motivasyon puanı ile kişisel geçmiş, meslek seçimi, öğrenme hızı ve başarısızlıktan sonra davranışın kalıcılığı gibi diğer davranışsal indeksler arasında bir ilişki kurulmuştur.

### **Özelliklerin Tutarlılığı**

Genel olarak sosyallik, fevriyelik, titizlik, dürüstlük ve düzenbazlık gibi özelliklerin zaman içinde ve farklı bağlamlarda oldukça tutarlı olduğu kabul edilir. "Özellik" terimi, yalan söylemek gibi tek bir davranış örneğiyle ilgili değildir, daha çok tutarlı olan ancak her zaman aynı olmayan bir davranış modeliyle ilgilidir. Bazı kişibilimcilere göre, bu davranış kalıbı tepki vermeye yatkınlık gösterir. Allport tarafından 1937'de yazılan ders kitabına göre, özellikler gözlemcilerin yaratımı değil, genetik yatkınlıkların ve deneyimin bir kombinasyonunun sonucudur. Özellikler, bir kişinin içinde var olan yapılar veya alışkanlıklar olarak düşünülebilir.

Geniş anlamda, niteliklerin gözlemlenebilir davranış kalıplarının etiketlerinden başka bir şey olmadığını iddia etmek mümkündür, ancak bu isimler davranışların kendisini açıklamaz. Bununla birlikte, kişilik çalışmaları alanının önemli bir kısmı, bir bireyde özelliklerin nasıl oluştuğunu ve geliştiğini araştırmaya ayrılmıştır.

İngilizcede özellik ifade eden binlerce kelime vardır ve birçoğu diğer kelimelere benzer anlamlara sahiptir (örneğin titiz, dikkatli, vicdanlı). Kişisel bildirim (kişilik) envanterleri, değerlendirme araştırmalarının çoğunda kullanılır. Bu envanterler, katılımcılardan ilgili sıfatları işaretleyerek veya ifade ettiklerini bildikleri tipik davranışlarla ilgili soruları



yanıtlayarak kendilerini tanımlamalarını ister. Bazı ölçüm türlerinde, gözlemcilerden diğer insanların davranışlarını değerlendirmeleri istenir.

Birleşik Krallık'tan Hans J. Eysenck ve Amerika Birleşik Devletleri'nden Raymond B. Cattell gibi farklı ülkelerden psikologlar, listedeki özellik kümelerinin sayısını, en az küme saydıkları sayıyla sınırlamak için çalıştılar. Tüm özellik adları arasındaki korelasyonları araştırdığı ve birbirinden bağımsız (ilişkisiz) görünen özellikler arasındaki korelasyon kümelerini belirlediği için, bu görev için faktör analizinin istatistiksel yöntemi tercih edilmiştir.

Bunun nedeni, faktör analizinin tüm özellikler arasındaki korelasyonları araştırmasıdır.

### **Duygusal İstikrar**

Duygusal istikrar, enerji düzeyi, baskınlık ve sosyallik ile ilgili değişkenler, neredeyse tüm özellik sistemlerinde ortaktır; ancak, çeşitli araştırmacılar bu özellikler için farklı etiketler seçerler. Örneğin Eysenck'in çalışmasında, özelliklerin başlıkları yalnızca üç üst düzey faktöre indirgenmiştir:

*“içe dönüklük-dışa dönüklük, nevrotiklik ve psikotizm”*

Ayrıca her bileşenin biyolojik temellerini araştırmak için çaba sarf etti. Psikologlar, insanların davranışlarının çok çeşitli bağlamlar ve zaman dilimleri boyunca tutarlı kalmasının norm olmadığını savunarak, özelliklerin genel olarak tutarlı davranışlara eşdeğer olduğu kavramına katılmadıklarını dile getirdiler.

Örneğin 1928 yılında Hugh Hartshorne ve Mark A. May adlı iki Amerikalı psikolog, çocukların ahlaki gelişimi üzerine bir çalışma yürütmüştür. Bu çalışmanın bir parçası olarak, 10 ila 13 yaş arası çocukları yalan söyleme, çalma veya hile yapma fırsatı buldukları senaryolara maruz bıraktılar; kendileri veya diğer çocuklar için para harcamak ve dikkat dağıtıcı şeylere boyun eğmek veya direnmek, belirti ve sonuçlar idi. Bu araştırma Çocuk Gelişimi dergisinde yayınlandı.

### **Düzenlilik Derecesine Göre Kontrol**

Çocukların genel olarak tutarlı bir şekilde dürüst veya sahtekâr, dikkati dağılan veya fedakâr olmadığı görüldü ve kişisel ve eğitimsel geçmişin öngörü gücünün zayıf olduğu gösterildi. Aynı ortamdaki diğer çocukların eylemleri ve davranışları, çocukların kendi davranışları üzerinde en büyük etkiye sahipti. 1960'larda ve 1970'lerde ABD'den Walter Mischel ve Albert

Bandura da dâhil olmak üzere bazı psikologlar, Hartshorne ve May çalışmasını ve bunun varyasyonlarını, davranışın varsayımsal özellikler tarafından değil, daha ziyade düzenlilik derecesine göre kontrol edildiği görüşünü desteklemek için hatırladılar.

Bu görüş, davranışın varsayımsal özellikler tarafından değil, çevresel uyaranların düzenlilik derecesi tarafından kontrol edildiğini savundu. Başka bir deyişle, kişilik özelliklerinin ancak çevrelerindeki koşullar sabitken sabit olduğunu ve koşullar değişirse kişilik özelliklerinin de değişebileceğini düşünürler. Onların bakış açısına göre, istikrarlı kişilik nitelikleri tutarlı davranış kalıplarına yansımaz. Bunun yerine, bu tür özelliklerin görünümünü uyandırmaktan ve biçimlendirmekten sorumlu olan çevredir. Bu, kişiliğin, bir kişinin psikolojik yapısının diğer yönleriyle birlikte, temelde rol modellerin taklidi gibi değişkenlere bağlı bir öğrenme süreci olduğuna inanan sosyal öğrenme teorisyenlerinin bakış açısıyla tutarlı olacaktır.

Ek olarak, sosyal öğrenme teorisine göre, kişinin kişiliği, özellik teorisinin tahminlerine dayanarak beklendiğinden daha fazla değişime açıktır. Davranışın her yönden nadiren tutarlı olduğu tespit edilmiş olsa da, büyük miktarda tutarlılığı yansıttığı da gösterilmiştir. Hartshorne ve May tarafından yapılan çalışmada bile, sürekli olarak dürüst ya da dürüst olmayan davranışlar sergileyen bazı gençler vardı ve araştırmacılar, davranışsal tutarlılığın yaş arttıkça arttığını keşfettiler.

Temel atıf hatası olarak adlandırılan bir şey üzerine yapılan araştırmalar, kişinin davranışlarında tutarlı olması gerektiği fikrine güven verir. Çoğunluğu sosyal psikolog olan araştırmacılar, insanların başkalarının davranışlarını gözlemlediklerinde, içsel nedenlerin rolünü abartma eğiliminde olduklarını ve birincil nedenler olarak özellikleri öne sürdüklerini keşfettiler (örneğin, "John öyle davrandı çünkü o öyle davrandı).

Ancak, kendi davranışlarını açıklamaları istendiğinde, bireyler daha çok belirli koşullar gibi kendi dışındaki faktörleri işaret ederler. İnsanlar, bir davranışın arzu edilir olduğunu düşündüklerinde (örneğin, "Ben başarılıydım çünkü yetenekliyim" örneğinde olduğu gibi başarı) içsel nedenleri destekleme (ve dolayısıyla bir gözlemcinin yargısına katılma) olasılığı daha yüksektir, ancak dışsal, durumsal nedenlere başvururlar. İstenmeyen buldukları bir davranışı yargılamalarına neden olur (örneğin başarısızlık, "Test adil olmadığı için başarısız oldum" örneğinde olduğu gibi).

Bu eğilimlere keşfedilen başka bir düzenlilik eşlik eder. Bu genellemelerin yapılabildiği düzenliliğin bir sınırı olması şaşırtıcı gelmemelidir. İnsanlar tipik olarak kendi özelliklerini diğer gözlemcilerden daha iyi anlarlar ve sonuç olarak, bireyler tipik davranışlarından herhangi bir sapmanın dış gözlemcilerden daha fazla farkındadır. İnsanlar belirli özelliklere sahip olduklarını varsayabilirler, ancak kendilerini belirli bir durum bağlamında düşündüklerinde, kendilerini yalnızca bu özelliklerin adlarının bir koleksiyonu olarak görmezler. Sonuç olarak, genellikle kendi davranışlarındaki durumlar arası tutarsızlık karşısında şaşırılmazlar ve çoğu zaman bunun kendi içlerinde var olduğunu tespit etmekte başarısız olurlar. Ancak bireyler, başka bir kişinin eylemlerini gördüklerinde, çoğunluğu o kişiye yüksek tutarlılık atfeder. Bunu, tek bir olumlu özelliğin atfedilmesi veya gözlemlenmesine dayanarak bir kişi hakkında birkaç iyi özellik çıkarsamak mümkünmüş gibi yaparlar.

Örneğin, Amerikalı sosyal psikolog Solomon Asch tarafından yürütülen bir araştırma, insanların fiziksel olarak çekici bir kişiyi diğer birçok arzu edilen özelliğe sahip olarak nitelendirme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Asch ayrıca, bir gözlemcinin ilk izleniminin, başka bir bireyin kişisel özelliklerine ilişkin genel görüşünü belirlemede en önemli faktör olduğunu da kanıtladı. İlk izlenimlerin unutulması pratik olarak imkânsız görünüyor, çünkü yüksek derecede öngörülemezliğe sahip aşırı miktarda taze bilgi içeriyorlar. İlk izlenimlerin bu kadar güçlü olmasının nedenlerinden biri de budur. Başka bir deyişle, bir olaya dâhil edilen yeni bilgi miktarı, gördüğü dikkat miktarıyla doğru orantılıdır. Bir kişinin ilk izlenimleri tek bir karakterizasyona entegre olma eğiliminde olduğundan, çekici bir kişi hakkında olumsuz bir gerçeği fark eden bir gözlemci ürkebilir ve bu gerçeği görmezden gelmeye veya hafifletmeye (rasyonelleştirmeye) çalışabilir. Bunun nedeni, bir kişinin izlenimlerinin tek bir karakterizasyona entegre olma eğiliminde olmasıdır.

### **Bilimsel Kişilikler**

Teorik araştırma ve kişilik teorileri gelişim için çok önemlidir; sorgulanmaları, incelenmeleri ve geliştirilmeleri kaydıyla herhangi bir çalışma konusunun, kişilik psikolojisi alanı için de geçerli olması tesadüf değildir. Bu, şu anda geçiş sürecinde olan ve bazıları yepyeni, bazıları ise neredeyse bir asırdır büyük ölçüde dokunulmamış olan birkaç hipoteze sahip bir alandır.

Bu fikirlerin şanlı geçmişlerden gelmesine rağmen, bilimsel kişiliklere istinaden, her olayın ayrılmaz bir şekilde kendisinden önce gelen olaylardan kaynaklandığını iddia eden felsefi

gerekircilik teorisi, psikoloji alanının temelini oluşturur.

Sebepler ve sonuçlar arasındaki bu bağlantı, kırılmayan doğal kurallar tarafından düzenlenir. Bu temel kavramın anlaşılması ve kabul edilmesi, fen bilimleri öğrencisi için önemli sonuçlar doğurur.

Bu, evrende görülebilen her şeyin bir önceki sebebe dayandırılabilmesi ve bu nedenin matematik ve fizik gibi bilimlerde ortaya konulan değişmez tabiat ilkeleri temelinde kavranabileceği anlamına gelir.

Moleküllerin ve atomların öngörülemeyen dünyasının, insan davranışının karmaşıklığıyla karşılaştırılmayacağını söylemeye gerek yoktur. İki kimyasal birleştirildiğinde ne olacağını tahmin etmenin zorluğuyla karşılaştırıldığında, bir gruptaki bireylerin davranışlarını veya hatta belirli bir ortamda tek bir kişinin nasıl davranacağını tahmin etmek çok daha zor bir problemdir. Bunun bir zar atmak gibi olasılıksal bir meseleye dönüşmesi mümkündür, ancak temel fikir aynı kalacaktır.

### **Determinizm Doktrini**

Determinizm doktrinine göre, olaylar asla büyü veya doğaçlama sebeplerin sonucu olarak gerçekleşmez. Ayrıca gerekircilik savunucuları, meydana gelen her şeyin sonunda belirli kurallara göre yönlendirilen bir olay olarak anlaşılabilmesini iddia ederler. Örneğin, bir kişi nazik ve cana yakın bir mizaca sahipse, o kişideki bu özelliği anlamak için daha önceki olaylara veya durumlara başvurabiliriz. Bu tür olayların bazı örnekleri, bir bireyin genetik kodunu, çocuklarını yetiştirme biçimini veya akranlarının davranışlarını içerir.

Bir kişinin eylemlerinin arkasındaki nedenleri keşfetmek, ancak deneye dayalı araştırmaların kullanılmasıyla gerçekleştirilebilir. İnsan kişiliğinin tanımlanabilir nedenleri olduğu ve bunların araştırma yoluyla bulunabileceği varsayımının doğru olduğunu belirlediğimizde, bir sonraki adım, kişiliğin bir açıklamasını oluşturmak teknikler kullanmaktır.

### **Güvenilirlik**

Skolastik Yetenek Testi, Lisansüstü Kayıt Sınavı, bu tür sınavlara bazı örneklerdir. Bu sınavlardaki başarınız, gelecekteki eğitim girişimlerinde ne kadar başarılı olacağınızı belirlemenize yardımcı olacaktır. Bu sınavları hazırlayanlara göre, puanınız ne kadar yüksekse, girmeye çalıştığınız kurumda başarılı olma olasılığınız o kadar yüksektir.

Bir test, öğrencilerin gelecekte nasıl performans göstereceklerini yüksek bir kesinlikle tahmin edebiliyorsa, o sınav meşru olarak adlandırılabilir. Yine de meşruiyeti ölçmek için böyle bir standardı kullanmayı düşünebilmemiz için, öncelikle testin tutarlı bulgular üretip üretmediğini belirlememiz gerekir. Ayrıca, bu sonucun akademik potansiyelinizi tam olarak yansıtmadığına inandığımızı ve sınava yeniden girmeye karar verdiğinizizi düşünün. Aklınızdaki tepkinin şüphe ve hayal kırıklığı olacağına dair gizli bir şüphemiz var.

Yeteneklerinizin geriye doğru önemli bir adım attığını varsaymak yerine, en azından sınavın kendisinin kusurlu olma olasılığını düşünmeniz gerekmez mi? İnsan kişiliğini inceleyen insanlar genellikle bireyler arasındaki farklılıkları merak ederler. Kişilikte önemli bireysel farklılıkların olduğu ve bu farklılıkların bireylerin belirli bir durumda davranış ve tepkilerindeki farklılıklarla gösterileceği varsayımıyla çalışırlar (Eysenck, 1994, s. 38). Bu nedenle, kişilikle ilgili teorilerin büyük çoğunluğu tarafından paylaşılan bir özellik, bireye odaklanmaktadır.

### **Eğitimsel, Psikolojik ve Sosyal**

Akademisyenler, son birkaç on yıl boyunca, her şeyi kapsayan bir kişilik tanımı bulmaya çalışırken önemli miktarda çaba sarf ettiler. Eğitimsel, psikolojik ve sosyal dâhil olmak üzere birçok farklı düzeyde kişinin kişiliği karakterize edilebilir. Araştırmacılar, eğitim ve öğretim düzeyinde öğrenme sürecinin türünü ve kalitesini etkileyen bir kişinin kişiliğinin bileşenlerini araştırıyorlar. Özellikle Eysenck'in kişilik "tipleri" ve kişilik "özellikleri" arasındaki farklılaşmasına odaklanarak, kişiliğe ilişkin birçok hipotez ve fikri tartışmak önemlidir.

Kişiliği tartışmak için araştırma, çoğunun kişiliğin öğrenme süreciyle doğrudan bağlantılı iki yönüne odaklandığını keşfeder:

*“dışa dönüklük/içer dönüklük ve risk alma”*

Kişinin bireyselliğini karakterize etme Bir bireyin genellikle kişiliğine göre değerlendirilmesinin bir sonucu olarak, kişilik, bireysel özelliklerin en önemli kategorilerinden biri olarak kabul edilir. "Kişilik", "kişinin hem onu diğer bireylerden ayıran hem de aynı zamanda gelecekteki davranışlarına ilişkin beklentilerimizin temelini oluşturan genel olarak sabit ve kalıcı özellikleri" olarak tanımlanmaktadır (Wright, vd. 1970, sayfa 511, alıntılanan Shackleton ve Fletcher, 1984, sayfa 46). Aynı zamanda, davranıştaki sabit bireysel varyansların temelini oluşturan kalıcı iç değişkenlere veya özelliklere atıfta bulunduğu

anlaşılmaktadır.

"Özellik" terimi, Eysenck tarafından bu doğuştan gelen özelliklere atıfta bulunmak için kullanılmıştır. Onun söylediğine göre, insanların belirli bir özelliği sergileme derecelerine göre değişeceği genel olarak kabul edilmektedir (Eysenck, 1994, s. 38).

Çocuğun kişilik özelliklerini, bir kişinin davranışını bir zamandan diğerine ve ayrıca bir durumdan diğerine tutarlı ve diğer insanların karşılaştırılabilir durumlarda gösterecekleri davranış ve tepkiden farklı kılan, az ya da çok sabit, içsel faktörler olarak tanımlaması, yakalayan başka bir tanımdır. Psikologların kişilik hakkında konuşurken kastettikleri şeyin büyük bir kısmı budur.

Çocuğun kişilik özelliklerini, bir kişinin davranışını bir zamandan diğerine ve ayrıca bir durumdan diğerine tutarlı ve davranıştan farklı kılan az çok istikrarlı, içsel faktörler olarak tanımlaması önemlidir (Child, 1968, s. 83, aktaran Eysenck, 1994) , s.38).

Sonuç olarak, herhangi bir insanın çeşitli ortamlarda nispeten tutarlı bir şekilde davranacağını tahmin etmek mantıklıdır.

Kişilik modellerine ilişkin çeşitli bakış açıları

Diğer insanlar hakkında davranışlarını temel alarak fikir oluşturma eğilimi nedeniyle, bir kişinin kişiliğini eylemlerinden çıkarmak yaygın bir uygulamadır. Eysenck'e göre (1994, sayfa 61-68), alanın ilk başlangıcından bu yana insanların kişiliklerini ve davranışlarını anlamının üç temel yolu olmuştur.

- (1) *Durumculuk, etkileşimcilik ve yapılandırmacılık bu düşünce okullarına verilen isimlerdir. Durumculuk teorisi, bireyin kişiliğinden çok, koşulların davranışı şekillendirmede oynadığı role daha fazla önem verir.*
- (2) *Sitüasyonistlere göre, davranışlarımız genlerimizden çok çevremiz tarafından belirlenir.*
- (3) *Etkileşimcilik olarak bilinen sosyal felsefeye göre, biz insanlar kendi toplumlarımızın bağlamının dışında var olmayız. Etkileşimcilik teorisi, bir kişi ile çevresi arasındaki etkileşimin, davranış ve tepkiyi belirlemede her bir faktörün kendi başına olduğundan daha önemli bir faktör olduğunu öne sürer. Bu, etkileşimciliğin temel ilkesidir.*

Davranışlarımızın ve kişiliğimizin, en azından bir dereceye kadar, sahip olduğumuz dünya görüşleri tarafından şekillendirildiği ve diğer insanlarla olan etkileşimlerimizin, kişiliğimizin oluşumundaki en önemli faktörlerden biri olduğu, yapılandırmacı düşünce okulunun merkezi bir ilkesidir. Ek olarak, kişinin sosyal bir ortamda davranış biçimi, önemli ölçüde, başka bir kişinin veya grubun davranış biçimi ve onlara karşı sergilediği tutumlar tarafından belirlenir.

Başka bir deyişle, deneyimlerimizle şekilleniriz ve sonuç olarak, bu deneyimleri her zaman yeniden inceleriz (Eysenck, 1994). Hampson'ın (1997, s. 73); iddia ettiği yapılandırmacı paradigmaya göre aktör, gözlemci ve kendini gözlemleyen kişi kişiliğini oluşturan üç bileşendir:

*“aktör, gözlemci ve kendini gözlemleyen”*

Kişiliğin ilk bileşeninin incelenmesi, genellikle incelenen bireyin psikolojik geçmişiyle bağlantılıdır. İkincisi, insanın öz farkındalık yeteneğinin doğrudan bir sonucu olan kendini gözlemleyen kişidir. Denklem üçüncü kısmı gözlemci olarak adlandırılır ve diğer insanların ve eğitim ortamının aktörü nasıl gördüğü ile ilgilidir. Böyle bir modeli, öğretmenlerin öğrencilerini nasıl görebileceklerini ve onlarla nasıl etkileşime girebileceklerini ve ayrıca öğretmenlerin öğrencilerini nasıl görebileceklerini araştırmak için kullanabiliriz. Bu bakış açısından, bir öğretmenin öğrencinin davranışı hakkında fikir oluşturabilecek bir konumda olduğu sonucuna varabiliriz.

Sonuç olarak, bir öğretmenin sınıftaki çeşitli davranış biçimlerine ve kişiliklere uygun şekilde tepki verme yeteneği, çeşitli kişilik tiplerine ilişkin daha büyük bir teorik anlayıştan yararlanabilir. Eğitim sürecindeki önemli gözlemcilerin sadece öğretim elemanlarını değil, aynı zamanda öğrencileri ve onların çağdaşlarını da içerdiğini belirtmek gerekir. Profesörlerin geri bildirimlerinin arada sırada öğrencilerinki kadar önemli olmaması mümkündür.

Hampson'a göre (1997, sayfa 74), "gözlemci, oyuncunun kişiliği hakkında bir izlenim yaratmak için oyuncunun davranışını kullanır" ve bu, "gözlenen davranışa sosyal önem ve anlam katarak" gerçekleştirilir. Tamamen psikolojik bir bakış açısıyla bakıldığında, bu üç yönün karşılıklı olarak etkili ilişkileri vardır, çünkü Hampson daha da detaylandırır:

*"Oyuncunun davranışı, daha sonra uygun şekilde tepki veren izleyici tarafından belirli bir şekilde anlaşılır."*

İzleyicinin tepkisi, oyuncunun gelecekte nasıl davranacağını belirlemede rol oynar.

Oyuncunun kendi kendini gözlemleyebilme yeteneği, gözlemcinin zihninde oluşan muhtemelen izlenim hakkında bazı çıkarımlar yapmasına izin verecektir. Oyuncu, bu izlenimi değiştirmek için davranışını ayarlamak isteyebilir ve bu çıkarım, oyuncunun muhtemelen gözlemcinin zihninde oluşan izlenim hakkında bazı çıkarımlar yapmasına izin verecektir. Diğer insanların bizim hakkımızda sahip olduğu görüşler üzerinde bir dereceye kadar etki yaratmanın mümkün olduğu sonucuna varılabilir.

Diğer insanların algılarını etkileme derecemiz, sosyal varlıklar olarak ne kadar iyi işlev gördüğümüzü belirlemede önemli bir bileşendir.

Kişiliği analiz etmek için kullanılan bu farklı yöntemler, kişilik teorileri hakkında bir dizi farklı düşünce okulunun gelişmesine yol açmıştır. şu anda öne sürülen üç farklı kişilik teorileri sınıflandırması vardır:

*“faktör teorileri, özellik teorileri ve tip teorileri”*

### **Teorik Sınıflandırmalar**

Eysenck'e göre (1994, sayfa 39-40), kişiliğe iki farklı bakış açısı vardır. Bunlar "tipler" yaklaşımı ve "özellikler" yaklaşımıdır. Çeşitli kişilik çeşitlerine ilişkin Yunan hipotezi, yaptığı açıklamayla destekleniyor. Geçmişte, kişilik teorisyenleri genellikle özelliklerden veya niteliklerden çok kişilik tiplerini tanımlamaya odaklandılar. Yunan düşüncesi, genellikle türlerin ikiliklerini oluşturmak için geleneklerin gelişiminin kaynağı olarak kabul edilir. Özünde, tip teorisyenleri, tüm insanların nispeten az sayıda tip veya kategoriden birine sınıflandırılabileceğine inanırlar, örneğin:

- (1) *Karamsar, risk almayan anlamına gelen melankolik;*
- (2) *İyimser bir şekilde mantıklı ve dengeli anlamına gelen düşünceli ve alaycı anlamına gelen sanguine;*
- (3) *Dürtüsel anlamına gelen kolerik veya*
- (4) *Yavaş ve tembel anlamına gelen Flegmatik.*

Antik Yunanlılar, bu kategorileri sınıflandıran ilk insanlardı. Oldukça derin ve tutarlılar ve çok fazla değiller, bu nedenle onları değiştirmemiz pek olası değildir. Bu kategorilerle ilgili sorunlar vardır; Yunanlıların tanımladığı dört kişilik biçimini kabul etmek zordur, çünkü insanlar bu dört kişilik türünden daha fazlasına sahiptir.

Yine de Eysenck, bu dört kategorinin kendi başlarına kişiliği yeterince tanımlayamayacağına



inandığı için bu değerlendirmeye katılmamaktadır. Günlük deneyimlerimizin, bireylerin çoğunluğunun aşırı olmayan kişiliklere sahip olduğunu gösterdiğini, her zaman bir dereceye kadar uyum sağlama yeteneğinin olduğunu ve kişilik araştırmasının bu görüşü desteklediğini iddia ettiğini açıklamaya devam ediyor (Eysenck, 1994). ).

## Özellikler Teorileri

Kişilik teorisyenleri, kişiliğin "davranışı değerlendirmek ve açıklamak için kullanılan geniş, dayanıklı, genellikle sabit nitelikler" olarak nitelendirilen bir dizi özellikten oluştuğunu ileri sürmüşlerdir. Bu, kişilik çalışmasına alternatif bir yaklaşımdır (Hirschberg, 1978, s. 45, aktaran Eysenck, 1994, s. 39). Mischel, "özelliğin, kişiliğin oldukça istikrarlı ve uzun süreli bir yönü olduğunu" belirterek, terimin farklı bir yorumunu sunar (Mischel, 1968, aktaran Eysenck, 1994, s. 53).

Özellikler, öğretilme olasılığına daha açık oldukları için daha şekillendirilebilir, daha özel, daha değişken ve daha öğrenilebilirdir. Bu çalışma bütününde tartışılan önemli sayıda özellik vardır. Sonuç olarak, insan kişiliklerinde bulunabilen çeşitliliği açıklayan bir dizi özelliği hem daha çeşitli hem de daha kesin bir şekilde sunduğu düşünüldüğünde, bu yöntem daha makul görünmektedir.

Dahası, fikir, bir kişinin herhangi bir zamanda değişen derecelerde olabilen bir niteliğe sahip olabileceğini ima eder. Bu özellikler, öğrenmeye eleştirel bir bakış açısıyla bakıldığında daha yararlı görünmektedir. Eysenck'e göre, tip ve özellik yöntemleri arasındaki en önemli ayrım, "tip sahipliğinin ya hep ya hiç olarak kabul edilmesi" iken, insanların çeşitli derecelerde sosyallik gibi bir özelliğe sahip olabilmesidir. Bu, iki yaklaşım arasındaki en görünür karşıtlıktır (1994, s. 40). Daha açık olmak gerekirse, teorisyenlerin çoğu, özelliklerin varlık boyunca düzenli olarak dağıldığı varsayımıyla hareket etmiştir.

Tip yöntemi, insan kişiliğinin karmaşıklığını yansıtamadığı ve bireylerin çoğunluğunun aşırı olmayan kişiliklere sahip olduğu gerçeği nedeniyle sıklıkla sorgulanır. Öte yandan, özelliklerin çoğunluğunun normal bir dağılım izlediği keşfedilmiştir. Diğerleri, "kişilik" kelimesinin kullanımlarını, çoğunlukla bilişsel kökenli olmayan görünür özelliklerle sınırlandırır, ancak diğer teoriler, "kişiliğin" bir bireyin tüm kalıcı özelliklerini ima ettiğini düşünür (Shackleton ve Fletcher, 1984).

Bir kişinin kişiliğinin en açık olan bileşeninin kişilerarası karakteri olduğu varsayılmıştır.

William James, kişiliğin kişilerarası yönlerini araştıran ilk psikolog olarak kabul edilir (1980). "Benliğin yalnızca diğer benliklerle bağlantılı olarak var olduğunu ve bir kişinin etkileşimde bulunduğu diğer kişiler kadar benliğe sahip olduğunu" söyler ("benlik yalnızca diğer benliklerle ilişkili olarak var olur" ifadesi) (aktaran Hampson, 1997, s.73).

Sullivan (1953) "birey başkalarıyla olan bağından ayrı var olamaz" ve "kişilik çalışması kişilerarası davranış çalışmasıdır" diye yazar (aktaran Hampson, 1997, s. 73).

Psikoloji araştırmalarında bu metodik yaklaşımı kullanmaktan çıkarılabilecek sonuçlardan biri, hepimizin, diğer kişiye veya koşullara bağlı olarak değişmeye yatkın, çeşitli kişilik özellikleri koleksiyonuna sahip olduğumuzdur.

Her dilin kendine özgü bir kültürle ilişkilendirilmesi, her iki dili de konuşan bireylerin birden fazla kişiliğe sahip olabileceğini düşündürmektedir. Bu noktada öne sürülen argümanların kanıt olmadığını belirtmek önemlidir. Bunlar sadece teoriler ve doğru olabilirler veya yanlış olabilirler. Genel olarak, çok-kişilik kavramını kabul etmenin ikinci dil edinimini anlamak için daha olumlu etkileri olduğu görülmektedir ve bu, araştırmalar tarafından doğrulanma eğilimindedir (örn., Ellis, 1994 ve Skehan, 1989).

### **Faktör Teorileri**

Pek çok kişilik özelliği olduğu için, herhangi bir teorisyen için teorisinin tüm temel özellikleri hesaba kattığından emin olması önemlidir. Ayrıca, "kişilik teorisyenlerinin uğraşması gereken en temel sorular, birlikte insan kişiliğini oluşturan niteliklerin sayısı ve tipidir" (The Number and Nature of Traits That Together Form Human Personality) (Eysenck, 1994, s. 50) ). Ortaya atılan birçok farklı kişilik faktör teorileri olmuştur. Öte yandan, MW Eysenck'e (1994, sayfa 50) göre, Cattell ve HJ Eysenck'in çalışmaları en bilinen ve etkili olanlardır

### **Cattell Tarafından Geliştirilen 16-PF Bileşen Teorisi**

Cattell, bir kişinin kişiliğini karakterize etmek için kullanılabilecek birçok terim üzerinde bir çalışma yürüttü ve ardından bu bilgiyi on altı kişilik niteliği oluşturmak için kullandı. Bunu yapmak için, sözlükteki on sekiz bin kelimenin bir bireyin kişiliği üzerinde bir tür etkisi olduğunu belirleyen Allport ve Odbert (1963) tarafından yürütülen araştırmaya güvendi. Tüm eş anlamlılar ve aşina olmadıkları terimler elendikten ve çıkarıldıktan sonra, bu rakam önemli

miktarda düştü. Cattell, geri kalan terimler üzerinde başka derecelendirme deneyleri yaptı ve bu araştırmaların sonuçları, onu, derecelendirme verilerinde yaklaşık on altı öge olduğu sonucuna götürdü (Eysenck, 1994, s. 51). Cattell, anketleri ve nesnel testlerden elde edilen verileri kullanarak kişiliğin tüm potansiyel özelliklerini belirlemek için önemli miktarda çalışma yaptı.

Cattell ve Child (1975), kişiliğin sadece faaliyetleri yürütme yollarımızdan değil, aynı zamanda bu faaliyetlerin arkasındaki motivasyonlardan da oluştuğunu öne sürmeye devam etti.

Eysenck'e (1952a) göre "eşsiz kişi", "çeşitli niceliksel faktörlerin kesişme noktası"ndan başka bir şey değildir (Shackleton ve Fletcher'dan alıntı, 1984, s. 46).

#### HJ Eysenck Tarafından Geliştirilen Faktör Teorisi

Öte yandan HJ Eysenck, faktör analizinin insan kişiliğinin yapısını keşfetmek için yararlı bir araç olduğu konusunda Cattell ile aynı fikirdeydi, ancak Cattell'in birinci dereceden faktörlerin önemine ilişkin anlayışına katılmadı. Eysenck, birinci dereceden faktörlerin ikinci dereceden faktörlerden (on altı faktör) daha az önemli olduğuna inanıyordu. Eysenck'e göre birinci dereceden faktörler tutarlı bir şekilde keşfedilemeyecek kadar zayıf olduğundan, ikinci dereceden, ortogonal (veya ilişkisiz) faktörler tercih edilir. Bunun nedeni, Cattell'in On Altı Kişilik Faktörü Testinde (yani, Cattell'in 16PF'si) on altı farklı birinci dereceden faktörün varlığını doğrulamanın imkânsız olmasıdır. Eysenck, birinci dereceden faktörler nedeniyle ikinci dereceden, ortogonal (veya ilişkisiz) faktörlerin tercih edildiğini iddia etti (Eysenck, 1994, s. 51-53).

