

**T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**



**TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİNİN KADINLARIN İYİLİK HALİ  
ALGISI İLE İLİŞKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Pelin HAYMANA**

**Psikoloji Anabilim Dalı  
Psikoloji Programı**

**Tez Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Güliz KOLBURAN**

**Nisan, 2019**



**T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**



**TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİNİN KADINLARIN İYİLİK HALİ  
ALGISI İLE İLİŞKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Pelin HAYMANA  
(Y1712.272019)**

**Psikoloji Anabilim Dalı  
Psikoloji Programı**

**Tez Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Güliz KOLBURAN**

**Nisan, 2019**



T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ



YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Y1712.272019 numaralı öğrencisi **Pelin Haymana**'nın "TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİNİN KADINLARIN İYİLİK HALİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ" adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 02.05.2019 tarih ve 2019/08 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği/oyçokluğu ile Tezli Yüksek Lisans tezi 02.05.2019 tarihinde kabul edilmiştir.

	<u>Unvan</u>	<u>Adı Soyadı</u>	<u>Üniversite</u>	<u>İmza</u>
Danışman	Dr. Öğr. Üyesi	Şahide Güliz KOLBURAN	İstanbul Aydın Üniversitesi	
Asıl Üye	Prof. Dr. Öğr. Üyesi	Uğur TEKİN	İstanbul Aydın Üniversitesi	
Asıl Üye	Prof.Dr. Öğr. Üyesi	Erdinç ÖZTÜRK	İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa	
Yedek Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Engin EKER	İstanbul Aydın Üniversitesi	
Yedek Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Meltem NARTER	İstanbul Aydın Üniversitesi	

ONAY

Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA  
Enstitü Müdürü



## **YEMİN METNİ**

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİNİN KADINLARIN İYİLİK HALİ ALGISI İLE İLİŐKİŐİ” adlı çalıŐmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı dűŐecek bir yardıma baŐvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gűŐterilenlerden olduğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmıŐ olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.(.../.../2019)

**Pelin HAYMANA**





## **ÖNSÖZ**

Bu çalışma İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı'nda yüksek lisans tezi olarak hazırlanmıştır.

Tez danışmanım Sayın Dr. Öğretim Üyesi Şahide Güliz Kolburan hocama tez hazırlama sürecinde toplumsal cinsiyet rollerinin kadınların psikolojik iyilik hali üzerindeki algısı ile ilgili bu araştırmamı her türlü desteğiyle tamamlamamı sağladığı ve sevgili eşim Gökhan Haymana, sevgili oğullarım Kerem ve Eren Haymana'ya destekleri, ilgileri ve sınırsız anlayışları için ve araştırmaya katılan bütün katılımcılara samimiyetle araştırmama katıldıkları için teşekkürlerimi sunarım.

**Nisan, 2019**

**Pelin HAYMANA**



## İÇİNDEKİLER

### Sayfa

ÖNSÖZ.....	vii
İÇİNDEKİLER .....	ix
KISALTMALAR .....	xi
ÇİZELGE LİSTESİ.....	xiii
ŞEKİL LİSTESİ.....	xv
ÖZET.....	xvii
ABSTRACT.....	xix
<b>1. GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
1.1 Problemin Tanımlanması .....	1
1.2 Amaç .....	2
1.2.1 Araştırma problemi .....	2
1.2.2 Araştırmanın alt problemleri.....	2
1.3 Önem .....	2
1.4 Sınırlılıklar .....	3
<b>2. LİTERATÜR TARAMASI .....</b>	<b>5</b>
2.1 Toplumsal Cinsiyet Rollerini .....	5
2.1.1 Cinsiyet kavramı .....	5
2.1.2 Toplum kavramı .....	8
2.1.3 Toplumsallaşma (sosyalleşme) süreci.....	10
2.1.4 Cinsiyet ayrıştırma süreci.....	12
2.1.5 Toplumsal cinsiyet kavramı .....	13
2.1.6 Rol kavramı.....	17
2.1.7 Toplumsal cinsiyet rolleri .....	18
2.1.8 Toplumsal cinsiyet rolleri ile ilgili kavramlar.....	21
2.1.8.1 Kalıpyargı.....	21
2.1.8.2 Cinsiyet ayrımı .....	24
2.1.8.3 Cinsiyet kültürü.....	28
2.1.8.4 Patriyarki .....	29
2.1.8.5 Cinsel yönelim .....	32
2.1.9 Toplumsal cinsiyet rollerini etkileyen faktörler.....	33
2.1.9.1 Kültür .....	34
2.1.9.2 Aile.....	37
2.1.9.3 Kişilik.....	40
2.1.9.4 Yaşam tarzı.....	42
2.1.9.5 Bilişsel ve davranışsal farklılıklar .....	43
2.2 Psikolojik İyi Hali .....	44
2.2.1 İyi hali kavramı .....	45
2.2.2 İyi halinin kavramının kuramsal temelleri.....	48
2.2.3 Adleryan kuram.....	49
2.2.4 Maslow'un kendini gerçekleştirme kuramı .....	51

2.2.5 İyilik hali modelleri.....	53
2.2.5.1 Medikal alanda geliştirilen iyilik hali modelleri .....	53
2.2.5.2 Ruh sağlığı alanında geliştirilen iyilik hali modelleri .....	56
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>73</b>
3.1 Araştırmanın Modeli .....	73
3.2 Çalışma Grubu.....	73
3.3 Veri Toplama Araçları.....	75
3.3.1 Psikolojik iyilik hali ölçeği (PIHO) (scale of psychological well-being):	75
3.3.2 Toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeği (TCRTÖ).....	77
3.4 Verilerin Toplanması Ve Analizi .....	77
<b>4. BULGULAR .....</b>	<b>79</b>
4.1 Betimleyici Temel Bulgular .....	79
4.2 Kadınların Psikolojik İyilik Halinin Toplumsal Cinsiyet Rollerile İlişkisi....	80
4.3 Psikolojik İyilik Halinin Sosyo Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşması	
.....	86
<b>5. TARTIŞMA VE SONUÇLAR .....</b>	<b>101</b>
5.1 Tartışma.....	102
5.1.1 Kadınların toplumsal cinsiyet rolleri algısının psikolojik iyilik halleriyle	
ilişkisi .....	102
5.1.2 Psikolojik iyilik halinin sosyo demografik değişkenlere göre farklılaşması	
.....	104
5.2 Sonuçlar Ve Öneriler .....	106
<b>KAYNAKLAR.....</b>	<b>107</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>115</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>125</b>

## KISALTMALAR

<b>TCR</b>	: Toplumsal Cinsiyet Roller
<b>PİHO</b>	: Psikolojik İyilik Hali
<b>f</b>	: Frekans
<b>%</b>	: Yüzde
<b>%<sub>gec</sub></b>	: Geçerli yüzde
<b>%<sub>yıg</sub></b>	: Yığılmalı yüzde
<b>r</b>	: Korelasyon
<b>p</b>	: Anlamlılık düzeyi
<b>N</b>	: Örneklem sayısı
<b>X<sub>ort</sub></b>	: Aritmetik ortalama
<b>SS</b>	: Standart sapma
<b>Sh<sub>x</sub></b>	: Aritmetik ortalamasının standart sapması
<b>t</b>	: t testi sonucu elde edilen değer
<b>sd</b>	: Serbeslik derecesi
<b>Min</b>	: Minimum puan
<b>Mak</b>	: Maksimum puan
<b>G. İçi</b>	: Grup içi ilişki
<b>G.Arası</b>	: Gruplar arası ilişki
<b>X(i)</b>	: Karşılaştırılan ilk grup ortalaması
<b>X(j)</b>	: Karşılaştırılan son grup ortalaması
<b>x<sub>i</sub> - x<sub>j</sub></b>	: Karşılaştırılan ilk grupla son grubun farkı
<b>r<sup>2</sup></b>	: Korelasyon karesi
<b>U</b>	: Mann whitney u testi değeri
<b>X<sub>sıra</sub></b>	: Aritmetik ortalamasının sıralaması
<b>β</b>	: Standardize edilmiş yordama katsayısı
<b>KO</b>	: Kareler ortalaması
<b>KT</b>	: Kareler toplamı
<b>F</b>	: Anova değeri



## ÇİZELGE LİSTESİ

### Sayfa

Çizelge 2.1 : Yaş Grubu ve Cinsiyete Göre 2013 Yılı Türkiye Nüfusu Dağılımı.....	6
Çizelge 2.2 : İçsel Psikolojik Tanımlama - Dışsal Davranışsal Belirtiler Matrisi....	20
Çizelge 3.1 : Çalışma grubunun sosyo demografik dağılımı.....	73
Çizelge 4.1 : Ölçeklerin Güvenirliği.....	79
Çizelge 4.2 : Betimleyici Temel İstatistik .....	79
Çizelge 4.3 : Psikolojik İyilik Halinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkisi.....	81
Çizelge 4.4 : Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmayı Yordaması.....	83
Çizelge 4.5 : Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kendini Kabul Etmeyi Yordaması ....	83
Çizelge 4.6 : Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurmayı Yordaması .....	84
Çizelge 4.7 : Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Özerkliği Yordaması.....	85
Çizelge 4.8 : Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kişisel Gelişimi Yordaması.....	85
Çizelge 4.9 : Psikolojik İyilik Halinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşması.....	86
Çizelge 4.10: Kendini Kabul Etme alt boyutunun Yaş Gruplarına Göre Farklılaşması .....	88
Çizelge 4.11: Psikolojik İyilik Halinin Yaşam Yeri Gruplarına Göre Farklılaşması	88
Çizelge 4.12: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Yaşam Yeri Gruplarına Göre Farklılaşması .....	89
Çizelge 4.13: Kendini Kabul Etmenin Yaşam Yeri Gruplarına Göre Farklılaşması.	90
Çizelge 4.14: Psikolojik İyilik Halinin Anne Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması .....	91
Çizelge 4.15: Psikolojik İyilik Halinin Baba Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması .....	92
Çizelge 4.16: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Baba Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması .....	93
Çizelge 4.17: Psikolojik İyilik Halinin Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması .....	94
Çizelge 4.18: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması.....	95
Çizelge 4.19: Kendini Kabul Etmenin Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması .....	96
Çizelge 4.20: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurmanın Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması.....	97
Çizelge 4.21: Özerkliğin Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması ...	98
Çizelge 4.22: Psikolojik İyilik Halinin Katılımcıların Ekonomik Durum Gruplarına Göre Farklılaşması .....	98
Çizelge 4.23: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Ekonomik Duruma Farklılaşması .....	99
Çizelge 4.24: Kendini Kabul Etmeni Ekonomik Duruma Göre Farklılaşması .....	100





## ŞEKİL LİSTESİ

	<b><u>Sayfa</u></b>
Şekil 2.1: İyilik Hali Tekerleği Modeli .....	57
Şekil 2.2: Bölünmez Ben: Kanıta Dayalı İyilik Hali Modeli .....	63
Şekil 2.3: İyilik Hali Yıldızı .....	70
Şekil 2.4: İyilik Hali Yıldızı Örnekleri .....	71



## TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİNİN KADINLARIN İYİLİK HALİ ALGISI İLE İLİŞKİSİ

### ÖZET

Toplumlar, kültürel yapılarına göre toplumsal roller yaratmaktadır. Kültürel motiflerin yarattığı değerlerden birisi de kadının toplumsal cinsiyet rolleridir. Kadın, toplumun cinsiyet rollerine ilişkin tutumlardan etkilenir ve algısına göre bir yaşam çerçevesi oluşturur. Toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin kadın algısının yarattığı cam tavan sendromu buna örnek verilebilir. Toplumsal cinsiyet rolleri kadının iş, sosyal yaşam ve psikolojik iyilik hallerini etkileyebilir. Kadının toplumsal cinsiyet rolleri algısı onun nasıl yaşaması gerektiği konusunda bir kadına sınırlılıklar yaratabilir.

Araştırmanın amacı kadınların psikolojik iyilik halinin, toplumsal cinsiyet rolleri algısıyla ilişkisini incelemektir.

Bu çalışma ilişki tarama yöntemiyle yapılmış nicel bir çalışmadır. Araştırmada Psikolojik İyilik Halinin, Toplumsal Cinsiyet Rollerini ile ilişkisi incelenmiştir.

Araştırmanın çalışma grubu kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi ile ulaşılmış İstanbul ili Çekmeköy ilçesindeki 148 kadından oluşmaktadır. Çalışma grubunun evren içerisinde %95 güven aralığındaki hata payı %8,05 olarak hesaplanmıştır.

Araştırma verileri Psikolojik İyilik Hali Ölçeği ve Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ile toplanmış ve SPSS21. paket programında analiz edilmiştir.

Araştırma sonucunda psikolojik iyilik hali alt boyutları ile toplumsal cinsiyet rolleri alt boyutları arasında anlamlı düzeyde korelatif ilişkiler tespit edilmiştir. Anlamlı ilişki bulunan değişkenler arasında yapılan regresyon sınamaları sonucunda, TCRTÖ eşitlikçi cinsiyet rolü puanlarının çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma puanlarını %37, toplumsal cinsiyet rolleri (TCRTÖ) alt boyutlarından evlilikte cinsiyet rolü puanlarının psikolojik iyilik alt boyutlarından kendini kabul etme puanlarını %33 büyüklüğünde negatif yönlü, TCRTÖ eşitlikçi cinsiyet rolü puanlarının psikolojik iyilik alt boyutlarından özerklik puanlarını %26 büyüklüğünde negatif yönlü ve TCRTÖ kadın cinsiyet rolü puanlarının psikolojik iyilik alt boyutlarından özerklik puanlarını %20 büyüklüğünde ve anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir.

Kadınların yaş, yaşam yeri, baba öğrenim durumu, kadının kendi öğrenim durumu, çalışma durumu ve ekonomik durum grupları arasında psikolojik iyi oluş alt boyutlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** *Psikolojik İyilik Hali, Toplumsal Cinsiyet Rollerini, Kadın, İlişkiler,*



## **THE CORRELATION BETWEEN SOCIAL GENDER ROLES AND WOMEN'S WELL-BEING PERCEPTION**

### **ABSTRACT**

Societies create social roles according to their cultural structure. One of the values created by cultural motifs is the social gender roles of women. Women are affected by attitudes towards gender roles of society and create a life frame according to the perception. Glass ceiling syndrome created by women's perceptions of gender roles is an example of this. Social gender roles can affect women's work, social life and psychological state of well-being. Women's perception of social gender roles may create limitations on how they should live.

The aim of the study is to analyze the correlation between women's psychological well-being and their perception of gender roles.

This study is a quantitative study conducted by relational screening method. In this study, the relationship between Psychological Well-Being and Gender Roles was analyzed.

The study group of the research consisted of 148 women in Çekmeköy, İstanbul, which was reached with an easily accessible sampling method. The error margin in the 95% confidence interval of the study group was calculated as 8,05% in the population.

The data were collected by the Psychological Well-being Scale and the Gender Role Attitudes Scale and analyzed in the SPSS21. package program.

As a result of the study, a significant correlation was determined between the sub-dimensions of psychological well-being and gender roles. As a result of the regression tests conducted between the variables that have a meaningful relationship, the GRAS egalitarian gender role scores affected to points of dominance in relations with the environment by 37%, the gender role scores in the marriage which was the sub-dimension from GRAS egalitarian gender role affected the self-acceptance scores which was the sub-dimension from psychological well-being by 33% in a negative way, the GRAS egalitarian gender role scores affected the autonomy scores which is the sub-dimension from psychological well-being by 26% and finally the GRAS women gender role scores affected the autonomy scores which is the sub-dimension from psychological well-being predicted by 20% in a significant level.

It was observed that the sub-dimensions of psychological well-being between women's age, place of living, father's education status, women's own educational status, working status, and economic status differed significantly.

**Keywords:** *Psychological Well-Being, Social Gender Roles, Women, Relationships,*



## 1. GİRİŞ

### 1.1 Problemin Tanımlanması

Toplumda kadın ve erkeğe farklı roller, özellikler ve sorumluluklar verilmesi ve farklı davranılması temel alınarak yapılan çalışmaların giderek artması “cinsiyet”, “toplumsal cinsiyet” ve “toplumsal cinsiyet rolleri” konularına olan ilgiyi artırmaktadır (Zeybekoğlu, 2012).

Doğum öncesi dönemden başlayarak yaşamın her anında önem taşıyan cinsiyet, toplum ve kültürün de etkisi ile kişilerin çevrelerine karşı davranışlarını, algılarını ve tutumlarını etkilemektedir. Bu nedenle toplumsal cinsiyet rolleri sosyoloji, psikoloji, eğitim bilimleri gibi pek çok alanda uygulama alanı bulabilmektedir (Aydilek, Çiftçi ve Özkan, 2011).

İçinde yaşadığı toplum birey olarak bir kadın ve erkeğin nasıl davranması, nasıl düşünmesi ve nasıl hareket etmesi gerektiğine dair normlar barındırır. Toplumsal beklentileri ortaya koyar ve kadın ve erkeği sosyal olarak yapılandırır (Akın ve Demirel, 2003).

Toplumsal alan tarafından dayatılan kadın imajı kadının bilişsel, duygusal ve eylemsel tutumlarını gözardı edebildiği gibi, onun psikolojik iyilik halini de etki altına almaktadır. Toplumsal cinsiyet rollerinin kültürel özellikleri kadınların yaşadığı topluma göre mutluluk ve psikolojik iyilikleri üzerinde etkili olabilmektedir (Akın ve Demirel, 2003; Günay, Bener, 2011; Zeybekoğlu, 2012).

Kadının toplumsal cinsiyet rolleri algısı onun nasıl bir hayat yaşaması gerektiği konusunda bir kısım öğrenilmiş çaresizliklere sebep olabilmektedir. Tüm bunlar kadının psikolojik iyiliğinin toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkisini incelenmesi ihtiyacını ortaya çıkarıyor.

Bu araştırmada kadınların toplumsal cinsiyet rolleri algılarının psikolojik iyilik hallerine etkisi var mıdır sorusuna cevap aranacaktır.

## **1.2 Amaç**

Araştırmanın amacı kadınların psikolojik iyilik halinin, toplumsal cinsiyet rolleri algısı ile ilişkisini incelemektir. Araştırmanın amacına ulaşmak için aşağıdaki sorulara cevaplar aranacaktır.

### **1.2.1 Araştırma problemi**

Psikolojik iyilik halinin, toplumsal cinsiyet rolleri algısı ile ilişkisi var mıdır ?

