

T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



GENÇ YETİŞKİNLERDE NESNELEŞTİRİLMİŞ BEDEN BİLİNCİNİN YORDAYICILARI:  
ANNEDEN ALGILANAN NARSİSİSTİK ÖZELLİKLER, TOPLUMSAL CİNSİYET  
ROLLERİ VE GÖRÜNÜMLE İLİŞKİLİ SOSYAL MEDYA BİLİNCİ

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Batuhan BİNGÖL**

**Psikoloji Anabilim Dalı**

**Klinik Psikoloji Programı**

**ŞUBAT, 2024**



T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



GENÇ YETİŞKİNLERDE NESNELEŞTİRİLMİŞ BEDEN BİLİNCİNİN YORDAYICILARI:  
ANNEDEN ALGILANAN NARSİSİSTİK ÖZELLİKLER, TOPLUMSAL CİNSİYET  
ROLLERİ VE GÖRÜNÜMLE İLİŞKİLİ SOSYAL MEDYA BİLİNCİ

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Batuhan BİNGÖL**

**(Y2112.480041)**

**Psikoloji Anabilim Dalı  
Klinik Psikoloji Programı**

**Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER**

**ŞUBAT, 2024**

## **ONAY SAYFASI**





## ONUR SÖZÜ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Genç Yetişkinlerde Nesneleştirilmiş Beden Bilincinin Yordayıcıları: Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden olduğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (01/02/2024)

Batuhan BİNGÖL





## ÖNSÖZ

Yüksek lisans tezi olarak sunulan bu çalışma, genç yetişkinlerden oluşan katılımcılarda nesneleştirilmiş beden bilincinin yordayıcılarını incelemek için anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünümle ilişkili sosyal medya bilinci değişkenlerinin ölçümüne dayalı olarak hazırlanmıştır.

Çalışma süresince, belirlenen ölçümler için kıymetli vakitlerini ayıran tüm katılımcılara teşekkürlerimi sunarım. Tez çalışmam boyunca beni bilgileri ile aydınlatan ve yardımlarını esirgmeden içtenlikle destek veren değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER'e,

Bana tez süresi boyunca tüm içtenliğiyle yol gösteren, bilgi ve birikimini aktaran değerli hocam Doç. Dr. Birol AZAR'a,

Bu zorlu yolda manevi desteklerini her zaman hissettiren ve yanımda olan arkadaşlarıma ve tüm sevdiklerime,

Son olarak, hayatım boyunca her kararına saygı duyup arkamda duran, maddi manevi her koşulda desteklerini sunan, babam merhum Celal BİNGÖL'e, sevgili annem Rahime BİNGÖL'e ve ablam Gül Bingöl ÇOLAK'a sonsuz teşekkür ediyorum.

Bu çalışmayı babam Celal BİNGÖL'e ithaf ediyorum.

Şubat, 2024

Batuhan BİNGÖL



**GENÇ YETİŞKİNLERDE NESNELEŞTİRİLMİŞ BEDEN BİLİNCİNİN YORDAYICILARI:  
ANNEDEN ALGILANAN NARSİSİSTİK ÖZELLİKLER, TOPLUMSAL CİNSİYET  
ROLLERİ VE GÖRÜNÜMLE İLİŞKİLİ SOSYAL MEDYA BİLİNCİ**

**ÖZET**

Modern toplumlarda fiziksel görünüme odaklanma, toplumsal olarak önerilen ‘ideal’ bedene ulaşma çabası, aile, akranlar ve medya kanallarıyla bireylere aktarılmaktadır. Bu çalışma ile nesneleştirilmiş beden bilincinin, anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünüşle ilgili sosyal medya bilinci ile yordayıcı etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın örneklemini 19 ile 40 yaş arasında Türkiye’de yaşayan ve aktif olarak sosyal medya kullanan 240 kadın ile 202 erkek olmak üzere toplam 442 katılımcı oluşturmaktadır. Verilerin toplanması için Kişisel Bilgi Formu, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği katılımcılara çevrimiçi platformda uygulanmıştır. Çalışmada, SPSS 27 yazılımı kullanılarak istatistiksel analizler kullanılmıştır.. Araştırmadan elde edilen veriler doğrultusunda, anneden algılanan narsisistik özelliklerin ve görünümle ilişkili sosyal medya kullanımının nesneleştirilmiş beden bilinci üzerinde yordayıcı güce sahip olduğu saptanmıştır. Bireyin sahip olduğu cinsiyeti doğrultusunda toplum tarafından yüklenen rollere karşı sergiledikleri tutumların bedenlerine dair utanç duygularının azalttığı saptanmıştır. Bu bağlamda çalışmanın bulguları ve literatür ışığında nesneleştirilmiş beden bilincinin yordayıcıları olduğu saptanan değişkenler ile arasındaki ilişki açıklanarak oluşan bu olumsuz sonuçların nedenlerine dair literatüre katkı sağlama anlamında önemli görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Nesneleştirilmiş Beden, Narsisizm, Toplumsal Cinsiyet, Sosyal Medya, Görünüm.

**PREDICTORS OF OBJECTIFIED BODY CONSCIOUSNESS IN YOUNG ADULTS:  
NARCISSISTIC TRAITS PERCEIVED FROM MOTHER, GENDER ROLES AND SOCIAL  
MEDIA CONSCIOUSNESS IN RELATION TO APPEARANCE**

**ABSTRACT**

In modern societies, the focus on physical appearance and the effort to achieve the socially recommended 'ideal' body are transmitted to individuals through family, peers and media channels. This study aims to examine the predictive effect of objectified body consciousness with narcissistic traits perceived from mother, gender roles and social media consciousness about appearance. The sample of the study consisted of a total of 442 participants, 240 women and 202 men, between the ages of 19 and 40, living in Turkey and actively using social media. In order to collect the data, Personal Information Form, Objectified Body Consciousness Scale, Narcissistic Traits Perceived from Mother Scale, Gender Roles Attitude Scale and Appearance-Related Social Media Consciousness Scale were applied to the participants on an online platform. Statistical analyses were performed using SPSS 27 software. In line with the data obtained from the study, it was determined that narcissistic traits perceived from the mother and appearance-related social media use had predictive power on objectified body consciousness. It was found that the attitudes towards the roles imposed by society in line with the gender of the individual decreased their feelings of shame about their bodies. In this context, in the light of the findings of the study and the literature, it is considered important to contribute to the literature on the causes of these negative results by explaining the relationship between the variables found to be predictors of objectified body consciousness

**Keywords:** Objectified Body, Narcissism, Gender Equality, Social Media, Appearance.

## İÇİNDEKİLER

ONUR SÖZÜ .....	i
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT .....	vi
İÇİNDEKİLER .....	vii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xi
ÇİZELGELER LİSTESİ.....	xiii
<b>I. GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
A. Araştırmanın Konusu .....	1
B. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	4
C. Araştırmanın Hipotezleri .....	5
D. Araştırmanın Kısıtlılıkları .....	6
E. Araştırmanın Sayıtlıları .....	6
F. Kavramsal Çerçeve .....	7
1. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci.....	7
2. Narsisizm .....	7
3. Sosyal Medya .....	8
4. Toplumsal Cinsiyet Rollerini .....	9
<b>II. GENEL BİLGİLER.....</b>	<b>11</b>
A. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci.....	11
1. Tanımı ve Gelişimsel Süreç .....	11
2. Beden İzleme.....	14
3. Beden Utancı.....	14
4. Dış Görünüşü Kontrol İnancı .....	16

B. Narsisizm .....	17
1. Tanımı ve Tarihçesi.....	17
2. Narsisizm Türleri.....	24
3. Algılanan Ebeveynlik Tutumları .....	26
4. Ebeveyn Narsisizmi ve Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler .....	26
C. Toplumsal Cinsiyet Rollerini.....	30
1. Tanımı .....	30
2. Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kazanımı.....	31
3. Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar .....	33
D. Sosyal Medya .....	37
1. Tanımı ve Tarihçe .....	37
2. Sosyal Medya Ortamları.....	39
3. Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci.....	44
<b>III. GEREÇ VE YÖNTEM .....</b>	<b>47</b>
A. Araştırmanın Deseni.....	47
B. Evren ve Örneklem.....	47
1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri .....	47
C. Veri Toplama Araçları.....	49
D. Verilerin Analizi.....	51
<b>IV. BULGULAR.....</b>	<b>53</b>
A. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci, Anneden Algılanan Narsisizm, Toplumsal Cinsiyet Rollerini ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya İlişkisi .....	53
B. Basit ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi .....	55
C. Karşılaştırma Analizi .....	59
D. Cinsiyete Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	59

E. Çalışma Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması....	60
F. Medeni Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması....	62
G. Eğitim Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması....	64
H. Sosyal Medyada Vakit Geçirilen Saate Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	65
I. Gelir Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması....	67
İ. Anne Baba Medeni Duruma Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	69
<b>IV. TARTIŞMA.....</b>	<b>73</b>
<b>V. SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>81</b>
<b>VI. KAYNAKÇA.....</b>	<b>85</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>109</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>125</b>





## KISALTMALAR LİSTESİ

- APA** : American Psychological Association (Amerikan Psikiyatri Birliği)
- DSM** : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders  
(Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı)
- ICD** : International Classification of Disease  
(Uluslararası Hastalık Sınıflandırması)
- TDK** : Türk Dil Kurumu



## ÇİZELGELER LİSTESİ

Çizelge 1: Katılımcılara Ait Demografik Bilgilerin Dağılımı .....	48
Çizelge 2: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeğine Ait Betimsel İstatistiklerin ve Basıklık, Çarpıklık, Cronbach Alpha Katsayılarının İncelenmesi.....	52
Çizelge 3: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Arasındaki İlişki .....	53
Çizelge 4: Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilincinin Beden Utancını Yordamasına İlişkin Bulgular .....	56
Çizelge 5: Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Beden Utancını Yordamasına İlişkin Bulgular.....	56
Çizelge 6: Anneden Algılanan Narsisizmin Kontrol İncancını Yordamasına İlişkin Bulgular.....	57
Çizelge 7: Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kontrol İncancını Yordamasına İlişkin Bulgular.....	57
Çizelge 9: Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilincinin Kontrol İncancını Yordamasına İlişkin Bulgular .....	58
Çizelge 10: Cinsiyete Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	59
Çizelge 11: Çalışma Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	61

Çizelge 12: Medeni Duruma Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	63
Çizelge 13: Eğitim Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	64
Çizelge 14: Sosyal Medyada Vakit Geçirilen Saate Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	66
Çizelge 15: Gelir Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	68
Çizelge 16: Anne Baba Medeni Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	70





# I. GİRİŞ

## A. Araştırmanın Konusu

Geçmiş yıllardan bugüne, cinsiyet farklılıkları incelenmeye çalışılmış; farklılıkların değerlendirilmesinde farklı görüşler ve teoriler ortaya atılmıştır. İnsan bedeni bu farklılıkların anlaşılmasında önemlidir. İnsanın bedenini tanıması, kendini tanımasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bedeni tanıma kavramı, birçok farklı yaklaşım üzerinden ele alınmıştır. Beden ile birey arasındaki ilişkiyi sosyokültürel bağlamda değerlendiren yaklaşım ise “Nesneleştirme Kuramı” olarak adlandırılır. Bu kavram Fredrickson ve Robert (1997) tarafından ortaya atılmıştır. Nesneleştirme kuramından doğan nesneleştirilmiş beden bilinci de birçok farklı yaklaşım üzerinden açıklanmaya çalışılmıştır. Feminist yaklaşıma göre nesneleştirilmiş beden bilinci, kadın bedeninin diğerleri tarafından incelenen ve değerlendirilen bir nesne gibi şekillendirildiğini ifade eder. İnsan bedeni, bütünsel olarak değil de parçalar halinde algılanmaya başladığında, kişilerin beden ve ruh arasında kurdukları sağlıklı ilişki ve benliğin işlevselliği bozulmaya başlar. Modern çağda, toplumlarda bedene ve dış görünüme yönelme eğilimi ve idealize edilmiş bir bedene ulaşma çabası artmaktadır. Bu çabada toplumsal cinsiyet rollerinin etkisi büyüktür. Toplumsal cinsiyet, kişinin biyolojik cinsiyeti ile paralel olarak, toplumsallaşma sürecinde ve kültürün de etkisi ile yaratılan kadın ve erkek için atfedilmiş rollere atıf yapmaktadır. Toplumsal cinsiyet rolleri, geleneksel bir yaklaşımla, erkeği kadına göre daha üstün olarak ele almakta; bunun sonucunda da erkeklere daha olumlu anlamlar yüklemekte ve kadını görece pasif ve erkeğe bağımlı bir nesne olarak temsil etmektedir. Bu temsil biyolojik bir farklılıktan ötürü değil, toplumsal etkileşimlerin sonucunda inşa edilmektedir. Toplumsal etkileşimlerin sonucunda oluşan bu temsiller, gündelik hayatın bir parçası haline gelmekte ve cinsiyete özgü yapılar yaratmaktadır (Akgül, 2023; Fredrickson ve Roberts, 1997a; McKinley, 2011b; Moradi ve Huang, 2008a; Wood ve Eagly, 2009). Dolayısıyla toplumsal cinsiyet rolleri, her iki biyolojik cinsiyette de kişilerin hayatlarını yönlendirmede aktif rol oynamaktadır.

Bireylerde nesneleştirilmiş beden kavramının gelişimi çocukluk döneminde başlamaktadır. Bu kavramın en çok değişim ve gelişim gösterdiği dönem ise ergenlik dönemidir. Çünkü ergenlik dönemi hem fiziksel hem de psikolojik olarak en yoğun değişimin gerçekleştiği dönemdir. Ergenlik dönemine giriş ve beraberindeki değişimler genç kızlarda erkeklerden daha erken başlamaktadır. Beden algısı sadece ergenlik döneminde değil aynı zamanda genç yetişkinlik döneminde de gelişmeye ve değişmeye devam etmektedir. Genç yetişkinlik döneminde, bireylerin beden algısında çevreye göre değişimler de söz konusudur. Bireylerin kendini nesneleştirme sürecini gelişimsel olarak inceleyen çalışmalar, kendini nesneleştirmenin 11 yaştan 80 yaşa kadar geniş bir yaş aralığında görüldüğünü bildirmektedir. Ancak gençlerde, özellikle erken ergenlik döneminde kendini nesneleştirme çok daha belirgin olarak gözlemlenmektedir (Hirschman ve Vd., 2006). Nesneleştirilmiş beden bilinci kavramında sadece gelişimsel dönemler değil, aynı zamanda cinsiyet farklılıkları da önemlidir. Bu alanda yapılan araştırmalar, kadınların bedene yönelik ilgilerinin daha yoğun olduğunu işaret etmektedir, bu da kadınlar için nesneleştirilmiş beden kavramının daha ön planda olduğunu ortaya koymaktadır (Özgüngör ve Arıcıoğlu, 2020; Calogero, 2012a). Bunun sonucunda toplumda kadınlar da erkekler de güzellik standartlarına ve normlarına tabii olsa dahi, kadınlarda bu baskıların daha belirgin olumsuz sonuçları olmaktadır.

Toplumsallaşma sürecinde aktif rol alan aile, okul ve medya kuruluşları, toplumsal cinsiyet ilişkilerinin biçimlenmesinde farklılaşan düzeylerde rol almaktadır. Günümüzde toplumsal cinsiyet normlarının sunulması ve beden ideali çoğunlukla sosyal medya üzerinden yapılmaktadır. Bireylere medya aracılığı ile (ve buna ek olarak aile, akrabalar ya da arkadaşlar aracılığıyla) güzellik ve çekicilik normları dayatılmaktadır. Bu norm, bireylerin zayıf ya da kaslı bir bedene sahip olması gerektiğini, bu şekilde güzel ya da çekici olabileceğini ortaya koymaktadır. Kadınların medyada nasıl temsil edildiği incelendiğinde, toplumsal yapı ve kültürel değerler içerisindeki yerinin geleneksel ve yeni medyada korunduğu görülmektedir (Akmeşe ve Deniz, 2015; Walcott et al., 2003). Sosyal medya araçları görsel içerikli uygulamalar olduğu için bireylerin görünürliğini arttırmakta, o sırada online olan kullanıcılara en hızlı şekilde iletimi sağlamaktadır. Bunun sonucunda kullanıcılar üzerinde devamlı ve üst düzey uyarım sağlamaktadır. Sosyal medya araçları, bireylerin



kendileri ve başkalarının sunulan görüntülerini değerlendirme sonucunda bir beden imajı oluşturmaları, idealize etmesi, görüntü karşılaştırmasına anında olanak sağlaması, diğer kullanıcılar (özellikle akranlar) tarafından geri bildirim alma imkanı sağlaması nedeniyle önemli görülmektedir. Gençlerin dış görünüşlerine yönelmeleri, arka plandaki sunucuların kullanıcının ilgi alanlarını belirleyerek yeni imajlar için uygun ortam yaratması ve seçenekleri arttırarak ideal bedene ulaşmayı giderek zorlaştırması genç yetişkinlerde memnuniyetsizliğe sebep olmaktadır (Baudrillard, 2016). Yani kişiler sosyal medya aracılığı ile sürekli yeni içselleştirilmiş beden imajları arayışına girmektedirler. Bunun sonucunda da sürekli arzuları değişen nesneleşmiş bedenler doğmaktadır. Sonuç olarak günümüzde nesneleşmiş beden imajı toplumsal olarak kurulmakta, ancak sosyal medya araçları ile görünür hale gelmekte ve kontrol edilmektedir (Koç vd., 2019; Thompson ve Stice, 2001). Bu nedenle, günümüzde sosyal medya araçlarının kullanılmasına yönelik artan ilginin, özellikle ergen ve genç yetişkin grubunda, nesneleştirilmiş beden bilinci düzeyi üzerinde yordayıcı etkileri bulunmaktadır.

Narsisizm kavramının ortaya çıkışı Yunan mitolojisine dayanmaktadır. Mitolojiye göre kusursuz bir güzelliği olduğunu düşünen Narcissus, sudaki yansımaları görür ve yansımaya aşık olur. Hayatı boyunca da ulaşamayacağı bu aşkın peşinden gider. Aşkına ulaşma isteğiyle sudaki görüntüsüne sarılır, ancak dokunduğunda görüntü parçalanır. Bazı kaynaklara göre görüntüsüne ulaşmaya çalışırken boğularak, bazı kaynaklara göre ise görüntüsünün parçalanmasının yarattığı melankoli ile yaşamını yitirir (Campbell ve Miller, 2011; Karaaziz ve Erdem Atak, 2013). Türk Dil Kurumu'na (TDK) göre "özseverlik" olarak tanımlanan narsisizm (Türk Dil Kurumu, 2023), literatürde kişinin kendi bedenine yönelik cinsel arzu ve hazlarını ifade etmektedir. Narsisizm terimi ilk kez 1898 yılında Havelock Ellis tarafından özellikle kadınlarda görülen, cinsel dürtülerin kaybolmasıyla yerini kendine hayranlık duygularına bırakması olarak tanımlanmıştır (Atay, 2009). Ellis'in ardından narsisizm terimi literatürde, özellikle de psikanalitik literatürde, sıklıkla yer almaya başlamıştır. Sigmund Freud 1905 tarihli "Cinsellik Üzerine Üç Deneme" makalesinde (Haute ve Westerink, 2016), bireyin bedenini cinsel obje olarak kullanması veya eşcinsel nesne seçiminin kaynağını oluşturan bir sapkınlık türü olarak ifade etmiştir.

Narsist kişiler, doğdukları ilk aylardan itibaren yalnızlık duygusunu deneyimlemeye başlamaktadır. İhtiyaçları tam olarak karşılanamayan ya da ihmal edilen kişiler, daha bebekken bile kendi kendilerine yetme ihtiyacı duyabilirler (Ozan vd., 2008). Bebeğin o dönemde temel bakım vereni ile kuramadığı bağ ve bakım verenleri tarafından gereksinimlerinin görmezden gelinmesi bebeğin hayal kırıklığı ve benzeri olumsuz duygular yaşamasına zemin oluşturmaktadır. Tüm bunların sonucunda bebek odağını iç dünyasına çevirir ve libidinal yatırımları kendisine yapmaya başlar (Crockatt, 2006; Pallaro, 1996). Bebeklik döneminden itibaren libidinal yatırımları kendisine yapan narsisistik birey; anne olduğu zaman çocuğuna karşı yetersiz empati, büyüklenmeci bir tavır, çocuk tarafından duygusal ihtiyaçlarının karşılanması beklentisi, çocuğa karşı eleştirel ve suçlayıcı bir tutum ya da manipülatif tavır sergilemektedir. Narsisistik bir annenin ihtiyaçları tam olarak giderilemeyen çocukları; fiziksel istismar, eleştirilme ve suçluluk duyma, duygusal olarak geri çekilme (Ehrenberg et al., 1996) gibi farklı yollarla cezalandırılmış hissederler.

Bu çalışma kapsamında, genç yetişkinlerde nesneleştirilmiş beden bilincinde anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve dış görünüşle ilgili sosyal medya bilincinin yordayıcı etkisi incelenmek istenmektedir. Bedeni nesneleştirme deneyiminin alt boyutları olarak beden izleme, beden utancı ve dış görünüşü kontrol inancı da araştırmada alt başlıklar halinde incelenmek istenmektedir.

## **B. Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Bu araştırma, nesneleştirilmiş beden bilincinin, anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünüşle ilgili sosyal medya bilinci ile yordayıcı etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Bununla birlikte cinsiyet, sosyoekonomik seviye, ebeveynlerin birlikte olup olmaması, ebeveynlerin eğitim durumu gibi farklı demografik veriler ile arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının incelenmesi amaçlanmaktadır.

Meier ve Gray (2014)'e göre, nesneleştirilmiş beden bilinci, yani kişilerin öz değerlerine dair fikirlerinin, toplumsal güzellik standartlarını karşılayacak beden kriterlerine ve bedenlerini kullanma kabiliyetlerine sahip olma düzeylerine göre oluşturulması, özellikle de sosyal medya araçlarına olan ilginin yoğunlaşması ile

belirginleşmektedir (Meier ve Gray, 2014). Alan yazın incelendiğinde; nesneleştirilmiş beden bilinci, anneden algılanan narsisistik özellikler, görünüşle ilgili sosyal medya kullanımı ve toplumsal cinsiyet rollerinin bir arada ele alındığı bir çalışmanın yapılmadığı görülmektedir. Bu nedenle bu çalışmanın literatüre ve psikolojik sağlığı korumak ve iyileştirmek adına geliştirilecek sosyal çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Nesneleştirilmiş beden bilincinin yordayıcıları olduğu düşünülen değişkenler ile arasındaki ilişki açıklanarak nesneleştirilmiş beden bilincinin yarattığı olumsuz sonuçların nedenlerine dair literatüre katkı sağlanabileceği düşünülmektedir. Bu araştırmanın amacı kapsamında araştırmanın problemi ise aşağıda verilmiştir:

“Genç yetişkinlerde nesneleştirilmiş beden bilincinin, anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve sosyal medya kullanımı ile arasında bir ilişki var mıdır?”

### **C. Araştırmanın Hipotezleri**

Çalışma kapsamında aşağıdaki hipotezler sınanmaya çalışılmıştır:

1. Genç yetişkinlerde nesneleştirilmiş beden bilinci düzeyi ile anneden algılanan narsisistik özellikler düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
2. Genç yetişkinlerde nesneleştirilmiş beden bilinci düzeyi ile toplumsal cinsiyet rolleri düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
3. Genç yetişkinlerde nesneleştirilmiş beden bilinci düzeyi ile görünümle ilişkili sosyal medya kullanımı düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
4. Toplumsal cinsiyet rolleri düzeyi sosyodemografik değişkenlere göre (cinsiyet, eğitim, gelir durumu) farklılık göstermektedir.
5. Anneden algılanan narsisistik özellikler düzeyi sosyodemografik değişkenlere göre (cinsiyet, eğitim, gelir durumu) farklılık göstermektedir.
6. Nesneleştirilmiş beden bilinci düzeyi sosyodemografik değişkenlere göre (cinsiyet, eğitim, gelir durumu) farklılık göstermektedir.
7. Görünümle ilgili sosyal medya kullanımı düzeyi sosyodemografik değişkenlere göre (cinsiyet, eğitim, gelir durumu) farklılık göstermektedir.

Bu hipotezler doğrultusunda çalışma nesneleştirilmiş beden bilinci, anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünümle ilişkili sosyal medya olarak dört farklı değişken içermektedir. Bu değişkenlerin birbirleriyle ilişkinin saptanması adına ilişkiel tarama modeli tercih edilmiştir.

#### **D. Araştırmanın Kısıtlılıkları**

Çalışmanın olası kısıtlılıkları şu şekildedir:

1. Araştırmanın 19-40 yaş arasında aktif olarak sosyal medya kullanan katılımcıları içermesi çalışmanın tüm yetişkinlere genellenebilirliğini engelleyebilmektedir.
2. Araştırmada elde edilen bulgular, Demografik Bilgi Formu, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Ölçeği'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
3. Araştırmaya katılan 442 katılımcının olasılığa dayalı rastgele örnekleme yöntemine göre belirlenmesi, belirlenen grubun yanlı oluşturulması riskini içermekte ve evreni temsil etme gücü zayıf olabilmektedir.
4. Veri toplama işlemleri online ortamda gerçekleştiği için, uygulama esnasında bazı katılımcılarda bağlantı problemleri yaşanabilecektir. Bu da bazı katılımcıların ölçekleri yarım bırakmasına, katılımcı kaybına ya da motivasyon düşüklüğüne neden olabilmektedir. Bu durum bazı katılımcıların veri güvenilirliğini etkileyebilmektedir.

#### **E. Araştırmanın Sayıtları**

Çalışmanın sayıtları şu şekildedir:

Çalışmada katılımcıların sunulan Sosyodemografik Bilgi Formu, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği (NBBÖ), Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeğini içtenlikle doldurdıkları varsayılmıştır.

Çalışmada kullanılan ölçüm araçlarının, verileri güvenilir ve geçerli bir şekilde toplayacağı ve tercih edilen istatistiksel yöntemlerin verileri güvenilir ve geçerli bir şekilde analiz edeceği varsayılmıştır.

## **F. Kavramsal Çerçeve**

### **1. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci**

Feminist kuramcılara göre kadın bedeni “bakılacak” bir nesne olarak inşa edilmiştir. Bu inşa edilen ve tekrarlı olarak maruz kalınan yapı nedeniyle de kadınlar bedenlerine dışarıdan gözlemciymiş gibi bakmayı öğrenirler. Kültürel olarak idealize edilen beden standartlarını içselleştirirler, bedenlerine bu standartlara dayalı olarak değer vermeye başlarlar, böylece standartlar benlikten kaynaklanıyormuş gibi görünür ve aksi yöndeki önemli kanıtlara rağmen bu standartlara ulaşmanın mümkün olduğuna inanırlar. Bu da kişilerin birçok psikolojik ve/veya sosyal zorluk ile karşı karşıya kalmasına neden olur. Bireyler bu durumda bedenlerine dışarıdan bakarak yabancılaşmakta, bedeni nesne olarak görmekte ve bunun sonucunda bedenleri ile olan ilişkilerinde nesne ve dışarıdan izleyen konumuna gelmektedirler. McKinley (1995) bu bedeni bir nesne olarak deneyimlemeyi ve bu deneyimi destekleyen inançları nesneleştirilmiş beden bilinci olarak adlandırmıştır (Fredrickson ve Roberts, 1997a; McKinley ve Hyde, 1996a). Bu kavram, çalışmanın temel değişkenlerinden birini oluşturmaktadır.

### **2. Narsisizm**

Narsisizmin nasıl tanımlanacağı hakkında alanda farklı görüşler olsa da narsisizmin davranışsal temelinde kişinin kendine yönelik bir arzu ve haz duyması yer almaktadır. Bunun sonucunda birey diğerlerinden çok kendine güvenen, abartılmış bir öz saygı ve grandiyözite gösteren, kendisi ve kendi ihtiyaçlarıyla genellikle başkaları pahasına aşırı meşgul olan benmerkezci bir kişilik geliştirir. Bu kavram köklerini Yunan mitolojisine, sudaki yansımasına aşık olan ve ömrünü bu aşka adayan Narkissos’a dayandırır. Narsisizm kavramı ilk kez 1898’de Ellis tarafından ağırlıklı kadınlarda görülen, cinsel dürtüleri kendine yöneltme ile karakterize duygular olarak ele alınmıştır. Narsistik kişiler prestij ve güç kavramlarına odaklanarak kendilerini avutmakta, diğerlerine göre daha güçlü, daha değerli, daha becerikli ve daha güzel

oldukları düşünceleri ile kendi değerlerini abartmaktadırlar (Duss ve Chiodo, 1991). Narsisizm, normalden anormal kişilik ifadesine kadar uzanan bir süreklilik üzerinde mevcuttur. Pek çok psikolog, insanlarda orta derecede narsisizmin normal ve sağlıklı olduğuna inanırken; narsisistik eğilimin patolojik hale geldiği, işlevsel bozulmaya ve psikososyal rahatsızlığa neden olan narsisistik kişilik bozukluğu gibi daha aşırı formları da vardır. Narsisizmin aşırı formunda, üstünlük duygusu, beğenilme ihtiyacı ve empati yapamamanın sürekli bir örüntü halinde devam ettiği bir kişilik bozukluğu gelişmektedir (American Psychiatric Association, 2013; Çakmak, 2018). Narsisizm çalışmada ele alınacak ikinci temel değişkendir.

### **3. Sosyal Medya**

Sosyal medya kişilerin karşılıklı iletişim kurmasını ya da bilgi aktarılmasını sağlayan; fotoğraf, video gibi medya içerikleri ya da yazı paylaşımlarına ve bu paylaşımların diğer kullanıcılar tarafından görüntülenmesine olanak veren, insanların kendi yaşamlarından anılarını ve tecrübelerini aktarabildiği, başka insanlar ile etkileşim ve arkadaşlık kurabildiği, tartışabildiği ya da toplu eylemlerde bulunabildiği, çeşitli etkinlikler düzenleyebildiği, sosyal medya kullanıcıları aracılığı ile içeriği geliştirilen yeni bir iletişim aracı ya da sanal bir mecradır. Sosyal medya bireyler tarafından farklı amaçlar ile kullanılabilirdiğinden, her amaç doğrultusunda farklı platformlar geliştirilmiştir. Sosyal ağlar, bloglar, wikiler, podcastler, forumlar, içerik toplulukları, sanal oyun ortamları ve mikrobloglar gibi çok çeşitli sosyal medya araçları bulunmaktadır. Sosyal medya kullanıcıları etrafta olup bitenleri takip etmek ve sosyalleşmek amacıyla Twitter ya da Facebook gibi uygulamaları, fotoğraf paylaşımı için Instagram gibi uygulamaları, video paylaşımları için Tiktok ya da Youtube gibi uygulamaları, iş bağlantıları için LinkedIn gibi uygulamaları, düşünceleri paylaşmak için Blogger.com ya da Wordpress gibi uygulamaları tercih etmektedir (Kaplan ve Haenlein, 2010; Söner ve Yılmaz, 2018). Platformlar birden çok amaç için de kullanılabilir.

#### **4. Toplumsal Cinsiyet Roller**

Cinsiyet, bireyin doğuştan getirdiği, erkek ya da kadın olarak ifade edilen fizyolojik, biyolojik ve genetik özellikleridir. Bireylerin kadın ya da erkek cinsiyetine sahip olması davranışlarına, tutumlarına ve yaşam tarzlarına etki etmekte; bu kapsamda bireylere toplum tarafından belirli roller verilmektedir. Bu roller toplumsal cinsiyet rolleri olarak adlandırılmaktadır. Bu, aynı zamanda ruhsal olarak kişinin kendini kadın ya da erkek olarak nasıl algıladığını da ifade etmektedir. Bireye toplum tarafından yapılan cinsiyet yüklemeleri, geleneksel cinsiyet rolleridir. Geleneksel cinsiyet rolleri, kadın ve erkeğin yaşam rolleri konusunda net ayrımlar ortaya koyar; kadınlar ev işleri ve çocuk bakımından sorumlu iken, erkekler ise çalışır, evin reisi konumundadır (Palas Karaca ve Çubukçu Aksu, 2020; Seçgin ve Tural, 2011). Çalışmada, toplumsal cinsiyet rolleri dolaylı olarak ele alınacaktır.





## **II. GENEL BİLGİLER**

### **A. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci**

#### **1. Tanımı ve Gelişimsel Süreç**

Nesneleştirilmiş beden bilinci, köklerini Fredrickson ve Roberts (1997) tarafından ortaya atılan “Nesneleştirme Kuramı’na (Objectification Theory)” dayandırmaktadır (Fredrickson ve Roberts, 1997a). Nesneleştirme kuramına göre insan bedeni, biyolojik özelliklerinin yanı sıra çevresel ya da sosyokültürel özelliklerin de etkisi ile oluşturulmaktadır. Nesneleştirme kavramı, kişilerin bedenlerini değerlendirirken gözlemci bir bakış açısı sahiplenerek bedenlerini gözlenen bir “nesne” haline getirilmesini ifade etmektedir. Nesneleştirme kuramına göre, nesneleştirilerek ve beden ile ilgili çeşitli baskılara maruz kalarak yaşanan bir kültürde, belli bir zaman sonra kişinin (özellikle de kadınların) subjektif olarak da bedenini farklı bir şekilde değerlendireceği düşünülmektedir. Kişiler, fiziksel görünümünü dışarıdaki kültürün etkisi altında kalarak gözlemci bakış açısı ile sürekli izlemeye ve değerlendirmeye başlayarak; kendilerini değerlendirilebilen, gözlemlenebilen ya da diğerlerini tatmin etmek amacıyla kullanılabilen bir nesne konumuna taşıyacaktır. Bu durum, kişinin bedenine yönelik şekil, beden ölçüleri, etkileyicilik (fiziksel ya da cinsel anlamda) ya da kilo durumu gibi birçok dışsal niteliği değerlendirmeye açık hale getirmektedir. Ancak, kişilerin ruh hali, sağlığı ya da enerji düzeyi gibi dışsal olarak ele alınamayacak olan içsel nitelikleri; dışsal niteliklerin karşısında değersizleştirilmektedir. Yani kişiler nasıl oldukları ve nasıl hissettiklerinden ziyade nasıl göründüklerine odaklanmaktadırlar. Tüm bunların sonucunda kişi, benlik değerini dışsal niteliklerine yani beğenilen bir görünüme sahip olma durumlarına göre belirlemektedir; bu da nesneleştirme kuramına göre “kendini nesneleştirme” olarak isimlendirilmektedir (Aubrey, 2007b; McKinley, 2006c; Miner-Rubino et al., 2002; Tiggemann ve Williams, 2012). Nesneleştirilenin kişi için birçok sonucu vardır.