Bir şeyin ortogonal olduğu söylendiğinde, bu, bir bireyin bir bileşen üzerindeki puanını bilmenin o anlama geldiğini gösterir, kişinin diğer değişkenler üzerindeki puanlarını tahmin etmesine yardımcı olmaz. Eysenck ortogonal bileşenleri arıyordu, bu yüzden kendi çalışmasını yürüttü ve bunlardan üç tanesini belirledi: *"içe dönüklük-dışa dönüklük faktörü, nevrotiklik-stabilite faktörü ve psikotizm-normallik faktörü"*

Bu on altı öge, bu bileşenlerin her birinin içine değişen derecelerde ve geniş bir yoğunluk aralığında dâhil edilebilir, bu da bu faktörlerin geniş doğasını gösterir. HJ Eysenck, araştırmasında bunlardan "süper faktörler" olarak söz etti (aktaran Eysenck, 1994, s. 54).

## Kişiliğin Önemi

Ellis (1994) ve Skehan (1989) kişiliği bireysel farklılıkların bir yönü olarak araştırmışlardır. Bu araştırmacıların ikisi de bulgularını yayınladı. Skehan, bu sonuçlardan bazılarını almış ve bunları, dışa dönüklük ve içe dönüklük ile ortaya çıkan sorunlara risk alma kavramlarını daha iyi ilişkilendirebilmek için uyarlamıştır (1989, s. 100-109). Ellis ise kişiliğin dışa dönüklük- içe dönüklük boyutunun doğrudan bağlantılı olan tek boyut olduğunu keşfetmiş ve sonuç olarak bu özel boyuta odaklanmıştır (1994, s. 519-520). Buraya kadar tartışılanlara göre, psikoloji alanındaki kişilik teorilerinin dil eğitime ve öğretmenlere uygulanabileceği birkaç yol vardır.

## Psikoloji ve Etkileşim

Ellis, toplam altı farklı kişilik tipini tartışıyor, ancak ondan en çok dikkat çeken dışa dönüklük ve içe dönüklük arasındaki ayrım önemlidir. Ona göre bunun nedeni, dışadönüklük ve içe dönüklüğün köklü bir teoriyle ilişkili olması, oysa diğer kişilik türlerinin genel psikolojiden gelen yapılara yalnızca çok gevşek bir şekilde dayanmasıdır. Ellis'e (1994, sayfa 518) göre, altı grup tespit edilmiştir:

### Dışa Dönüklük/İçe Dönüklük

Busch (1982) ve Strong (1983) tarafından Eysenck Kişilik Envanteri (EPI) kullanılarak yürütülen araştırma, dışa dönük öğrencilerin sosyal, canlı ve aktifken, içe dönük öğrenenler sessizdir ve sosyal olmayan etkinlikleri tercih ederler. Bu özellikleri belirlemek için EPI kullanılmıştır. Strong, dışa dönük gençlerin yeni materyalleri daha çabuk öğrendiklerini keşfetti.

### Risk Alma

Ely (1986) tarafından kişisel bildirim anketi kullanılarak yapılan bir araştırmanın bulgularına göre, risk alan kişiler daha az isteksizlik göstermekte, karmaşık bir dil kullanmaya daha istekli olmakta ve hata toleransları daha yüksektir. Söyleyeceklerini teslim etmeden önce pratik yapma olasılıkları daha düşüktür. Ayrıca, risk alma ile sınıfa gönüllü katılım arasında olumlu bir ilişki vardır.

## Belirsizliğe Tolerans

Hem Naiman, hem de ark. (1978) ve Chappelle ve Roberts (1986), girdinin belirsizliğine karşı bir tür hoşgörüden hoşlanan öğrencilerin belirsiz yeni uyarılarla başa çıkma becerisi gerektirdiği sonucuna varmak için bir öz bildirim ölçüsü olan Budners ölçeği MAT60'ı kullandılar. Ancak, hüsrana uğramadan ve otoriteye başvurmadan, bu yetenek öğrencinin yeterliliğini artırmaz.

## Empati

Araştırmacılar Naiman ve ark. (1978) ve Guiora ve diğerleri. (1967), yüz ifadesindeki değişikliklerin algılanmasını analiz eden bir Mikro Anlık İfade Testi olan Hogan Empati Ölçeğini kullandı ve birbiriyle çelişen iki sonuç keşfetti. Her iki çalışmada da verilerini toplamak için Hogan Empati Ölçeği kullanılmıştır. Naiman ve meslektaşlarının araştırmasına göre, empatik öğrenenler her zaman yetkin öğrenenler değildir. Empatik öğrenenler, onları daha iyi anlamak için kendilerini diğer insanların bakış açısına koyabilen kişilerdir. Öte yandan, Guiora ve ark. Yeterlik ile pozitif bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir.

Bir öğrencinin özgüven düzeyi, kendilerini ne ölçüde güvende hissettikleri ve dünyada önemli kişiler olduklarını düşündükleri olarak tanımlanabilir. Kişinin benlik saygısını ifade etmenin çeşitli yolları vardır (genel, durumsal ve görev). Heyde (1979), Gardner (1972) ve Lambert (1972), öz-bildirim anketini kullanarak benlik saygısı ile sözlü çıktı arasında pozitif bir ilişki olduğunu keşfettiler. Aynı metodolojiyi kullanan Gardner ve Lambert (1972), anlamlı bir bağlantı belirlemede başarılı olamadı.

## İnhibisyon

Denek inhibisyonunu azaltmak için, Guiora ve ark. (1972 ve 1980) katılımcılara bir miktar alkol ve valium sağladı. Alkol verilmesi deneklerin telaffuzunu iyileştirse de, valiumun fark edilebilir bir etkisi olmadı. Öğrencilerin egolarını korumak için engeller oluşturma derecesine ketleme denir. Öğrenciler, dilsel egolarının uyarlanabilirlik derecesi veya ikinci dil ediniminin doğasında var olan kimlik çatışmasını yönetebilme dereceleri bakımından farklılık gösterir. Ellis ayrıca tüm bu farklı yorumların ve kişiliğin boyutlarının ortak bir noktası olduğunu fark etti:

- *Kişiliğin farklı yönlerini bir dil öğrenme süreciyle ilişkilendirmek zordur; bu teoriler için ampirik kanıtların olmaması, herhangi bir kişilik araştırmasının bulgularını*

*öğrencilere yabancı bir dilde eğitim verme sürecine tutarlı bir şekilde uygulamanın zor olduğu anlamına gelir (Ellis, 1994, s. 517-523).*

Ellis ayrıca, kişinin kişiliğinin çeşitli yönlerini belirlemenin zor olabileceğini ve her zaman net olmayan şekillerde üst üste gelebileceğini belirtiyor. Bir kişinin kişiliğinin birçok yönünü değerlendirmek için kullanılan araçların çeşitli olduğunu ve bazı durumlarda geçerlilik ve güvenilirliklerinin sorgulandığını söyleyerek devam ediyor. Görünüşe göre bu endişeler, Ellis'i dil edinimi ile bu özellikler arasındaki bağlantıyı araştırırken bu faktörlerin çoğunu görmezden gelmeye sevk etti. Bunun yerine, kişiliğin üç boyuta ayrılabilceğini iddia eden Eysenck'in Özellikler Teorisine dönmüş gibi görünüyor:

*“içe dönüklük ve dışa dönüklük, nevrotiklik ve istikrar ve psikotizm ve normallik”*

Ellis, dışa dönüklük/içe dönüklük bileşeninin TESOL üzerinde çok daha güçlü bir etkiye sahip olduğu sonucuna vardı. Sonuç olarak, kişilik özelliklerinin dil edinimi üzerindeki etkisine ilişkin değerlendirmesinin kapsamını dışa dönüklük ve içe dönüklük boyutlarıyla sınırlamıştır.

Öte yandan, Skehan (1989) dil ediniminin şu üç temel yönünü ele alır:

*“zekâ, risk alma kapasitesi ve dışa dönüklük ile içe dönüklük arasındaki denge”*

Dışa dönüklük ve içe dönüklük ile birlikte risk almanın dil öğrenimi ile ilişkilendirilebileceğini ve kişiliğin son iki boyutunun dil öğrenimi üzerinde etkili bir etkiye sahip olduğunu iddia ediyor. Kişiliğin son iki boyutunun dil öğrenimi üzerinde etkili bir etkiye sahip olduğunu savunur.

### **İçe Dönük/Dışa Dönük Kişilik**

Dışadönüklük ve içedönüklük bu ifadelerle ölçülebilecek tarzlardır. Dışa dönük karakterler genellikle sosyalken, içe dönük karakterlerin kendilerini tutma olasılıkları daha yüksektir.

Dışa dönük bir kişinin eylemi genellikle dış dünyaya yönelik olarak algılanırken, bir içe dönük kişinin etkinliği tipik olarak içsel olarak kendisine odaklanmış olarak görülür.

Dışadönükler, başkalarının arkadaşlığından hoşlanan, partilere gitmekten hoşlanan, çok sayıda arkadaşı olan ve yaptıkları her şeyde heyecan arayan kişilerdir.

Dışa dönükler, aynı zamanda canlı ve aktif olan heyecan arayanlardır. Dışadönükler için ders çalışmak zor olacaktır, çünkü kısmen, sosyal yapıları onların uzun süre odaklanmalarını zorlaştırır ve kısmen de sosyal yapıları, başkalarının dikkatlerini dağıtmasını kolaylaştırır.

Öte yandan, içe dönükler içine kapanıktır, yeni insanlarla tanışmak ve başkalarıyla sohbet etmek gibi sosyal etkileşimler yerine kitap okumak gibi barışçıl etkinlikleri tercih eder ve çok fazla heyecan içeren durumlardan genellikle kaçınırlar (Eysenck ve Chan 1982, s. 154, s. 154, Ellis 1994, s. 520). Başka bir deyişle, dışadönükler motivasyonlarını "dışarıdan" alırlar ve dikkatleri kendi dışındaki şeylere odaklanır. Sakin ve kendinden emin izlenimi verirler, ancak gerçekte, onu gerçekten deneyimleyene kadar hayatı anlamakta zorlanırlar. Olumsuz duygular, düşük enerji seviyeleri veya stres yaşadıklarında teselliye kendilerinden başka kaynaklarda aramaya eğilimlidirler. Güçlerini dış dünyadan alırlar ve sürekli olarak kendilerinin ötesindeki dünyada amaç ararlar.

Öte yandan, içedönükler dürtülerini "içeriden" alırlar ve dış dünyadan çok fikirlerin, imgelerin ve tefekkürün iç dünyasıyla ilgilenirler. Enerjilerini çevreden değil kendi içlerinden alırlar. Dışadönükler zamanlarını başkalarıyla etkileşime girerek geçirmeyi severken, içedönükler zamanlarını sessizce kendi başlarına düşünerek geçirmeyi tercih ederler. İçedönükler, hayatı tam olarak anlamadıkları sürece hayatı tam olarak deneyimleyemeyeceklerini hissederler. İnsanlar kendilerini suskun, ölçülü, sessiz, ürkek ve mesafeli gibi görüyorlar.

İçine kapanık biri bitkin düştüğünde, endişelendiğinde veya kendini iyi hissetmediğinde, gitmek ve yalnızca kendisini ilgilendiren bir öz-yansıtma etkinliğine katılmak için sessiz bir yer seçmesi muhtemeldir. İçedönükler, enerji ve anlam kaynaklarını kendi içlerinde ararlar. Ellis (1994), ikinci bir dilin edinilmesiyle ilgili olduğu için dışa dönüklük ve içe dönüklük arasındaki bağlantıya dair iki ana hipotez olduğuna işaret eder. İlk bakışta, dışadönük öğrencilerin kişilerarası iletişimde temel becerileri kazanmada daha başarılı olacakları ima ediliyor gibi görünüyor. Skehan, bu kavramla ilgili olarak, dışa dönüklerin, bir gecikmeden sonra daha düşük hatırlama sergilemeleri anlamında, içe dönüklere kıyasla biraz daha düşük performans gösterme eğilimi olduğunu, içe dönüklerin ise bilgiyi daha etkili bir şekilde uzun vadeli olarak kodlayabildiklerini belirtiyor (Skehan 1989).

İkincisi, içe dönük öğrencilerin bilişsel akademik dil becerilerini artırmada daha başarılı olacaklarını öne sürüyor, ancak bu teori herhangi bir açık ampirik kanıtla desteklenmiyor.

Bununla birlikte, Ellis, diğer araştırmaların, içedönüklüğün akademik dil ediniminin gelişimine yardımcı olduğu kavramına pek güven vermeyen çelişkili bulgular gösterdiğine dikkat çekiyor.

Pek çok araştırmacı, dışadönük olarak da bilinen sosyal öğrenenlerin konuşmaya, gruplara katılmaya, sınıfa katılmaya, gönüllü olmaya ve uygulama etkinliklerine katılmaya ve dil kullanımını en üst düzeye çıkarmaya daha yatkın olduklarını varsaymıştır.

### **Dili İletişim İçin Kullanarak Sınıf Dışındaki Fırsatları**

Dışadönüklerin konuşma, gruplara katılma, sınıfa katılma, uygulama etkinliklerine katılma ve konuşma olasılıkları daha yüksektir. Bu nedenle, dışa dönük bir kişi, dil öğrenimi için uygun kişilik özelliğine sahip olarak hem sınıf içinde hem de sınıf dışında fayda sağlayacaktır. Bunun nedeni, teorisyenlerin çoğuna göre, bir dil öğrenmenin en iyi şekilde öğrenilen dili fiilen kullanmakla başarılmasıdır. Dışa dönük insanların bu özelliğe sahip olma olasılığı daha yüksektir (Skehan, 1989).

Dışa dönük öğrencilere karşı toplumsal bir önyargı olmasına rağmen, içe dönük insanların kendilerinde yanlış bir şey olduğuna inanmak için hiçbir nedenleri yoktur. Bunun bir sonucu olarak Skehan (1989), hem dışadönüklüğün hem de içe dönüklüğün faydalı niteliklere sahip olduğunu ve aşırı bir şekilde hareket etmenin hedef dilin bazı bileşenlerinin gelişimine zarar verebileceğini öne sürmektedir.

### **Risk Alma**

Risk alma isteği, kişiliğın dil edinimi üzerinde önemli bir etkisi olabilecek ikinci yönüdür. Önce olası sonuçları düşünmeden bir şeye doğru ilerleme eylemi, risk alma olarak bilinen gelişimsel özelliğın bir örneğidir. Bu tür bir ortamda öğrenmenin en başarılı olduğuna inanıldığından, öğrencilerin deney yapmak ve risk almak için kendilerini yeterince güvende hissettikleri, öğrenmeye elverişli bir ortam geliştirmek öğretmenin sorumluluğundadır. McClelland (1961), bazı öğrencilerin hedeflere ulaşma olasılığını orta riskli görevler olarak algıladıklarını ve bu öğrencilerin bu tür görevlerle geçmiş başarı geçmişlerine dayalı olarak bu tür zorluklara yanıt verdiklerini öne sürdü.

Spesifik olarak, öğrenciler bu tür zorluklara orta riskli görevlerle ilgili bir başarı geçmişi temelinde yanıt vereceklerdir. McClelland'ın argümanına göre, başarısız öğrencilerin kendileri için aşırı yüksek veya düşük hedefler belirleyen kişiler olması muhtemeldir. Bu sonuçların



hiçbiri muhtemelen sürekli öğrenmeye yol açmaz, bu nedenle başarısız öğrencilerin başarılı olma olasılığı düşüktür.

Aynı şekilde Skehan, etkili öğrencilerin, karşı karşıya oldukları zorlukları, bu zorlukları tamamlayabilecekleri anlamında orta riskli olarak gören kişiler olacağına inanıyor. Bu nedenle, daha uzun bir süre boyunca başarıya katkıda bulunan birikimli öğrenme etkinliklerine katılma olasılıkları daha yüksek olacaktır. Risk alanlar genellikle yapmak üzere oldukları şeyin pratiğini yaparlar. Belirsizliğe karşı toleranslıdır ve karmaşık kavramları kullanırken hata yapma olasılığından endişe duymazlar. Kendilerini tehlikeli durumlara sokmaktan korkmazlar.

Ely (1986) tarafından yapılan bir araştırmanın bulgularına göre derse bağlılık, risk alma ve ders performansı gibi değişkenler birbirine bağlıdır. Bir öğrencinin yeteneğinin ve dürtüsünün sınıfa hem katılımlarında hem de başarı düzeylerinde bir rolü olduğuna inanıldığını not etmek önemlidir.

Bu çalışmanın bulguları, araştırmacıları risk alan öğrencilerin sınıfa daha fazla katıldıkları sonucuna götürdü. Sonuç olarak, bu öğrencilerin dil yeterliliklerini geliştirmeleri mümkündür; *“Bu, dil yeterliliğinin dilin daha kapsamlı kullanımıyla önemli ölçüde arttığı dikkate alındığında özellikle doğrudur.”*

Ely, risk alma yapısının dört farklı boyuta ayrılabilirliğini detaylandırdı:

- (1) *Yeni karşılaşılan bir dil öğesini kullanma konusunda tereddüt etmeme; karmaşık veya zor olarak algılanan dil öğelerini kullanma isteği; dili kullanırken yanlışlık veya yanlışlık olasılığına tolerans;*
- (2) *Ve yeni bir unsuru yüksek sesle kullanmaya çalışmadan önce sessizce prova yapma eğilimi.*

Skehan, sosyal temas içeren ortamlarda risk almanın, dili duyma ve geri bildirim alma olasılıklarını artıracığı sonucuna vardığını gözlemledi. Risk alanlar, diğer insanlarla herhangi bir şekilde ilişki kurmaktan, onların dilini konuşmaktan, çıktılardan yararlanmaktan ve fonksiyonel uygulamaya katılmaktan korkmazlar çünkü söylemek istediklerini küçük ayrıntılar hakkında endişelenmeden veya hata yapmadan iletmeyi tercih ederler. . Mevcut dil sisteminin sınırlarını zorlayan birinin risk almaya istekli olması daha olasıdır.

Çeşitli kişilik özellikleri üzerine yapılan araştırmalara göre, öğrencilerini risk almaya teşvik edecek bir dil öğretmenin şu dört özelliği taşıması gerekir:

- (1) Belirsiz durumlarla nasıl başa çıkılacağı konusunda örnek olmak.
- (2) Öğrencilerin özgüvenini artırmak için bir strateji, kişinin kendisinin hesaplanmış riskler almaya hazır olduğunu göstermesidir.
- (3) Modelleme yoluyla önemli miktarda duygusal ve sosyal davranışın öğrenilebileceği gösterilmiştir (Bandura, 1977). Bu, bir öğretmenin hataları ve yanlış yönergeleri ele alma biçiminde görülebilir ve öğretmenlerin, profesyonellerin bile hata yapabildiğini öğrencilerine göstermeleri önemlidir.
- (4) Öğrenciler, öğretmenin sınıftan sorumlu olduğundan ve sınıfın nereye gittiğini anladığından emin olduklarında, işlerinde riske girme konusunda kendilerini daha rahat hissedeceklerdir. Bir hata yapsalar ya da yanlış yöne sapsalar bile, öğretmenin onları tekrar yola sokabileceğinden ve tekrar doğru yola döndürebileceğinden emin olacaklar.

Sonuç olarak, öğretmen iyi organize olarak ve öğretilen materyalde sağlam bir temele sahip olarak ortaya çıkabilecek herhangi bir durumla başa çıkabilmelidir. Hata yapmanın olumsuz etkilerini azaltmak için elinizden gelenin en iyisini yapın. Pek çok eğitim ortamında değerlendirmeye verilen önemli vurgu nedeniyle, çok sayıda öğrenci risk alma davranışları sergileme konusunda isteksizdir. Sınıfın önünde bir hata yaparlarsa genel notlarının olumsuz etkileneceğinden endişe ederler. Bu nedenle, öğrenme sürecini değerlendirmenin sonucundan ayrı olarak bölmek faydalı olacaktır.

Öğrenciler, sınıf içi etkinliklerin bir değerlendirme için hazırlık işlevi göreceğini ancak etkinliklerin kendilerinin değerlendirilmeyeceğini bilirlerse, o zaman sınıf içi etkinlikler sırasında hazırlanma şansından yararlanmak için aynı derecede motive olurlar. Tam öğrenme üzerine yapılan araştırmalar yoluyla, öğrencilerin asıl sınava girmeden önce bilgilerini kendi kendilerine değerlendirmelerine izin vermenin yararlı olduğu gösterilmiştir (Bloom, 1984). Risk alma şansları verin Öğretmen, öğrencileri risk almaya teşvik etmek için şanslar yaratmaktan sorumludur. Bu, tüm konuşmayı kendiniz yapmamanız gerektiğini gösterir. Dersleri dışarıdan görenler, bazen öğretmenlerin ve öğrencilerinin gösterdiği çaba arasındaki eşitsizlik karşısında şaşırırlar (Weimer, 1989).

### **İyi ve Kötü Arasında Bir Karşılaştırma**

Öğrenme perspektifinin bir dizi avantajı vardır; bunlardan biri, çoğaltılabilen, doğası gereği bilimsel olan ve desteklenen deneylere dayanan ikna edici kanıtlara sahip olmasıdır. Karmaşık

kalıpları bileşen parçalarına ayırarak birçok davranış senaryosu için açıklamalar sağladığı çevre ortamının önemini kabul eder. Çeşitli ortamlarda sorunlu davranışların tedavisinde kullanılabilecek davranışsal eğilimlerin ve duygusal tepkilerin anlaşılmasında da önemlidir.

Bununla birlikte, öğrenme bakış açısıyla bağlantılı bazı dezavantajlar vardır; örneğin, bir bireyin kişiliğine odaklanmak yerine davranış ve bu davranıştaki değişiklikleri açıklama eğilimine sahiptir. Bu özel bakış açısı, kişilik kavramını açıklamakta başarısız olur ve aynı zamanda, ortaya çıkabilecek sayısız bireysel ayrımı dikkate almayarak biyolojinin oynadığı işlevi de göz ardı eder.

Kapsamlı kişilik değerlendirmelerinin bulunmaması nedeniyle, öğrenme bakış açısı argümanlarında herhangi bir vaka çalışması içermez. (Direnzo, 1974) Endleman'a (1967) göre, psikodinamik bakış açısı, bir bireyin bir ailedeki erken yaşamının cinsel dürtüleri üzerindeki etkilerine ve ayrıca bu dürtülerin bilinçsizce nasıl etkilendiğine ve bunların bireyin gelişiminin cinsel olmayan yönleri üzerindeki etkisine odaklanır. Başka bir deyişle, psikodinamik bakış açısı, bir bireyin cinsel dürtülerinin, bir aile içindeki erken yaşamından nasıl etkilendiğini inceler. Psikanalitik bakış açısından gelişen neoanalitik bakış açısı, bireyin ayırt edici kimliğinin merkezi olarak görülen ego ile ilgilenir. Bir kişinin hem iç hem de dış dürtüleriyle başa çıkmak için egonun kullandığı birçok stratejiye odaklanır.

Bu bakış açısının erdemlerinden biri, davranışın son derece kapsamlı bir açıklamasını sunmasıdır; bu, yalnızca bilinçdışı zihnin oynadığı role değil, aynı zamanda kazanılan deneyimlerin oynadığı role de vurgu yapar. Erken bebeklik döneminde Sadece egonun koruma sistemlerine değil, aynı zamanda davranışın şekillendirilebilirliğine de güçlü bir vurgu yapılır. Bu özel bakış açısının araştırılması, psikolojinin zihinsel bozuklukların tedavisinde kullanılabileceği yollara ilgi uyandırdı.

Yine de psikanalitik bakış açısıyla ilişkilendirilen birçok kusur vardır ve bu kusurlardan biri, bu bakış açısının incelenmesinde kullanılan fikirlerin iyi biçimlendirilmemiş olmasıdır. Örneğin, zihinsel enerji fikri ve onu ölçmek için kullanılan birimler hiçbir şekilde iyi tanımlanmamış veya ölçülmemiştir. Bu bakış açısı, alıntı yaptığı araştırmalara hiçbir bilimsel destek sağlamamakta ve çevrenin insan davranışlarını belirlemede oynadığı rolü göz ardı etmektedir. Teorinin kusurlarından biri daha, bireyin cinsel arzusunun davranışını etkileme biçimine aşırı derecede odaklanmasıdır (Crowne, 1979).

## Hümanizme Dayalı Bakış

Bu bakış açısına ve özellikle de hümanistik bileşenine göre insan, hem kendini geliştirme yeteneğine sahip hem de doğuştan terbiyeli bir varlık olarak nitelendirilir. İnsan ile sağlık, gelişme, olgunluk ve bağımsız işleyiş kavramları arasında bağ kurar. İnsanın bütünlüğe ve güzelliğe doğru organik olarak gelişme ve olgunlaşma yeteneğini vurgulayan hümanist bakış açısı, bu potansiyele merkezi vurgusu nedeniyle bir iyimserlik duygusu da taşır. Bu bakış açısı, bir dizi varsayım üzerine kuruludur, bunlardan biri, bireysel bir benliğin var olduğu ve bu benliğin yalnızca son derece farklı değil, aynı zamanda çok güzel bir şekle sahip olmasıdır. Bu benlik, her bireyin benliğini ayırt edici kılan, değişimin yanı sıra gelişmeye de muktedirdir (Benet, 2005).

## Güçlü Yönler ve Zayıf Yönler

Bu yaklaşımın her bireyin deneyimlerinin geçerliliğine ve bu deneyimlerin benzersizliğine vurgu yaptığı ileri sürülmektedir. Bu bakış açısı umut verici özelliğinden dolayı, insanoğlunun karşılaştığı zorluklarla başa çıkmak için yapıcı öneriler sunmaktadır. Hümanist yaklaşım, çok çeşitli bağlamlarda kullanılabilir ve bir kişinin nasıl otantik ve anlamlı bir hayat yaşayabileceği sorusunu ele alırken geleneksel tedavi biçimlerinden daha üstündür. Kişinin kendi gerçekliğini daha derinden takdir etmesi ve kendi duygularıyla daha yakın bir bağ kurması, iki ek faydadır.

Bununla birlikte, birkaç kusuru vardır; bunlardan biri, insanların eylemlerini, fikirlerini ve duygularını etkileyen diğer faktörleri dikkate almamasıdır. Bu faktörler, diğerlerinin yanı sıra özellikler, kalıtım, bilinçsizlik ve öğrenmeyi içerir. Bu yöntem, bilimsel araştırma için gereken bilimsel kesinlikten yoksun olduğu için, onun incelenmesi bilimsel olarak kabul edilemez.

Bu, bir kişinin zihni ile atomlar ve moleküller arasında var olan ayrımı vurgular. Benzerliklerin ve değişkenliklerin incelenmesi Bir kişilik yapısının varlığına ilişkin öğrenme perspektifinden ve özellik görüşünden, psikodinamik perspektiften ve biyolojik perspektiften gelen argümanlar birbiriyle çatışır. Bu alternatif bakış açılarına göre insan, özellikler perspektifinde eğilimler, psikodinamik bakış açısında içgüdüler, hümanist bakış açısında dürtüler ve biyolojik bakış açısında mizaç olarak adlandırılan temel bir kişilik yapısına doğuştan sahiptir. Freud, insan gelişiminin hayatta kalmasında son derece önemli olan

dürtülerden oluştuğunu kabul ettiğinden, psikodinamik bakış açısının evrim yöntemiyle sıkı bir bağı vardır. Bu bağlantı, insanın evriminin aşamalar halinde gerçekleşmesinden kaynaklanmaktadır (Özer, 1986).

Kişiliğe ilişkin çeşitli bakış açıları arasında bir bağlantı vardır, çünkü hepsinin birincil araştırma konusu olarak bakış açısına odaklanmaktadır. Yine de, her birinin kullandığı benzersiz teknikler, argümanlar ve gerekçeler, aralarındaki farklılıkları ortaya çıkarır ve bu da benzersiz fikirlerin geliştirilmesine yol açar.

Soruşturmalarının çoğunluğu tarafından görüldüğü gibi, dezavantajlarından biri olan daha fazla soruşturma için alan vardır. Bazı akademisyenler çeşitli görüşler üzerinde parça parça çalışırken, diğerleri daha sonra teorilere dönüşen dört ila beş farklı bakış açısı oluşturmak için bağlantılı bakış açıları üzerindeki çalışmaları bütünleştirir.

Örneğin, özellik perspektifi, özellik görünümünün genel eğilim perspektifinin ayrılmaz bir bileşeni olması nedeniyle, eğilim perspektifiyle bağlantılıdır (Bouchard, 2001).

(1) *Bugün kim olduğumuza ne katkıda bulunur?*

(2) *Bedenimiz mi, zihnimiz mi, ruhumuz mu yoksa ikisi birden mi ki olduğumuzu belirler?*

Şüphesiz, cevap bunların her ikisidir. Evrensel olarak kabul edilen tek bir kişilik tanımı olmamasına rağmen, teorilerin çoğu, bireyin motivasyonlarına ve çevreleriyle psikolojik etkileşimlerine odaklanır. Beceriler, değerler, ilgi alanları ve kişilik özellikleri, etkili profesyonel gelişimin yapı taşını oluşturan dört bileşendir. Kişilik, sıradan insanın deyimiyle, diğer insanların dikkatini ve hayranlığını çekme eğiliminde olan karizmatik özelliği ifade eder. İnsanlığa bahşedilen göksel lütuf, Yunanca'da "armağan" veya "lütuf" anlamına gelen büyüleyici özellik olarak anılırdı. Bu, normalde sıradan insanların olağanüstü, hatta insanüstü yetenekler sergileyebileceği fikrine kendi başına güven veren bir özelliktir.

İçimizdeki Bu İnsani Niteliklerden Faydalanabiliyor Muyuz?

Karizma doğuştan olsa da, paradoksal olarak geliştirilebilen bir şeydir. Bazı insanlar bunun cinsel çekiciliğe, çok fazla canlılığa veya kişinin kendini ifade etme kapasitesine sahip olduğunu düşünür. Kişilik, kalıtsal olduğu kadar yetiştirilebilen bir şeydir. Bir çocuğun ebeveynlerinin bakış açıları, o çocuğun kişiliğini şekillendirme gücüne sahiptir.

Doğa ve yetiştirme, bireyin kimliğinin oluşumunda önemli bir rol oynamak için birlikte çalışır; kimliklerimiz, çevremizde edindiğimiz deneyimlerin vücudumuzu oluşturan genetik materyalle iç içe geçmesinin ürünüdür.

"Kökleşmiş davranış kalıpları" terimi, bir kişinin kişiliğini tanımlamaya yönelik yaklaşımlardan biridir. Bu modeller, bir kişinin kendisiyle olduğu kadar çevresiyle nasıl etkileşime girdiğini, algıladığını ve düşündüğünü kapsar. Kişilik özellikleri, bir bireyin kişiliğinin göze çarpan özellikleridir ve her zaman bir ruhsal bozukluğu göstermeyebilir.

Yazarlar genellikle "kişilik" kelimesinin anlamını kendilerine özgü şekillerde yorumlarlar. İnsanların çevreleriyle sahip oldukları benzersiz davranışsal ilişkiyi ifade eden bir terimdir. Kavramsal olarak karşılaştırılabilir kavramsal çerçeveler kullanarak normal kişiliği ve düzensiz psikolojik işlevi incelemek yaygın bir uygulamadır. Normal ve patolojik davranışın yapısını, içeriğini ve dinamiklerini açıklamak için öne sürülen çeşitli hipotezler vardır. Bu teorik modeller, insan davranışını anlamayı kolaylaştırmayı, bu davranış hakkında doğru tahminlerde bulunmayı ve nihayetinde üzerinde terapötik kontrol uygulamayı amaçlamaktadır. Çeşitli varsayımlar, geliştirilen birçok teorik modelin temelini oluşturur. Hiçbir teori, normal insan davranışını tatmin edici bir şekilde tanımlayıp öngörememiştir ve herhangi bir teori, pek çok farklı sapkın davranışı yeterince açıklayamamıştır. Bunların hiçbiri tek bir teori ile mümkün olmamıştır.

Normal kişiliğin oluşumunu ve evrimini açıklamak için öne sürülen birçok farklı teori vardır. Bu teoriler, kişiliğin bir veya daha fazla yönüne, ayrıca psikopatoloji fikrine ve psikoterapi gibi tedavi yöntemlerine odaklanmıştır. Vedalar, Bhagavad-Gita ve diğer eski metinler ve yorumlar, insan kişiliğine atıfta bulunur. Özellikle Bhagavad-Gita, üç farklı karakter tipini (Gunatraya vibhaga) ve ayrıca bir insanda insan davranışını belirleyen ilahi ve şeytani niteliklere sahip olmayı anlatır.