### **1.2.2 Araştırmanın alt problemleri**

Kadınların toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin algıları onların psikolojik iyilik hallerini ne düzeyde yordamaktadır ?

Kadınların psikolojik iyi oluşları yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kadınların psikolojik iyi oluşları yaşam yeri değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kadınların psikolojik iyi oluşları, anne öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kadınların psikolojik iyi oluşları, baba öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kadınların psikolojik iyi oluşları, kadının kendi öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kadınların psikolojik iyi oluşları, çalışma durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kadınların psikolojik iyi oluşları, ekonomik durum değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

## **1.3 Önem**

Psikolojik iyi oluş halini etkileyen birçok yordayıcı değişken bulunmaktadır. Bunlardan birisi de içinde yaşadığımız toplumdur. Toplumsal algı ve tutumların bireyler ve kimliklerle ilgili tutumları bilhassa toplumsal kimlikler üzerinden baskı oluşturabilmektedir. Kadınların birçok kültürde birbirinden farklı



toplumsal rolleri olduğu gibi kadına ilişkin toplumsal tutumlar da birbirinden farklı olabilmektedir. Toplumun kadınlara karşı tutumları kadınların psikolojik iyi oluşlarına etki ettiği değerlendirilmektedir. Bu bağlamda kadınların toplumsal tutum algılarının onların psikolojik iyi oluşlarına etkisinin incelenmesi önem arz etmektedir.

#### **1.4 Sınırlılıklar**

Araştırma 2018-2019 yılları ile sınırlıdır.

Araştırma alışma grubu ile sınırlıdır.

Araştırma İstanbul ili ekmeköy ilçesindeki kadınlar ile sınırlıdır.



## 2. LİTERATÜR TARAMASI

### 2.1 Toplumsal Cinsiyet Roller

#### 2.1.1 Cinsiyet kavramı

Bireyin biyolojik cinsiyeti bağlamında belirlenen demografik bir kategori olarak cinsiyet, toplum içinde bu kadar çok kişiyi ele alan başka bir sınıflandırma olmaması itibari ile çok büyük önem taşımaktadır (Dökmen, 2012). Toplumda kadın ve erkeklerin davranışları genel olarak önceden belirlenmiş biyolojik örüntüler değil, toplumun değer yargılan, yasalar, sanat, tarih, evlenme şekli, sağlık hizmetlerinden yararlanma gibi pek çok alanla iç içe geçmiş şekilde ortaya çıkmaktadır (Pınar ve diğerleri, 2008). Tüm bu iç içe geçmiş örüntülerin anlaşılması açısından öncelikle biyolojik cinsiyetin anlamının ve cinsiyet özelliklerinin bilinmesi büyük önem taşımaktadır.

“Kişinin doğuştan var olan kadın ya da erkek olarak gösterdiği genetik, fizyolojik ve biyolojik özellikler” olarak tanımlanabilecek olan cinsiyet, toplumun iki ana unsurunu ele alması bakımından çeşitli disiplinler tarafından ele alınan ve çok yönlü incelenen bir özelliktir. Sosyal bilimler açısından önem teşkil etmesinin altında yatan asıl neden, toplumsal düzenlemenin hemen hemen her türünde cinsiyetin etkisi ile ortaya çıkan bir farklılaştırmaya rastlama olasılığından kaynaklanmaktadır (Coşkun ve Özdilek, 2012). Bu nedenle görüşmeler ve anketler, gözleme dayalı araştırmalar, laboratuvar araştırmaları, deneysel çalışmalar, alan araştırmaları gibi farklı araştırma türleri ile (Karaçam ve diğerleri, 2012), sosyoloji, antropoloji, psikoloji, din gibi sosyal bilimler alanlarının yanı sıra biyoloji, tıp gibi fen bilimleri alanlarında da sıklıkla cinsiyet konusu ele alınmıştır (Dökmen, 2012).

Cinsiyet biyolojik ve fiziksel özellikler açısından kadın ya da erkek olmak anlamına gelmekte ve bireyin cinsiyeti X ve Y kromozomları taşımasına göre belirlenmektedir: hücrelerde bulunan 23. kromozom çifti olarak cinsiyet

kromozomlarından XX kromozomları taşıyan birey kadın, XY kromozomları taşıyan birey ise erkek olarak sınıflandırılmaktadır (Espinosa, 2010).

Wienclaw (2011)'e göre ise cinsiyet birincil veya ikincil cinsiyet özelliklerine göre tanımlanabilmektedir. *Birincil cinsiyet özellikleri* kadınlarda vajina, yumurtalık, rahim, erkeklerde ise penis, testis ve skrotum olarak adlandırılan ve doğuştan gelen üreme organlarını kapsarken, *ikincil cinsiyet özellikleri* ergenlik ile ortaya çıkan kadınlar için kalça genişlemesi ve göğüs gelişimi, erkeklerde ise sakal çıkması, ademelması oluşumu ve ses kalınlaşması şeklinde gelişen yüzeysel farklılıkları içermektedir.

Maccoby ve Jacklin (1974)'e göre kadın ve erkeklerin farklılığı sadece üç entelektüel alanda kanıtlanabilir: dilbilimsel farklılıklar, görsel - uzamsal farklılıklar ve matematiksel farklılıklar. Kadınlar dilbilimsel becerilerde erkekler ise görsel - uzamsal ve matematiksel becerilerde daha iyidir. Yazarlar bu sonuca kadın ve erkeklerin özelliklerinin karşılaştırıldığı farklı çalışmalarını geniş bir yelpazede inceleyerek ulaşımlardır (Archer ve Lioyd, 2002).

Kadın ve erkeklerin biyolojik kökenli farklılıklarına çalışmanın devamında “Biyolojik Özellikler” başlığı altında detaylı olarak değinilecektir.

İnsanlar doğdukları andan itibaren bir cinsiyet kategorisine dahil edilmektedirler. Bununla birlikte Türkiye’de nüfus cüzdanlarında “cinsiyet” hanesinde yazan bilgi tam olarak biyolojik cinsiyete karşılık gelmektedir. Genel geçer bir toplumsal sınıflandırma kategorisi olarak ele alınan cinsiyetin ülkemizde 2013 yılı verileri temel alınarak hazırlanmış yaş gruplarına göre dağılımı Tablo 1’de gösterilmektedir.

**Çizelge 2.1: Yaş Grubu ve Cinsiyete Göre 2013 Yılı Türkiye Nüfusu Dağılımı**

	Kadın	Erkek	Cinsiyet oranı
Toplam	38.194.504	38.473.360	101%
0-4	3.019.156	3.187.259	106%
5-9	3.052.823	3.218.411	105%
10-14	3.102.587	3.269.578	105%

**Çizelge 2.1:** (Devamı) Yaş Grubu ve Cinsiyete Göre 2013 Yılı Türkiye Nüfusu Dağılımı

15-19	3.150.484	3.327.238	106%
20-24	3.047.920	3.166.104	104%
25-29	3.097.165	3.189.167	103%
30-34	3.237.935	3.305.734	102%
35-39	2.879.860	2.946.289	102%
40-44	2.634.460	^2.673.800	101%
45-49	2.331.911	2.389.852	102%
50-54	2.109.763	2.123.029	101%
55-59	1.785.786	1.769.399	99%
60-64	1.414.034	1.346.426	95%
65-69	1.095.061	950.337	87%
70-74	832.785	674.943	81%
75-79	616.070	461.225	75%
80-84	484.663	335.943	69%
85+	302.041	138.626	46%

**Kaynak:** TÜİK, 15.07.2013

Canlı doğumlarda erkek cinsiyetin kız cinsiyete oranı “cinsiyet oranı” olarak adlandırılmaktadır (Özdemir ve diğerleri, 2005, s. 180). Cinsiyet oranı Tablo 1’de de görülebileceği gibi orta yaş olarak tabir edilen 50’li yaşların sonlarına kadar %100 ‘e yakın şekilde görülmektedir. Bu durum Fischer’ın doğal seleksiyon yoluyla cinsiyetlerin yaklaşık olarak aynı sayılarda üretildiklerini ve 1:1 oranını yakaladıklarını öne sürdüğü Cinsiyet Oranı Teoremi’ne de uyum göstermektedir.

Cinsiyet Oranı Teoremi’ne göre erkek doğum oranının kadın doğum oranına göre daha az yoğun olduğu varsayıldığında yeni doğan erkekler için bir erkeğin çiftleşebileceği kadın sayısı artacak, daha fazla çocuk sahibi olacak, bu çocuklar erkek sayısını artırmak için daha fazla torun yapacaktır. Böylelikle erkek üreten genler yaygınlaşacak ve erkek doğumu yaygın hale gelecektir. 1:1 oranı yakalandığında erkek üretmenin önemi azalacak, döngü kadın üretmeye

dönecektir. Bu şekilde doğal seleksiyon yoluyla nüfus 1:1 oranında dengede kalacaktır (Hamilton, 1967).

### **2.1.2 Toplum kavramı**

Sadece bireylerin bir araya gelmesini değil, bu bireyler arasındaki ilişkileri, davranış kalıplarını ve değerleri ele alan ve sosyolojinin en temel kavramı olan toplum, belirli bir kültürü ve bir takım toplumsal kurumları paylaşan insanların ilişkilerinden meydana gelir (Şavran, 2012).

İnsanlar doğa karşısında zayıf kalmakta, karşılıklı dayanışma ve paylaşım ile maddi ve manevi ihtiyaçlarını karşılamak için bir araya gelmeye çalışmaktadır. Kısacası bir insanın hayatta kalması, gereksinimlerini tatmin etmesi ancak öteki insanların çalışması ile mümkün olmaktadır. Bu durum, beraberinde toplumdaki bireylerin ortaklaşa duyuş, seziş, düşünüş, görüş ve davranışları yoluyla anlaşma, kaynaşma ve uygunlaşmalar sonucunu doğurur (Taplamacıoğlu, 1969). Tüm bu düzeni sağlamak amacı ile kurulmuş olan toplum; “insan - insan etkileşiminin örgütlenmiş düzeni” olarak tanımlanabilir (İçli, 2005).

Yukarıdaki açıklamalarda da görülebildiği üzere, toplum insan ve doğa etkileşimlerinin bir ürünüdür, yani “insan” ve “doğa” olmak üzere iki temel öğeden oluşur. Bireyler bir araya gelerek grupları, grupları bir araya gelerek toplumu oluşturur ve toplumun yapısı bulunduğu yerin ikliminden, coğrafi konumundan, bitki örtüsünden vb. etkilenmekte, bu şartların durumuna göre toplumda yaşayan bireylerin hayatları kolaylaşıp zorlaşmaktadır (İçli, 2005).

Kavramsal olarak toplum, nispeten kendi kendine yeten grupların örgütlenme düzeyini tanımlamak için kullanılır. Ancak bu grupların sınırları daima görecelidir. Bu nedenle sosyologlar, toplumsal bir yapıdan söz etmek için, aile toplumlarında yakın akraba grupları arasında tipik etkileşimleri, tüm grupları ve alt grupları arasında karşılıklı bağımlılıkları temel alırlar. Bununla birlikte, Fransız toplumu, Hint toplumu gibi, toplum terimi aynı zamanda belirli bir devlet otoritesi altında olan faaliyetleri tanımlamak için de kullanılabilir (Holmwood, 2006).

Sosyal teoride bugüne kadar üzerinde uzlaşmış tek bir toplum tanımı yoktur, bununla birlikte yapılan tanımların belirli noktalar üzerinden şekillendiğini

söylemek mümkündür. Bu temel noktalar şu şekilde sıralanmaktadır (Elliott, 2014):

- Eşit olmayan güç ilişkilerinin ve egemenliğin kurumsallaşması
- Mantık ve baskının bir araya gelmesi
- Sosyal kurumlar ve sosyal etkileşimlerin yapılanması
- Dilsel yapılanmanın sosyal düzenlemeye dönüştürülmesi
- Sosyal farklılıklarla yapılandırılmış düşünce biçimleri
- Ataerkil tarafından yönetilen ve cinsiyetler arası eşitsizliği teşvik eden fikirler ve ideolojiler
- Sosyal yaşamda insan bedenlerini ve cinsel belirtileri kodlayan cinsiyete dayalı süreçler
- Sistemik olarak bozulmuş iletişim
- Küresel ve yerel olayların kaynaşmasını içeren sosyal küreselleşme.

Tüm bu vurgu yapılan noktalar tarih boyunca pek çok araştırmacı tarafından ele alınmış olup beraberinde belirli özellikleri temel alarak yapılan sınıflandırmaları getirmiştir. Örneğin E. Durkheim toplumları mekanik dayanışma üzerine kurulmuş toplumlar ve organik dayanışma üzerine kurulmuş toplumlar olarak ikiye ayırmış ve işbölümünü temel almış iken, F. Tönnies cemaat ve cemiyet olarak ayırdığı toplumların ırk, etnik köken ve kültür farklılaşmasına odaklanmıştır. H. Spencer askeri ve sınıai toplum olarak ikili bir ayırım yapmış olup ayırımının temelinde yönetim şekli yatmakta iken, R. Redfield'a göre toplumlar geleneksel ve şehir toplumları olarak ikiye ayrılmaktadır. K. Marx ise ayırımında ekonomik sistemi temel almış ve toplumları ilkel komünal toplum, köleci toplum, feodal toplum, kapitalist toplum ve sosyalist toplum olarak ayırmıştır (İçli, 2005). Bir diğer ayırma göre ise teknolojiyi benimseme seviyelerine göre toplumlar yedi şekilde sınıflandırılabilir; (1) avcı - toplayıcı toplumlar, (2) kırsal - pastoral toplumlar, (3) bahçıvan toplumlar, (4) tarım toplumları, (5) feodal toplumlar, (6) sanayi toplumları ve (7) sanayi sonrası toplumlar (Zgourides ve Zgourides, 2000).

Toplumsal cinsiyet rollerinin oluşumu da toplumsal normların kazanılması ve içselleştirilmesi olarak değerlendirilmektedir ve bireyler toplumda cinsiyet konusunda kabul edilmiş kuralların dışında hareket ederlerse ya da bu kurallarda benimsenmesi öngörülenlerden farklı roller benimserlerse yukarıda sayılan yaptırımların biri ya da birkaçı ile karşılaşmaktadırlar. Bununla birlikte toplumsal cinsiyet oluşumu ve toplumsal normların kazanılması ve içselleştirilmesi toplumsallaşma sürecinin bir sonucu olarak değerlendirilmektedir (Uluocak ve Aslan, 2011). Bir sonraki başlık altında konu daha detaylı olarak incelenecektir.

### **2.1.3 Toplumsallaşma (sosyalleşme) süreci**

Toplumsallaşma kavramının kullanımına ilişkin iki temel yaklaşımdan söz etmek mümkündür. İlk ve daha sık kullanılan yaklaşım kişilerin içinde buldukları kültürün veya toplumun değer, tutum ve normlarını nasıl öğrendikleri veya nasıl içselleştirdiklerini sorgulayarak kavramsallaştırmaya ve kültüre uyumlu sosyal rolleri ve kültüre uyumlu davranmayı nasıl başardıklarını sorgulamaya odaklanmıştır. Bu yaklaşım toplumsallaşmayı bir süreç olarak ele almaktan ziyade insanların başına gelen bir durum olarak ele almaktadır. İkinci bir yaklaşıma göre ise toplumsallaşma dilbilimsel kaynaklı bir kişilik yansıması gelişimi olarak kavramsallaştırılabilir. Bu yaklaşıma göre toplumlar ve üyeleri “aynı şeyin toplayıcı ve dağıtıcı üyeleri”dir. Kısacası “toplum ve birey” ve “kimlik ve kültür” ayrı ayrı veya birbirine zıt kavramlar olarak değerlendirilemez, tam tersi birbiri ile işbirliği içinde olan ve birbirini bilgilendiren yapılardır (Rapley ve Hanse, 2006).

Toplumsallaşma (sosyalleşme); “bireylerin doğumdan itibaren davranışlarına yön veren aile, öğretmen, arkadaş grupları gibi insanlarla etkileşime girerek üyesi oldukları topluma ait kültürü öğrendikleri süreç”tir. Bu etkileşim sayesinde hem bireylerin benlik gelişimi sağlanır hem de kültür bir nesilden diğerine aktarılır (Şavran, 2012).

Tischler (2011)’e göre “çocuklara içinde buldukları toplumun birer bireyi olarak davranmalarında gerekli olan zihinsel, fiziksel ve sosyal becerileri öğreten süreç” toplumsallaşma süreci olarak adlandırılır. Yaygın görüşün aksine



kimse dünyaya bir satış elemanı, suçlu ya da subay olarak doğmaz, tüm bunlar ancak sosyalleşme sürecinin bir parçası olarak öğrenilir.

İçli (2005)'ye göre toplumsallaşmanın özelliklerini dört başlık altında toplamak mümkündür. Bu başlıklar şu şekilde sıralanmaktadır:

- Her birey içinde bulunduğu toplum tarafından toplumsallaştırılır yani *toplumsallaşma belirli bir toplum için söz konusudur.*
- Toplumsallaşma yaşam boyu devam eder ve gelişimin bir aşamasında sonlanan bir yapı olarak ele alınamaz kısacası *toplumsallaşma bir süreçtir.*
- Her bireyin kendine özgü kişilik gelişimi olsa da *toplumsallaşma bireyin farklı özellikleri üzerinde durmaz,* bireylerin gelişiminin benzerlikleri ile ilgilenir.
- *Toplumsallaşma bireyin dürtü ve gereksinimlerine değil toplumun gereksinimlerine vurgu yapar,* bireyi ise bu duygulan öğrenmesindeki yetenekliliği açısından ele alır.

Toplumsallaşmanın gerçekleşmesinde henüz sosyalleşmemiş bireylere toplumun kurallarını, uygun görülen davranışları, normları vb. aktaracak kişiler önemli birer kaynaktır. Bu kaynaklar önem derecelerine göre İki kümeye ayrılmaktadır (Aziz, 1982):

*Birincil kümeler:* Başta aile olmak üzere yaşlılar, arkadaşlar, okul, oyun grupları gibi bireyin iç içe olduğu ve yüz yüze, sık ve uzun süreli iletişim kurduğu gruplar birincil kümeler olarak değerlendirilmektedir. Birey ve birincil kümeler ortak amaçlar paylaşmakta ve ortak yaşamaktadır. Bireyler en fazla çocukluk döneminde bu kümelerin etkisini hisseder.