Nesneleştirilenin bir sonucu olarak kişiler kendini toplumsal olarak belirlenen bir “ideale” ulaştırmayı hedeflemektedir. Toplum, özellikle kadınlara yönelik olarak,

zayıf olanın daha çekici ve güzel olacağı vurgusunu yaparak; zayıflık, çekicilik ve güzellik dayatmaları yapmaktadır. Bu standartlara uydukları takdirde kadınların hayatı toplumsal olarak kolaylaştırılmaktadır. Örneğin iş bulma olanakları, işteki statüleri ya da kazançları daha iyi olmakta, sosyal ortamlarda daha nezaketli davranışlar ile karşı karşıya kalmakta ve kendilerini daha güçlü bir konumda bulmaktadırlar. Daha kolay elde edilebilen bu sosyal ve ekonomik güç de kadınların görünümüne odaklanma ve ideal olana ulaşma motivasyonlarını arttırmaktadır (Aubrey, 2006a; Demir Kaya ve Çok, 2023). Nesneleştirilme çok kapsamlı olarak ele alınması gereken, geniş bir kavramdır.

Nesneleştirilme, içerisinde cinsel nesneleştirmeyi de barındırmaktadır. Cinsel nesneleştirme, kişilerin bedenlerinin başkalarının istek ve arzuları için kullanılabilmesini ifade etmektedir. Kadınların değişen oranlarda maruz kaldığı bir durum olan cinsel nesneleştirme deneyimi sonucunda, kadınlar özne konumundan çıkarak kendilerini bir nesne olarak algılamaya ve dış görünüşlerine odaklanmaya başlayacaktır. Sonuç olarak, cinsel nesneleştirme bir noktada kendini nesneleştirmeyi yaratmaktadır (Doğan, 2016; Lindner ve Tantleff-Dunn, 2017; Moradi et al., 2005b). Cinsel nesneleştirme yaşayan bir kadının, bu cinsel nesneleştirmeyi ne kadar içselleştireceği ve kendini ne düzeyde nesneleştireceği kişiden kişiye değişmektedir. Bu noktada; toplumsal statü, yaş, kişilik özellikleri, etnik köken ve cinsel yönelim gibi içselleştirme ve nesneleştirmeyi etkileyen birçok faktörden söz edilebilir. Ancak toplumsal mesajları içselleştirme arttıkça cinsel nesneleştirme artacak, bunun sonucunda da kendini nesneleştirme ve olası kötü sonuçlar artma eğilimi gösterecektir (Fredrickson ve Roberts, 1997a). Kendini nesneleştirme sadece kronik olarak değil duruma özgü olarak da ortaya çıkabilmektedir.

Kendini nesneleştirme hem kronik ve hem de bazı bağlamlarda ortaya çıkan duruma özgü bir nitelik taşıyabilmektedir. Durumsal kendini nesneleştirme sürecinde kadınlar geçici bir süre için belli bir tetikleyici unsur ile aktive olarak kendi bedenlerine odaklanmaktadırlar. Buradaki tetikleyici unsur genellikle diğerlerinin ilgisinin ya da bakışlarının kişilerin bedeninde olduğunun gözlemlenmesi ile bedene yönelik farkındalığın arttığı durumlardır (Lindberg et al., 2006; Quinn et al., 2006). Kendini nesneleştirme kavramı, zaman içerisinde nesneleştirilmiş beden bilincinin ortaya çıkmasına aracılık etmiştir.

Nesneleştirilmiş beden bilinci kavramını ortaya atan McKinley ve Hyde (1996) ise, özellikle kadınların yaşadığı bu nesneleştirme sürecini nesneleştirilmiş beden bilinci olarak adlandırmaktadır (McKinley ve Hyde, 1996a). Özellikle kadınlar yaşıyor olsa da günümüzde erkekler de benzer şekilde nesneleştirme yapabilmekte ve bu nesneleştirme durumundan zarar görmektedir (Lindberg et al., 2006; Lowery, et al., 2005). Toplumlar da, kadın bedenine yönelik zayıf, çekici ve güzel olmaya yönelik yapılan baskılar ile paralel olarak erkekler için ise fit, kaslı ve çekici olmaya yönelik baskılar söz konusudur. Erkeklerin bedenlerinin kas miktarına göre çekiciliği değerlendirilmektedir (Erdoğan, 2013; Frederick et al., 2005). Bu durum, erkek bedeninin de toplum tarafından çeşitli baskılara maruz kaldığını, idealize edildiğini ve nesneleştirildiğini ortaya koymaktadır. Tıpkı kadınlarda olduğu gibi bu toplumsal idealleştirme, çeşitli unsurlar aracılığı ile sunulmaktadır. Burada medyanın rolü büyük olmakla birlikte idealleştirme oyuncaklar aracılığı ile bile yapılmaktadır. Pope ve arkadaşları (1999) tarafından yapılan çalışmada, erkek figürüne sahip oyuncakların zaman içerisinde giderek daha kaslı olarak üretildiği gözlenmiştir.

Nesneleştirilmiş beden bilinci kavramının kökeninde, yukarıda detaylı olarak yer verildiği üzere kadın bedeninin dışarıdan sürekli olarak değerlendirilmesi ve böylece beden bir nesne konumuna getirilmesi yer almaktadır. Kişiler bu nesneleştirme sürecinin sonucunda, dışarıda belirlenen bedensel standartları, kendi standartları haline getirerek bu standartlara uyma çabasına girmektedirler. Ancak toplumun belirlediği standartlar genellikle ulaşılması neredeyse imkansız standartlardır; bu durum kişinin bedeninden utanmasına ya da utanmasa dahi bir memnun olmama durumuna yol açmaktadır (McKinley, 2006c; Slater ve Tiggemann, 2002). Nesneleştirilmiş beden bilinci beden sürekli izlenmesinden daha fazlasını içeren çok boyutlu bir deneyimi tanımlamaktadır. Nesneleştirilmiş beden bilinci beden izleme, beden utancı ve dış görünümü kontrol inancı olmak üzere üç alt boyuta ayrılmaktadır.

## 2. Beden İzleme

Beden izleme, Fredrickson ve Roberts'ın (1997) nesneleştirme kuramında sıklıkla yer verdiği bedeni gözleme davranışını ifade etmektedir. Diğer bir deyişle, McKinley ve Hyde (1996) tarafından ortaya atılan nesneleştirilmiş beden bilincinin davranış olarak karşılığıdır. Kişilerin kendi bedeninin gözlemci bakış açısı ile değerlendirmesini içeren ve bedenin devamlı denetlendiği bir benlik algısı oluşturan davranışları ifade etmektedir. Beden izleme davranışı kişilerin dış görünüşlerini kontrol etme sıklığı ve kontrol etme düşünceleri üzerinden değerlendirilmektedir. Kişi genellikle kendi bedenini kontrol etme ve denetleme davranışını bir alışkanlık (alışılmış denetim-habitual monitoring) haline getirmektedir. Bunu, ideal bedene ilişkin toplumsal algılar ve verilen toplumsal mesajları içselleştirme sonucunda yapmaktadır. Kişi, bedenini sürekli kontrol ederek sosyal olarak reddedilmeden kaçınmaktadır. İçsel durumlara yönelik farkındalığa zarar verse ve dış baskılara yönelik duyarlılığı arttırsa da toplumsal normlar ile uyumlu olması nedeniyle kişide aynı zamanda bir başarı duygusu da yaratmaktadır (Boursier et al., 2020; Fredrickson ve Roberts, 1997a; McKinley ve Hyde, 1996a). Bu da beden izlemeye yönelik çelişkili bir bakış açısına neden olmaktadır.

Bazı araştırmacılara göre beden izleme, kişilerin bedenlerine gözlemci bakış açısı ile bakması ve beden ideallerini içselleştirmesi anlamına gelen kendini nesneleştirmenin bir sonucu iken (McKinley, 2006c); bazı araştırmacılara göre kendini nesneleştirme ve beden izleme kavramları iç içe geçerek birbirleri yerine kullanılmakta (Lindberg et al., 2006; Moradi et al., 2005b) ve bazı araştırmacılara göre ise birbirleri ile bağlantılı olan farklı kavramlar olarak ele alınmaktadır (Tiggemann ve Slater, 2001). Beden izleme davranışının duygusal karşılığı ise nesneleştirilmiş beden bilincinin ikinci alt boyutu olan beden utancı kavramını ifade etmektedir.

## 3. Beden Utancı

Çoğu kültürde güzellik beklentisi, zayıf bir bedene erişmek ile ilişkilendirilmektedir (Fredrickson et al, 1998b). Burada idealize edilen zayıflık, vücut kitle indeksine göre normal aralığın da altında olan bir zayıflıktır (McKinley, 2006c). Kişiler (özellikle de kadınlar) idealize edilen ve içselleştirilen kültürel normlarca dayatılan beden standartlarına ulaşarak zayıf, güzel ve çekici olmaya; erkekler de kaslı

ve çekici olmaya çaba göstermektedir (Aubrey, 2007b). Bireylerin bu standartlara ulaşamadıkları ya da ulaşamayacaklarını anladıkları noktada deneyimlediği utanç duygusu ise “beden utancı” olarak tanımlanmaktadır (Fredrickson ve Roberts, 1997; Tylka ve Hill, 2004). Bu kültürel normlar derinlemesine içselleştirildiği için, bunlar kişinin idealinin bir parçası olarak algılanır. Bu standartlara uyamama durumu, kişi için bu normları karşılamamanın bir başarısızlık olarak algılanmasına yol açabilir (McKinley ve Hyde, 1996a). Utanç, topluma aykırı davranmanın ahlaksal bir sonucu olduğu için kişiler aslında toplumsal bir norma uyum sağlayamamanın utancını yaşamaktadır; bu utancın kaynağı da kişinin kendi bedeni olduğu için kişiler bedenlerine yönelik bir utanç duymaktadırlar (Miner-Rubino et al., 2002; Moradi ve Huang, 2008a). Ayrıca toplumsal olarak idealize edilen beden standartlarını içselleştirmenin dolaylı olarak da beden utancı üzerinde etkili olduğu görülmektedir; standartların içselleştirilmesi, bedene yönelik değer ve odaklanmanın artmasına ve o durum da bedene yönelik utancın artmasına neden olmaktadır. Ancak aynı zamanda fiziksel özelliklere yönelik farkındalık ve değer artmadan da sadece içselleştirmenin de utancı tetikleyebileceği görülmektedir (Tolaymat ve Moradi, 2011). Bu durum, beden utancının farkındalık ve idealleri içselleştirme ile arasındaki karmaşık ilişkiye bir ışık tutmaktadır.

Kendini nesneleştirme ve nesneleştirilmiş beden bilinci kavramlarında olduğu gibi, beden utancı kavramı da kadınlarda erkeklere göre daha yaygın olarak görülmektedir (McKinley, 1998d). Genellikle, kadınlarda mevcut kilo ile hedeflenen kilo arasındaki fark erkeklere göre daha fazladır; mevcut kilo ile hedef kilo arasındaki farkın artışı da beden utancını arttırmaktadır. Kendini nesneleştirme arttıkça, zayıflama arzusu ve beden utancı artmaktadır (Calogero et al., 2005c; Carr ve Szymanski, 2010). Ayrıca sadece kronik kendini nesneleştirme için değil, durumsal kendini nesneleştirme için de sonuçlar benzerdir (Fredrickson et al., 1998b). Sonuç olarak, türü ne olursa olsun kendini nesneleştirme arttıkça, beden utancı da artış göstermektedir.

Kişilerin bedenlerine yönelik değerlendirmeyi kimin yapacağı ya da ne zaman ve ne şekilde bir değerlendirme yapacağı belirsiz olduğu için, bu durum kişilerde kaygıyı tetiklemektedir. Burada kişinin kronik ya da durumsal bir kendini nesneleştirme yaşaması sonuçları değiştirmemektedir (Roberts ve Gettman, 2004).

Çünkü kişi utanç duyulması gereken (yani toplumsal standartlara uymayan) bir bedene sahiptir ve bu, birileri tarafından olumsuz değerlendirilmeye açık bir durumdur. Bedeninden utanç duyma ile ilişkili kaygılar, idealleştirilmiş beden ile ilişkili toplumsal normlara uyma olasılığını arttırmaktadır; kişiler bedensel görünümünü değiştirme ve sosyal kabul edilebilirliğini artırma motivasyonu kazanmaktadırlar. Ortaya çıkan kaygı, dış görünüşü kontrol etme ve sürekli olarak görünüşü düzeltme şeklinde davranışlara yansımaktadır (Aubrey, 2007b; McKinley, 2006c; Miner-Rubino et al., 2002; Moradi ve Huang, 2008a). Davranışsal yansımalarının yanı sıra nesneleştirme ve beden utancı çeşitli psikopatolojilerle de ilişkilendirilmektedir; bu patolojilerden bazıları yüksek stres, yeme bozuklukları, duygudurum bozuklukları, düşük benlik saygısı ve yaşam doyumu ile cinsel problemlerdir (Kılıç Ahmedi ve Şahin, 2021). Bu psikopatolojiler aynı zamanda dış görünüşü kontrol inancı ile de ilişkilidir.

#### **4. Dış Görünüşü Kontrol İnancı**

Dış görünüşü kontrol inancı kişinin dış görünüşünden sorumlu olması, eğer çabalarsa beden görünüşünü kontrol altına alabileceği ve bunun sonucunda da toplumsal olarak belirlenen beden ideallerine ulaşabileceği inancını ifade etmektedir (McKinley ve Hyde, 1996a). Kişilerin beslenme ya da spor gibi yöntemler ile bedenlerinin kontrolünü ellerine alabileceklerine inandıkları ölçüde, idealize edilen bedene erişme çabaları ve davranışlarını o nispette düzenleme ihtimalleri artış göstermektedir (Salomon ve Brown, 2018). Bu, nesneleştirilmiş beden bilinci ile dış görünüşü kontrol inancı arasındaki temel bağlantıyı ortaya koymaktadır.

Ancak dış görünüşü kontrol inancı, nesneleştirilmiş beden bilinci için paradoksal, tartışmalı bir alt boyutu ifade etmektedir. Çünkü kontrolün kendisinde olduğuna dair bu inanç kişinin yeterlilik duygusunu güçlendirebilir, ancak aynı zamanda kişinin güç sahibi olmasına rağmen bu normları karşılayamaması durumunda hayal kırıklığıyla da sonuçlanabilir. Ayrıca kişide kontrol altında hissedebilmek için kısıtlayıcı yemek yeme, kusma veya aşırı egzersiz yapma gibi işlevsiz kontrol yöntemleri de ortaya çıkabilir. McKinley ve Hyde (1996), bireylerin kendi görünüşlerini kontrol etme yeteneklerine yönelik yüksek inançların, onların kendi bedenlerini olumsuz bir şekilde deneyimlemelerine katkıda bulunabileceğini varsaysa

da araştırmanın bulguları ve daha sonraki birkaç çalışma, dış görünüşü kontrol inançları ile beden izleme, beden utancı ve bedenle ilgili diğer olumsuz sonuçlar arasında negatif bir korelasyon olduğunu veya hiçbir bağlantı olmadığını bildirmiştir. Ancak diğer bazı araştırmalarda görünüş kontrolü inançlarının psikolojik iyi oluş, beden saygısı ve beden tatmini ölçümleriyle anlamlı pozitif ilişkisi olduğu gösterilmiştir. Bunun yanı sıra, McKinley ve Hyde (1996), dış görünüş kontrol etmeye yönelik inancın, kişilerin beden utancı hissini azaltmak noktasında katkı sağlayabileceğini iddia etmektedir. Ayrıca aynı çalışmada beden gözetimi ve vücut utancının bazı davranışsal teknikler veya sosyokültürel farkındalık programları aracılığıyla azaltılabileceğini ancak kontrol inançlarının o kültürde çekici olabilmek için kontrol ve başarı duygusu sağlayarak bu süreci engelleyebileceğini de bulmuşlardır (Boursier et al., 2020; McKinley, 2006c; McKinley ve Hyde, 1996a). Yani beden izleme ve beden utancı terapötik bir yaklaşım ile değişime daha açıkken, dış görünüş kontrol inancının kültürel olarak ödüllendirilmesi söz konusu olduğu için değişimi daha zordur.

## **B. Narsisizm**

### **1. Tanımı ve Tarihçesi**

Narsisizm kavramının kökeni Yunan mitolojisindeki “Narcissus”a dayandırılmaktadır. Mitolojiye göre, Narcissus tüm perilerin aşık olduğu ama aşklarına karşılık vermeyen yakışıklı bir adamdır. Echo isimli bir periyi de kaba bir Şekilde reddettikten ve peri platonik aşkının acısı ile utanç ve keder içinde ortadan kaybolduktan sonra, Yunan tanrısı Nemesis bu durumu görerek Narcissus'a "karşılıksız sevgi" ile bir ceza vermeye karar vermektedir. Ardından Narcissus bir gün glde kendi yansımasını görerek ve onun bir su ruhu olduğunu düşünerek ona aşık olmuştur. Ardından, bazı kaynaklara göre sudaki görüntüsüne dokunmaya çalıştığında görüntüsü parçalanmıştır. Bu durumun sonucunda aşkına karşılık alamayan Narcissus melankoliye kapılır ve orada ölür. Bazı kaynaklara göre ise görüntüsüne sarılmaya çalışırken boğularak ölür (Campbell ve Miller, 2011; Cooper, 1986; Karaaziz ve Erdem Atak, 2013). Sonuç olarak, kendine olan karşılıksız sevgisi onun ölümü olmaktadır. Ayrıca efsanede Narcissus’un güzellik takıntısı, çevresindekilere bencil ve

soğuk tavrı, kibri ve çaresizlik duygularından da söz edilmektedir (Chessick, 1985). Bunlar, bugünkü narsisizm tanımıyla eşleşen özelliklerdir.

Narcissus efsanesinden yola çıkaran Havelock Ellis (1898), psikoloji literatüründe ilk kez narsisizm kavramından “Narcissus-like (Narcissus benzeri)” şeklinde söz etmiştir. Ellis’e göre narsisizm, cinsel dürtülerin kaybolması ve bu dürtüleri bireyin kendine hayranlığa dönüştürmesi ile karakterize duygulardır; genellikle de kadınlarda görülmektedir (Bayram, 2018). Yani ona göre kişiler kendilerini, tıpkı kendini nesneleştirmede söz edildiği gibi, cinsel nesne gibi görmekte ve ona göre davranmaktadır. Ellis’in çalıştığı hastalar çoğunlukla kadın olduğu için, daha çok kadınlarda görülebilecek bir cinsel sapkınlık olduğundan söz etmektedir (Karaaziz ve Erdem Atak, 2013; Timuroğlu ve İşcan, 2008). Ellis kendi hastalarındaki ortak belirtileri narsisizm ile açıklasa da, “narsisizm” ifadesini terimsel olarak literatürde ilk kullanan kişi Alman psikiyatrist ve psikanalist Paul Nacke (1899)’dir (Raskin ve Terry, 1988). Nacke, Ellis’in makalesinin özetini kaleme alırken, “Narcissismus” terimini kullanmış; kişinin bedenini cinsel obje olarak nitelendirdiği bir cinsel sapkınlık olarak açıklamıştır (Timuroğlu ve İşcan, 2008). Nacke, o dönem bilim camiası için tanınmış biri olmasa da, makalesi Freud’un ilgisini çekmiş ve narsisizm kavramına eğilmeye başlamıştır (Raskin ve Terry, 1988). Freud makalesinde (Cinsellik Üzerine Üç Deneme-1905) narsisizm kavramını, bireylerin kendi bedenlerini cinsel obje gibi kullanması veya eşcinsel nesne seçiminin kaynağı niteliğinde bir cinsel sapkınlık türü olarak ele almıştır. Ayrıca homoseksüel erkeklerin erken çocukluk döneminde anneye karşı yoğun isteği sonucunda, kendisini anne ile özdeşleştirerek kendisini cinsel obje olarak seçme sürecini ifade etmektedir (Crockatt, 2006). Otto Rank (1911), Freud’un cinsellik vurgusunun kapsamını genişleterek kişinin bedenini ve dolayısıyla kendini aşırı sevmesi, bunun sonucunda kibirlenmesi gibi kavramlar üzerinden narsisizmi açıklamaktadır (akt. Grenyer, 2013). Ernest Jones (Tanrı Kompleksi-1913) makalesinde, narsisistik kişilik bozukluğunu ilk kez tanımlamış (Erdoğan ve Şahin, 2020); narsisizm için yukarıda detaylı olarak yer verilen özelliklerin yanı sıra esrarengiz bir bulut ile sarılmış gibi insanlardan uzak ve ulaşılmaz olma, insanlarla yakınlıktan kaçınma, tanrıymış gibi büyüklenmeci bir tavır sergileme ve kibarlık gibi özelliklerden bahsetmiştir (Kızıltan, 2006). Aynı dönemde bir taraftan Freud’un narsisizm üzerine çalışmaları da devam etmektedir.



Freud makalesinde (Narsisizm Üzerine-1914), narsisizmi birincil narsisistik (otistik) dönem ve narsisistik benlik yatırımı olmak üzere iki ayrı türde incelemektedir. Birincil narsisistik dönemde, bebek nesnelere ile kendi arasında ayırım yapabilme becerisine sahip değildir. Kendisini dünyanın merkezi ve diğer nesnelere de kendi uzantısı olarak düşünmektedir. Bu dönemde bebek tüm libidinal yatırımı kendisine yapmaktadır, ancak zamanla dış nesnelere yönelerek sağlıklı bağlanmalar geliştirmeye başlar. Ancak dış nesnelere yönelme sürecinin önünde engeller çıktığı zaman, çocuk libidinal enerjiyi içe yansıtarak narsisistik yatırımı kendine yapar. Bu da narsisistik benlik yatırımı ya da ikincil narsisistik dönem olarak adlandırılan durumu meydana getirir (Turan, 2022). Birincil narsisistik dönem, her psikanalitik kuramcı tarafından kabul edilmemiş olup, kuramcılar narsisizm için çeşitli farklı açıklamalar ortaya koymaktadır.

Wälder (1925), narsisistik kişilikten söz etmektedir. Ona göre narsisistik kişilik diğerlerini küçümseyen, üstünlük çabası içinde olan, kendine hayran olan, empatiden uzak ve fiziksel haz odaklı cinsel tutumlar sergileyen bir karakter örgütlenmesidir. William Reich, kitabında (Karakter Analizi-1933) fallik-narsisistik kişilik tanımından bahsetmektedir. Ona göre bu kişilikler fallus ile özdeşim kuran, kibirli, sadistik yönelimlere sahip, kontrolsüz cinsel birliktelikleri olan, bağımlılık riski fazla ve süperego gelişimi zayıf kişiliklerdir. Bu nedenle duygusal anlamda incinebilirliği fazladır. İncinme ya da tehdit durumlarında pasif ya da aktif bir saldırganlık ile karşılık verebilmektedirler. Karen Horney'e göre ise (1939) narsisizm çeşitli farklı yansımaları olan bir karakteristik yapı olarak ele alınmaktadır. Horney'e göre kişinin sağlıklı düzeyde bir benlik saygısı ya da bunun gerçekçilikten uzaklaşarak abartılmış bir patolojik narsisizm düzeyinden söz edilmektedir. Yani narsisizm, benliğin şişirilmesi ile kişinin abartılı bir şekilde kendine hayranlık duyması, kendini onaylaması ve aşırı değerli görmesidir (Levy et al., 2011). Psikanalist Annie Reich'a (1953) göre ise narsisim kırılma karşı olarak geliştirilen bir çeşit savunma türüdür (Reich, 1953). Narsisistik bireyler, erken dönemde olumsuz travmatik deneyimler yaşamış ve bunun sonucunda sağlıklı benlik saygısı geliştirememişlerdir. Bunun sonucunda da kendilerini güçlü, üstün ya da güvende hissettikleri grandiyöz bir hayal alemi oluşturduklarını iddia etmektedir.

Melanie Klein da Freud'un çalışmalarında etkilenecek, metapsikoloji teorisi kapsamında nesnelere ile dürtüler arasındaki ilişkiye değinmektedir. Klein'in nesne ilişkileri kuramına göre her zihinsel süreç içsel ya da dışsal bir nesne barındırmaktadır. Bu nedenle, Freud'un birincil narsisizm döneminde nesne olmadığı için Klein tarafından reddedilmektedir. Bebek iyi ve kötü meme üzerinden bir ayırım yapmakta ve kötü memeye karşı iyi meme yaratan narsist sevgiyi yansıtmaktadır. Narsisizm, Freud'un ikincil narsisizm tanımında olduğu gibi, egonun libidinal nesneyle önceki özdeşleşmelerinden kaynaklanan libidinal bir yatırımdır (Steiner, 1989; Stirling, 2000). Klein'den sonra Otto Kernberg ve Heinz Kohut narsisizmi ele alan iki önemli isim olmuştur.

Kernberg (1967)'e göre narsisizm özellikle de "bölme" isimli savunma mekanizmasının kullanıldığı, bütünleşik ve grandiyöz kimlik gelişimini barındıran bir kişilik örgütlenmesidir. Bölme mekanizması, kişinin nesnelere (tıpkı Klein'in ele aldığı gibi) tamamen iyi ya da kötü olarak ayırt etmesini; dolayısıyla da grilerden ziyade siyah ve beyaz olarak net ayrımlar yapmasını sağlamaktadır. Çocuk ayrışma, bireyleşme döneminde iken; yani ilk sevgi nesnesi olarak değerlendirilen anneden ayrışırken anne sevgisizlik ile cezalandırıldığında, bir saplanma yaşanmakta ve narsisistik örüntü meydana gelebilmektedir. Çünkü anneni cezalandırıcı tavrı, çocuğun annenin duygusal desteğinden yoksun kalmasına neden olmaktadır. Ayrıca Kernberg'e göre, sadece çevresel unsurlar değil, aynı zamanda içsel saldırgan eğilimler de narsisizme katkı sağlayabilmektedir. Çocuk, saldırgan dürtülerini bakım verene karşı kullanmama durumunda yoğun bir kaygı ve stres deneyimlemektedir (Kernberg O. , 1967a). Tüm bunlar narsistik kişiliğin yaratılmasına katkı sağlamaktadır.

Kernberg'e göre, narsisistik bireyler, diğer insanlarla uyum içinde gibi görünse de aslında devamlı problem deneyimlerler. Narsisistik kişiliği olan bireyler kendileriyle aşırı ilgilenir, aşırı hırsları ve grandiyöz fantezileri vardır, beğenilme arzuları çok yoğundur, güçlü, güzel ve mükemmel olma çabaları söz konusudur. Ayrıca empatiden ve sevgiden yoksun, sömürü potansiyeli olan, sıkılma ve boşluk hisleri deneyimleyen, kimlik karmaşası ve belirsizliği yaşayan kişilerdir. Narsisistik bireylerin duyguları sığ olduğu için, kendilerinin ya da çevresindekilerin duygularını anlamakta ve derin duyguları deneyimlemekte güçlük çekmektedirler. Terk edilme gibi durumlarda yaşadıkları görünüşte yüzeysel bir acı olsa da gerçekte intikam ve

agresyon kaynaklı oluşmaktadır (Kernberg, 1970b; Kernberg, 1975c). Kohut ise yine Freud'un görüşlerinden yola çıkarak farklı bir bakış açısı ortaya koymaktadır.

Kohut'a göre, zaman içerisinde iki özerk süreç olarak şekillenen bir narsisistik libido ve nesne libidosundan söz edilmektedir. Bu süreçler en ilkel halinden kapsamlı haline ve ayrıca sağlıklı halinden patolojik haline doğru farklı şekillenebilmektedir. Ayrıca Kohut, narsisizmi açıklarken kendilik nesnesi (self-object) kavramından söz etmektedir. Kendilik nesnesi, çocuğun benliğinden bağımsız bir kavram olarak ele almadığı, üzerinde kontrol sağlayabildiği, benlik duygumunu sürdürmesine sebep olan bir nesnedir. Kohut'a göre narsisizm, gelişimin bir bileşeni iken; patolojik narsisizm gelişimsel bir duraklama şeklinde ele alınmaktadır (Consolini, 1999; Greene, 1984; Kohut ve Wolf, 1978; Socarides ve Stolorow, 1984). Kendiliğin gelişim sürecinde, idealizasyon ile grandiyöz teşhircilik olmak üzere iki uç bulunmaktadır. Bebeğin grandiyöz teşhirciliğinin bakım vereni tarafından kabul görmesi, bebeğin grandiyöz bir kendilik gelişimine olanak sağlamaktadır. Zaman içerisinde bakım verenin de aynalamaları ile grandiyöz kendilik teşhirci yönü olgunlaşır. Ancak bakım verenden kaynaklanan bir eksiklik, birincil narsisistik yapıya zarar vermektedir. Yapıdaki bu bozulma olgunlaşmanın engellenmesine, eski haliyle kalmasına neden olmaktadır. Burada önemli olan çocukta olumsuz etkiler yaratan travmalardır. İdealizasyon aşamasında ise çocuk, benliğinde kaybettiği mükemmelliği ya da idealleştirdiği kendilik nesnesini baba figürü aracılığı ile yeniden kazanmaya çalışmaktadır. Çocuk idealize ettiği nesnesini, travma yolu ile kaybeder veya nesne hayal kırıklığı yaratırsa sağlıklı içselleştirme sağlanamamaktadır. Bu durumda çocuk, eski kendilik nesnesine saplanmakta, belli nesnelere bağımlılık geliştirmekte ve ruhsal yapıdaki eksiklerini nesne arzusu ile tamamlamaya çalışmaktadır (Akça, 2017; Turan, 2022). Kernberg ve Kohut'un ardından psikanaliz için önemli bir diğer isim olan Masterson'un yaklaşımı söz konusu olmaktadır.

Masterson (1990) için narsisizm bakım verenin çocuğunu kendini duygusal ihtiyaçlarını gidermek amacı ile kullanması durumuyla alakalıdır. Anne çocuğun özerk bir birey olması için yeterli zaman açmadığı, duygusal desteği yeterince sağlayamadığı takdirde; çocuğunu kendi idealize ettiği bir kendilik yapısı geliştirmek konusunda etkileyebilir. Çocuğun özerk bir birey olma ve gerçek kendiliğini sergileme çabaları; annesinin ilgi ve desteğinden yoksun kalmasına neden olmaktadır. Bu da

çocuğun terk depresyonu deneyimlemesine ve beraberindeki olumsuz duygulara yol açmaktadır. Çocuk, olumsuz duygularından kurtulabilmek için, annenin standartlarına göre şekillenmeye çalışır. Gerçek kendiliği ile özdeşleşmek yerine temel bakım verenin idealleri ile özdeşleşerek, ayrışma-bireyleşme çağını başarısız olarak atlatır. Bunun sonucunda büyülenmeci bir kendilik yapısını sürdürerek şişirilmiş bir kendilik ve narsisistik bir kimlik geliştirmektedir, bu kişinin yaşamı süresince devam etmektedir (Masterson, 1990). Ayrıca Masterson bölme savunmasından da söz etmektedir.

Bölme isimli savunma mekanizması ile ayrılan yapılar ve bu yapılara dair duygulardan söz eden Masterson (akt. Roberts, 2000); bölünenlerin bir tarafında tümgüçlülüğü deneyimleyen mükemmel bir yapı ve diğer tarafta ise yetersizlik, değersizlik ve saldırganlık içeren sert yapı olduğunu ifade etmektedir. Narsisistik bireyin, terk depresyonu etkileştiğinde, kişiyi ilkel baş etme mekanizmaları kullanmaya iter.

John Fiscalini'ye göre ise narsisizm herkeste bulunan, ancak normal düzeyden patolojik düzeye doğru geniş bir spektrumda olabilen bir kavramdır. Patolojik düzeydeki bir narsisizmin kaynağı, erken çocuklukta narsisistik gereksinimlerin tam olarak karşılanamamasıdır. Yani, temel bakım veren ile çocuk arasında oluşan ilişkinin bir sonucu niteliğindedir. Patolojik düzeyde narsisistik olan bir birey, acı ve nefret (kendine ve diğerlerine karşı) duyguları deneyimlemektedir. Benlik değerinin kişiler arası ilişkiler bağlamında yineleyici yaralanması, kişinin narsisizmle ilişkilendirilen hak görme, değersizleştirme ve idealize etme gibi savunma mekanizmaları geliştirmesine yol açmaktadır. Fiscalini (1993, 1994) narsisizmi savunmacı karakteristik ve arkaik gelişimsel olmak üzere iki farklı türe ayırmaktadır. İlk tür kişiler arası ilişkiler bağlamında olumsuz duygusal deneyimler ve yoğun utanç duyguları yaşarken ikinci tür erken dönem olumsuz ilişkileri yansıtmaktadır. Her iki tür de mevcut deneyimleri sonucunda grandiyözite, benmerkezcilik, empati eksikliği, aşağılama, devalüasyon, hak görme, onay arayışı ya da kırılganlık gibi özellikler geliştirmişlerdir (Fiscalini, 1994; Goren, 1995). Terapötik yaklaşımlara göre de narsisizm farklı şekillerde ele alınmaktadır.