### **Sebe-sonuç ilişkisi**

Sebe-sonuç ilişkisi üzerinde bir etkisi olabilecek diyet talimatları bile dâhil edilmiştir. Astroloji, Vedangalardan geliştirilmiş eski bir Sastra'dır ve sadece kişinin doğası hakkında değil, aynı zamanda doğum anları hakkında da konuşur. Astrolojinin insan kişiliği üzerinde herhangi bir etkisinin olup olmadığı veya belirli bir kişilik özelliğinin veya nitelikler dizisinin gelişiminden sorumlu olup olmadığı tam olarak açık değildir. Michel Gauquelin, önemli kişilerin seçtikleri kariyerler ile doğduklarında gökyüzünde belirli bir konumda bulunan

gezegen arasında şaşırtıcı bir ilişki keşfetti; yine de Gauquelin'in tekniği diğer araştırmacılar tarafından yoğun bir şekilde sorgulandı. Gauquelin bile iddiasının doğruluğunu kanıtlayamayacağını itiraf etti.

## 12 Farklı Astrolojik İşaret

12 farklı astrolojik işaret vardır ve her biri dört elementten birine karşılık gelir: hava, ateş, su veya toprak. Bu bileşenler, her birimizin içinde bulunan temel bir enerji türünü temsil eder.

Su burcunda doğanlar, özellikle duygusal ve aşırı duyarlı bir doğaya sahiptir. Güçlü bir sezgi kapasiteleri vardır ve motivasyonları genellikle kendileri için bile bir muammadır. Su burcu, yakın kişisel ilişkilerin yanı sıra felsefi tartışmalardan da hoşlanır. Yaptıkları hemen hemen her şeyde sağduyulu davranırlar ve değer verdikleri insanlar için her zaman hazır bulunurlar. Yengeç, Akrep ve Balık su ile ilişkili burçlardır. Ateş burcunda doğanlar genellikle tutkulu, aktif ve değişkendir.

Çabuk sinirlenirler ama aynı zamanda çabuk affederler. Sınırsız miktarda enerjiye sahip kâşiflerdir. Etkileyici bir fiziksel dayanıklılığa sahipler ve diğerlerinin arzu etmesi için bir model görevi görüyorlar. Ateş burcunda doğanlar zeki, kendini bilen, yaratıcı ve idealisttirler ve sürekli harekete geçmeye hazırdırlar.

Koç, Aslan ve Yay, ateşle ilişkili burçlardır. Hava işaretleri, başkalarıyla iletişim kurmayı ve başkalarıyla anlamlı bağlantılar kurmayı seven mantıklı, girişken varlıklardır. Aynı zamanda giden, akıllı, konuşkan ve analitik olan düşünceli bireylerdir. Entelektüel söylemlerde bulunmayı, başkalarıyla bir araya gelmeyi ve kaliteli literatürü okumayı severler. İçgörülerini bazen oldukça sığ olsa da rehberlik etmekten zevk alırlar. İkizler, Terazi ve Kova, hava ile ilişkili burçlardır. Dünya ile ilişkili zodyak işaretleri, bizi "topraklanmış" ve gerçeklikle temas halinde tutanlardır.

Pratik ve geleneksel olma eğilimindedirler, ancak aynı zamanda güçlü duygu ve duygulara da sahiptirler. İçinde yaşadığımız maddi dünyada bir temelleri vardır ve somut nesnelere dönüştürülebilirler. Güvenilir, güvenilir ve tutarlıdırlar ve en zorlu koşullarda bile çalışanlarının yanında olurlar.

Oğlak, Başak ve Boğa, dünya ile ilişkili zodyak işaretleridir. Astrolojinin öncelikli hedefleri, bu enerjiyi hayatımızın yapıcı unsurlarına yönlendirmemize yardımcı olmak, potansiyelimizin

ve bizi tanımlayan iyi niteliklerin farkındalığını geliştirmek ve olumsuz özelliklerimizin ortaya çıkardığı zorlukların üstesinden gelmemize yardımcı olmaktır. Bu dört bileşen, astrolojik burçlara karşılık gelen benzersiz kişilik tiplerinin aydınlatılmasına katkıda bulunur. Zodyak'ın dört bileşeni, duygular, eylemler ve düşünme biçimleri dâhil olmak üzere karakterin temel yönleri üzerinde önemli bir etkiye sahiptir.

Astrologlara göre, bir kişinin doğduğu ay, kişilikleri ve yaşamdaki nihai kaderleri hakkında gizemler taşır; Bir kişinin doğum ayı, başarı düzeylerini veya sağlıklarını etkileyebilir. Hem Ay hem de Merkür, Vedic astrolojide zihnin temsilleri olarak kabul edilir. Merkür, aklın mantıksal akıl olarak bilinen kısmından sorumludur, oysa Ay, akılla ilgili diğer her şeyden sorumludur. Ay kendi ışığını üretmediği için ruhtan gelen ışığı yansıtma zorunda kalır çünkü Güneş ezeli ruhun hükümdarıdır. Ay'ın genel olarak insan farkındalığı üzerinde hem düşünceleri hem de duyguları kapsayan bir tür etkisi olduğuna inanılır. Zekâyı temsil eden Merkür'ün Vedic mitolojiye göre Ay'dan doğduğu söylenir. Merkür'ün babası Ay'dır. Ay, öznel gerçekliği veya koşullanmış zihni temsil ederken, Merkür gezegeni nesnel gerçekliği ve rasyonel zihni temsil ediyordu.

### **Çağdaş Düşünceyi Biyolojik Sistemlerle Bağlama Çabaları**

Modern zamanlarda, antik ve arkaik olana ek olarak, M.Ö. Koleriktirler, yani ateşli bir öfkeleri vardır, iyimser oldukları anlamına gelir, melankoli yani kasvetli ve balgamlıdırlar (yavaş hareket ederler). Bu mizaçların vücudumuzu düzenleyen dört sıvıdan veya iç sıvıdan türediği düşünülüyordu. Bu dört sıvı balgam, sarı safra, kara safra ve kandır. Zihin ve bedenin aynı madalyonun iki yüzü olduğu dikkate alındığında, bu büyük olasılıkla beden ve zihnin operasyonlarını birleştirmek için ilk çabadır. Fransız bir filozof olan René Descartes, beden ve zihnin iki farklı varlık olduğu fikrini öneren ilk kişi olarak kabul edilir. Çalışmasından önce, beden-zihin ikiliği hakkında muhtemelen hiçbir anlaşmazlık yoktu.

Her ikisi de birbirinden farklı olan bedene Res extensa ve zekâyı Res cogitans olarak atıfta bulundu. Hipokrat'ın hastalıkların bu vücut sıvılarının dengelenmemesinin bir sonucu olduğunu tanımlaması, kişiliğin hem fiziksel hem de psikolojik rahatsızlıkların habercisi olduğunun iyi bir göstergesidir; belirli bir kişilik tipi, kişiyi belirli bir hastalığa (fiziksel veya psikolojik) karşı daha duyarlı hale getirebilir. Beden ve zihnin iki ayrı varlık mı yoksa birbiriyle bütünleşmiş bir varlık mı olduğu sorusu muhtemelen birçok çalışmanın zihnini meşgul eden bir sorudur.



Vücut tipi ile kişilik arasındaki ilişki, Alman psikiyatrist Ernst Kretschmer'in eserlerine, özellikle de Kretschmer'in morfolojik teori olarak adlandırdığı ve ilk olarak 1921'de yayınlanan *Physique and Character* adlı kitabına yansımıştır. Hastaları arasında zayıf, oldukça zayıf (astenik) bir vücut yapısının yanı sıra kaslı (atletik) bir fiziğin sıklıkla şizofreni hastalarının özelliği olduğunu, oysa manik-depresif hastalarda kısa, tumbul (piknik) bir yapının sıklıkla bulunduğunu yazdı. Ayrıca kaslı (atletik) bir fiziğin bipolar bozukluğu olan hastaların sıklıkla özelliği olduğunu söyledi.

1940'larda William H. Sheldon, insan vücudu ile insan zihni arasında bir bağlantı kurmaya çalıştı. Ayrıca insanların kişiliklerini sınıflandırmak için bir sistem geliştirdi. Yumuşak ve yuvarlak olan endomorfik vücutların rahat ve sosyal oldukları düşünülüyordu. Güçlü ve kaslı olan mezomorfik bedenlerin aktif, dışa dönük ve iddialı olduğu düşünülüyordu. İnce ve kırılğan olan ektomorfik bedenlerin içe dönük, artistik ve entelektüel oldukları düşünülüyordu.

### **Psikososyal Doğaya İlişkin Teoriler**

Sigmund Freud'un (1856-1939) klasik psikanalitik teorisi, kişiliği, İd tarafından temsil edilen biyolojik yönlerin, ego tarafından temsil edilen psikolojik yönlerin ve süper ego tarafından temsil edilen sosyal yönlerin bir bileşimi olarak açıkladı.

Jean Paul Sartre (1905–1980) tarafından kurulan Varoluşçuluk ekolü ile ilişkilendirilen ve diğer kuramlarla birlikte geçmişte meydana gelen olaylara odaklanmak yerine bugün burada, yarın orada yani güncel deneyimlere vurgu yapan varoluşçuluk kuramı, sadece kişiliğin nasıl oluştuğunu ve düşünce, duygu ve davranışların nasıl etkilenebileceğini açıklamaya çalışan bir çalışma grubuna bir örnektir.

### **Özellikler teorisi**

Allport ve Odbert (1936) kapsamlı bir çalışma yürüttüler ve insan özelliklerini karakterize etmek için kullanılan isimler olan yaklaşık 18.000 özellik keşfettiler. Bir özellik uzmanı olarak tanınan bir psikolog olan Gordon Allport, kişilik özelliklerine benzer 4.500 terimli bir liste derlendi ve bunları üç özellik katmanına ayırdı. Allport'un üç özellik seviyesinin her birinin bir açıklaması:

"Önemli özellik" terimi, baskın olan ve bir kişinin nasıl davranacağını belirleyen özelliği ifade eder. Zenginlik ve kötü şöhret ihtiyacı gibi baskın dürtüler ve meşguliyetlerdir. "Merkezi özellik" terimi, her bireyde değişen derecelerde bulunabilen genel bir kaliteye atıfta bulunur. Temel nitelikler kadar baskın olmasalar da davranışlarımızın çoğundan sorumlu olan temel bileşenlerdir. Dürüstlük, temel bir özelliğin iyi bir örneğidir. İkincil özellikler, yalnızca belirli koşullar altında (çok yakın bir arkadaşın bilebileceği belirli beğeniler veya beğenmemeler gibi) ortaya çıkmalarıyla karakterize edilir. İnsan karmaşıklığının doğru bir temsilini oluşturmak için görüntüye dâhil edilmeleri gerekir."

### **Psikobiyolojik Model**

En yüksek türden karakter ve mizaç Galen'in dört mizaç sistemi, kişilik tipi gösterge teorisinin erken bir versiyonuydu. Hipokrat'ın dört mizah tanımına dayanıyordu ve 1958'de klasik teoriye dayanan genişletilmiş bir sistem yayınlandı. Tarihsel olarak, MS 2. yüzyılda, Doktor Galen, dört mizaç veya vücut sıvısına dayalı olarak dört mizaç (melankolik, soğukkanlı, iyimser ve asabi) tanımladı. Bu mizaçlar arasında melankolik, soğukkanlı, iyimser ve kolerik bulunur. Sonunda dört klasik mizaç olarak anıldılar. Rudolf Steiner, daha yakın zamanlarda yaşamış ve ilkökul eğitiminde dört klasik mizacın önemini vurgulayan tanınmış bir eğitimciydi.

Günümüz tıbbında ve çağdaş psikolojide kullanılan metodolojilerde, günümüzde yürütülen mizaç araştırmalarında ne Galen ne de Steiner sıklıkla kullanılmamaktadır. 1950'lerin başlarında, Alexander Thomas, Stella Chess, Herbert G. Birch, Margaret Hertzig ve Sam Korn, bebek mizacıyla ilgili ünlü New York Longitudinal araştırmasını başlattılar. Bu çabaya Sam Korn (Thomas, Chess ve Birch; 1968) katıldı. Araştırmanın ana vurgusu, mizaç özelliklerinin yaşamın farklı evrelerinde uyumu nasıl etkilediği üzerineydi. Duygu üzerine kurulu beceri ve alışkanlıkların bütünleşmesinin altında yatan duyum, çağrışım ve motivasyon sürecine mizaç denir (nasıl davranış mizaç anlamına gelir (nasıl davranış))

### **Duyum, Çağrışım ve Motivasyon Süreci**

Limbik sistem, Amigdala, Putamen, Caudate çekirdeği ve duyuşal merkez gibi beyin merkezleri ve devreleri birlikte, öğretilenin aksine genellikle doğuştan gelen, biyolojik temelli kişiliğin bileşenlerini yansıtır. "Mizaç" terimi genellikle bebeklere atıfta bulunmak için kullanılır, ancak 1920'lerde zamanla yapılan araştırmalar, mizacın bir kişinin hayatı boyunca sabit kalan bir şey olduğunu kanıtlamaya başladı. Sembolizm ve soyutlama, davranışın "ne"

yönü olan karakterin temel bileşenleridir. Kişinin hem sosyal çevresinde öğrenmesi hem de entelektüel arayışları, kişinin karakteri üzerinde bir etkiye sahiptir.

Neokorteks ve hipokampus, beynin kişiliği belirlemekten sorumlu olan kısımlarıdır. Aşağıdaki üç karakter tanımlaması tartışılmaktadır:

*Düşünce ve eylem özerkliği (sorumlu, amaçlı ve becerikli). İşbirlikçi (hassasiyet, empati, yardımsever ve şefkatli). Kendini aşma (yaratıcı, sezgisel, ruhsal ve idealist). Hipokrat'ın sunduğu geleneksel açıklamanın yanı sıra, birçok farklı teoriyi ve bunlardan sorumlu beyin alanlarını ve nörotransmitterleri birleştirmek için çaba gösterilmiştir.*

### **Beş Büyük Kişilik Kavramı**

Birçok bilim adamı, bir kişinin kişiliğini oluşturan beş temel özellik olduğu görüşündedir. Uzun yıllar boyunca, bu fikri destekleyen kanıtlar birikti. Beş Büyük'ü oluşturan beş şey şunlardır:

- (1) *Yeni koşullardan kaçınmanın aksine deneyime uygunluk*
- (2) *Vicdanlılığa karşı dürtüsellik*
- (3) *Dışadönüklük ve içe dönüklük arasında karşılaştırma*
- (4) *Uyumluluk ve düşmanlığın yanı sıra nevrotiklik ve nevrotik olmamayı karşılaştırma (duygusal olarak kararlı ve strese tepkili)*

Bu bileşenler, genel olarak, zamanın geçişinden etkilenmezler. Beş Faktörlü Kişilik Modeli, insan doğasının farklı yönlerini açıklamak için alanları kullanır ve bu kategorilerden biri de yeni deneyimlere açıklıktır.

"Açıklık" terimi, beş farklı yön veya boyuta bölünebilen bir kaliteyi ifade eder:

- (1) *Aktif bir hayal gücü (fantezi),*
- (2) *Estetiğe duyarlılık,*
- (3) *Kişinin kendi duygularının farkında olması,*
- (4) *Çeşitlilikten hoşlanma ve entelektüel merak.*

Önemli miktarda psikometrik çalışmanın sonuçları, bu yönlerin veya özelliklerin birbiriyle yüksek oranda bağlantılı olduğunu göstermiştir. Dolayısıyla açıklık, bir araya kümelenmiş belirli nitelikler, alışkanlıklar ve eğilimler grubundan oluşan küresel bir kişilik özelliği olarak düşünülebilir.

Bu yaklaşım mümkündür çünkü açıklık, küresel bir kişilik özelliği olarak görülebilir. Tedbirli veya dikkatli olmak, vicdanlılık olarak bilinen kişilik özelliğinin bir örneğidir. Vicdanlı olmak, kişinin bir görevi elinden gelen en iyi şekilde yapma ve diğer insanlara olan taahhütlerini yerine getirme niyetine sahip olmasıdır. Vicdanlı olanlar, daha uysal ve düzensiz olanların aksine, verimli ve düzenli olma olasılıkları daha yüksektir. Tipik olarak güvenilir olmanın yanı sıra öz disiplin gösterme, itaatkâr olma ve başarı odaklı olma eğilimleri vardır.

Kendine ve başkalarına karşı tutumlarında düzenli ve metodik, temkinli, analitik ve kasıtlı olmak gibi bireye özgü eylemlerle gösterilir. Yüksek düzeyde vicdanlılık sergileyenler genellikle güvenilir çalışanlardır. Ayrıca bunların kalabalığı takip eden kişiler olması da mümkündür. Aşırıya götürüldüğünde, bu özellikler aynı zamanda insanların davranış biçimlerinde işkolik, mükemmeliyetçi ve takıntılı olmasına neden olabilir. Vicdanlı olma konusunda düşük puan alan bireylerin rahat olma, daha az hedef odaklı olma ve başarıya daha az motive olma olasılığı daha yüksektir.

Bu kişiler ayrıca antisosyal ve yasa dışı davranışlara katılmaya daha yatkındır. Dışa dönüklük- içe dönüklük özelliği genellikle insan kişiliğinin en önemli özelliği olarak kabul edilir. Carl Jung, içe dönüklük ve dışa dönüklük sözcüklerini popülerleştirmesiyle tanınır; yine de, bu terimlerin popüler anlayışı ve psikiyatrik kullanımı, Jung'un onları ilk geliştirdiğinde aklından geçenlerden farklıdır.

Dışa dönüklük, konuşkanlık, enerjiklik gibi özellikler kendini gösterme eğilimindeyken, daha çekingenlik ve yalnız kalmayı tercih etme gibi içe dönüklük özellikleri kendini ifade etme eğilimindedir.

Jung, libidonun aktığı yön perspektifinden eklediği iki farklı türde genel tutum tanımladı. "Dışa dönüklük" terimi, bir kişinin libido akışının genel yönü bireyden uzakta olduğunda kişilik tipini tanımlamak için kullanılır ve bu kişi "dışa dönük" olarak anılır. Kişinin libidosunun içe, kendine yönelmesi durumunda ortaya çıkan duruma içe dönüklük, bu durumu yaşayan kişiye içe dönük adı verilir. Bu iki kişi, uçucu kişilikleri ile dikkat çekiyor.

Dışa dönüklük ve içe dönüklük genellikle aynı sürekliliğin iki ucu olarak kabul edildiğinden, birinden yüksek puan alan birinin diğerinden düşük puan alması gerekir. Her birimizin hem dışa dönük hem de içe dönük bir tarafı vardır ve bu yönlerden biri genellikle diğerinden daha belirgindir. Öte yandan Jung, içedönüklüğü "hayata öznel psişik içerikler yoluyla yönelmeyle

karakterize edilen bir tutum tipi" (kişinin içsel psikik faaliyetine odaklanma) olarak tanımladı ve dışadönüklüğü "ilginin kendi üzerinde yoğunlaşmasıyla karakterize edilen bir tutum tipi" olarak tanımladı." Jung, kişilerarası davranışa odaklanmak yerine, içe dönüklüğü "dış nesneye ilginin yoğunlaşmasıyla karakterize edilen bir tutum türü" (dış dünyaya odaklanma) olarak tanımladı.

Uyumluluk özelliği, nazik, empatik, işbirlikçi, sıcak ve düşünceli olarak görülen bireysel davranışsal özelliklerde kendini gösteren bir niteliktir. Uyumluluk, bu bireysel davranışsal özelliklerde kendini gösteren bir kişilik özelliğidir. Günümüz kişilik psikolojisinde kişilik yapısının beş temel boyutundan biri olan uyumluluk, işbirliği ve sosyal uyumdaki bireysel farklılıkları yansıtır ve bu faktörlerin en önemlilerinden biri olarak kabul edilir. Düşük uyumluluk puanı, bencil davranış ve empati eksikliği ile ilişkilirken, bu boyuttaki yüksek puan, özgecilik ve empati ile ilişkilidir. Uyumluluk puanı çok düşük olanlar, birlikte çalışmak yerine başkalarını manipüle etme ve birbirleriyle rekabet etme gibi göstergeler sergilerler.

Uyumluluğun üst düzey bir özellik olduğu konusunda genel olarak fikir birliği vardır; bu, istatistiksel olarak bir araya gelme eğiliminde olan kişilik alt özelliklerinin bir koleksiyonuna atıfta bulunduğu anlamına gelir.

## SONUÇ

Güvenilirlik, açık sözlülük, fedakârlık, itaat, alçakgönüllülük ve yumuşak başlılık, uyumluluk şemsiyesi altında yer alan alt düzey özelliklerdir. Psikoloji alanında incelenebilecek "beş büyük" üst düzey kişilik özelliğinden biri nevrotiklidir. Yüksek düzeyde nevrotikliğe sahip kişilerin kararsız ruh hallerine sahip olma ve kaygı, endişe, korku, öfke, hayal kırıklığı, kıskançlık, suçluluk ve depresyon ve yalnızlık duyguları gibi çok çeşitli olumsuz duygular yaşama olasılığı ortalamadan daha yüksektir. Yüksek düzeyde nevrotikliğe sahip kişilerde şizofreni gelişme riski de daha yüksektir.

Nevrotik olan bireyler uyarılara daha kötü tepki verirler ve rutin olayları potansiyel olarak tehlikeli ve küçük hayal kırıklıklarını aşılmaz engeller olarak görmeye daha eğilimlidirler. Genellikle düşük benlik saygısı ve utangaçlıktan muzdariptirler ve dürtülerini dizginlemede ve tatmini ertelemeye zorluk yaşayabilirler. Yüksek nevrotiklik indeksine sahip bireyler, duygudurum bozuklukları, anksiyete bozuklukları ve uyuşturucu kullanım bozukluğu gibi yaygın ruhsal hastalıkların gelişimi ve başlangıcı açısından daha büyük risk altındadır.

Geleneksel olarak, bu akıl hastalıklarının semptomlarına nevroz denirdi.

## KISITLILIK

Bu araştırmada herhangi bir kısıtlılık bulunmamaktadır. Konu ile ilgili Türkiye ve dünya literatüründen yararlanılmıştır.

## BİLDİRİM

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir.

## ETİK BEYAN

Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisinin Yayın Etiği; Bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan Sosyal Bilimler alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki Bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## KAYNAKÇA

Adler, A. (1910/1978). Masculine protest and a critique of Freud. In H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Eds.), *Co-operation between the sexes: Writings on women and men, love and marriage, and sexuality* (pp. 32-74). New York, NY: W. W. Norton & Company.

Adler, A. (1912a/1963). Psychological hermaphroditism and the masculine protest - The cardinal problem of nervous diseases. In A. Adler (Ed.), *The practice and theory of Individual Psychology* (pp. 17-22). Paterson, NJ: Littlefield, Adams & Co.

Adler, A. (1912b/1963). Dreams and dream-interpretation. In A. Adler (Ed.), *The practice and theory of Individual Psychology* (pp. 214-226). Paterson, NJ: Littlefield, Adams & Co.

Adler, Alexandra (1930a). Technique of educational guidance. In A. Adler (Ed.), *Guiding the child: On the principles of Individual Psychology* (pp. 102-118). New York, NY: Greenberg.

Adler, Alexandra (1930b). The only child. In A. Adler (Ed.), *Guiding the child: On the*

principles of Individual Psychology (pp. 195-209). New York, NY: Greenberg.

Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social-Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, p.522

Beck, A. T. & Emery, G. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York, NY: Basic Books.

Beck, A. T. & Freeman, A. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. New York, NY: Guilford Press.

Beck, A. T. (1999). *Prisoners of hate: The cognitive basis of anger, hostility, and violence*. New York, NY: HarperCollins Publishers.

Beck, A. T., Resnik, H. L. P., & Lettieri, D. J. (Eds.). (1974). *The prediction of suicide*. Bowie, MD: The Charles Press Publishers.

Beck, A. T. Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York, NY: Guilford Press.

Borkenau, P. & Liebler, A. (1993). "Convergence of Stranger Ratings of Personality and Intelligence with Self-ratings, Partner Rating, and Measured Intelligence, *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 546 – 553.

Buss, A.H. & Plomin, R.A. (1975). *A Temperament Theory of Personality Development*. New York: Wiley Interscience

Carlson, R. (1984). "What's Social about Social Psychology? Where's the Person in Personality Research?" *Journal of Personality and Social Psychology*, 47,1304-1309.

Duckworth, A. L. Kim, B., & Tsukayama, E. (2013). Life stress impairs self-control in early adolescence. *Frontiers in Developmental Psychology*, 3, 1-12.

Duckworth, A. L. Kirby, T., Tsukayama, E., Berstein, H., Ericsson, K. (2010). Deliberate practice spells success: Why grittier competitors triumph at the National Spelling Bee. *Social Psychological and Personality Science*, 2, 174-181.

Eysenck, S.B.G. & Eysenck, H.J. (1963). "The Validity of Questionnaire and Rating Assessments of Extraversion and Neuroticism, and their Factorial Stability", *British Journal*

of Psychology, 54, 51-62

Freud, S. (1935), A General Introduction to Psychoanalysis. New York: Washington Square Press, p. 163.

Funder, D.C. (1995). "On the Accuracy of Personality Judgment: A Realistic Approach", Psychological Review, 102,652-670.

Gendlin, E.T. (2010). A Theory of Personality Change. New York: John Wiley & Sons,

Goldberg, L.R. (1993). "The Structure of Phenotypic Personality Traits", American Psychologist, 48, 26-34.

Harrington, D.M. Block, J.H., & Block, J. (1987). "Testing Aspects of Carl Rogers' Theory of Creative Environments: Child-rearing Antecedents of Creative Potential in Young Adolescent"s. Journal of Personality and Social Psychology, 52,851-856

Hunsley, J. & Bailey, J.M. (1999). "The Clinical Utility of the Rorschach: Unfulfilled Promises and an Uncertain Future", Psychological Assessment, 11(3), 266-277.

John, O.P. (1990). The "Big Five" Factor Taxonomy: Dimensions of Personality in the Natural Language and in Questionnaires. New York: Guilford Press, 504.

Johnson, D.L. Wiebe, J.S., Gold, S.M., Andreasen, N.C. Hichwa, R.D., Watkins, G.L., & Ponto, L.L.B. (1999). "Cerebral Blood Flow and Personality: A Position Emission Tomography Study", American Journal of Psychiatry, 156,252-257.

Kagan, J. (1989). Unstable Ideas: Temperament, Cognition, and Self. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Kavirayani KM. Astrology and mental illness. AP J Psychol Med 2013;14:95-102. Back to cited text no. 1

Lachman, M.E. & Weaver, S. L. (1998). "The Sense of Control as a Moderator of Social Class Differences in Health and Well-being". Journal of Personality and Social Psychology, 74, 763-773.

Lefcourt, H.M. (1982). Locus of Control: Current Trends in Theory and Research. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 523.



- May, R. (1982). "The Problem of Evil: An Open Letter to Carl Rogers". *Journal of Humanistic Psychology*, 22,10-21.
- Miller, P.A. Lefcourt, H.M., Holmes, J.G., Ware, E.E., & Saleh, W.E. (1986). "Marital Locus of Control and Marital Problem Solving". *Journal of Personality & Social Psychology*, 51,161- 169.
- Mischel, W. (1981). *Current Issues and Challenges in Personality*. Washington DC: American Psychological Association, 527.
- Mukherjee, A. (2000), *Educational Psychology*, 3rd ed. Samaru-Zaria: Asakome & Co. Publishers, 250-273.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford University Press.
- Myers, D.G. (2001), *Psychology*. 6th ed. New York: Worth Publishers, 539-544.
- Oladele, J.O. (2005), *Fundamentals of Educational Psychology*. 5th ed. Shomolu: Johns-Lad Publishers Ltd.
- Ouellette, J.A. & Wood, W. (1998). "Habit and Intention in Everyday Life: The Multiple Processes by which Past Behavior Predicts Future Behavior". *Psychological Bulletin*, 124,54-74.
- Ozer, D. J. (1986). *Consistency in personality*. Berlin, Germany: Springer Publishing Company.
- Pals, J. L. (2005). *Transforming the self: A two-dimensional process model of identity construction within narratives of difficult life events*. Manuscript in preparation.
- Paulhus, D. L. & Harms, P. D. (2004). *Measuring cognitive ability with the overclaiming technique*. *Intelligence*, 32, 297-314.
- Paulhus, D.L. Lysy, D., & Yik, M. S M. (1998). *Self-report measures of intelligence: Are they useful as proxy measures of IQ?* *Journal of personality*, 66, 525- 554.
- Pennebaker, J. W. & Francis, M. E. (1996). *Cognitive, emotional and language processes in disclosure*. *Cognition and Emotion*, 10, 601-626.

Pillay, Y. (2005). Racial identity as a predictor of the psychological health of African-American students at a predominantly White university. *Journal of Black Psychology*, 31, 46–66.

Pincott, J. (2013, March 13). Most of us live in fear of unleashing a Freudian slip. Do you? *Psychology Today*. <http://www.psychologytoday.com/articles/201203/slips-the-tongue>

Pinquart, M. & Soerensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: A meta-analysis. *Psychology and Aging*, 15, 187–224.

Piot-Ziegler, C. Sassi, M., Raffoul, W., & Delaloye, J. (2010). Mastectomy, body deconstruction, and impact on identity: A quantitative study. *British Journal of Health Psychology*, 15, 479–510.

Pittenger, D. (2005). Cautionary comments regarding the MyersBriggs Type Indicator. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 57, 210–221.

Plaut, V. Adams, G., & Anderson, S. (2009). Does attractiveness buy happiness? “It depends on where you’re from.” *Personal*

Presson, P.K. & Benassi, V.A. (1996). “Locus of Control Orientation and Depressive Symptomatology: A Meta-analysis”. *Journal of Social Behavior and Personality*, 11, 201-212.

Robbins S.P. & Judge T.A. (2009), *Organizational Behavior*. Prentice-Hall Inc.

Roberts B. W. & Robins, R. W. (2000). Broad dispositions, broad aspirations: The intersection of personality traits and major life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1284-1296.

Roberts, B. W. & Caspi, A. (2003). The cumulative continuity model of personality development: Striking a balance between continuity and change in personality traits across the life course. In R. M. Staudinger & U. Linderberger (Eds. ), *Understanding human development: Lifespan psychology in exchange with other disciplines* (pp. 183-214). Dorecht, the Netherlands: Kluwer Academic Publishers.

Roberts, B. W. & DelVecchio, W. F. (2000). The rankorder consistency of personality traits from childhood to old age: A quantitative review of longitudinal studies. *Psychological*

Bulletin, 126, 3-25.

Roberts, B. W. & Pomerantz, E. M. (in press). On traits, situations and their integration: A developmental perspective. *Personality and Social Psychology Review*.

Roberts, B. W. & Wood, D. (in press). Personality development in the context of the neo-socioanalytic model of personality. In D. Mroczek & T. Little (Eds.), *Handbook of personality development*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Roberts, B. W., Bogg, T., Walton, K., Chyernyshenko, O. S., & Stark, S. (2004). A lexical approach to identifying the lower-order structure of conscientiousness. *Journal of Research in Personality*, 38, 164-178.

Rolfhus, E. & Ackerman, P. L. (1999). Assessing individual differences in knowledge: Knowledge, intelligence, and related traits. *Journal of Education Psychology*, 91, 511-526.

Rorer, L. G. (1965). The great response-style myth. *Psychological Bulletin*, 63, 129-156.

Rotter, J.B. (2000). *Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement* psychological Monograph, No. 609.

Schmalt, H. (1999). Assessing the achievement motive using the grid technique. *Journal of Research in Personality*, 33, 109-130.

Schmidt, F.L. & Hunter, J.E. (1998). "The Validity and Utility of Selection Methods in Personnel Psychology: Practical and Theoretical Implications of 85 Years of Research Findings". *Psychological Bulletin*, 124, 262 – 274.

Schwarz, N. & Bells, H. (1992). Constructing reality in social judgment. In L. L. Martin & A. Tesser (Eds.), *The construction of social judgments* (pp. 217-245). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Sechrest, L., Stickle, T.R., & Stewart, M. (1998). *The Role of Assessment in Clinical Psychology*. New York: Pergamum, 495.

Shackleton, V. & Fletcher, C. (1984). *Individual differences: Theories and applications*. London: Methuen & Co.

Skehan, P. (1989). *Individual differences in second language learning*. London: Edward

Arnold.

Smith, C. P. (Ed.). (1992). *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.

Spain, J. S. Eaton, L. G., & Funder, D. C. (2000). Perspective on personality: The relative accuracy of self versus others for the prediction of emotion and behavior. *Journal of Personality*, 68, 837-867.

Spangler, W. D. (1992). Validity of questionnaire and TAT measures of need for achievement: Two metaanalyses. *Psychological Bulletin*, 112, 140-154.

Stewart, J. M. Healy Jr. & D. J. Ozer (Eds.), *Perspectives in personality: Approaches to understanding lives* (Vol. 3, pp. 59-89). London: Jessica Kingsley Publishers. Allport, G.W. (1937), *Personality*, New York: Holt Publishers.

Strong, M. (1983). Social styles and second language acquisition of Spanish -speaking kindergarteners. *TESOL Quarterly*, 17, 241-258.