*İkincil kümeler:* Yüz yüze, sık ve uzun süreli ilişkiler yerine daha az sıklıkla, daha kısa süreli ve uzaktan iletişim kurulan ve birincil kümelere göre sayıca daha kalabalık gruplar olan ikincil kümeler yakın akrabalar, tanışılan kişiler, demekler, siyasi partiler, kişiye başkaları tarafından sözü edilen tanımadığı bireyler vb. olarak örneklendirilebilir.

Zaman zaman herhangi bir insan teması olmadan, "vahşi doğada" yaşayan ve yıllar sonra bulunan çocuk örneklerine literatürde rastlanabilmektedir. En bilinen örneklerden birisi 1798'de Fransa'da bir ormanda bulunan ve

“Aveyron’un Vahşi Çocuğu” olarak isimlendirilen Victor’dur. Victor gibi “toplumsallaşamamış” çocuklar genellikle insandan çok bir hayvan görünümündedir, en azından ilk keşfedildikleri dönemlerde çıplak kalmayı tercih eder, konuşma yetisine sahip değildir, kişisel hijyen duygulan yoktur, aynada kendilerini tanıyamazlar, akıl yürütme yetenekleri ya çok az gelişmiştir ya da hiç gelişmemiştir ve en önemlisi kendilerini “hayvandan insana dönüştürme” girişimlerine sadece kısmen tepki verirler (Zgourides ve Zgourides, 2000). Tüm bu olumsuz durumların altında yatan sebep ise toplumsallaşma sürecinden geçmemiş olmalarıdır.

Toplumsallaşma süreci, kuramsal olarak çocukları “çevreleri tarafından üzerlerine yazılmayı bekleyen boş levhalar” olarak görür. Çocuklar bu süreç boyunca sadece toplumun değerlerini, normlarını değil aynı zamanda kendilerine yüklenen cinsiyeti ve bu cinsiyete özgü davranışları da öğrenir (Bilton ve diğerleri, 2009). Bu nedenle cinsiyet ayrıştırma sürecinin bir sonraki başlık olarak ele alınması faydalı olacaktır.

#### **2.1.4 Cinsiyet ayrıştırma süreci**

“Toplumun neyi kabul edilebilir neyi kabul edilemez olarak sınıflandırdığım öğrenme ve böylece kabul edilebilir sayılan davranışları benimseyerek bu topluma uygun hareket etme süreci”ne toplumsallaşma süreci denir. Bununla birlikte toplumun bireylerden bekledikleri tutum, ilgi ve davranışlar cinsiyete göre farklılık göstermekte, bir cinsiyet için kabul edilebilir olan davranış, tutum vb. diğer cinsiyete uygun görülmeyip çeşitli yaptırımlarla karşılanabilmektedir. Tüm bu davranışlar yaşamın ilk yıllarında edinilir hatta doğumdan itibaren edinilmeye başlanır. Bebeklikte cinsiyete uygun kıyafet seçimleri ile başlayan süreç devamında kız bebekleri daha nazik hareketlerle erkeklerin ise daha coşkulu sevilmesi, kız çocuklarının nazlanmasının hoş görülürken erkeklerde bunun uygun bir davranış olmadığı vurgulanması gibi şekillerle devam eder (Wienclaw, 2011).

Ebeveynlere kız ve erkek çocuklarına davranışlarının farklı olduğu belirtildiğinde genellikle sadece fiziksel olarak değil kız ve erkek çocuklarının davranışsal olarak da farklı olduğunu, bu nedenle de ebeveyn olarak davranışlarını farklılaştırdıklarını belirttikleri görülmektedir. Bununla birlikte

toplumda ve aile içinde kadın ve erkeklerden beklentiler farklı olduğu için bu durum yetiştirmeye de yansımaktadır. Yaşamın ilk yıllarında benzer yetenek ve özellikler ortaya koyan kız ve erkek çocukları özellikle ailelerinin bu farklı davranışları ile birlikte ergenlik çağına geldiklerinde sosyalleşme sürecinin etkisi ile farklı hareket etmekte ve cinsiyet olarak ayrılmış bireylere dönüşmektedir (Kuzucu, 2011).

Genel bir tanım yapmak gerekirse cinsiyet ayrıştırma süreci; “bireylerin içinde buldukları toplumun cinsiyet normlarını öğrendikleri ve bu normlar aracılığıyla bir cinsiyet kimliği oluşturdukları süreç”tir (Ryle, 2011). Cinsiyetlerin davranış alışkanlıkları yüzyıllardır çok fazla değişikliğe uğramıştır. Örneğin Amerika’da 1950’lerde kadınlar pastel rengi organze elbiseler giyip eldiven takarken, 1960 ve 1970’lerde bu durum değişmiş, abartılı kıyafetlerin yerini yırtık ve yamalı kotlar almıştır. Bu durum cinsiyetçiliğe protest bir davranış olarak değerlendirilebilir . Ancak her ne kadar kuşaklar arasında bu beklentilerde farklılıklar olsa da kadın ve erkeklerin davranış beklentilerini düzenleyen normlar toplumun vazgeçilmez düzenleyicileri olmaya devam etmektedir (Wienclaw, 2011).

Farklı nesillerde farklı toplumsal beklentiler oluşması, birbiriyle bağlantılı olarak ele alınması gereken iki faktör olarak kadın ve erkeğin üretim işlevi ve bu işleve göre oluşturulmuş toplumsallaşma sürecinin sonucudur. Bu iki faktörün etkileşimi sonucu tarihsel süreç boyunca kadınlık ve erkeklik sadece fizyolojik olarak değil aynı zamanda yetenekler, eğilimler, algılamalar ve öncelikler açısından da birbirlerinden farklılaşmıştır (Erol, 2008).

### **2.1.5 Toplumsal cinsiyet kavramı**

Yeni yaşam tarzları ve kalıplarının yaşandığı ve modernleşmenin devamında karşılaşılan küresel çağda, ikili ilişkilerin bireysellik etrafında kümelenmeye başladığı ve cinsiyetin de eskisi gibi genel geçer özelliklerle tanımlanamayacağı, kişinin kendisine ait bir olgu olarak ön plana çıktığı görülmektedir. Bu dönem kodlanmış kadınsılık ve erkeksilik özelliklerinin kalıcı olmadığı fikrine odaklanmaktadır. Kısacası kadın ve erkek sadece belirli kalıplara girmek yerine farklı toplumlan gözlemleyebilmekte ve küresel modelleri kendine referans alabilmektedir. Böylelikle fiziksel ve biyolojik

kalıplardan çıkarak yeni kimlikler kazanabilmektedir (Kara, 2012). Bireylerin önce içinde buldukları toplumun beklentilerini karşılamaya, devamında ise kendilerini tanımlama çabası içerisinde bulunmaya başladığı bu süreci açıklayan kavram ise toplumsal cinsiyettir.

Literatürde “toplumsal cinsiyet (gender)” kelimesinin ilk defa Yunan Sofistleri tarafından beşinci yüzyılda erillik, dişilik ve orta olarak yapılan bir üçlü sınıflandırmada kullanıldığı öne sürülmektedir. Fransızca ve Almanca’da “nötr (neuter)” olan kategori Latince’ye “hiçbiri (neither)” olarak geçmiştir (Archer ve Lloyd, 2002). Bununla birlikte kelime köken olarak incelendiğinde, yaklaşık 1300’lerde Eski Fransa’da tür, çeşit, sınıf anlamına gelen “gendre” kavramı, Latince’de ırk, aile, sıra, rütbe yerine geçen “genus” kavramı ve Aristoteles’in “genos” kavramı öne çıkan bazı kavramlar olarak sıralanabilir (Online Ethymology Dictionary).

Zeybekoğlu (2012)’a göre toplumsal cinsiyet ilk olarak Robert Stoller tarafından ortaya atılmıştır. Stoller (1968)’a göre toplumsal cinsiyet biyolojik çağrışımlar yerine psikolojik ve kültürel çağrışımları olan bir terimdir. Cinsiyet için uygun kavramlar “kadın ve erkek” ise toplumsal cinsiyet için uygun kavramlar “erkeksilik ve kadınsılık” olmalıdır. Stoller her ne kadar kavramın literatüre girmesini sağlasa da kavram asıl 1970 lerin başında Ann Oakley ile popülerlik kazanmıştır.

Kadın ve erkek sınıflaması yerine kullanılması gereken erkeksilik ve kadınsılık toplumsal cinsiyetin temelini oluşturur ve toplumsal cinsiyet meselesidir. Cinsiyetin değişmezliğinin karşısında toplumsal cinsiyetin kültür, yer ve zamana göre değişebilirlik özelliği ön plana çıkmaktadır (Oakley, 1998).

Her ne kadar sınıf gibi toplumsal cinsiyet kavramının kökleri 19. Yüzyıla dayanmasa ve sosyal hayatı açıklamanın merkezinde bulunması ve sorgulanması 1960’lardan itibaren gerçekleşse de pek çok toplum araştırmacısı için bireylerin hayatlarında sınıf, ırk ve etnik kökene göre daha fazla etkili olduğu düşünüldüğü için toplumsal cinsiyet en önemli sosyal sınıflandırma kriteri olarak ele alınmaktadır (Evans, 2006).

Kavram ortaya atılmadan önce kadın ve erkek temel alınarak yapılan karşılaştırmalar, kavramın ortaya atılmasıyla sadece birey boyutundan sıyrılmış,

hem birey hem de toplumu ele alır hale gelmiştir. Böylelikle sadece biyolojik farklılıklar değil ilgi, yetenek, algı vb. farklılıklar bu temel üzerinden inceleme alanları bulmuştur (Erol, 2008). Kısacası toplumsal cinsiyet, “bir toplumda kadın ve erkeklerin, toplumsal hiyerarşi içerisindeki yerlerinin, cinsiyet farklılıklarına göre tanımlanması” şeklinde gündeme gelmektedir (Erol, 2008).

Cinsiyet (sex) biyolojik/genlerle ilgili özelliklerden oluşan farklılıklar çerçevesinde oluşturulmuşken, toplumsal cinsiyet (gender) ise toplum tarafından türetilmiş, temelinde eşitsizlik olduğu vurgulanan kadınlık ve erkeklik ilişkilerini içeren kavram Ökten (2009)’a göre Oakley tarafından ortaya atıldığı tarihten günümüze kadar toplumsal cinsiyet çalışmaları üç önemli aşamadan geçmiştir. Bu aşamalar şu şekilde sıralanabilir:

*Birinci aşama:* Cinsiyet farklılıkları üzerinde durulan aşama olup çalışmacıların ortak görüş olarak farklılıkların temelinde biyolojik özellikler olduğunu öne sürdüğü aşamadır.

*İkinci aşama:* Toplumsal cinsiyetin toplumsal düzenlemelerin bir sonucu olarak kabul edildiği ve cinsiyet rolleri ve toplumsallaşmanın irdelendiği aşamadır.

*Üçüncü aşama:* Toplumsal cinsiyetin çalışma hayatı, sosyal düzen, eğitim, hukuk, medya çalışmaları gibi pek çok alanı da içerecek şekilde bütün toplumsal sistemin merkezinde bulunduğu aşamadır.

Biyolojik cinsiyetten farklı olarak kültürel olarak belirlenen ve cinsiyet kimliğine yansıyan toplumsal cinsiyet yalnızca cinsiyet farklılığını değil cinsler arasında eşit olmayan güç ilişkilerini de temel almaktadır. Bu nedenle günümüzde kadınların karşılaştıkları sorunlar kökenini toplumsal cinsiyetten almaktadır. Toplumsal cinsiyet alanında yapılan çalışmalar incelendiğinde toplumsal cinsiyete ilişkin önyargılardan dolayı ikinci plana atılması ve kadınları olumsuz yönde etkilenmesi toplumsal cinsiyetin sonucudur (Zeybekoğlu, 2012).

Wharton (2005)’a göre toplumsal cinsiyet, temelini cinsiyet farklılıklarının oluşturduğu, bu farklılıkları sürdüren ve bu ayrımları temel alarak eşitsizlik ilişkilerini düzenleyen bir “sosyal uygulamalar sistemi” dir. Bu tanımda özellikle üzerinde durulması gereken üç nokta bulunmaktadır. İlk olarak, toplumsal cinsiyet sabit bir durum olması ile birlikte aynı zamanda bir süreçtir

yani cinsiyet sürekli olarak yeniden üretilmektedir. İkinci olarak toplumsal cinsiyet sadece basit bir özellik olmanın ötesinde toplumsal yapının her düzeyinde etkili olmaktadır. Son olarak ele alınması gereken nokta ise toplumsal cinsiyetin eşitsizlik ilişkilerini düzenlemesidir.

Benzer bir kavramsal yaklaşım ele alan Hoogland (2008)'e göre ise toplumsal cinsiyetin genişleyen etki alanı üç iç içe geçmiş ve aynı anda hareket eden özellikten oluşmaktadır. Bu özelliklerden ilki toplumsal cinsiyetin subjektif olmasıdır, insanlar hem bireysel olarak hem de kolektif olarak kendilerini toplumsal cinsiyetler aracılığıyla ifade ederler. Toplumsal cinsiyetin sosyal bir değişken olarak işlev görmesi ikinci özellik olarak sıralanabilir. Toplumsal cinsiyet farklı -diğer ayrımlar hariç, ikili cinsiyet ayrımına göre farklılaşan- pek çok insanın farklı sosyal pozisyonlar benimsediğini ve tabakalı bir sosyokültürel dünyada farklı ve büyük ölçüde önceden karar verilen hayatlar sürdürdüğünü varsayma eğilimlerini yapılandırmaktadır. Üçüncü ve son olarak ise toplumsal cinsiyet kadın ya da erkek olmanın - kadın veya erkek olarak sınıflandırılmanın - kültürel simge ve anlamlarını belirler.

Kadın ve erkeklerin toplumdaki hareketlerinin temel kaynağı toplumsal cinsiyet araştırmalarının temelini oluşturmaktadır. Kadın ve erkeğin doğal olarak mı farklı olduğu yoksa içinde buldukları toplum tarafından mı farklı yetiştirildikleri, erkeklerin savaççılık işçilik gibi toplumda iş yapan, kadınların ise bakım işlerini üstlenen konumda olmalarının doğaları gereği olup olmadığı, duygusal farklılıklarının (erkeklerin agresif, mantıklı, rasyonel ve kadınların sezgisel ve duygusal olması) öğretilen bir durum mu yoksa doğaları gereği oluşan bir yapı mı olduğu, dünyada erkeğin yerinin dışarda çalışmak kadının yerinin ise evde bakım işleri ile uğraşmak olup olmadığı gibi pek çok soru toplumsal cinsiyet - cinsiyet ayrımını belirginleştirmek amacıyla araştırılmaktadır (Slattery, 2003). Bu soruların yanıtlan kullanılarak toplumsal cinsiyetin kuramsal çerçevesi elde edilebilir (Uluocak ve Aslan, 2011).

Butler (2004), toplumsal cinsiyetin tam olarak ne birinin'ne olduğu'' nu ne de ''nelere sahip olduğu''nu belirten bir kavram olmadığını belirttiği çalışmasında toplumsal cinsiyeti kadınsılık ve erkeksiğin hormonal, kromozomal, psişik ve edimsel doku formları ile birlikte üretildiği ve doğallaştırıldığı bir mekanizma olarak tanımlamıştır.

Buraya kadar olan tüm tanımlar ve bilgiler ışığında toplumsal cinsiyet ve cinsiyet kavramlarının çeşitli önemli noktalarda ayrıştığını söylemek mümkündür. Cinsiyet kadın ve erkeği ayıran biyolojik özellikleri açıklamakta ve kromozomlar, anatomi, hormonlar, üreme sistemi ve diğer fiziksel bileşenleri temel almaktadır. Toplumsal cinsiyet ise toplumsal yapı içerisinde kadın ve erkek ile ilişkilendirilen sosyal, kültürel ve psikolojik özelliklere karşılık gelmektedir. Cinsiyet bireyleri kadın - erkek, toplumsal cinsiyet ise eril ve dişil olarak sınıflandırmaktadır. Biyolojik özelliklerle cinsiyet atfedilen bir durum, toplumsal cinsiyet ise sonradan öğrenilen bir durum olarak ifade edilmektedir (Lindsey, 2010).

### **2.1.6 Rol kavramı**

Rol “toplumsal sistem içinde belirli bir konumdaki kişinin nasıl davranması gerektiğini belirten normlar” olarak tanımlanabilir (Gündüz Kalan, 2010). Bununla birlikte bireylerin örgütlü sosyal yapı içerisinde nerede bulunduğunu, hangi sorumlulukları olduğunu, diğer pozisyonlardaki insanlara nasıl davranması gerektiğini bildiren normları kapsamaktadır (Coşkun ve Özdilek, 2012).

Rolle ilgili yapılan pek çok tanım toplumun bireyde görmek istediği davranışlara vurgu yapmaktadır, diğer bir deyişle rol ne toplumsal ne bireyseldir, toplumsal beklentilerin bireyde davranış olarak ortaya çıkmasıdır (Vatandaş, 2007).

Roller beklenen rol, algılanan rol ve gerçek rol olarak üç farklı şekilde incelenebilir. Beklenen rol; “diğer insanların bireyden beklentileri” şeklinde tanımlanırken, algılanan rol; “kişinin beklenen rolü karşılamak için nasıl davranması gerektiğini algılama biçimi”dir. Son olarak gerçek rol ise kişinin algıladığı rolü gerçekleştirme şeklidir. Mead’in görüşlerini temel alan Şener (2012)’e göre ise bireyler toplumsallaşma sürecinde önce beklenen rolü anlama ve beklenen role uygun hareket etme çabası göstermektedir. Bu nedenle karşılaştıkları bireyleri anlamaları açısından empati kurmaları büyük önem taşımaktadır.

İnsanlar günlük yaşamlarında pek çok statüye bağlı olarak yaşadıkları için pek çok rol üstlenebilirler. Örneğin bir birey aynı anda içinde bulunduğu duruma

göre erkek, koca, oğul, baba, işyeri yöneticisi, demek gönüllüsü vb. rollere sahip olabilir (Şavran, 2012).

İçli (2005)'ye göre toplumsal rollerin bireye uyarlanması iki şekilde gerçekleşir:

*Tahsis etme:* Teyzelik, babalık, evlat olmak gibi bazı roller kişiye otomatik olarak verilen rollerdir. Kısacası kişiye rolün dışarıdan verilmesidir.