Millon, biyososyal öğrenme yaklaşımına göre, narsisistik kişilerin abartılmış bir benlik saygısı ile öz-severlik yaşadığını ifade etmektedir. Ona göre narsisizm,

şimdiye kadar ifade edilen teorilerin aksine, erken çocukluk döneminde aşırı derecede özel hissettirilme ve yüceltilme ile karakterizedir. Bu sayede çocuk, abartılı bir yeterlilik duygusu geliştirerek benlik değerini abartmakta ve bunun sonucunda beğenilmeyi hak ettiğini düşünmektedir (Vater et al., 2013). Şema terapinin kurucusu Young ve arkadaşlarına göre narsisizm kusurluluk, hak görme ve duygusal yoksunluk şemaları ile ilişkili bir kavramdır. Hak görme şeması, duygusal yoksunluk ve kusurluluk şemasının bir telafisi için kullanılmakta ve grandiyöz bir benliğin oluşmasına neden olmaktadır (Bach et al., 2018; Young ve Flanagan, 1998). Daha sonraki yıllarda, yukarıdaki şemaların yanı sıra onay arayıcılık, yüksek standartlar, oyun eğicilik, başarısızlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, kendini feda ve yetersiz özdenetim şemalarının da narsisizm ile ilişkili olduğu ifade edilmiştir (Selvi, 2018). Narsisistik kişilik özellikleri klinik psikolojinin konusu olduğu gibi, narsisistik kişilik bozukluğu da klinik psikoloji alanı için önemli bir tanıdır.

Narsisistik Kişilik Bozukluğu tanısına ilk olarak Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı-III (Diagnostic and statistical manual of mental disorders-DSM-III)'te yer verilmiştir. DSM-III tanı kriterleri çoğunlukla Kohut ve Kernberg tarafından yapılan araştırmaları ve alan yazındaki çalışmaları temel almaktadır. DSM-III tanı kriterlerine göre kendini aşırı önemseme veya benzersiz olma duygusu, sınırsız başarı, güç, zeka, güzellik veya ideal aşk fantezileriyle meşgul olma, teşhircilik, başkalarının eleştirisine, kayıtsızlığına veya yenilgiye tepki olarak soğukkanlı kayıtsızlık veya belirgin öfke, aşağılık, utanç, aşağılanma veya boşluk duyguları ile karakterize bir bozukluktur. Bunun yanı sıra kişilerarası ilişkiler alanında hak sahibi olma, sömürme, aşırı idealleştirme veya değersizleştirme ve empati eksikliğinden en az ikisine sahip olunmalıdır (APA, 1980; akt. Goldstein, 1985). Ayrıca DSM-IV (APA, 2000) ve günümüzde hala kullanılmakta olan DSM-5'te (APA, 2013) de narsisistik kişilik bozukluğu yer almaktadır. DSM-5 (APA, 2013)'e göre de narsisistik kişilik bozukluğu genç yetişkinlikte başlayan, grandiyözite, öz-hayranlık, empati yoksunluğu ile karakterize bir bozukluktur. Uluslararası Hastalık Sınıflandırmasının (International Classification of Disease-ICD-10) sistemine göre ise, Diğer Özgül Kişilik Bozuklukları kategorisinde yer alan narsisistik kişilik bozukluğu, başka bir kişilik bozukluğunun özelliklerine sahip olunmaması ön koşulu ile tanılanmaktadır.

## 2. Narsisizm Türleri

Kuramcılar, kendi temel aldıkları kuramsal yaklaşımlara göre narsisizmi farklı türlere ayırmaktadırlar. Psikanalitik temelli bir kuramcı olan Bursten (1973) dört farklı narsisizm türünden bahsetmektedir (Bursten, 1973). Bu türler; arzulayan, paranoid, manipülatif ve fallik narsisistiktir. Arzulayan tür, insanlara yapışma eğilimi olan, düş kırıklığı riski yüksek, güven ve bağ kurma potansiyeli düşük, çevresindekilerin ilgi ve dikkatini arzulayan, gereksinim duyan ve pasif agresyon sergileme eğilimi olan bir türdür. Diğerleri tarafından ihtiyaçlarının kendiliğinden fark edilmesini bekler ve bağımlı örüntü sergilerler. Paranoid tür, kendine fazlasıyla önem veren, diğerlerini kötü niyetle suçlama eğilimi gösteren, kuşkucu, aşırı uyarılma yaşayan tartışmacı bir türdür. Manipülatif tür, aldatma potansiyeli yüksek, hor görme ve değersizleştirme eğilimi olan, bu durumdan haz alan, üstünlük çabası içerisindeki rekabetçi bir türdür. Son olarak fallik narsisistik tür ise, aktif saldırı ve rekabet potansiyeli olan, özseverliği ve kibri yüksek bir türdür. Alttan yatan güçsüz olma kaygısından söz edilmektedir.

Heinz Kohut ve Ernest S. Wolff (1978)'a göre ise beş farklı narsisizm türünden söz edilmektedir. Bu türler aynalanmaya aç, ölküsel nesneye aç, kaynaşma açlığı çeken, iletişimden kaçınan ve alter ego kişiliklerdir. Aynalanmaya aç kişiliklerde, bireyler kendi içindeki değersizlik ve boşluk hissi ile baş etmek adına onları onaylayacak ve hayranlık duyacak kendilik nesnesi arayışına girmektedirler. Ölküsel nesneye aç kişiliklerde, ölküleştirilmiş kişilik arayışı söz konusudur. Aranılan bu kişi güzellik, güç, prestij ya da zeka yönünden hayranlık uyandıran ve duygusal bakım sağlayan kişilerdir. Ölküsel nesneye aç kişilikler, bu tarz kişilerle bağ kurarak değerli hissetmektedir, fakat boşluk hislerini tamamen dolduramadıkları için bir noktada kusurlu hissederler. Bu durum, gerçekte kendilik nesnesinde var olan kusurları aramaya yol açar, kusur bulunduğu yeniden ölküleştirilecek nesne arayışı söz konusu olur. Alter ego kişiliklerde, kendilik nesnesi arayışı daha çok dış görünüşü ya da değerini onaylatma, benlikteki gerçekliği doğrulama odaklıdır. Kaynaşma açlığı yaşayan kişilikler, diğerlerini kontrol altında tutarak kendi içyapılarını korumaya sağlamaktadır. İletişimden kaçınan kişilikler, kaynaşma açlığı yaşayan kişiliklerin aksine, reddedilme kaygısı ile yaşayan, sosyal anlamda utanan, kendini izole eden grandiyöz kişiliklerdir. Bu, narsisistik karakterler içerisinde en yaygın olanıdır.

Biyososyal modeli ortaya atan Millon'a (1996) göre ise, altı farklı narsisizm türünden söz edilmektedir. Bunlar; normal narsisistik, ilkleri olmayan, aşka meyilli, dengeleyici, fanatik ve elitist türlerdir. Normal narsisistik türde; özgüvenli, rekabetçi, zeki ve hırslı bir karakter yapısı söz konusudur. Liderlik potansiyelleri vardır. İlkleri olmayan türün sömürme ve aldatma potansiyelleri yüksektir. Aşka meyilli tür, baştan çıkarıcı, kendini teşhir eden, sömürme potansiyeli ve erotizmi yüksek ancak derin ilişki kurma isteksizliği yaşayan kişiliklerdir. Dengeleyici tür, abartılı benlik saygısı ve grandiyözite ile karakterize kişiliklerdir. Fakat derinde yatan güçsüzlük ve güvensizlik hisleri söz konusudur. Çevresindekilerin tepkilerine duyarlı, kaygılı ve utangaçtır. Fanatik tür, paranoid düşünceleri baskın, derin narsisistik yaralanmaları olan kişiliklerdir. Değersizlik hisleri ile mücadele eder ve benlik saygılarını arttırmaya çaba gösterirler. Elitist tür ise, abartılmış benlik algısına sahiptir. Üstünlük inancı, onay arayışı, kibir ve gücünü sosyal başarılarla artırma çabası baskındır.

Freud, Kohut ve Kernberg gibi araştırmacıların birçoğu ise, narsisizmin normal ve patolojik tipleri arasında bir ayrım yapmaktadır. Bazı araştırmacılar (Ronningstam, 2010; Watson, 2005) normal ve patolojik narsisizmi bir spektrumun iki farklı ucu olarak değerlendirirken bazı araştırmacılar ise (Cain et al., 2008) normal ve patolojik narsisizmi farklı kişilik alt boyutları olarak ele almaktadır. Normal narsisizm psikolojik sağlamlık ve iyi oluş ile ilişkili iken (Sedikides et al., 2004); patolojik narsisizm negatif duygulanım ve hak görme (Pincus, et al., 2009) ile ilişkili bulunmaktadır.

Wink, çalışmasında narsisizmin büyülenmeci-teşhirci ve kırılabilir-hassas olmak üzere iki boyuttan söz etmektedir. Bu iki boyutta da abartılmış öz-değer ve diğerlerine değer vermeme ile empati eksikliği bulunmaktadır. Büyülenmecilik/teşhircilikte özgüven, agresyon ve dışa dönüklük baskınken, kırılabilir/hassaslıkta özgüven eksikliği ve kaygı, utanç, savunmacılık ve içe dönüklük baskındır (Wink, 1991). Gabbard'a (1989) göre ise narsisizmin kayıtsız ile aşırı duyarlı olarak ayrılan iki boyuttan söz edilmektedir. Kayıtsız boyutunda, adından da anlaşılacağı üzere, diğerlerinin tepkilerine kayıtsız kalan, benmerkezci, kibirli, gözde olmak isteyen, başkalarına duygusal anlamda zarar verme potansiyeli olan bir profil söz konusudur. Aşırı duyarlı boyutunda ise kayıtsız boyutunun tam tersi olarak diğerlerine aşırı duyarlı olma, kendisine odaklanma, gözlerin üzerinde olmasından utanma ve kaçınma, eleştiri

riski almamak için dikkatle dinleme ve incinebilirliğin yüksek olmasından söz edilmektedir.

### **3. Algılanan Ebeveynlik Tutumları**

Freud, Kernberg, Kohut gibi birçok kuramcı erken çocukluk yaşantılarının ve ebeveyni ile çocuk arasındaki ilişkinin, çocuğun sağlıklı bir kimlik geliştirmesi ve mental iyi oluşu için önemli olduğunu vurgulamaktadır. Çocuğun erken dönem yaşantıları, bilişsel, duygusal ya da sosyal anlamda sağlıklı gelişimi için kritiktir. Bunun yanı sıra, erken çocukluk döneminde aile, öğretmen ya da arkadaş gibi sosyal çevreden görülen muamele, diğerlerinin tutumları ve değerlendirme tarzları, ilerleyen dönemlerde bireyin kendine yönelik tutum ve değerlendirme tarzı haline gelmektedir (Jourard ve Remy, 1955). Erken çocukluk döneminde çocuk kendi ihtiyaçlarının çoğunu karşılayacak yeterliliğe sahip olmadığından çevreye ihtiyaç duymaktadır. Bu noktada temel bakım verenin bebeğin dürtülerini karşılaması ya da engellemesi söz konusudur. Temel bakım veren, bu dönemde ego ve süper ego temsilidir, yani çocuğun ihtiyaçlarının uygun şekilde karşılanması için aracıdır. Ayrıca çocuk, bakım verenini modelleyerek kendi içsel standartlarını ve davranış kalıplarını ortaya koymaktadır. Bowlby'ye göre, çocuğun sağlıklı gelişimi için, birincil bakım veren tutumlarının yakın, sıcak ve sürekli olması gerekmektedir (Bowlby, 1951; Bretherton, 1992). Bu tutumlara ilişkin çocuğun oluşturduğu temsiller, ilerleyen yaşamında kendine verdiği değere, sosyal ilişkilerine ve mevcut bir gerçekliği algılama şekline etki etmektedir. Çocuk, temel bakım vereni tarafından güvenlik ve yatıştırılma ihtiyacı karşılanarak büyür, aynı zamanda özerkliğini kazanması ve keşfetmesi için alan açılırsa; çocuk yeterli ve değerli olduğu inancını kazanacaktır. Aksi halde çocuk sevilecek kadar yeterli ve değerli olmadığına dair sağlıksız inançlar geliştirecektir (Berber Çelik, 2018; Pipp ve Harmon, 1987). Dolayısıyla, erken çocukluk döneminde algılanan ebeveynlik tutumları oldukça önemli görülmektedir.

### **4. Ebeveyn Narsisizmi ve Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler**

Bireylerin kişilik özelliklerinin, ebeveyn ve çocuk arasındaki iletişimde ve etkileşimde rolü büyüktür (Prinz et al., 2009). Çünkü kişilik, bireyin ebeveynlik tarzını belirleyen önemli bir unsurdur. Kişilik özellikleri ebeveynin duygu, düşünce ve dolayısıyla davranışlarını etkilemektedir (Belsky, 1984). İdeal ebeveynlik için gerekli



özellikler konusunda tam bir fikir birliği sağlanamasa da çocuğun ihtiyaçlarına yönelik hassasiyet, sıcaklık ve kabul ideal ebeveynliğin evrensel unsurları olarak ele alınmaktadır. Buna ek olarak, ebeveyn ile çocuk ilişkisinde güvenli bağlanma ortamı oluşturmak (Bowlby, 1951), ebeveyn katılımı ve empatik tutumlar (Ainsworth, 1969) da çocukların sağlıklı gelişimi için önem arz etmektedir.

Sağlıklı ebeveyn tutumları çocuğun gelişimini olumlu etkileyebileceği gibi, ebeveynin patolojik kişilik özellikleri de çocuğa karşı tutumlarını ve dolayısıyla çocuğun gelişim sürecini etkileyecektir (Dutton et al., 2011). Ebeveynin sahip olduğu patolojik kişilik özelliklerinin çocuğa karşı tutarsız ve sert bir disiplin ve duygusal sıcaklığın az olmasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir (Laulik et al., 2013). Kişilik özelliklerinin yeri o kadar önemlidir ki agresyon ve düşmanlık ile ilişkili kişilik bozukluğu örüntülerine sahip ebeveynlerin çocuklarında bipolar ya da şizofreni gibi ağır ruhsal bozukluk tanısı olan ebeveynlerin çocuklarına kıyasla daha ileri düzey psikolojik rahatsızlık riski söz konusu olmaktadır (Rutter ve Quinton, 1984). Ebeveynin narsisistik özellikleri de çocuğun gelişimini olumsuz etkilemektedir.

Ebeveynin, özellikle de narsist bir annenin sahip olduğu teşhircilik, sömürü potansiyeli, empati eksikliği, narsisistik hak görme, üstünlük duygusu, büyüklenme, güç ya da çekiciliği içeren fantezilerden oluşan narsisistik nitelikler, ebeveyn-çocuk ilişkisinde yıkıcı etki yaratmaktadır. Aynı zamanda narsisist anneler, bencil, suçlayıcı iletişim kuran, çocuklarının ihtiyaçlarını fark edemeyen bireyler olarak tanımlanmaktadır. Bunun yanı sıra, patolojik narsisizmi olan bireylerin ilişki tarzları genellikle hakimiyet ve kontrol odaklı olmaktadır. Bu durum da ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi etkileyebilmektedir (Shaw, 2010; Wetzel ve Robins, 2016; Rappoport, 2005). Narsisistik annelerin kendi çocukluk döneminin narsisistik ihtiyaçları sağlıklı bir şekilde karşılanmadan geçtiği ve bilinçdışı olarak bu durumu kendi çocuğu üzerinde devam ettiği ifade edilmektedir. Tıpkı kendi çocukluğunda deneyimlediği gibi, anne çocuğun her durumda manipüle edilmeye ve sömürülmeye hazır olmasını beklemektedir. Çocuğu manipüle edilme potansiyeli olan bir varlık gibi gören anne ise çocuğun gözünde hayranlık uyandıracak bir konumdadır. Bu durumda, anne çocuklukta sağlıklı bir şekilde karşılanmayan narsisistik arzularını çocuğu üzerinden tamamlamaya çalışmaktadır (Miller, 1981; akt. Glickauf-Hughes ve Mehlman, 1995). Narsisistik anne, çocuğa vermiş olduğu duygusal cezalar aracılığıyla

çocuğun özerk gelişimine ve keşfetmek için ihtiyaç duyduğu özgüvenine zarar vermektedir. Aşırı korumacı, grandiyöz, uzak, soğuk ve talepkar bir ebeveynlik modeli sergilemektedir. Çoğunlukla, çocuğunu narsisistik uzantısı gibi görme eğilimindedir. Bu şekilde istismar edilen ve narsisistik uzantı gibi değerlendirilen çocuklar, özerk bir kimlik geliştirmekten ziyade ebeveynin duygusal ihtiyaçlarına yanıt verebilmek için kendilerine biçilen rolü oynamaktadırlar.

Narsisistik ailelerin çocuklarında ebeveynin çelişkili davranışları sonucu onlara karşı güvensizlik, ebeveynin fiziksel ya da duygusal açıdan erişilmez olması ve önceden öngörülemez bir ebeveyn gibi algılanması söz konusudur. Ebeveynin benmerkezci yapısı sonucu çocuklarda ebeveynin duygusal olarak yokluğu, çocuğun ebeveyninin ebeveyni konumuna gelmesi, çocuğun ebeveynler arasındaki ilişkide aracı olması, kişilerarası sınırların ihlal edilmesi, ebeveynin yansıttığı kaygılar sonucu çocuğun kendi ihtiyaçlarına yönelik suçluluk hissi, çocuğun ebeveynin zihnini okuyabilmesi ve istemeden yapabilmesi arzusu gibi sonuçlara yol açmaktadır. Aile ortamındaki duygusal açıdan soğukluk ve uyuşmamamanın sonucunda ise aile içinde kavgalar ve iletişim sorunları, üyeler arası sırlar, sıkıntılar karşısında pasif bir tutum meydana gelmektedir. Son olarak ailedeki olumsuz ortamın bir sonucu olarak alkol ya da madde kullanımında bir artış ya da ihmal/istismar öyküsü ortaya çıkmaktadır (Donaldson-Pressman ve Pressman, 1997; akt. Shiri-Horowitz ve Cohen, 2021). Narsisistik ebeveynlerin eşduyumu yapamaması, sadece kendi gereksinimlerine ve duygusal taleplerine göre hareket etmesi, benmerkezci olması ve kırılganlığı hem evlilik hem de çocuk ile olan ilişkisinde çatışmaya neden olabilmektedir (Ehrenberg ve Hunter, 1996). Narsisizmi yüksek bir anne, Masterson'a göre sağlıklı kendilik gelişiminin bir parçası olan ayrışma/bireyleşme döneminde, çocuktan ayrışmaya direnç göstermekte ve bunun sonucunda çocuk ayrışma yerine anne imajı ile kaynaşma ve yapışma olarak ortaya çıkar (Masterson, 1990). Yani çocuk, annesi için kendi benliğini feda ederek, boyun eğici sahte bir kendilik medyana getirir. Bu durum çocukta, ayrışma arzusundan dolayı suçluluğa, bireyleşememeye ve yetişkin dönemde yalıtılmış ya da yapışan bir yakın ilişki modeline neden olmaktadır.

Örtük ya da aşırı duyarlı türü narsisizme sahip ebeveynlerde, anne ya da baba çocuğunu kendi değersizliğini ortadan kaldıracı bir araç gibi görme eğilimindedir. Çocuklarından bir şaheser yaratma arzusu ile hareket eden ebeveyn,

çocuğunun başarısı ile benlik saygısını arttırabileceğini düşünmektedir (Elkind, 1991). Narsisizmi yüksek bir anne (McBride, 2008), çocuğuna beklediği sıcaklığı ve onayı vermekte problem yaşamakta, çocuğunun görünümüne odaklanarak hislerini ihmal etme, çocuğunu kıskanma, çocuğun kendi ihtiyaçları ile çeliştiği noktada kendini ifade edebilmesini engelleme, çocuğun duygu ve ihtiyaçlarına karşı eşduyum eksikliği, eleştirel tavır, ebeveyn rolünü alamama, çocuğa mahremiyet ve kişisel sınırlar için alan açamama gibi problemler yaşamaktadır.

Narsisistik yapılanması olan ailelerde, aile üyelerinin bazı görevlerinden söz edilmektedir. Masterson'a göre, günah keçisi ya da altın çocuk olarak isimlendirilen çocuk modeli bulunmaktadır. Günah keçisi, ailenin tüm yanlış ya da eksik davranışlarının sorumlusu iken altın çocuk ise aile tarafından idealize edilen çocuğu yansıtmaktadır. Narsisistik örüntülere sahip bir anne, altın çocuk olarak kendini görmekte ve mükemmel oluşunu herkese gösterebilmek amacıyla çocuğu aracı olarak kullanmakta; mükemmelliğine zarar gelmemesi için ailenin diğer üyelerinin asıl değerini görememesi ya da iş birliği kuramaması için çabalamaktadır (Masterson, 1990). Kernberg'e göre ise çocuğunu kendi uzantısı olarak değerlendirilen narsisistik bir anne, çocuğu değerli olup olmama konusunda bir muğlaklığa itmektedir. Bunun sonucunda, çocuk beğeni ve onay alma çabasına girmekte ve diğerlerini değersizleştirme eğilimi göstermektedir (Kernberg, 1975c). Narsisistik annenin olduğu bir ailede, anne merkezi bir roldedir ve diğerleri ona göre şekillenmektedir. Partneri "izin verici eş" rolüne girerek, annenin arzularını gerçekleşmesi için onaylayıcı bir rol almaktadır. Çocuklar ise ya "altın çocuk" rolü alarak annenin aynalanması için alan açmakta, ya "günah keçisi" rolü alarak anneden kaynaklı olumsuzlukların sonucu gibi değerlendirilmekte, ya da "kayıp çocuk" rolü alarak değersiz görülmekte ve ihmal edilmektedir (McBride, 2008). Narsisistik bir annenin çocuğu, hayatındaki en önemli figür olan anne ile rahat bir ilişki kuramadığı için kendini başarısız olarak değerlendirmekte ve kendine yönelik öfke ya da güvensizlik hissetmektedir (Apter, 2013). Bu da yetişkinlikte, ilişki kurmak için yetersizlik düşünceleri ve yakın ilişkiler kurmada güçlükler ile sonuçlanmaktadır.

Literatürde yer alan pek çok araştırmacı, ebeveynin narsisistik özelliklerinin, çocukların narsisistik özelliklerini etkileyebileceğini ortaya koymaktadır. Narsisist ebeveynlerin çocukları, ya ebeveynle yaşanan çatışmalara boyun eğen, ya isyan ederek

tersini yapmaya çalışan, ya da ebeveyni ile özdeşleşerek narsisistik özellikler geliştiren çocuklar olacaktırlar (Rappoport, 2005). Yani çocuk, ebeveyni ile özdeşleşme sonucunda narsisistik özellikleri bilinçli ya da bilinçsiz olarak kendisine aktarabilmektedir (Shaw, 2010). Bu da çocuğun yetişkin dönemde narsisizm geliştirmesine neden olmaktadır.

## **C. Toplumsal Cinsiyet Roller**

### **1. Tanımı**

Cinsiyet kavramı (sex) biyolojik olarak kadın ve erkek olmaya yönelik doğuştan var olan cinsiyet özelliklerini ifade etmektedir. Biyolojik cinsiyet kromozomal yapıda, iç ya da dış üreme organlarının yapısı ve şekli gibi birincil cinsiyet özelliklerine ve vücuttaki kıllanmalar, ses tonu ve göğüs yapısı gibi ikincil cinsiyet özelliklerine yönelik farklılıkları içermektedir (Aydın Beşen ve Aslan, 2014; Deaux, 1985). Kromozomal yapının XX (kadın) ya da XY (erkek) şeklinde olması biyolojik farklılaşmanın temelini oluşturmaktadır.

Toplumsal (ya da atanmış) cinsiyet kavramı (gender) ise toplumun kadın ve erkeğe yönelik olarak biçtiği rolü ya da yüklediği anlamı işaret etmektedir. Bu, kadın ve erkek olmanın sonucunda toplumun yarattığı statüyü, beklediği rolleri ve toplumun taleplerini içermektedir (Çelik, 2016). Dolayısıyla kişiye, zamana, kültüre ve topluma göre değişiklikler gösteren öğrenilmiş davranışları içermektedir. Toplumsal cinsiyet farklılıkları toplumsallaşmanın, çevre ve kurumlar ile etkileşimle oluşan psikososyal gelişimin bir sonucudur. Gelişim esnasında toplum tarafından onaylanan davranışlar benimsenmeye ve böylelikle toplumsal cinsiyet özellikleri gelişmeye başlar. Toplumsal cinsiyet rolleri, kişinin seveceği yemek tarzından eş seçimine, mesleğinden davranış kalıplarına, renk seçiminden ilgi alanlarına kadar birçok alana müdahale etmektedir. Aslında bu farklar yaratılışa özgü bir ayrım değildir, toplumun normları ve kalıp yargıları ile ilişkidir (Eisend, 2019). Toplumsal talepler ve biyolojik yapı birbiri ile taban tabana zıt olmadığı için bu iki kavram iç içe geçmiş durumdadır. Bireyler dişi ve erkek olarak dünyaya gelmekte, ancak toplumun uygun gördüğü rol ve sorumluluklarla donatılarak kadın ve erkek kimliğine girmektedirler (Lips, 2013; Tüfekçibaşı ve Şahin, 2021).

Ekonomi, kültür, politika ya da günlük sosyal yaşantı içerisinde toplumsal cinsiyet eşitsizliği yaşanmasının nedeni bu cinsiyet rolleridir. Toplumun beklentisi, bireye biçilen rolü sergilemesidir. Kız çocukları ya da kadınlar hanım hanımcık oturan, kibar davranışlar sergileyen, zarif ve narin görünmeli, cinsiyetine uygun etek elbise gibi kıyafetleri ortamına göre giymelidir. Erkek çocukları ya da yetişkin erkekler ise ev geçindirme gibi sorumluluklara, erkeğe uygun daha kaba bir oturuş tarzına, tespih gibi aksesuarlara sahip olabilmektedir. Erkekler daha öfkeli, girişken ve baskın karakterler olarak haklarını savunma yetisine sahip olmalı iken, kadınlar öfke yerine utanç ya da üzüntü gibi duyguları daha baskın olarak yaşamaktadırlar. Bu, özellikle de “geleneksel” bir toplum anlayışına sahip toplumlarda geçerlidir. Kadın ev işleri ve çocuk bakımından sorumlu iken erkek ailenin güvenliği ve geçiminden sorumlu tutulmaktadır. “Eşitlikçi” toplum anlayışına göre ise, kadın ve erkeğin rolü olan her alanda eşit olması beklenmektedir (Öngen ve Aytaç, 2013). Sonuç olarak her iki anlayışta da toplumun rolü önemlidir.

## **2. Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kazanımı**

Toplumsal cinsiyet rolleri, cinsiyete ilişkin kalıp yargıları ifade etmektedir. Geleneksel olarak kadın ve erkek ile özdeşleştirilen davranışlar neticesinde erkeksi ve kadınsı olarak adlandırılan davranış etiketleri oluşturulur. Birey toplumda kendini bu roller ile ifade etmektedir (Yener ve Demirtaş, 2018). Her yaklaşıma göre bu toplumsal cinsiyet rollerinin kazanılması farklı içsel ya da dışsal süreçler üzerinden açıklanmaya çalışılmıştır. Bazı yaklaşımlara göre benimsenen bu toplumsal cinsiyet rollerinin temelinde fiziksel yapıdaki cinsiyet farklılıkları yer almaktadır, bazı yaklaşımlara göre kültürel bir temeli vardır, bazı yaklaşımlara göre ise toplumsal cinsiyet rollerinin içselleştirilmesinin temelinde öğrenme süreçleri yer almaktadır. Elbette bir kişinin cinsel bir kimlik geliştirmesinin kökeninde biyolojik cinsiyetin rolü büyüktür. Ancak bu (Mangır ve Baran, 1990), tek başına yeterli olmamaktadır, bireyin cinsiyet rollerinin gelişebilmesi için kişinin ruhsal ya da toplumsal düzeyde, biyolojik cinsiyeti ile uyumlu tutum ve davranışlar geliştirmesi gerekmektedir.

Toplumsal cinsiyet rollerin öğrenilmesinde toplumsallaşma sürecinin rolü büyüktür. Bir çocuk için temel sosyalleşme alanı aile ile başlar, okulun başlaması ile her çocuk ailesinden fazla okulda vakit geçirmekte ve okul bir sosyalleşme aracı haline

gelmektedir. Okul, sunduğu temel eğitimlerin yanı sıra, aynı zamanda otoriteye ve cinsiyet normlarına uyum ve sorumlu davranışı da kazandırmaktadır. Ergenlik döneminde ise arkadaş çevresi ve romantik ilişkiler belirgin bir sosyalleşme alanı olarak ortaya çıkmaktadır. Toplum, bu sosyalleşme süreçlerinin sonunda kadın ve erkeğe farklı roller vermektedir. Erkeklere ekonomik ya da fiziksel güce odaklı roller verilirken kadınlara ise erkeklere yardımcı olan, sinirini yansıtmayan, otoriteyi sorgulamadan kabul eden, mevcut durumuyla yetinen, hayır demeyen ve çevresindekilerin iyi oluşundan ve rahatından sorumlu bir rol verilmektedir (Aseltine, 2009; Gülseven, 2017). Yani kadınlara sessiz ve uyumlu olma, diğerlerinin gereksinimlerine öncelik verme gibi girişken olmayan davranışlar ve tutumlar benimsetilmeye çalışılmaktadır. Bireyler belirlenen rollere girdiklerinde farklı şekilde ödüllendirilmekte ve farklı şekillerde cezalandırılmaktadırlar. Bu cezalar genellikle dışlanma şeklinde olmaktadır (Büyükyılmaz ve Demir, 2016; Kahraman, 2010). Cinsiyet rollerinin ortaya çıkışına dair farklı görüşler yer almaktadır.

Cinsiyet rollerinin ortaya çıkışına dair görüşler sunan Ralf Dahrendorf (Vatandaş, 2007), cinsiyet rollerinin öğrenilmesinin toplumsallaşma ve içselleştirme aracılığı ile olduğunu ifade etmektedir. Öğrenme temelinde bir bakış açısı sunan bu yaklaşım toplumsal cinsiyet rolleri ile örtüşen davranışların bakım verenler tarafından ödüllendirildiğini, aksi davranışların ise cezalandırıldığını belirtmektedir. Taklit de öğrenme sürecinin bir parçasıdır. Cinsiyet rollerinin ortaya çıkışına dair diğer bir görüş ise önce çocukların bilişsel olarak yetiştiğini, böylece kendi cinsel kimliklerini ve daha sonra da çevresindekileri anlamlandırdıklarını ifade etmektedir. Anlamlandırma sürecinden sonra toplumda onaylanan rollerini uygulama ve cinsiyet odaklı damgalama süreci başlamaktadır. Kişiler başlangıçta toplumsal rolü benimsemeye hazırlanmaktadırlar. Schaefer'a (2013) göre, cinsiyet rollerine hazırlanma sürecinde, ebeveynin etkisi oldukça fazladır. Çocuğun çevresindeki yetişkinler, kitle iletişim ve sosyal medya araçları ve kurumlar cinsiyete özgü rollerin benimsenmesine katkı sağlamaktadırlar (Bayezit, 2021). Bir toplumdaki yaygın alışkanlıklar, gelenek-görenekler ve değerlerin nesilden nesle aktarıldığı gibi toplumsal cinsiyet rollerine yönelik kalıplar ve kalıp yargılar da aktarılmaktadır. En çok da ataerkil toplum düzeni, bu toplumsal cinsiyet rollerinin ortaya çıkışında ve nesiller boyu devam etmesinde rol oynamaktadır (Kıran, 2017). Nörobilimsel araştırmalar, kadınlarda empati ve

erkeklerde sistem anlama ya da inşa etme odaklı bir beyin yapısı olduğunu iddia etse de cinsiyet farklılıklarında hormon ve gen yapısına etki eden sosyokültürel ve bireysel bağlamların önemine vurgu yapan yaklaşımlar da vardır (Rippon et al., 2014). Bazı teorisyenler ise toplumsal cinsiyet insanların yarattığından söz etmektedir (Yılmaz, 2018). Bir sonraki bölümde toplumsal cinsiyete ilişkin kuramlar detaylı olarak ele alınacaktır.