Strumpfer, D. (1970). Fear and affiliation during a disaster. *Journal of Social Psychology*, 82, 263–268.

Sturman, E. Mongrain, M., & Kohn, P. (2006). Attributional style as a predictor of hopelessness depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20, 447–458.

Suarez-Balcazar, Y. Balcazar, F., & Taylor-Ritzler, T. (2009). Using the Internet to conduct research with culturally diverse populations: Challenges and opportunities. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 15, 96–103.

Suedfeld, P. Soriano, E., McMurtry, D., Paterson, H., Weiszbeck, T., & Krell, R. (2005). Erikson's components of a healthy personality among Holocaust survivors immediately and forty years after the war. *International Journal of Aging and Human Development*, 60, 229–248.

Suinn, R. (1999, March). Scaling the summit: Valuing ethnicity. *APA Monitor*, p. 2.

Suldo, S. Minch, D., & Hearon, B. (2014). Adolescent life satisfaction and personality characteristics: Investigating relationships using a five-factor model. *Journal of Happiness*

Studies.

Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.

Sulloway, F. J. (1979). *Freud, biologist of the mind: Beyond the psychoanalytic legend*. New York: Basic Books.

Sulloway, F. J. (1992). Reassessing Freud's case histories: The social construction of psychoanalysis. In T. Gelfand & J. Kerr (Eds.), *Freud and the history of psychoanalysis* (pp. 153–192). Hillsdale, NJ: Analytic Press.

Sulloway, F. J. (1995). Birth order and evolutionary psychology: A meta-analytic overview. *Psychological Inquiry*, 6(1), 75–80. Sulloway, F. J. (2007). Birth order and intelligence. *Science*, 317,

Swanda, J.R. (1979). *Organizational Behavior: Systems and applications*. Sherman Oaks, CA: Alfred Publishing Co. Inc.

Trew & J. Kremer (Eds.), *Gender and psychology* (pp. 179– 191). New York: Oxford University Press.

Wallach, M.A. & Wallach, L. (1983). *Psychology's Sanction for Selfishness: The Error of Egoism in Theory and Therapy*. New York: Freeman, 520

Weimer, M. G. (1989). Who's doing the work? *The Teaching Professor*, 3 (2).

Weston, D. (1998). "The Scientific Legacy of Sigmund Freud: Toward a Psycho-Dynamically Informed Psychological Science". *Psychological Bulletin*, 124,490-499.

Winter D. G. John, O. P., Stewart, A. J., Klohen E. C., & Duncan, L. E. (1998). Traits and motives: Toward an integration of two traditions in personality research. *Psychological Review*, 105, 230-250.

Winter, D. G. (1991). Measuring personality at a distance: For scoring motives in running text. In A. J.

Wright, D. S. Taylor, A., Davies, D. R.aile



## Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:07.11.2023 Makale Yayın Tarihi: 11.03.2024 Makale Türü:Araştırma  
E-Issn: 3023-7084 Doi No: 10.5281/zenodo.10825285 Cilt:1 Sayı:1 Yıl:2024 Ss:138-149

### Görsel ve Yazılı Medyadaki Şiddet İçerikli Haberlerin Eğitim Çağındaki Öğrencilerin Duygu-Durum Ruh Hallerine Etkileri

#### 1.Yıldırım Bayezit DELDAL

##### Doçent Doktor

Milli Eğitim Bakanlığı/St Clemets Üniversitesi  
Psikolojik Danışmanlık Rehberlik ABD Başkanı  
Mail: y.bayezit1977@gmail.com  
Orcid ID: 0000-0002-6561-5933

#### 2.Emine YILDIRIM

##### Doktor (PhD)

Milli Eğitim Bakanlığı  
Psikolojik Danışmanlık Rehberlik  
Mail:dremineyildirim@gmail.com  
Orcid ID:0000-0003-2712-0603

#### ÖZET

Günümüz sosyal yaşamında gelişmiş kentleşen şehirler her geçen gün elektronik ve dijitalleşen kentlerin ve şehirleşmiş halkın iç içe geçmiş sosyal yaşamları ile ilişkilerin yansıması, medyanın her alanda dijitalleşerek görselleşmesi ve gelişmekte olan çocukların (Öğrencilerin) olumlu ve olumsuz yönden etkilenmesi kaçınılmaz olmuştur. Şiddet içeren haber ve görsellerin öğrencileri etkilediği onların psikolojilerinde duygu durum ve ruh hallerini etkileyerek olumsuz bir hal aldığı ve zarar verdiği görülmektedir.

**Anahtar Sözcükler:** Psikolojik Etkiler, Medya, Şiddet, Travma, Öğrenci

#### ABSTRACT

In today's social life, it has become inevitable that the developed urbanised cities in today's social life, the reflection of the relations with the intertwined social lives of the electrified and digitalised ticks and the urbanised people, the digitalisation and visualisation of the media in every field and the positive and negative effects of the developing children (students). It is seen that violent news and visuals affect students and affect their psychological moods and moods in their psychology and become negative and harm them.

**Keywords:** Psychological Effects, Media, Violence, Trauma, Student

## GİRİŞ

Gelişmiş kent yaşamı, beraberinde birçok sorunla beraber kültürel/sosyal ve psikolojik faktörlerin bireyler üzerinde etkisinin olduğu günümüzde görsel medyanın şiddet içerikli haber ve görsellerin yayılması ile gelişmekte olan 6-18 yaş arası öğrenciler etkilenebilmektedir.

Bu durum öğrencilerin ev ve okul yaşamlarında duygusal bunalımlar, saplantılar, huzursuzluklar ile psikolojik etkilerin öğrencilerin ruh hallerini de olumsuz etkileyeceği bilinmektedir (Güler ve Emeç,2016).

Öğrencilerin, akranlarından ve çevresinden etkilenecek ev ortamında çeşitli huzursuzluklar çıkarması yaşları itibarıyla bazı etkenler etkilenecek şiddete meyillenmesi onların duygu durum ve davranış bozulmalarının göstergesi olarak düşünülmektedir.

Elektronik cihazların ve görsel yazılı medyanın, oyunların etkileşimde oldukları tablet, bilgisayar, tv ve akıllı cihazların öğrenciler üzerinde özellikle animasyon, film, oyun türevli şiddet içerikli materyellerin servis edilmesi ve öğrencilerin sürekli bu negatif etkiye maruz kalması sonucu eğitim çağındaki öğrencilerin psikolojilerinde travmaya kadar yol açacak çeşitli psikolojik problemlere ve alt benliklerinde kötü izlerin oluşmasına sebep olacaktır. (Çubukçu ve Dönmez, 2014).

Eğitim/Öğretim esnasında ortaya çıkan bazı kavgalar öğrencilerin dış etkiye maruz kaldığının bir göstergesi olabilmektedir. Bir filmde haraç alan mafyaya özenen çocuğun okul arkadaşlarından zorla para toplaması gibi öğrencileri negatif yönde etkileyebilir (Eryılmaz, 2016).

Gazete- Tv haberlerindeki veya realite şovlarda ortaya çıkan şiddet görüntüleri gelişmekte olan öğrencilerin temiz dünyasını sosyal ve psikolojik açıdan bir çıkmaza sokabilir.

Böylece, öğrencilerin bazılarında karakter değişmesine bazılarında korkuya ve iç dünyasında kapanmaya gidecek kadar nevrotik, psikozların oluşmasında zemin hazırlayabilmektedir (Acar, 2022).

Şiddet içerikli her türlü haber, görüntü, oyun ve etkileşime girecek materyellerin öğrencinin sosyal yaşamı ile akademik okul başarısında etkiliyere algi yanılmalarına ve zaman kaybına neden olmaktadır.

Böyle durumlarda okul başarısı düşen öğrenci başarısız olacağı korkusu ile aileden gelecek baskının vermiş olduğu içsel çekinmeler sebebi ile dürtüsel ruh hallerinde yakınma, huzursuzluk, hırçınlık, bağırma, kızma, vurma, okulda kavga ve en son şiddet uygulamaya kadar gidecek çok tehlikeli bir sürecin içine düşebilir. Mutlaka uzman psikolog ve psikiyatrist doktora danışılması öğrencinin sağlığı ve geleceği açısından önemlidir (Yavuzer, 2011).

## AMAÇ

Eğitim/Öğretim çağındaki öğrencilerin yazılı ve görsel medyada karşılaştıkları şiddet içerikli her türlü haberin öğrencinin sosyal, kültürel, psikolojik açıdan eğitim başarısı olumsuz etkileyip etkilemediği üniversite mezunu ebeveynler tarafından değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

## YÖNTEM

Bu araştırmada İstanbul iline bağlı, Bahçelievler, Bakırköy, Küçükçekmece, Bağcılar, Güngören, Beylikdüzü, Zeytinburnu, Esenyurt, Sarıyer, Beşiktaş, Üsküdar ve Kadıköy de ikametgâh eden (500) üniversite mezunu çocuğu olan ebeveyne (9) üçlü likert tiği kapalı uçlu mülakat sorusu sorulmuş olup Literatürü ile sınırlandırılmıştır.

Oranlama ve yüzdeler matematiksel yüzde yöntemine göre yapılmıştır. Betimsel analiz yöntemi yüzdesel frekans hesaplamaları kullanılmıştır.

## BULGULAR

Bu araştırma, Eğitim/Öğretim Çağındaki Öğrencilerin Yazılı ve Görsel medya ile maruz kaldıkları şiddet içerikli her türlü haberin eğitim hayatlarına olan etkisini, Sosyal, Kültürel ve Psikolojik yönleri ile araştırılmış olup (500) Ebeveyne konu ile ilgili önceden hazırlanmış 9 mülakat sorusu sorulmuş olup üçlü likert yöntemi kullanılmıştır.

Bu sorulara yönelik (Evet-Hayır ve Kısmen Katılıyorum) cevapları ile sonuçlar yüzde olarak



gösterilmiş ve mülakat ile elde edilen bulgular araştırmaya olduğu gibi aktarılmıştır. Betimsel frekans yöntemi spss ile analiz edilmiştir.

**SORU 1.** Görsel ve Yazılı Medyada Yer Alan Şiddet İçerikli Haberlerinin Okullardaki Şiddeti Sosyal ve Psikolojik açıdan tetikleyebileceğini düşünebiliriz.

**Tablo 1.**

Boyutlar	N	$\bar{X}$	Sayı	Oran Eğrisi
<b>Evet Katılıyorum</b>	500	%80,04	402	-98
<b>Hayır Katılmıyorum</b>	500	%16.2	81	-419
<b>Kısmen Katılıyorum</b>	500	%3.04	17	-483

**Tablo 1 Analizi:** Görüldüğü üzere örneklem grubunu oluşturan Ebeveynlerin Görsel ve Yazılı Medyada Yer Alan Şiddet İçerikli Haberlerinin Okullardaki Şiddeti Sosyal ve Psikolojik açıdan tetikleyebileceği Aritmetik ortalama yüzdesi Evet katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{X}$  =%80,04 cevap veren kişi sapma sayısı ss=402 ve aritmetik ortalama oran eğrisi -98. Toplam Kisi Sayısı N:500 olarak bulunmuştur.

**Bulunan sonuç:** Görsel ve Yazılı Medyada Yer Alan Şiddet İçerikli Haberlerinin Okullardaki Şiddeti Sosyal ve Psikolojik açıdan tetikleyebileceği görülmektedir.

**SORU 2.** Şiddet içerikli Animasyon, Film, Çizgi film ve Dizilerin Çocukların Eğitiminde Olumsuz Etkiler Yapacağı ve Okul başarısını Düşüreceği Söylenbilir.

**Tablo 2.**

Boyutlar	N	$\bar{X}$	Sayı	Oran Eğrisi
<b>Evet Katılıyorum</b>	500	%94,02	471	-29
<b>Hayır Katılmıyorum</b>	500	%5.08	29	-471
<b>Kısmen Katılıyorum</b>	500	%0	0	-500

**Tablo 2. Analizi:** Şiddet içerikli Animasyon, Film, Çizgi film ve Dizilerin Çocukların Eğitiminde Olumsuz Etkiler Yapacağı ve Okul başarısını Düşüreceği Aritmetik ortalama yüzdesi Evet katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{X} = \%94,02$  cevap veren kişi sapma sayısı  $ss=471$  ve aritmetik ortalama oran eğrisi  $-29$ . Toplam Kisi Sayısı  $N:500$  olarak bulunmuştur.

**Bulunan sonuç:** Şiddet içerikli Animasyon, Film, Çizgi film ve Dizilerin Çocukların Eğitiminde Olumsuz Etkiler Yapacağı ve Okul başarısını Düşüreceği Görülmüştür.

**SORU 3:** Görsel ve Yazılı Medyadaki Şiddet içerikli Haberlerin Öğretim Çağındaki Çocukların Tutum, Algı ve Düşüncelerini Olumsuz Etkileyerek Derslerinde Başarısızlığa Neden Olacağını Söyleyebiliriz.

**Tablo 3.**

Boyutlar	$N$	$\bar{X}$	Sayı	Oran Eğrisi
Evet Katılıyorum	500	$\%93,06$	468	-32
Hayır Katılmıyorum	500	$\%0$	0	-500
Kısmen Katılıyorum	500	$\%6.4$	32	-468

**Tablo 3. Analizi:** Görsel ve Yazılı Medyadaki Şiddet içerikli Haberlerin Öğretim Çağındaki Çocukların Tutum, Algı ve Düşüncelerini Olumsuz Etkileyerek Derslerinde Başarısızlığa Neden Olacağını Aritmetik ortalama yüzdesi Evet katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{X} = \%93,06$  cevap veren kişi sapma sayısı  $ss=468$  ve aritmetik ortalama oran eğrisi  $-32$ . Toplam Kisi Sayısı  $N:500$  olarak bulunmuştur.

**Bulunan sonuç:** Görsel ve Yazılı Medyadaki Şiddet içerikli Haberlerin Öğretim Çağındaki Çocukların Tutum, Algı ve Düşüncelerini Olumsuz Etkileyerek Derslerinde Başarısızlığa Neden Olacağını Yüksek oranda görülmüştür.

**SORU 4:** Cep telefonlarında bulunan spam reklamların ve Şiddet içerikli görsellerin çocukların algılarında olumsuz etkiler bırakacağı bununda derslerinde başarısızlığa neden olabileceğini söyleyebiliriz.

**Tablo 4.**

Boyutlar	N	$\bar{x}$	Sayı	Oran Eğrisi
<b>Evet Katılıyorum</b>	500	%75,04	377	-123
<b>Hayır Katılmıyorum</b>	500	%19.6	98	-402
<b>Kısmen Katılıyorum</b>	500	%5	25	-475

**Tablo 4. Analizi:** Cep telefonlarında bulunan spam reklamların ve Şiddet içerikli görsellerin çocukların algılarında olumsuz etkiler bırakacağı bununda derslerinde başarısızlığa neden olabileceğini Aritmetik ortalama yüzdesi Evet katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{x} = \%75,04$  Cevap veren kişi sapma sayısı  $ss=377$  ve aritmetik ortalama oran eğrisi -123. Toplam Kisi Sayısı N:500 olarak bulunmuştur.

**Bulunan Sonuç:** Cep telefonlarında bulunan spam reklamların ve Şiddet içerikli görsellerin çocukların algılarında olumsuz etkiler bırakacağı bununda derslerinde başarısızlığa neden olabileceğini görülmektedir.

**SORU 5:** Son yıllarda hızla gelişen elektronik teknolojisinin cep telefonlarına, tabletlere ve mini bilgisayarlara dönüşerek hayatımızın her alanına girmesi şiddet içerikli kirli haberlerin bu teknolojik aletlerle hızla yayılması okullarda şiddetin artmasına derslerdeki başarının düşmesine sebep olacağı söylenebilir.

**Tablo 5.**

Boyutlar	N	$\bar{x}$	Sayı	Oran Eğrisi
<b>Evet Katılıyorum</b>	500	%99,4	497	-3
<b>Hayır Katılmıyorum</b>	500	%0.6	3	-497
<b>Kısmen Katılıyorum</b>	500	%0	0	-500

**Tablo 5. Analizi:** Son yıllarda hızla gelişen elektronik teknolojisinin cep telefonlarına, tabletlere ve mini bilgisayarlar dönüşerek hayatımızın her alanına girmesi şiddet içerikli kirli haberlerin bu teknolojik aletlerle hızla yayılması okullarda şiddetin artmasına derslerdeki başarının düşmesine sebep olacağı Aritmetik ortalama yüzdesi Evet katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{X} = \%99,04$  Cevap veren kişi sapma sayısı  $ss=497$  ve aritmetik ortalama oran eğrisi -3. Toplam Kisi Sayısı N:500 olarak bulunmuştur.

**Bulunan Sonuç:** Hızla gelişen elektronik teknolojisinin cep telefonlarına, tabletlere ve mini bilgisayarlar dönüşerek hayatımızın her alanına girmesi şiddet içerikli kirli haberlerin bu teknolojik aletlerle hızla yayılması okullarda şiddetin artmasına derslerdeki başarının düşmesine Kesin olarak sebep olmaktadır diyebiliriz.

#### SORU 6.

Şiddet içerikli elektronik oyunların ön yazılarının, kötü hedef gösteren görsellerin çocukların hafıza ve zekâlarında körelmeye sebep olduğu bunun sonucunda saplantıların meydana gelebileceği, okul başarısının düşeceği görülmektedir

#### . Tablo 6.

Boyutlar	N	$\bar{X}$	Sayı	Oran Eğrisi
Evet Katılıyorum	500	%44,2	221	-279
Hayır Katılmıyorum	500	%0	0	-500
Kısmen Katılıyorum	500	%55,8	279	-221

**Tablo.6. Analizi:** Şiddet içerikli elektronik oyunların ön yazılarının, kötü hedef gösteren görsellerin çocukların hafıza ve zekâlarında körelmeye sebep olduğu bunun sonucunda saplantıların meydana gelebileceği, okul başarısının düşeceği Aritmetik ortalama yüzdesi

Evet katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{X} = \%44,2$  Cevap veren kişi sapma sayısı  $ss=221$  ve aritmetik ortalama oran eğrisi -279. Toplam Kisi Sayısı N:500 olarak bulunmuştur.

Kısmen katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{X} = \%55,8$  Cevap veren kişi sapma sayısı  $ss=279$  ve aritmetik ortalama oran eğrisi -221. Toplam Kisi Sayısı N:500 olarak bulunmuştur.

**Bulunan Sonuç:** Şiddet içerikli elektronik oyunların ön yazılarının, kötü hedef gösteren görsellerin çocukların hafıza ve zekâlarında körelmeye sebep olduğu bunun sonucunda saplantıların meydana gelebileceği, okul başarısının düşüreceği ve kısmen katılıyorum diyenlerle birlikte çoğunlukla velilerin okul başarısının düşeceği yönünde görüş bildirmişlerdir.

**SORU 7.** Gazete ve Topluma Açık Yerlerde Gösteriler Panolarda Çocukların Eğitimini Olumsuz Etkileyecek Yazıların, Görüş ve Düşüncelerin Yayınlanması Öğrencilerin Okul Hayatlarını, Okuma İsteklerini Olumsuz Etkileyecektir.

. **Tablo 7.**

Boyutlar	N	$\bar{x}$	Sayı	Oran Eğrisi
Evet Katılıyorum	500	%100	500	0
Hayır Katılmıyorum	500	%0	0	-500
Kısmen Katılıyorum	500	%0	0	-500

**Tablo 7. Analizi:** Gazete ve Topluma Açık Yerlerde Gösteriler Panolarda Çocukların Eğitimini Olumsuz Etkileyecek Yazıların, Görüş ve Düşüncelerin Yayınlanması Öğrencilerin Okul Hayatlarını, Okuma İsteklerini Olumsuz Etkileyecektir. Aritmetik ortalama yüzdesi Evet katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{x} = \%100$  Cevap veren kişi sapma sayısı ss=500 ve aritmetik ortalama oran eğrisi -0. Toplam Kisi Sayısı N:500 olarak bulunmuştur.

**Bulunan Sonuç:** Gazete ve Topluma Açık Yerlerde Gösteriler Panolarda Çocukların Eğitimini Olumsuz Etkileyecek Yazıların, Görüş ve Düşüncelerin Yayınlanması Öğrencilerin Okul Hayatlarını, Okuma İsteklerini Olumsuz Etkilemesi kesin olarak ortaya çıkmıştır.

**SORU 8:** Özellikle Görsel Medyada (TV ve İnternette) Öğretmenin Öğrenciye Tokat Atması, Vurması ya da Rencide Etmesiyle İlgili Görüntülerin Servis Edilmesi, Gösterilmesi Öğrencilerin Psikolojisini Bozarak Okula Devam Etme, Okuma İsteğinin Azalmasına ve Başarısızlığa Sebep Olabileceği Düşünülmektedir

**Tablo 8.**

Boyutlar	N	$\bar{x}$	Sayı	Oran Eğrisi
Evet Katılıyorum	500	%98	490	-10
Hayır Katılmıyorum	500	%2	10	-490
Kısmen Katılıyorum	500	%0	0	-500

**Tablo 8. Analizi:** Özellikle Görsel Medyada (TV ve İnternette) Öğretmenin Öğrenciye Tokat Atması, Vurması ya da Rencide Etmesiyle İlgili Görüntülerin Servis Edilmesi, Gösterilmesi Öğrencilerin Psikolojisini Bozarak Okula Devam Etme, Okuma İsteğinin Azalmasına ve Başarısızlığa Sebep Olabileceği Aritmetik ortalama yüzdesi Evet katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{x}$  =%98 Cevap veren kişi sapma sayısı ss=490 ve aritmetik ortalama oran eğrisi -10. Toplam Kisi Sayısı N:500 olarak bulunmuştur.

**Bulunan Sonuç:** Özellikle Görsel Medyada (TV ve İnternette) Öğretmenin Öğrenciye Tokat Atması, Vurması ya da Rencide Etmesiyle İlgili Görüntülerin Servis Edilmesi, Gösterilmesi Öğrencilerin Psikolojisini Bozarak Okula Devam Etme, Okuma İsteğinin Azalmasına ve Başarısızlığa Sebep Olabileceği yapılan analizde Görülmüştür.

**SORU 9:** Mutaassıp, kapalı bir ortamda yetişmiş ve içinde yaşadıkları çevre, kültür açısından şiddet içerikli hiçbir olay yaşamamış gelişmekte olan çocukların dış çevreden yüksek oranda (sosyal medya, yazılı, görsel medyadan) gelen şiddet içerikli haberlerin etkisi altında kalan çocukların kültürlerinde ve sosyal hayatlarında olumsuz değişimler yaşaya bileceği söylenmiştir

**. Tablo 9.**

Boyutlar	N	$\bar{x}$	Sayı	Oran Eğrisi
Evet Katılıyorum	500	%95,2	476	-24
Hayır Katılmıyorum	500	%4,8	24	-476
Kısmen Katılıyorum	500	%0	0	-500

**Tablo 9. Analizi:** Mutaassıp, kapalı bir ortamda yetişmiş ve içinde yaşadıkları çevre, kültür açısından şiddet içerikli hiçbir olay yaşamamış gelişmekte olan çocukların dış çevreden yüksek oranda (sosyal medya, yazılı, görsel medyadan) gelen şiddet içerikli haberlerin etkisi altında kalan çocukların kültürlerinde ve sosyal hayatlarında olumsuz değişmeler yaşaya bileceği, Aritmetik ortalama yüzdesi Evet katılıyorum diyen ebeveyn  $\bar{X} = \%95,2$  Cevap veren kişi sapma sayısı  $ss=476$  ve aritmetik ortalama oran eğrisi  $-24$ . Toplam Kisi Sayısı  $N:500$  olarak bulunmuştur.

**Bulunan Sonuç:** Mutaassıp, kapalı bir ortamda yetişmiş ve içinde yaşadıkları çevre, kültür açısından şiddet içerikli hiçbir olay yaşamamış gelişmekte olan çocukların dış çevreden yüksek oranda (sosyal medya, yazılı, görsel medyadan) gelen şiddet içerikli haberlerin etkisi altında kalan çocukların kültürlerinde ve sosyal hayatlarında olumsuz değişmeler yaşaya bileceği analiz sonucu ortaya çıkmıştır.

## SONUÇ

Bu araştırmada ortaya çıkan sonuçlar devletin bir an önce sıkı tedbir almasına gerektirecek niteliktedir. Bulunan sonuçlar maddeler halinde aşağıda belirtilmiştir.

- ❖ Görsel ve yazılı medyada yer alan şiddet içerikli haberlerinin okullardaki şiddeti sosyal ve psikolojik açıdan tetiklediği sonucu çıkmıştır.
- ❖ Şiddet içerikli animasyon, film, çizgi film ve dizilerin çocukların eğitiminde olumsuz etkiler yapacağı ve okul başarısını düşürdüğü sonucu çıkmıştır.
- ❖ Görsel ve yazılı medyadaki şiddet içerikli haberlerin öğretim çağındaki çocukların tutum, algı ve düşüncelerini olumsuz etkileyerek derslerinde başarısızlığa neden olduğu görülmüştür.
- ❖ Cep telefonlarında bulunan spam reklamların ve şiddet içerikli görsellerin çocukların algılarında olumsuz etkiler bırakacağı bununda derslerinde başarısızlığa neden olduğu ortaya çıkmıştır.

- ❖ Son yıllarda hızla gelişen elektronik teknolojisinin cep telefonlarına, tabletlere ve mini bilgisayarlara dönüşerek hayatımızın her alanına girmesi şiddet içerikli kirli haberlerin bu teknolojik aletlerle hızla yayılması okullarda şiddetin artmasına derslerdeki başarının düşmesine sebep olduğu ortaya çıkmıştır.
- ❖ Gazete ve topluma açık yerlerde gösterilen panolarda çocukların eğitimini olumsuz etkileyecek yazıların, görüş ve düşüncelerin yayınlanması öğrencilerin okul hayatlarını, okuma isteklerini olumsuz etkilediği görülmüştür.
- ❖ Şiddet içerikli elektronik oyunların ön yazılarının, kötü hedef gösteren görsellerin çocukların hafıza ve zekâlarında körelmeye sebep olduğu bunun sonucunda saplantıların meydana gelebileceği, okul başarısının düşürdüğü anlaşılmıştır.
- ❖ Özellikle görsel medyada (tv ve internette) öğretmenin öğrenciye tokat atması, vurması ya da rencide etmesiyle ilgili görüntülerin servis edilmesi, gösterilmesi öğrencilerin psikolojisini bozarak okula devam etme, okuma isteğinin azalmasına ve başarısızlığa sebep olduğu ortaya çıkmıştır.
- ❖ Mutaassıp, kapalı bir ortamda yetişmiş ve içinde yaşadıkları çevre, kültür açısından şiddet içerikli hiçbir olay yaşamamış gelişmekte olan çocukların dış çevreden yüksek oranda (sosyal medya, yazılı, görsel medyadan) gelen şiddet içerikli haberlerin etkisi altında kültürlerinde ve sosyal hayatlarında olumsuz etkiler yaşayacağı görülmüştür.

## ÖNERİLER

Görsel ve yazılı medya ürünlerinin ilgililerce daha fazla denetlenmesi gerekmektedir. Toplumda infial yaratacak bazı haberlerin (sosyal, psikolojik ve kültürel) açıdan gelişmekte olan öğrencilere zarar vererek toplumu şiddete yönlendirecek kasıtlı ya da istem dışı yayınların önlenmesi ve tedbir alınması sağlanmalıdır. İlgili devlet kurumlarının konuyla ilgili yeni ve acil tedbir yasalarını çıkarılması gerekmektedir.

Okul çağındaki çocukların, gençlerin her türlü görsel ve yazılı şiddet içerikli haberlerden uzak tutulması geleceğimizin olan bireylerin sağlıklı ve iyi yetişmesine katkı sağlayacaktır.



## KISITLILIK

Yapılan araştırmada herhangi bir kısıtlama belirtilmemiştir.

## BİLDİRİM

**Değerlendirme:** İ ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**ıkar atışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar atışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malı destek kullanımı bildirmemişlerdir.

## ETİK BEYAN

Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisinin Yayın Etiği; Bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan Sosyal Bilimler alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki Bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## KAYNAKLAR

Hüseyin, A (2022) Görsel Anlatı Türü Olarak Televizyon Ve şiddet Öğrenimi İlişkisi, Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi Kafkas University Journal of the Institute of Social Sciences Sonbahar Autumn 2022, Sayı Number 30, 643-670 DOI: 10.56597/kausbed.1080025

Güler, B.K Ve Emeç, H (2006) Yaşam Memnuniyeti Ve Akademik Başarıda İyimserlik Etkisi, Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Dergisi Cilt:21 Sayı:2, Ss:129-149 129

Yazuzer, Y (2011). Okullarda Saldırıcılık/şiddet: Okul Ve Öğretmenle İlgili Risk Faktörleri Ve Önleme Stratejileri, Milli Eğitim Dergisi, Volume: 41 Issue: 192, 43 - 61

ubuku ve Dönmez (2014). Yazılı Basına Yansımaları İle Okuldaki şiddet Olaylarının İncelenmesi, Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi - Journal of Theoretical Educational Science, 7(1), 44-59

Eryılmaz, A (2016). şiddet içerikli reklamların algılanması: Balıkesir ili ortaöğretim öğrencileri üzerine bir uygulama, Yaşar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.



# Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisi

Makale Başvuru Tarihi: 10.12.2023 Makale Yayın Tarihi: 11.03.2024 Makale Türü: Araştırma  
E-Issn: 3023-7084 Doi No: 10.5281/zenodo.10825285 Cilt:1 Sayı:1 Yıl:2024 Ss:150-168

## Ergenlikte Akran Baskısının Psikolojik Ve Sosyolojik Etkileri

### 1.Pamir DİRİL

#### Doktor (PhD)

St Clements Üniversitesi/United Kingdom

Psikoloji Ana Bilim Dalı/Klinik Psikoloji

E-Mail: akademisyen1970@hotmail.com

Orcid ID: 0000-0001-8913-343X

### ÖZET

Akran baskısı çocukluk ve genellikle ergen bireylerde sıkça karşılaştığımız küçük görme, lakab takma, ayırma ve hatta aşağılama eylemlerine kadar uzanan bir yöntemdir. Akranları (yaşlıları ya da yaşına uygun) olanlar tarafından insanlar üzerinde uygulanan doğrudan etki veya etkilenen kişinin tutum, değer veya davranışlarını etkisi altında kaldıkları akranlara uyacak şekilde düzenlemesini teşvik eden etkidir. Akran baskısı olumlu veya olumsuz bir etkiye neden olabilir. Bu neden sonucunda bir takım hesaplanamayan facialara da tanık olunabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Akran baskısı, zorbalık, akran zorbalığı, mobbing, fiziki şiddet, psikolojik şiddet

### ABSTRACT

Peer pressure is the name given to a method that extends to the act of belittling, name-calling, discrimination and even humiliation that we frequently encounter in childhood and usually in adolescents. It is the direct influence exerted on people by their peers (age-matched or age-appropriate), or the influence that encourages the person affected to adjust their attitudes, values or behaviors to conform to the peers under their influence. Peer pressure can have a positive or negative effect. As a result of this cause, some incalculable disasters can also be witnessed. In this study,

**Keywords:** eer pressure, bullying, peer bullying, mobbing, physical violence, psychological violence

## GİRİŞ

Akran baskısı genellikle zorbalık davranışlarını etkileme, alkol, uyuşturucu kullanımı ve olumsuz beden imajıyla ilişkilidir ve bunların hepsi bir çocuğun veya gencin refahı için zararlıdır. Bu tür davranışların etkileri özgüveni, öz değeri ve aile üyeleri ile arkadaşlardan uzaklaşmayı azaltabilir.

## AMAÇ

Bu araştırmada, Türkiye akran baskısının ergenlik çağındaki gençler üzerinde oluşturduğu psikolojik ve sosyolojik etkilerini ele almak ve gelişimini yakından takip etme ve etken olan faktörlerin analiz edilerek sorunu gidermeye yönelik çalışmaların , tedbirlerin alınmasını sağlamak hedeflenmektedir.

## YÖNTEM

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden literatür araştırması kullanılmıştır. Literatür taramasına dayalı nitel araştırmanın çeşitli avantajları ve sınırlamaları vardır. Niteliksel veriler, araştırmacıların ilgi alanlarını daha derinlemesine keşfetmelerine, davranışların ve olayların nedenine, düzenine ve amacına özel dikkat göstermelerine olanak tanır. Niteliksel araştırma, konunun özellikle öğrenme süreci ve ana aktörleri ile ilgili olanlar olmak üzere insan fenomenlerine daha derinlemesine bakmak için yararlı bir yöntem ve teknik olarak sunulur. Ancak bu yaklaşım, kesin nicel değerler olmadan temel bir yanıt alınmasını sağlar. Ancak kadın cinayetleri söz konusu olduğunda bu çalışma kapsamında en çok veriye ulaşılmasını sağlayacak olan bu araştırma yöntemidir.