*Üstlenme:* Bireyin kendi karar ile bilinçli olarak, gönüllü bir şekilde bir rol üstlenmesidir. Örneğin evlilik kararında, bir meslek sahibi olmada kişi kendi seçimleri doğrultusunda hareket etmekte ve kendisi bir rol üstleneceğini bilmektedir.

### **2.1.7 Toplumsal cinsiyet rolleri**

Bireylerin sosyal hayattaki konumları, diğer insanlara sergiledikleri duygu, davranış ve düşünce kalıpları *toplumsal rolleri* ifade ederken (Şener, 2012), doğuştan olmayıp kazanılmış olarak kültürün cinsiyetlere uygun bulunduğu duygu, tutum, davranış ve roller arasındaki farklılıklar ise *toplumsal cinsiyet farklılıkları* olarak adlandırılmaktadır (Ersoy, 2009). Ann Oakley ise toplumsal cinsiyet kavramını betimlerken kadınlık ile erkeklik arasında bulunan eşitsiz toplumsal bölünmeleri ele alarak cinsiyet konusunun toplumsal roller arasında *asimetrik dağılımı* vurgulamaktadır (Uluocak ve Aslan, 2011).

Toplumsal gelişmeler ışığında kadın ve erkeklerin görev ve sorumlulukları da değişime uğramakta, kadınların çalışma yaşamına katılımı, teknolojik gelişmelerin belirli işleri kolaylaştırması, bireylerin aile ile birlikte değil tek başlarına yaşamaya başlamaları gibi pek çok faktör bu değişimi etkilemektedir. Tüm bu faktörler araştırmacılar için de üzerinde durulması gereken başlıklar olarak ele alınmaktadır. Güzel (2014)'e göre tüm bu faktörlerin ön plana çıkması ile birlikte 1980 sonrası antropoloji ve diğer pek çok bilim dalında cinsiyet ve toplumsal cinsiyet “toplumsal cinsiyet rolleri” ile birlikte değerlendirilmektedir. Kadınlar ve erkeklere içinde buldukları toplum tarafından atfedilen anlam ve önemi kavramsallaştıran toplumsal cinsiyet, biyolojik farklılıklardan kaynaklanan “doğal ve normal” algısı ile özdeşleştirilmektedir. Bununla birlikte bu toplumsal cinsiyet rolleri tarihsel, kültürel, ekonomik ve siyasal bir alt yapı ile birleşmekte ve toplumsal



gelişmelerin etkisi ile bu rollerin de doğal ve normal olduğu algısı güçlenmektedir.

Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet terimleri üzerine tartışmalar nedensellik konusu üzerine odaklanmıştır (Dökmen, 2012). Tartışmalar sonucu gelinen noktada ise çözüm olarak, cinsiyet ile bağlantılı olarak kullanılan kavramların içerikleri kavramların kullanım amaçları ile bağlantılandırılmaktadır. Kavram *Cinsiyet özelliklerini* ele almıyorsa doğuştan sahip olunan özelliklere dikkat çekmekte ve fizyolojik, biyolojik ve psikolojik noktaları ele almakta iken, toplumsal ve kültürel konularla bağlantılı olarak gereklilikler, nitelermeler ve kazanımları ele almıyorsa *toplumsal cinsiyet rolleri ve tutumlarına* vurgu yapıldığı söylenebilir (Ersoy, 2009). Cinsiyet, bireyin biyolojik özellikleri ile ilgili olup doğuştan gelen bir yapı iken toplumsal cinsiyet rolleri bireyin çevresiyle etkileşimi sonucu oluşan toplumsal bir yapıdır (Aydilek, Çiftçi ve Özkan, 2011).

Toplumsal cinsiyet rolleri kavramı ilk olarak 1955 yılında psikolog John Money tarafından “bir kişinin cinsellik ile ilgili özellikleri içerecek ancak bu özellikler ile sınırlandırılmayacak şekilde kendini erkek ya da kadın statüsüne sahip olarak ortaya koymak amacıyla yaptığı ya da söylediği her şey”i belirtmek amacıyla ortaya atılmıştır. Money’e göre toplumsal cinsiyet rolleri erken çocuklukta kazanılmaktadır ve kişinin biyolojik cinsiyetinden farklı olabilir (Hoogland, 2008).

Benzer bir görüşü savunan Dökmen (2012)’e göre de toplumsal cinsiyet rollerinin bireyin cinsel tercihlerini belirlememesi önemle üzerinde durulması gereken bir noktadır. Bireyin biyolojik olarak kadın - erkek olması, toplumsal cinsiyet olarak geleneksel - geleneksel olmayan roller benimsemesi, karşı cins ya da kendi cinsine ilgi duyması gibi durumlar genellikle örtüşür ancak örtüşmediği durumlarla karşılaşmak olasıdır. Örneğin bireyin erkek olması her zaman toplumsal cinsiyet rolleri açısından erkeksi olacağı veya kadınlara ilgi duyacağı anlamına gelmez.

Bununla birlikte toplum tarafından bireylerin kendi cinsiyetine uygun cinsiyet rolü özellikleri göstermesi beklenmektedir, kişi kadın ise kadınsı özellik taşıyıp erkeksi özellikleri taşımamalı, erkek ise erkeksi olup kadınsı özellikleri taşımamalıdır. Böyle bir görüşün temelinde yatan ise toplumsal cinsiyet rollerinin, kadın ve erkek farklılıklarının toplumsal olarak nasıl algılandığına

bağlı olarak ortaya çıkması ve bireye toplumsal açıdan inşa edilmiş beklentiler yüklemesidir (Uluocak ve Aslan, 2011).

Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rollerinin uyuşması gerekliliği ile ilgili tartışmalar 1936 yılında Lewis Terman ve Catherina Cox Miles'm çalışmasını temel almaktadır. Terman ve Miles öne sürdükleri ve 455 sorudan oluşan Masculinity - Femininity Ölçeği'nde (M - F Scale) kelime çağrışımları, mürekkep testleri, içe dönüklük - dışa dönüklük testi gibi testler içeren anketleri ile kadınsılık - erkeksilik ölçümü yapmışlardır. Çıkan sonuçlara göre erkekler daha erkeksi, kadınlar daha kadınsı olarak raporlanmış ve cinsiyetler arasında ayırıştırma yapılmıştır. Eğer kadın ve erkek bir bütünde iki nokta olarak ele alınırsa bu noktalar dışında davranan bireyler cinsiyete uygunsuz davranış örnekleri sayılmaktadır (Stets ve Burke, 2000).

Terman ve Miles'm bu yaklaşımı ikili ayırım önerirken Kimmel (2011) içsel psikolojik tanımlama ve dışsal davranışsal belirtileri dikkate alarak dört olası karşılaştırmadan söz edilebileceğini belirtmiştir.

### **Çizelge 2.2: İçsel Psikolojik Tanımlama - Dışsal Davranışsal Belirtiler Matrisi**

İçsel psikolojik tanımlama			
Dışsal davranışsal belirtileri		Erkeksi	Kadınsı
	Erkeksi	EE	EK
	Kadınsı	KE	KK

**Kaynak:** Kimmel, 2011

Üst sol ve alt sağdaki hücreler (EE - KK) toplumsal cinsiyete uyumlu olarak adlandırılır ve bu bireylerin içsel psikolojik tanımlamaları ile dışsal davranış belirtileri uyuşmaktadır. Sağ üstte yer alan ve içsel psikolojik tanımlamalarında kadınsı ancak dışsal davranış belirtileri erkeksi olan bireyler aynı zamanda ırkçılık, otoriterlik ve hipererkeksilik açısından yüksek puanlar almışlardır. Yazara göre bu durum erkeksilikleri konusunda kendine güvenmeyenlerin güvensizliklerini örtbas etmek için kullandıkları tutumlardan kaynaklanmaktadır.

Rol-toplumsal cinsiyet uyarlamalarında ana fikir sadece biyolojik özellikleri değil toplumsal değerleri de ele alan bir sınıflandırma yapmak olup temelde bireyin er ve ya dişi olarak üstlendiği rolü hedef aldığı için her zaman iki cinsiyet rolü üzerinde tartışılmaktadır: Erkek rolü (eril rol) ve kadın rolü (dişil rol). Bununla birlikte ilk önce irdelenmesi gereken nokta toplumsal cinsiyet rollerinin nasıl geliştiğidir. Vatandaş (2007)'a göre bu soru öğrenme ve bilişsel mekanizma olarak iki şekilde cevaplanabilir:

*Öğrenme yaklaşımı:* Bu yaklaşıma göre erillik ve dişilik diğer bilgiler nasıl öğreniliyorsa benzer bir süreçten geçerek öğrenilir. İki ana başlık olarak toplamak gerekirse ilk olarak çocuklar *pekiştirme* yolu ile öğrenmektedirler. Toplum tarafından uygulaması uygun görülen davranışı yapan çocuk ödüllendirilirken bu durumun dışında davranan çocuk cezalandırılmaktadır. İkinci olarak ise çocuklar *taklit* ederek toplumsal cinsiyeti öğrenmektedirler. Buna göre çocuklar kendisiyle aynı cinsten olan ebeveynini model olarak taklit etme eğilimindedir. Bununla birlikte zamanla sadece ebeveynlerini değil diğer insanları da taklit etmeye başlayacaklardır.

*Bilişsel yaklaşım:* Çocuklar belirli bir gelişim düzeyine ulaştıktan sonra bir tür anlayış ve değer Toplumsal cinsiyet rollerini açıklayan teorik çerçeveye çalışmanın devamında ayrıntılı olarak değinilecektir.

## **2.1.8 Toplumsal cinsiyet rolleri ile ilgili kavramlar**

### **2.1.8.1 Kalıpyargı**

Kelime kökeni olarak ele alındığında kalıpyargı, iki Yunanca sözcük olan stereos (katı) ve typos (tip, izlenim) kelimelerinden türemiş olup İngilizce' de stereotype olarak karşılık bulurken (Old and Sold) Türkçe'ye kalıpyargı olarak çevrilmiştir. Tarihsel olarak kelimenin ilk kullanımları baskılama alanında olup tekrarlanan baskılarda kullanmak üzere metnin katı forma getirilmesine karşılık olarak kullanılmıştır (Blum, 2004). Terim sosyal bilimler alanında ilk defa 1922 yılında gazeteci Walter Lippman tarafından kullanılmıştır ve Lippman insanların sadece dışsal gerçekliklere göre değil daha çok algı ve bilişlerini kolaylaştıran “kafalarındaki resimlere”, diğer bir deyişle kalıpyargılara göre hareket ettiklerini ifade etmektedir (Synder ve diğerleri, 1982).

Genel bir tanım olarak kalıpyargı; “bir toplumsal gruba ilişkin inançlar, bu grubun çağrıştırdığı özellikler”dir. Bu özellikler bilişsel, duygusal vb. özellikler olabileceği gibi mantık yürütülerek ulaşılan genellemeler de olabilir. Kalıpyargılar bireylerin zihinlerinde yarattıkları toplumsal çerçeveler olmaları itibari ile gerçeği yansıtmayabilir (Sağlam, 2011).

Apalı (2011)’ya göre “basmakalıp sözler, klişeler” gibi farklı isimlerle de anılan kalıp yargıların belirli özellikleri bulunmaktadır. Bu özellikler şu şekilde sıralanmaktadır:

- Kalıpyargılar olumlu ve olumsuz ifadelere sahip olabilirler. Örneğin “Kadınlar, erkeklerden daha hassas düşünürler.” ifadesi kadınlar için olumlu bir kalıp yargı iken “Kadınlar erkek işine karışmaz.” ise olumsuz bir kalıpyargıdır.
- Kalıpyargılar, sözlü iletişime dayanır, önce kişiler arasında konuşulur, ortak görüş haline gelir, diğer bireylere yayılır ve daha sonra davranış haline dönüşür.
- Kalıpyargılar yıllarca süregelen ifadeler olarak toplumun geleneklerine ışık tutarlar.
- Kalıp yargılar uzun yıllar boyunca tekrarlanan sözlü ifadeler oldukları için değiştirilmeleri kolay değildir.
- Kalıpyargılar genellikle basit bilgileri içerir. Bunun nedeni hem basit olayların genellenmesinin kolay olması hem de kalıpyargıların bu bilgiler sayesinde basit bir durumda bile insanın zihninde canlanabilmesidir.

Kalıpyargıların içeriği üzerine yapılan çalışmalar kalıplaşmış gruplar hakkında pek çok inancın yetkinlik ve samimiyet olarak iki boyutlu kombinasyonlar ile ele alınabildiğini göstermiştir. Düşük yetkinlik - yüksek samimiyet ve yüksek yetkinlik düşük samimiyet iki zıt kombinasyon iken düşük yetkinlik - düşük samimiyet ve yüksek yetkinlik - yüksek samimiyet durumu da ele alınabilmektedir. Şekil 2’de bu kombinasyonlar, her biri ile ilişkilendirilen duygular ve her biri için verilen örnekler görülmektedir. Bu kalıpyargı içerik modeline göre alt sınıf olarak görülen bireyler (araştırmanın amacına göre kadınlar, etnik azınlık grupları, yaşlı insanlar, engelliler vb.) daha az yetkinliğe sahip olsalar da daha samimidirler ve bu nedenle olumlu olarak

derecelendirilirler. Bununla birlikte bu gruplara oranla daha yüksek statüde görülen gruplar ise daha yetkin görülmelerine rağmen samimiyet açısından olumsuz olarak derecelendirilmektedirler. Kısacası bu görüş hem kalıpyargıların içerikleri ile ilgili karmaşık yapıyı ortaya koymayı hem de bu kalıpyargıların etkilerini vurgulamayı hedefler (Brannon, 2004).

Crespi (2003)'ye göre insanlar ırk, din, yaş gibi pek çok farklı şekilde gruplandırılabilirler iken pek çok kez cinsiyet sınıflandırılması kullanılmaktadır. Bireyler birbiri ile karşılaştıklarında en hızlı tanımladıkları şey birbirlerinin cinsiyeti olmaktadır. Bu durum hem alışkanlıklardan kaynaklanmakta hem de otomatik olarak yapılabilmektedir. Toplum kadın - erkek olarak iki gruba ayrıldığında ise tüm kadınların ve tüm erkeklerin aynı şekilde ve iki grubun birbirlerinde tamamen farklı hareket edeceği varsayılmaktadır. Bu durum da temel olarak kalıpyargıların cinsiyete yönelik olarak ayrıştırılması ile sonuçlanmaktadır.

Genel kalıpyargı tanımlarıyla benzer yapı gösteren cinsiyet kalıpyargıların toplumun kadın ve erkeğe uygun olarak belirlediği davranışlara ilişkin genel ifadeleri içermektedir. Hem kadın hem de erkeklerin davranışlarını sınırlandırmasının nedeni ise bu kalıpyargıların dışındaki görüşlerin olumsuz algılanmasından kaynaklanmaktadır (Gündüz Kalan, 2010 ; Yavuz, 2007). Psikoloji alanında yapılan pek çok çalışmaya göre ise cinsiyet kalıpyargıları farklı kültür ve etnik gruplara göre değişim göstermektedir (Özkan ve Lajunen, 2005).

Best (2003)'e göre cinsiyet kalıpyargıların; "iki cinsiyet grubu içinde farklı sıklıklarla meydana gelmesi beklenen psikolojik özellikler ve davranışlardır. Kalıpyargılar genellikle geleneksel cinsiyet rollerini destekler niteliktedir ve çocuklar için sosyalleşme modelleri olarak da öne çıkabilmektedir.

Bir insanın nasıl davranması gerektiğini doğrudan cinsiyete göre ayırıtıran cinsiyet kalıpyargılarına göre, geleneksel roller çerçevesinde, erkekler güçlü olup ev geçindirmek, kadınlar ise evi düzenlemeli, çocuk bakımını üstlenmeli ve kanaat etmelidir (Günay ve Bener, 2011). Toplumda kız çocuklarının okumaması, çalışmaması gibi bir tutum var ise "kız çocukları okumasa da olur" şeklinde bir kalıpyargı yerleşiminden söz etmek mümkündür. Bu kapsamda kadınlarla ilişkilendirilen kalıpyargılardan bazıları uysal, duygusal, sakin,

temiz, gösterişli, ev kadını, çocuk bakıcısı şeklinde iken erkekler ise saldırgan, duygusuz, gürültücü, dağınık, atletik, matematik ve fen odaklı, eve ekmek götüren gibi kalıpyargılarla ilişkilendirilmektedir. (Erol, 2008).

Bununla birlikte “Neden cinsiyet kalıpyargılarına ve normlarına uyulmalıdır?”, “Neden toplumdaki bireyler için cinsiyetle ilgili beklentileri haklı çıkarmak gerekmektedir?” gibi sorulara da kalıpyargıların anlaşılması açısından açıklama getirilmesi gerekmektedir. Bu sorulara cevap olarak her şeyden önce bireylerin normatif baskı altında olduğunu söylemek gerekmektedir. Normatif baskı nedeniyle bireyler içinde buldukları toplumda belirli yaptırımlarla karşılaşmamak için toplumun beklentilerini karşılamak durumundadır. Aynı zamanda bilgisel baskıdan da söz etmek yerinde olacaktır. Bebeklik çağından itibaren kültür aracılığıyla bireylere kız ya da erkek olmanın gereklilikleri öğretilmektedir. Oynanan oyuncaklardan, kıyafetlerin rengine kadar pek çok bilgi bireylerin kalıpyargılar dışında davranmaması için baskı yapar niteliktedir (Aksu, 2005).

Brannon (2004)’a göre cinsiyet kalıpyargılarının oluşumu üç aşamada gerçekleşmektedir. Bu aşamalar Tablo 2’de gösterilmektedir. Çocuklar ilk aşamada her bir cinsiyet için doğrudan ilişkilendirilen özellikler ve davranışları öğrenmektedir. Bu aşamada sadece oyuncak seçimi, rol model seçim gibi doğrudan ilişkileri fark etmekte ancak kalıpyargıların tam olarak oluşmasında önemli olan dolaylı çağrışımların ayırımına varamamaktadırlar. İkinci aşamada ise sadece kendi cinsiyetleri için dolaylı çağrışımlar edinmeye başlarlar ancak hala karşı cinsiyetle ilgili belirsiz düşüncelere sahiptirler. Üçüncü ve son aşamada ise hem kendi cinsleri, hem de karşı cins ile ilgili doğrudan ve dolaylı çağrışımları öğrenerek kadın ve erkekler ile ilgili kalıpyargısal kararlar verme kabiliyetini kazanmış olurlar.