### **3. Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar**

Toplumsal cinsiyet, kültürel tanımları ve toplumsal rolleri de içeren bir kavramdır. Bu kavram, 1970’li yıllardan bu yana aşamalı olarak geliştirilmiştir. Başlangıçta kadın ve erkek farklılıklarına yönelik vurgular, ardından model alma ve öğrenme temelinde cinsiyet rolleri, son olarak ise toplumsal cinsiyet eşitsizliğine yönelik çalışmalar yapılmaktadır. Toplumsal cinsiyete ilişkin kuramların temelinde doğa ya da gelişim odaklı iki temel yaklaşımdan söz edilmektedir. Doğacı yaklaşım toplumsal iş dağılımı sürecinde yaratılışa özgü farklılıklardan ötürü sosyal farklılıkların oluşabileceğini iddia etmektedir. Erkeklerin kas yapısı evden uzaklaşma ve avlanma gibi işlere yatkın iken kadınların hassas yapısı ve doğurganlığı evden uzaklaşmama ve ev içi sorumlulukları almaya neden olmaktadır. Gelişimci yaklaşım, sadece biyolojik farklılıklar olduğunu savunmaktadır. Biyolojik farklılıklar dışındaki farklılıkların toplumsal olarak dayatıldığını iddia etmektedir. Günümüzde, teknolojinin de ilerlemesi ile kol gücü odaklı işlerin azaldığını, erkeklerin de ev işlerini yapabilecek durumda olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle de biyolojik cinsiyet, tutum ve davranışların üzerinde etkili değildir (Yılmaz, 2018). Toplumsal cinsiyet rollerinin kazanımına yönelik literatürde yer alan birçok kuram bulunmaktadır. Bu nedenle, güncel çalışmada yaygın kuramlara yer verilecektir.

#### ***a. Psikanalitik Kuram***

Psikanalitik kuram, toplumsal cinsiyet gelişimine yönelik ilk kuramlardan bir tanesidir. Kuramın öncüsü olarak bilinen Sigmund Freud, cinsiyet rollerinin kökeninde biyolojik cinsiyet ve cinsel enerji olarak tanımlandığı libidonun olduğundan söz etmektedir. Kurama göre, bireyin kimlik gelişimi, cinsel gelişimi ve kişilik örgütlenmesi erken çocukluk döneminde şekillenmektedir (Geçtan, 2015). Cinsel kimlik gelişimini Freud, psikoseksüel gelişim dönemleri üzerinden açıklamaktadır.

Freud'a göre bu dönemler, bebeğin doğumdan sonraki ilk yılını içeren haz odaklı oral dönem; bebeğin 3-3,5 yaşına kadar devam eden, odağın anüste ve dışkı kontrolünde olduğu anal dönem; bebeğin 6 yaş civarına kadar devam eden, odağın cinsel organlarda olduğu, cinsiyet ve cinsel kimliğin fark edilmeye başlandığı fallik dönem; çocuğun 6 yaş civarından ergenliğe kadar devam eden, cinsel kimliğin sağlamlaştığı ve çocuğun ergenliğe hazırlandığı latent dönem; son olarak 12-18 yaş aralığını kapsayan, ergenlik dönemini ve dolayısıyla yetişkin cinselliğine yönelimi içeren genital dönem şeklindedir (Yılmaz Esencan ve Rathfisch, 2017). Her gelişimsel dönemde, özellikle de fallik dönemde çocuk kendini beğendirmek gibi çeşitli amaçlardan ötürü hemcinsi olan ebeveyni ile özdeşim kurmaktadır. Bu özdeşim ve içselleştirme süreci ile toplumsal cinsiyet rolleri ortaya çıkmaktadır, birey topluma uyum sağlama eğilimi göstermektedir. Toplumun cinsiyete ilişkin tutumları, çocuğun cinsiyete ilişkin tutumları haline gelmektedir (Türkmen ve Alptekin, 2020). Biyolojik kuram ise Freud'a göre farklı bir bakış açısı sunmaktadır.

### ***b. Biyolojik Kuram***

Toplumsal cinsiyet rollerinin biyolojik kuram üzerinden açıklanması, hormonal yapı, beyin, bedensel ve üreme organlarına yönelik farklılıkları içermektedir. Chomsky ve Piaget, biyolojik kuramın öncüleri niteliğindedir. Onlara göre, davranışların kaynağı bireyin doğuştan getirdiği beyin ya da hormon gibi biyolojik yapılardır. Bilişsel psikoloji alanındaki diğer uzmanlara göre de deneyimleri anlamlı bütünlere dönüştürme sürecinde, bireyin yaratılışsal olarak sahip olduğu duyum ve algılar rol almaktadır (Keskin ve Ulsan, 2016). Her iki biyolojik cinsiyet de doğuştan getirdikleri özelliklerin sonucunda, hayatta farklı tecrübeler yaşamaktadır (Eagly ve Wood, 1999). Literatürde toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin farklılıkların temelinde, üreme organlarının ve kadının üreyebilme potansiyelinin olduğunu iddia eden yaklaşımlar da bulunmaktadır. Gebelik süreci ve doğum gibi üreyebilme yetenekleri kadında olduğu için, bu durum kadında korunma gereksinimi, edilgen ve dış dünyadan izole bir yapı, aile için rolleri üstlenme gibi rollere neden olmaktadır. Bu durumda erkekler koruyucu, besin ve barınma ihtiyaçlarını karşılama ile ilişkili ev dışı roller üstlenmektedir (Udry, 1994). Öte yandan beyin yapısının da rolü büyüktür.

Beyin yapısına ilişkin araştırmalar, farklı cinsiyetlerdeki bireylerin beyin yapılarının, bilişsel işlevlere ya da davranışlara yönelik değişiklikleri yarattığını ortaya



koymaktadır. Sinirbilimsel çalışmalar, erkek beyninin odaklanmada daha gelişmiş iken ayrıntıları birleştirmede daha zayıf olacak şekilde özelleştiğini; tam aksine kadın beyninin ise ayrıntıları birleştirmede daha iyi olacak, daha yoğun duygusal tepkiler verecek ve tat, koku, yüz ifadeleri gibi detaylara daha iyi yanıt verecek şekilde özelleştiğini ifade etmektedir (Çakır ve Baş, 2018; Özdemir, 2009). Hormonların da toplumsal cinsiyette etkili olduğundan söz edilmektedir.

Hormonların bireysel davranışlara etki ederek toplumsal cinsiyet rollerini şekillendirdiği düşünülmektedir. DNA ile aktarılan genetik yapı ve iç salgı bezinde bulunan tüm hormonlar bir araya gelerek cinsiyet rollerine etki etmektedir (Keskin ve Uluşan, 2016). Genellikle erkeklerde agresyonla ilişkili davranışlar ve avlanma potansiyeli testosteron hormonu ile ilişkilendirilirken; kadında annelikle ilişkili davranışlar ve bakım verme rolü östrojen hormonu ile ilişkilendirilmektedir. Dolayısıyla her iki cinsiyetin becerileri de rol aldıkları alan özelinde gelişmektedir (Güldü ve Kart, 2009). Sonuç olarak biyolojik farklılıklar, toplumsal cinsiyet rollerini organize etmektedir.

### ***c. Sosyal Öğrenme Kuramı***

Toplumsal cinsiyet rollerinin öğrenilmesine yönelik dikkat çeken kuramlardan bir tanesi de Bandura ile bilinen sosyal öğrenme kuramıdır. Kuram, toplumsal cinsiyet rollerine göre davranan bireyleri ödüllendirildiğini, aksi şekilde davranan bireylerin ise cezalandırıldığını, toplumsal cinsiyet rollerinin taklit ve model alma yolu ile bir kişiden diğerine öğretildiğini ifade etmektedir. Bu noktada Bandura bilişsel süreçlerin, davranışsal, kişisel ve durumsal faktörlerin de önemli olduğu ifade etmektedir. Sonuç olarak bir çocuk, aldığı toplumsal ödüller ve cezalar aracılığıyla, ayrıca toplumsal cinsiyet rollerine uygun davranan aile üyeleri ya da akrabalar aracılığıyla toplumsal cinsiyet rollerini kavrarlar. Öte yandan, medya unsurları da toplumsal cinsiyet rollerinin öğrenilmesinde önemlidir. Diziler, filmler, haberler ya da medya paylaşımları genellikle kadınları dezavantajlı ve pasif; erkekleri ise avantajlı ve güçlü bir konuma koymaktadır (Derince, 2016; Gündüz Kalan, 2010). Bu da toplumsal cinsiyet rollerinin nesiller boyu aktarımını sağlamaktadır.

Sonuç olarak, sosyal öğrenme kuramında operant koşullama prensiplerine göre ve taklit ve modellemeye göre olmak üzere iki farklı tür öğrenme söz konusudur.

Genetik etkiler ile kızlar rol model olarak kadınları, erkekler ise yetişkin erkekleri seçme eğilimindedirler. Bu sayede, kişiler dolaylı yoldan gözlem aracılığıyla toplumsal cinsiyet rollerini öğrenirler. Dolayısıyla, her iki cinsiyetteki yetişkin davranışlarının farklılığının kaynağı, farklı öğrenmelerdir. Çocuk, gözlem ve deneyimlerini içselleştirmekte ve bunun sonucunda kendi davranışlarını şekillendirmektedir (Bahar, 2019; Bayrakçı, 2007; Özdemir vd., 2019).

#### ***d. Bilişsel Kuram***

Bilişsel kuram, toplumsal cinsiyet rollerini benimseme sürecinde çocukların ilk olarak cinsiyetleri ve cinsiyete özgü özellikleri fark ettiğini, sonrasında ise kendisinin ait olduğu grubu tespit ettiğini savunmaktadır. Ardından çocuk bireysel farklılıklara ilişkin bilinçli gözlemler yaparak, toplumsal cinsiyet rollerini uygulama aşamasına geçer. Bilişsel gelişim süreçlerini ortaya atan Piaget, çocukların yaşları ile düşünce süreçlerinin değiştiğini ifade etmektedir (Saygan ve Uludağlı, 2021). Piaget'in kuramını ilk destekleyenlerden olan Kohlberg ise (Zembat ve Keleş, 2012), cinsiyet rollerine ilişkin algılarının gelişiminin üç farklı aşamada olduğundan söz etmektedir. İlk aşama olan cinsiyeti etiketleme aşamasında, çocuk hangi cinsiyete ait olduğunu ifade edebilmekte ancak cinsiyetin kalıcı olduğunun farkındalığına ulaşamamaktadır. Cinsiyetin kararlılığı aşamasında ise cinsiyetin görece daha kalıcı ve sürekli olduğunun farkındalığı başlar, ancak çocuk görünüm değişince cinsiyetin de değişebileceğini düşünmektedir. Son aşama olan cinsiyetin değişmezliğinde ise görünümle değişmeyeceğine ilişkin farkındalık gelişir ve çocuğun cinsiyeti için uygun görülen davranışlar sergilenmeye başlar.

Dolayısıyla bu yaklaşıma göre, çocuğun cinsiyeti için belirlenen davranışı öğrenebilmesi, içselleştirebilmesi ve uygulayabilmesi için bilişsel gelişim şarttır. Bilişsel gelişim tamamlandıkça çocuk, kendi cinsiyetine uygun düşünce ve davranış kalıplarını içselleştirmeye ve daha tutarlı bir toplumsal cinsiyet rolü sergilemeye başlar. Tıpkı sosyal öğrenme kuramındaki gibi çocuk çevreyi gözlemlemektedir, ancak burada gözlemin amacı çocuğun kendi ait olduğu kimliği bulması ya da bir kimlik geliştirmesidir (Saygan ve Uludağlı, 2021). Bir kimlik bulmak ve toplumsal cinsiyet rollerine uygun davranmak aynı zamanda sosyal onayı (Eliuz, 2011) da beraberinde getirecektir.

### ***e. Toplumsal Cinsiyet Şeması Kuramı***

Toplumsal cinsiyet şeması kuramı, Sandra Lipsitz Bem'in bilişsel gelişim kuramı ile sosyal öğrenme kuramını sentezlemesi sonucu ortaya atılmıştır. Bem, tıpkı sosyal öğrenme kuramındaki gibi, çocukların toplumdaki erkeksi ve kadınsı unsurları öğrendiğini, içselleştirdiğini, ancak sosyal öğrenme kuramından farklı olarak bu özümseme sürecinin sonunda toplumsal cinsiyete ilişkin şemalar geliştirdiğini ortaya koymaktadır. Çocuk yeni bilgilerini, bu şema temelinde edinmektedir. Hatta bu bilgiler direk olarak cinsiyetle ilişkili olmasa bile bu şema bilgi eşleştirmesi yapılarak kodlanır. Kurama göre cinsiyet kimliğini oluşturan dört rolden söz edilmektedir, bunlar; kadınsı özelliklerin baskın olduğu kadınsı, erkeksi rollerin baskın olduğu erkeksi, her iki cinsiyet özelliklerine de sahip olan androjen ve her iki cinsiyet özelliğinin de belirgin olarak gözlenmediği farklılaşmamış rolleridir (Erzeybek ve Çifci, 2019; Starr ve Zurbriggen, 2017). Şemalar, tüm bu rolleri içeren geniş kavramlardır.

Şema insanın dış dünyayı algılama ve yorumlama, dolayısıyla da işleme biçimini etkilemektedir. Çocuk daha sonra oluşturduğu şemaların dışına çıkmamaya özen göstermeye başlamaktadır. Eğer bunu yapmaz ise, bu durumun bazı toplumsal sonuçları olacaktır. Bilişsel kuramda söz edilen sosyal onay alınamayacak, aynı zamanda dalga geçilme ya da eleştirilme gibi sosyal cezalar alınabilecektir (Eliuz, 2011). Tüm bu kuramlar toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin farklı bakış açıları sunmaktadır.

## **D. Sosyal Medya**

### **1. Tanımı ve Tarihçe**

İnsanlar, sosyal varlıklardır. İnsan varoluşunun başlangıcından bu yana, güvenlik, hayatı devam ettirme, araştırma, paylaşma, takip edilme, beğenilme, öğrenme, saygı görme gibi çeşitli ihtiyaçlarını giderebilmek için ortak ilgi alanları olan kişilerle sosyalleşmektedir. Teknolojinin gelişimi ile, internet aracılığı ile bu ihtiyaçların giderilmesi durumu ortaya çıkmaktadır. İnternet aracılığıyla geniş bir kitleye ulaşma imkanı sağlayan sosyal medya araçları günümüzde olmazsa olmaz bir noktaya gelmektedir. Sosyal medya platformları aracılığı ile bireyler sosyalleşme ile

ilişkili ihtiyaçlarını en kolay yoldan giderebilmekte ve hatta bazı anlık ek ihtiyaçlarını da karşılayabilmektedirler (Bilgin, 2018; Ceyhan ve Yelpaze, 2017). Örneğin, bir kararsızlık anında, sosyal medya sayesinde kullanıcılar karşılıklı görüş ve öneriler sunabilmektedir. Özellikle de sosyal medya araçlarının hızlı bir bilgi paylaşımı ve iletişim imkanı sunması, tercih edilebilirliğini arttırmaktadır. Sosyal medya aynı zamanda diğer medya unsurlarını da içermektedir. Örneğin bir televizyon ya da radyodan dinleyebileceğiniz haberleri ya da müziği sosyal medya araçları kolaylıkla sunabilmektedir. Ayrıca sosyal medya araçları herkesin erişimine açık, kullanımına uygun ve yenilikler ile değişip gelişme imkanı sunan, içerik üretimine olanak tanıyan platformlardır (Akıncı-Vural ve Bat, 2010). Bütün bu sunduğu imkanların doğal bir sonucu olarak, internet kullanım amaçları incelendiğinde %80,9 gibi yüksek bir oran ile sosyal ağlar (Türkiye İstatistik Kurumu, 2015) karşımıza çıkmaktadır.

Kullanıcıların sosyal medyayı kullanım amaçları çok çeşitlilik arz etmektedir. Haberleşme, iletişim kurma, iş ve kariyer imkanlarını araştırma, akademik çalışmalar, stresle baş etme, psikolojik durumları paylaşma, oyun oynama, dini içerikler paylaşma (Yavuz, 2020), güncel gelişmelerden haberdar olma, mesajlaşma, video ya da müzik gibi içerikleri takip etme, dizi ya da film izleme (Whiting ve Williams, 2013) gibi çok çeşitli amaçlar söz konusu olabilmektedir.

Sosyal medya bu kadar yankı uyandıran ve geniş kitleye hitap eden bir kavram olmasına rağmen, herkesçe kabul edilmiş ortak bir tanımı bulunmamaktadır. Tanımlar genellikle web siteleri aracılığı ile haber, görsel, ses ya da video gibi çeşitli içerik paylaşma imkanı sağlayan, kullanıcıların kendileri için oluşturabildiği ve online olarak üye olabildiği bir platform olarak sosyal medyayı tanımlamaktadır (Köksal ve Özdemir, 2013). Sosyal medya kullanıcıların online iletişim kurmalarına, içerik paylaşabilmelerine, paylaşımlara yorum yapabilmelerine olanak sağlayan sosyal ağlardır (Özdemir ve ark., 2014). Sosyal medya ortamları e-posta grupları, bloglar, forumlar, kurumsal intranet, extranet, hızlı mesaj servisleri ve sosyal ağ siteleri olarak ayrılabilir (Onat ve Alikılıç, 2008). Sosyal medya, kullanıcıların paylaşımlarına Web 2.0 üzerinden izin vermektedir.

Sosyal medyanın tarihsel gelişimi süreci, Sanayi Devrimi'nin getirdiği makineleşme ile başlamıştır. 1800'lü yıllarda teknoloji inkılabı, 1900'lü yıllarda ise elektronik eşyalar ve bilgi teknolojilerinde gelişmeler, günümüzde ise yapay zeka,

akıllı robot gibi teknolojik ve dijital dönüşümler gerçekleşmektedir. 18. yüzyılın ortalarında bilgisayarlar ve sonlarında ise internet icat edilmiştir. Sosyal medyanın ortaya çıkışı ise 18. yüzyılın sonlarındaki www (World Wide Web) uzantısının kullanılması ile başlamış ve Web 2.0 teknolojisi sayesinde gelişmiştir. Web 2.0 teknolojisi, sosyal medyayı medyanın bir parçası haline getirmiştir. Sosyal medya araçları başlangıçta sadece iletişim için kullanılırken, zamanla birer birer yukarıda detaylı olarak bahsedilen çeşitli amaçlara hizmet edecek hale getirilmiştir (Kamiloğlu ve Yurttaş, 2014; Sözen ve Mescioğlu, 2019). Günümüzde sosyal medya, paylaşımların yanı sıra bir ticarethane haline gelerek hizmet ve ürün tanıtımlarını içerecek şekilde genişletilmiştir (Faulds ve Mangold, 2014). Gün geçtikçe sosyal medya araçlarının sayısı ve sunduğu hizmetler genişlemektedir.

## **2. Sosyal Medya Ortamları**

Birçok farklı sosyal medya ortamı bulunmaktadır. Her sosyal medya platformu insanların farklı ihtiyaçlarına hizmet etmektedir. Bu nedenle bireyler, kendi ihtiyaçlarına en uygun sosyal medya platformlarını tercih etmektedirler. Sosyal medya platformları çok çeşitli olduğundan güncel çalışmada günümüzde sıklıkla tercih edilen sosyal medya platformlarından olan Facebook, YouTube, Instagram, Twitter (X), WhatsApp, TikTok'tan sırası ile bahsedilecektir.

### ***a. Facebook***

Facebook, Mark Zuckerberg ve arkadaşları tarafından 2004 yılı şubat ayında geliştirilmiş, 2006 yılından beri de yaygın olarak kullanılmaktadır. 2012 yılında Facebook, Instagram'ı ve 2014 yılında ise WhatsApp'ı bünyesine katarak ilerlemeye devam etmiştir (Sabahçı, 2020). Günümüzde Facebook dünya çapında 2989 milyar üyeye ve Türkiye'de ise 32,80 milyon üyeye sahiptir (Kemp, 2023a; Kemp, 2023b).

Kullanıcılarının profil oluşturma ve arkadaşlık kurma imkanı buldukları, fotoğraf, video ya da metin şeklinde içerik paylaşma fırsatı sunan bir sosyal medya platformudur. Bu platform aracılığı ile insanlar, kendi düşüncelerini ya da fotoğraflarını (kendileri, aileleri, işyerleri gibi farklı durumlar ve insanlara ait) paylaşabilmekte, kendi profillerini arkadaşlarına istedikleri gibi sunmaktadırlar. Facebook kullanıcıları çeşitli gruplar oluşturabilmekte, sohbet edebilmekte, yeni birileri ile tanışabilmekte, uygulamalar ve oyunlara katılabilmekte, ilgi alanlarına göre

etkinlikler bulma imkanı yakalamaktadır (Boyd ve Ellison, 2008; Nadkarni ve Hofmann, 2012;). Facebook, sürekli olarak güncellemeler sunmakta, güncellemeleri sayesinde gerek bilgisayar gerek cep telefonları gibi birden fazla cihazda oturum açma fırsatı sunmakta, gizlilik ayarlarını güncellemekte, haber akışı gibi özellikler eklemekte, konum bildirme ve yorum yapabilme imkanı sunmaktadır. Kullanıcılar profilindeki bilgileri ve paylaşımları gizleyebilmekte ya da açık olarak paylaşabilmektedir (Sabahçı, 2020). Güncellemeler her geçen gün Facebook'un yeni özellikler eklemesine imkan sağlamaktadır.

Günümüz Facebook kullanıcıları, Facebook sayesinde eski arkadaşları ile bağlantı kurabilmekte, günlük yaşamda tanıştıkları kişileri araştırabilmekte, fotoğraf gibi içerikler paylaşabilmekte, arkadaşları aracılığıyla sosyal destek ve bilgi alabilmekte, oyun oynayabilmekte, popüler olma imkanı yakalayabilmekte, kendini ifade edebilmekte, zaman geçirebilmekte, sosyal etkinlikler tasarlayabilmekte, uzak mesafe ilişki yaşayabilmekte, sosyal çevrelerini genişletebilmektedir (Chugh ve Ruhi, 2018; Hew, 2011).

### ***b. YouTube***

YouTube, eski PayPal çalışanları olan Chen ve arkadaşları tarafından 2005 yılında kurulmuş, 2006 yılında Google tarafından satın alınmış bir video yükleme ve depolama uygulamasıdır. İlk video kuruculardan olan Jawid Karim tarafından yüklenmiştir. Günümüzde video izleme, paylaşma, yükleme, beğeni ve yorum yapma, kanal açma ve kanala abone olma gibi birçok özelliği barındıran bir sosyal medya uygulaması haline gelmiştir (Burgess ve Green, 2010; Khan, 2017). Kullanıcılar belirli bir abone ve görüntüleme sayısına ulaştığında kullanıcılar içerikler üzerinden kazanç sağlayabilmektedirler. Yüklenen içerikler dizi ya da film kesintileri, müzik videoları, eğitici içerikler, oyun ya da kullanıcıların kişisel hayatlarına yönelik kanallar gibi farklı türlerde olabilmektedir. Ancak içeriklerin yüklenmesi için belli kriterler bulunmakta ve yüklenen içerikler kontrolden geçirilerek onaylanmaktadır. YouTube aynı zamanda bir reklam ve pazarlama hizmeti de sunmaktadır (Bulut ve Bulut, 2023). Bu hizmetler onun geniş bir kitleye ulaşmasına imkan sağlamaktadır.

YouTube, insanların dünyayı tanıması ve sesini dünyaya duyurmasını hedeflemekte, bu hedef doğrultusunda binlerce kullanıcıya hizmet sunmaktadır. 2023

yılı itibariyle YouTube dünya çapında toplamda 2.527 milyar kullanıcıya hizmet verirken, bu kullanıcıların 57,90 milyonu Türkiye’denir (Kemp, 2023b).

### ***c. Instagram***

Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından 2010 yılında kurulan Instagram, kuruluşundan yaklaşık 2 yıl sonra Facebook’a satılmıştır. Instagram kullanıcılarına fotoğraf ve video ekleme, eklenen içerikleri arşivleme, başkalarının paylaştığı bu tarz içerikleri beğenme, yorum yapabilme ve kaydedebilme, diğer kullanıcılar ile arkadaş olabilmeye, görüntülü, sesli ya da yazılı olarak iletişim kurabilme, hesapları gizli ya da açık olarak kullanabilme, canlı yayın açabilme imkanları sunabilmektedir. Instagram kullanıcıları fotoğraf çekerken ya da paylaşırken çeşitli filtreler kullanabilme imkanına sahiptir (Chakravarty, 2021; Salomon D., 2013). Kullanıcılar bu fotoğrafları diledikleri gibi düzenleyebilir, farklı sosyal medya uygulamalarında paylaşabilir ya da hiçbir yerde paylaşmamak üzere akıllı cihazlarına kaydedebilirler.

Instagram da tıpkı yukarıda detaylı olarak yer verilen diğer uygulamalar gibi sürekli olarak kendini geliştirmekte ve güncellemektedir. Güncellemeler sayesinde zaman içerisinde işletme hesabı kullanarak uygulama üzerinden satış yapabilme, paylaşımlara hashtag ekleme, IG TV ya da Reels video yükleme, 24 saatlik gösterimde kalan storyler yükleme, 15 saniyelik kısa video yükleme, video tarzı içeriklere kimlerin baktığını görüntüleme gibi ek hizmetler de sunmaya başlamıştır (Türkel ve Dilmaç, 2019; Woo ve Kim, 2019). Bu hizmetlerin çoğu Instagram’ı diğer uygulamalardan ayıran benzersiz hizmetlerdir.

Instagram sunduğu bu hizmetler sayesinde kısa sürede popülerliğini arttırmış ve günümüzde geniş bir kitleye hitap etmektedir. 2023 yılı itibariyle Instagram dünya çapında toplamda 1.628 milyar kullanıcıya hizmet verirken, bu kullanıcıların 48,65 milyonu Türkiye’denir (Kemp, 2023b).

### ***d. Twitter (X)***

Daha önce Google’da çalışan Biz Stone ve arkadaşları tarafından 2006 yılında kurulan Twitter, 2022 yılında Elon Musk’a satılmıştır. 2023 yılının ortalarında Musk yeniden markalaştırma adına, uygulamanın adını ve logosunu güncelleyerek “X” olarak kullanmaya başlamıştır (Stokel-Walker, 2023). Twitter başlangıçta bir podcast uygulamasının yan ürünü olarak geliştiren bir sosyal mecradır. Başlangıçta, sms

tabanlı bir uygulama olarak düşünölen Twitter (Schnitzler et al., 2016), bir mikroblog haline gelmiştir. Mikroblog, kullanıcıya durum güncellemesi, fotoğraf ve video paylaşma, mesajlaşma ve düşünce ifade edebilme imkanı sunan, kendine ve çevresine dair kısa paylaşımlara olanak veren, seri bildirim sağlayan bir platformdur.

Twitter, insanların telefon ya da bilgisayar gibi akıllı cihazlar aracılığıyla online olarak kontak kurabilmesine imkan sağlamaktadır. Buna ek olarak yazılı ve/veya görsel içerik paylaşabilme, hesapları gizli ya da açık olarak kullanabilme, Facebook'taki gibi karşılıklı ekleme olmadan bir hesabı takip edebilme imkanı sunabilmektedir. Olumsuz yanı ise 280 karakterden daha uzun metinler yazabilme imkanı sunmamasıdır (Primack et al., 2017). Kullanıcılar ad-soyadı, takipçi ve takip edilenler listesi, paylaşılan tweet sayısı, yaşanan yer, kısa bir tanıtım ve web linki gibi çeşitli bilgileri içeren bir profil oluşturabilmektedir.

Twitter'ın kullanıcılar açısından en öne çıkan yanı, çok hızlı güncellemeler sunarak yeni bir olayın ya da gündemin hızlıca takibine imkan sağlamasıdır (Ünür, 2016). Herhangi bir tweet birçok kullanıcıya ulaşabilmekte, hızla gündem haline gelebilmektedir. Hashtag özelliği ile, kullanıcılar daha geniş bir kitleye ulaşabilmekte, popüler olan hashtagleri görüntüleyebilmektedirler. Bu nedenle gerek resmi kurumlar gerekse sanatçı ya da siyasetçiler gibi geniş kitleler tarafından sıklıkla tercih edilmektedir.

Twitter (X), sunduğu bu hizmetler sayesinde kısa sürede popülerliğini arttırmış ve günümüzde geniş bir kitleye hitap etmektedir. 2023 yılı itibariyle Twitter dünya çapında toplamda 372.9 milyar kullanıcıya hizmet verirken, bu kullanıcıların 18,55 milyonu Türkiye'dendir (Kemp, 2023b).

#### ***e. WhatsApp***

WhatsApp, öncesinde Yahoo! 'da çalışan Jan Koum ve Brian Acton tarafından 2009 yılında ortaya atılmış, 2014 yılında ise Facebook tarafından satın alınarak zaman içerisinde Meta'ya bağlanmıştır. İsmi, "what's up (ne haber)" kelimesinden alan bir mesajlaşma uygulamasıdır (Hussain et al., 2017). Kullanıcıların görüntülü, sesli ya da yazılı iletilerini birbirlerine ücretsiz olarak ulaştırabilmelerini sağlamaktadır. Bu iletiler; bireysel ya da grup halinde, anlık olarak gerçekleştirilebilmektedir. Kullanıcılar, diğer sosyal medya platformlarının birçoğunda olduğu gibi akıllı telefon



ve bilgisayar gibi farklı cihazlar üzerinden uygulamayı indirebilmekte ve kullanabilmektedir (Sahu, 2014). Her geçen gün uygulamaya yeni özellikler eklenmektedir.

WhatsApp, sıklıkla güncelleme yapan uygulamalardan bir tanesidir. Güncellemeler sayesinde uygulamada ses, görüntü ya da video, belge, link, başka bir kullanıcının iletişim bilgileri ya da konum (anlık ya da belli bir süreli olarak) paylaşılabilen, mesaj gönderebilmekte; bireysel ya da grup olarak bu görüşmeleri gerçekleştirebilmektedir. Tüm bunlar için sadece akıllı cihazda uygulama için bir bellek alanı, internet bağlantısı ve telefon numarası gerekmektedir. Kullanıcılar uygulamayı indirdikten sonra isim, soy isim ve telefon numarası ile uygulamaya kaydolabilmektedir. Ayrıca kullanıcılar profil fotoğrafı belirleyebilir, 24 saat kalıcı olan durum güncellemesi yapabilir, hakkında kısmında kısa bir açıklama yazabilir, gizlilik ayarını düzenleyebilir ve böylelikle paylaşımlarını sadece diledikleri kişiler ile paylaşabilirler. Ayrıca uygulamada son görülme ve görüldü bilgisi de bulunmaktadır. Bu sayede kullanıcıların en son ne zaman aktif olduğu ve gönderilen bir içeriği görüp görmediği de öğrenilebilmektedir. Ancak bu da yine kullanıcılar tarafından gizli hale getirilebilmektedir (Anglano, 2014; Rozgonjuk et al., 2021). Bu hizmetlerin yanı sıra, uygulama bazı kısıtlılıklar içermektedir.

Tüm bu hizmetlerin belli kısıtlılıkları vardır. Örneğin belgeler maksimum 100 MB büyüklüğünde olmalı, ya da gruplar maksimum 256 kişiden oluşmalıdır. Ancak bu koşullar içerisinde, uygulama uçtan uca şifreleme özelliği de sunarak dünyanın öbür ucundaki kullanıcılar ile bile aynı şekilde ve aynı hızda güvenli sohbet imkanı sunmaktadır (Sharma ve Shukla, 2016). Ayrıca uygulama içerisinde diğer uygulamalarda olduğu gibi reklam olmaması, telefon rehberinde bulunan kişileri otomatik olarak ayarlaması da ek avantajlarıdır.

WhatsApp, sunduğu uygulamaya özgü hizmetler sayesinde kısa sürede popülerliğini arttırmış ve günümüzde geniş bir kitleye hitap etmektedir. 2023 yılı itibarıyla WhatsApp (Kemp, 2023c), dünya çapında 2 milyar kullanıcıya hizmet vermekte ve favori sosyal medya platformu seçilmektedir.

### ***f. TikTok***

2016'da Çin'de Douyin ismi ile tasarlanan ve 15 saniyelik videolar yüklemeye imkan tanıyan TikTok, 2018'de Musical.ly isimli başka bir Çin kaynaklı sosyal mecra ile birleştirilmiştir. Bu birleşme, uygulamanın TikTok adını almasını ve kısa sürede popüler hale gelmesini sağlamıştır (Bhandari ve Bimo, 2022). Uygulamada kullanıcılar kendilerine ait bir hesap oluşturabilmekte, arka plan sesi ve videoları içeren tasarımlar hazırlayıp yükleyebilmekte, başkalarının videolarını da paylaşabilmektedir (Atalay ve Tamkoç, 2022). Ayrıca başkalarının paylaşımlarını beğenebilmekte ve yorum yapabilmektedirler. Bazen challenge (Minhaj ve Leonard, 2021) isimli etkinliklerle, kullanıcılar benzer videolar tasarlayarak bir akım yaratabilmekte ya da var olan akıma dahil olabilmektedir. Kişiler hazırladıkları içerikler ile farklı rollere girerek diğer kullanıcıların ilgisini çekmeye ve etkileşim yaratmaya, kendi istedikleri gibi bir benlik sunmaya çalışmaktadır.

TikTok, sunduğu video ve etkileşim hizmetleri sayesinde kısa sürede popülerliğini arttırmış ve günümüzde geniş bir kitleye hitap etmektedir. 2023 yılı itibariyle TikTok (Kemp, 2023b), dünya çapında toplamda 1.092 milyar kullanıcıya hizmet verirken, bu kullanıcıların 29,86 milyonu Türkiye'dendir.