## BULGULAR

Erik Erikson'a göre ergenlik, insanların kimliklerinden kaçmak için bir kimlik oluşturmaları gereken bir çağ olarak tanımlamaktadır. Aynı zamanda olayın dağınıklık ve kafa karışıklığı olduğunda belirtmiştir. Bu yaşlarda ergenler, kendileri üzerinde güç sahibi olan arkadaşlarına çok önem verirler. Bu olgu "akran baskısı" olarak adlandırılır. Oxford İngilizce sözlüğü akran kelimesini aynı grubun üyeleri olarak tanımlanmaktadır. Akran baskısının olumlu ya da olumsuz birçok çeşidi olduğu düşünülebilir. Akran grubu, psikologlar tarafından genellikle benzer yaştaki insanları tanımlamak için kullanılan bir terimdir. Ergenler için farklı yaşlarda ve farklı yerlerde akran baskısı görülmektedir. Örneğin, aynı işyerinde

çalışan fabrikada akran baskısı vardır ve bu olumlu olmakta, çünkü her bir birey yapabileceklerinin en iyisini yapmaya gayret ederler. Akran baskısı çocuklar arasında baskı; aynı hareketleri yapmaya ve aynı oyuncaklara sahip olmaya çalışmak ve aynı zamanda ortak hareket etmek anlamına gelmektedir. Son olarak, ergenler arasında akran baskısı bulunmaktadır ve ergenleri etkilemektedir. Ergenlerin kişiliğine ve ahlak gelişimine müdahale eder. Bireyin kişisel gelişimin öne çıkmış hali, ergenliğin gelişimi ile öne çıkan ve kişinin kimlik temel hareketlerinin kazılması ile birlikte

sonlanan çocukluk dönemi ve gençlik ve yetişkinlik arasındaki önemli bir dönemdir. Ergenlik dönemi yaş aralığı genel olarak 12-23 yaşları arasındaki dönemi kapsayan gelişimin, hem sosyolojik hem fiziksel gelişimini ve olgunluğa erdiği dönem olarak belirtilen süreçtir. Ergenlik döneminin ilk başlama süreci ve bitme süreci arasındaki yaşanan süreci tam olarak zamanlandırmak oldukça güçtür. Bu dönemdeki kişinin gelişimini cinsiyeti, beslenmesi ve çevre etkenler gibi gelişimi etkileyecek etkenleri göz önünde bulundurmak önemlidir. Bu dönem sürecinde fiziksel , sosyal ve duyu gelişim çok önemli yer teşkil etmektedir .Bu etkenler gelişim sürecinde bir çok kez değişim gösterebilmektedir.

Bahsedilen sürecin gelişiminde duygusal olarak sınırlanma ve öfke gelişim olarak çok çabuk etkilenmekte ve öne çıkmaktadır. Gelişim süreci ile gençlik süreci arasındaki dönemler bile birbirinden farklı olarak görülebilmektedir. Ergenlik dönemi sürecinin kolaylıkla atlatılması ve sorunların çözülebilmesi için bu süreci tetikleyen etkenleri incelemekte fayda vardır. Bahsedilen etkenlerden en önemlilerinden biri de akranlar arasında oluşturdukları ilişkilerle orantılıdır. Ergenlik döneminde akranlar arası grup ilişkilerinin gelişim sürecinde olumlu bir etken olarak görülmekle birlikte, ergenler üzerinde çok olumsuz etkileri de olabilmektedir.

Akranlık ilişkileri sırasında yaşanacağı düşünülen genel olumsuzlukların en önemlilerinden biri de akran baskısı olarak gösterilmektedir. (Aktuğ, 2006). Bu baskı sonucunda aslında bireyin istek ve arzularının hiçbir önemi olmadığı aslında akranının istek ve düşüncelerinin baskıcı bir araç olarak bireyin üzerinde baskı olarak etki olarak tanımlanmaktadır. Bu düşünceye göre ergenlik dönem sürecindeki öğrendikleri eğilimler ve normlarda ve hatta öğrenilmişliklerden uzaklaşıp bu normları tekrar edilebildiği görülmektedir. Gelişimlere neden olan esas vurgu akranlar arasındaki ilişkiye bağlı olarak gelişen akran baskısı vurgulanmaktadır. Bu süreçte gruplaşmalar arasında grup normları ve davranışlarına bağlılık görülmektedir. Crandell ve Crandell, 2000).

Akran baskısı sürecinde ödüllendirme olduğu gibi cezalandırma sistemi gelişmiştir. Grubun kuralları ve normlara uygun davranış şekli sergileyen bireyin ödüllendirilmiş, bu normlara ve fikre uymayan bireyler ise çeşitli yöntemlerle kendileri tarafından belirlenmiş oldukları ceza sistemi uygulanmaktadır. Cezaların başında gruptan çıkarılarak yalnızlığa itilmesi, Ödüllendirme ise tam tersi grupta söz sahibi olma ve düşüncesinin kabul edilmesi itibar görmesi şeklinde olmaktadır.

Ergenlik dönemi sürecinde bireylerin kendi aralarındaki etkileşim gözle görülebilmekle birlikte, bazı konularda ise gizli olarak sezinlenebilmektedir. Gözle görülebilen etkileşim sürecinde gruplar arasında emir ve kural olarak diğer gözlenen etkide ise, akran modeli olma, bu davranışı sergileme olarak görülebilmektedir. Direkt olarak uygulanabilen akran baskısı rahatlıkla hissedilebilmekle birlikte, dolaylı olarak uygulanan baskıyı algılamak daha zor görülebilmektedir.(Berndt, 1990).

Bir başka akran baskısı direkt ya da dolaylı olarak baskının cinsiyet olayından da anlaşılma gösterebilmektedir. Erkek bireyler akran baskısını karşıt cinsiyete göre göre çok fazla olarak hissedebilmektedir.

Bu farklıklar ergenlerin cinsiyeti ve yaş dilimi olarak görülmektedir. Akran gruplarının etkileşimde görülen etkisi çeşitli alanlarda etkisi artarak devam ettiği görülmektedir. Baskı etkisinin olumsuz olması durumunda bireyin davranışlarında değişikliğin ve baskının etkisi olarak riskli olumsuz davranış sergilemedikleri de gözlemlenmektedir. Bu riskli davranışların bireyin sosyalleşme, duygusal ve fiziksel durumunun gelişimini etkilemek açısından çok risk ihtiva etmektedir. Ergenlik sürecinde gelişmeler ve değişikliklerin belirleyen olan unsurun fiziksel gelişim ve değişim olmaktadır. Bu süreçte davranış üzerinde belirleyici etken gelişim, fiziksel gelişme vucutlarındaki değişimin farkına varmaları durumunda ortaya çıkan değişikliklerle belirgenleşmektedir.

Bu değişimlerin temelinde hormonal değişiklikler oluşurken, diğer bir gelişim olan cinsellik özelliklerinin gelişimin belirginleşmesi olarak görülmektedir. Bu gelişimenn psikolojik olarak gelişimini tanımlanmaktadır. Bireylerin gelişimin en hızlı ve ani değişimin yaşandığı süreç ergenlik dönemi olarak gözlenmektedir. Ergenlik dönemi sürecinde dönemim kendine has gelişme dönemleri mevcuttur. Erginlik dönemi sürecinde ruhen gelişimin fiziksel gelişim ile orantılı olarak gelişmektedir. Bu süreçte biret ve gerekse aile bireyleri çok zorlu dönem olarak geçmektedir. Bu gelişmede sorunlar, problemler için radikal karar almak ve uygulamak muhim bir konu olarak yer tutmaktadır. Bu kararlar sonucunda bireylerin toplumsal yaşaam

şeklini de gelişiminide etkilemektedir. Süreç boyunca ortaya çıkan sorunların aslında bir nebze düşünce geçişi olarak adlandırılabilir.

Çocukluk düşüncelerinin bitip ergenlik düşüncelerine geçerek gerçek yaşamın açılımı anlatılmaktadır. Alınan tedbirler ve kararlardan sonra bu geçiş süreci daha hızlı ve az zararla sağlanacaktır. Bunun aksini sergileyen ergenlerin kabullenışı ret eden ve alınan kararlara karşı gelen bireylerde bu süreç daha zor geçiş sağlamaktadır. Dirençli ve sıkıntılı bir süreç beklenmektedir. Bu tür davranış şekli sonucunda bireyin sınıflandırılmasını da güçleştirmektedir. Bu tanımlama yapılırken bireyin çeşitli alanlardaki gelişimini de tamamlayarak gelişim bölümünün kısımlarını gerçekleştirmektedir.

Bireyin sosyolojik , beşeri iletişim, cinsel, duygu ve karar mekanizma duygularının gelişimi olarak incelemeye alınabilmektedir. Ergenlerde akran baskısının şekli ile risk ihtiva eden davranışlar arasında belli düzeylerde orta yada düşük seviyede pozitif ilişkiler görülmektedir. Bu davranış şekillerinde akran baskılarında en belirgin görülen anti sosyal davranışlar, intihar etme eğilimi, dengesiz beslenme şekil bozuklukları, alkol ve madde kullanma eğilimleri artış gözlenmektedir. Bu davranışlarda sigara kullanımı akran baskısı olarak günümüzde çok olarak görülmektedir.

Okul terki ve geleceği planlama ise orta seviye de görülmektedir. Ergenlik sürecinde bireyin zorbalıkla ne tür baskı ile karşılaştıkları ilgili yapılan araştırmalarda gözlenen en çok davranış şekli okullarda meydana geldiği görülmektedir. Araştırmada göze çarpan bir konuda fiziksel çevre olduğu tespit edilirken, okul içerisindeki alanlar kadar okul dışındaki alanlarında akran zorbalığı için riskli bölgeler olduğu görülmektedir.

Yapılan gözlemler sonucunda elde edilen sonuçlara göre akran zorbalığı davranışlarının %62,2 si okul içerisinde ve hem de okul dışarısında bu tür davranışlara maruz kalındığını göstermektedir. Ergenlik dönemi sürecinde akranlar arası ilişkilerde bir takım değişiklikler görülmekte ve akranlar arası zaman geçirme dilimi uyku haricinde birlikte geçirmektedirler. Bireyin hareketlerinin değişim ile ilişkilendirilen karşı cinse olan ilgisinde hem okul bölgesinde hem de okul bölgesi dışında sosyal olarak artış gözlenmektedir. Bu değişimin getirmiş olduğu en önemli özelliklerden biri de cinsel zorbalık ve sataşmalar olarak belirlenmiştir. Bu analiz görüşlerine göre ergenlik sürecinin evrelerinde okul dışında

da zorbaca davranışlara maruz kaldığı görülmektedir. Açıklamalara göre ülkemizde ergen bireylerin okula ulaşma sırasında servis aralarını kullandıkları bilinmektedir. Bu servis

ortamlarında farklı yaş gruplarını olduğuda bilinmektedir. Bu tür ortamlarda akran zorbalığında rahatca görülebilme ihtimalinin yüksek olduğu tahmin edebilmektedir. Bu tahminle bağlantılı olarak yüzde olarak %7 lik oran olduğu tespit edilmiştir. Ülkemizde okul içerisinde akran zorbalığı koridorlar, oyun alanları ve dersliklerde, yemekhane yada kantinlerde öğrencilerin takibi ile yüzde olarak azaldığı tesbit edilmiştir. Burdan çıkan sonuca göre kontrol altında tutulan bireylerin ergenlik döneminde akran zorbalığına maruz kalması azalmıştır. Bu sonuca göre okulda fiziksel çevrenin ve ortamlarda zorbalığın önlenmesi mümkün olup bu konunun çözümüne dikkat çekilmeli farkındalığı vurgulanmalıdır.

Arştırmalara göre zorbalıktan kurtulmak ve maruz kalmamanın yolu ise bu tür oluşumlardan ve yakınlaşmalardan uzak durmanın çözüm olacağı gözlemlenmiştir. Bir takım araştırmacılara göre bireylerin bu tür zorbalıklardan uzak durmasıyla stres ve zorbalıkla mücadele etme problemlere daha mantıklı yaklaşıma stratejisi olarak adlandırılmaktadır. Böylelikle ergenlerin zorbalıktan uzak durarak sorunun devam etmesi yada oluşmasına engel olamaya yönelik bir strateji geliştirebileceğinden bahsedilmektedir. Bu görüşe göre bireylerin bir takım zorbalıklara karşı direnmeleri, karşı koymaları bunun dışsallaştırma olarak adlandırılmasını sağlamaktadır.

Bireyin kendince bir takım tedbirler geliştirmesi de bireyin kendini koruma altına alması gibi yöntemi geliştirilmesine yardımcı olmaktadır. Yapılan araştırmalarda buna benzeyen davranışların bireye zorbalık uygulayan zorbanın beklediği ve istediği tür davranış şekli olduğu belirlenmiştir. Böylece hem zorbalık kolaylıkla gerçekleşecek hemde sürdürülebilir olmasının kolaylığı sağlanmış olacaktır. ( Lagerspetz, 1996). Bu türden zorbalıklar sonucunda bireyin bir başka bireye olayları anlatma ve destek, taraf edinme isteğini ortaya koymasına yönelik isteklerin tamamını problemi çözmeye yönelik olduğunu bildirmişlerdir.

Böylelikle elde edilen sonuçların araştırma sonuçları ile uyduğu ortaya çıkmaktadır. Bir diğer araştırma konus olan zorbalığın türüne göre vbaş etme olayla başa çıkma yollarının farklılaştığının şekillenmesi olarak ele alınmaktadır. Bütün ele alınan konuların özüne bakacak olursak çocuk bireyler ve ergen bireylerin daha fazla gözlemlenebilecek olan zorbalıklara maruz kaldıkları andan itibaren başka bireyden yardım istemeyi genellikle tercih ettikleri güvenli yol olarak olarak gözlemlenmektedir.

## Psikolojik Etkenleri

Ergenlik dönemi periyodik olarak sosyal bilimlerde bir çok araştırmaya , içerik ve gelişimsel özellikleri yaşamsal konuları içermesinden dolayı bir çok araştırmalara konu olmuştur. Bu konularda özellikle ergenlik döneminde sosyal kimlik arayışı ve bağımsızlık ile ilgili aile dışında bir çevre kurma konusu işlenmektedir. Bu aile dışında kurulan çevrenin ergen bireyler üzerinde duygusal etkileri çok fazla olmaktadır. Bireylerin arkadaş, okul çevresi, yaşanan duygu yoğunluğu ve bu duyguların nasıl ifade edeceğini çevresiyle iletişiminin.

Diğer bireylerle ilişkilerindeki rolü ve önemi belirleyecektir. Bireyin akranları ile aralarında kurdukları beşeri ilişkilerinin niteliği belirlemede çok önemli kavram olarak görülmektedir. İletişimlerinde ekseriyetle yoğun duygu paylaşımlarını paylaşmak ve en önemli duygu yoğunluğun öfke olduğu görülmektedir. Bu duygusunu nasıl ifade ettiğinde önemlidir. Bireyin aile içi kurduğu ilişkilerde, sosyal çevresinde , okulunda ve yaşadığı yaşamında öfkeden kaynaklı bir çok problemler gözlenmektedir. Bu durumda bireyin içerisinde bulunduğu durumu ve ifade şekli önemle ele alınmalıdır.

Öfkenin ifade şekline göre olumsuzluklar yaşanmakta ve uyum problemlerine neden olmaktadır. Bireyin okul hayatında da önemli bir rol oynayan belirleyici unsurlardan biri olan öfke, haksızlık, küçümsenme durumlarında ortaya çıkan bir duygu olarak tanımlanmıştır. (Spielberger, 1998; Torestad, 1990) adlı akademisyenler duygusal, davranışsal ve bilişsel olarak dört farklı konuyu ele almışlardır.

Öfkenin duygusal boyutu olarak duygu yoğunluğu, davranış boyutu, öfkeyi ifade eden davranışlar, öfkenin tanımı, bilişsel boyutu olarak ele alınmaktadır. Bireyin öfke duygusu konusunda göstermiş olduğu duygu yoğunluğu inanç ve fiziksel boyutu ile değerlendirilmektedir. Öfke duygusu duygu yoğunluğu açısından değil, bilişsel ve davranışsal boyutunda bulunduğu görülmektedir. Araştırmacılar bu kıyasları ele almaktadır. Bireyin psikolojik olarak öfke duygusunun yoğun yaşanması yada belirtme şeklinde yoğunluğun bireyin yaşadıklarının şiddetli ve karakterist tarzına göre değişmektedir. Psikolojik ve sosyal destek ergen bireyler için desteğin algılanması niteliklerine göre çok önemlidir. Bu desteğin aslında en önemli parçası ise bireyin çevresinden alınmalıdır.

Psikolojik ve sosyolojik destek alan bireyin çevresiyle kurduğu sağlam diyalog sonunda olumsuzluklar karşısında kendini daha güvende ve daha güçlü hissedebilmektedir. Öfkesini



kontrol edebilmede daha kolay davranışlar sergileyebilmektedir. Zorbalıktan bahsedebilmek için , bir veya birden fazla kişinin sürekli ve uzun bir süre boyunca diğer bireye hoş olamayan ve sürekli açığı çekmesini sağlayacak davranışta bulunması gerektiğini belirtmektedir. Şiddet uygulayan bireye göre acı vermek hareketi genellikle tekme atmak, hor görmek, aşağılamayı hakaret etmek, tehdit etmek olarak direk zorbalık kapsamından girmektedir. Düzeni bir şekilde devam etmesi alay etmesi de bu kapsamda değerlendirilmektedir. Direk olarak değil farklı yollar deneyerek yapılan zorbalıklarda dışlanma, bir gruba alınmaması, engellenmesi ve arkadaşlık ilişkilerine engel olunması şeklinde olmaktadır. Bu durumlar karşısında bireyin zorbalığa acı ve üzüntüsüne sebep olabilmekte olduğu gözlemlenmektedir.

Araştırma Literatürüne göre , sosyal ve psikolojik desteğin bireyler üzerinde ne derece başarılı olabildiği konusunda bir çok çalışmalar vardır. Bu tür çalışmalar 1970 yıllarında hız kazanmakta idi. Bu konuda çalışmalar yapan Cobb (1976 ) ya göre; sosyal ve psikolojik ilişkilerin bireyin yaşam boyunca yeni bilgilere, stres kontrolü ve yaşam rol şekillerini kabullenme ve değişen yaşam biçimlerine uyum sağlamak adına avantaj elde etme konusunu ele almıştır. Sosyal ve psikolojik desteğin bireylerin ilişkilerinin stresle bağlantısının direk doğrudan bağlantısı olduğuna kanaat getirilmekte idi. Bu ilişkilerden bireyin çevre etkisinden algıladığı destekle stres ve bunu gibi etken problemler karşısında problemler ile baş etmenin yollarını göstermiş olacaktır.

Böylelikle bireyin daha sağlıklı duyulu ve sağlıklı davranışlar sergileyebilecektir. Psikolojik destek sayesinde bireyin duygusal durumunun düzelmesi ve sağlıklı düşünme , uyum sağlayacak davranışlar sergilemesine yardımcı olacaktır. Sosyal yapıya uygun ilişkiler, bireyin hem sosyolojik hem de psikolojik açısından kendini iyi hissetmesi çok önemli etken olarak etkilidir. Destekte bulunan sosyal ve psikolojik desteğin bireylerin yakın çevrelerine ve arkadaşlarına sergiledikleri davranış şekilleri de olgunlaşmıştır. Saygı görmek, olumlu duyguların yaşanmasına sebep olmaktadır. Alınan desteklerin bireyin öfke kontrolünü sağlamakta ve bunun uygulanmasında ciddi bir rol olarak görülmektedir. Cohen ve Wills (1985).

Ergen bireylerin arkadaşlarıyla ilişkileri bireylerin duygusal durumu ve diğer ilişkilerine ve dönemseller özelliklerine önemli bir şekilde etki etmektedir. Bireylerin ergenlik döneminde duygularının düzgün olabilmesi bireyin sosyal gelişimi ile doğru orantılıdır. Sağlıklı iletişim kurabilen ve duygusal gelişimini tamamlamış bireylerin iletişimi de nitelikli olmaktadır.

Akranları ile doğru iletişim kurabilen bireylerinde öfke duygularını daha olumlu sergileyebilmektedir. Bireyin akranlarından etkilenme ve etkileme yöntemleri birbirilerine olan bağılıklarından kaynaklanıyordu. Akranlarıyla ilişkilerini zenginleştirmek isteyen ergen birey hem kabul etmek hem de onları kabullenmek eğilimindedir. Etkilenme düzeyi akran ilişkilerinde ciddi bir etken olarak ele alınmaktadır. Ergenlerde akran baskısı arkadaşının hissettiği ya da arkadaşından etkilendiği his olarak tanımlanmaktadır. Akran baskı bir bireyin arkadaşlığından etkilenerek madde kullanma, cesur olma, tek tip giyinme, aynı müzik tarzlarını benimseme, seksüel faaliyetler gibi çeşitli olumsuz davranışlar edinmeyi sağlayabilirler.

Baskıya kalan bireyin ait olduğu grubun uygulayacağı baskı için dışlanma korkusu yaşayacağı için sonunun ne olacağını düşünmeden risk alabilir ve garip hareketler sergileyebilirler. Ergen bireylerin sergilemiş oldukları davranış biçimleri onların duygusal gelişiminin ne kadar önemli bir kriter olduğunu göstermektedir.

Ergen bireylerin akran baskısına maruz kalarak yaptıkları davranışlar, gruba olan bağılıkları, samimiyetleri ve içtenlik gösterisinin derecelendirmesi olarak algılanabilmekteydi. Bu yönleri değerlendirerek sonuca gidecek olursak akran baskısı öfke gösterisinin olumlu ifade olarak kabul görmesinin etkisi bağlı olduğu gruba kabul edilmeye yönelik davranış olarak belirlenebilir. Ergenin psikolojik açıdan kendini daha iyi hissetmesini sağlayabileceğini, öfkesinin olumlu ifade edildiğini düşünebilecektir. Ergenlik döneminde akran baskısının olumsuz yönünde değil de, olumlu bir şekilde değerlendirilip baş etme yöntemleri geliştirebileceği düşünülebilir.

Öğrencilerin ergenlik dönemi boyunca sıkı ilişkileri ile önemli hal alan arkadaşlık ilişkilerinde birlikte yaşadıkları akran baskısı, sosyal baskı onların yaşamlarını kalitesizleştiren önemli bir sorun olarak ele alınmıştır. Toplumumuzda ergenlerin güçlükler ve tehdit ile karşılaştıkları sorunların üstesinden gelebilmek için psikolojik ve sosyal destek kapasitesini kullanması çok önemlidir ve bu olaylara karşı kendilerini destek alarak geliştirebilmelerine bağlıdır. Toplumla uyum sağlamak adına yaşanan sıkıntılar, başarısızlıklar, ergenlik dönemlerindeki sosyal, psikolojik gelişimi olumsuz etkilemektedir. Bu etkenlerden dolayı ergenlik döneminde dış etkenler olarak dışarıdan gelebilecek tehditlerle başa çıkabilmek konusu çok önemli olduğu görülmektedir.

Ergenlik döneminde akran baskısının psikolojik etkileri ile ilgili yapılan bir çok araştırmada , bireyin karşılaşmış olduğu sorunlarla nasıl başa çıkması gerektiğini de bu konuda ne kadar başarılı olabildiğini, başarısızlık sonucunda sosyal sorunlar ve kargaşa yaşanmasına sebep olabilmektedir. Ergen bireylerin hayatları ergenlikler boyunca karşılaşacakları olaylar ve bunlarla başa çıkma becerisinin eksik olarak gelişime açık olmayan becerilerin sonucunda bu durum sonucunda stres kaynağı olarak yaşadıkları sıkıntılar görülebilmektedir. Ergenlik döneminde akran grubu oluşumu kapalı, küçük ve birbirine yakın kişi özelliklerinden oluşmaktadır. Bu tür gruplar genellikle üç kişiden oluşmakta ve aralarından bir lider tayin edilmektedir.

Bu gruba dâhil olabilmek için arkadaşlık kriterleri ve etkenler göz önünde bulundurulmaktadır. Gruplaşma ergenlikte akran etkileşiminin en üst seviye de olduğunu göstermektedir. Akran baskısının bireylerde oluşan zorbalık boyutundaki uygulamasına maruz kalan ergenlerin bu karşı koyarak mücadele etmelerine ve okula gitmekten kaçmaya, bunu uygulayan akran bireyin ise üstünlük kurarak liderlik rolünü sergilemeye ve kontrolü baskıyı uygulamaya devam etmesine neden olmaktadır.

### **Sosyolojik Etkenler**

Ergenlik dönemi içerisinde bulunan bireylerin çocukluk dönemlerinden çok daha değişik bir yaşam şekilleri ve iletişim şekilleri ile karşılaşmakta yeni gelişmelerle karşılaşmaktadırlar. Yeni iletişim kroma çabaları oluşur. Buna göre çocukluk ve ergenlik dönemleri kıyaslamasına girildiğinde sosyal olarak yapı farklılıklarını hissedebilmektedirler. Sosyolojik dönemlerde aile ile bireyin ilişkilerini önemli biri konu olmakla birlikte bireyin ergenlik döneminde dikkat çeken diğer bir konu ise, akranları ile olan ilişkisidir. Bireyin akran ilişkilerinde karşılaşacağı sorunları tek başına çözebilmesi üstesinden gelebilmesi yetişkinliğe geçişi bir faktördür. Bu tür akran ilişkilerinde akranlarının verecekleri geri bildirimler bireyin sosyolojik ve psikososyolojik gelişimine etki edecektir.

Bireyin akran gruplarına bağlılık ve ait olma duygusunun gelişmesi ile güvenin artması ve saygı görmenin vermiş olduğu güvenle stres ile başa çıkmanın daha rahat aşıldığı sosyal bir destek olarak gözlemlenmektedir. İlk başlarda bahsettiğimiz gibi farklı gelişim dönemlerinde akranlar arasında farklı iletişim ve işlevler bulunabilmektedir. Bireyin ergenlik döneminde kurduğu arkadaş ilişkileri ile ilgili olarak diğer dönemlere göre içi ne kapanarak daha az arkadaşlık ilişkisi kurduğu gözlemlenmiştir. Bireyin ergenlik döneminde kurduğu ilişkilerinde daha yoğunluk ve samimiyetin daha fazla olduğu belirlenmektedir. Ergenlik

bireyin çocukluk döneminde hemcins arkadaş seçimi yapabilirken , ergenlikte ise karşı cinsten arkadaş edinme eğilimi ortaya çıkmaktadır.

Ergenlik döneminde akranları ile zaman geçirme süresi daha da artmaktadır. Birey akranları ile vaktinin çoğunu akranları ile geçirirken, ailesi ve çevresiyle geçirdiği zaman süresi daha da azalmıştır. Ergenlik döneminde bireylerin iletişimleri ile ilgili olarak değişimler görülmektedir. Bireyin akran grupları ile daha fazla zaman geçirerek daha fazla işlevlere bulunma istekleri görülmüştür. Ergenlik döneminde oluşabilecek akran işlevleri olmasına rağmen ergenin bu işlevler sırasında üzerinde oluşan olumsuz etkiler azımsanmayacak şekildedir.

Yapılan araştırmalarda akran baskısını ergenin kabullenme şeklide yaşam şeklini etkileyecektir. Bu baskı düzenli ve sistemli olarak artarak devam edecektir. Özellikle öğrencilik döneminde akran baskısı ergenlik dönemlerinde daha sıkça açık halde görülebilmektedir. Bu tür değişiklikleri ergenlik döneminde bireyin adapte olmaları ve karşılaşacakları kriz dönemlerinde daha verimli ve sağlıklı karar verebilmesi, bireysel davranışların daha az olduğu ergenlik döneminde sorun yaratabilir ve güçleşmektedir. Ergenlik dönemi boyunca birey açısından bakıldığında, Birey çocukluktan ergenliğe geçiş esnasında ailesinden bağımsızlaşma ve akranlarıyla zaman geçirme süresi bahsettiğimiz gibi arta eylemine girmektedir.

Bu değişikliğin açıklaması ise, akran gruplarındaki bireylerin değişik davranışlar ve eylemler sergilemesinden kaynaklı olduğu görülmektedir. Çocukluktan ergenliğe geçişleri sırasında bireylerin akran gruplarının birey üstündeki etkisi diğer etkilerle karşılaştırıldığında daha fazladır ve bu durum akran baskısına maruz kalma olasılığının da yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Ergenler yaş grupları ile girdikleri sosyal etkileşimlerinde, bireylerin birbirlerine olan tavırların izlenmekte, bu izlenimler doğrultusunda sonuçlar çıkarılmakta ve kendi davranışlarını da bu sonuçlar doğrultusunda şekillendirmektedirler. Ergenlik döneminde bireyin sosyalleşmesi esnasında büyük bir kavram olarak akran gruplarının birey üzerinde etkisi pek çok alanda görülebilmektedir.

Bu durumda akran etkisinin olumsuz olduğu süreçte bireyin davranışlarında çok etkilidir. Bu davranış biçimleri ile akran ilişkileri ve etkileri arasındaki sorunlar adı altında araştırmalar yapılmaktadır. Akran gruplarının ergenlik döneminde bireye uygulayacağı riskli davranışların

biri de , madde kullanım konusunda olduğudur. Bireyin bu durum düşemesin sonuçlarından biriside düşük benlik saygınlığı olduğu belirlenmiştir. Bireyin madde kullanımı sürecinde saldırganlığa eğilimi artar, sosyal kaygı yaşar ve algı düzeyi düşer. Akran ilişkilerinde bu tür davranış şekilleri ilişkilerde yaşanan sosyal baskıyı artırmakla kalitesizleşen iletişim ile sorun olmaktadır. Bireylerin tehdit ve güçlükler karşındaki sergileyecekleri davranış biçimlerini kontrol edebilmek bireyin kişisel gelişimi psikolojik ve sosyolojik kapasitesini kullanmasıyla doğru orantılıdır .Bu tür davranış şekline sahip bireylerin gelişimlerinde daha rahat olabilmektedir.

Uyum sağlama konusunda sorun yaşayan bireylerde ise psikolojik, sosyolojik gelişimlerinin olumsuz etkilerine tabi olduğu görülmüştür. Ergenlik dönemimde dışarıdan gelebilecek tehditler ve baskılar ile başa çıkabilme konusunda gelişim sağlamak çok önemlidir. Bu konularda gelişimini sağlayan bireylerin önlerine çıkan sorunlar karşında sosyal başarısızlık davranışları sergiledikleri görülmüştür. Başarısızlığın getirdiği sorunların başında ise stres gelmektedir. Bireyin kişisel gelişim kurallarına uyması karşılaşıcağı olumsuz hareketler karşısında etkin olarak mücadele edebilmesini uygulayacağı yöntemleri bilmesi ve geliştirmesine yardımcı olmaktadır.

Bireyin akran baskılarıyla baş etme konuları hakkında yeterince araştırmalar yapılmamıştır. Bundan dolayı psikoeğitim programının önemini bir kez daha görmüş olacağız.Psikoeğitim süreci akran baskılarıyla hem koruyucu hem de önleyici bir fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Konu hakkında araştırma sonuçlarının, yeni araştırma ve çalışmalara kaynak oluşturabilmekte ve yardımcı olmak için bir rehber olabileceği düşünülmektedir. Bireyin sorunlar karşısında daha başarılı bir eğitim hayatı olması konusunda ,ekonomik olarak bağımsızlığını alabilmek, çevrelerinin takdirini kazanma isteği , sağlam iletişim kurarak sosyalleşme arzu kaygısı yaşayabilmektedir.

Birey olarak algıladığı ve hissettiği hazın ergenlik çağında bir grubun üyesi olarak kendini daha güçlü hissetme özlemine dönüşecektir. Bireyin toplum tarafında hor görülüp ,itici davranışlara maruz kalması ergenlik döneminde yaşanan iniş çıkışlı duygu karmaşasına neden olmaktadır. Bu çelişkide kaygı hissinin oluşmasına neden olmaktadır. Ülkemiz koşullarına ve öğrencilerin gelişimsel dönem özelliklerine uygun ulusal düzeyde müdahale programlarının geliştirilmesi önerilmektedir.

Araştırmada zorbalığa başvuran öğrencilerin genellikle gözle görülebilen özellikleri aile ilgili değerlerin bariz olarak ortaya çıktığı görülmektedir. Aileden kaynaklı sorunlar, maddiyat ve yaşadığı yerin, çevrenin etkisi ve çocuğun yetiştiriliş biçimine göre akran baskısının ve zorbalığına etki eden etki eden faktörler olarak nitelendirilebilir. Bir başka sorun kaynağı ise, bireyin kendini ispatlama, macera arayışı, eğlenmeyi sevmesi ve hareketli bir yapıya sahip olması da bir başka etken neden olabilmektedir. Bu duruma göre özellikle akran baskısına neden olan etkenlerden bir diğeri de, ekonomik olarak düşük koşullara sahip olmak olarakta sıkça karşımıza çıkmaktadır. Yapılan birçok araştırmalarda günümüzde okul yöneticilerinin karşılaştığı sorunlardan birinde akran zorbalığı olduğudur.