### **2.1.8.2 Cinsiyet ayrımı**

Toplumların yüzyıllardır süregelen kalıpyargıları toplumsal bilinç oluşmadan önce ortaya atılan ifadeler olmakla birlikte, modernleşme ile birlikte bu kalıpyargılar değişmeye başlamıştır. Bu dönemden önce ise cinsiyet ayrımı yapan ifadelerin toplum zihnine yerleşmesi daha kolaydı. Cinsiyet ayrımı yapan kalıpyargılar kadın ve erkek arasında belirli farklılık ilkeleri olduğunu ifade

etmektedir ve bu ayırım noktalan Şu Şekilde sıralanabilir (Archer ve Lloyd, 2002):

- Kadınlar ve erkekler birbirlerinden tamamen farklıdır.
- Erkekler daha üstündür ve kadınlar ikinci sınıftır. Bu kalıpyargı ile çeliŐkili olarak kadınlar daha güzel, daha ahlaklı insanlar olarak görülür.
- Erkekler mantıklı ve akıllıdır. Kadınlar duygusal ve irrasyoneldir.

“Kadınlar kaprisli ve güvenilmezdir. Bunun temel nedeni kontrol edilemeyen hormonal deęiŐimlerinin duygusal patlamalara neden olmasıdır”. Bu tür ifadeler gibi olumsuz kalıp yargıların oluşturulması *cinsiyet ayırımı (sexism)* yani kadınların erkeklerden daha düşük statülü olduğu inancı ile sonuçlanabilir. Temel olarak erkeklere göre kadınlar daha fazla cinsiyet ayrımcılığına maruz kalmaktadır. Örneğin erkeklere oranla kadınlar hem ev içinde hem de ev dışında güç, prestij ve ücret gibi statü farklılıklarını daha fazla yaşamaktadır. Cinsiyet ayırımı, temelinde ise biyolojik farklılıklar ile ilgili negatif inançların yıllar boyunca pekiştirilmesine ve kadınlarla ilgili ayrımcılığı haklı çıkarmak için bu inançların kadınları ikinci plana atmada ortaya sürülmesine dayanır (Lindsey, 2010). Cinsiyet ayırımı her ne kadar temelini biyolojik farklılıklardan alsada aslında gelişimi politik, ideolojik, ekonomik ve kültürel yapılara dayanmaktadır (Güzel, 2014).

Zgourides ve Zgourides (2000)’e göre de benzer Şekilde her ne kadar cinsiyet eşitliği için çok önemli çalışmalar yapılsa da toplumsal uygulamalarda eşitsizlik ortadan kaldırılmadıkça bu durum devam edecektir. Eğitim, çalışma hayatı ve siyasette görülen pek çok eşitsizliğin temelinde *cinsiyet ayırımı* yani cinsiyet farklılığı nedeniyle yapılan ayrımcılık ve ortaya atılan önyargılar bulunmaktadır. Kısacası cinsiyet ayırımı cinsler arasında eşitsizlik ve ayrıma sebep olmaktadır.

Kadınlar cinsiyet ayırımı ile kendilerini erkeklerden daha zayıf hissettikleri zaman bu durum kabul etme ile sonuçlanır. Toplum bunu kabul ettiğinde ise kadınlar rekabete daha az kendilerine güvenerek, daha az beklentilerle başlarlar dolayısıyla da kazanımları da daha düşük seviyede olacaktır. Toplumlarda eşitsizliğin kabulü ile beraber üstlenilmesi gereken görev ve sorumluluklar da zamanla farklılaşacaktır. Tam olarak benimsenmesi durumunda ise iki temel

ilkeye dayanarak toplumsal işleri kadın işleri ve erkek işleri olarak ayrıştırılmaktadır. *Ayrıma ilkesi* “kadın ve erkek işlerinin farklı olması gerektiği”ni öne sürerken *hiyerarşi ilkesi* “erkek işlerinin kadın işlerinden daha değerli olduğu”na vurgu yapar (Urhan ve Etiler, 2011).

Kadınlara karşı geliştirilen cinsiyet ayrımı beraberinde “*yoksulluğun feminizasyonu*”nu doğurmaktadır. *Yoksulluğun feminizasyonu* kadınların erkeklere göre daha yüksek oranlarda yoksulluk yaşamalarıdır (The Feminization of Poverty, 2010). Kadınlar yoksullaştıkça daha az maddi kaynağa sahip oldukları için daha düşük sosyal statü, güç ve kendini geliştirme fırsatı yakalamaktadırlar ve bu durumda da maddi olarak gelişmemektedirler (Ulusoy, 1999). Dolayısıyla cinsiyet ayrımı konusunda toplumsal kanılar değişmediği sürece yoksulluğun feminizasyonunun kısır döngü olarak devam edeceği öne sürülebilir.

Toplumsal cinsiyet temelli ayrımcılığı Bilton ve diğerleri (2009)’ne göre iki farklı şekilde gerçekleşmektedir.

- *Yatay toplumsal cinsiyet ayrımı*: Erkek ve kadınların niteliksel olarak farklı iş tiplerine uygun görülmesidir. Her ne kadar günümüzde bu konuda ayırım giderek azalmakta ise de hala birçok mesleğin cinsiyet ayrımına göre çağrışım yaptığını söylemek mümkündür. Örneğin hemşire, ebe, temizlik görevlisi, bebek bakıcısı gibi meslekler daha çok kadınlarla, polislik, şoförlük, kasaplık gibi meslekler ise erkeklerle ilişkilendirilir.

- *Düşey toplumsal cinsiyet ayrımı*: Erkek ve kadınların aynı meslekte yüksek ya da düşük derecelere ayrılmasıdır. Kadınların hiyerarşik olarak çalışma yaşamında daha alt statüde yer almaları ve yükselmelerinin daha zor olması olarak gelişen bu ayırım literatürde “*cam tavan sendromu*” olarak geçmektedir ve kadın ve erkeklerin aynı pozisyonda iken yükselmelerinde eğitim, yetkinlik ve becerinin değil cinsiyetin temel ölçüt alınmasına dayanmaktadır (Urhan & Etiler, 2011).

Cinsiyet ayrımının tam tersi bir ifade olan toplumsal cinsiyet eşitliği (gender equality) kavramı ise bireylere toplumsal kaynakların, sosyal fırsatların ve hakların kullanılmasında cinsiyetleri nedeniyle ayırım yapılmaması ve kadın ve



erkeğe tamamen eşit davranılması anlamına gelmektedir (Coşkun ve Özdilek, 2012).

Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Komisyonu tarafından 1948 yılında yayınlanan İnsan Hakları Evrensel Bildirisi'nin 2. Maddesi'ne göre "herkes, ırk, renk, *cinsiyet*, dil, din, siyasal veya başka bir görüş, ulusal veya sosyal köken, mülkiyet, doğuş veya herhangi başka bir ayırım gözetmeksizin tüm haklardan eşit yararlanabilir". Ancak her toplumun bu bildirmede belirtilen hükmü tam olarak yerine getirmediği açıktır. Ülkelerin toplumsal cinsiyet eşitliği sağlamadaki başarıları; kadın ve erkeğin yaşama süreleri, yetişkin kadın ve erkek okur - yazarlık oranları ve kadın ve erkeklerin okullaşma oranları ele alınarak incelenmektedir ve "Toplumsal Cinsiyet Eşitliği Gelişim Endeksi"ni bu faktörler oluşturmaktadır. Bununla birlikte "Toplumsal Cinsiyet Eşitliğini Güçlendirme Endeksi" ise parlamentodaki kadın oranı, karar mekanizmalarındaki kadın oranı ve mesleki ve teknik işlerde çalışan kadın oranı ele alınarak hesaplanmaktadır (Alisbah Tuskan, 2012). Türkiye Ekonomi Politikaları Araştırma Vakfı (Demirdirek ve Şener, 2014)'nın yaptığı araştırmaya göre yerel veriler ele alındığında 2013 yılında toplumsal cinsiyet eşitliğini güçlendirme endeksi en yüksek çıkan iller sırasıyla İstanbul, Tunceli, Tekirdağ, Ankara ve Eskişehir olmuştur. İzmir ise endekste 19. Sırada bulunmaktadır.

Bireysel olarak ele alındığında ise eşitçilik (egalitarianism) "bireylerin cinsiyet rolleri, cinsiyetlerin eşitliği ve kadının kendini gerçekleştirme yönelik tutumları" olarak kavramsallaştırılabilir. Diğer bir deyişle eşitlikçilik "bir bireyin her bir cinsiyete tahsis edilmiş olan kalıp yargısal rol ve davranışları kabullenme seviyesi"dir. Yüksek eşitlikçilik daha düşük geleneksel cinsiyet rolleri demekken tam tersi düşük eşitlikçilik geleneksel rolleri daha fazla benimseme anlamı taşımaktadır (Dalakas ve Shoham, 2010).

Geleneksel kalıplar çerçevesinde kadınlara yüklenen roller profesyonel yaşamda yer almayıp evle ilgili sorunlarla uğraşmak, erkeklere yüklenen roller ise evin reisi olmak, ekmek parası kazanmak, daha riskli işlerle uğraşmak şeklinde sıralanabilir. Aynı zamanda geleneksel yapıda erkekler kadınlara göre daha özgür yetiştirilmekte, kaynaklara daha kolay ulaşabilmekte ve din ve diğer kısıtlamalardan daha az etkilenmektedir. Eşitlikçi rollerde ise aile, eğitim,

sosyal yaşam ve profesyonel yaşamdan eşit yararlanma hakkına sahip olan kadın ve erkekler karar verme, seçim yapma, sağlık, kariyer, profesyonel yaşam konularında eşit koşullarda bulunmaktadır. Böylece toplumsal konum, saygınlık ve güce ulaşma şansları da eşit hale gelmektedir (Akın ve Demirel, 2003).

### **2.1.8.3 Cinsiyet kültürü**

Toplumsal cinsiyet ideolojisi; belirli bir kültürün neyin eril neyin dişil olduğuna yönelik düşüncelerinin bütününden oluşmaktadır (Gündüz Kalan, 2010: 76). Toplumsal cinsiyet ideolojisinin temellerini oluşturan cinsiyet kültürü kavramı ise birey ve toplum ilişkilerini cinsiyet bağlamında ele almakta ve bu geniş kavramsal çerçevede toplumun kadın - erkek tanımlarını, kadına ve erkeğe atfedilen görünüş, davranış, kimlik ve ilişki biçimlerini, aile ve toplumsal yaşamla ilintili kavramları irdelemektedir. Kısacası cinsiyet kültürü “toplumda kültürün cinsiyetlerle alakalı bölümleri”dir (Ersoy, 2009).

Cinsiyet kültürü konusunda her toplumun farklı yaklaşımları bulunmaktadır ve bu yaklaşımlar zaman zaman birbirinin tam zıttı olarak uygulanabilmektedir. Örneğin; Eski Arabistan’da kimi kadınlar bütün erkekleri eş olarak kabul etmekte iken, güney Afrika'nın bazı bölgelerinde erkeğin çok sayıda kadınla evlenmesi mümkün kılınmıştır (Özcan, 2013). Eskimo erkekleri ise mevsimlik olarak avlanmaya gittiklerinde eşlerini geçici olarak bir arkadaşlarına eş olarak bırakmaktadırlar (Eğilmezer, 2013). Günümüzde ise gelişmiş toplumlarda poligami yerini tek eşliliğe bırakmıştır.

Benzer şekilde kadın ve erkeklerin yaratılışları ile ilgili ortaya atılan hikâyeler de cinsiyet kültürünün birer parçasıdır ve her toplumun hatta alt grupların dahi yaratılış hikayeleri konusunda farklı görüşlere sahip olduğu gözlenebilmektedir. Örneğin Tevrat’ta ilk insanlar oldukları varsayılan Adem ve Havva’nın yaratılışları ile ilgili iki farklı hikaye bulunmaktadır. Bu hikayelerin ilki (yaklaşık M.Ö. altıncı yüzyılda ortaya atılan) her iki cinsin aynı anda yaratıldıklarını öne sürerken ikincisi (yaklaşık olarak M.Ö. onuncu yüzyılda ortaya atılan) ise önce Adem’in yaratıldığını daha sonra Adem’e hizmet etmesi için Havva’nın yaratıldığını ve Adem’den yaratıldığını öne sürmektedir. Bu görüşe göre Havva’nın itaatsizliği dünyaya kötülüğü getiren temeldir. Bununla birlikte Havva, Adem için yaratıldığı için kadınlar her zaman daha zayıf, alt cinsiyet olarak görülmektedir (Polinska, 2008). Incil’de de Adem’e tüm insanlar

üzerinde egemenlik bahşedildiğine değinilmesi kadınları her durumda erkek egemenliğini kabul etme ve otoriteye saygı göstermeye zorlamaktadır (Yıldırım, 2014).

Cinsiyet kültürünü tanımlamada en çok katkı sunan yazarlardan biri olan Connell'e göre toplumsal cinsiyet düzeninden bahsetmek demek, kadın ve erkekler arasında tarihler boyunca kurulmuş olan bir egemenlik sistemini kabul etmek demektir. Toplumsal cinsiyet düzeni temel olarak dört unsurdan oluşur. Tüm bu dört unsur toplumlararası farklılık göstermektedir ve birbirleriyle etkileşim halindedirler (Bilton ve diğerleri, 2009):

- Emek: Ev işleri, ücretli iş, çocuk bakım işi vb.yi kapsar
- İktidar: Erkeklerin otoriteyle ilişkisinin temelinde yer alır.
- Cathexis: Terim olarak "arzunun sosyal ve psikolojik örüntülenmesi ve duygusal ilişkilerin kurulması" ile ilişkilidir.
- Simgecilik: Toplumsal cinsiyet uygulamalarında önemli anlamlara sahip olan simgesel yapılardır.

#### **2.1.8.4 Patriyarki**

Bireylerin içinde buldukları toplumların kültürü, cinsiyet kültürünü oluştururken kadın ve erkekler için uygun davranış beklentilerini de belirlemekte ve kadın ve erkeği sosyal olarak yapılandırmaktadır (Günay ve Bener, 2011). Bu ifadeler cinsiyet ilişkilerinde hangi kurallara göre davranılacağı, toplumda oluşturulmak istenen hiyerarşik düzenin nasıl olacağı kısacası cinsiyet iktidarı hakkında önemli bilgiler sağlamaktadır. Aynı zamanda toplumsal açıdan birey; beden ve cinselliğin kontrolü, ev içi ve ev dışı ilişkilerin düzenlenmesi, besleyici, koruyucu, üretici rollerin atanması gibi konularda da toplumsal düzen çerçevesinde belirlenen kurallara tabi olmaktadır (Ökten, 2009).

Kimmel (2011) Amerikalı sosyolog Talcott Parson'm görüşlerini paylaştığı çalışmasında temel olarak toplumun üretim ve yeniden üretim (production - reproduction) şeklinde iki fonksiyonu olduğunu, bu fonksiyonların akrabalık sistemi ve mesleki sistem olarak iki sistem gerekliliği oluşturduğunu ve bu sistemlerin de başarılı bir şekilde hareket etmeleri için iki farklı role ihtiyaç

duyulduğunu belirtmiştir. Araçsal roller rasyonellik, özerklik ve rekabet yetenekleri gerektirirken, dışavurumcu (etkileyici) roller ise hassasiyet ve yetiştirme yetenekleri gerektirmektedir. Toplumlarda bu rolleri yerine getirmek üzere sosyalleşmeye gidildiği için yerleşmiş bir toplumsal örgütlenme düzeni gerekmektedir.

Ökten (2009)'e göre cinsiyet rolleri toplumsal düzen içerisinde yaratılıştaki katkılara göre dağıtılmalıdır. Delaney (1991)'e göre tohum ve tarla olarak yansıtılan cinsiyet ayrımında kabaca kadınlar tarla olarak yetiştirme ve ekin verme erkekler ise diğer erkeklerin önüne geçerek tohum bırakma rollerine sahiptir. Kısacası erkek tohum vererek yaratıcı, kadın ise tohumu yetiştirerek besleyici görevi üstlenir. Bu düşünce tarzı ise ataerkil sistemin temelini oluşturmaktadır. Erkek tohum vererek yaratıcılık rolünü üstlendiğinde Tann'ya yaklaşmaktadır. Bu nedenle kadından üstün bir role sahip olarak kabul edilir (Tokdemir, 2012).

Kadının toplumdaki yeri çocuk bakımı ve ev işleri olarak sınırlandırıldığında ve erkek dış dünya ile ilişkilendirildiğinde ise toplumsal yaşam alanları ortak alan ve mahrem alan olarak sınırlandırılmakta ve kadınlar mahrem alanı korumak dolayısıyla namusu, ahlakı korumakla yükümlü kılınmaktadır (Erol, 2008). Bu durumda ortak alanla yükümlü olan erkekler kadınlara göre daha fazla fiziksel ve sosyal güç ve statü sahibi olmuşlardır. Bununla birlikte daha agresif ve sert davranmaları ve bu şekilde yetiştirilmeleri gerekmektedir. Aynı zamanda ataerkil toplumlarda erkekler genellikle erkekliklerini - güç ve statü bağlamında - kanıtlamak için çaba harcamalıdır. Her ne kadar günümüzde statü kanıtlama iş bulma, maddi güç elde etme olarak algılanmakta ise de özellikle az gelişmiş ülkelerde hala erkekliği kanıtlamak için çeşitli ritüeller düzenlenmektedir. Örneğin Afrika'da Etiyopyalı bir kabile olan Sürmalı erkekler her yıl düzenlenen Donga adı verdikleri geleneksel törenlerinde güçlerini ispat etmek ve eş bulmak için inek idran ile yıkanmakta, yıkandıkları kabın içine inek kanı doldurarak bu kanı içmekte ve tören sırasında birbirleri ile dövüşmektedirler. Böylelikle güçlerini ve acıya dayanıklılıklarını ispatladıklarını öne sürerler (Karip, 2014). Benzer şekilde kadınların kamusal alanda aktif rol üstlenmemesi nedeniyle seçme seçilme hakkı, mal edinebilme hakkı, mahkemede tanıklık edebilme hakkı gibi pek çok hak erkeklere göre çok daha sonra

kazanılabilmektedir. Bu durum ataerkil yapının hakim olmasından kaynaklanmaktadır (Zgourides ve Zgourides, 2000).