### **3. Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci**

Sosyal medya araçları, önceki bölümde detaylı belirtildiği üzere, kullanıcılara içerik paylaşma ve paylaşılan içeriklere ilişkin beğeni, yorum gibi geri bildirimler sunma fırsatı sağlamaktadır. Kişisel resimler ve selfieler sosyal medyada en çok paylaşılan içeriklerdir. Kişinin sosyal medyada kendi vücut imajına daha fazla maruz kalması, daha fazla sosyal karşılaştırmaya yol açmakta ve bu da görünüm kaygılarına yol açmaktadır. Sosyal medya platformlarında görünüm odaklı içeriklerin paylaşılması ve tartışılması, daha düşük beden imajına sahip olmakla ve insanların görünüşlerini değiştirme niyetleriyle ilişkili görülmektedir (Çimke ve Gürkan, 2023; Karacan Doğan ve Durmuş, 2023). Bu durum, görünüşle ilişkili sosyal medya bilinci kavramının ortaya çıkmasına neden olmuştur.

Görünümle ilişkili sosyal medya bilinci, kişinin fotoğraflarını sosyal medyada paylaşmadan önce başkalarına nasıl göründüğünü hayal etmesini ve fotoğrafları paylaşmadan önce filtreler ve benzeri düzenleme programlarıyla düzenlemesini

içermektedir. Sosyal medyada takipçilere çekici görünme konusundaki sürekli endişeyi, paylaşımların diğerleri üzerinde iyi bir izlenim bırakmayacağına yönelik kaygıyı ifade etmektedir. Bireyin sosyal medyadaki görünümü ve çekiciliği ile ilgili devam eden bilişsel ve davranışsal yoğun odak halidir (Özalp ve Akbulut, 2022). Yani görünüşle ilişkili sosyal medya bilinci, bireylerin sosyal olarak inşa edilmiş beden imajlarının başkaları tarafından nasıl algılanacağına dair bilinci olarak tanımlanmaktadır.

Sosyal medya, genellikle fiziksel çekiciliği vurguladığı ve sosyal karşılaştırma ve görünüşle ilgili akran geri bildirim için benzeri görülmemiş fırsatlar sunduğu için görünüşle ilgili endişeleri daha da kötüleştirebilmektedir. Bu kavram, ergenler ve genç yetişkinler arasında, özellikle de kadınlar arasında yaygındır (Çimke ve Gürkan, 2023; Ozturk ve Ozturk, 2022).



### **III. GEREÇ VE YÖNTEM**

#### **A. Araştırmanın Deseni**

Güncel araştırmada, genç yetişkinlerde nesneleştirilmiş beden bilincinin yordayıcıları olarak anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünümle ilişkili sosyal medya bilinci incelenmek istenmiştir. Bu amaç doğrultusunda yordayıcı korelasyonel bir araştırma deseni oluşturulmuştur. Bu nicel araştırma yöntemlerinden, deneysel olmayan bir yöntemdir (Şimşek ve Kılcan, 2023). Bu araştırma ile bahsedilen değişkenler arasındaki ilişkiler incelenebilecektir.

#### **B. Evren ve Örneklem**

Güncel araştırmanın evrenini, 19 ile 40 yaş arasındaki bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, aktif olarak sosyal medya kullanan gönüllü katılımcılar oluşturmaktadır. Katılımcılar, sosyal medya uygulamaları üzerinden yapılan paylaşımlara dönüş yaparak gönüllülük esasına göre çalışmaya dahil edilmişlerdir. Katılımcılar olasılığa dayalı tekniklerden rastgele örneklem ile en ulaşılabilir olanlardan seçilmiştir. Araştırmaya dahil etmek üzere katılımcı seçim kriteri, sosyal medya kullanması ve 19-40 yaş aralığında olmasıdır. Araştırmada kullanılan form ve ölçeklere eksik yanıt veren katılımcılar analiz dışında bırakılmış, kalan 202 erkek ile 240 kadın olmak üzere toplam 442 katılımcı araştırmanın örneklemini oluşturmuştur.

#### **1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri**

Araştırmada katılımcılara ait demografik değişkenlerine dair frekans dağılımı Çizelge 1’de verilmiştir.

Çizelge 1: Katılımcılara Ait Demografik Bilgilerin Dağılımı

		<i>N</i>	<i>%</i>
Cinsiyet	Kadın	240	54.3
	Erkek	202	45.7
Medeni Durum	Bekar	288	65.2
	Evli	86	19.5
	Boşanmış	11	2.5
	İlişkisi var	57	12.9
Eğitim Durumu	Lise Mezunu	171	38.7
	Üniversite Mezunu	225	50.9
	Lisansüstü ve üzeri	46	10.4
Çalışma Durumu	Çalışmıyorum	260	58.8
	Çalışıyorum	182	41.2
Sosyal Medya Saat	0-1	45	10.2
	1-3	162	36.7
	3-5	154	34.8
	5 saat ve üzeri	81	18.3
Gelir Durumu	Düşük	81	18.3
	Orta	246	55.7
	Yüksek	115	26.0
Anne Baba Medeni Durum	Birlikte	372	84.2
	Ayrı/Boşanmış- Anne Sağ. Baba Sağ	27	6.1
	Ayrı/Boşanmış- Anne Sağ. Baba Vefat	33	7.5
	Ayrı/Boşanmış- Anne Vefat. Baba Vefat	10	2.3
	Toplam	442	100.0

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, katılımcıların %54,3 kadın, 45,7'si ise erkektir. 65,2 bekadır. Öğrenim durumu alt grup verileri incelendiğinde katılımcıların, %38,7'si lise mezunu, %50,9 üniversite mezunu, %10,4'ü lisansüstü ve üzeridir. Katılımcıların, %58,8'i herhangi bir iş sektöründe çalışmıyorken %41,2'si herhangi bir sektöründe çalışmaktadır. Katılımcıların bir günde sosyal medyada geçirdikleri süre alt grubu incelendiğinde katılımcıların %10,2'si sosyal medyada 0-1 saat aralığında zaman geçirmektedir. Buna ek olarak, %36,7'si 1-3 saat, %34,8'i 3-5

saat ve %18,3'ü 5 ve üzeri saat sosyal medyada zaman geçirmektedir. Gelir düzeyi değişkenine göre, %18,3'ü düşük düzey, %55,7'si orta, %26,0'ı yüksek düzey gelir durumuna sahiptir. Çoğunun %84,2'si anne babası birliktedir. Bunlara ek olarak, katılımcıların yaş ortalaması 25,59±5,80'dir. En küçük yaş 19 en büyük yaş 40'tır.

### C. Veri Toplama Araçları

Güncel araştırmada, seçim kriterlerine uyan 442 katılımcıya sosyal medya platformları üzerinden Google Forms online linki gönderilmiştir. Katılımcılar, nesneleştirilmiş beden bilincinin yordayıcıları olarak düşünülen anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünümle ilişkili sosyal medya bilincinin ölçülmesi için hazırlanan Sosyodemografik Bilgi Formu (Ek-2), Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği (Ek-3), Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği (Ek-4), Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği (Ek-5) ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği'ni (Ek-6) içeren Google Form ölçeğini doldurmuşlardır.

Sosyodemografik Bilgi Formu: Form 8 soru içermektedir. Sorular katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, öğrenim durumu, çalışma durumu, sosyal medyada geçirilen süre, gelir durumu ve anne baba medeni durumu ile ilişkili sosyodemografik bilgilerden oluşmaktadır.

Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği: Ölçek, McKinley ve Hyde tarafından 1996'da geliştirilmiştir. Nesneleştirilmiş beden bilincine sahip olmanın üç boyutu olan beden gözetimi, beden utancı ve kontrol inançlarının düzeylerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek 7'li Likert tipinde tasarlanan 22 maddeyi içermektedir. 1, 3, 7, 9, 16, 18. maddeler beden gözetimini, 2, 5, 8, 11, 13, 14, 15, 20. maddeler beden utancını ve 4, 6, 10, 12, 17, 19, 21, 22. maddeler ise kontrol inançlarını ölçmektedir. 14 soru ters puanlanmaktadır. Beden gözetimi alt boyutundan alınan yüksek puanlar, görünüşü kontrol etmek için sıklıkla vücuda dikkat etme; beden utancı alt boyutundan alınan yüksek puanlar, vücudun güzellik ideallerine uymadığının fark etme ve utanma; kontrol inançları alt boyutundan alınan yüksek puanlar, görünüme yeterince yatırım yapıldığı takdirde görünümü değiştirebileceğine inanma ile ilişkilidir. Kadın örnekleminde yapılan çalışmada McKinley ve Hyde (1996) iç tutarlılık katsayısının

0,72 ile 0,89 arasında değiştiğini bildirmişlerdir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Yağmurcu ve Tosun (2018) tarafından yapılmıştır. Cronbach alfa katsayıları beden gözetimi, vücut utancı ve kontrol inançları için sırasıyla .73, .68 ve .61 olarak bulunmuştur. Bu da her iki cinsiyet için de nesnelleştirilmiş beden bilincinin boyutlarını ölçmenin güvenilir bir yolu olduğunu ortaya koymaktadır.

Toplumsal Cinsiyet Rollerine Tutum Ölçeği: Ölçek, García-Cueto ve arkadaşları tarafından 2015'te geliştirilmiştir. Ölçek toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin eşitlikçi ya da eşitlikçi olmayan tutumları ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek 5'li Likert tipinde tasarlanan 15 maddeyi içermektedir. İlk iki madde harici ters puanlanmaktadır. Tek alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin eşitlikçi tutumun yükselmesi anlamına gelmektedir. Yani yüksek puan alan katılımcılar, toplumsal cinsiyet rollerine daha az bağlılık göstermekte ve eşitlikçi bir tutum benimsemektedir. García-Cueto ve arkadaşları (2015) Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısını 0,99 olarak bildirmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Bakiođlu ve Türküm (2018) tarafından yapılmıştır. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .88, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .77 olarak bulunmuştur. Bu, ölçeğin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ölçmenin güvenilir bir yolu olduğunu ortaya koymaktadır.

Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği: Ölçek, Alpay ve Aydın tarafından 2022 yılında geliştirilmiştir. Çalışmanın amacı, algılanan annelerin narsistik özelliklerinin yeni ölçümü için bir madde havuzu geliştirmek ve açımlayıcı faktör analizi (AFA) yoluyla nihai bir ölçek elde etmektir. Bu çalışmada, AFA'nın algılanan anne narsisizmini ölçen çok boyutlu bir yapı ortaya çıkaracağı varsayılmıştır. Ayrıca, bu boyutlar anne narsisizmine ilişkin mevcut literatürle uyumludur. PMNS'nin beş faktörlü çözümü toplam varyansın %57,16'sını açıklamaktadır. Faktör analizi sonucunda elde edilen boyutlar incelenmiş ve kuramsal çerçeveye göre isimlendirilmiştir. Birinci faktör anneden algılanan ilgi, bakım ve empati eksikliğini içeren maddelerden oluştuğu için 'Empati Eksikliği' olarak adlandırılmıştır. İkinci faktör annenin büyülenmeciliğini ve diğer insanlara yönelik teşhirci davranışlarını yansıttığı için 'Büyülenmecilik' olarak adlandırılmıştır. Üçüncü faktör annenin çocuğa karşı yargılayıcı ve eleştirel davranışlarıyla ilgili maddeleri içerdiiği için 'Eleştiri' olarak adlandırılmıştır. Dördüncü faktör Kontrol-Müdahalecilik olarak



adlandırılmıştır. Bu boyut, annenin çocukla ilişkisindeki kontrolcü ve müdahalecilik davranışlarını yansıtmaktadır. Son faktör ise annenin çocuğa karşı sorumluluklarını yüklediği maddelerden oluştuğu için 'Ebeveynleştirme' olarak adlandırılmıştır. PMNS'nin iç tutarlılığı beş alt ölçek ve toplam puan için hesaplanmıştır. Empati eksikliği, büyülenmecilik, eleştiri, kontrol, ebeveynleştirme için Cronbach alfa değerleri sırasıyla .89, .85, .85, .89 ve .73'tür. Ayrıca, PMNS toplam puanı için Cronbach alfa değeri .92 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test güvenilirliği 3 haftalık bir süre boyunca hesaplanmış ve kararlılık katsayıları tüm faktörlerde ve toplam puanda orta ila yüksek düzeyde kararlılığa işaret etmiştir. Analiz sonucunda test-tekrar test katsayıları toplam puan için .71, empati eksikliği için .70, eleştiri, büyülenmecilik ve kontrol için .66 ve ebeveynleştirme için .63 olarak hesaplanmıştır. Bu, ölçeğin anneden algılanan narsistik özelliklere ilişkin tutumları ölçmenin güvenilir bir yolu olduğunu ortaya koymaktadır.

Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği: Ölçek, Sophia Choukas-Bradley ve arkadaşları tarafından 2020'de geliştirilmiştir. Ergenlerin görünümle ilişkili sosyal medya bilincine yönelik deneyimlerini tespit edebilmeyi, sosyal medya ile ilişkili deneyimleri ölçümlemeyi amaçlamaktadır. Ölçek 7'li Likert tipinde tasarlanan 13 maddeyi içermektedir. Öleğkten alınan yüksek puanlar, görünüşle ilgili sosyal medya bilincinin daha yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Sophia Choukas-Bradley ve arkadaşları (2020) ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısını .95 olarak bildirmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Öngören ve arkadaşları (2021) tarafından yapılmıştır. Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .935 olarak bulunmuştur. Bu, ölçeğin görünümle ilişkili sosyal medya bilincini ölçmenin güvenilir bir yolu olduğunu ortaya koymaktadır.

#### **D. Verilerin Analizi**

Bu çalışmada, SPSS 27 yazılımı kullanılarak istatistiksel analizler gerçekleştirildi. İlk olarak, ölçeklerin güvenilirlik düzeyi Cronbach Alfa katsayıları ile değerlendirildi ve bu değerlerin 0.60'ın üzerinde olduğu saptandı (Kılıç, 2016). Ardından, ölçeklerin normal dağılım özellikleri detaylı bir şekilde incelenmek üzere çeşitli analizler yapıldı. Bu değerlendirme sürecinde, ölçeklerin basıklık ve çarpıklık

katsayıları HahsVaughn ve Lomax (2020) önerdiği -2 ile +2 aralığındaki referans değerlerini karşıladığı belirlendi.

Ölçekler arasındaki ilişki düzeyi ve yönü, Pearson Korelasyon yöntemi kullanılarak incelendi. Ayrıca, ölçeklerin demografik değişkenlere göre farklılıklarını anlamak amacıyla Bağımsız Gruplar t-testi ve ANOVA testleri uygulandı. Yordayıcılık analizi için ise Basit ve Çoklu Doğrusal Regresyon tercih edildi. Tüm bu istatistiksel analizler, %95 güven aralığında ve p değeri 0.05 anlam düzeyi esas alınarak gerçekleştirildi.

Çizelge 2: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeğine Ait Betimsel İstatistiklerin ve Basıklık, Çarpıklık, Cronbach Alpha Katsayılarının İncelenmesi

	<i>n</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	$\bar{X}$	<i>SS</i>	<i>Basıklık</i> <i>k</i>	<i>Çarpıklık</i> <i>k</i>	<i>(α)</i>
<b>Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği</b>								
Beden İzleme	442	6	42	22.07	7.41	0.23	0.10	0.70
Beden Utancı	442	8	56	24.67	9.72	-0.19	0.38	0.77
Kontrol İnancı	442	9	56	36.84	8.74	0.26	-0.60	0.71
<b>Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği</b>	442	25	100	47.59	15.76	0.28	0.90	0.94
Empati Eksikliği	442	5	20	10.02	3.91	-0.47	0.59	0.84
Büyüklenmecilik Gösterişçilik	442	6	24	10.10	4.13	1.39	1.34	0.84
Eleştirelilik Suçlayıcılık	442	5	20	9.17	3.71	0.12	0.94	0.82
Kontrol Müdahalecilik	442	5	20	10.56	4.12	-0.29	0.71	0.89
Ebeveynleştirme	442	4	16	7.74	2.85	0.57	0.94	0.75
<b>Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği</b>	442	20	75	52.25	10.46	-0.16	-0.08	0.85
<b>Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği</b>	442	13	91	41.85	16.86	-0.20	0.48	0.93

## IV. BULGULAR

### A. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci, Anneden Algılanan Narsisizm, Toplumsal Cinsiyet Roller ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya İlişkisi

Bu bölümde, araştırmanın değişkenleri olan Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Ölçeği arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için Pearson Korelasyon analizi gerçekleştirilmiş ve Çizelge 3'te gösterilmiştir.

Çizelge 3: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1-Yaş	1											
2-Beden İzleme	-.02	1										
3-Beden Utancı	-.05	.19**	1									
4-Kontrol İnancı	.09	.20**	-.28**	1								
5-Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği	.00	-.02	.26**	-.14**	1							
6-Empati Eksikliği	.06	-.01	.18**	-.07	.84**	1						
7-Büyüklenmecilik Gösterişçilik	.03	.03	.21**	-.14**	.83**	.53**	1					
8-Eleştirelilik Suçlayıcılık	-.04	-.01	.27**	-.15**	.92**	.81**	.68**	1				
9-Kontrol Müdahalecilik	-.04	-.09	.22**	-.14**	.86**	.69**	.59**	.76**	1			
10-Ebeveynleştirme	-.03	-.01	.23**	-.09	.75**	.44**	.68**	.60**	.53**	1		
11-Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği	-.02	.04	-.18**	.22**	-.17**	-.08	-.20**	-.16**	-.11*	-.17**	1	
12-Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği	-.12*	.10*	.53**	-.21**	.34**	.19**	.30**	.31**	.33**	.28**	-.23**	1

\*\*p<0.01, \*p<0.05 Uygulanan testin ismi: Pearson Korelasyon Testi

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ile Beden İzleme ( $r=.10$ ,  $p<0.05$ ) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyon saptanmıştır.

Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği ile Beden Utancı ( $r=.26$ ,  $p<0.01$ ), Empati Eksikliği ile Beden Utancı ( $r=.18$ ,  $p<0.01$ ), Büyükleme Göstereşçilik ile Beden Utancı ( $r=.21$ ,  $p<0.01$ ), Eleştirelilik Suçlayıcılık ile Beden Utancı ( $r=.27$ ,  $p<0.01$ ), Kontrol Müdahalecilik ile Beden Utancı ( $r=.22$ ,  $p<0.01$ ), Ebeveynleştirme ile Beden Utancı ( $r=.23$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ile Beden Utancı ( $r=-.18$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyon, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ile Beden Utancı ( $r=.53$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında orta düzey pozitif korelasyon saptanmıştır.

Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği ile Kontrol İnancı ( $r=-.14$ ,  $p<0.01$ ), Büyükleme Göstereşçilik ile Kontrol İnancı ( $r=-.14$ ,  $p<0.01$ ), Eleştirelilik Suçlayıcılık ile Kontrol İnancı ( $r=-.15$ ,  $p<0.01$ ), Kontrol Müdahalecilik ile Kontrol İnancı ( $r=-.14$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ile Kontrol İnancı ( $r=.22$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyon, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ile Kontrol İnancı ( $r=-.21$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyon saptanmıştır.

Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ile Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği ( $r=-.17$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyon, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ( $r=.34$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında orta düzey pozitif korelasyon saptanmıştır.

Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ile Empati Eksikliği ( $r=.19$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyon saptanmıştır.

Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ile Büyükleme Göstereşçilik ( $r=-.20$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyon, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ( $r=.30$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında orta düzey pozitif korelasyon saptanmıştır.

Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ile Eleştirelilik Suçlayıcılık ( $r=-.16$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyon, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ( $r=.31$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında orta düzey pozitif korelasyon saptanmıştır.

Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ile Kontrol Müdahalecilik ( $r=-.11$ ,  $p<0.05$ ) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyon, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ( $r=.33$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında orta düzey pozitif korelasyon saptanmıştır.

Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ile Ebeveynleştirme ( $r=-.17$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyon, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ( $r=.28$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyon saptanmıştır.

Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği ile Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ( $r=-.23$ ,  $p<0.01$ ) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyon saptanmıştır.

## **B. Basit ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi**

Bu bölümde, Anneden Algılanan Narsisizm, Toplumsal Cinsiyet Rollerini ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeklerinin, Nesneleştirilmiş Beden Bilincinin alt boyutları olan Beden Utancı, Kontrol İnancı ve Beden İzleme üzerindeki tahmin edici etkisini değerlendirmek amacıyla Basit ve Çoklu Doğrusal Regresyon analizi uygulanmıştır. Ancak, regresyon analizinin doğrusallık varsayımını karşılamayan (yani bağımlı değerkenle anlamlı bir korelasyona sahip olmadığı) değerkenler regresyon modeline dahil edilmemiştir. Buna ek olarak, çoklu doğrusallık sorunu yaratan değerkenlerde regresyon modeline dahil edilmemiştir. Araştırmanın bulguları, aşağıdaki çizelgelerle sunulmuştur.

Çizelge 4: Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilincinin Beden Utancını Yordamasına İlişkin Bulgular

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Sınır</i>	<i>Üst Sınır</i>
<b>Sabit</b>	11.99	1.06		11.37	<.001***	9.92	14.07
<b>Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği</b>	0.30	0.02	0.53	12.95	<.001***	0.26	0.35
<i>R=.53 R<sup>2</sup>=.28 F<sub>(1,440)</sub>=167.81 p&lt;.001***</i>							

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05; Not, GA: Güven Aralığı

Regresyon çizelgesine ait sonuçlar incelendiğinde, görünümle ilişkili sosyal medya bilinci ölçeği değişkeni beden utancını yordamaktadır. R<sup>2</sup> değeri .28 olup, yordayıcıların sonuç değişkenindeki varyansın %28'ini açıkladığını görülmektedir (F(1,440)=167.81, p<.001). Bulguların sonucu olarak, görünümle ilişkili sosyal medya bilincinin beden utancını pozitif yönde yordadığını ( $\beta$ =.53 p<.001) göstermektedir.

Çizelge 5: Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Beden Utancını Yordamasına İlişkin Bulgular

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Sınır</i>	<i>Üst Sınır</i>
<b>Sabit</b>	33.49	2.32		14.4	<.001**	28.92	38.05
<b>Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği</b>	-0.17	0.04	-0.18	-	<.001**	-0.25	-0.08
<i>R=.18 R<sup>2</sup>=.03 F<sub>(1,440)</sub>=14.98 p&lt;.001***</i>							

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05; Not, GA: Güven Aralığı

Regresyon tablosuna ait sonuçlar incelendiğinde, toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeği değişkeni beden utancını yordamaktadır. R<sup>2</sup> değeri .03 olup, yordayıcıların sonuç değişkenindeki varyansın %0.3'ünü açıkladığını görülmektedir (F(1,440)=14.98, p<.001). Bulguların sonucu olarak, toplumsal cinsiyet rolleri tutumunun beden utancını negatif yönde yordadığını ( $\beta$ =-.18 p<.001) göstermektedir.

Çizelge 6: Anneden Algılanan Narsisizmin Kontrol İnancını Yordamasına İlişkin Bulgular

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	<i>β</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Sınır</i>	<i>Üst Sınır</i>
<b>Sabit</b>	40.18	1.10		36.61	<.001***	38.02	42.34
<b>Eleştirelilik Suçlayıcılık</b>	-0.36	0.11	-0.15	-3.28	0.001**	-0.58	-0.15

*R*=.15    *R*<sup>2</sup>=.02    *F*(1,440)=10.76    *p*<.001\*\*\*

\*\*\**p*<.001, \*\**p*<.01, \**p*<.05; Not, GA: Güven Aralığı

Regresyon çizelgesine ait sonuçlar incelendiğinde, eleştirelilik suçlayıcılık değişkeni kontrol inancını yordamaktadır. R<sup>2</sup> değeri .02 olup, yordayıcıların sonuç değişkenindeki varyansın %0.2'sini açıkladığını görülmektedir (F(1,440)=10.76, *p*<.001). Bulguların sonucu olarak, eleştirelilik suçlayıcılığın kontrol inancını negatif yönde yordadığını (β=-.15 *p*<.001) göstermektedir.

Çizelge 7: Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kontrol İnancını Yordamasına İlişkin Bulgular

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	<i>β</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Sınır</i>	<i>Üst Sınır</i>
<b>Sabit</b>	27.38	2.07		13.2	<.001***	23.31	31.46
<b>Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği</b>	0.18	0.04	0.22	4.66	<.001***	0.10	0.26

*R*=.22    *R*<sup>2</sup>=.05    *F*(1,440)=21.68    *p*<.001\*\*\*

\*\*\**p*<.001, \*\**p*<.01, \**p*<.05; Not, GA: Güven Aralığı

Regresyon tablosuna ait sonuçlar incelendiğinde, toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeği değişkeni kontrol inancını yordamaktadır. R<sup>2</sup> değeri .05 olup, yordayıcıların sonuç değişkenindeki varyansın %0.5'ini açıkladığını görülmektedir (F(1,440)=21.68, *p*<.001). Bulguların sonucu olarak, toplumsal cinsiyet rolleri tutumunun kontrol inancını pozitif yönde yordadığını (β=.22 *p*<.001) göstermektedir.

Çizelge 8: Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilincinin Kontrol İnancını Yordamasına İlişkin Bulgular

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Sınır</i>	<i>Üst Sınır</i>
<b>Sabit</b>	41.37	1.09		37.9	<.001**	39.23	43.51
<b>Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği</b>	-0.11	0.02	-0.21	-	<.001**	-0.16	-0.06
				4.47	*		
	<i>R=.21</i>	<i>R<sup>2</sup>=.04</i>	<i>F<sub>(1,440)</sub>=20.02</i>	<i>p&lt;.001***</i>			

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05; Not, GA: Güven Aralığı

Regresyon çizelgesine ait sonuçlar incelendiğinde, görünümle ilişkili sosyal medya bilinci ölçeği değişkeni kontrol inancını yordamaktadır. R2 değeri .04 olup, yordayıcıların sonuç değişkenindeki varyansın %0.4'ünü açıkladığını görülmektedir (F(1,440)=20.02, p<.001). Bulguların sonucu olarak, görünümle ilişkili sosyal medya bilincinin kontrol inancını negatif yönde yordadığını ( $\beta=-.21$  p<.001) göstermektedir.



### C. Karşılaştırma Analizi

Bu bölümde, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği puanlarının demografik değişkenlere göre değerlendirilmesi için Bağımsız Gruplar t-testi ve ANOVA testleri kullanıldı. Elde edilen sonuçlar ilgili çizelgelerde detaylı bir şekilde sunulmuştur.

### D. Cinsiyete Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Örneklemden elde edilen, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği puanlarıyla Demografik Bilgi Formu'ndan elde edilen cinsiyet değişkeninin ilişkisi Bağımsız Örneklem T-testi ile ölçülüp çizelge 10'da sunulmuştur.

Çizelge 9: Cinsiyete Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Kadın(n=240)		Erkek(n=202)		t	Sd.	p
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Beden İzleme	21.88	7.47	22.29	7.34	-0.58	440	0.564
Beden Utancı	26.25	10.31	22.81	8.63	3.82	439.990	<.001***
Kontrol İnancı	35.97	9.21	37.88	8.04	-2.33	439.431	0.020*
Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği	47.88	15.73	47.24	15.82	0.42	440	0.673
Empati Eksikliği	10.17	3.96	9.85	3.87	0.85	440	0.394
Büyüklenmecilik Gösterişçilik	9.93	3.89	10.29	4.39	-0.92	440	0.358
Eleştirelilik Suçlayıcılık	9.25	3.73	9.07	3.68	0.51	440	0.610
Kontrol Müdahalecilik	10.83	4.25	10.24	3.93	1.50	440	0.135
Ebeveynleştirme	7.70	2.82	7.79	2.88	-0.32	440	0.747
Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği	55.15	10.07	48.80	9.87	6.66	440	<.001***

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05 Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Beden İzleme, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Empati Eksikliği, Büyüklenmecilik Gösterişçilik, Eleştirelilik Suçlayıcılık, Kontrol Müdahalecilik, Ebeveynleştirme, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği cinsiyete göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (p>.05).

Beden Utancı alt ölçeğinden (t(439.990)=3.82, p<.05) aldıkları puanlar cinsiyete göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ölçeklerden alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde kadınların puanları erkeklere göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

Kontrol İnancı alt ölçeğinden (t(439.431)=-2.33, p<.05) aldıkları puanlar cinsiyete göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ölçeklerden alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde erkeklerin puanları kadınlara göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeğinden (t(440)=6.66, p<.05) aldıkları puanlar cinsiyete göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ölçeklerden alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde kadınların puanları erkeklere göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

#### **E. Çalışma Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması**

Örneklemden elde edilen, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği puanlarıyla Demografik Bilgi Formu'ndan elde edilen katılımcıların çalışma durumu değişkeninin ilişkisi Bağımsız Örneklem T-testi ile ölçülüp Çizelge 11'da sunulmuştur.

Çizelge 10: Çalışma Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Çalışmayan (n=260)		Çalışan(n=182)		t	Sd.	p
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Beden İzleme	22.64	7.75	21.25	6.83	1.95	440	0.052
Beden Utancı	25.58	10.17	23.38	8.91	2.40	418.451	0.017*
Kontrol İnancı	36.11	8.58	37.90	8.88	-2.13	440	0.034*
Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği	48.41	16.07	46.42	15.27	1.31	440	0.192
Empati Eksikliği	10.17	4.00	9.82	3.80	0.93	440	0.355
Büyüklenmecilik Gösterişçilik	10.26	4.16	9.86	4.08	1.01	440	0.311
Eleştirelilik Suçlayıcılık	9.38	3.86	8.86	3.46	1.47	440	0.141
Kontrol Müdahalecilik	10.70	4.17	10.35	4.05	0.88	440	0.382
Ebeveynleştirme	7.89	2.86	7.53	2.82	1.31	440	0.192
Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği	51.87	9.95	52.78	11.15	-0.90	440	0.370
Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği	42.23	17.27	41.31	16.30	0.57	440	0.570

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05 Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Beden İzleme, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Empati Eksikliği, Büyüklenmecilik Gösterişçilik, Eleştirelilik Suçlayıcılık, Kontrol Müdahalecilik, Ebeveynleştirme, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği çalışma durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (p>.05).

Beden Utancı alt ölçeğinden (t(418.451)=2.40, p<.05) aldıkları puanlar çalışma durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ölçeklerden alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde çalışmayanların puanları çalışanlara göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

Kontrol İnancı alt ölçeğinden (t(440)=-2.13, p<.05) aldıkları puanlar çalışma durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ölçeklerden alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde çalışanların puanları çalışmayanlara göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

## **F. Medeni Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci leği, Anneden Algılanan Narsisizm leği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum leği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci leği Puanlarının Karşılaştırılması**

Katılımcılardan elde edilen, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci leği, Anneden Algılanan Narsisizm leği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum leği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci leği puanlarıyla Demografik Bilgi Formu'ndan elde edilen katılımcıların medeni durum değişkeninin ilişkisi Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile llp izelge 12'da sunulmuştur.

Çizelge 11: Medeni Duruma Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Medeni Durum								F(3,43 8)	p	Post-Hoc
	Bekar <sup>1</sup> (n=288)		Evli <sup>2</sup> (n=86)		Boşanmış <sup>3</sup> (n=11)		İlişkisi var <sup>4</sup> (n=57)				
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Beden İzleme	22.33	7.28	20.78	7.37	25.45	8.72	22.07	7.70	1.76	0.154	-
Beden Utancı	24.78	9.98	23.74	8.51	26.18	4.79	25.26	10.87	0.43	0.732	-
Kontrol İnancı	36.83	8.63	35.92	8.86	43.55	6.86	37.02	9.04	2.51	0.058	-
Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği	47.41	15.76	46.59	15.08	53.36	15.11	48.89	16.94	0.75	0.523	-
Empati Eksikliği	9.90	3.89	9.92	3.67	12.18	3.60	10.39	4.37	1.39	0.244	-
Büyüklenmecilik Gösterişçilik	9.95	3.96	10.26	4.19	11.82	6.00	10.23	4.48	0.81	0.488	-
Eleştirelilik Suçlayıcılık	9.11	3.70	8.92	3.48	9.55	3.27	9.77	4.15	0.70	0.555	-
Kontrol Müdahalecilik	10.58	4.11	10.06	3.81	11.73	2.57	10.95	4.77	0.89	0.445	-
Ebeveynleştirme	7.86	2.92	7.44	2.59	8.09	2.63	7.56	2.90	0.61	0.610	-
Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği	52.52	10.19	50.01	10.06	47.91	14.22	55.05	10.95	3.43	0.017*	4>2
Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği	42.61	17.23	38.95	15.84	36.91	14.39	43.33	16.66	1.51	0.211	-

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05 Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Beden İzleme, Beden Utancı, Kontrol İnancı, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Empati Eksikliği, Büyüklenmecilik Gösterişçilik, Eleştirelilik Suçlayıcılık, Kontrol Müdahalecilik, Ebeveynleştirme, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği aldıkları puanlar medeni duruma göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (p>.05).

Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeğinden (F(3,438)=3.43, p<.05) aldıkları puanlar medeni duruma göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tukey testine ait sonuçlar ele alındığında, ilişkisi olanların aldığı puanları evli olanlara kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

## G. Eğitim Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Katılımcılardan elde edilen, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği puanlarıyla Demografik Bilgi Formu'ndan elde edilen katılımcıların eğitim durum değişkeninin ilişkisi Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile ölçülüp Çizelge 13'da sunulmuştur.