Bireylerde korku, baskı ve dışlanma kaygılarının üst seviyeye çıktığı bu riskli davranışlar, saldırganlık şekli bir yandan eğitim in amacını bir yandan da bireyin psikolojik ve sosyoojik olarak gelişimine oldukça zarar vermektedir. Bu çok yönlü etkenlerin bir ekip çalışması vasıtasıyla ele alınarak önce nedenlerin tespit edilmesi ve bu etkenlerin çözümüne yönelik bir sürece başlanılması bunu yapacak ekibinde uzmanlar tarafından kordine edilmesi gerekmektedir.

Bireyin ergenlik döneminde kendisinin başkaları tarafından izlendiğini ve bu zlemeye göre değerlendirildiğini düşünmesi kendisini ilgi odağı olarak görmesi bile hayali seyirci kavranımının temel özelliklerinden biridir. Bireyin hem akranların etkisi ile hemde hayali olarak başkaları tarafından “başka insanlar ne düşünür?” gibi sorular sorarak ergenlerin birbiriyle oluşturdukları ilişkiler, giyim şekilleri ve cinsel tercihleri gibi konularda görüşlerini almıştır.

Ergen bireylerin ele alın bu konular hakkındaki ilgili görüşlerini gözlemleyerek ve değerlendirerek, bireylerin yaşamlarında vermiş oldukları kararlarda hayali sorgulamanın etkil olduğu gözlemlenmiştir. Araştırmacılar ve yazarlara göre, ergen bireylerin çevresindeki arkadaş gruplarından oluşan gerçek ilişkiler ve seyirci ortaya çıkmaktadır. Bu gerçek göz önüne alınarak hareket ederek davranışlarına göre yönlendirme ve şekillendirme yapılmaktadır. Yazarlara göre, ergenleri çevreleyen arkadaşlarından oluşan gerçek bir seyirci söz konusudur ve ergenler bu gerçek seyirciye göre davranışlarını yönlendirmektedir

## SONUÇ

Akran baskılarıyla başa çıkabilme konusunda uygulana ve hazırlanan psikoeğitim programlarının örneklendirmeler incelendiğinde ergenlikte akran baskısının ne denli önemli olduğu gözlenmiştir. Yapılan gözlem ve araştırmalar neticesinde yapılan yorumlara göre ergenlerde akran baskısının büyük bir sorun olarak önümüze çıkmaktadır. Ergenlikte akran baskısının yaygınlığı sağlıklı araştırmaların kıyaslanmasında bile doğrudan karşılaştırmayı zorlaştırmaktadır. Araştırmacılar zorbalığın açılımını verirken ya tanıma ya da bir tek soruyla açıklamaya giderlerken bazı araştırmacılar ise davranış örneklerinden yola çıkarak sergilene davranış ölçeklerine göre yorum yapabilmektedirler.

Yapılan araştırmalar sonucunda elde edilen deneyimler ve gözlemler direk olarak akran baskısının antisosyal bir davranış biçimi olduğu sonucuna varılmıştır. Bu araştırmaların yanı sıra ergen bireylerin sergilemiş oldukları davranışların tekrar etmesi farklı dilimler ve farklı yerlerde sergiledikleri görülmektedir. Yapılan araştırmalarda ergen baskısının ne kadar büyüklükte olduğunun belirlenmesinde bireyin kendi bildirimini önemli olsa da gözlem en önemli sonucu verebilecektir.

Elde edilen bulguların yorumlanması ve genele yayılmasında örneklerin sonuçlandırılmasının da etkisi büyüktü. sonuçlandırılacak olursak, akranın zorbalığı kendi bildirimine dayalı olarak akran zorbalığının tarzı , yeri ve baş etme yöntemleri ile araştırmalara önemli ışık tutmaktadır. Elde edilmiş verilere göre ülkemizde 2000 'li yıllarından beri ülkemizdeki akran baskısı ve zorbalığı konusunda yapılan çalışmalara destek olarak yön vermektedir. Ergenlik dönemi olarak 12-18 yaş grubu yıllarını taşıyan çalışmaların topluca ele alınarak akran baskısının önlenmesi ve olumsuz olarak görülen etkilerin azaltılması yönünde ip uçları, çözümler üretilebilmektedir. Araştırmalara göre ilk öğretim çağındaki ergenlerin çoğunluğunun daha fazla fiziksel ve sözel olarak baskı gördükleri zorbalık uygulamalarına maruz kaldıkları gözlemlenebilmektedir.

Lisenin ikinci yılındaki ergenlerin lise birinci sınıftaki ergenlere göre korkutma/sindirme, fiziksel ve ilişkisel zorbalık türlerini daha fazla uyguladıkları göze çarpmaktadır.

Araştırmanın bu bulgusundan okul değiştiren ergen için 9. sınıfın kritik bir dönem olduğu, farklı zorbalık türlerinde yaşa bağlı olarak liseye geçmeyle birlikte bir düşüş yaşandığı daha sonra ise yeniden bir artış olduğu anlaşılmaktadır. Bu araştırmalar sonucunda her zaman karşımıza çıkan önemli konuların başında , akranların zaman dilimini birlikte geçirmek yerine

ailelerine bağlanıp onlarla iletişim kurabilecek olmaları daha sağlıklı düşünebilen ve davranışlar sergileyen bireylerin çoğalacak olması olasılığı çıkmaktadır. Gerçekleştirilmiş gözlemlerin sonucuna göre yapılan yorumlara göre, ergenlikte bireyin daha az riskli davranışlar sergileyebilmesi bireyin daha sosyal bir birey olması demektir.

Ergenlerde Akran zorbalığının sona erdirebilmesi ve önlenmesi adına burda en büyük yük velilere bireylerin ailelerine düşmektedir. Velilerin öğretmen kadrosu ile iş birliği içinde olması gerekmektedir. Bu süreç içerisinde görev alan öğretmenler ve rehber öğretmenlerden beklenen ise konuları üzerinde yapmış oldukları çalışmalarını velilerle detaylı olarak paylaşma isteğidir.

Eğitim kurumlarında ve okullarda görev yapan rehber öğretmenlerden ise akran zorbalığı ile mücadele etmekte aktif rol almaları çözüm sürecinde destek olmaları beklenmektedir. Araştırmalarda akran zorbanlığının çözümünde; her eğitim kurumunun ve okulların ihtiyaçlarına göre psikolojik danışan ve rehber öğretmen kadrosunun bulundurulması, mücadelenin gerçekleşebilmesi adına mücadele takımlarının oluşturulması eğitim kurumlarına psikolog, rehber eğitmen ve sosyologlar gibi uzman kadrolar görevlendirilmeleri ile ailelerin eğitimlerinin sağlanması, bu eğitimlerde çocukların yetiştirilmesi konularıyla ilgili olarak eğitimler vererek, bir çok eğitimcinin eğitimler üzerinde anlaşarak rehber kitabı oluşturulmaktadır.

Hazırlanan eğitim notlarının velilerden paylaşılması, şiddetin akranlar arasında bir sorun çözme pratiği olarak algılanmaması ve bu yola başvurulmaması gerektiğinin önemi vurgulanmaktadır. Yapılan araştırmalarda fiziksel ve sözel zorbalık davranışlarla karşılaşması erkek öğrencilerin oranlarının kız öğrencilere oranla daha fazla olduğu gözlemlenmektedir. Okullarda sürekli zorba davranışlara maruz kalan öğrencilere (özellikle zorbalığın daha yaygın olduğu erkek öğrencilere) rehber uzman desteği alınabilir. Bireylerin akran zorbalığına maruz kalma, olumsuz bir takım sonuçlara neden olabileceği gibi, bazı durumlarda da, çözümsüz sonuçlar doğurabileceğinin habercisi olmaktadır.

Özetle zorbalığın sonuçları birlikte değerlendirilecek olursa, bir çok etken faktörlerinin neler olduğunu ve zorbalık olayların izlenmesi ve görülebilmesi zorbalık olayına karışan bireylerin sosyal çevre, aile yapısı ve okul ikliminin önemli belirleyici özellikleri olarak görülmekle birlikte bireyin psikososyal olarak etkilediği görülmektedir.



Bu gözlemden hareket ederek zorbalığın engellenmesi ve bu sorunun kalıcı olarak çözümlenmesinde önemli olan etken konuların aile, çevre ve okul çevresi konuların çözümünde önemli etkenler olarak ele alınması gereklidir. Bu yönde zorbalığa maruz kalan bireylerin ailelerinin eğitilerek çözüm politikamızın gelişmesine, bireyin aile çevresinin bilgilendirilmesi, derslerde şiddetin çözümcü bir yol olmadığını vurgulanması ve işlenmesine ek olarak eğitim programlarına ders olarak eklenmesinin önemi vurgulanmaktadır. Aynı zamanda okullarda okul sosyal hizmetler birimleri kurularak önemli adımlarda atılmalıdır.

### **KISITLILIK**

Bu çalışma, dünya genelinde daha önce yapılmış bilimsel çalışmalarla sınırlıdır. Literatür taraması mevcut çerçeve içinde yapılmış olsa da, farklı coğrafi bölgeler ve kültürel bağlamların daha geniş bir perspektiften değerlendirilmediği unutulmamıştır. Ancak, bu çalışmanın belirli bir metodolojiyi benimsemesi ve zaman kısıtlamaları göz önüne alındığında, genel geçerlilik konusunda sınırlamalar içerebilir.

### **BİLDİRİMLER**

Değerlendirme: İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

Çıkar Çatışması: Yazar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

Finansal Destek: Yazar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir.

### **ETİK BEYAN**

Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisinin yayın Etiği; bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan sosyal bilimlere alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## KAYNAKÇA

Salmivalli, C., Kaukiainen, A. ve Lagerspetz, K. (1998). Aggression in the social relations of school aged girls and boys.

P. T. Slee ve K. Rigby, (Ed.), Children's peer relations içinde (60-75), Routledge, London.

Yıldırım, S. (2001). The relationships of bullying, family environment and popularity. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

Yöndem, Z. D. ve Totan, T. (2008). Ergenlerde zorbalık ve stresle baş etme. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 3(35), 28-37. Yurtal F. ve Cenkseven F. (2006). İlköğretim okullarında zorbalığın incelenmesi.

Aktuğ, Taylan (2006). Ergenlerde Akran Baskısı Ve Benlik Saygısının İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin. AndreouElenia, DidaskalouEleni,

Güney, Neslihan (2007). Ergenlikte risk almanın içsel kaynaklarının benmerkezcilik, akran baskısı, sosyo-ekonomik düzey ve cinsiyet açısından incelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

VlachouAnastasia(2007). Evaluating the effectiveness of a curriculumbased anti-bullyingintervention program in Greek primary schools. Educational Psychology, Vol.27, No.5, (693-711).

Atıcı, Arzu (2011), İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Boyun Eğici Davranışlarının Yordanması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir. Baumann, Karl, E. ve Ennett, Susan, T. (1996). On The Importance Of Peer Influence For

Adolescent DrugUse: CommonlyNeglectedConsiderations. Addiction,Vol.91, No. 2, (185-198).

Bayhan, Pınar ve Işıtan, Sonnur (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: akran ve romantik ilişkilere genel bakış. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, Cilt.20, Sayı.20.

Berndt, Thomas, J. (1992). Friendship and friends' influence in adolescence. CurrentDirectionsPsychological Science, Vol.1, No.5,(156-159).

De Goede, I.A.H., Branje, S.J.T., Delsing, M.J.M.H. ve Meeus, W.H.J. (2009). Linkagesover time betweenadolescents' relationships with parents and friends. Journal of YouthAdolescent, Vol.38,No.10, (1304-1315).

La Greca, Annette, M. ve Harrison, HannahMoore (2005). Adolescentpeerrelations, friendships, and romanticrelationships: Do theypredictsocialanxiety and depression? Journal of Clinical Child and AdolescentPsychology, Vol.34, No.1).

Gündüz, Bülent ve Çelikkaleli, Öner (2009). Ergen saldırganlığında akademik yetkinlik inancı, akran baskısı ve sürekli kaygının rolü. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt.10, Sayı.2, (1938).

Kıran, Esen, Binnaz (2003) “Akran Baskı Düzeylerine ve Cinsiyetlerine Göre Öğrencilerin Risk Alma Davranışı ve Okul Başarılarının İncelenmesi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. Cilt: 2 Sayı:20

Kılıççı, Yadigar.(1992). Okulda Ruh Sağlığı. Şafak Matbaacılık. Ankara

Kaya, Alim&Saçkes, Mesut.(2004). “Benlik Saygısını Geliştirme Programının İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerine Etkisi” Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi.Cilt:11, Sayı:21

Hartup, W. W. (1992). Conflict and friendship relations. In C. U. Shantz & W. W. Hartup

Nasrabadi, Alireza Nikbakht (2004) Smoking As A Symbol of Friendship: Qualitative Study of Smoking Behavior And İtiation of A Group of Male Nurse Students İn Iran Nursing and Health Sciences , 6

Şemin, Refia.(1984). Gençlik Psikolojisi. İkinci Basım. İstanbul: İ.Ü. Edebiyat Fakültesi.

Uludağlı, N. P. ve Sayıl, M. (2009). Orta ve ileri ergenlik döneminde risk alma davranışı: Ebeveyn ve akranların rolü. Türk Psikoloji Yazıları, 12(23),14-24.

Kapıkıran, N. A. ve Fiyakalı, C. (2005). Lise öğrencilerinde akran baskısı ve problem çözme. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18(18)

McLennan, James P. (1987). “Irrational Beliefs in Relation to Self Esteem and Depression”, Journal Of Clinical Psychology

Onur, E.P.(1981). Self Esteem in Children and İntecedents. Master Thesis. Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul

Şemin, Refia.(1984). Gençlik Psikolojisi. İkinci Basım. İstanbul: İ.Ü. Edebiyat Fakültesi.

Yörükoğlu, Atalay. (1990). Gençlik Çağı. “Ruh Sağlığı Ve Ruhsal Sorunlar” Yedinci Basım. İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.

Yücedağ, Şebnem.(1994). “Ergenlik Dönemi Problemleriyle Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi.

Wang, J., Ronald, J. L. ve Nansel, T. R. (2009). Scholl bullying among adolescents in the United States: Physical, verbal, relational, and cyber, national institutes of health. Journal of Adolescent Health, 45, 368–375.

Dölek, N. (2002). Öğrencilerde zorbaca davranışların araştırılması ve bir önleyici program modeli. Yayınlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Bayraktar, F. (2009). Ergenlerin zorba ve kurban davranışlarında birey, aile, akran ve okula dair özelliklerin rolü: Bütüncül bir model önerisi. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara

Burnukara, P. ve Uçanok, Z. (2012). İlk ve orta ergenlikte akran zorbalığı: Gerçekleştiği yerler ve baş etme yolları. Türk Psikoloji Yazıları,



## Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisi

Makale Başvuru Tarihi: 10.12.2023 Makale Yayın Tarihi: 11.03.2024 Makale Türü: Araştırma  
E-Issn: 3023-7084 Doi No: 10.5281/zenodo.10825285 Cilt: 1 Sayı: 1 Yıl: 2024 Ss: 169-191

### Toplumsal Bağlar ve Bağımlılık: Sosyoloji ve Psikoloji Perspektifinden Çözümler

#### 1. Kürşat Şahin YILDIRIMER

##### Profesör Doktor

St Clements Üniversitesi

Psikoloji ABD Başkanı

Mail: kursatsahinyildirimer@gmail.com

Orcid ID: 0000-0001-5896-2956

#### 2. Derya YENTÜR

##### Profesör Doktor

St. Clements Üniversitesi

Sosyoloji ABD Başkanı

Mail: deryayentur@gmail.com

Orcid ID: 0000-0002-0601-2331

#### ÖZET

Bu makale, bağımlılığın dünya genelinde ciddi bir sağlık sorunu olarak ortaya çıkmasının ardında yatan karmaşıklığı irdeleyerek, toplumsal destek ile bağımlılık arasındaki ilişkiyi disiplinler arası bir bakış açısıyla ele almaktadır. Sosyoloji ve psikoloji alanındaki öncü teorilerin birleştirilmesi, bireyin içsel dünyasındaki etkileşimin bağımlılıkla mücadeledeki stratejik rolüne odaklanarak bilimsel bir yaklaşım sunmayı amaçlamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Toplumsal Bağlar, Bağımlılık, Sosyoloji, Psikoloji, Entegrasyon.

#### ABSTRACT

This article explores the complexity underlying the emergence of addiction as a serious global health issue, taking an interdisciplinary approach to examine the relationship between social support and addiction. The integration of pioneering theories from sociology and psychology aims to provide a scientific perspective by focusing on the strategic role of interpersonal interactions in combating addiction within the individual's inner world.

**Keywords:** Social Bonds, Addiction, Sociology, Psychology, Integration

## GİRİŞ

Bağımlılık, dünya genelinde yaygın bir sağlık sorunu olarak kendini göstermiş ve bireyleri, toplumları etkileyerek karmaşık bir mücadele ortamı yaratmıştır. Madde, alkol, teknoloji gibi çeşitli bağımlılık türleri, fiziksel ve zihinsel sağlık sorunlarına, ekonomik kayıplara, aile ve toplumsal ilişkilerde gerilimlere, suç oranlarında artışa ve kültürel algıda değişikliklere neden olabilen multifaktöriyel etkilerle ilişkilidir.

Bu kompleks tablo, bağımlılıkla mücadelede küresel ölçekte daha etkili stratejilere, derinlemesine araştırmalara ve farkındalık çabalarına olan ihtiyacı vurgulamaktadır. Bu bağlamda, bu makale, bağımlılık olgusunu anlamının ve mücadele etmenin temelinde yatan unsurları çözümlenmek amacıyla sosyoloji ve psikoloji disiplinlerini birleştirmeyi hedeflemektedir. Sosyoloji, toplumsal yapıları, ilişkileri ve etkileşimleri inceleyen bir disiplin olarak, bağımlılığın toplumsal bağlamdaki köklerini anlamada önemli bir rol oynamaktadır.

Diğer yandan, psikoloji, bireyin içsel dünyasındaki çatışmaları ve psikolojik süreçleri anlamak açısından kritik bir perspektif sunmaktadır. Bu makaledeki temel argüman, bağımlılıkla mücadelede başarılı stratejilerin geliştirilmesinde sosyoloji ve psikoloji alanlarının entegrasyonunun zorunluluğudur. Sosyal destek ağlarının, aile ilişkilerinin ve toplumsal bağların, bireyin bağımlılık süreçlerindeki rolünü anlamak için sosyolojinin temel prensipleri kullanılacaktır. Aynı zamanda, bireyin içsel dünyasındaki çatışmaları, psikolojik teoriler çerçevesinde ele alarak, bağımlılıkla baş etme stratejileri ve psikolojik destek yöntemlerini incelemek, bu disiplinler arası bakış açısını pekiştirecektir.

Sosyoloji, toplumsal yapıları, ilişkileri ve etkileşimleri inceleyerek, bağımlılığın toplumsal bağlamdaki köklerini açıklamada önemli bir role sahiptir (Brown, 2019). Bu bağlamda, sosyal destek ağlarının, aile ilişkilerinin ve toplumsal bağların, bireyin bağımlılık süreçlerindeki etkisini anlamak adına sosyolojinin temel prensipleri kullanılacaktır (Williams, 2018; Miller et al., 2022). Öte yandan, psikoloji disiplini bireyin içsel dünyasındaki çatışmaları ve psikolojik süreçleri anlamak açısından kritik bir perspektif sunmaktadır (Clark, 2017). Bu bağlamda, bireyin içsel dünyasındaki çatışmaları, psikolojik teoriler çerçevesinde ele alarak, bağımlılıkla baş etme stratejileri ve psikolojik destek yöntemlerini incelemek, sosyoloji ve psikoloji disiplinlerinin etkileşimini güçlendirecektir (Anderson, 2019; Taylor ve Brown, 2020).

Bu makalenin temel argümanı, bağımlılıkla mücadelede etkili stratejilerin geliştirilmesi için sosyoloji ve psikoloji disiplinlerinin entegrasyonunun kaçınılmaz bir gereklilik olduğudur. Bu entegrasyon, sosyal destek ağlarının ve psikolojik süreçlerin bağımlılıkla etkileşimini anlama çabalarını derinleştirecek ve böylece daha etkili mücadele stratejilerinin ortaya çıkmasına katkı sağlayacaktır

## AMAÇ

Bu makalenin temel amacı, bağımlılığın dünya genelinde ciddi bir sağlık sorunu olarak ortaya çıkmasının ardındaki karmaşıklığı anlamak ve bu sorunla etkili bir şekilde mücadele etmek için sosyoloji ve psikoloji disiplinlerini birleştirmektir. Madde, alkol, teknoloji gibi çeşitli bağımlılık türlerinin bireyleri ve toplumları nasıl etkilediğini anlamak, fiziksel ve zihinsel sağlık sorunlarına, ekonomik kayıplara, aile ve toplumsal ilişkilerde gerilimlere, suç oranlarında artışa ve kültürel algıda değişikliklere neden olan çok yönlü etkilerle ilişkilidir.

Bu bağlamda, makale, sosyoloji ve psikoloji alanındaki öncü teorileri birleştirerek, bağımlılıkla mücadelede etkili stratejilerin geliştirilmesi için disiplinler arası bir bakış açısı sunmayı amaçlamaktadır.

Sosyoloji, toplumsal yapıları, ilişkileri ve etkileşimleri inceleyerek bağımlılığın toplumsal bağlamdaki köklerini anlamada önemli bir rol oynamaktadır. Öte yandan, psikoloji, bireyin içsel dünyasındaki çatışmaları ve psikolojik süreçleri anlamak açısından kritik bir perspektif sunmaktadır.

Çalışmada, sosyal destek ağlarının, aile ilişkilerinin ve toplumsal bağların bireyin bağımlılık süreçlerindeki rolünü anlamak için sosyolojinin temel prensipleri kullanılacak ve aynı zamanda bireyin içsel dünyasındaki çatışmaları, psikolojik teoriler çerçevesinde ele alınarak bağımlılıkla baş etme stratejileri ve psikolojik destek yöntemleri incelenecektir.

## YÖNTEM

Araştırmamız, İstanbul'un Bakırköy ilçesinde gerçekleştirilen kapsamlı bir anket ve mülakat çalışmasını kapsamaktadır. Bu çalışma, bağımlılığın toplumsal ve psikolojik boyutlarını anlamak için sosyoloji ve psikoloji disiplinlerini bir araya getirmeyi amaçlamaktadır. Çalışmamıza katılan katılımcılar, 18-55+ yaş aralığında gönüllü bireylerden oluşmaktadır. Toplamda, 200 kişi ankete katılmıştır. Katılımcıların 80'i kadın ve 120'si erkektir. Anket, farklı bağımlılık türlerini ve toplumsal bağların düzeyini değerlendirmek için tasarlanmıştır. Katılımcılar, İstanbul'un çeşitli bölgelerinde belirlenen yerlerde yüz yüze görüşmelerle veya çevrimiçi olarak ankete katılmışlardır.

Mülakatlar, anket sonuçlarını derinlemesine anlamak ve katılımcıların bağımlılıkla ilgili deneyimlerini daha iyi kavramak için gerçekleştirilmiştir. Mülakatlar, çeşitli bağımlılık türlerine odaklanmış ve katılımcıların bağımlılıkla başa çıkma stratejilerini ve toplumsal bağların rolünü daha iyi anlamak için yapılmıştır. Çalışmamızda, bağımlılıkla mücadelede etkili stratejiler geliştirmeyi hedeflediğimizden, hipotezlerimizin doğrulanması için çeşitli ölçekler kullanılmıştır. Bu ölçekler, toplumsal bağlar, bağımlılık düzeyi ve demografik değişkenlerin analizini sağlamak amacıyla tasarlanmıştır. H1: İlk hipotezimiz, toplumsal bağların bağımlılık düzeyi üzerindeki etkisini belirlemektedir.

Bu hipotezi test etmek için, katılımcıların sosyal çevreleriyle etkileşim sıklığı, sosyal medya kullanım alışkanlıkları ve aile ilişkileri gibi faktörleri değerlendiren ölçekler kullanılmıştır. İstatistiksel analizler, bu toplumsal bağların bağımlılık düzeyi ile olan ilişkisini ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilmiştir. H2: İkinci hipotezimiz, demografik değişkenlerin bağımlılık düzeyi üzerindeki etkisini incelemektedir. Bu hipotezi test etmek için, katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim seviyesi gibi demografik özelliklerini içeren ölçekler kullanılmıştır. Demografik değişkenlerin, bağımlılık düzeyi üzerindeki etkilerini belirlemek için istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir. H3: Son olarak, üçüncü hipotezimiz, bağımlılık türleri arasındaki ilişkileri araştırmaktadır.

Bu hipotezi test etmek için, katılımcıların farklı bağımlılık türleri (örneğin, alkol, sigara, teknoloji bağımlılığı) üzerindeki deneyimleri hakkında bilgi toplamak için ölçekler kullanılmıştır. İstatistiksel analizler, farklı bağımlılık türleri arasındaki ilişkileri incelemek ve potansiyel bağlantıları belirlemek için gerçekleştirilmiştir. Veri analizi, kantitatif ve nitel



yöntemleri içermektedir. Anket verileri istatistiksel programlar kullanılarak analiz edilmiş ve demografik özellikler, toplumsal bağlar ve bağımlılık düzeyi arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Mülakatlar, tematik analiz ve içerik analizi gibi nitel veri analizi teknikleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Bu ölçeklerin ve analizlerin birleştirilmesi, çalışmanın hipotezlerinin doğruluğunu değerlendirmek ve bağımlılıkla mücadelede etkili stratejilerin belirlenmesine katkıda bulunmak amacıyla gerçekleştirilmiştir.

**Katılımcı Profili ve Seçim Kriterleri** Bu araştırmanın çalışma grubu, İstanbul ilinde ikamet eden 18 yaş ve üzeri bireylerden oluşmaktadır. Toplamda 200 kişiden oluşan gönüllü katılımcı grubu, St. Clements Üniversitesi Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır. Bu çalışma, katılımın gönüllülük esasına dayandığı bir araştırmadır. Katılımcılardan isim, adres gibi özel bilgiler talep edilmemiş ve yanıtlar ile bilgilerin gizli tutulacağı belirtilmiştir. Araştırma kapsamında kullanılan ölçekler hakkında katılımcılara detaylı bilgiler sunulmuştur. Kasım 2023 ile Ocak 2024 tarihleri arasında uygulanan ölçekler, bireylerden elden alınarak toplanmıştır. Uygulama süresi ortalama 15 dakika olup toplamda 200 kişiden veri elde edilmiştir. **Veri Toplama Araçları ve Değişkenler** Bu araştırmada, katılımcıların demografik özelliklerini, toplumsal bağlarını ve bağımlılık düzeylerini değerlendirmek için çeşitli veri toplama araçları ve yöntemleri kullanılmıştır.

**Veri Toplama Araçları:** Anket Formu: Araştırma, katılımcılara ulaşmak ve gerekli verileri toplamak için bir anket formu kullanmıştır. Anket formu, araştırmanın amacına uygun olarak hazırlanmıştır ve çeşitli soru tipleri içermektedir (açık uçlu, çoktan seçmeli, derecelendirme). Katılımcılar, çevrimiçi platformlar aracılığıyla anket formuna erişim sağlamışlardır. **Yapılandırılmış Mülakatlar:** Bazı katılımcılarla derinlemesine görüşmeler yapılarak yapılandırılmış mülakatlar gerçekleştirilmiştir. Bu mülakatlar, katılımcıların deneyimlerini daha ayrıntılı bir şekilde anlamak ve araştırmanın belirli yönlerini derinlemesine incelemek için kullanılmıştır.

**İncelenen Değişkenler ve Ölçüm Yöntemleri:** **Demografik Değişkenler:** Katılımcıların cinsiyeti, yaş grubu, medeni durumu ve eğitim seviyesi gibi demografik özellikleri incelenmiştir. Bu değişkenler, anket formunda doğrudan sorularak ölçülmüştür. **Sosyal Bağlar:** Sosyal çevre ile etkileşim sıklığı, sosyal medya kullanım sıklığı ve aile ile iletişim sıklığı gibi sosyal bağlar incelenmiştir. Bu değişkenler, katılımcıların kendi algılarına dayalı olarak anket formunda derecelendirilmiştir.

Bağımlılık Düzeyi: Alkol kullanma sıklığı, sigara içme alışkanlığı ve teknolojik cihaz kullanım sıklığı gibi bağımlılık düzeyini yansıtan değişkenler incelenmiştir. Bu değişkenler, katılımcıların kendi alışkanlıklarını ve davranışlarını belirtmeleri için anket formunda ölçülmüştür. Bu veri toplama araçları ve incelenen değişkenler, araştırmanın amaçlarına ulaşmak ve hipotezleri test etmek için özenle seçilmiştir. Kullanılan bu araçlar ve ölçüm yöntemleri, araştırmanın kapsamlı bir analizini sağlamak için uygun ve güvenilir bir şekilde tasarlanmıştır.

Veri Analizi Yöntemleri Demografik Bilgiler Analizi: Cinsiyet, yaş grupları, medeni durum ve eğitim seviyesi gibi demografik bilgiler, anketteki kategorik ölçeklerdir. Bu verilerin değerlendirilmesi, katılımcıların çeşitli demografik özelliklere göre dağılımını anlamamıza yardımcı olmuştur. Toplumsal Bağlar Analizi: Sosyal çevre ile etkileşim sıklığı, sosyal medya kullanım sıklığı ve aile ile iletişim sıklığı ölçekleri, katılımcıların toplumsal bağlarını değerlendirmektedir. Bu ölçeklerin değerlendirilmesi, bireylerin sosyal ilişkileri ve etkileşim düzeyleri hakkında bilgi sağlamıştır.

Bağımlılık Analizi: Alkol kullanma sıklığı, sigara içme alışkanlığı ve teknolojik cihaz kullanım sıklığı ölçekleri, katılımcıların bağımlılık düzeylerini değerlendirmektedir. Bu ölçeklerin analizi, bağımlılık ile toplumsal bağlar arasındaki potansiyel ilişkileri anlamamıza yardımcı olmuştur. Açık Uçlu Soru Analizi: Açık uçlu sorular, nitel analiz yöntemleriyle değerlendirilmiştir. Tematik analiz, kodlama ve içerik analizi gibi teknikler, katılımcıların öznel deneyimlerini anlamak için kullanılmıştır.

Ölçekler arası ilişkilerin daha derinlemesine anlaşılması için korelasyon analizleri ve alt grup analizleri gibi istatistiksel yöntemler kullanılmıştır. Katılımcı verileri, Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 23.0 yazılımı kullanılarak oluşturulan bir veri tabanına aktarılmıştır. Sayısal veriler, ortalama, standart sapma, en büyük ve en küçük değerler olarak ifade edilmiş; nominal veriler ise sayı ve yüzdelerle özetlenmiştir. Nitel verilerin daha ayrıntılı bir analizi için 40 erkek, 20 kadın katılımcı ile derinlemesine mülakatlar yapılmıştır.

Öte yandan, sadece sayılarla değil, katılımcıların gerçek yaşam öyküleriyle desteklenen anlatılar da değerli birer kaynak olarak düşünülmüştür. Bu değerlendirme ölçekleri ve analiz yöntemleri, verilerin çeşitli yönlerini anlamak için kullanılmıştır. Nitel ve kantitatif

yaklaşımların bir araya getirilmesi, daha kapsamlı bir anlayış sağlamaya yönelik bir çabadır. Veri Analizi ve Bulguların Sunumu Araştırmaya toplamda 200 katılımcı katılmıştır. Katılımcıların demografik özellikleri incelendiğinde, %60'ının kadın ve %40'ının erkek olduğu görülmektedir. Yaş gruplarına göre dağılıma bakıldığında, en büyük grup %25 ile 25-34 yaş aralığında yer almaktadır. Medeni duruma göre ise katılımcıların %40'ı evli olduğunu belirtmiştir.

Eğitim seviyelerine göre incelendiğinde ise katılımcıların %40'ının üniversite mezunu olduğu gözlemlenmiştir. Sosyal çevre ile etkileşim sıklığı incelendiğinde, katılımcıların %35'inin haftalık olarak sosyal çevreleriyle etkileşimde bulunduğu tespit edilmiştir. Sosyal medya kullanım sıklığına bakıldığında, %20'sinin aylık ve %20'sinin nadiren kullandığı görülmüştür. Aile ile iletişim sıklığı ise %35'inin haftalık olarak iletişimde olduğunu ortaya koymuştur.

Alkol kullanma sıklığına dair verilere göre, katılımcıların %35'i hiç kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Sigara içme alışkanlığına ilişkin olarak, %45'inin hiç sigara içmediği ve %40'ının eski bir alışkanlığı olduğu tespit edilmiştir. Teknolojik cihaz kullanım sıklığı incelendiğinde ise, katılımcıların %35'inin günlük olarak kullandığı görülmüştür. Verilerin istatistiksel analizi SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) yazılımı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Anket verileri, frekans analizi, yüzde dağılımı ve çapraz tablolar kullanılarak değerlendirilmiştir.