Ataerki, diğer adıyla patriyarki, erkeklerin kural ve kararlarının aile ve hatta toplumun tamamının temel prensibi olarak ele alınmasını ve bu kurallar çerçevesinde örgütlenilmesini ifade eder. Ataerki kurallarını temel alan toplumlar ise ataerkil toplum olarak adlandırılır. Ataerkil sistem ailelerin erkek bireylerinin egemenliğini evdeki kendine bağımlı kişiler üzerinde doğruladığı ve uyguladığı yasal, sosyal, ekonomik ve politik ilişkileri ifade eder. Eşler, evlenmemiş kız çocukları, erkek çocukları ve varsa kadın - erkek çalışanlar bağımlı kişiler sayılmaktadır. Ataerkil ailelerde bağımlı bireyler kendi yasal hakları olmadan boyun eğen bireylerdir (Ruether, 2008). Bununla birlikte bu düzeni benimseyen ailelerin yapıları şu şekilde açıklanabilir (Moghadam, 2008; Ruether, 2008):

- Soy, köken babadan çocuğa geçmektedir.
- Kız çocuklarsa erkek çocuk tercih edilir.
- Birer eş olarak kadınların vücutları, cinsellikleri ve üreme davranışları kocalarının sorumluluğundadır.
- Erkek eşlerin kadınlar üzerinde fiziksel olarak sınırlandırma hakkı vardır.
- Kadınların kamusal rolleri olmadığı için genellikle sınırlı eğitim şansları vardır.
- Kızların veya dul kalan kadınların miras hakları genellikle sınırlandırılmıştır ve bu tür hakları genellikle bir erkek akraba tarafından yönetilir.
- Kendilerinin ve ailelerinin şeref ve onuru kızların bekaretlerini korumalarına ve olumlu davranış göstermelerine ve boyun eğmelerine bağlıdır.
- Kadınların temel görevi çocuk doğurmak ve bu çocukları yetiştirmektir.
- Küçük kızların yetişkin erkeklerle evlenmesi, yüksek doğurganlık oranı vb. durumlarla karşılaşılabilir.

Ataerkil yapıyı açıklayan en temel kuramlardan birisi 1989 yılında Sylvia Walby tarafından ortaya atılan ataerkillik kuramıdır. Bu kuram toplumlarda kadınların modernleşmesini kapitalizm ve ataerkil sistemi birlikte ele alarak

açıklamaya çalışmaktadır. Bununla birlikte ataerkillik erkeklerin kadınları ezip sömürdüğü bir toplumsal yapılar ve pratikler bütünüdür. Walby'e göre erkeklerin kadınlar üzerinde baskı kurmaya çalıştığı birbirinden bağımsız olan ancak birbirlerini tamamen etkileyen altı ayrı yapıdan söz etmek mümkündür. Bu yapılar hane halkı üretimi, ücretli çalışmanın örgütlenmesi, ataerkil devlet, erkek şiddeti, heteroseksüellik ve cinsel çifte standart ve kültürel kurumlar ve kültürel pratikler şeklinde sıralanabilir (Pilcher, 2013).

Walby'nin bu görüşleri ise her ne kadar kapsam yönünden çok geniş olarak ele alınmış olsa da gerçek yaşamı göz ardı edip teorik bir yapısal çerçeveye ele alması, bedenün önemini yeterince vurgulamaması ve kadın ve erkekler arasındaki kültürel farklılıkları ve deneysel farklılıkları ele almaması açılarından eleştirilmektedir (Pilcher, 2013).

#### **2.1.8.5 Cinsel yönelim**

Cinsel kimlik gelişimi üç bileşenden oluşmaktadır (Sadock ve Sadock'tan aktaran Özsungur, 2010):

*Cinsel kimlik'*. Bireyin kendisini hangi cinsiyette hissettiğidir. Bireyin cinsiyetini fark edip bedeni ve kişiliğini uyum içinde kabul ederek kendine güven duymasıdır.

*Toplumsal cinsiyet davranışı*: Kültürel tanımlar ve beklentiler doğrultusunda şekillenen cinsiyet davranışlarıdır.

*Cinsel yönelim*: Bireyin herhangi bir cinsle karşı erotik ve romantik ilgi yönlendirmesi ve cinsel olarak bu cins tarafından uyarılmasıdır.

Sungur ve Yalnız (1999)'a göre heteroseksüellik, homoseksüellik ve biseksüellik olarak ayrılan cinsel yönelim bireylerin cinsel olarak uyarılma eğilimini gösterdiği cinsin seçimini ifade etmektedir. Giddens (2009)'a göre tüm kültürlerde en çok karşılaşılan cinsel yönelim kişinin karşı cinsiyetten bir kişiye erotik ve romantik ilgi göstermesi durumu olan heteroseksüelliktir. Homoseksüellik ise kendi cinsiyetinden olan bir kişiye karşı ilgi duymasısıdır. Günümüzde homoseksüellik kelimesi yerine erkek homoseksüeller için "gey", kadın homoseksüeller için ise "lezbiyen" kavramı kullanılmakta olup her iki cinsiyete karşı ilgi duymak olarak tanımlanan biseksüel kavramı yerine ise "bi"

terimi ile karşılaşılabilmektedir. Bununla birlikte, 10 farklı cinsel yönelim şu şekilde sıralanmaktadır:

- Heteroseksüel kadın
- Heteroseksüel erkek
- Lezbiyen kadın
- Gey erkek
- Biseksüel kadın
- Biseksüel erkek
- Travesti kadın: Kadın olduğu halde erkek kıyafetleri giyip erkek görünümüne bürünen birey.
- Travesti erkek: Erkek olduğu halde kadın kıyafetleri giyip erkek görünümüne bürünen birey.
- Transseksüel kadın: Biyolojik olarak kadın olduğu halde kendini erkek hisseden ve cerrahi müdahale ile cinsiyet değiştiren kadın
- Transseksüel kadın: Biyolojik olarak erkek olduğu halde kendini kadın hisseden ve cerrahi müdahale ile cinsiyet değiştiren erkek

### **2.1.9 Toplumsal cinsiyet rollerini etkileyen faktörler**

Sosyal bilimciler sosyalleşmenin bilişsel, kişilik ve sosyal gelişimle ilişkili olduğunu savunmaktadırlar. Her ne kadar yaşam süresi boyunca insanların büyüdüğünü ve değişebileceğini kabul etseler de sosyalleşmenin bebeklik ve erken çocukluk dönemlerinde gerçekleştiğini savunmaktadırlar. Bununla birlikte sosyologlara göre sosyalleşmenin arka planında aile, arkadaşlar, iş arkadaşları, okul, kitle iletişim araçları ve din gibi sosyal aktörler bulunmaktadır (Zgourides & Zgourides, 2000).

Kacen (2000)'e göre bireylerin "toplumsal cinsiyetinin belirlenmesi" roller ve kalıpyargılar ile etkileşim içinde gerçekleşmektedir, bu etkileşimi tanımlayan ve kalıplaştıran yardımcı kurumlar ise aile, dil, eğitim sistemi, medya gibi çeşitli faktörlerdir. Toplumsal cinsiyet ancak bireyin çevresindekiler ile etkileşimi ile içselleştirilebilir (Ryle, 2011). Bu nedenle cinsiyet rollerini etkileyen faktörlerin

ele alınması toplumsal cinsiyet rollerinin anlaşılması açısından önem taşımaktadır.

### **2.1.9.1 Kültür**

Genel olarak sosyal bilimlerin özel olarak ise sosyolojinin en çok kullanılan buna rağmen en tartışmalı ve en belirsiz konularından birisi kültür konusudur. Pek çok dilde kullanımı ve anlamına ilişkin belirsizlikler bulunan kültür, kelime kökeni olarak on sekizinci yüzyılın sonuna kadar toprağa bakım yapma, ürün yetiştirme anlamlarında kullanılmıştır. On sekizinci yüzyılda aydınlanma düşüncesi ile birlikte ise aydınlanma düşünürleri, toprak gibi bireylerin ve toplumların da biçimlendirilip yetiştirilebileceğini öngörerek kültürü sosyolojik açıdan ele almaya başlamış ve “insan zihninin etkin olarak geliştirilmesi”ne karşılık gelecek şekilde kavramlaştırılmıştır (Şavran, 2012).

Billington ve diğerleri (2013)’ne göre de benzer şekilde en sık kullanılan iki anlamıyla kültür hem “mikroskopik organizma ve bitki türlerinin yapay ortamlarda büyütülüp yetiştirilmesi” hem de “bir toplumda sanat, edebiyat, müzik gibi alanlarda ulaşılan aşamalar ve üretilen eserlerin tamamı” anlamlarını taşımaktadır. Bireylerin toplum, değişim ve ideal toplum hakkındaki görüşleri, kültürel gelişimin de sınırlarını belirler.

Bireylerin davranışlarını daha iyi anlamak için hem mikro açıdan bireyleri hem de makro açıdan kültürü anlamak gerekmektedir. Bireyler içsel bireysel zevk ve yeteneklere sahip olmaları ile birlikte aynı zamanda davranışlarını şekillendiren kültürel bir geçmişe de sahiptirler. Burada kültürü tanımlayan temel nokta toplumun ortak kullanımında bulunmasıdır. En sık tabakalaşma şekli dil, etnik köken vb. olan kültür pek çok farklı seviyede ele alınabilmektedir (Feiereisen ve diğerleri, 2009). Geniş kültürel mozağe sahip bir ülke olarak Türkiye, ekonomik gelişmişlik, tarih ve kültür ile bağlantılı olarak bölgeler arası büyük farklılıklar göstermektedir. Bu farklılıklara rağmen Türkiye komünal kültüre sahiptir ve diğer komünal kültüre sahip ülkeler gibi Türkiye’de de grup içi uygunluk, uyum ve işbirliği önem taşımaktadır (Erden-İmamoğlu, 2013).

Her ne kadar biyolojik faktörler gelişim döneminde bireylere çeşitli yetenek ve sınırlar yüklemeye çalışsa da sosyokültürel faktörlerin gelişim üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Kültür, bebeklerin nasıl doğurulacağını, çocukların nasıl



sosyalleşeceğini, nasıl giyineceklerini, çocuklara hangi görevlerin öğretildiğini ve kadın ve erkeğin hangi rolleri üstlendiğini belirlemektedir. Çocukların davranışlarının boyutu ve süreci kültür tarafından belirlenmektedir (Best, 2003).

Kültür bir toplumda yaşamak için çizilmiş bir tasarıdır. Sosyologlara göre her insan kültürlüdür. İster Harvard mezunu üst sınıf bir kişi, ister okumamış ve alt sınıflarda olan bir kişi olsun, her birey bir şekilde kültüre dahil olur. Bireylerin var olması için zorunlu olan kültür, ihtiyaçların nasıl tatmin edileceğini belirleyen bir yoldur. Örneğin bebekler acıktıklarında ağlarlar ancak bu ağlamaya verilen tepki kişiden kişiye değişim göstermektedir. Bazı gruplar bebeklerini emzirerek beslerken, bazıları ise biberondan süt karışımları içirmektedir. Benzer şekilde emzirme dönemi 5 - 6 yaşına kadar sürdürülebildiği gibi 10-12 aylık iken bebekler emzirmeyi bırakılabilir. Bazı anneler bebek her ağladığında emzirirken bazıları ise belirli bir saat çizelgesine uyumlu hareket ederler. Bu durumdaki hareketler dahi ebeveynlerin yetiştiği kültürlere göre şekil almaktadır (Tischler, 2011).

Sosyolojik açıdan kültür iki temel bileşene ayrılmaktadır. Bunlardan ilki materyal kültürdür ve materyal kültür, küçük el aletlerinden gökdelenlere kadar insanların yaptığı ve kullandığı her tür insan yapımı nesneyi içermektedir. Materyal kültür olmadan insanların hayatta kalması zordur çünkü materyal kültür bireyin çevredeki tehlikelerden korunmasını sağlar. Örneğin sığınacak yerler ve giyecek kıyafetler üreten insanlar kendilerini hem soğuktan hem de sıcaktan korumuş olurlar. İkinci bileşen olarak materyal olmayan kültür ise uygun davranışa sahip olmak için gerekli değer, inanış ve kurallar bütünüdür. Materyal olmayan kültür aile, din, eğitim, ekonomik yapı, yönetim şekli gibi kuramlarla şekillenir (Tischler, 2011).

Materyal olmayan kültür toplumda uygun görülen davranışların tekrarlanmasını ve bu davranışların pekiştirilerek toplumsal yapı içerisinde aktarılmasını sağlar. Bununla birlikte toplumsal cinsiyet rolleri de bireylerin yaşadıkları toplumda kültür tarafından tanımlanmış doğru davranışlara uyumları ile bağlantılı bir kavramdır (Anwar ve diğerleri, 2012). İnsanların eril ve dişil olarak yaşamlarını sürdürebilmesi üzerine örgütlenmiş bir pratik olarak toplumsal cinsiyet kültürden yoğun olarak etkilenmektedir (Karaca ve Papatya, 2011). Toplumsal cinsiyet kültürel açıdan neyin dişil neyin eril olarak görüldüğünü ortaya

koymaktadır. Bir olayın, nesnenin, görüşün kadınsı veya erkeksi bulunması, eril veya dişil olarak algılanması kültürel olarak belirlenmiş görüşlerin beyan edilmesine dayanmaktadır (Archer ve Lloyd, 2002).

Geleneksel olarak ele alındığında toplumsal cinsiyet rolleri kültürel yapı içerisinde yıllar boyu süregelen kalıpyargılan beraberinde getirir. Örneğin geleneksel toplumlarda genellikle erkeklerin daha güçlü, hızlı, asabi, baskın ve başarılı olması beklenirken kadınlara ise duygusallık, hassaslık, pasiflik, ev ve aile ile ilgili işlere meraklı olma gibi özellikler yüklenmiştir. Yüklenen bu sorumluluk ve özellikler toplumlar arası farklılık da gösterebilir. Örneğin, Yeni Gine'de bulunan Tchambuli kültürüne göre balık avlama ve imalat işleri ile birlikte toplumun ekonomik yaşamını yönetme ve güç kontrolü kadınlara yüklenen cinsiyet rolleri arasındadır. Bununla birlikte erkekler ise sanat, tiyatro gibi aktivitelerle ilgilenmekte değerli mücevherler ve çiçekler kullanarak süslenmektedirler. Kısacası toplumsal cinsiyet rolleri toplumdan topluma farklılık göstermektedir (Wienclaw, 2011).

Farklı toplumlarda cinsiyetlerin belirlenmesinde de farklılık görülebilmektedir. Çoğu zaman cinsiyetlerin belirlenmesinde biyolojik özellikler (cinsel organlara bakılarak cinsiyet atfedilmesi) dikkate alınırken bazı toplumlarda ise biyolojik farklılıklar göz ardı edilebilir. Örneğin Kuzey Amerika'da yaşayan Zuni kabilesi bireylerine göre cinsiyet daha sonra şekillenen bir yapıdır. Bebeğin cinsiyetinin belirlenmesi için bebeğin gelişimi takip edilir ve bebek kabile içerisinde uygulanan bir takım ritüellerde sergilediği davranışlara göre bir cinsiyete tabi tutulur (Ersoy, 2009).

Toplumdan topluma farklılık gösteren kültür aynı zamanda aynı toplumda da zaman içerisinde farklılık gösterebilmektedir. Örneğin, yirminci yüzyılın başlarında Amerika'da kadınların yerinin evleri olduğu düşünülmekte iken pek çok kadın yüksek eğitim almamakta, hiçbir işte çalışmamakta ve aile içi düzeni sağlamaktaydı. Ancak yaklaşık olarak bir yüzyıl içerisinde bu yapı değişmiştir ve kadınlar daha eğitilmiş ve daha çok kariyer odaklı hale gelmişlerdir (Wienclaw, 2011).

Her ne kadar insan dışındaki türler de iletişim kursa da sadece insanlar kültürel semboller kullanarak iletişim kurmaktadır. Semboller sistemi içerisinde kültürün en baskın olduğu bileşen ise dildir (Billington ve diğerleri, 2013).

Dillerin yapısına bakıldığında ise genellikle baskın olarak erkek bireylere vurgu yapıldığı gözlemlenebilir. Örneğin Türkçe’ de özellikle günlük kullanım dilinde “evde kalmış, saçı uzun aklı kısa, elinin hamuruyla erkek işine karışmak” gibi kelime kalıpları ile kadınların ikinci sınıf olarak ele alındığı sıkça görülmektedir. Bununla birlikte “aslan gibi oğlan, oğlan doğuran övünsün, kız doğuran dövünsün, erkek sözü” gibi kalıplar ise dilsel açıdan erkeklerin üstünlüğünün gözlemlenmesini sağlamaktadır (Sofuoğlu, 2010). Dilde yerleşen benzer yapı toplumda tarihsel düzlem boyunca aktarılmakta ve gerek dil gerekse diğer tüm kültürü oluşturan bileşenler ile ortaklaşa olarak her yeni gelen nesle kültürün beklentisi olan toplumsal cinsiyet rollerini aktarmaktadır (Özkan ve Gündoğdu,2011).

### **2.1.9.2 Aile**

Toplumsallaşma süreci boyunca çocuk ait olduğu toplumun davranış kurallarını, değerlerini ve inançlarını öğrenmekte ve yaşamı boyunca ancak toplumun beklentilerini karşıladığı sürece toplumla uyumlu ve toplum tarafından kabul edilen bir birey olmaktadır. Çocuğun doğumundan başlayıp var olduğu süre boyunca devam eden toplumsallaşma sürecinde çevredeki arkadaş, öğretmen, akrabalar, anne - baba, kardeş gibi tüm diğer bireyler katkı sağlayıcı olarak bireylerin karşısına çıkmaktadır. Okul öncesine kadar olan süreçte toplumsallaşmanın kurallarının büyük ölçüde öğrenildiği düşünüldüğünde katkı sağlayan tüm diğer bireylere oranla kimlik gelişiminde en önemli etkinin aile ile olan ilişkilerde olduğu söylenebilir (Yağmurlu, 2012).

Aile, çeşitli roller çerçevesinde birbirine etki eden ve bireylerin yaşamları boyunca her türlü davranış, düşünce, tutum ve inancını etkileyen insanlardan oluşur. Temel noktasında her bir bireyin çeşitli rolleri bulunmakla birlikte bu roller zaman içerisinde değişim gösterebilmekte, başka bir bireye devredilebilmekte veya tamamen ortadan kalkabilmektedir. Aynı zamanda rollerin dağılımı ailenin içinde bulunduğu tüm sosyal, ekonomik ve fiziksel alanlarda geçerlidir (Günay ve Bener, 2011).