Çizelge 12: Eğitim Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Eğitim Durumu						F(2,439)	p	Post-Hoc
	Lise Mezun <sup>1</sup> (n=171)		Üniversite Mezun <sup>2</sup> (n=225)		Lisansüstü ve üzeri <sup>3</sup> (n=46)				
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Beden İzleme	21.88	7.77	22.22	7.20	22.07	7.22	0.10	0.903	-
Beden Utancı	24.06	9.13	25.18	10.32	24.50	8.84	0.65	0.522	-
Kontrol İnancı	35.80	8.55	37.55	8.91	37.30	8.35	2.03	0.132	-
Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği	47.36	16.00	48.57	15.83	43.63	14.06	1.91	0.149	-
Empati Eksikliği	9.86	4.02	10.23	3.82	9.63	3.99	0.70	0.499	-
Büyükleme Götürüşçilik	10.13	4.30	10.30	4.18	8.96	2.92	2.04	0.131	-
Eleştirelilik Suçlayıcılık	9.05	3.79	9.40	3.71	8.48	3.37	1.30	0.272	-
Kontrol Müdahalecilik	10.47	4.09	10.78	4.18	9.78	3.89	1.19	0.305	-
Ebeveynleştirme	7.85	2.72	7.86	2.96	6.78	2.61	2.96	0.053	-
Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği	50.98	9.59	53.07	10.71	52.91	12.01	2.05	0.130	-
Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği	42.01	17.29	41.96	17.02	40.74	14.61	0.11	0.894	-

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05 Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Beden İzleme, Beden Utancı, Kontrol İnancı, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Empati Eksikliği, Büyükleme Götürüşçilik, Eleştirelilik Suçlayıcılık, Kontrol Müdahalecilik, Ebeveynleştirme, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği, Görünümle İlişkili

Sosyal Medya Bilinci Ölçeği aldıkları puanlar eğitim durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ( $p>.05$ ).

#### **H. Sosyal Medyada Vakıt Geçirilen Saate Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerı Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması**

Örneklemeden elde edilen, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerı Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği puanlarıyla Demografik Bilgi Formu'ndan elde edilen katılımcıların sosyal medyada geçirilen saat değişkeninin ilişkisi Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile ölçölüp Çizelge 14'da sunulmuştur.

Çizelge 13: Sosyal Medyada Vakit Geçirilen Saate Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Sosyal Medya Saat								F(3,438)	p	Post-Hoc
	0-1 <sup>1</sup> (n=45)		1-3 <sup>2</sup> (n=162)		3-5 <sup>3</sup> (n=154)		5 saat ve üzeri <sup>4</sup> (n=81)				
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Beden İzleme	20.47	7.31	21.73	7.43	22.10	7.14	23.59	7.78	1.97	0.118	-
Beden Utancı	22.38	9.30	23.43	9.28	25.15	9.74	27.54	10.18	4.29	0.005**	4>1,2
Kontrol İnancı	36.29	7.16	37.06	8.60	36.42	9.47	37.52	8.45	0.37	0.772	-
Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği	46.09	15.78	45.55	15.75	48.05	15.41	51.62	15.86	2.89	0.035*	4>2
Empati Eksikliği	9.58	3.84	9.73	4.11	10.04	3.63	10.83	4.03	1.63	0.181	-
Büyüklenmecilik Gösterişçilik	10.02	3.92	9.59	3.84	10.16	4.33	11.01	4.31	2.17	0.091	-
Eleştirelilik Suçlayıcılık	8.60	3.63	8.86	3.68	9.19	3.60	10.05	3.91	2.26	0.081	-
Kontrol Müdahalecilik	10.38	3.87	9.78	4.05	10.97	3.97	11.42	4.45	3.74	0.011*	3,4>2
Ebeveynleştirme	7.51	2.82	7.58	2.64	7.69	3.07	8.31	2.80	1.37	0.253	-
Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği	52.93	10.05	52.98	10.23	51.06	10.74	52.67	10.59	1.03	0.378	-
Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği	32.78	17.51	39.39	15.63	44.73	15.61	46.36	18.60	9.43	<.001** *	3>1,2 4>1,2

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05 Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Beden İzleme, Kontrol İnancı, Empati Eksikliği, Büyüklenmecilik Gösterişçilik, Eleştirelilik Suçlayıcılık, Ebeveynleştirme, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği, aldıkları puanlar sosyal medyada vakit geçirilen saate göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (p>.05).

Beden Utancı alt ölçeğinden (F(3.438)=4.29, p<.05) aldıkları puanlar sosyal medyada vakit geçirilen saate göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tukey testine ait sonuçlar ele alındığında, sosyal medyada 5 saat ve daha fazla vakit geçirenlerin aldığı puanları 0-1 ve 1-3 saat vakit geçirenlere kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.



Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeğinden ( $F(3.438)=2.89, p<.05$ ) aldıkları puanlar sosyal medyada vakit geçirilen saate göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tukey testine ait sonuçlar ele alındığında, sosyal medyada 5 saat ve daha fazla vakit geçirenlerin aldığı puanları 1-3 saat vakit geçirenlere kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Kontrol Müdahalecilik alt ölçeğinden ( $F(3.438)=3.74, p<.05$ ) aldıkları puanlar sosyal medyada vakit geçirilen saate göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tukey testine ait sonuçlar ele alındığında, sosyal medyada 3-5 saat arası ve 5 saat ve daha fazla vakit geçirenlerin aldığı puanları 1-3 saat vakit geçirenlere kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeğinden ( $F(3.438)=9.43, p<.05$ ) aldıkları puanlar sosyal medyada vakit geçirilen saate göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tukey testine ait sonuçlar ele alındığında, sosyal medyada 3-5 saat vakit geçirenlerin aldığı puanları 0-1 ve 1-3 saat vakit geçirenlere kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı, 5 saat ve daha fazla vakit geçirenlerin aldığı puanları 0-1 ve 1-3 saat vakit geçirenlere kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

### **I. Gelir Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması**

Örneklemden elde edilen, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği puanlarıyla Demografik Bilgi Formu'ndan elde edilen katılımcıların gelir durumu değişkeninin ilişkisi Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile ölçülüp Çizelge 15'da sunulmuştur.

Çizelge 14: Gelir Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Gelir Durumu						F(2,439)	p	Post-Hoc
	Düşük <sup>1</sup> (n=81)		Orta <sup>2</sup> (n=246)		Yüksek <sup>3</sup> (n=115)				
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Beden İzleme	20.49	7.20	22.85	7.67	21.50	6.79	3.59	0.029*	2>1
Beden Utancı	25.90	10.47	24.59	9.58	24.00	9.48	0.93	0.395	-
Kontrol İnancı	35.31	8.37	37.00	8.58	37.58	9.26	1.71	0.182	-
Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği	51.01	18.02	47.95	15.03	44.40	15.09	4.40	0.013*	1>3
Empati Eksikliği	11.07	4.36	10.03	3.75	9.27	3.80	5.14	0.006*	1>3
Büyüklenmecilik Gösterişçilik	10.60	4.50	10.20	4.08	9.52	3.93	1.81	0.166	-
Eleştirelilik Suçlayıcılık	10.06	4.17	9.24	3.64	8.37	3.36	5.14	0.006*	1>3
Kontrol Müdahalecilik	11.23	4.52	10.63	4.01	9.92	3.99	2.52	0.081	-
Ebeveynleştirme	8.04	3.12	7.85	2.84	7.31	2.62	1.93	0.147	-
Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği	52.19	10.83	52.30	10.68	52.17	9.78	0.01	0.993	-
Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği	41.79	16.53	42.20	17.10	41.17	16.69	0.15	0.864	-

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05 Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Beden Utancı, Kontrol İnancı, Büyüklenmecilik Gösterişçilik, Kontrol Müdahalecilik, Ebeveynleştirme, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği aldıkları puanlar gelir durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (p>.05).

Beden İzleme alt ölçeğinden (F(2.439)=3.59, p<.05) aldıkları puanlar gelir durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tukey testine ait sonuçlar ele alındığında, orta düzey gelire sahip olanların aldığı puanları düşük düzey gelire sahip olanlara kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeğinden (F(2.439)=4.40, p<.05) aldıkları puanlar gelir durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında

anlamli bir fark tespit edilmiştir. Games-Howell testine ait sonuçlar ele alındığında, düşük düzey gelire sahip olanların aldığı puanları yüksek düzey gelire sahip olanlara kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Empati Eksikliği alt ölçeğinden ( $F(2.439)=5.14, p<.05$ ) aldıkları puanlar gelir durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tukey testine ait sonuçlar ele alındığında, düşük düzey gelire sahip olanların aldığı puanları yüksek düzey gelire sahip olanlara kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Eleştirelilik Suçlayıcılık alt ölçeğinden ( $F(2.439)=5.14, p<.05$ ) aldıkları puanlar gelir durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tukey testine ait sonuçlar ele alındığında, düşük düzey gelire sahip olanların aldığı puanları yüksek düzey gelire sahip olanlara kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

#### **İ. Anne Baba Medeni Duruma Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması**

Örneklemden elde edilen, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği puanlarıyla Demografik Bilgi Formu'ndan elde edilen katılımcıların anne baba medeni durum değişkeninin ilişkisi Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile ölçülüp Çizelge 16'da sunulmuştur.

Çizelge 15: Anne Baba Medeni Durumuna Göre Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ve Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Anne Baba Medeni Durum								F(3,438)	p	Post-Hoc
	Birlikte <sup>1</sup> (n=372)		Ayrı/Boşanmış- iş- Anne Sağ, Baba Sağ <sup>2</sup> (n=27)		Ayrı/Boşanmış- iş- Anne Sağ, Baba Vefat <sup>3</sup> (n=33)		Ayrı/Boşanmış- Anne Vefat, Baba Vefat <sup>4</sup> (n=10)				
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Beden İzleme	22.29	7.17	21.30	7.52	20.24	9.31	21.90	9.18	0.88	0.451	-
Beden Utancı	24.90	9.52	22.96	9.99	23.18	12.54	25.70	4.95	0.64	0.588	-
Kontrol İnancı	36.71	8.65	40.15	8.90	35.73	10.01	36.60	6.08	1.50	0.213	-
Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği	47.23	15.77	52.81	16.92	46.52	14.04	50.30	16.75	1.21	0.307	-
Empati Eksikliği	9.95	3.93	10.85	4.28	9.79	3.48	11.20	3.85	0.78	0.505	-
Büyüklenmecilik Gösterişçilik	10.03	4.09	11.19	4.72	9.64	3.81	10.90	5.00	0.92	0.433	-
Eleştirelilik Suçlayıcılık	9.08	3.71	10.11	4.25	9.36	3.12	9.20	3.94	0.68	0.564	-
Kontrol Müdahalecilik	10.52	4.06	11.63	5.02	9.82	3.84	11.50	4.22	1.15	0.328	-
Ebeveynleştirme	7.64	2.83	9.04	2.77	7.91	3.20	7.50	1.90	2.09	0.100	-
Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği	52.21	10.26	55.89	10.22	52.18	11.07	43.90	12.81	3.27	0.021	2>4
Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği	42.18	16.99	42.11	14.90	38.06	17.73	41.40	14.80	0.61	0.611	-

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05 Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Beden İzleme, Beden Utancı, Kontrol İnancı, Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği, Empati Eksikliği, Büyüklenmecilik Gösterişçilik, Eleştirelilik Suçlayıcılık, Kontrol Müdahalecilik, Ebeveynleştirme, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği aldıkları puanlar ebeveyn medeni durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (p>.05).

Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeğinden (F(3.438)=3.27, p<.05) aldıkları puanlar ebeveyn medeni durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Tukey testine ait sonuçlar ele alındığında, ebeveynlerin ikisi de sağ olup ayrı/boşanmış olanların aldığı puanları

ebeveynlerin ikisi de vefat etmiş ayrı/boşanmış olanlara kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.



#### IV. TARTIŞMA

Güncel araştırmada, nesneleştirilmiş beden bilincinin, anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünüşle ilgili sosyal medya bilinci ile yordayıcı etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Ayrıca ilgili değişkenlerin sosyodemografik değişkenler ile ilişkisi de incelenmek istenmiştir. Bu noktada araştırma değişkenlerinin korelasyonel, regresyon ve karşılaştırma analizleri yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda araştırma sorularına ilişkin bulguların incelenmesi ve yorumlanması amaçlanmaktadır.

Araştırma bulguları değerlendirildiğinde anneden algılanan narsisistik özelliklere maruz kalan bireylerin nesneleştirilmiş beden bilinci düzeylerinde artış olduğu saptanmıştır. Anneden algılanan narsisistik özelliklerin alt boyutları olarak empati eksikliği, büyüklenmecilik-gösterişçilik, eleştirelilik-suçlayıcılık, kontrol müdahalecilik ve ebeveynleştirme beden utancı ile arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Güncel çalışma ile birlikte, bireylerin narsisistik özelliklere maruz kalma durumları arttıkça beden utançlarının arttığı bununla birlikte bedenlerine dair kontrol inançlarının azaldığı saptanmıştır. Masterson (1993) narsisizmin, annenin çocuğu kendi duygusal ihtiyaçlarını tatmin etmek için kullanmasıyla bağlantılı olduğunu belirtmektedir. Masterson' a göre anne, çocuğun özerklik ve duygusal destek ihtiyacını sağlıklı bir şekilde karşılayamaz ve çocuğun gerçek benliğinin kendi idealize ettiği standartlardan etkilenmesine izin verir. Çocuk özerk olmaya ve gerçek benliğini ortaya koymaya çalıştığında anne sevgisini ve desteğini geri çekmektedir. Masterson, annenin çocuğun ayrışmasına karşı duruşu sonucunda çocukta terk edilme depresyonunun neden olduğu olumsuz duyguların ortaya çıktığına dikkat çekmiştir. Bu olumsuz duygulardan kaçmak isteyen çocuk, kendi gerçekliğine göre değil, kendisine bakan kişinin kriterlerine göre mükemmel olmak zorundadır. Bu şekilde çocuk, annenin 'ideal' özellikleriyle özdeşleşir ve büyüklenmeci bir benlik çerçevesi sürdürür. Kısacası Masterson' a göre çocuk, ayrışma-bireyleşme evresinin kazanımlarını gerçekleştiremez; sonuç olarak özerk, gerçek bir benlik yerine şişirilmiş bir benliğin gelişmesiyle narsistik bir yapı geliştirir. Bir başka çalışmaya göre,

özeleştir, kendini yargılama ve algılanan kişisel başarısızlıkların olumsuz öz değerlendirmesi ile karakterize edilen bir tepki biçimi olduğu ifade edilmiştir (Miles ve Irons, 2004). Blatt (1974) kendini eleştirme durumunu, bireyin içinde geliştiği eleştirel ortamın içselleştirilmesi olarak tanımlamıştır. Başka bir deyişle, eleştirel ve cezalandırıcı bir ortamda büyüyen bir çocuğun, yaşamının ilerleyen dönemlerinde özeleştiril bir yapı geliştirmesi muhtemeldir. Bu konuda yapılan çalışmalar (Miles and Irons, 2004; Schore, 1994) yaşamın erken dönemlerinde ihmal, istismar ve gerçekçi olmayan ebeveyn beklentileri gibi olumsuz deneyimlerin bireyin kendine karşı eleştirel bir yapının gelişmesine zemin hazırladığını doğrulamaktadır. Dunkley, Masheb ve Grilo (2010), tıknırcasına yeme bozukluğu olan 170 katılımcının yer aldığı bir çalışmada, çocuk ihmal ve istismarı, depresif belirtiler ve beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişkide kendini eleştirinin aracı rolünü incelemiştir. Çalışma, özeleştirinin duygusal istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide ve duygusal istismar ile beden memnuniyetsizliği arasındaki ilişkide tam bir aracılık rolü oynadığını ortaya koymuştur. Akpınar (2023) tarafından yapılan çalışmada da, anneden algılanan değışime kapalı olma, kuralcı, küçümseyici, eleştirelilik büyükenmecilik ve gösterişçilik gibi özelliklerin beden utancını yordadığı görülmektedir. McKinley ve Hyde (1996) çalışmasında beden bilincinin alt boyutu olan kontrol inancının, psikolojik iyi oluş, beden saygısı ve tatmini ile ilişkisi olduğunu ifade etmiştir. Alan yazındaki yapılan çalışmalar ile güncel çalışmanın bulguları benzerlik göstermektedir. Narsistik özellikler olarak bilenen eleştirisellik ve kontrol müdahaleciliğe sıklıkla maruz kalan çocukların, beden kontrolünün de başkalarında olduğu düşünesine kapılabilmektedir. Böylelikle toplum tarafından kalıplaşmış standartlara ulaşamadıkça bireyler bedenlerine dair suçluluk ve utanç duygusu geliştirebilmektedirler.

Araştırmaya konu olan toplumsal cinsiyet rolleri tutumları ile nesneleştirilmiş beden bilinci arasındaki ilişki incelenmiş ve toplumsal cinsiyet rolleri tutum puanları yüksek olan bireylerin beden utanç puanlarının düşük olduğu saptanmıştır. Toplumsal cinsiyet rolleri tutum puanları ile nesneleştirilmiş beden bilincinin bir alt boyutu olan kontrol inancı ile pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Toplumda cinsiyet rollerine eşitlikçi tutum sergileyen bireylerin, bedenlerine dair kontrol inançları düşüncelerinin yüksek olduğu görülmektedir. Nesneleştirilmiş beden bilinci ile toplumsal cinsiyet



rolleri tutumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar sınırlı olmasına rağmen bireylerin bedenlerine dair duygu ve düşünceleri içeren beden imajı ile yapılan çalışmalar güncel araştırma ile örtüşmektedir (Cash, 2004). Rodin at al. (1985) yaptığı çalışmada modern kültürünün zayıflığın erdemlerini yüceltiğini ve şişmanlıktan korkmayı teşvik ettiğini belirtmiştir. Moda dergileri, reklam panoları ve televizyon reklamları aşırı zayıf genç kadın imgeleriyle doludur ve bu bedenleri sadece ideal değil aynı zamanda normal olarak sunmaktadır. Bunun rahatsız edici sonucu, kadın rolündeki zayıf beden bilinci toplumumuzda o kadar yerleşik hale gelmiş olmasıdır. Bu bilinç 'normatif' olarak kabul edilmektedir. Yakın tarihte, bu güzellik idealleri evrim geçirmiştir: ideal erkek vücut tipi giderek mezomorfik hale gelirken, kadınların zayıf ve çelimsiz olması beklenmektedir. Mishkind at al. (1986) bunun, kadınların geleneksel olmayan yönere doğru evrildiği bir dönemde geleneksel cinsiyet rollerinin toplumsal olarak onaylanması anlamına geldiğini savunmaktadır. Dahası, kadınların bu idealleri, mesleki yeteneklerine daha fazla vurgu yaparak evrildiğini savunmuştur ve başkalarının zekalarına ilişkin algılarıyla ilgilenen kadınlar, daha ince bir çekicilik düzeyini hedeflediğini belirtmiştir (Silverstein at al., 1986). Özsaygının belirleyicisi olarak toplumun fiziksel çekiciliğe yaptığı vurguyu reddeden bir kadın, kendi bedeni hakkında daha olumlu bir görüşe sahip olacağı düşünülmektedir (Herzog at al., 1992) Gerçekten de lezbiyen kadınlar üzerinde yapılan çalışmalar, beden imajı ve diyetle ilgili olanlar da dahil olmak üzere belirli ataerkil ideallerin reddedilmesinin kilo ve diyet sorunlarına karşı bir tampon görevi gördüğü fikrini desteklemektedir (Brand at al., 1992). Bu bağlamda feminist ideoloji, bir kadının öznel fiziksel güzelliğinin özsaygısını belirlemede bu kadar etkili olmaması gerektiğini vurgulamaktadır. Kontrol inancı, bazen genetik sınırlamalara rağmen, toplumun güzellik ideallerine ulaşmak için bireylerin bedenlerinin görünümü üzerinde sahip oldukları kontrol derecesini ölçerken, beden utancı, bireyin başkaları tarafından beklenen güzellik standartlarına ulaşamama kaygısı ve yetersizliğinden kaynaklanan utanç derecesini ölçmektedir (Özgüngör ve Arıcıoğlu, 2020). Bir başka çalışma, Arslangiray (2013) geleneksel cinsiyet rolleri düzeyleri yüksek olan bireylerin beden imajlarına dair düşüncelerinin de yüksek olduğuna ifade etmiştir. Yapılan çalışmaların güncel araştırmayı doğruladığı ve örtüştüğü görülmektedir. Günümüzde beden, sosyal olarak inşa edilen bir nesnedir. Bedenin nesne konumuna indirgenmesinde ve gündelik yaşamdaki görünürlüğünün artmasında popüler kültürün, sosyal medyanın ve kitle iletişim

araçlarının rolü de etkilidir. Sosyal çevrenin beden üzerindeki yargıları, güzellik ideallerinin beden üzerindeki, toplumsal cinsiyet rollerinin ve cinsel nesneleştirme deneyimlerinin nesneleştirme üzerindeki etkileri sonucunda bireylerin beden imgelerini şekillendirmeleri, bir anlamda bedenlerine bakmalarına ve kültürün de etkisiyle fiziksel benliklerine ilişkin düşünceleri içselleştirmelerine neden olarak bedenlerine bakmaları sonucunu doğurmaktadır. Bedene bakmak utanç ve kaygıyı artırmakta, kişinin bedenine dair içsel farkındalığını azaltmakta ve depresyon, yeme davranışı ve cinsel işlev bozukluğuna yol açabildiği düşünülmektedir.

Kişilerarası ve kitlesel iletişim, beden imajının oluşumunda önemli bir rol oynamaktadır. Bir kişinin çevresinde zayıflığın değerine ilişkin tekrarlanan onay ve ret mesajları beden imajını etkiler. Medya tarafından aktarılan zayıf kadın idealine yönelik ebeveyn desteği, dış görünüşle ilgili tartışmalar, arkadaşların kilo ve dış görünüşle ilgili inançlarına verilen önem ve akranlarla çekici figürler hakkında yapılan tartışmalar beden imajı üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir (Lee at al., 2014). Fardouly ve Vartanian (2016) göre sosyal medya, beden imajı üzerinde etkisi olan dört temel açıdan geleneksel medyadan farklılık göstermektedir. İlk olarak, modellerin ve ünlülerin aksine, sosyal medya kullanıcıları kendilerine yer açmaktadır. İkinci olarak, bireyler sosyal ağlarda kendilerinin idealize edilmiş bir versiyonunu sunma eğilimindedir; profillerine yalnızca en çekici görüntüleri yükler ve çekici bulmadıklarını silerler. Üçüncü olarak, bireyler sosyal ağları genellikle akranlarıyla etkileşime geçmek ve dış görünüşleriyle ilgili karşılaştırmalar yapmak için kullanmaktadır. Dördüncüsü, görüntülere ek olarak, insanlar sosyal ağlarda dış görünüşleriyle ilgili başka içerikler ve yorumlar da yayınlamakta ve bu da kullanıcıların kendi dış görünüşlerine ilişkin algılarını etkilemektedir. Araştırma bulguları değerlendirildiğinde güncel araştırmada, görünümle ilişkili sosyal medya bilinci nesneleştirilmiş beden bilincini yordadığı saptanmıştır. Bireylerin, sosyal medya araçları kullanarak görünümünün başkaları tarafından nasıl algılanacağına dair düşünceleri arttıkça nesneleştirilmiş beden bilinci puanları da artmaktadır. Araştırma, görünümle ilişkili sosyal medya bilincinin beden utancını pozitif yönde yordadığını ve kontrol inancını ise negatif yönde yordadığını ortaya koymaktadır. Elde edilen bu verilere göre, bireylerin sosyal medyada görünümüne dair bilişsel ve davranışsal olarak yoğun odak halinde iken bedenlerini kontrol etme puanları

düşmekte ve beden utancı puanlarında artış saptanmıştır. İlgili alan yazın incelendiğinde, birçok çalışma güncel araştırma ile örtüşmektedir. Bayköse ve Esin (2019) tarafından gerçekleştirilmiş çalışmada, sosyal medyada görünümlerini diğer kullanıcılarla karşılaştıran bireylerin bedenlerine dair memnuniyetsizlik ve utanç ile karşı karşıya kaldıklarını ifade etmişlerdir. Literatürde sosyal medya kullanımının bireylerin beden algılarına dair birçok araştırma güncel araştırmayı doğrular niteliktedir. Kardaş (2021) yaptığı çalışmada, sosyal medyada görünümleri ile ilgilenen bireylerin aldığı puanlar arttıkça beden algılarına dair memnuniyetsizliklerinin de arttığını ifade etmektedir. Tayhan (2023), çalışmada bireylerin sosyal medya kullanım düzeyleri arttıkça beden algılarında bozulma eğiliminin de arttığını belirtmiştir. Bir başka çalışmaya göre, modern toplumlarda bireyler ideal olanı yaratmaya ve oldukları gibi değil olmak istedikleri gibi görünmeye çalışırlar. Aynı zamanda idealize ettikleri bedenlerini sosyal medya aracılığıyla görünür kılarak kendilerini tanımlamaya çalışmaktadırlar. Sosyal medya, bireylerin beden deneyimlerini toplum içinde oynadıkları ve sergiledikleri bir ortam haline gelmiştir (Koç at al., 2019). Kişinin kendi bedenine dair öznel deneyimleri ile dışarıdan bir gözlemci tarafından algılananlar arasında yeni bir beden bilinci oluşturmaktadır.

Araştırma verilerinde demografik değişkenler arasında yer alan cinsiyet değişkenine göre beden izleme, empati eksikliği, büyüklenmecilik-gösterişçilik, eleştirelilik-suçlayıcılık, kontrol Müdahalecilik, ebeveynleştirme, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Beden Utancı alt ölçeğinde alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde kadınların puanları erkeklere göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir. Kontrol İnancı alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde ise erkeklerin puanları kadınlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği'nden alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde kadınların puanları erkeklere göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir. Elde edilen veriler literatür bulguları ile karşılaştırıldığında çelişkili ve uyumlu sonuçlarla karşılaşmaktadır. Özgüngör ve Arıcıoğlu (2020) yaptığı çalışmada, kontrol inancı alt boyutu açısından anlamlı bir fark görülmediğini ortaya koymuştur. Eray ve Üçışık (2021) çalışmada da genç yetişkinlerin toplumsal

cinsiyet rollerine ilişkin tutumları cinsiyete göre incelendiğinde kadın ve erkekler arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığını öne sürmüştür.

Araştırmada demografik değişkenler arasında yer alan sosyal medyada geçirilen süre verilerine göre, beden izleme, kontrol inancı, empati eksikliği, büyülenmecilik-gösterişçilik, eleştirelilik-suçlayıcılık, ebeveynleştirme, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği'nde aldıkları puanlar gruplar arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Beden utancı alt ölçeğinden alınan puanlara göre sosyal medyada 5 saat ve daha fazla vakit geçirenlerin aldığı puanları 0-1 ve 1-3 saat vakit geçirenlere kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir. Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği'nden alınan puanlara göre sosyal medyada 5 saat ve daha fazla vakit geçirenlerin aldığı puanlar 1-3 saat vakit geçirenlere göre daha yüksek düzeyde puan almıştır. Kontrol müdahalecilik alt ölçeğinden alınan puanlar sosyal medyada 3-5 saat arası ve 5 saat ve daha fazla vakit geçirenlerin aldığı puanları 1-3 saat vakit geçirenlere göre daha yüksektir. Katılımcıların, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği'nden aldıkları puanlar değerlendirildiğinde, sosyal medyada 5 saat ve üzeri vakit geçirenlerin aldığı puanlar, 0-1, 1-3 ve 3-5 saat vakit geçirenlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Karacan-Doğan ve Durmuş (2023) görünümle ilişkili sosyal medya bilinci ile sosyal medyayı kullanım süresi değişkeni arasında yaptığı çalışmada sosyal medyada daha fazla zaman geçiren bireylerin, daha az zaman geçiren bireylere göre bedenleri ve görünümleri üzerinde daha fazla düşünmelerine ve bu konuda daha bilinçli olmalarına neden olduğunu ifade etmektedir. Karakurt (2019) ergenler üzerine yaptığı çalışmada, günlük sosyal medyayı kullanım süresi "5 saatten fazla" olan bireylerin beden imajlarının günlük sosyal medyayı kullanım süresi "1 saatten az", "1-3 saat arası" ve "3-5 saat arası" olan ergenlerin beden imajlarından anlamlı biçimde daha düşük olduğunu ifade etmiştir. Bahsedilen çalışmalar ile güncel çalışmanın örtüştüğü görülmektedir.

Araştırmada demografik değişkenler arasında yer alan medeni durum verilerine göre katılımcılar, nesneleştirilmiş beden bilincinin alt boyutları olarak beden izleme, beden utancı ve kontrol inancı düzeyleri medeni duruma göre değişiklik göstermediği saptanmıştır. Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği'nin alt boyutları olarak empati eksikliği, büyülenmecilik gösterişçilik, eleştirelilik suçlayıcılık, kontrol Müdahalecilik, ebeveynleştirme ve Görünümle İlişkili Sosyal

Medya Bilinci Ölçeği'nden aldıkları puanlar medeni duruma göre değişiklik göstermemektedir. Eğitim durumu demografik değişkeniyle ilişki saptanan değişiklik toplumsal cinsiyet rolleri tutumudur; ilişkisi olan bireylerin evli olan bireylere göre toplumsal cinsiyet rollerine karşı tutum düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Barber ve Axinn (1998), bireylerin evlilik sonrası evlilik öncesine göre daha toplumsal cinsiyet rolünü benimsediklerini saptamıştır. Saltık (2022) yaptığı çalışmasında evli olan katılımcıların de bekar katılımcılardan daha geleneksel tutumlara sahip olduklarını ifade etmiştir. Elde edilen veriler literatür çalışmaları ile karşılaştırıldığında uyumlu ve çelişkili sonuçlar ile karşılaşılmıştır.

Araştırmada demografik değişkenler arasında yer alan eğitim durumu verilerine göre, nesneleştirilmiş beden bilincinin alt boyutları olan beden izleme, beden utancı, kontrol inancı ve anneden algılanan narsisizmin alt boyutları olan empati eksikliği, büyülenmecilik gösterişçilik, eleştirelilik suçlayıcılık, kontrol Müdahalecilik, ebeveynleştirme, Toplumsal Cinsiyet Roller Tutum Ölçeği, Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği'nden alınan puanlar eğitim durumuna göre farklılık saptanmamıştır.

Araştırmada demografik değişkenler arasında yer alan gelir durumu verilerine göre Beden İzleme alt ölçeğinden, orta düzey gelire sahip olanların aldığı puanlar düşük düzey gelire sahip olanlarla karşılaştırıldığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir. Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeği'nden puanlar gelir durumuna göre yapılan değerlendirme sonucunda, düşük düzey gelire sahip olanların aldığı puanları yüksek düzey gelire sahip olanlara kıyasladığımızda anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir. Aydoğdu ve Dilekmen (2016) çalışmasında, ebeveyn tutumlarının gelir durumuna göre farklılaştığına dair çalışmada düşük gelir grubunda olan ebeveynlerin daha koruyucu tutum sergilediği ifade etmektedir. Aküzüm vd., (2022) araştırmasında, gelir durumu düşük olan bireylerin daha otoriter yapıya sahip olabileceğini saptamış ve sosyoekonomik düzeyi düşük olan bireylerin, ebeveynleri ile iletişimsel sorunlar çıkmasına neden olduğu ifade etmiştir. Anne maddi zorluklar nedeniyle daha fazla stresörle karşılaşmaktadır. Stres narsistik kırılganlığı artırarak telafi edici tutum ve davranışlara, özellikle de kontrolcü tutum sergilemesine sebep olabilmektedir. Bu da ekonomik zorlukların aile içinde stres ve gerginlik yaratabileceği ve dolayısıyla anne-çocuk ilişkisini etkileyebileceği anlamına

gelmektedir. Anne, ekonomik zayıflık nedeniyle çocuğunun geleceği veya başarısı hakkında endişeler yaşayabilir ve bu da narsistik kırılmanlığı artırabilir. Yapılan literatür taramasında, güncel çalışmanın alan yazın ile örtüştüğü görülmektedir. Empati Eksikliği alt ölçeğinden alınan veriler karşılaştırıldığında, düşük düzey gelire sahip olanların aldığı puanlar, yüksek düzey gelire sahip olanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bir başka deyişle, ekonomik düzey yüksek olan bireylerin empati eksikliği ekonomik düzeyi düşük olan bireylere göre daha az olduğu görülmektedir. Alan yazına bakıldığında benzer bulgulara rastlanmaktadır. Ergin (2023) ise ekonomik düzeyi orta olan bireylerin empati becerilerinin, sosyoekonomik düzeyi yüksek olarak bireylere göre yüksek olduğunu belirtmiştir. Gülbahçe ve Özkurt (2016) çalışmasında, orta ve yüksek olan bireylerin empati beceri ve eğilimlerinin gelir düzeyi düşük olan bireylere göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Güncel çalışma ve alan yazındaki çalışmalar incelendiğinde, ekonomik düzeyi yüksek olan bireylerin sosyalleşme olanaklarının daha fazla olmasından dolayı, sosyalleşmenin empatik eğilime olumlu etkisi yaratacağını ileri sürmüşlerdir.

## V. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada genç yetişkinlerde nesneleştirilmiş beden bilincinin, anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünüşle ilgili sosyal medya bilinci ile arasındaki yordayıcı etkisini incelemeyi amaçlanmıştır. Bunun yanı sıra cinsiyet, medeni durumu, gelir durumu ve eğitim durumu demografik değişkenlerine yönelik de incelemeler yapılmıştır. Alan yazın incelendiğinde değişkenlerin bir arada olduğu çalışmaların sınırlı olduğu görülmüş ve elde edilen yeni bulguların literatüre katkı sağlamak adına önemli olduğu düşünülmektedir. Çalışmanın amacına uygun 240 erkek ve 202 kadın olmak üzere toplam 442 katılımcı çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır. Örneklemden elde edilen veriler doğrultusunda, anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünümle ilişkili sosyal medyanın nesneleştirilmiş beden bilincini yordayıcı güce sahip olduğu saptanmıştır.