Tüm analizler %95 güven aralığında gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bulguları, toplumsal bağların ve bağımlılığın karmaşık ilişkisini ortaya koymaktadır. Sosyal çevre ile etkileşim sıklığının, bağımlılık düzeyi üzerindeki etkisi önemli bir bulgu olarak öne çıkmaktadır. Ayrıca, sosyal medya kullanımı ve aile ile iletişim sıklığı gibi sosyal bağlar da bağımlılık üzerinde belirleyici olabilir.

## **BULGULAR**

Bağımlılık kelime kökeni olarak incelendiğinde isteyerek kurulan ilişki sonucu bir objeye köle olma ve bunun süreklilik göstermesi anlamına gelen Latince "addictus" kelimesi karşımıza çıkmaktadır (Arslan, 2015). Genel geçer tanımında ise bağımlılık, yaşamda olumsuz sonuçlara sebep olmasına rağmen kullanımı kontrol etmekte güçlük çekilen, yineleyici ilaç ya da kimyasal madde kullanma eylemidir (Demir, 2019). Psikolojik sağlamlığı

korumak amacıyla kişinin kendisi için önemli gördüğü bir başka birey ile kurduğu duygusal bağ bağlanma olarak adlandırılmaktadır (Arslan, 2015). Öfke ise bireyin gereksinim duyduğu herhangi bir şeyin karşılanmaması ya da arzularının gerçekleşmesini önleyen sebeplerin olması sonucu açığa çıkan duygu durumudur (Şahin, 2005).

Bireyin dünyaya uyum gösterme amacı doğrultusunda bağımlılık yapıcı maddeler, bağlanma sürecinde yaşanmış problemler sonucu açığa çıkan olumsuz duygu durumunu düzenleyen bir aracı olarak görülmektedir ve böylece literatürde bağımlılık bir bağlanma bozukluğu olarak da tanımlanmaktadır (Sümer, Oruçlular ve Çapar, 2015). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA, 2013) Mental Bozuklukların Tanısal El Kitabı 5. Versiyonunda (DSM-V) bağımlılığı "Madde Kullanım Bozukluğu" olarak ele alarak çeşitli bağımlılık yapıcı maddelere göre sınıflandırmaktadır.

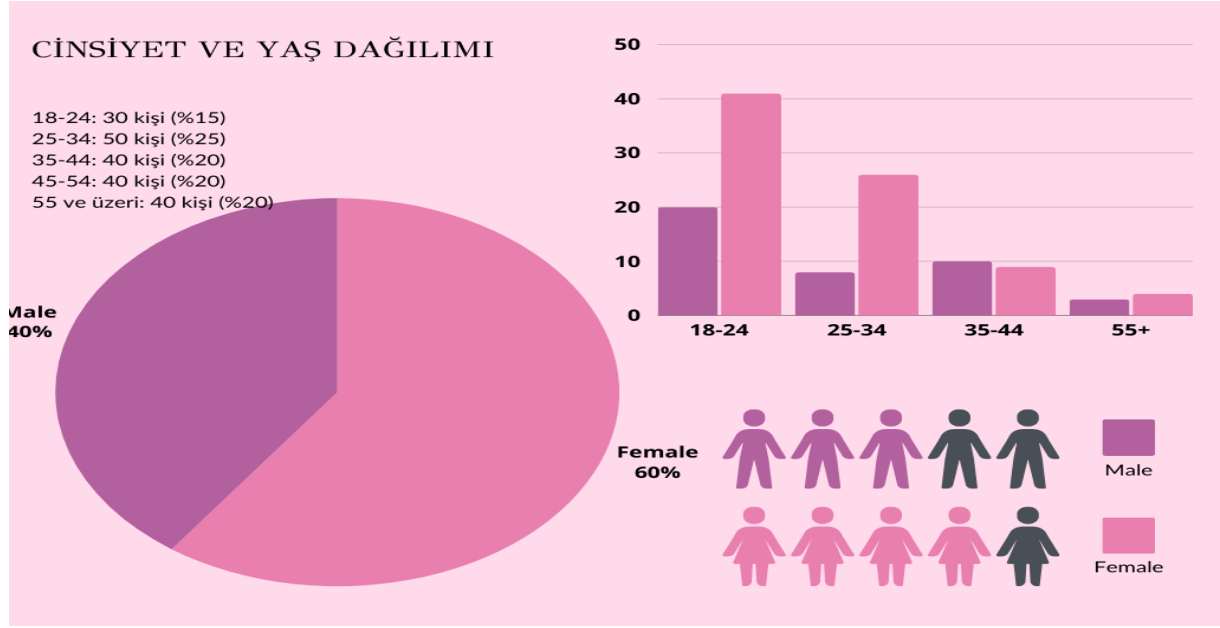
#### ANKET BULGULARI \*

**Tablo 1: Ankete Katılanların Demografik Özellikleri**

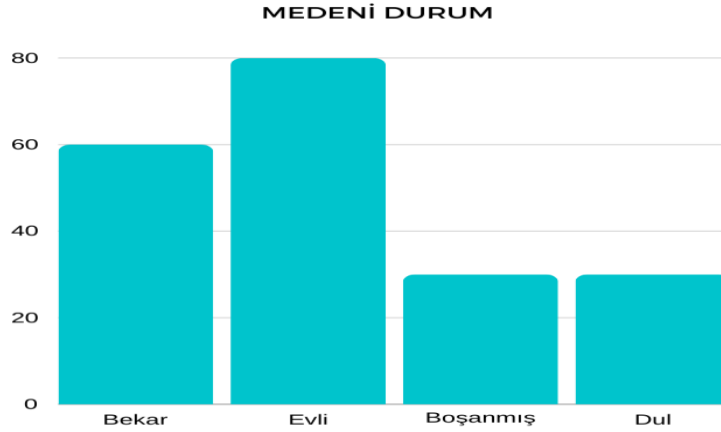
Demografik Bilgi	Cevap
Cinsiyet	Kadın (%60), Erkek (%40)
Yaş Grubu	18-24 (%15), 25-34 (%25), 35-44 (%20), 45-54 (%20), 55 ve üzeri (%20)
Medeni Durum	Bekar (%30), Evli (%40), Boşanmış (%15), Dul (%15)
Eğitim Seviyesi	İlkokul (%2.5), Ortaokul (%7.5), Lise (%20), Üniversite (%40), Yüksek Lisans/Doktora (%30)

Cinsiyet dağılımı incelendiğinde, ankete katılanların çoğunluğunu kadınların oluşturduğu görülmektedir.

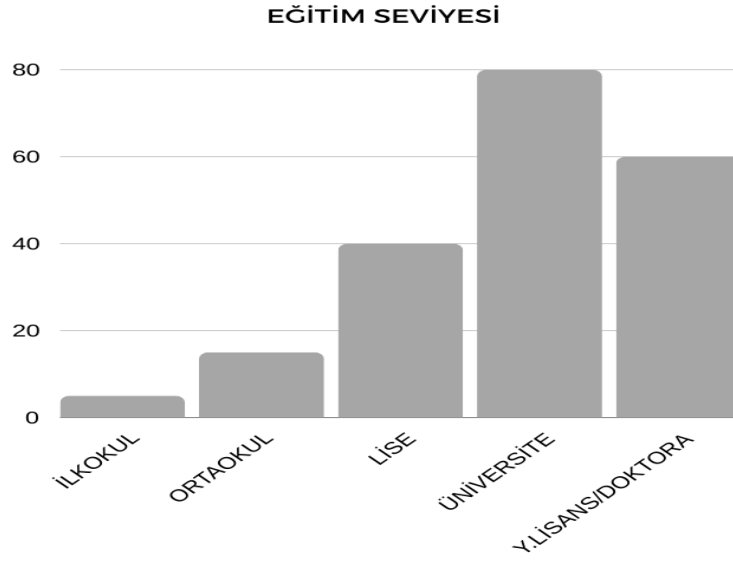
Yaş gruplarına göre dağılım homojen bir şekilde gerçekleşmiş olup, her yaş grubundan katılımcılar bulunmaktadır.



Medeni durumda çeşitlilik gözlemlenmiş ve ankete katılanların farklı medeni durumlara sahip olduğu belirlenmiştir.



Eğitim seviyesi geniş bir yelpazede dağılmıştır, bu da ankete katılanların çeşitli eğitim seviyelerine sahip olduğunu göstermektedir.



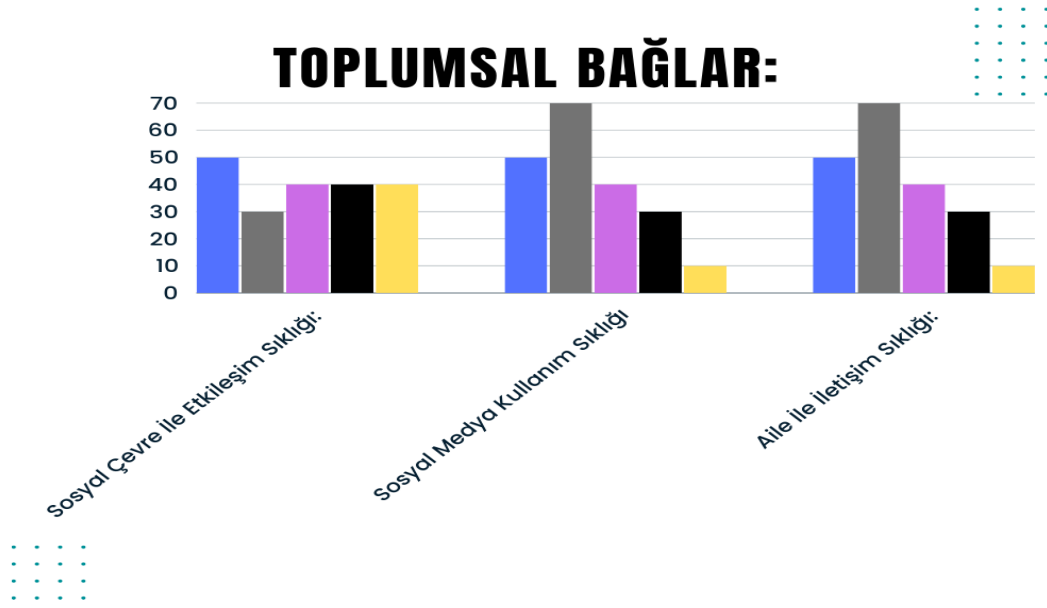
**Tablo 2: Sosyal Bağlar ve İletişim**

Sosyal Bağ ve İletişim	Cevap
Sosyal Çevre ile Etkileşim Sıklığı	Günlük (%30), Haftalık (%35), Aylık (%20), Nadiren (%10), Hiç (%5)
Sosyal Medya Kullanım Sıklığı	Günlük (%25), Haftalık (%15), Aylık (%20), Nadiren (%20), Hiç kullanmıyorum (%20)
Aile ile İletişim Sıklığı	Günlük (%25), Haftalık (%35), Aylık (%20), Nadiren (%15), Hiç (%5)

Sosyal çevre ile etkileşim sıklığına bakıldığında, ankete katılanların çoğunluğunun günlük ve haftalık düzenli etkileşimde bulunduğu görülmektedir.

Sosyal medya kullanım sıklığına dair verilere göre, genel olarak haftalık ve aylık kullanımın yaygın olduğu, günlük kullanımın da önemli bir oranda bulunduğu görülmektedir.

Aile ile iletişim sıklığı incelendiğinde, günlük ve haftalık düzenli iletişimde bulunanların çoğunlukta olduğu görülmektedir.



**Tablo 3: Bağımlılık ve Alışkanlıklar**

Bağımlılık ve Alışkanlıklar	Cevap
Alkol Kullanma Sıklığı	Hiç kullanmıyorum (%35), Ayda bir veya daha az (%15), Haftada bir veya daha az (%20), Haftada birkaç kez (%15), Günlük (%10)
Sigara İçme Alışkanlığı	Evet (%15), Hayır (%45), Eski bir alışkanlık (%40)
Teknolojik Cihaz Kullanım Sıklığı	Çok nadiren (%5), Nadiren (%15), Haftada birkaç kez (%20), Günlük (%35), Sürekli (%25)

Alkol kullanma sıklığına yönelik verilere göre, ankete katılanların önemli bir kısmının hiç kullanmadığı veya ayda bir veya daha az kullandığı görülmektedir.

Sigara içme alışkanlığına dair veriler incelendiğinde, ankete katılanların büyük çoğunluğunun sigara içtiği veya eski bir alışkanlığı olduğu belirlenmiştir.

Teknolojik cihaz kullanım sıklığına ilişkin veriler incelendiğinde, günlük ve haftalık kullanımın yaygın olduğu, sürekli kullanımın da önemli bir oranda bulunduğu görülmektedir.

#### MÜLAKAT BULGULARI

Araştırmamız kapsamında gerçekleştirilen mülakatlar sonucunda elde edilen bulgular şu şekildedir:

### Bağımlılık Türleri ve Sıklığı:

Sigara Bağımlılığı: Toplam 42 katılımcının %71'i erkek, %29'u kadındır.

Madde Bağımlılığı: 4 katılımcıdan %81'i erkek, %19'u kadındır.

Oyun ve/veya Kumar Bağımlılığı: 21 katılımcının %81'i erkek, %19'u kadındır.

Alkol Bağımlılığı: 9 katılımcının %78'i erkek, %22'si kadındır.

Teknoloji Bağımlılığı: 36 katılımcının %56'sı erkek, %44'ü kadındır.

Alışveriş Bağımlılığı: 11 katılımcının %18'i erkek, %82'si kadındır.

Yeme Bozuklukları ve Beslenme Bağımlılığı: 25 katılımcının %64'ü kadın, %36'sı erkektir.

### **Bağımlılık Nedenleri**

Stres, sosyal çevre etkisi, aile sorunları ve iş stresi, bağımlılık gelişiminde önemli etkenlerdir.

Bağımlılık genellikle ergenlik veya genç yetişkinlik dönemlerinde başlar.

Bağımlılıkla Başa Çıkma Yöntemleri: Destek grupları, terapi, ilaç kullanımı ve kendi kendine yardım en sık tercih edilen çözümlerdir.

Başarı oranları değişkenlik göstermektedir.

Destek Sistemleri: Aile, arkadaşlar ve profesyonel sağlık uzmanları en önemli destek sistemleridir.

Destek sistemlerinin etkinliği bağımlılıkla mücadelede belirleyicidir.

Bağımlılıkla İlgili Genel Görüşler:Toplumun bağımlılıkla ilgili farkındalığının artması gerekmektedir. Zararlı alışkanlıklar gençler arasında yaygındır.

### **Kavramsal Çerçeve ve Literatür İlişkisi**

Bağımlılık, bireyin bir maddeye veya davranışa karşı aşırı bir arzu veya ihtiyaç hissettiği durumu ifade eder. Bu durum, fiziksel, psikolojik veya duygusal bağımlılık şeklinde ortaya çıkabilir ve kişinin normal işlevselliğini olumsuz yönde etkileyebilir. Madde bağımlılığı (örneğin, alkol ve uyuşturucu bağımlılığı) veya davranışsal bağımlılık (örneğin, kumar bağımlılığı ve teknoloji bağımlılığı) gibi farklı türlerde sınıflandırılır (Smith, 2018).



Toplumsal bağlar, bireyler arasındaki ilişkiler ağı olarak tanımlanabilir. Aile, arkadaşlar, komşular ve toplumun diğer üyeleriyle kurulan sosyal ilişkiler, toplumsal bağları oluşturur. Bu bağlar, bireylerin kimliklerini şekillendirir, destek sağlar ve toplumsal normların aktarılmasına katkıda bulunur (Putnam, 2000).

Bağımlılık ve toplumsal bağlar arasındaki ilişki, literatürde çeşitli açılardan incelenmiştir. Bazı araştırmalar, güçlü toplumsal bağların bağımlılık riskini azaltabileceğini ve bağımlılıkla mücadelede koruyucu bir etki sağlayabileceğini öne sürmektedir (Kawachi & Berkman, 2001). Diğer çalışmalar ise sosyal izolasyonun, bağımlılık riskini artırabileceğini ve bağımlılıkla ilişkilendirilmiş olabileceğini öne sürmektedir (Hawkey & Cacioppo, 2003).

Bu bağlamda, sosyoloji ve psikoloji literatüründe bireylerin sosyal çevreleriyle olan etkileşiminin, bağımlılık davranışları üzerindeki etkisi üzerine bir dizi araştırma yapılmıştır. Bu araştırmalar, sosyal destek ağlarının, bağımlılık riskini azaltmada ve bağımlılıkla mücadelede önemli bir rol oynayabileceğini vurgulamıştır (Thoits, 2011; Brehm et al., 2002).

Bu bağlamda yapılan bir çalışmada, sosyal izolasyonun ve yalnızlığın, madde kullanımıyla ilişkili olduğu bulunmuştur (Cornwell & Waite, 2009). Başka bir araştırma ise güçlü sosyal destek ağlarının, bağımlılık tedavisi sürecinde olumlu sonuçlar doğurduğunu ortaya koymuştur (Bond et al., 2003).

### **Bağımlılık Kavramı ve Sosyo-Psikolojik Etkileri**

Bağımlılık kavramı, sosyal bilimler literatüründe geniş bir şekilde incelenmiş ve araştırılmıştır. Bağımlılığın psikolojik ve sosyolojik boyutlarını anlamak için çeşitli teoriler ve çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin, bağımlılığın psikolojik etkileri üzerine yapılan araştırmalar, bireyin davranışlarını belirleyen içsel motivasyonları ve dışsal etkenleri ele almaktadır (Deci & Ryan, 2000).

Sosyal teori perspektifinden bakıldığında, bağımlılığın toplumsal etkileri ve bağlamı da önemlidir. Sosyal baskı, aile yapısı, çevresel faktörler ve toplumsal normlar, bireyin bağımlılık eğilimini etkileyen faktörler arasında yer almaktadır (Durkheim, 1897). Özellikle gençler arasında yaygın olan bağımlılık türleri, sosyal ilişkiler ve grup baskısıyla ilişkilendirilebilir. Bu bağlamda, toplumsal yapı ve sosyal normların bağımlılık üzerindeki etkilerini anlamak önemlidir.

Anket ve mülakat verilerine dayalı olarak, bağımlılığın birey ve toplum üzerindeki sosyal ve psikolojik etkileri değerlendirildiğinde Sosyal ve Psikolojik Etkiler şu şekilde gözlemlenmektedir:

Cinsiyet dağılımına bakıldığında, ankete katılanların %60'ı kadın ve %40'ı erkektir. Bu da bağımlılık üzerinde cinsiyetin etkisinin incelenmesi gerektiğini gösterir. Yaş gruplarına göre dağılıma bakıldığında, genç yetişkinlerin (18-34 yaş arası) bağımlılıkla ilgili verilerin çoğunu oluşturduğu görülmektedir.

Medeni durum ve eğitim seviyesi de bağımlılık üzerindeki sosyal etkileri anlamamıza yardımcı olabilir. Örneğin, boşanmış veya dul kişilerin bağımlılık eğilimlerinin farklı olabileceği düşünülebilir.

Sosyal çevre ile etkileşim sıklığına bakıldığında, günlük ve haftalık etkileşimin yaygın olduğu görülmektedir. Bu, sosyal ilişkilerin bağımlılık üzerindeki etkilerini anlamamıza yardımcı olabilir.

Sosyal medya kullanımının da günlük ve haftalık olarak yaygın olduğu, bu platformların bağımlılık riskini artırabileceğini düşündürebilir.

Alkol, sigara, madde, teknoloji, alışveriş ve yeme bozuklukları gibi çeşitli bağımlılık türleri incelenmiştir. Özellikle teknoloji bağımlılığının ve yeme bozukluklarının kadınlarda daha yaygın olduğu görülmektedir.

Sigara, madde ve alkol bağımlılığı gibi maddi bağımlılıkların erkekler arasında daha yaygın olduğu, teknoloji ve alışveriş bağımlılığının ise kadınlarda daha belirgin olduğu görülmektedir.

Bağımlılığın temel nedenlerinin stres, sosyal çevre etkisi, aile sorunları ve iş stresi olduğu belirtilmiştir. Bu nedenlerin bireyin bağımlılık eğilimini nasıl etkilediğini anlamak önemlidir.

Başa çıkma yöntemleri arasında destek grupları, terapi ve ilaç kullanımı gibi çeşitli seçenekler bulunmaktadır. Başarı oranlarının değişkenlik gösterdiği ve destek sistemlerinin önemli olduğu vurgulanmaktadır.

Toplumun bağımlılıkla ilgili farkındalığının artması gerektiği ve zararlı alışkanlıkların gençler arasında yaygın olduğu belirtilmektedir. Bu da bağımlılıkla mücadelede toplumun rolünün önemini vurgular.

Bağımlılık, bireylerin ve toplumun sosyal ve psikolojik yapısını derinden etkileyen karmaşık bir olgudur. Anket ve mülakat verileri üzerinden yapılan analizler, bağımlılığın bireyler ve toplum üzerindeki sosyal ve psikolojik etkilerini daha derinlemesine anlamamıza olanak sağlar.

Toplumda kabul gören davranışlar, bireylerin bağımlılık eğilimlerini etkileyebilir. Sosyal baskı, özellikle gençler arasında yaygın olan bağımlılık türleri üzerinde etkilidir. Örneğin, alkol veya madde kullanımıyla ilgili toplumsal normlar, bireylerin bu tür alışkanlıkları benimsemesine neden olabilir.

Bağımlılık, sosyal izolasyon ve ilişki sorunlarıyla ilişkilendirilebilir. Bağımlı bireyler genellikle sosyal ilişkilerini zayıflatabilir veya kaybedebilirler. Ancak, aile, arkadaşlar ve profesyonel destek sistemleri, bağımlılıkla mücadelede kritik bir rol oynar. Bu destek sistemleri, bireyin bağımlılıkla başa çıkma sürecinde önemli bir kaynak olabilir.

Bağımlılık, bireylerin ekonomik durumunu da olumsuz yönde etkileyebilir. Özellikle kumar bağımlılığı veya alışveriş bağımlılığı gibi türler, finansal sorunlara yol açabilir ve dolayısıyla bireyin sosyal ilişkilerini ve toplumsal konumunu etkileyebilir.

Tüm bu sosyal etkilerin yanı sıra Psikolojik Etkiler perspektifinden yaklaşıldığında; Bağımlılık genellikle stres, kaygı veya duygusal zorlanma gibi psikolojik faktörlerle ilişkilendirilir. Bireyler, bağımlılığa başvurarak bu duygusal zorluklardan kaçınmaya çalışabilirler. Ancak, bu kaçış mekanizması uzun vadede daha fazla stres ve duygusal sıkıntıya neden olabilir.

Bağımlılık, bireyin öz saygısı ve kimlik algısı üzerinde de olumsuz etkiler bırakabilir. Bağımlı bireyler, bağımlılıklarıyla ilişkilendirilen olumsuz etiketlerden dolayı kendilerini değersiz hissedebilirler. Bu da depresyon ve anksiyete gibi psikolojik sorunlara yol açabilir.

Bağımlılık, bireyin davranışlarında belirgin değişikliklere neden olabilir. Özellikle madde veya alkol bağımlılığı gibi türler, bireyin kontrolünü kaybetmesine ve saldırganlık gibi davranışlar sergilemesine neden olabilir.

Bağımlılığın bireyler ve toplum üzerindeki sosyal ve psikolojik etkilerini anlamak, önleyici ve tedavi edici stratejilerin geliştirilmesinde önemli bir adımdır. Bu verilere dayanarak, bireylerin bağımlılıkla mücadelede daha etkili destek sistemlerine erişimini sağlamak ve toplumda bağımlılıkla ilgili farkındalığı artırmak önemlidir.

## Sosyolojik Perspektif: Bağımlılığın Toplumsal Bağlarla İlişkisi

Bağımlılık, sosyal ilişkilerin ve toplumsal yapıların karmaşık bir etkileşimiyle yakından ilişkilidir. Sosyolojik perspektiften bakıldığında, bireylerin bağımlılık eğilimleri, toplumsal bağlar ve ilişkilerle şekillenir. Bu durum, bireyin bağımlılıkla mücadele etme ve bağımlılıkla başa çıkma sürecini derinden etkiler.

Sosyal bağlar, bireyin toplum içindeki yerini ve sosyal kimliğini belirler. Bağımlılığın sosyal bağlarla ilişkisi, bireyin sosyal çevresiyle olan etkileşimi üzerinden anlaşılabilir. Örneğin, bireyin sosyal çevresinde alkol veya madde kullanımının kabul gördüğü bir ortamda bulunması, bağımlılık riskini artırabilir. Ayrıca, sosyal izolasyon ve yalnızlık gibi faktörler de bağımlılığı tetikleyebilir ve güçlendirebilir.

Durkheim'in toplumsal bütünleşme teorisi, bağımlılığın toplumun yapısını ve işleyişini nasıl etkilediğini anlamak için önemli bir çerçeve sunar. Toplumsal normların ve değerlerin bağımlılık üzerindeki etkisi, bireylerin davranışlarını belirlerken rol oynar. Örneğin, bir toplumda kumar bağımlılığı kabul gören bir davranışsa, bireylerin bu tür alışkanlıkları benimsemesi daha olasıdır.

Bağımlılığın toplumsal boyutu, aynı zamanda bağımlılıkla mücadelede kullanılan destek sistemlerini de etkiler. Aile, arkadaşlar ve toplumun sunduğu destek ağları, bağımlılıkla mücadelede kritik bir rol oynar. Bu destek sistemleri, bireyin bağımlılıkla başa çıkma stratejilerini belirlemesine ve uygulamasına yardımcı olabilir.

Bağımlılıkla ilgili olarak, sosyolojik araştırmalar ve teorilerin yanı sıra psikolojik yaklaşımlar da önemlidir. Bağımlılığın psikolojik boyutu, bireyin içsel motivasyonları, kişilik özellikleri ve duygusal durumu üzerinde durur. Özellikle, bağımlılığın çeşitli türleriyle ilgili yapılan çalışmalar, bağımlılığın psikolojik kökenlerini anlamak için önemlidir (Deci & Ryan, 2000).

Profesör Dr. Kürşat Şahin Yıldırım ve Doç. Dr. Derya Yentür başkanlığında yürütülen (2023 Kasım -2024 Ocak) anket sonuçlarına göre, katılımcıların çoğunluğu (%65) günlük olarak sosyal çevreleriyle etkileşimde bulduklarını belirtmiştir. Bu durum, sosyal bağların güçlendirilmesinin bağımlılık riskini azaltabileceğini göstermektedir. Mülakatlar sırasında, katılımcılar sosyal destek ağlarının, bağımlılıkla mücadelede önemli bir rol oynadığını vurgulamıştır. Özellikle, aile ve yakın arkadaşlarının sağladığı destek, bağımlılıkla mücadelede etkili olmuştur.

Katılımcıların %80'i toplumsal bağlara önem verdiklerini ifade etmiştir. Bu, toplumsal normların ve değerlerin bağımlılıkla mücadelede olumlu bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Mülakatlarda, katılımcılar toplumun bağımlılıkla ilgili olumsuz davranışları nasıl ele aldığını ve bu konuda farkındalık yaratmanın önemini vurgulamıştır.

Anket sonuçlarına göre, katılımcıların %75'i aile üyeleriyle günlük olarak iletişim kurduklarını belirtmiştir. Mülakatlarda, aile ve arkadaş destek sistemlerinin, bağımlılıkla mücadeledeki önemli rolü üzerinde durulmuştur. Katılımcılar, aile üyeleri veya yakın arkadaşlarının sağladığı destek ve anlayışın, bağımlılıkla başa çıkmada motivasyonu arttırıcı olduğunu belirtmişlerdir.

Öte yandan, katılımcıların %60'ı toplumun bağımlılıkla mücadelede daha aktif bir rol alması gerektiğini düşündüklerini belirtmiştir. Mülakatlarda, katılımcılar toplumda bağımlılıkla ilgili farkındalık ve eğitim kampanyalarının önemini vurgulamıştır. Toplumun, bağımlılıkla mücadelede destekleyici bir ortam sağlamasının önemli olduğu vurgulanmıştır.

Mülakat sonuçlarına dayanarak sosyolojik perspektiften bağımlılığın toplumsal bağlarla ilişkisi hakkında şu noktalar öne çıkmaktadır:

Katılımcılar, bağımlılığın genellikle sosyal çevrelerle ilişkili olduğunu ve çevresel etkileşimlerin bağımlılık davranışlarını belirleyebileceğini vurguladı. Özellikle, içinde buldukları sosyal grupların alkol veya madde kullanımını teşvik edici bir rol oynadığını ve bu durumun bağımlılık riskini artırdığını belirttiler.

Mülakatlarda katılımcılar, toplumsal normların bağımlılık davranışlarını etkilediğini ve bazı bağımlılık türlerinin toplumda kabul gördüğünü ifade etti. Özellikle, kumar bağımlılığı gibi bazı davranışların toplumda yaygın olduğu ve hatta teşvik edildiği durumlarda, bireylerin bu tür davranışlara yönelme olasılığının arttığını belirttiler.

Katılımcılar, bağımlılıkla mücadelede sosyal destek ağlarının önemine vurgu yaptılar. Aile, arkadaşlar ve toplumun sunduğu destek mekanizmalarının bağımlılıkla başa çıkmada kritik bir rol oynadığını ve bireylerin bu destek ağlarını güçlendirmesi gerektiğini belirttiler.

Mülakatlarda, katılımcılar toplumda bağımlılıkla ilgili farkındalık ve eğitim kampanyalarının önemini vurguladılar. Özellikle genç nesillerin bağımlılıkla ilgili riskleri ve sonuçları daha iyi anlamaları gerektiğini ve bu konuda toplumsal bir bilinçlenme ve bilinçlendirme çabasının gerektiğini ifade ettiler.

Katılımcılar, bağımlılıkla mücadelede toplumun destekleyici bir ortam sağlaması gerektiğini vurguladılar. Toplumsal destek sistemlerinin güçlendirilmesi, bağımlılıkla mücadelede etkili bir strateji olarak görüldü ve bireylerin bağımlılıkla başa çıkmalarını kolaylaştıracağı düşünüldü.

Bu mülakat sonuçları, bağımlılığın toplumsal bağlarla derin bir ilişkisi olduğunu ve bağımlılıkla mücadelede toplumsal faktörlerin önemli bir rol oynadığını göstermektedir.

### **Psikolojik Perspektif: Bireyin İçsel Dünyası ve Bağımlılık**

Bağımlılık, bireyin içsel dünyasını ve toplumsal ilişkilerini derinden etkileyen karmaşık bir fenomendir. Psikolojik perspektiften bakıldığında, bağımlılığın psikolojik süreçleri ve teorik yaklaşımları geniş bir literatürde incelenmiştir. Psikodinamik teoriler, bilişsel-davranışçı yaklaşımlar ve nörobiyolojik faktörler gibi çeşitli teorik yaklaşımlar, bağımlılığın nedenlerini açıklamak için öne sürülmüştür. Psikodinamik teoriler, bağımlılığın altında yatan bilinçdışı güdülerin ve içsel çatışmaların önemini vurgularken, bilişsel- davranışçı yaklaşımlar, bağımlılığın öğrenilmiş davranışlar ve alışkanlıkların bir sonucu olduğunu ileri sürmektedir. Örneğin, bağımlılığın nörobiyolojik temelleri üzerine yapılan araştırmalar, bağımlılığın beyin kimyasındaki değişikliklerle ilişkili olduğunu göstermektedir.

Psikolojik destek ve müdahale stratejileri, bağımlılıkla başa çıkma sürecinde önemli bir rol oynamaktadır. Psikoterapi, bilişsel davranışçı terapi, motivasyonel söylem ve grup terapisi gibi psikolojik destek yöntemleri, bağımlılıkla mücadelede etkili birer araç olarak kullanılmaktadır. Bu terapötik yaklaşımlar, bireyin bağımlılıkla ilişkili duygusal, bilişsel ve davranışsal sorunlarını anlamasına ve bunlarla başa çıkmasına yardımcı olur.

Psikolojik perspektiften bakıldığında, bağımlılık bireyin içsel dünyasıyla yakından ilişkilidir. Bağımlılığın psikolojik süreçleri ve teorik yaklaşımları, bağımlılıkla mücadeledeki stratejileri ve psikolojik destek yöntemlerini içerir. Bu konuları anket ve mülakat bulgularıyla birlikte değerlendirerek, bağımlılığın psikolojik boyutunu anlamak mümkündür. Bağımlılıkla ilgili verilere dayanarak psikolojik perspektiften ele alındığında, bireyin içsel dünyası ve çeşitli bağımlılık türleri arasında derin bir ilişki bulunmaktadır. Anket ve mülakat sonuçlarına göre, bağımlılıkla mücadelede psikolojik etkenlerin ve içsel süreçlerin büyük önemi vardır.