Tischler (2011) ve Şavran (2012)’a göre toplumda ailenin üstlendiği işlevler şu şekilde sıralanabilir:

- Cinsel davranışların düzenlenmesi

- Yeniden üretimi düzenlemek
- Üretim ve tüketimi örgütlemek
- Çocukları sosyalleştirmek ve eğitmek
- Bakım ve koruma sağlamak
- Sosyal statü sağlamak
- Ekonomik düzeni sağlamak

Toplumsal düzen içerisinde ailelerin oluşum ve gelişimleri aile yaşam süreci ile resmedilebilmektedir. Aile yaşam süreci aileleri temel olarak 35 yaş altı, 35 - 64 yaş arası ve 65 yaş üstü olarak gruplandırmaktadır. Bu gösterime göre 35 yaş altı iki birey evlenirse genç çift, 35 - 64 yaş arası bireyler evlenirse çocuksuz çift ve 65 yaş üstü bireyler evlenirse yaşlı çift olarak adlandırılırlar. Evlenme sonrası çocuk sahibi olmaları durumunda bu çiftler tam yuva haline geçiş yapmış sayılırlar. Devamındaki dönemde ise eşlerin boşanması ya da eşlerden birinin ölümü durumunda tek ebeveynlik dönemine geçilmiş olur. Bu dönem içerisinde çocuk belirli bir nedenden ötürü evden ayrılabilir. Böylelikle bekarlıkla başlayan süreç başa dönmüş sayılır.

Aile yaşam sürecinde her bir aşamada ailede yer alan birey sayısına göre aile yapısı farklı isimler almaktadır. Toplumlarda en çok rastlanan yapı olarak *çekirdek aile*, “süregelen bir evlilik ilişkisi içerisindeki kadın, erkek ve biyolojik ya da evlat edindikleri çocuklardan oluşan aile yapısı”dır. Diğer tüm aile yapılan bu yapıdan türemektedir. Örneğin çekirdek ailelerin birbirlerine çoklu evliliklerle bağlantılı olduğu aile yapılan *çok eşli aile* olarak adlandırılmakta ve eşlerden birisi merkez olarak birden çok eşle birlikte olmaktadır. Erkek merkezli çok eşliliğe çokkanlılık (polygynous), kadın merkezli çok eşliliğe ise çokkocalılık (polyandrous) denilmektedir. *Geniş aile* ise iki kuşaktan daha fazlasını kapsayabilen bir akraba grubu olarak çekirdek aile ile birlikte ebeveynlerin ebeveynleri, ebeveynlerin kardeşleri, kardeşlerin eşleri ve çocuklarını da barındırabilir (Bilton ve diğerleri, 2009).

Bu bilgiler ışığında tarihsel süreç boyunca aile yapılarının farklılaştığını söylemek mümkündür. 16. yüzyıl ve öncesi dönemde baskın yapı *açık soy ailesi* olarak tanımlanmaktadır. Bu aile yapısında her ne kadar temelinde çekirdek aile

bulunsa da hane kavramı akrabaları da içinde bulunduran hiyerarşik bir yapıyı temsil etmektedir. Bu dönemde evlilik duygusal bağla bağdaştınlamamakta ve akrabalar arası yeniden aile oluşturma çabaları ağırlık basmaktadır. 16. yüzyılın sonlarından 18. yüzyıla kadar olan dönemde ise aile yapılarında farklılaşmalar yaşanmaya başlamıştır. Bu dönemde sayılan hızla artan *sınırlı ataerkil çekirdek aile* tipi geleneksel ile modern aile yapılan arası geçiş oluşturmakta ve toplu yaşamdan uzaklaşmaya başladıkça evin erkeğinin aile içindeki gücünde artış ve devletle aile arası ilişkilerin sıkılaşması gibi sonuçlar doğurmaktadır. Günümüz aile yapısının temelini oluşturan *kapalı evcil çekirdek aile* tipinde ise evlilik beraberinde duygusal bağları getirmeye başlamakta ve eş seçimi, çocuk sayısını belirleme gibi durumlarla daha sık karşılaşmaktadır (Giddens, 2013). Toplumlar arasında bu geçiş süreçlerinde farklılıklar olduğunu, günümüzde hala açık soy ailesi olarak yaşamaya devam eden toplumlar olduğunu belirtmekte fayda vardır.

Açık soy ailesinden kapalı evcil çekirdek aileye geçiş süresince aile içi roller de giderek farklılaşmaya başlamıştır. Kadınların eğitim düzeylerinin artması, iş yaşamına katılımlarının artması gibi nedenler daha bireysel aile yapılarını beraberinde getirmiştir. Kadınlar, ev içi görevlerine yeni roller eklendikçe kadın, eş, çalışan, anne ve ev hanımı olarak dört ana rolü üstlenmişlerdir (Çarıkçı ve Avşar, 2005). Aynı zamanda bu durum erkekleri de etkilemiştir. Bazı eşler kadınların kendilerine fazla güvenmelerinden mutsuz olup, kariyer ve iş açısından başarılı olduklarında tehdit altında gibi hissedebilirken bu konuda olumlu tutumlar benimseyenler ise tam tersi eşlerinin kariyer çabalarını ve eşitlik taleplerini destekleyebilmektedir (Amato ve Booth, 1995).

Aile yapısının akrabalık ilişkilerini, bununla bağlantılı olarak patriyarkal yapıyı ve bu yapı içerisinde hangi bireyin nasıl davranması gerektiğini belirlediği düşünüldüğünde toplumsal cinsiyet rollerini belirlemede aile çok önemli bir rol oynamaktadır. Aile kendini yeniden üretme eğiliminde olması sebebiyle toplumsallaşmanın merkezinde bulunmaktadır, bu durum ise toplumsal cinsiyetin pekiştirildiği en önemli sosyal ortam olmasını beraberinde getirmektedir (Erol, 2008).

Pek çok aile gerek biyolojik temelli gerekse kendi toplumsal cinsiyet kalıpyargıları ile bağlantılı olsun kız ve erkek çocuklarının yetenek, ihtiyaç ve

biyolojik açıdan farklı olduklarını düşünmekte ve farkında olsun olmasınlar farklı cinsiyetteki çocuklarına farklı davranışlar sergilemektedirler (Sankır, 2010). Bu davranış farklılığı çocuklar anne kamında iken başlamaktadır. Çocuk için gerekli araç ve gereçlerin seçiminde (kızlar için pembe, erkekler için mavi, kırmızı ve beyaz renklere yönelme, kızlara daha süslü erkekler için daha sade mobilyalar seçme), isim seçiminde (kızlara kulağa daha sakın gelen, erkekler için ise daha sert isimler koyma), oyuncak seçiminde (erkekler için araba, silah gibi erkekçi, kızlar için oyuncak bebek, mutfak gereçleri gibi kadınsı yönlere olan oyuncaklar seçme), çocuklar ile oynanan oyunların türünde (erkek çocuklarla futbol, savaş oyunları, kızlarla evcilik, kuaförcülük oynama), çocukları severken verilen tepkilerde (erkekleri daha sert, boğuşarak, kızları ise sakince sevmek), kişisel bakım eşyalarının tercihinde (kızlara ve erkekler için farklı kullanılan kozmetik ürünlerin farklı kokulara sahip olması), ileride yapacakları meslekler için yapılan yönlendirmelerde (erkek çocukların pilot, sporcu, doktor, asker, kız çocukların ise ev hanımı, hemşire, sekreter, öğretmen, anne olarak yönlendirilmesi), çocukların saçlarının boyunda (kız çocukların saçlarının uzatılması - kestirilmemesi, erkek çocukların saçlarının kısaltılması) kız ve erkekler arası farklılıklar çok açık bir şekilde fark edilebilmektedir (Wienclaw, 2011).

Yukarıdaki bilgilerle desteklenerek özetlenecek olursa toplumsal cinsiyet gelişiminde, cinsel kimliğin oluşumunda ve cinsel eğitimde en etkili yapı ailedir. Ancak Türkiye gibi toplumlarda hala cinselliğe dair takınılan tavır beraberinde kalıpyargısal yanlış yönlendirmeleri getirmekte ve bu durum da çocukları ömür boyu etkileyecek sonuçlar doğurmaktadır. Bu nedenle en etkili toplumsal yapı olarak ailelerin özellikle ebeveynlerin çocuklarını yönlendirmede dikkatli davranması gerekmektedir (Aydilek Çiftçi ve Özkan, 2011).

### **2.1.9.3 Kişilik**

Kişilik; bireylerin “benzer durumlar karşısında gösterdiği tepkiler bütünü” olarak tanımlanabileceği gibi “çevresiyle kurduğu ve toplumdaki diğer insanlardan ayrılmasını sağlayan tutarlı ve yapılanmış ilişki biçimi” olarak da kavramsallaştırılabilir (Eroğlu ve diğerleri, 2012). Değişmez ve tutarlılık gibi özellikleri ile kişilik duygu, davranış ve düşüncelerdeki benzerlik ve ayrılıklar

olarak da ifade edilebilmektedir. Tüm tanımlar incelendiğinde ise temel olarak benzersizlik (kendine özgünlük), tutarlılık ve değişmezlik olarak üç özellik göze çarpmaktadır (Özkalp, 2013).

Martin ve Gnoth (2009)'a göre 3 tür kişilikten söz etmek mümkündür. Bu kişilik türleri ve örnek ifadeleri şu şekilde sıralanabilir:

- Bireysel kişilik: “Ben çok dışadönüğümdür.”
- Ortak kişilik: “Arkadaşlarım çok hassas olduğumu düşünür.”
- Genel kişilik: “İnsanlar öğretmenlerin sakın olduğunu düşünürler.”

Kişilik üzerine yapılan çalışmalarda kişiliği belirleyen faktörler sıklıkla tartışma konusu olmuştur. Tartışmalar iki uç kutupta toplanmakta ve kimi araştırmacılar kişiliğin kalıtımsal olduğunu savunurken kimi araştırmacılar ise kişiliğin çevresel tepkiler sonucu oluştuğunu savunmaktadır. Ancak her ne kadar kişiliğin kalıtımsal olduğu yönünde daha kapsamlı açıklamalar yapılmış olsa da kişiliğin hem kalıtımsal hem de çevresel koşulların etkisiyle şekillendiğini ancak çevresel koşullardaki değişim sonucu değiştirilemeyeceğini belirtmek mümkündür (Robbins ve Judge, 2012).

Beart (2006)'a göre kişilik teorilerinin başlangıcı Hipokrat'm Humoral Patoloji Teorisi olarak görülmektedir. Hipokrat insan vücudunun ateş, su, toprak ve hava olarak dört elementten yapıldığını ve bu dört elementin vücutta dört salgıya karşılık geldiğini savunmaktadır. Bu salgılar kan (hava), san safra (ateş), siyah safra (toprak) ve balgam (su) olarak sıralanmaktadır. Bu sistem sıcak ve soğuk - nemli ve kuru olmak üzere iki boyutludur. Kan nemli ve sıcak, ateş kuru ve sıcak, toprak kuru ve soğuk ve su nemli ve soğuk salgılardır. Bu boyutlar insanların da kişiliklerine göre ayrıştırılmasını sağlar. Nemli ve sıcak sıcakkanlılığa, kuru ve sıcak öfkeliye, kuru ve soğuk içine kapanığa ve nemli ve soğuk soğukkanlı kişiliğe karşılık gelmektedir. Bu kavramlar daha sonraki dönemlerde kişilik teorilerine konu olan sözü geçen kişilik özelliklerine (trait) karşılık gelmektedir.

Bireyleri tanımlamada çok farklı sıfatlar kullanılmaktadır. Bununla birlikte diğer tüm sıfatların temelini oluşturduğu varsayılan ve kişiliğin sınıflandırılmasını sağlayan en sık kullanılan model Büyük Beş Kişilik Modeli

olarak isimlendirilmektedir. Kişilik farklılıklarını açıkladığı düşünülen beş faktör şu şekilde sıralanabilir (Özkalp, 2013):

- *Sorumluluk*: Bir güvenlik ölçeği olarak bu boyutta bulunan bireyler düzenli, güvenilir, sorumlu ve azimlidir. Başarıya ulaşmada kararlılık ve istekleri ile ön plana çıkarlar. Bu özellikte derece olarak düşük seviyede kalanlar dikkati çabuk dağılan, kararsız ve düzensiz bireyler olma eğilimindedirler.
- *Duygusal Kararlılık*: Sakin ve kendinden emin bireylerin bulunduğu bu faktörde tersi durum ise nerotizm olarak adlandırılır ve nerotik bireyler gerilime dayanamaz, kararsız, içe dönük ve sinirli yapıya sahiplerdir.
- *Deneyime açıklık*: Yeniliğe açıklık ile bağdaştırılan bu özelliğe sahip bireyler yaratıcı, esnek, meraklı ve artistik iken tersi bireyler ise geleneksel yapıdadırlar.
- *Dışa dönüklük*: Sokulganlık, kendini ifade etme yeteneği, sosyallik, cesur olma gibi özellikleri içermesi ile birlikte tersi özellikler ise içine kapanık, utangaç ve sessizliktir.
- *Uyumluluk*: Sakin, ılımlı, yardımsever gibi özelliklere sahip bu bireyler diğer bireylerle uyumlu hareket etme eğilimindedir. Tersinde ise hırçınlık, inatçılık, çabuk parlama gibi özellikler bulunmaktadır.

Pek çok farklı özellik hem kadınlarda hem erkeklerde görülebilir iken genel olarak kadınların ve erkeklerin kişilik açısından da farklılaştığı düşünülmektedir. Örneğin kadınlar erkeklere oranla daha çocuksu, daha çevresindekilerle uyumlu hareket eden, daha duygusal, daha uysal daha dürüst, daha pasif bireyler olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle toplumsal cinsiyet rollerinin belirlenmesinde kişilik bireylerin tanımlanması açısından önem taşıyan bir konudur (Özkan ve Lajunen, 2005).

#### **2.1.9.4 Yaşam tarzı**

Bireylerin kendilerini tanımlama şekilleri ve kendilerini ait hissettikleri grupları tanımlamaları içinde buldukları zamanı nasıl geçirdiklerine, seyahat, dinlenme, çalışma, sosyal zaman geçirme gibi ihtiyaçları nasıl tatmin ettiklerine, kısacası yaşamlarını nasıl sürdürdüklerine bağlıdır. Yaşam



evrelerinde doğum, büyüme, evlenme, çocuk sahibi olma, yaşlanma ve ölüm şeklinde sıralanan yaşam evreleri boyunca karşılaştığı her durum ve birey sosyal etkileşim yaşamasını sağlar ve yaşam biçimi tüm bu etkileşimlerin bir fonksiyonu olarak ele alınmaktadır. Bireylerin yaşam biçimleri kültür, demografik özellikler, ekonomik koşullar, psikolojik yapı gibi pek çok unsurdan etkilenmektedir. Bununla birlikte bireylerin yaşamın her anında karşılaştığı farklı ihtiyaçları tatmin etmek için yaptıkları satın alma ve tüketim davranışları da yaşam biçimlerine göre değişim göstermektedir.

Toplumsal davranışların önemli belirleyicilerinden olan toplumsal cinsiyet rolleri de toplumsal yapının sabit değil değişken olması, bünyesindeki sosyal ilişkilerin zamanla etkilenmesi ve bu etkileşimin de bireylerin günlük yaşamlarındaki hareketlerine yansiyarak yaşam tarzlarını değiştirmesi ile ilişki içerisindedir (Ersoy, 2009).

Küreselleşme, kentleşme gibi toplumsal yapılarda büyük değişim yaratan olgular da yaşam tarzlarında değişimlere sebep olmakta, bu değişimlerle toplumda kadına ve erkeğe yüklenen toplumsal rollerin farklılaşması ile sonuçlanmaktadır (Günay ve Bener, 2011, s. 159). Kültürel ve teknolojik gelişmeler hız kazandıkça ev içi işleri gerçekleştiren konumunda olan kadın, modern sosyal hayata atılmış, evde daha az zaman harcayıp erkeklerle benzer işleri yürütebilir hale gelmiştir. Böylelikle kadın ve erkeklerin cinsiyet rolleri birbirlerine yaklaşmaya başlamakta ve kadınlar daha eril özellikler ile ön plana çıkmaktadır (Günay ve Bener, 2011).

Yaşam tarzındaki değişimler, boş zaman aktiviteleri, meslekler ve evlilik içi davranışların da belirli toplumsal cinsiyet roller çerçevesinde ele alınması ile sonuçlanmıştır. Orlofsky ve diğerleri tarafından ortaya atılan Cinsiyet - Rol Davranış Ölçeği bu kalıp davranışların bireysel açılarından farklılıklarını ölçme amacı taşımaktadır. Ölçek kadınsı değer taşıyan, erkeksi değer taşıyan ve belirli bir cinsiyete atfedilen aktivitelerin sınıflandırılmasını sağlamaktadır.

#### **2.1.9.5 Bilişsel ve davranışsal farklılıklar**

Sosyal öğrenme kuramında çocuk pasif alıcı ve çevre/yetişkinler onun davranışlarını biçimlendiren olarak kabul edilirken, bilişsel gelişim kuramında çocuğun cinsiyet rolü kazanımı bilişsel süreçlerle açıklanır (Işık, 2018)

Kohlberg (1966), cinsiyet kimliğini, çocukların cinsiyeti öğrenmesinin temel örgütleyici ve düzenleyicisi olarak varsayıldığını belirtmiştir. Çocuklar çevrede gördükleri ve duyduklarından cinsiyetle ilgili şemalar (kalıpyargılar) geliştirir. Kohlberg'e göre çocukların cinsiyet rol gelişimleri şu üç dönemde gerçekleşir:

- Cinsiyet etiketleme dönemi (2-3,5 yaş),
- Cinsiyetin kararlılığı dönemi (3,5-4,5 yaş) ve
- Cinsiyetin değişmezliği dönemi (4,5-7 yaş)

Cinsiyetin kalıcılığının ve değişmezliğinin henüz kavranmadığı ama insanların iki cinsiyetten birine ait olduklarını yavaş yavaş fark ettikleri cinsiyet etiketleme dönemidir. Cinsiyetin sürekliliğinin anlaşılmaya başlandığı yani bebekken kız olanın yetişkin olduğunda yine aynı cinsiyette kalacağını bildikleri ancak yine de saç kesilen bir kızın erkek çocuk olacağı düşüncesinin de gözlenebileceği cinsiyetin kararlılığı dönemidir. Cinsiyetin değişmezliği döneminde ise çocuklar artık cinsiyetin dış imajla, görünüşle, kıyafetle ve aktiviteyle bir ilgisi olmadığını kavramış cinsiyetin değişmezliği ilkesini kazanmışlardır ve cinsiyete dayalı kimliklerine pozitif değerler yüklerler (Kohlberg, 1966).