Araştırmada, bireylerin çocukluk dönemlerinde ilk bakım veren kişi olan annesi ile kurduğu iletişimin yetişkinlik dönemindeki etkileri ölçülmek istenmiştir. Bireylerin çocukluk dönemlerinde anneleri tarafından büyülenmeci, gösterişsel, eleştirisel, suçlayıcı, müdahale edici, değişime kapalı olma, kuralcı, küçümseyici gibi narsisistik özelliklere maruz kalması yetişkinlik dönemlerinde bedenlerine dair utanç duygusu geliştirmelerinde etkileyici olduğu görülmektedir. Çalışmanın verileri, literatürdeki çalışmalar ile karşılaştırıldığında benzer sonuçların olduğu görülmüştür. Bireylerin bedenlerine dair oluşturdukları memnuniyetsiz, psikolojik sağlıklarını ve yaşam kalitelerini olumsuz etkileyebilmektedir. Bu anlamda, çalışmanın psikolojik sağlığı korumak adına geliştirilecek sosyal çalışmalara fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Modern toplumda fiziksel görünüme odaklama eğilimindeki artış, bedenin bir bütünden ziyade parçalar olarak değerlendirilmeye başlanmasına neden olmaktadır. Bu durumun, bireylerin sağlıklı beden-ruh ilişkisini zedelediği böylelikle benliğin işlevselliğini bozduğu düşünülmektedir. (Moradi ve Huang, 2008). Araştırmada,

toplumun dayattığı cinsiyet normlarına karşı tutum sergileyen bireylerin nesneleştirilmiş beden bilinci ile arasındaki ilişki açıklanmak istenmiştir. Araştırma verilerine göre, toplumsal cinsiyet rollerine karşı tutum sergileyen bireylerin bedenlerine dair utanç duygularında azalma olduğu saptanmıştır. Toplumda cinsiyet rollerine daha eşitlikçi tutum sergileyen bireylerin nesneleştirilmiş beden bilincinin bir alt boyutu olarak bedenlerine dair kontrol inançların da yüksek olduğu görülmektedir. Bulgular, toplumsal cinsiyet rollerine maruz kalan bireylerin, bedenlerine dair oluşturdukları olumsuz bakış açısının uzun vadeli sonuçlarının gözlemlenmesi adına önem taşımaktadır.

Nesneleştirilmiş beden bilinci, toplumsal olarak inşa edilirken sosyal medya aracılığıyla görünür kılınmaktadır. Araştırmada, bireylerin sosyal medyada görünümüyle ilgili 'ideal' olmaya yönelik tutumları nesneleştirilmiş beden bilinci ile yordayıcı etkisi araştırılmak istenmiştir. Elde edilen veriler doğrultusunda, görünümle ilişkili sosyal medya bilinci nesneleştirilmiş beden bilincini yordadığı saptanmıştır. Katılımcıların sosyal medyada geçirilen süreleri karşılaştırıldığında, sosyal medyada daha fazla zaman geçiren bireylerin, beden utançlarında artış olduğu görülmekte ve bedenlerinin kontrol edeceklerine dair inançlarında azalma olduğu saptanmıştır. Araştırma, literatürdeki bireylerin sosyal medya kullanım düzeyleri arttıkça beden algılarında bozulma eğiliminin de arttığına dair yapılan çalışmalarla örtüştüğü görülmektedir.

Aşağıda araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda ileride gerçekleştirilecek olan çalışmalara yönelik öneriler sunulmak istenmiştir.

1. Araştırmanın örneklemini 19-40 yaş arasındaki toplam 442 bireyler oluşturmaktadır. Bu alanda yapılacak diğer araştırmalarda örneklem sayısı arttırılabilir diğer yaş grupları da örneklem grubuna dâhil edilerek araştırmanın genellenebilirlik düzeyi daha da arttırılabilir.
2. Araştırmada aktif olarak sosyal medya kullanan bireylerin kullanım sürelerine dair karşılaştırma analizleri yapılmıştır. Yapılacak diğer çalışmalarda daha önce hiç sosyal medya kullanımı olmayan katılımcılarla aktif sosyal medya kullanan katılımcıların karşılaştırılması önerilmektedir.



3. Araştırmada katılımcılara öz-değerlendirme türünde ölçekler uygulanmıştır. Daha geçerli ve güvenilir sonuçlara ulaşabilmek için bu ölçeklerin yanı sıra boylamsal araştırma yöntemleri de eklenebilir.



## VI. KAYNAKÇA

### MAKALELER

- AÏNSWORTH, M. D. (1969). **Object Relations, Dependency, and Attachment: A Theoretical Review of the Infant-Mother Relationship**. Child Development, 40(4), 969-1025.
- AKÇA, S. (2017). **Kohut'un Kendilik Nesnesi İhtiyaçları Bağlamında Kırılğan Narsisizmin İncelenmesi: Bir Vaka Örneği**. AYNA Klinik Psikoloji Dergisi, 4(1), 1-13.
- AKGÜL, H. (2023). **Nesneleştirilmiş Beden Bilincinin Sosyal Medya Kullanımı ve Psikolojik İyi Oluş Açısından İncelenmesi**. İnsan ve İdari Bilimlerde Güncel Yaklaşımlar, 2:183-208.
- AKINCI-VURAL, Z. B., & BAT, M. (2010). **Yeni Bir İletişim Ortamı Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine Yönelik Bir Araştırma**. Yaşar Üniversitesi E-Dergisi, 5(20), 3348 - 3382.
- AKMEŞE, Z., & DENİZ, K. (2015). **Kadına Yönelik Cinsiyetçi Söylemin İnternet Haber Portallarında Yer Alma Biçimleri**. Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 8(1), 311-326.
- AKÜZÜM, C., BARAN, E. & ÇELEBİ, S. (2022). **Öncesi Dönemde Ebeveyn Tutumları ile Dijital Oyun Bağımlılığı Eğilimi Arasındaki İlişki**. Elektronik Türkçe Çalışmaları. 17:427-58.
- ALPAY, E. H., & AYDIN, A. (2022). **Anneden Algılanan Narsisizm Ölçeğinin Geliştirilmesi**. Klinik Psikoloji Dergisi 1-1.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. (2013). **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders** (5. (DSM-5), b.). Arlington, VA: American Psychiatric Association.

- ANGLANO, C. (2014). **Forensic Analysis of WhatsApp Messenger on Android Smartphones**. *Digital Investigation*, 11(3), 1-32.
- APA. (2000). **Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (Yeniden Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskı (DSM-IV-TR) b.)**. (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- APA. (2013). **Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (Beşinci Baskı (DSM-5) b.)**. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- APTER, T. (2013). **Difficult Mothers: Understanding and Overcoming Their Power**. New York: W. W. Norton & Company.
- ASELTİNE, R. H. (2009). **A Reconsideration of Parental and Peer Influences on Adolescents Deviance**. *Journal of Health and Social Behavior*, 36(2), 103-121.
- ATALAY, Z., & TAMKOÇ, B. (2022). **Tiktok Kullanan Gençlerin Kendilik Algılarının İncelenmesi**. *Sosyal Sağlık Dergisi*, 2(2), 17-35.
- ATAY, S. (2009). **Narsistik Kişilik Envanteri'nin Türkçe'ye Standardizasyonu**. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(1), 181-196.
- AUBREY, J. S. (2006). **Effects of Sexually Objectifying Media on Self-Objectification and Body Effects of Sexually Objectifying Media on Self-Objectification and Body Surveillance in Undergraduates: Results of a 2-Year Panel Study**. *Journal of Communication*(56), 366-386.
- AUBREY, J. S. (2007). **The Impact of Sexually Objectifying Media Exposure on Negative Body Emotions and Sexual Self-Perceptions: Investigating the Mediating Role of Body Self-Consciousness**. *Mass Communication and Society*, 10(1), 1-23.
- AYDIN BEŞEN, M., & ASLAN, E. (2014). **Transseksüalite: Genel bakış**. *Kadın Cinsel Sağlığı*, 57:145-148.
- AYDOĞDU, F., & DİLEKMEN, M. (2016). **“Ebeveyn Tutumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi”**. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2).

- BACH, B., LOCKWOOD, G., & YOUNG, J. E. (2018). **A New Look At The Schema Therapy Model: Organization And Role Of Early Maladaptive Schemas.** *Cognitive Behaviour Therapy*, 47(4), 328-349.
- BAHAR, B. (2019). **Sosyal Öğrenme Kuramı ve Sosyal Değişim Kuramı Perspektifinden Etik Liderlik.** *Balkan Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(16), 237-242.
- BAKIOĞLU, F., & TÜRKÜM, A. S. (2019). **Toplumsal Cinsiyet Rollerini Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması.** *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(2), 717-725.
- BARBER, J. S. ve AXINN, W. G. (1998). **Gender Role Attitudes and Marriage Among Young Women.** *The Sociological Quarterly*, 39(1), 11-31
- BAYEZİT, G. (2021). **Sosyoloji Bölümü Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumlarının Sosyokültürel Faktörler Açısından İncelenmesi (Bingöl Üniversitesi Örneği).** *Bingöl Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 67-100.
- BAYKÖSE, N., & ESİN, İ. (2020). **Fit Olmayı Teşvik Eden Fotoğraflar ve Paylaşımlar: Beden Tatminsizliği ve Beden İmajı Arasındaki İlişkisi Üzerine Bir Derleme.** *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 420-436.
- BAYRAKÇI, M. (2007). **Sosyal Öğrenme Kuramı ve Eğitimde Uygulanması.** *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*(14), 198-210.
- BAYRAM, S. (2018). **Psikanalitik Bir Okuma: Murtaza.** *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(83), 192-201.
- BELSKY, J. (1984). **The Determinants of Parenting: A Process Model.** *Child Development*, 55(1), 83-96.
- BERBER ÇELİK, Ç. (2018). **Bağlanma Stilleri, Psikolojik İyi Olma ve Sosyal Güvende Hissetme: Aralarındaki İlişki Ne?.** *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(25), 27-40.
- BHANDARİ, A., & BİMO, S. (2022). **Why's Everyone on Tiktok Now? The Algorithmized Self And The Future Of Self-Making On Social Media.** *Social Media + Society*, 8(1).

- BİLGİN, M. (2018). **Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Psikolojik Bozukluklar Arasındaki İlişki**. The Journal of International Scientific Researches, 3(3), 237-247.
- BLATT, S. J. (1974). **Levels Of Object Representation In Anaclitic And Introjective Depression**. The psychoanalytic study of the child, 29(1), 107-157.
- BOURSIER, V., GIOIA, F., & GRIFFITHS, M. D. (2020). **Objectified Body Consciousness, Body Image Control in Photos, and Problematic Social Networking: The Role of Appearance Control Beliefs**. Frontiers in Psychology, 11, 1-11.
- BOWLBY, J. (1951). **Maternal Care and Mental Health**. Bulletin of the World Health Organization(3), 355-533.
- BOYD, D. M., & ELLISON, N. B. (2008). **Social Network Sites: Definition, History and Scholarship**. Journal of Computer-Mediated Communication, 13(1), 210-230.
- BRAND, P., ROTHBLUM, E., & SOLOMON, L. (1992). **A Comparison Of Lesbians, Gay Men And Heterosexuals On Weight And Restrained Eating**. International Journal of Eating Disorders, 11, 253-259
- BREHERTON, I. (1992). **The Origins Of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth**. Developmental Psychology, 28(5), 759-775.
- BULUT, H., & BULUT, S. (2023). **YouTube’da Haberciliğin Maddi Koşulları ve Platformun Çizdiği Sınırların İncelenmesi**. Erciyes İletişim Dergisi, 10(2), 725-742.
- BURGESS, J. E., & GREEN, J. B. (2010). **YouTube: Online Video and Participatory Culture**. Polity Press, 300-344
- BURSTEN, B. (1973). **Some Narcissistic Personality Types**. The International Journal of Psychoanalysis, 54(3), 287-300.
- BÜYÜKYILMAZ, A., & DEMİR, Ç. (2016). **Türkiye’de Kadına Yönelik Aile İçi Şiddetin Belirleyenleri: Multinomial Logit Model Yaklaşımı**. Akademik Bakış Dergisi, 16(3), 443-450.

- CAIN, N. M., PINCUS, A. L., & ANSELL, E. B. (2008). **Narcissism at The Crossroads: Phenotypic Description of Pathological Narcissism Across Clinical Theory, Social/Personality Psychology, and Psychiatric Diagnosis.** *Clinical Psychology Review*(28), 638-656.
- CALOGERO, R. M. (2004). **A Test of Objectification Theory: The Effect of the Male Gaze on Appearance Concerns in College Women.** *Psychology of Women Quarterly*, 28(1), 16-21.
- CALOGERO, R. M. (2012a). **Objectification Theory, Self-Objectification, And Body Image. In T. Cash, Encyclopedia Of Body Image And Human Appearance.** Elsevier Academic Press, 574-580.
- CALOGERO, R. M., DAVIS, W. N., & THOMPSON, J. K. (2005). **The Role of Self-Objectification in the Experience of Women with Eating Disorders.** *Sex Roles*(52), 43-50.
- CAMPBELL, W. K., & MILLER, J. D. (2011). **The Handbook Of Narcissism And Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, And Treatments.** New York: John Wiley & Sons.
- CARR, E. R., & SZYMANSKI, D. M. (2010). **Sexual Objectification and Substance Abuse in Young Adult Women.** *The Counseling Psychologist*, 39(1), 39-66.
- CASH, T. F. (2004). **Body Image: Past, Present And Future.** *An International Journal of Research*, 1, 1-5.
- CEYHAN, A., & YELPAZE, İ. (2017). **Genç Yetişkinlerin Facebook Kullanım Davranışları ve Algılanan İletişim Becerileri.** *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*(44), 152-168.
- CHAKRAVARTY, M. (2021). **From "Instagram" to "Instagram from Facebook".** *Globsyn Management Journal*, 15(1-2), 394-395.
- CHESSICK, R. D. (1985). **Psychology Of The Self And The Treatment Of Narcissism.** London: Jason Aronson.
- CHOUKAS-BRADLEY, S., NESİ, J., WIDMAN, L. (2018). **Camera-Ready: Young Women's Appearance-Related Social Media Consciousness.** *Psychol Pop Media Cult.* 8(4):473-481.

- CHUGH, R., & RUHİ, U. (2018). **Social Media in Higher Education: A Literature Review of Facebook**. *Education and Information Technologies*, 23(2), 605-616.
- CONSOLİNİ, G. (1999). **Kernberg Versus Kohut: A (Case) Study In Contrasts**. *Clinical Social Work Journal*, 27(1), 71-86.
- COOPER, A. M. (1986). **Narcissism**. In A. P. Morrison, *Essential Papers on Narcissism*. New York: New York University Press, 112-144.
- CROCKATT, P. (2006). **Freud's 'On Narcissism: An Introduction'**. *Journal of Child Psychotherapy*, 36(1), 4-20.
- ÇAKIR, H., & BAŞ, H. (2018). **Cinsiyetler ve Cinsiyetlerle Özdeşleşen Davranışların Sosyolojik ve Biyolojik Açıdan Değerlendirilmesi**. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(5), 176-191.
- ÇAKMAK, V. (2018). **Online Benlik Sunumu ve Narsisizm Arasındaki İlişki: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma**. *AJIT-e: Online Academic Journal of Information Technology*, 9(30), 137-152.
- ÇELİK, G. (2016). **Erkekler (de) Ağlar! Toplumsal Cinsiyet Rollerini Bağlamında Erkeklik İnşası ve Şiddet Döngüsü**. *Fe Dergi: Feminist Eleştiri*, 8(2), 1-12.
- ÇİMKE, S., & GÜRKAN, D. Y. (2023). **Factors Affecting Body Image Perception, Social Media Addiction, And Social Media Consciousness Regarding Physical Appearance In Adolescents**. *Journal of Pediatric Nursing*, 73, 197-203.
- DEAUX, K. (1985). **Sex and Gender**. *Annual Review of Psychology*, 36, 49-81.
- DEMİR KAYA, M., & ÇOK, F. (2023). **Kendini Nesneleştirme İnanç ve Davranışları Ölçeğinin Genç Kadınlar Üzerinde Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması**. *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi*, 6(1), 46-66.
- DERİNCE, M. (2016). **Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Erkek Kimliğinin Televizyon Reklamlarına Yansıması (Televizyon Kozmetik Reklamlarında Göstergibilimsel Çözümleme)**. *İletişim Çalışmaları Dergisi*, 2(1), 63-93.



- DOĞAN, G. (2016). **Bir Sistemi Meşrulaştırma Pratiği Olarak Kendini Nesneleştirme.** Türk Psikoloji Yazıları, 19(37), 35-45.
- DUNKLEY, D. M., MASHEB, R. M., & GRİLO, C. M. (2010). **Childhood Maltreatment, Depressive Symptoms, And Body Dissatisfaction In Patients With Binge Eating Disorder: The Mediating Role Of Self-Criticism.** International Journal of Eating Disorders, 43(3), 274-281.
- DUSS, D. M., & Chiodo, L. M. (1991). **Narcissistic Act In Everyday Life.** Journal of Personality, 59(2), 179-215.
- DUTTON, D. G., DENNY-KEYS, M. K., & SELLS, J. R. (2011). **Parental Personality Disorder And Its Effects On Children: A Review Of Current Literature.** Journal of Child Custody, 8(4), 268-283.
- EAGLY, A. H., & WOOD, W. (1999). **The Origins Of Sex Differences In Human Behavior: Evolved Dispositions Versus Social Roles.** American Psychologist, 54(6), 408-423.
- EHRENBERG, M. F., & HUNTER, M. A. (1996). **Shared Parenting Agreements After Marital Separation: The Roles Of empathy And Narcissism.** Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64(4), 808-818.
- EHRENBERG, M. F., HUNTER, M. A., & ELTERMAN, M. F. (1996). **Shared Parenting Agreements After Marital Separation: The Roles Of Empathy And Narcissism.** Journal of Consulting and Clinical Psychology, 48(1), 72-80.
- ELİUZ, Ü. (2011). **Cinsel Kimlik Paniği: Kadın Olmak.** Turkish Studies, 6(3), 221-232.
- ELKİND, D. (1991). **Instrumental Narcissism in Parents.** Bulletin of the Menninger, 55(3), 299-307.
- ERAY, Ç VE ERBİLEN, S.Ü. (2021). **Genç Yetişkin Bireylerin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlgili Tutumları: Kuzey Kıbrıs Gazimağusa İlçesi Örneği.** Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi, 5(2), 415-435.
- ERDOĞAN, B., & ŞAHİN, M. (2020). **Yetişkin Bireylerde Narsisizm, Yakın İlişkiler ve Cinsellik.** OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 16(27), 266-287.

- ERDOĞAN, İ. (2013). **Erkek Dergilerinde (Men's Health-FHM-Esquire-GQ Türkiye Örneğinde) İdeal(leştirilen) Erkek(lik) İmajının İçerik Çözümlemesi.** Akdeniz İletişim Dergisi, 20, 165-188.
- ERZEYBEK, B., & ÇİFCİ, E. G. (2019). **Akademisyen Kadınların Toplumsal Cinsiyet Rollerini ve Evlilik Uyumu.** Turkish Journal of Social Work, 3(1), 61-80.
- FAULDS, D. J., & MANGOLD, W. G. (2014). **Developing A Social Media and Marketing Course.** Marketing Education Review, 24(2), 127-144.
- FİSCALİNİ, J. (1994). **Narcissism And Coparticipant Inquiry: Explorations İn Contemporary İnterpersonal Psychoanalysis.** Contemporary Psychoanalysis, 30(4), 747-776.
- FREDERİCK, D. A., FESSLER, D. M., & HASELTON, M. G. (2005). **Do Representations of Male Muscularity Differ in Men's And Women's Magazines.** Body Image, 2(1), 81-86.
- FREDRİCKSON, B. L., & ROBERTS, T.-A. (1997). **Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks.** Psychology of Women Quarterly, 21(2), 173-206.
- FREDRİCKSON, B. L., ROBERTS, T. A., NOLL, S. M., QUINN, D. M., & TWENGE, J. M. (1998b). **That Swimsuit Becomes You: Sex Differences İn Self-Objectification, Restrained Eating, And Math Performance.** Journal of Personality and Social Psychology, 75(1), 269-284.
- GABBARD, G. O. (1989). **Two Subtypes Of Narcissistic Personality Disorder.** Bulletin of the Menninger Clinic, 53(6), 527-532.
- GARCÍA-CUETO, E., RODRÍGUEZ-DÍAZ, F.J., BRİNGAS-MOLLEDA, C., LÓPEZ-CEPERO, J., PAÍNO-QUESADA, S. & RODRÍGUEZ-FRANCO, L. (2015). **Development of the Gender Role Attitudes Scale (GRAS) Amongst Young Spanish People.** International Journal of Clinical and Health Psychology, 15(1), 61-68.
- GEÇTAN, E. (2015). **Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar.** İstanbul: Metis Yayınları.

- GILBERT, P., CLARKE, M., HEMPEL, S., MILES, J. N. & IRONS, C. (2004). **Criticizing and Reassuring Oneself: An Exploration Of Forms, Styles And Reasons In Female Students.** British Journal of Clinical Psychology, 43(1), 31-50
- GLICKAUF-HUGHES, C., & MEHLMAN, E. (1995). **Narcissistic Issues In Therapists: Diagnostic And Treatment Considerations.** Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 32(2), 213-221.
- GOLDSTEIN, W. N. (1985). **DSM III and the Narcissistic Personality.** American Journal of Psychotherapy, 39(1), 4-16.
- GOREN, E. R. (1995). **Review essay: Narcissism And The Interpersonal Self Review Of The Book Narcissism And The Interpersonal Self, By J. Ficalini & A. Grey, Eds.]** Psychoanalytic Psychology, 12(2), 329-342.
- GREENE, M. A. (1984). **The Self Psychology of Heinz Kohut: A Synopsis and Critique.** Bulletin of the Menninger Clinic, 48(1), 37-53.
- GRENAYER, B. F. (2013). **Historical Overview Of Pathological Narcissism.** In j. Ogrodniczuk, **Understanding And Treating Pathological Narcissism.** American Psychological Association, 15-26.
- GÜLBAHÇE, A., & ÖZKURT, S. (2016). **Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programını Tercih Edecek Olan Öğrencilerin Empatik Eğilim ve Empatik Becerilerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi.** Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 7(1), 1-15.
- GÜLDÜ, Ö., & KART, M. E. (2009). **Toplumsal Cinsiyet Roller ve Siyasal Tutumlar: Sosyal Psikolojik Bir Değerlendirme.** Ankara Üniversitesi SBF Dergisi(64), 97-116.
- GÜLSEVEN, A. S. (2017). **Türk Aile Hukukunda Toplumsal Cinsiyet Roller.** Türkiye Barolar Birliği Dergisi(132), 183-230.
- GÜNDÜZ KALAN, Ö. (2010). **Reklamda Çocuğun Toplumsal Cinsiyet Teorisi Bağlamında Konumlandırılışı: 'Kinder' Reklam Filmleri Üzerine Bir İnceleme.** İletişim Dergisi, 1(38), 75-89.

- HAUTE, P. V., & WESTERINK, H. (2016). **Sexuality And Its Object In Freud's 1905 Edition of Three Essays On The Theory of Sexuality**. *The International Journal of Psychoanalysis*, 97(3), 563-589.
- HERZOG, D., NEWMAN, K., YEH, C., & WARSHAW, M. (1992). **Body Image Satisfaction In Homosexual And Heterosexual Women**. *International Journal of Eating Disorders*, 11, 391-396.
- HEW, K. F. (2011). **Students' And Teachers' Use Of Facebook**. *Computers in Human Behavior*, 27(2), 662-676.
- HIRSCHMAN, C., IMPETT, E. A., & SCHOOLER, D. (2006). **What Late-Adolescent Girls Can Teach Us About Objectification And Sexuality**. *Sexuality Research & Social Policy*, 3(4), 8-20.
- HUSSAIN, Z., R. M., SHAH, R., & MEMON, N. A. (2017). **WhatsApp Usage Frequency by University Students: A Case**. *Engineering Science and Technology International Research Journal*, 1(4), 15-20.
- JOURARD, S. M., & REMY, R. M. (1955). **Perceived Parental Attitudes, The Self, And Security**. *Journal of Consulting Psychology*, 19(5), 364-366.
- KAHRAMAN, D. (2010). **Kadınlarnın Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliğine Yönelik Görüşlerinin Belirlenmesi**. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 3(1), 30-35.
- KAMILOĞLU, F., & YURTTAŞ, Ö. U. (2014). **Sosyal Medyanın Bilgi Edinme Ve Kişisel Gelişim Sürecine Katkısı Ve Lise Öğrencileri Üzerine Bir Alan Çalışması**. *Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi*(21), 129-150.
- KAPLAN, A., & HAENLEİN, M. (2010). **Users of the World, Unite! The Challenges and Opportunities of Social Media**. *Business Horizons*, 53(1), 59-68.
- KARAAZİZ, M., & ERDEM ATAK, İ. (2013). **Narsisizm ve Narsisizmle İlgili Araştırmalar Üzerine Bir Gözden Geçirme**. *Nesne*, 1(2), 44-59.
- KARACAN DOĞAN, P., & DURMUŞ, G. (2023). **Salon Dansçıları Ve Halk Oyuncularının Beden İmgesi Esnekliği İle Görünümle İlişkili Sosyal Medya**

**Bilinci Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.** ROL Spor Bilimleri Dergisi, Özel Sayı(1), 721-738.

KARACAN DOĞAN, P., & DURMUŞ, G. (2023). **Spor Bilimleri Öğrencilerinin Sosyal Medyada Gösteriş Tüketimi Eğilimi İle Narsistik Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.** The Online Journal of Recreation and Sports, 12(4), 668-677.

KEMP, S. (2023). **Essential Facebook statistics and trends for 2023.** Retrieved Ocak 18, 2024, from Datareportal: <https://datareportal.com/essential-facebook-stats>

KEMP, S. (2023). **Digital 2023: Turkey.** Retrieved Ocak 18, 2024, from Datareportal: <https://datareportal.com/reports/digital-2023-turkey>

KEMP, S. (2023). **Digital 2023: Global Overview Report.** Retrieved from Datareportal: <https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report>

KERNBERG, O. (1967). **Borderline Personality Organization.** Journal of the American Psychoanalytic Association, 15(3), 641-685.

KERNBERG, O. F. (1970). **Factors in the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personalities.** Journal of the American Psychoanalytic Association, 18(1), 51-85.

KERNBERG, O. F. (1975). **A Systems Approach to Priority Setting of Interventions in Groups.** International Journal of Group Psychotherapy, 25(3), 251-275.

KESKİN, F., & ULUSAN, A. (2016). **Kadının Toplumsal İnşasına Yönelik Kuramsal Yaklaşımlara Dair Bir Değerlendirme.** Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi(26), 47-68.

KHAN, M. L. (2017). **Social media engagement: What motivates user participation and consumption on YouTube?.** Computers in Human Behavior, 66, 236-247.

- KILIÇ AHMEDİ, B., & ŞAHİN, M. (2021). **Nesneleştirilmiş Beden Bilincinin Dindarlık ile Selfitiş Davranış İlişkisindeki Rolü**. Akademik İncelemeler Dergisi, 16(2), 172-191.
- KIRAN, E. (2017). **Toplumsal Cinsiyet Rollerini Bağlamında Türkiye’de Çocuk Gelinler**. Balkan Sosyal Bilimler Dergisi(İCOMEP 2017 Özel Sayısı), 1-8.
- KIZILTAN, H. (2006). **Narsisizm ve Psikopatolojisi**. İstanbul Psikopatoloji Çalışma Grubu, 1-51.
- KOÇ., A., GÖKLER, E. M., & BİLGEHAN, T. (2019). **Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Takıntılı Özçekim Davranışının Sosyal Medya Kullanım Sıklığı Bakımından Karşılaştırılması**. Yeni Symposium, 57(4), 15-20.
- KOHUT, H., & WOLF, E. (1978). **The Disorders of the Self and Their Treatment: An Outline**. The International Journal of Psychoanalysis(59), 413-425.
- KÖKSAL, Y., & ÖZDEMİR, Ş. (2013). **Bir İletişim Aracı Olarak Sosyal Medya'nın Tutundurma Karması İçerisindeki Yeri Üzerine Bir İnceleme**. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 18(1), 323-337.
- LAULİK, S., CHOU, S., BROWNE, K. D., & ALLAM, J. (2013). **The Link Between Personality Disorder And Parenting Behaviors: A Systematic Review**. Aggression and Violent Behavior, 18(6), 644-655.
- LEVY, K. N., ELLİSON, W. D., & REYNOSO, J. S. (2011). **A Historical Review Of Narcissism And Narcissistic Personality**. In w. K. Campbell, & j. D. Miller, **The Handbook Of Narcissism And Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, And Treatments**. New York: John Wiley & Sons, Inc, 3-13.
- LİNDBERG, S. M., HYDE, J. S., & MCKİNLEY, N. M. (2006). **A Measure Of Objectified Body Consciousness For Preadolescent And Adolescent Youth**. Psychology of Women Quarterly, 30(1), 65-76.

- LİNDNER, D., & TANTLEFF-DUNN, S. (2017). **The Development And Psychometric Evaluation Of The Self-Objectification Beliefs and Behaviors Scale**. *Psychology of Women Quarterly*, 41(2), 254-272.
- LİPS, H. M. (2013). **The Gender Pay Gap: Challenging the Rationalizations. Perceived Equity, Discrimination, and the Limits of Human Capital Models**. *Sex Roles*, 65, 169-185.
- LOWERY, S. E., KURPIUS, S. E., BEFORT, C., BLANKS, E. H., SOLLENBERGER, S., NİCPON, M. F., & HUSER, L. (2005). **Body Image, Self-Esteem, And Health-Related Behaviors Among Male And Female First Year College Students**. *Journal of College Student Development*, 46(6), 612-623.
- MANGIR, M., & BARAN, G. (1990). **Çocukta Rol Özdeşimi ve Cinsel Kimliğin Kazanılması**. *Eğitim ve Bilim*, 66-72.
- MASTERSON, J. F. (1990). **Psychotherapy of Borderline and Narcissistic Disorders: Establishing a Therapeutic Alliance (A Developmental, Self, and Object Relations Approach)**. *Journal of Personality Disorders*, 4(2), 182-191.
- MASTERSON, J. F. (1993). **The Emerging Self: A Developmental, Self, And Object Relations Approach To The Treatment Of The Closet Narcissistic Disorder Of The Self**. Psychology Press.
- MCBRİDE, K. (2008). **Will I Ever Be Good Enough?: Healing The Daughters Of Narcissistic Mothers**. New York: Simon and Schuster.
- MCKİNLEY, N. M. (1998). **Gender Differences in Undergraduates' Body Esteem: "The Mediating Effect of Objectified Body Consciousness and Actual/Ideal Weight Discrepancy"**. *Sex Roles: A Journal of Research*(39), 113-123.
- MCKİNLEY, N. M. (2006). **Longitudinal Gender Differences In Objectified Body Consciousness And Weight-Related Attitudes And Behaviors: Cultural And Developmental Contexts In The Transition From College**. *Sex Roles*, 54(3-4), 159-173.

- MCKINLEY, N. M. (2011). **Feminist Consciousness and Objectified Body Consciousness**. *Psychology of Women Quarterly*, 35(4), 684-688.
- MCKINLEY, N. M., & HYDE, J. S. (1996). **The Objectified Body Consciousness Scale: Development And Validation**. *Psychology of Women Quarterly*, 20, 181-215.
- MCKINLEY, N. M., & Hyde, J. S. (1996). **The Objectified Body Consciousness Scale**. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), 181-215.
- MEIER, E. P., & Gray, J. (2014). **Face Book Photo Activity Associated with Body Image Disturbance in Adolescent Girls**. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*(17), 199-206.
- MINER-RUBINO, K., TWENGE, J. M., & FREDERICKSON, B. L. (2002). **Trait Self-Objectification in Women: Affective and Personality Correlates**. *Journal of Research in Personality*(16), 147-172.
- MINHAJ, F. S., & LEONARD, J. (2021). **Dangers of the TikTok Benadryl Challenge**. *Contemporary PEDS Journal*, 38(1).
- MISHKIND, M. E., RODIN, J., SILBERSTEIN, L. R., & STRIEGEL-MOORE, R. H. (1986). **The Embodiment Of Masculinity: Cultural, Psychological And Behavioral Dimensions**. *American Behavioral Scientist*, 29, 545-562
- MORADI, B., & HUANG, Y. P. (2008). **Objectification Theory And Psychology Of Women: A Decade Of Advances And Future Directions**. *Psychology of Women Quarterly*, 32(4), 377-398.
- MORADI, B., DIRKS, D., & MATTESON, A. V. (2005). **Roles Of Sexual Objectification Experiences And Internalization Of Standards Of Beauty In Eating Disorder Symptomatology: A Test And Extension Of Objectification Theory**. *Journal of Counseling Psychology*(52), 420-428.
- NADKARNI, A., & HOFMANN, S. G. (2012). **Why Do People Use Facebook?** *Personality and Individual Differences*, 52(3), 243-249.
- ONAT, F., & ALIKILIÇ, Ö. A. (2008). **Sosyal Ağ Sitelerinin Reklam Ve Halkla İlişkiler Ortamları Olarak Değerlendirilmesi**. *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, 3(9), 1111-1143.