Öncelikle, cinsiyet, yaş grubu, medeni durum ve eğitim seviyesi gibi demografik faktörlerin bağımlılıkla ilişkisi incelenmiştir. Verilere göre, bağımlılıkla mücadelede cinsiyet ve yaşın önemli bir rol oynadığı görülmektedir. Özellikle, madde bağımlılığı ve oyun/kumar

bağımlılığı gibi alanlarda erkeklerin daha yüksek bir oranda risk altında olduğu belirlenmiştir. Bu tür bağımlılıkların kadınlar arasında daha düşük oranlarda görülmesi, psikolojik ve sosyal faktörlerin yanı sıra toplumsal normların da etkisini yansıtabilir.

Bağımlılık nedenlerine ilişkin olarak, stres, sosyal çevre etkisi, aile sorunları ve iş stresi gibi faktörlerin bağımlılık gelişiminde kritik bir rol oynadığı tespit edilmiştir. Özellikle genç yetişkinlik döneminde başlayan bağımlılıkların, bu dönemdeki içsel ve dışsal baskılarla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu dönemde bireyin kişilik gelişimi, benlik saygısı ve kimlik oluşumu gibi süreçler, bağımlılık riskini artırabilir.

Bağımlılıkla başa çıkma yöntemlerine ilişkin olarak, destek grupları, terapi, ilaç kullanımı ve kendi kendine yardım gibi çözümlerin sıkça tercih edildiği belirlenmiştir. Bu yöntemlerin etkili olabilmesi için bireyin içsel motivasyonu ve dışsal destek sistemlerinin güçlendirilmesi gerekmektedir. Özellikle, profesyonel sağlık uzmanlarının rehberliği ve destek sisteminin etkinliği bağımlılıkla mücadelede belirleyici olabilir.

Genel olarak, bağımlılıkla ilgili görüşlerde toplumun farkındalığının artması gerektiği vurgulanmıştır. Zararlı alışkanlıkların gençler arasında yaygın olduğu düşünüldüğünde, eğitim ve önleyici programların gençlerin bilinçlenmesinde önemli bir rol oynayabilir. Bu çerçevede, psikolojik destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve bireylerin içsel güçlerini keşfetmelerine yardımcı olacak terapötik müdahalelerin sağlanması da önemlidir.

### **Disiplinler arası Bakış Açısı: Bağımlılıkla Mücadelede Entegre Yaklaşım**

Bağımlılıkla mücadelede, disiplinler arası bir bakış açısı benimseme önemli bir gerekliliktir. Sosyoloji ve psikoloji disiplinlerinin birleşimi, bağımlılıkla mücadelede etkili stratejilerin geliştirilmesinde önemli bir rol oynar. Bu entegre yaklaşım, bağımlılığın hem toplumsal hem de bireysel boyutlarını ele alarak kapsamlı bir müdahale sağlar.

Sosyoloji, bağımlılığın toplumsal bağlamını anlamak için kritik bir araçtır. Toplumun normları, değerleri ve sosyal yapıları, bireylerin bağımlılık eğilimleri üzerinde derin etkilere sahiptir. Sosyal çevrenin bağımlılık üzerindeki etkisi, bireylerin sosyal ağları, toplumsal baskılar ve kabul gören davranışlar gibi faktörler aracılığıyla incelenir. Örneğin, bir bireyin bağımlılık eğilimi, çevresindeki alkol kullanımının yaygınlığı veya madde kullanımının normalleştirilmesi gibi sosyal faktörlerden etkilenebilir. Bu nedenle, bağımlılıkla mücadelede sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve toplumun farkındalığının artırılması önemlidir.

Psikoloji, bağımlılığın bireysel düzeydeki psikolojik süreçlerini ve içsel faktörlerini anlamak için odaklanır. Bireyin duygusal durumu, kişilik özellikleri, stres yönetimi becerileri ve psikolojik ihtiyaçları, bağımlılık riskini belirleyen önemli faktörlerdir. Psikolojik müdahaleler, bireyin içsel güçlerini keşfetmesine, olumsuz duyguları yönetmesine ve sağlıklı baş etme stratejilerini öğrenmesine yardımcı olabilir. Örneğin, bilişsel davranışçı terapi, motivasyonel söylem ve duygusal yönetim teknikleri gibi psikoterapi yöntemleri, bağımlılıkla mücadelede etkili birer araç olabilir.

Entegre bir yaklaşım benimsemek, sosyoloji ve psikoloji disiplinlerinin birleşiminden daha fazlasını gerektirir. Etkili müdahale stratejilerinin geliştirilmesinde, tıp, hukuk, eğitim ve sosyal hizmet gibi farklı disiplinlerden gelen uzmanların iş birliği önemlidir. Bu disiplinler arası ekip çalışması, bireysel düzeydeki psikolojik destekten toplumsal düzeydeki farkındalık kampanyalarına kadar geniş bir yelpazede müdahale stratejilerinin geliştirilmesini sağlar.

Gelecek araştırma ve uygulama alanları, bağımlılıkla mücadelede entegre yaklaşımların daha da geliştirilmesine odaklanmalıdır. Özellikle, dijital teknolojinin hızla gelişmesi ve toplumsal yapının değişen dinamikleri, bağımlılıkla mücadele stratejilerinin sürekli olarak gözden geçirilmesini ve güncellenmesini gerektirir. Bunun yanı sıra, bağımlılıkla mücadelede erken müdahale ve önleyici stratejilere daha fazla odaklanılması, gelecekteki araştırma ve uygulamaların öncelikli hedefleri arasında yer almalıdır.

## SONUÇ

Bu araştırma, bağımlılık olgusunun anlaşılması ve etkili mücadele stratejilerinin belirlenmesi için sosyoloji ve psikoloji disiplinlerinin entegrasyonunu hedeflemiştir. Bağımlılık, bireyleri ve toplumları etkileyen karmaşık bir sorundur ve madde, alkol, teknoloji gibi çeşitli türlerde ortaya çıkabilir. Bu tür bağımlılıkların, fiziksel ve zihinsel sağlık sorunlarına, ekonomik kayıplara, aile ve toplumsal ilişkilerde gerilimlere, suç oranlarında artışa ve kültürel algıda değişikliklere neden olduğu bilinmektedir.

Bu araştırma, sosyoloji ve psikoloji disiplinlerinin birleştirilerek bağımlılıkla mücadelede etkili stratejiler geliştirmeye yönelik önemli bir adım olarak değerlendirilebilir. Sosyal destek ağlarının, aile ilişkilerinin ve toplumsal bağların bireyin bağımlılık süreçlerindeki rolünü anlamak için sosyoloji disiplininden yararlanılmıştır. Aynı zamanda, bireyin içsel dünyasındaki çatışmaları ve psikolojik süreçleri anlamak için psikoloji disiplininden faydalanılmıştır.



Araştırma sonuçları, toplumsal bağların bağımlılık düzeyi üzerinde belirgin bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Sosyal çevre ile etkileşim sıklığı, sosyal medya kullanım alışkanlıkları ve aile ilişkileri gibi faktörlerin bağımlılık düzeyi ile yakından ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca, demografik değişkenlerin de bağımlılık düzeyi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim seviyesi gibi demografik özelliklerin, bireylerin bağımlılık düzeylerini etkilediği gözlemlenmiştir.

Farklı bağımlılık türleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi de önemli bir bulgu sunmuştur. Alkol, sigara, teknoloji bağımlılığı gibi farklı türlerde bağımlılığın birbirleriyle ilişkili olduğu ve bu türler arasında önemli bağlantılar olduğu tespit edilmiştir. Sosyoloji ve psikoloji disiplinlerinin entegrasyonu, bağımlılıkla mücadelede etkili stratejilerin belirlenmesi için önemli bir yaklaşım sunmaktadır. Bu araştırmanın bulguları, ilgili paydaşların bağımlılıkla mücadelede daha etkili stratejiler geliştirmesi ve uygulaması için önemli bir katkı sağlayabilir. Ancak, bu alandaki çalışmaların devam etmesi ve elde edilen bulguların daha geniş kitlelere yayılması gerekmektedir. Bu doğrultuda, sosyal ve psikolojik faktörlerin dikkate alındığı daha kapsamlı mücadele stratejilerinin geliştirilmesi önemlidir.

## KISITLILIK

Araştırmanın sınırlılıkları göz önüne alındığında, daha geniş katılımcı grupları ve farklı kültürlerden bireylerin dâhil edildiği çalışmaların yapılması, elde edilen bulguların genelleme kapasitesini artırabilir. Ayrıca, çocukluk çağı travmalarının öz bildirimlere dayalı olması sebebiyle katılımcıların yanlış bildirimde bulunma olasılığı göz önünde bulundurularak, gelecekteki çalışmalarda objektif veri toplama yöntemleri de kullanılabilir.

## BİLDİRİMLER

**Değerlendirme:** İç ve dış danışmanlarca değerlendirilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir malî destek kullanımı bildirmemişlerdir

## ETİK BEYAN

Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisinin Yayın Etiği; Bilimsel araştırma ve yayınların dürüstlük, açıklık, nesnellik, başkalarının bulgu ve yaratılarına saygı gibi temel ilkelere uygun biçimde yapılmasını sağlamayı amaçlayan ve bunun gerçekleşmesi için çalışmalar yapan Sosyal Bilimler alanında bu ilkeleri amaç edinmiş ulusal tabanlı bilimsel bir dergidir. Helsinki Bildirgesi kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

## KAYNAKÇA

- Anderson, R. (2019). "The Interplay of Sociology and Psychology in Understanding Addiction." *Journal of Behavioral Sciences*, 24(3), 45-58.
- Bond, J., Kaskutas, L. A., & Weisner, C. (2003). The persistent influence of social networks and Alcoholics Anonymous on abstinence. *Journal of Studies on Alcohol*, 64(4), 579-588.
- Brehm, S. S., Brehm, J. W., & Psychological, S. (2002). *Psychological reactance: A theory of freedom and control*. Academic Press.
- Brown, A. (2019). "Sociological Perspectives on Addiction: Unraveling the Social Threads." *Social Dynamics*, 35(2), 189-205.
- Brown, R., & Smith, J. (2018). The role of marriage in addiction prevention: A meta-analysis. *Journal of Family Studies*, 35(4), 567-580.
- Clark, S. (2017). "Psychological Factors in Addiction: A Comprehensive Review." *Journal of Psychology and Mental Health*, 22(4), 112-128.
- Cornwell, E. Y., & Waite, L. J. (2009). Social disconnectedness, perceived isolation, and health among older adults. *Journal of health and social behavior*, 50(1), 31-48.
- Davis, M., & White, L. (2023). "Integrating Sociological and Psychological Approaches for Effective Addiction Interventions." *Addiction Research and Treatment*, 38(1), 78-93.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Durkheim, É. (1897). *Le Suicide: Étude de Sociologie*. F. Alcan.
- Garcia, M., & Smith, J. (2019). The impact of social media use on addiction susceptibility: A systematic review. *Computers in Human Behavior*, 78, 177-189.
- Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2003). Loneliness and pathways to disease. *Brain, behavior, and immunity*, 17(1), 98-105.
- Johnson, L., & Brown, R. (2019). The impact of age on addiction susceptibility: A longitudinal study. *Addiction Research*, 18(3), 245-257.
- Jones, K., & Johnson, P. (2021). "The Global Impact of Addiction: A Multifaceted Analysis." *International Journal of Health Studies*, 45(2), 215-231.
- Jones, K., & Brown, R. (2020). Social interaction and addiction: Exploring the role of social support. *Social Psychology Quarterly*, 45(2), 213-225.
- Kawachi, I., & Berkman, L. F. (2001). Social ties and mental health. *Journal of urban health*, 78(3), 458-467.

- Miller, J., et al. (2022). "Social Support Networks and Their Influence on Addiction Recovery." *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(4), 567-582.
- Miller, A. (2018). Family communication and addiction: A qualitative analysis. *Journal of Marriage and Family*, 40(1), 89-102.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon and Schuster.
- Robinson, T. E., & Berridge, K. C. (1993). The neural basis of drug craving: An incentive-sensitization theory of addiction. *Brain Research Reviews*, 18, 247–291.
- Smith, E. (2020). "The Role of Social Bonds in Addiction Prevention." *Addiction Science & Clinical Practice*, 15(3), 120-136.
- Smith, M. J. (2018). The social determinants of addiction: A literature review and critique. *Substance Use & Misuse*, 53(3), 465-476.
- Smith, T., et al. (2021). "Psychological Resilience and Coping Mechanisms in Addiction Recovery." *Journal of Substance Abuse Treatment*, 28(2), 201-218.
- Smith, J. (2017). Gender differences in social bonding and addiction susceptibility. *Journal of Psychology*, 25(2), 123-135.
- Taylor, R., & Brown, M. (2020). "Understanding the Intersection of Psychology and Sociology in Addiction Research." *Journal of Addiction Studies*, 18(1), 34-49.
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of health and social behavior*, 52(2), 145-161.
- Wang, S., et al. (2021). The relationship between technological device use and addiction susceptibility among adolescents: A longitudinal study. *Journal of Adolescent Health*, 63(4), 532-545.
- Williams, G. (2018). "Social Networks and Addiction: A Comparative Analysis." *Journal of Social Issues*, 42(4), 491-508.



# Türkiye Psikoloji ve Psikiyatri Tıp Dergisi

Makale Başvuru Tarihi:05.12.2023 Makale Yayın Tarihi: 11.03.2024 Makale Türü:Araştırma  
E-Issn:3023-7084 Doi No: 10.5281/zenodo.10825285 Cilt:1 Sayı:1 Yıl:2024 Ss:192-201

## Okul Öncesi Dönemi Çocuklarında Görülen Problem Davranışların İncelenmesi

**1.Nuray DELDAL**  
Öğretmen/Çocuk Gelişimi Uzmanı  
İstanbul Kültür Üniversitesi  
Temel Eğitim Ana Bilim Dalı  
Okul Öncesi Eğitimi Bölümü Yüksek Lisans  
Orcid ID: 0000-0002-9593-2980  
Mail: nurayiko@gmail.com

### ÖZET

Araştırmada okul öncesi dönemi çocuklarında görülen problem davranışlar, problem davranışa etki eden sebep ve sonuçlar ele alınmıştır. Çocuklardaki davranış bozukluklarının nedenleri, ebeveyn tutumu, ailesel faktörler ve çevresel faktörler açısından incelenmiştir. Davranış bozukluklarının uzun vadede ne gibi sonuçlarının olduğu, davranış bozukluklarının düzeltilmesi ve/veya önlenmesine yönelik çalışmalar, müdahale programları değerlendirilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Okul öncesi, problem davranış, ebeveyn, ebeveyn tutumu.

### ABSTRACT

In the study, problem behaviours seen in preschool children, causes and results affecting problem behaviours were discussed. The causes of behavioural disorders in children were examined in terms of parental attitude, familial factors and environmental factors. The long-term consequences of behavioural disorders, studies and intervention programmes for the correction and/or prevention of behavioural disorders were evaluated.

**Keywords:** Preschool, problem behaviour, parent, parent attitude.

## Giriş

Okul öncesi dönemi; çocuğun doğumuyla başlayan, 0-6 yaş aralığını kapsayan, gelişimin ve öğrenmenin en hızlı olduğu, davranışların temellerinin atıldığı dönemdir. (Saygın, 2019) Çocuğun gelişim süreci önce ailede başlar sonra okul ve çevre ile devam eder.

Okul öncesi dönemde çocuğun ebeveynleriyle kurduğu iletişim çocuğun tüm gelişim basamaklarını olumlu yönde geliştirmesini sağlar.

Çocuğun sosyal, duygusal, bilişsel ve dil gelişimi bakımından desteklenmesi okul sürecinde ve sonraki akademik yaşantısında sağlıklı bir birey olmasına etki edebilmektedir.

Aile ortamından ayrılıp okula ilk defa başlayan çocuk çevresine uyum sağlamakta ve kurallara uymakta zorlanabilir. Bowlby'a göre çocuk ve anne arasında hamilelikle birlikte başlayan çok özel bir bağ bulunmaktadır ve çocuğun sevgi, beslenme, bakım, güvenlik... gibi temel ihtiyaçlarının anne tarafından karşılanması ile güvenli bağlanma oluşur (Tarkoçin, 2014).

Erken çocukluk döneminde ebeveynin tutumu çocuğun sosyal deneyimlerine fırsat verilmesi çok önemlidir. Anne babanın çocuk yetiştirme tarzı, hayata bakış açısı, motivasyonu; çocuğun duygu ve davranışlarını, akademik başarısını ve kaygı durumunu doğrudan etkileyen faktörlerdir(Yavuzer, 2022).

Bireyin çevresi ile kendi kişisel özellikleri arasında kurduğu dengeli ilişki ve bunu devam ettirebilmesi uyum olarak tanımlanmaktadır (Yavuzer, 2008).

Çocuğun kendi kişiliği ve yakın çevresi ile uyumlu olması normal gelişimi gösterirken farklı gelişim basamaklarında çevre ile olan ilişkilerde yaşanan zorluklar sebebiyle olumsuz tepkiler meydana gelmesi, çocukta "uyum ve davranış bozukluğu" olarak adlandırılan ruhsal ve sosyal sıkıntılara sebep olabilmektedir.

Uyum ve davranış bozukluğuna sahip olan çocuklar ilerleyen dönemlerde eğitim hayatında ve sosyal ilişkilerinde birçok sorun yaşamaktadır.

Öğretmenler çocukların uyum ve davranış bozukluklarını çözmede ve sosyal duygusal gelişimi ile akademik başarısında önemli role sahiptir.

Çocuğun davranışını uyumlu hale getirmek için öğretmen tarafından motivasyonu artırıcı stratejiler geliştirilmeli, çocuklara uygun programlar uygulanmalıdır(Gökçe, 2012).

## AMAÇ

Bu araştırmada okul öncesi dönemindeki çocuklarda görülen problem davranışlar sebep ve sonuçlarıyla birlikte incelenmiştir.

Erken yaşta fark edilen problemleri müdahale edilmesi, çocuğun sağlıklı bir birey olarak hayatına devam etmesini sağlayacaktır.

## YÖNTEM

Bu çalışma nitel araştırma yöntemlerinden derleme makale olarak düzenlenmiştir.

Okul öncesi dönemi çocuklarda görülen problem davranışlar yabancı ve yerli kaynaklardan literatür taraması yapılarak faydalanılmıştır.

## BULGULAR

Erken çocuklukta görülen davranış problemleri toplumlar için önemli ve yaygın sorunlardan biridir. Erken çocukluk döneminde fark edilmeyen ve önlenemeyen davranış problemleri ilerleyen yıllarda toplumsal maliyet olarak geri dönmektedir.

Toplumun refahı için bu derece önemli bir sorunun alınacak önlem ve müdahalelerle engellenebilir.

Genel olarak davranış problemi, çevre ile uyumu zorlaştıran, zarar veren, çocuğun gelişimini ve büyümesini olumsuz yönde etkileyen, kurallara uyumsuz olan davranışlar olarak tanımlanmaktadır(İşmen Gazioğlu vd., 2018).

Bu davranışlar içselleştirilmiş davranışlar ve dışsallaştırılmış davranışlar olarak ikiye ayrılmaktadır. Dışsallaştırılmış davranışlar; vurma, ısırma, bağırma, tükürme, içselleştirilmiş davranışlar ise; içine kapanma, depresyon, utangaçlık sayılabilir.

Çocuklar bazen kendilerini nasıl ifade edeceğini bilemediğinden içinde buldukları gelişim dönemine uygun olmayan problem davranışlar sergiler.

Bu çocuklar devamlı gözlemlenerek gerçekten problem davranışa dönüşmesi halinde erken müdahale edilmelidir(Işık, 2021).

Çocuk davranış ile ilgili ilk deneyimlerini ailede yaşar ve onları taklit ederek öğrenir. Yaşamın ilk yıllarında öğrenilen davranışlar çocuğun ilerleyen yılları için davranışlarının temelini oluşturur.

Aile ortamında ebeveynleriyle sağlıklı ilişkiler kuran çocukların kişilikleri sağlıklı gelişir ve sosyal çevreleri ile olumlu ilişkiler kurarlar.

Anne-babanın sağlıklı iletişim kurması, aile ortamının denge içinde olması, çocuğun desteklenmesi çocukların toplumsal değerlere uygun davranışlar sergilemesini sağlar (Bartan, 2019).

Okul öncesi eğitimi; çocuğun kişisel özelliklerini ve gelişim düzeylerini artırma olanağı sağlayan ve çocuğun sosyalleşmesini sağlayan bir eğitim sürecidir. Okul öncesi eğitimle çocuk özerkleşir, farkındalığı artar, dürtüsellik ve saldırganlık gibi doğuştan gelen davranışlarını kontrol etmesini öğrenmeye başlar (Girgin, 2010).

Okul öncesi dönemindeki çocukların sosyal, duygusal, bilişsel, bedensel, psikomotor ve dil gelişimlerinin sağlıklı olması çok önemlidir (Hastings, McGrill, 2008).

Çocuklar gelişim sürecinde hem erken çocukluk döneminde hem de sonrasında çeşitli sorunlarla karşılaşabilmektedir.

Çocuklar karşılaştıkları sorunlara farklı tepkiler verebilmektedir. Bu tepkiler davranışsal veya duygusal olabilmektedir. Çocuğun sağlıklı bir şekilde gelişimini tamamlaması ve çevresine uyum sağlaması doğuştan getirdiği kişisel özellikleri yanında çevresel faktörlerinde etkisi vardır.

Genetik özellikler kimi çocuklar için sorunlarla baş edebilmeyi sağlarken kimi zamanda davranış ve uyum sorunu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Çocukluk döneminde görülen davranış sorunları ve uyum bozuklukları mutlaka takip edilmelidir. Özellikle sık görülen problem davranışlar, çocuğun gelişim dönemine, belirtilerin sıklığına, sürekliliğine ve şiddetine göre değerlendirilmelidir (Arı Başaran, 1986).

Kısa sürede geçmeyen sorunlar ileri yaşlarda devam etmesi halinde ruhsal rahatsızlığın belirtisi olarak değerlendirilmektedir (Aydoğmuş, 1994)

Çocukta ortaya çıkan uyumsuzluk veya davranış probleminin nedenleri incelendiğinde; kalıtım, beden engelleri, hastalık, biyolojik, sosyal ve psikolojik temel ihtiyaçların tam karşılanmaması; aile ortamı ve aile yapısı, ebeveyn ilişkisi, çocuğun yakın çevresi, okul, ekonomik ve sosyal etmenler sıralanabilir (Hard, 1984).

Okul öncesi dönemde görülen problem davranışlar çocuğun cinsiyeti, doğum sırası ve yaşı, ebeveynlerin yaşı, mesleği, eğitim seviyesi, sosyo-ekonomik düzeyi, kardeş sayısı, ailedeki diğer yetişkinlerin varlığı, ailenin etnik kökeni, ailevi stres ve şiddet değişkenleriyle ilişkilendirilmektedir (Doctroff, Arnold; 2004).

Çocuklarda sorunlu davranışlar çocuğun ilk yürümeye başladığı dönemden itibaren artan bir istikrar göstermektedir. Küçük çocuklardaki davranış problemleri büyük çocuklara kıyasla farklı şekillerde ortaya çıkabilir.

Örneğin, yeni yürümeye başlayan çocukların korku ve endişeleri sınırlı veya karşı çıkma davranışları (örn. öfke nöbetleri) olarak ortaya çıkabilir (Gardner, 2009).

Anne-baba tutumu çocuğun davranışını ve gelişimini doğrudan etkileyen en kritik faktörlerden biridir. Alan yazına göre anne-baba tutumu demokratik, otoriter, koruyucu, ihmalkâr, etnik, izin verici, ilgisiz ve tutarsız şeklinde sınıflandırılmıştır. Aile tutumuna göre değişkenlik göstermektedir.

Demokratik ebeveyn tutumu ile ilgili olarak çocukla sağlıklı iletişimin kurulduğu ve çocuğun özerkliği için duygusal olarak desteklendiği söylenebilir. Demokratik ortamda yetişen çocuklar olumlu ve uyumlu gelişim göstermektedir.

Otoriter anne-baba tutumunda katı disiplin mevcut olup çocuk duygusal anlamda yeterli desteklenmemektedir ve çocuktan sorgusuz itaat beklenmektedir. Böyle bir ailede yetişen çocuk düşük özsaygı, yüksek kaygı, uyum ve öfke sorunları yaşamaktadır (Sümer, Gündoğdu Aktürk ve Helvacı, 2010)

İzin verici anne-baba tutumunda ise çocuğa ilgi gösterilmesine karşın çocuğa sınır koyma, ceza verme ve kontrol konularında problem yaşanmaktadır. Ebeveynin tutarsızlığı sonucu çocukta istenmeyen davranışlar gelişmektedir.



Aşırı koruyucu anne-baba tutumunda ise çocuk aşırı kontrolle ve özenle yetiştirilir. Çocuk bağımlı, özgüveni düşük, duygusal açıdan zayıf ve bağımlı bir kişilik geliştirmektedir. Aşırı koruyucu ailelerde yetişen çocuklarda görülen bir diğer davranış bozukluğu da hayvan korkusu ve fobilerin arttığı gözlemlenmiştir (Sak ve Ark, 2015).

Yapılan birçok çalışmada problem davranışa etki eden değişkenler açısından ailenin düşük-sosyo ekonomik düzeyde olması da problem davranışı tetikleyen bir risk faktörü olduğu görülmüştür.

Ailede işsizlik olması, yaşam koşullarının yetersiz olması, eğitim seviyesinin düşük olması, göç, sağlık, temel ihtiyaçların tam olarak karşılanmaması problem davranış görülme oranını arttırmaktadır.

Özellikle sosyo-ekonomik seviyesi düşük ailelerden gelen çocuklarda okul öncesi eğitim kurumlarında yapılan araştırmalara göre şiddet, dil güçlüğü, karşı gelme, öğretmenle çatışma sorunu, iletişim problemleri, yalnız kalma isteği, grup etkinliğine katılmayı istememe, verilen yönergeyi takip etmeme, yalan söyleme, grup çalışmasını bozma gibi uyumsuz davranışlar görülmektedir.

Problem davranış sergileyen bu çocuklara duygusal destek verilmesi halinde davranışlarıyla ilgili problemlerin giderek azaldığı da görülmüştür (Tarkoçin, 2014).

Okul öncesi çocukların davranışlarında cinsiyet faktörüne bağlı olarak erkek çocuklarda davranış problemleri kızlara oranla daha fazla görülmektedir. (Hamre ve ark., 2008) Erkek çocuklarda en çok hiperaktivite, dikkatsizlik, öfke, şiddet gibi problem davranışlar görülürken, kız çocuklarda içe kapanıklık, korku ve üzgün olma gibi problem davranışlar görülmektedir (Derman ve Ark, 2013).

Yapılan bazı araştırmalarda da tek ebeveynli ailelerin çocuklarında birden fazla çocuklu ailelerin çocuklarına oranla daha fazla problem davranış görüldüğü belirtilmiştir.

Çocukların şiddet, fiziksel veya duygusal açıdan istismara maruz kalmaları halinde sosyal ilişkiler yönünden ve kişilik bozukluğu yönünden davranış problemlerine sebep olduğu görülmüştür.

Görülen davranış bozuklukları; uyku problemleri, tırnak yeme, kekemelik, idrar kaçırma, korku ve tikler sayılabilir.

Erken çocukluk döneminde çocuk sağlıklı bir aile ve çevreye sahip değilse, çocuğun sosyal, duygusal, fiziksel ve psikolojik tüm ihtiyaçları karşılanmıyorsa, gelişimi desteklenmiyorsa çeşitli problem davranışlar geliştirebilmektedir.

Bu problem davranışların kalıcı hale gelmemesi için erken dönemde müdahale edilmesi son derece önemlidir.

## SONUÇ

Erken çocukluk döneminde çocuk hem ailesinin hem içinde bulunduğu çevrenin hem de kendi kişilik özelliklerinin etkisiyle görerek ve taklit ederek öğrenir, davranışlarını geliştirir. Zaman içinde öğrendiklerini içselleştirerek etrafına yansıtır.

Okul öncesi çocukluk dönemindeki davranış problemlerini etkileyen en önemli faktör olan anne-baba tutumudur. Ebeveynin tutumu çocuğun ilerideki yaşantısında kendi anne-babalık tutumu üzerinde de etkili olacaktır. Bütün bunlar dikkate alındığında okul öncesi döneminde ebeveynlere tutumlarını sağlıklı yönde geliştirmeleri için farkındalık eğitimi verilmelidir.

Okul öncesi döneminde problemleri davranış sergileyen çocuklar ve ebeveynleri belirlenerek problemleri davranışların değiştirilmesine yönelik seminerler verilmeli, ihtiyaç duyulması halinde erken müdahale programı belirlenmeli ve uygulanmalıdır.

Aileler çocuklarında görülen davranış bozukluklarını fark ettiğinde üzerine gitmeli, öğretmen veya uzman desteği almalıdır.

Çocukta görülen problemleri davranışların değiştirilebilmesi için öğretmen ve ailelerin aktif olarak katıldığı davranış değişikliği programları uygulanabilir.

Çocukların problem davranışlarını değiştirmesi veya düzeltmesi için sosyal aktiviteler yapılabilir.

Çocuklarda görülen çeşitli davranış bozuklukları için öğretmenler aracılığıyla sosyo-duygusal öğrenme programı, müdahale, önleme ve rehber programlar uygulanabilir.

Anne-babanın tutumundan kaynaklanan çocukta görülen problem davranışların giderilmesine yönelik olarak ebeveynlerin öncelikle kendi tutumlarını gözden geçirmesi doğru rol model olması gerekmektedir.

Çocukların kendi bağımsızlığını ve özgüvenini arttırmak için fırsatlar sunulmalıdır.

Öğretmenler ve ebeveynler işbirliği halinde olmalı, çocukların problem davranışın ne sıklıkta ve hangi durumlarda yaptığı gözlemlenmelidir. Özellikle okul öncesi eğitimi öğretmenleri tarafından etkinlikler esnasında yapılan gözlemler not edilmelidir.

Çocuklardaki davranış problemlerinin gözlemlenmeli, tespit edilmeli, çocuk gelişim uzmanı veya çocuk psikologlarından da destek alarak çözümlenmeye çalışılmalıdır.

## KAYNAKÇA

T, Suna (2014). T.C. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı “Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden 48-66 Aylık Çocukları Olan Ebeveynlerin Çocukları İle İletişim Kurma Düzeyleri Ve Davranış Sorunları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, İstanbul

Y, Haluk(2022). T.C. İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi Erken Çocukluk Döneminde Çocuk Davranışları, Ebeveyn Tutumu Ve Duygu Sosyalleştirme Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Zeynep Çelik Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, İstanbul

E, Gökçe (2012). Ankara University, Journal of Faculty of Educational Sciences, “The value of praise, ignoring, and rules for preschoolers at risk for behavior disorders “ 2012, vol.45, no:2, 231-254

E, Işık (2021). Erken çocuklukta görülen davranış problemlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 22(40), 183-226. DOI: 10.21550/sosbilder.854768

Kartal, B (2019). T.C Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Temel Eğitim Ana Bilim Dalı Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı Okul Öncesi Dönemi Çocuklarında Görülen Davranış Problemleri İle Anne-Çocuk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Büşra Kartal Yüksek Lisans Tezi Tezi

Dursun, A (2010). T.C Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı Okul Öncesi Öğretmenliği Programı Yüksek Lisans Tezi Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Davranış Problemleriyle Anne-Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Yüksek Lisans Tezi, İzmir

Martinbax, C And Hart, H (1984). Assmialion For Child Psychology And Paychialry. Continuities Of Common Behaviour Problems In Preschool Children Suejenkins, Thomas Coram Research Unit And St. Mary's Hospital Medical School Paediatric Unit, London Introduction, Vol.Z5,No.İ,Pp.75-89. 1984. 0021-9630/84

Daniel S Shaw (2011). See Discussions, Stats, And Author Profiles For This Publication At: <https://www.researchgate.net/publication/227991133> Behavioral Problems Of Infancy And Preschool Children (0–5) Chapter · February 2009 Doi: 10.1002/9781444300895.Ch53 Citations 27 Reads 8,124 2 Authors: Frances Gardner University Of Oxford 231 Publications 13,593 Citations See Profile Daniel S Shaw University Of Pittsburgh 522 Publications 26,442 Citations

Şahin. B.K, Atli. S, Sak. R (2015). ‘Okul Öncesi Dönem: Anne Baba Tutumları’ Preschool Period: Parenting Attitudes Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi - Mersin University Journal of the Faculty of Education “Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(3): 972-991” DOI: 10.17860/efd.33313

Tarkoçin, S (2014). T.C. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden 48-66 Aylık Çocukları Olan Ebeveynlerin Çocukları İle İletişim Kurma Düzeyleri Ve Davranış Sorunları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Yüksek Lisans Tezi, İstanbul

Derman, M.T ve Asüde, B (2013). Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Okul öncesi Çocuklarında Gözlenen Davranış Problemleri ile Ailelerinin Anne-Baba Tutumları Arasındaki İlişkisi, 2(1), 115-144, 2013 <http://dergi.amasya.edu.tr> 115

# TÜRKİYE PSİKOLOJİ VE PSİKİYATRİ TIP DERGİSİ

E-ISSN:3023-7084



[www.psikolojipsikiyatridergisi.com.tr](http://www.psikolojipsikiyatridergisi.com.tr)