- OZAN, E., KIRKPINAR, İ., AYDIN, N., FİDAN, T., & ORAL, M. (2008). **Narsistik Kişilik Bozukluğu Gelişim Süreçleri ve Yaşamı**. *Psikiyatride Derlemeler, Olgular ve Varsayımlar*, 2, 4-37.
- OZTURK, M. U., & OZTURK, M. S. (2022). **The Analysis of Fine Arts Students' Social Media Awareness Levels Related to Appearance**. *International Journal of Education in Mathematics, Science, and Technology (IJEMST)*, 10(3), 722-739.
- ÖNGEN, B., & AYTAÇ, S. (2013). **Üniversite Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları ve Yaşam Değerleri İlişkisi**. *Sosyoloji Konferansları*, 1-18.
- ÖNGÖREN, B., DURDU, Z., İPEK DONGAZ, Ö., BAYAR, B., BAYAR, K. (2021). **Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinç Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması**. *Karya J Health Sci*. 2(2):33-8.
- ÖZALP, H. K., & AKBULUT, Ö. F. (2022). **Does Gender, Getting an Art Education, and Mental Health Explain The Appearance-Related Social Media Consciousness?** *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 12(66), 431-441.
- ÖZDEMİR, E. (2009). **Cinsiyet Bazlı Farklılıklar ve Erkek Tüketicilere Yönelik Pazarlama Stratejileri**. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(29), 259-281.
- ÖZDEMİR, L., BATGA, B., & UÇAR, B. (2019). **Öğrencilerin Toplumsal Cinsiyet Algılarını Etkileyen Demografik Niteliklerin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma**. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 10(24), 212-228.
- ÖZDEMİR, S. S., ÖZDEMİR, M., POLAT, E., & AKSOY, R. (2014). **Sosyal Medya Kavramı ve Sosyal Ağ Sitelerinde Yer Alan Online Reklam Uygulamalarının İncelenmesi**. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 4(4), 58-64.
- ÖZGÜNGÖR, S. VE ARICIOĞLU, A. (2020). **Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği-Genç Formunun Türkçeye Uyarlanarak Kendini Nesneleştirmenin Sosyal Medya Kullanımı Ve Beğenilme Arzusu Arasındaki İlişkide Aracı**

- Rolünün İncelenmesi.** Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,50, 23-49.
- PALAS KARACA, P., & ÇUBUKÇU AKSU, S. (2020). **Sağlık Hizmetleri Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları ile Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişki.** Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, 4(7), 91-100.
- PALLARO, P. (1996). **Self and Body-Self: Dance/Movement Therapy and the Development of Object Relations.** The Arts in Psychotherapy, 23(2), 113-119.
- PİNCUS, A. L., ANSELL, E. B., PİMENTEL, C. A., CAİN, N. M., WRİGHT, A. G., & LEVY, K. N. (2009). **Initial Construction And Validation Of The Pathological Narcissism Inventory.** Psychological Assessment, 21(3), 365-379.
- PİPP, S., & HARMON, R. J. (1987). **Attachment As Regulation: A Commentary.** Child Development, 58(3), 648-652.
- POPE, H. G., OLİVARDİA, R., GRUBER, A., & BOROEİECKİ, J. (1999). **Evolving Ideals of Male Body Image as Seen Through Action Toys.** International Journal of Eating Disorders, 26(1), 65-72.
- PRİMACK, B. A., SHENSA, A., SİDANİ, J. E., WHAİTE, E. O., LİN, L. Y., ROSEN, D., MİLLER, E. (2017). **Social Media Use And Perceived Social Isolation Among Young Adults In The U.S.** American Journal of Preventive Medicine, 53(1), 1-8.
- PRİNZİE, P., STAMS, G. J., DEKOVİĆ, M., REIJNTJES, A. H., & BELSKY, J. (2009). **The Relations Between Parents' Big Five Personality Factors And Parenting: A Meta-Analytic Review.** Journal of Personality and Social Psychology, 97(2), 351-362.
- QUINN, D. M., KALLEN, R. W., TWENGE, J. M., & FREDRİCKSON, B. L. (2006). **The Disruptive Effect Of Selfobjectification On Performance.** Psychology of Women Quarterly, 30(1), 59-64.

- RAPPOPORT, A. (2005). **Co-narcissism: How we adapt to narcissists.** *The Therapist*(1), 1-8.
- RASKIN, R., & TERRY, H. (1988). **A principal-components analysis of the Narcissistic Personality Inventory and further evidence of its construct validity.** *Journal of personality and social psychology*, 54(5), 890-902.
- REICH, A. (1953). **Narcissistic Object Choice in Women.** *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 1(1), 22-44.
- RIPPON, G., JORDAN-YOUNG, R., KAISER, A., & FINE, C. (2014). **Recommendations For Sex/Gender Neuroimaging Research: Key Principles And Implications For Research Design, Analysis, And Interpretation.** *Frontiers in Human Neuroscience*, 8, 1-13.
- ROBERTS, D. D. (2000). **Shorter Term Treatment of Borderline Personality Disorder: A Developmental, Self-, And Object Relations Approach.** *Psychoanalytic Psychology*, 17(1), 106-127.
- ROBERTS, T.-A., & GETTMAN, J. Y. (2004). **Mere exposure: Gender Differences In The Negative Effects Of Priming A State Of Self-Objectification.** *Sex Roles*(51), 17-27.
- RODIN, J., SILBERSTEIN, L., & STRIEGEL-MOORE, R. (1985). **Women and weight: A normative discontent, Psychology and Gender.** Lincoln: University of Nebraska Press, 32.
- RONNINGSTAM, E. (2010). **Narcissistic Personality Disorder: A Current Review.** *Current Psychiatry Reports*, 12(1), 68-75.
- ROZGONJUK, D., SINDERMAN, C., ELHAI, J. D., & MONTAG, C. (2021). **Comparing Smartphone, WhatsApp, Facebook, Instagram, and Snapchat: Which Platform Elicits the Greatest Use Disorder Symptoms?** *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(2), 129-134.
- RUTTER, M., & QUINTON, D. (1984). **Parental psychiatric disorder: effects on children.** *Psychological Medicine*, 14(4), 853-880.

- SABAHÇI, B. (2020). **Akıllı Telefonlarda Sosyal Medya Uygulamaları: Facebook, Instagram, Twitter ve Whatsapp.** Journal of Current Researches on Social Sciences,, 10(3), 611-624.
- SAHU, S. (2014). **An analysis of WhatsApp Forensics In Android Smartphones.** International Journal of Engineering Research, 3(5), 349-350.
- SALOMON, D. (2013). **Moving on from Facebook: Using Instagram To Connect With Undergraduates And Engage In Teaching And Learning.** College and Research Libraries News(74), 408-412.
- SALOMON, I., & BROWN, C. S. (2018). **The Selfie Generation: Examining the Relationship Between Social Media Use and Early Adolescent Body Image.** The Journal of Early Adolescence, 39(4), 539-560.
- SAYGAN, B. B., & ULUDAĞLI, N. P. (2021). **Yaşam Boyu Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Gelişimi.** Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 13(2), 354-382.
- SCHNITZLER, K., DAVIES, N., ROSS, F., & HARRIS, R. (2016). **Using Twitter™ To Drive Research Impact: A Discussion Of Strategies, Opportunities And Challenges.** International Journal of Nursing Studies(59), 15-26.
- SEÇGİN, F., & TURAL, A. (2011). **Sınıf Öğretmenliği Bölümü Öğretmen Adaylarının Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları.** e-Journal of New World Sciences Academy, 6(4), 2446-2458.
- SEDİKİDES, C., RUDİCH, E. A., GREGG, A. P., KUMASHIRO, M., & RUSBULT, C. (2004). **Are Normal Narcissists Psychologically Healthy?: Self-Esteem Matters.** Journal of Personality and Social Psychology, 87(3), 400-416.
- SELVİ, K. (2018). **Narsisistik Kişilik Bozukluğunun, Adler'in Aşağılık ve Üstünlük Kompleksleri Açısından Analizi: Bir Olgu Çalışması.** AYNA Klinik PsikolojiDergisi, 5(1), 1-20.
- SHARMA, A., & SHUKLA, A. K. (2016). **Impact of Social Messengers Especially Whatsapp on Youth a Sociological Study.** IJARIE, 2(5), 367-375.
- SHAW, D. (2010). **Enter ghosts: The Loss Of Intersubjectivity In Clinical Work With Adult Children Of Pathological Narcissists.** Psychoanalytic Dialogues, 20(1), 46-59.

- SHİRİ-HOROWITZ, R., & COHEN, O. M. (2021). **Challenging The Narcissistic Mother: About Narcissistic Mothers And Their Daughters In The Stories "Apples from the Desert" and "Crying on Mother's Shoulder" by Savyon Liebrecht.** International Journal of English Literature and Social Sciences, 6(4), 157-166.
- SİLVERSTEİN, B., PERDUE, L., PETERSON, B., & KELLY, E. (1986). **The Role Of The Mass Media In Promoting A Thin Standard Of Bodily Attractiveness For Women.** Sex Roles, 14, 519-532
- SLATER, A., & TİGGEMANN, M. (2002). **A Test Of Objectification Theory In Adolescent Girls.** Sex Roles, 46(9), 343-349.
- SOCARİDES, D. D., & STOLOROW, R. D. (1984). **Affects And Selfobjects.** Annual of Psychoanalysis(12), 105-119.
- SÖNER, O., & YILMAZ, O. (2018). **Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişki.** Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7(13), 59-73.
- SÖZEN, M., & MESCİOĞLU, T. (2019). **Endüstri 4.0'ın İtici Güçlerinin Türkiye Ve Çin Üzerindeki Etkileri.** International Journal of Social Inquiry, 12(1), 287-315.
- STARR, C. R., & ZURBRİGGEN, E. L. (2017). **Sandra Bem's Gender Schema Theory After 34 Years: A Review of its Reach and Impact.** Sex Roles, 76, 566-578.
- STEİNER, R. (1989). **On Narcissism. The Kleinian Approach.** The Psychiatric clinics of North America, 12(3), 741-770.
- STİRLİNG, G. (2000). **Neurotic Narrative: Metafiction and Object-Relations Theory.** College Literature, 27(2), 80-102.
- STOKEL-WALKER, C. (2023). **Why is Twitter becoming X?.** New Scientist, 259(3449), 9.
- ŞİMŞEK, Ü., & KILCAN, B. (2023). **Investigation Of Social Studies Teachers' Attitudes And Self-Efficacy Towards Inclusive Education And Their**

- Perceptions Of Classroom Practices.** International Innovative Education Researcher, 3(2), 192-213.
- TAYHAN, F. (2023). **Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Beden Algısı, Vücut Kompozisyonu ve Yeme Bozuklukları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.** Karya J Health Sci. 4(2):139-45.
- THOMPSON, J. K., & STICE, E. (2001). **Thin-Ideal Internalization: Mounting Evidence For A New Risk Factor For Body-Image Disturbance And Eating Pathology.** Current Directions in Psychological Science, 10(5), 181-183.
- TİGGEMANN, M., & SLATER, A. (2001). **A Test of Objectification Theory in Former Dancers and Non-Dancers.** Psychology of Woman Quarterly, 25(1), 57-64.
- TİGGEMANN, M., & WILLIAMS, E. (2012). **The Role Of Self-Objectification İn Disordered Eating, Depressed Mood, And Sexual Functioning Among Women: A Comprehensive Test Of Objectification Theory.** Psychology of Women Quarterly, 36(1), 66-75.
- TİMUROĞLU, K., & İŞCAN, Ö. F. (2008). **İşyerinde Narsisizm Ve İş Tatmini İlişkisi.** Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 22(2), 239-264.
- TOLAYMAT, L. D., & MORADİ, B. (2011). **U.S. Muslim Women and Body Image: Links Among Objectification Theory Constructs and the Hijab.** Journal of Counseling Psychology, 58(3), 383-392.
- TURAN, K. (2022). **Narsisistik Kişilik Bozukluğu ve Psikodinamik Alt Tipleri.** Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi, 5(9), 1-9.
- TÜFEKÇİBAŞI, S., & ŞAHİN, M. (2021). **Examining Gender Role Attitude: The Roles of Cognitive Flexibility, Authenticity, Gender, Age, Number of Siblings, and Working Status of the Mother.** e-Kafkas Journal of Educational Research(8), 397-412.
- TÜRKEK, Z., & DİLMAÇ, B. (2019). **Ergenlerde Sosyal Medya Kullanımı, Yalnızlık Ve Yaşam Doyumu Arasındaki Yordayıcı İlişkiler.** Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi, 1(1), 57-70.

- TÜRKMEN, D., & ALPTEKİN, G. (2020). **Ergenlerin Toplumsal Cinsiyet Eşitliğine İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi: Eskişehir Örneği.** International Journal of Current Approaches in Language, Education and Social Sciences, 2(2), 608-629.
- TYLKA, T. L., & HILL, M. S. (2004). **Objectification Theory as It Relates to Disordered Eating Among College Women.** Sex Roles: A Journal of Research, 51(11-12), 719-730.
- UDRY, J. R. (1994). **The Nature of Gender.** Demography(31), 561-572.
- ÜNÜR, E. (2016). **Geleneksel Medya'nın Sosyal Medyayı Nasıl Kullandığına İlişkin Bir İnceleme: Dizilerin Twitter Kullanımı.** Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 20(1), 153-170.
- VATER, A., RITTER, K., SCHRÖDER-ABÉ, M., SCHÜTZ, A., LAMMERS, C.-H., BOSSON, J. K., & ROEPKE, S. (2013). **When Grandiosity And Vulnerability Collide: Implicit And Explicit Self-Esteem In Patients With Narcissistic Personality Disorder.** Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 44(1), 37-47.
- WALCOTT, D. D., PRATT, H. D., & PATEL, D. R. (2003). **Adolescents And Eating Disorders: Gender, Racial, Ethnic, Sociocultural And Socioeconomic Issues.** Journal of Adolescent Research, 18(3), 223-243.
- WATSON, P. J. (2005). **Complexity Of Narcissism And A Continuum Of Self-Esteem Regulation.** Evidence and Experience in Psychiatry(8), 336-338.
- WETZEL, E., & ROBİNS, R. W. (2016). **Are Parenting Practices Associated With The Development Of Narcissism? Findings From A Longitudinal Study Of Mexican-Origin Youth.** Journal of Research in Personality(63), 84-94.
- WHİTING, A., & WILLİAMS, D. (2013). **Why People Use Social Media: A Uses And Gratifications Approach.** Qualitative Market Research, 16(4), 362-369.
- WİNK, P. (1991). **Two Faces of Narcissism.** Journal of Personality and Social Psychology(61), 590-597.

- WOO, S.-H., & KİM, S.-I. (2019). **A Study On User Experience Of Instagram Igtv -Focus On Fashion·Beauty Contents Service.** Journal of Digital Convergence, 17(3), 405-411.
- WOOD, W., & EAGLY, A. H. (2009). **Gender Identity.** In M. R. Leary, & R. H. Hoyle, **Handbook of Individual Differences in Social Behavior.** The Guilford Press, 109-125.
- YAĞMURCU, Y. VE TOSUN, L. P. (2018). **Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması Ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi.** Nesne Psikoloji Dergisi (NPD), 6(13), 225-255.
- YAVUZ, S. (2020). **Sosyal Medya Kullanım Amaçları Üzerine Bir Araştırma: İlahiyat Fakültesi Öğrencileri Örneği.** Bozok Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi(17), 99-132.
- YENER, S., & DEMİRTAŞ, Ö. (2018). **Kadın Çalışanların Toplumsal Cinsiyet Algıları ve İşe Adanmışlıkları Arasındaki İlişki.** Kadın Çalışmalarında Güncel Konular, 11(3), 2137-2151.
- YILMAZ ESENCAN, T., & RATHFİSCH, G. (2017). **Psikoseksüel Gelişim Kuramının Kadın Hastalıkları ve Doğum Hemşireliği.** Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi, 3(2), 68-82.
- YILMAZ, S. (2018). **Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Günlük Hayattaki Yansımaları: Çorum/Alaca Örneği.** İmgelem, 2(2), 59-79.
- YOUNG, J., & FLANAGAN, C. (1998). **Schema-Focused Therapy For Narcissistic Patients.** In E. F. Ronningstam, **Disorders Of Narcissism: Diagnostic, Clinical, And Empirical Implications.** American Psychiatric Association, 239-262.
- ZEMBAT, R., & KELEŞ, S. (2012). **Erken çocuklukta Toplumsal Cinsiyet Değişmezliği Ölçeği'nin Türkçe Formunun Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması.** Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 9(1), 336-359.

## **TEZLER**



AKPINAR, D. (2023). **Beliren Yetişkinlikte Narsisizm, Algılanan Ebeveynlik Biçimleri Ve Sosyal Medyanın Kendini Nesneleştirme Üzerindeki Etkisi**, (Yüksek Lisans Tezi), Işık Üniversitesi.

ARSLANGİRAY, N. (2013). **Üniversite Öğrencelerinde Beden İmajının Yordayıcıları Olarak Bağlanma Stilleri ve Toplumsal Cinsiyet Rollerini**, (Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi.

ERGİN, G. (2023). **Okul Psikolojik Danışmanlarının Öz-Şefkat, Bilinçli Farkındalık Ve Empati Düzeylerinin, Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğini Yordamadaki Rolü**, (Yüksek Lisans Tezi), Kocaeli Üniversitesi.

KARAKURT, R.B. (2019). **Ergenlerin Benlik Saygıları İle Beden İmajlarının Sosyal Medya Kullanımı Ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi**, (Yüksek Lisans Tezi), Yıldız Teknik Üniversitesi.

KARDAŞ, İ. (2021). **İstanbul Gelişim Üniversitesi Öğrencileri Arasında Sosyal Medya Kullanımının Beden Algısı Ve Olası Ortoreksiya Nervoza İle İlişkisi**, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi.

SALTIK, T.N. (2022). **18-49 Yaş Arası Kadınların Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları İle Aile Planlaması Tutumları Arasındaki Olası İlişki** (Tıpta Uzmanlık Tez), Sağlık Bilimleri Üniversitesi.

#### **DİĞER KAYNAKLAR**

VATANDAŞ, C. (2007). **Toplumsal Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerinin Algılanışı**. Sosyoloji Konferansları(35), 29-56.



## **EKLER**

**Ek-1:** Bilgilendirilmiş Onam Formu

**Ek-2:** Demografik Bilgi Formu

**Ek-3:** Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği

**Ek-4:** Anneden Algılanan Narsistik Özellikler Ölçeği

**Ek-5:** Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği

**Ek-6:** Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği

**Ek-7:** Etik Kurul Kararı



## **Ek-1: Bilgilendirilmiş Onam Formu**

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER danışmanlığında, İstanbul Aydın Üniversitesi Tezli Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı kapsamında Psikolog Batuhan BİNGÖL tarafından yürütülen bir tez çalışmasıdır. Çalışmada amaç; nesneleştirilmiş beden bilincinin, anneden algılanan narsisistik özellikler, toplumsal cinsiyet rolleri ve görünümle ilişkili sosyal medya bilinci ile yordayıcı etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Soruların cevaplanması yaklaşık 10-15 dakika sürmektedir. Çalışmada uygulanacak olan form ve ölçekleri cevaplandırırken kimliğinizi açık edecek ad, soyad, kimlik numarası, telefon numarası gibi kişisel bilgiler istenmeyecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle vermenizdir. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Çalışmanın sürekliliğinin sağlanması adına, form ve ölçekleri tek bir oturumda yapmanız gerekmektedir. Çalışmaya katılmama veya katılım sırasında rahatsızlık duymanız durumunda herhangi bir neden belirtmeden çalışmayı bırakma hakkına sahipsiniz. Araştırmadan elde edilen bilgiler yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Çalışma hakkında daha fazla bilgi edinme ihtiyacınız olursa batuhanbingol@stu.aydin.edu.tr mail adresine ulaşabilirsiniz. Katılımınız ve katkılarınız için şimdiden teşekkür ederim.

Batuhan Bingöl



**Ek-2: Demografik Bilgi Formu**

**Demografik Bilgi Formu**

**1) Cinsiyetiniz?**

- a) Kadın
- b) Erkek
- c) Diğer

**2) Yaşınız?**

.....

**3) Medeni Durumunuz?**

- a) Bekar
- b) Evli
- c) Boşanmış – ilişkisi var
- d) Boşanmış – ilişkisi yok
- e) İlişkisi var

**4) Öğrenim Durumunuz?**

- a) İlkokul mezunu
- b) Ortaokul mezunu
- c) Lise mezunu
- d) Üniversite mezunu
- e) Yüksek Lisans mezunu
- f) Doktora mezunu

**6) Çalışma durumunuz?**

- a) Çalışıyorum
- b) Çalışmıyorum

**5) Gününüz kaç saatini sosyal medyada geçiyorsunuz?**

- a) 0-1
- b) 1-3
- c) 3-5
- d) 5 ve Üzeri

**7) Gelir durumunuzu nasıl değerlendirirsiniz?**

- a) Düşük

- b) Orta
- c) İyi
- d) Çok İyi

**8) Anne – Baba Medeni Durum**

- a) Birlikte
- b) Ayrđ/Boşanmış - Anne Sağ, Baba Sağ
- c) Ayrđ/Boşanmış - Anne Sağ, Baba Vefat
- d) Ayrđ/Boşanmış - Anne Vefat, Baba Vefat



### Ek-3: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği

#### Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği

Aşağıda çeşitli ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyunuz ve okuduğunuz maddeye ne oranda katıldığınızı en iyi şekilde yansıttığınızı düşündüğünüz rakamı yuvarlak içine alınız

	Kesinlikle katılmıyorum	Oldukça katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Ne katılıyorum ne de katılmıyorum	Kısmen katılıyorum	Oldukça katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Nasıl görüldüğüm hakkında nadiren düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
2. Kilomu kontrol edemediğimde kendimde bir terslik varmış gibi hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Bence giysilerimin rahat olması, üzerimde güzel durmasından daha önemlidir.	1	2	3	4	5	6	7
4. Bence bir insan doğuştan getirdiği görünüş özelliklerinin büyük bir kısmını yaşamı boyunca korur.	1	2	3	4	5	6	7
5. En iyi şekilde görünmek için çaba sarf etmediğimde kendimden utanırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Formda bir bedene sahip olmak en baştan beri öyle bir bedene sahip olmayı gerektirir.	1	2	3	4	5	6	7
7. Bedenimin nasıl görüldüğünden çok nasıl hissettiği hakkında düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
8. Olabildiğim kadar iyi görünemediğimde, kendimi kötü bir insanmış gibi hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
9. Kendi görünüşümü başkalarının görünüşleri ile nadiren kıyaslarım.	1	2	3	4	5	6	7
10. Bence, eğer bir kişinin görünüşü üzerinde çalışmaya niyeti varsa, büyük	1	2	3	4	5	6	7

ölçüde istediği gibi bir görünüşe sahip olması mümkündür.							
11. İnsanlar gerçekte kaç kilo olduğumu bilirlerse kendimden utanırım.	1	2	3	4	5	6	7
	<b>Hiç katılmıyorum</b>	<b>Oldukça katılmıyorum</b>	<b>Birazcık katılmıyorum</b>	<b>Ne katılıyorum ne de katılmıyorum</b>	<b>Birazcık katılıyorum</b>	<b>Oldukça katılıyorum</b>	<b>Çok katılıyorum</b>
12. Bedenimin nasıl görüldüğü hakkında pek fazla kontrolüm olduğunu sanmıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
13. Kilomu kontrol edemediğimde bile kendimi makbul bir insan olarak görürüm.	1	2	3	4	5	6	7
14. Yapmam gerektiği kadar egzersiz yapmadığımda, kendimde bir terslik olduğu kaygısına asla kapılmam.	1	2	3	4	5	6	7
15. Gereği kadar egzersiz yapmadığımda, yeterince iyi bir insan olup olmadığımı sorgularım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Diğer insanların gözüne nasıl gözüktüğüm hakkında nadiren kaygılanırım.	1	2	3	4	5	6	7
17. Bence bir insanın kilosu çoğunlukla o kişinin doğuştan getirdiği genleriyle belirlenmektedir.	1	2	3	4	5	6	7
18. Bedenimin nasıl görüldüğünden ziyade bedenimle neler yapabileceğimle ilgilenirim.	1	2	3	4	5	6	7
19. Kilo almak/vermek için ne kadar uğraşırsam uğraşayım, büyük ihtimalle kilom hep aynı kalacak.	1	2	3	4	5	6	7
20. Olmam gerektiğini düşündüğüm beden ölçülerine sahip değilsem, utanırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Yeterince gayret ettiğim takdirde, olmam gereken kiloya ulaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
22. Bedeninizin şekli, büyük ölçüde genlerinize bağlıdır.	1	2	3	4	5	6	7

#### Ek-4: Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği

##### Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği

Aşağıda çocukluk yıllarınız boyunca annenizin kişiliği ve size karşı davranışları ile ilgili deneyimlemiş olabileceğiniz yaşantılara dair maddeler yer almaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyup size en uygun olan seçeneği (1 ile 4 arasında) işaretleyiniz.

	Hiçbir zaman 1	Ara sıra 2	Genellikle 3	Her zaman 4
1. Başarısız olduğum durumlarda bana destek olur ve beni rahatlatırdı.	(1)	(2)	(3)	(4)
2. Anneliğinin başkaları tarafından övülmesini beklerdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
3. Onun duygusal ihtiyaçlarını ben karşılardım.	(1)	(2)	(3)	(4)
4. Hayatımın merkezinde olmak isterdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
5. Benim için yapacağı iyi şeyleri başkalarının görebileceği zamanlarda yapardı.	(1)	(2)	(3)	(4)
6. Onu memnun etmek çok kolaydı.	(1)	(2)	(3)	(4)
7. Benim nasıl hissettiğimden çok dışarıya nasıl göründüğüm ile ilgilenirdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
8. Fikirlerime saygı gösterir ve benim aldığım kararları desteklerdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
9. Olumsuz duygularımı ifade etmemden hoşlanmazdı.	(1)	(2)	(3)	(4)
10. Benimle ilgili her şeye müdahale ederdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
11. Kötü bir şey yaşadığımda beni suçlardı.	(1)	(2)	(3)	(4)
12. Konuşulan konuların odak noktası olmayı severdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
13. Benimle ilgili olan her şeye müdahale ederdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
14. Başarısız olduğum durumlarda bana destek olur ve beni rahatlatırdı.	(1)	(2)	(3)	(4)
15. Ebeveyn olarak onun yapması gereken işleri bir şekilde ben yapardım.	(1)	(2)	(3)	(4)
16. Eleştirilmekten korktuğum için söylemek istediklerimi	(1)	(2)	(3)	(4)

söyleyemedim.				
17. Dünya sanki onun etrafında dönüyormuş gibi davranırdı.	(1)	(2)	(3)	(4)
18. Bana bir çocuğun kaldırabileceğinden daha fazla sorumluluk verirdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
19. Canı sıkkın olduğunda daha iyi hissetmesi için bir şeyler yapmamı beklerdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
20. Beni kontrol etmeye çalıştığını hissedirdim.	(1)	(2)	(3)	(4)
21. Onun rahatsızlıklarına ve hastalıklarına (baş ağrısı, stres gibi) benim neden olduğumu hissettirirdi.	(1)	(2)	(3)	(4)
22. Kendisini herkesten daha önemli görürdü.	(1)	(2)	(3)	(4)
23. Bir şeyler kötü gittiğinde sorumluluk almak yerine beni ya da başkalarını suçlardı.	(1)	(2)	(3)	(4)
24. Benim için özel olan konularda sorularıyla beni sıkıştırırdı.	(1)	(2)	(3)	(4)
25. Benim kararlarımı kontrol etmeye çalışırdı.	(1)	(2)	(3)	(4)

## Ek-5: Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği

### Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği

Değerli Katılımcı, aşağıda sizinle ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanız. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz.

① Hiç katılmıyorum ② Katılmıyorum ③ Kararsızım ④ Katılıyorum ⑤ Tamamen Katılıyorum anlamına gelmektedir.	①	②	③	④	⑤
1. Erkeklerin ev işlerine yardım etmede kızlarla aynı sorumlulukları vardır.	①	②	③	④	⑤
2. Ev işleri cinsiyete göre paylaşılmamalıdır.	①	②	③	④	⑤
3. Erkek aileden sorumlu olduğu için kadın ona itaat etmelidir.*	①	②	③	④	⑤
4. Bir kadın eşine ters davranmamalıdır.*	①	②	③	④	⑤
5. Bir kadından ziyade bir erkeği ağlarken görmek daha kötüdür.*	①	②	③	④	⑤
6. Kızlar erkeklerden daha derli toplu ve temiz olmalıdır.*	①	②	③	④	⑤
7. Erkekler sadece sorumlu olduğu konularla ilgilenmelidir.*	①	②	③	④	⑤
8. Erkekler kızlara göre farklı şekilde yetiştirilmelidir.*	①	②	③	④	⑤
9. Arkadaş çevreme göre, gelecekteki ev içi faaliyetlerim mesleki faaliyetlerimden daha önemlidir.*	①	②	③	④	⑤
10. Bir babanın temel sorumluluğu maddi konularda çocuklarına yardım etmektir.*	①	②	③	④	⑤
11. Bazı işler kadınlar için uygun değildir.*	①	②	③	④	⑤
12. Arkadaş çevremde eşimin iş geleceği benim iş geleceğimden daha önemlidir.*	①	②	③	④	⑤
13. Çocukların nasıl yetiştirileceğine çoğunlukla annesi karar vermelidir.*	①	②	③	④	⑤
14. Sadece bazı işler kadın ve erkeğe eşit derecede uygundur.*	①	②	③	④	⑤
15. Birçok önemli işte erkeklerle anlaşmak kadınlarla anlaşmaktan daha kolaydır.*	①	②	③	④	⑤



## Ek-6: Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği

### Görünümle İlişkili Sosyal Medya Bilinci Ölçeği

Aşağıdaki sorular sosyal medya ile ilgili deneyiminize ilişkindir. Bu ölçek için “sosyal medya” dediğimizde fotoğraf temelli sosyal medya sitelerine ve Facebook, Snapchat, Instagram gibi uygulamalara atıfta bulunuyoruz. Tinder gibi flört web sitelerinden veya uygulamalardan bahsetmiyoruz.

Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve bunun sizin için ne sıklıkla olacağına karar verin.

1 = Asla,

2 = Neredeyse Hiçbir Zaman, 3 = Nadiren,

4 = Bazen,

5 = Sıklıkla,

6 = Neredeyse Her Zaman, 7 = Her Zaman


No	Maddeler	As la	Neredeyse Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Neredeyse Her Zaman	Daima
1	İnsanlar fotoğrafımı çekerken, fotoğraflar sosyal medyada paylaşırsanız nasıl görüneceğimi düşünürüm.							
2	İnsanlar sosyal medyada resimlerimi gördüklerinde vücudumun belirli bölgelerinin nasıl görüneceğini düşünürüm.							
3	Yalnız olduğumda bile, bir sosyal medya resminde vücudumun nasıl görüneceğini hayal ederim.							
4	Gün boyunca, insanlar sosyal medyada resimlerimi gördüklerinde ne kadar çekici görünebileceğimi düşünerek zaman geçiririm.							
5	Sosyal medyada insanların resimlerimdeki fiziksel görünüşüme nasıl tepki vereceğini tahmin etmeye çalışırım.							

6	Resimlerdeki çekiciliğim, sosyal medyada yaptığım her şeyden daha önemlidir.								
7	Sosyal etkinliklere gittiğimde, insanların sosyal medyada paylaşabilecekleri resimlerde çekici görünmeyi eğlenceli vakit geçirmekten daha çok önemserim.								
8	Sosyal medyada çekici olmayan bir fotoğrafım yayınlanırsa kendim kötü hissederim.								
9	Sosyal medyada kendi resimlerime tekrar tekrar bakarım.								
10	Vücudumun belirli bölgelerinin neye benzediğini görmek için sosyal medya resimlerini yakınlaştırırım.								
11	Biri sosyal medyada paylaşılacak bir resmimi çekerse, iyi görümdüğümünden emin olmak için önce ona bakmak isterim.								
12	Resimleri sosyal medyada paylaşmadan önce, kendimi daha iyi göstermek için kırparım veya filtreler uygularım.								
13	Biri sosyal medyada paylaşılacak bir fotoğrafımı çekerse, olabildiğince çekici görünmek için belirli bir şekilde poz veririm.								




## Ek-7: Etik Kurul Kararı

Evrak Tarih ve Sayısı: 02.02.2024-109615



T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü



Sayı : E-88083623-020-109615  
Konu : Etik Onayı Hk.

02.02.2024

Sayın Batuhan BİNGÖL,

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul Komisyonu'nun 17.01.2024 tarihli ve 2024/01 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize rica ederim.

Dr.Öğr.Üyesi Alper FIDAN  
Müdür Yardımcısı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile onaylanmıştır

---

Bölge Değerlendirme Kodu : İHSDASTL.V74 P/a Kodu : 61952 Bölge Takip Adresi : <https://www.nakliye.gov.tr/istanbul-aydin-universitesi-ibye/>  
Adres : Hürriyet Mah. İsmail Cad. No:38 Sultantepe , 34299 Kağıthane/İstanbul Bölge İyileştirme Şubesi Müdürlüğü  
Telefon : 444 1 429 E-Posta : [aydin@iys.gov.tr](mailto:aydin@iys.gov.tr)  
Web : <http://www.aydin.edu.tr/> Ücretim : Yarı İlgili Ücretim  
Kapı Adresi : [ay.yasim@iysa.gov.tr](mailto:ay.yasim@iysa.gov.tr) Kapı No : 31002



## ÖZGEÇMİŞ

**Ad Soyad:** Batuhan BİNGÖL

**Lisans:** 2020, İstanbul Aydın Üniversitesi, Fen – Edebiyat Fakültesi, Psikoloji  
Bölümü