Kendini sosyalleştirme yaklaşımını vurgulayan bu kurama göre, çocuk kendi cinsiyet rolünü biçimlendirmeden sorumludur ve sosyalleşmesinde aktif olarak yer almaktadır. Bu teoriye göre, çocuklar bilişsel açıdan olgunlaştıklarında kendilerini kadın ya da erkek olarak bir kategoriye yerleştirip bu cinsel kimlikle kategoriye uygun olarak düşündükleri davranışları sergilerler. Bu kuram, çocuğun kadınsı ya da erkeksi olmayı istemesi, kadınsı/erkeksi nesne, etkinlik ve davranışları tercih etmesi sosyal öğrenme kuramının tersine diğerlerinin ödüllendirmesiyle değil, kendisini kız ya da erkek olarak kimliklemesi doğrultusunda olduğunu belirtmektedir (Işık, 2018)

## **2.2 Psikolojik İyilik Hali**

Sağlığın yalnızca fiziksel rahatsızlıkların olmaması durumundan öte zihinsel ve sosyal açıdan çeşitli bileşenlerinin olduğu kabul edilmeye başlandıktan sonra, bu kapsamda çeşitli sağlık alanları tanımlanmaya başlanmıştır. Bu çerçevede sosyal sağlık, zihinsel sağlık, duygusal sağlık ve manevi sağlık gibi çeşitli

sağlık alanları tanımlanmıştır (Greenberg, Dintiman ve Oakes, 2004). İyilik hali ise sağlık hakkındaki görüşleri daha da genişleten ve çeşitli sağlık alanlarını bir çatı altında toplayan bir kavram olarak ortaya çıkmıştır (Fahey, Insel ve Roth, 2011). Bu görüşe göre sağlık genler, yaş ve aile geçmişi gibi bireyin kontrolü dışındaki etmenlerden de etkilenebilirken iyilik hali çoğunlukla bireyin nasıl yaşam sürmek istediğine ilişkin kararlarından etkilenmektedir. Bu açıklamadan hareketle iyilik halinin bireyin çabaları sonucu değiştirilebilir ve geliştirilebilir olduğu sonucu çıkarılabilir.

Sağlığın çeşitli alanlarını bütüncül bir bakış açısı ile inceleyen iyilik halinin çeşitli boyutları bulunmaktadır. Bu boyutları açıklayan bir görüşe göre iyilik halinin fiziksel, duygusal, entelektüel, kişilerarası, manevi ve çevresel olmak üzere altı boyutu bulunmaktadır (Fahey, Insel ve Roth, 2011). Ancak farklı kuramcılar iyilik halinin boyutlarını çeşitli şekillerde ifade etmişlerdir. Dolayısıyla alanyazında iyilik hali kavramının tanımlanması ve iyilik halinin bileşenlerinin neler olduğu konusunda bir çok görüş bulunmaktadır. Bu nedenle, bu başlık altında iyilik halinin tanımlarına, kuramsal temellerine ve iyilik hali hakkında geliştirilen modellere ilişkin alanyazında yer alan farklı açıklamalara yer verilecektir.

### **2.2.1 İyilik hali kavramı**

Antik çağlardan beri zihin ve beden bütünlüğünün vurgulanmış olmasına karşın sağlık alanında uzun yıllar medikal modeller hakim olduğu için fiziksel unsurlar dışında sağlığı etkileyen zihinsel ve sosyal unsurların dikkate alınması bir bakıma engellenmiştir (Doğan, 2004). Ancak dünyanın küçülmesi, kalabalıklaşması, nüfusun daha yaşlı bir hale gelmesi ve yaşam temposunun artması demografik, sosyal, ekonomik ve politik açıdan hızlı değişimlere yol açmış ve sağlığın yeniden ele alınmasını gerektiren durumlar ortaya çıkmıştır (Dunn, 1959). Günümüz açısından bu durumları değerlendirecek olursak ulaşım araçlarının ve imkanlarının gelişmesi, teknolojik gelişmeler sonucu internetin insanları cebine kadar girebilmesi gibi önemli gelişmeler sonucunda seyahat sürelerinin kısalması ve bir tık ile dünyanın her yeri ile iletişim kurulabilmesi söz konusudur. Bunun yanında, dünya nüfusunun ve şehirleşmenin artması ile daha çok insanın bir arada yaşamaya başlaması ile bu kalabalık toplumların sosyal açıdan incelenmesinin önemi daha da artırmıştır. Ayrıca, medikal ve tıp

alanındaki gelişmeler sonucu insan ömrünün uzaması ve doğum oranının azalması gibi unsurlar ise dünya nüfusunun giderek daha da yaşlanmasına yol açmaktadır. Kişilerarası rekabetin ve daha lüks yaşam sürme eğilimlerinin artması da insanları daha çok çalışmak durumunda bırakmış olup iş ve yaşam temposunu artırmıştır. Yaşam temposunun artmasıyla ortaya çıkan hızlı toplumsal ve teknolojik değişimler de iyilik hali (wellness) kavramının ön plana çıkmasını sağlamıştır.

İyilik hali kavramının geliştirilmesinde öncü olarak kabul edilen Dunn (1959) insanlar için yüksek düzey iyilik halini (high-level wellness) “bireylerin içinde yaşadıkları çevre içerisinde, gerçekleştirme yeteneğine sahip oldukları potansiyellerini en üst düzeyde kullanarak işlevsel ve bir bütün olma metodu” olarak ifade etmiştir. Bu tanımda vurgulanan birkaç noktaya dikkat çekmekte yarar vardır. Bunlar insanın potansiyelini gerçekleştirecek yeteneğe sahip olması ve iyilik halinin bütüncül bir metot oluşudur. Bütüncüllük daha önce de vurgulandığı üzere beden ve zihnin bütüncül olarak değerlendirilmesini kapsamaktadır. Bireylerin kendi potansiyellerini gerçekleştirebilecek yeteneğe sahip olmaları ise tıpkı Maslow'un kendini gerçekleştirme modelinde olduğu gibi bireyin kendi davranışlarını dolayısıyla da yaşamını yönlendirmedeki gücüne işaret etmektedir. Bu tanımlamanın yanı sıra Dunn iyilik hali düzeyinin yüksek olmasının bazı özelliklerini de tanımlamıştır. Bu iyilik hali düzeyi yüksek olan bireyler (Dunn 1959);

- Daha yüksek bir potansiyele doğru sürekli işleyen,
- Açık uçlu ve sürekli genişleyen, yarına meydan okuyan daha yüksek bir potansiyeli yaşayan,
- Beden, zihin ve ruh bakımından tamamen bütünleşen bireyler olarak ifade edilmiştir.

Özetle, iyilik hali düzeyi yüksek olan birey bedensel, zihinsel ve ruhsal yünden bir bütündür ve bu bütünlük içerisinde iyilik hali sürekli gelişmeye açık bir doğaya sahiptir. Dolayısıyla birey iyilik hali geliştirmeye yönelik çaba gösterdikçe iyilik hali her geçen gün gelişmektedir. Benzer biçimde iyilik hali düzeyi yüksek olan bireylere ilişkin özellikleri Egbert (1980) şu şekilde sıralamıştır:

- Öz-kimlik ile bütünleşmiş bir kişiliğe sahip birey
- Gerçekçi bakış açısına sahip olan birey
- Açık bir yaşam anlamı ve amacına sahip olan birey
- Yaşamında birleştirici güçlere sahip olan birey
- Yaşam durumları ile yaratıcı bir şekilde başa çıkma becerisine sahip birey
- Umut sendromundan esinlenen birey

Açık ve yaratıcı ilişkiler kurma becerisine sahip olan birey Görüldüğü üzere iyilik hali düzeyi yüksek olan bireyler sağlam bir kişiliğe, yaratıcılığa, etkili başa çıkma becerilerine, gerçekçi bakış açısına sahip olan, umutlu ve başkaları ile iyi ilişkiler kurabilen bireylerdir. İyilik hali hakkında ilk olan bu tanımlama ve açıklamaların yanı sıra iyilik haline ilişkin alanyazında bir çok tanım bulunmaktadır. Bu tanımlar kısa kısa şu şekilde ifade edilebilir:

- İyilik hali “ beden, zihin ve ruhu içeren maksimum insan işlevselliği için arayışın bir süreci ve durumu”dur (Archer, Probert ve Gage, 1987).
- İyilik hali, fiziksel, psikolojik ve manevi sağlığı geliştirmek için bilinçli ve amaçlı bir yaklaşımdır (Ardell, 1988).
- İyilik hali, insanların tüm yönleriyle aktif olarak entelektüel, fiziksel, sosyal, duygusal, mesleki ve manevi açıdan iyi oluşlarını geliştirmelerini içeren bilinçli ve planlı bir süreçtir (Hatfield ve Hatfield, 1992).
- İyilik hali, bir bireyin benliğindeki sosyal, entelektüel, manevi ve duygusal/ruhsal boyutlar arasındaki dengedir (Kitko, 2001).
- İyilik hali, insanlık ve doğal toplum içerisinde en iyi şekilde yaşamak için bireyin beden, zihin ve ruh bütünlüğünü sağladığı, en uygun düzeyde sağlık ve iyi oluşa doğru yönelmiş bir yaşam tarzıdır (Myers, Sweeney ve Wittmer, 2005).
- İyilik hali; beden, zihin ve ruh boyutlarından birinin ya da tamamının geliştirilmesine odaklanmaktır (Rickhi ve Aung, 2006'dan aktaran Miller ve Foster).

- İyilik hali, fiziksel, zihinsel ve sosyal açıdan her zaman yeni sorular keşfetmeyi, aramayı, bulmayı, bu sorulara cevaplar keşfetmeyi içeren ve yaşamın her hangi bir zamanında, gerçekçi ve akılcı olarak yaşamın tüm alanlarında potansiyelimizi gerçekleştirmeye yönlendirilmiş bir yaşam tarzıdır (Jonas, 2005).

İyilik haline ilişkin yapılan bu tanımlamalar incelendiğinde birbirine benzer yönler olduğu gibi birbirinden farklılaşan yönlerin de olduğu dikkati çekmektedir. Ancak farklı tanımlamalar olmasına karşın bu tanımlamalar bütüncül bir bakış açısı ile bakıldığında iyilik halinin bilinçli bir seçim olduğu, bir süreç içerisinde geliştiği, yaşam tarzı olduğu, çok boyutlu bir yapıya sahip olmakla birlikte aynı zamanda bütüncül bir yapısının olduğu, iyilik hali boyutları arasındaki bir denge ile ilgili olduğu; kişisel, algısal ve göreceli olduğu ve sağlıklı bireylerin özelliklerini esas aldığı vurgulanmaktadır (Adams, 2003'ten aktaran Miller ve Foster, 2010). Kısaca ifade etmek gerekirse iyilik hali çok boyutlu, bütüncül, kişiye göre değişebilen ve durağan olmayıp süreç içerisinde değerlendirilmesi gereken bir yaşam tarzıdır. Bu çerçevede iyilik hali düzeyi yüksek olan bir birey hedefine ulaşmış olmakla birlikte bu konumunu korumak ve daha da geliştirebilmek için sürekli çaba göstermeli ve yaşam tarzını bu şekilde düzenlemelidir.

İyilik hali konusunda çalışan araştırmacılar iyilik haline ilişkin tanımlama ve açıklamalar yaparken sadece iyilik halinin çok boyutlu bir yapı olduğunu vurgulamakla kalmamış, aynı zamanda bu boyutların neler olduğunu açıklamışlardır. Görüldüğü üzere, iyilik halinin boyutları konusunda tam bir fikir birliği olmamasına karşın ortaya koyulan modellerin birçok boyutunun ortak olduğu dikkati çekmektedir. Ayrıca, iyilik halinin çok boyutlu olmasının yanında bütüncül bir yapıya sahip olduğu konusunda araştırmacıların fikir birliğine vardığı söylenebilir. İyilik halinin boyutlarının neler olduğuna ilişkin alanyazındaki bilgilerin neler olduğuna geçmeden önce ise iyilik hali kavramının kuramsal temellerinin incelenmesi yararlı olabilir.

### **2.2.2 İyilik halinin kavramının kuramsal temelleri**

Beden ve zihin bütünlüğüne dayalı sağlık kavramının kökenleri binlerce yıl öncesindeki Ortadoğu dinleri, eski Yunan ve uzak doğu filozoflarına kadar

dayanmaktadır (Witmer, 1985, s. 43). Bu felsefi görüşlere göre zihin ve beden ayrı değildir ancak birbirleri ile ilişkili ve bağlantılı olarak görülebilirler. Her ne kadar bu görüşler binlerce yıl öncesinde ortaya koyulmuş olsa da sağlığa bütüncül bir bakış açısı kazandıran iyilik hali kavramının asıl gelişimi 1960-70'li yıllarında sonra gerçekleşmiştir. Sağlığa ilişkin bütüncül bakış açısı gelişmesi konusunda en büyük katkıları yapan kuramcılar ise Alfred Adler ve Abraham Maslow olmuştur. Bu bağlamda, bu başlık altında iyilik halinin Adleryan Kuram ve Maslow'un Kendini Gerçekleştirme Kuramı çerçevesinde kuramsal temelleri açıklanmıştır.

### **2.2.3 Adleryan kuram**

Adler ileri sürdüğü bütüncül (holistik) görüş ile beden ve zihni bütüncül bir bakış açısı ile ele almıştır. Adler'e göre birey kendisini oluşturan fiziksel ve psikolojik öğelerin toplamından daha fazladır ve bu nedenle birey parçalara ayrılarak incelenemez (Dreikurs, 1951). Bu öğeler ise bireyin düşünceleri, duyguları, davranışları ve organları olarak örneklendirilebilir. Başka bir deyişle Adler temel olarak bireyin duygu, düşünce ve davranışlarını bir bütün olarak değerlendirebileceğini ve bunların birbirinden bağımsız olmadığını işaret etmiştir. Adler'in bu noktada dikkati çektiği diğer bir husus ise bireyin yaşadığı çevreden de bağımsız olmadığıdır. Buna göre bireyin içinde yaşadığı toplum ve bireyin bu toplumla ve toplum içerisindeki yakın çevresi ile olan ilişkilerini atlamak bütüncül bakışa ters düşmektedir (Adler, 1982). Bu nedenle bireylerin içinde yaşadıkları toplum, bireylerin sosyal ilişkileri ve kültürel öğelerde bireylerin bütüncül olarak değerlendirilmesinde önemlidir. Dolayısıyla, Adler'in insan doğasına ilişkin bütüncül bakışı iyilik hali tanımlarındaki beden, zihin ve ruh bütünlüğüne temel oluşturduğu söylenebilir. Hatta, Adler bireysel açıdan beden, zihin ve ruh bütünlüğüne işaret etmekle birlikte birey için içinde yaşadığı toplumun da önemli olduğu vurgulamıştır. Bu vurgu ileriki yıllarda geliştirilen iyilik hali modellerinde dikkate alınmıştır.

Adler'in iyilik hali konusuna önemli katkılarında biri de tanımladığı yaşam görevleridir. Bu yaşam görevleri çalışma, arkadaşlık, sevgi, maneviyat ve benlik'tir (Sweeney, 2009). Adler beş yaşam görevinden bahsetmesine karşın çalışma, arkadaşlık ve sevgi yaşam görevlerini açık bir şekilde tanımlarken maneviyat ve benlik yaşam görevlerini açıkça tanımlamamıştır (Mosak ve

Maniacci, 2012). Adleryan psikoloji üzerinde çalışan araştırmacılar daha sonra Adler'in açıkça tanımlamamasına karşın kuramında bahsetmiş olduğu maneviyat (Mosak ve Dreikurs, 2000) ve benlik (Dreikurs ve Mosak, 1967'den aktaran Mosak ve Dreikurs, 2000) yaşam görevlerini tanımlamışlardır.

Adleryan kuramdaki yaşam görevleri kısaca betimlenecek olursa, çalışma yaşam görevi yetişkin bir bireyin sorumlu, iş birlikçi ve çeşitli yaşam durumları ile baş edebilecek düzeyde olması olarak ifade edilmektedir (Sweeney, 2009). Bir yetişkinin bu tür özellikleri kazanabilmesiye çocukluktan yetişkinliğe doğru olan gelişim süreci içerisinde oluşmaktadır. Gelişim dönemlerinde çeşitli zorluklar nedeniyle yetişkin özelliklerini kazanamayan bireyler olabilir ancak Adleryan görüşe göre bu kapasitede her zaman vardır ve hayata geçirilebilir (Sweeney, 2009). Bunların yanında çalışma yaşam görevi bir yetişkinin iş ve mesleki yaşamını da kapsamaktadır (Akdoğan, 2012). Bu kapsamda çalışma yaşam görevini başarıyla yerine getiren bir birey iş ve meslek yaşamından doyum alan bir birey olarak ifade edilebilir.

Diğer insanlar ile iyi ilişkiler kurmayı ifade eden arkadaşlık yaşam görevi diğer bireylerle işbirliği yapmayı, diğer bireylere kendinden bir şeyler vermeyi, diğer bireylerden bir şeyler almayı ve onlara sayđı duymayı içermektedir (Sweeney, 2009). Bu çerçevede birey aile, toplum ya da daha geniş bir sosyal ortamda başkalarının iyiliği ile ilgilenir ve onların iyiliğe katkılar sunar (Oberst ve Stewart, 2003). Bunun yanı sıra birey başkalarının iyiliğine katkı sunduğu gibi kendi iyiliği için de diğer bireylerin desteğini alabilir. Bu durum insanların toplum içinde yaşama ihtiyaını da ortaya koymaktadır. Sevgi yaşam görevi bir eş ile uzun süreli, duygusal ve yakın ilişki yaşamayı ifade etmektedir. Evlilik bu yaşam görevi için tipik bir örnek olmakla birlikte bu görev yalnızca evliliği içermez. Eşler karar verme ve yaşam problemlerinin çözümü gibi konularda zorlandıklarında birbirlerine ihtiyaç duyarlar ve birbirlerini destekleyerek zorlukları aşmaya çalışırlar.

Varoluşsal bir çaba olarak ifade edilen maneviyat yaşam görevi yaşamı anlamlandırma ve yaşam amaçları ile ilgilidir (Sweeney, 2009). Maneviyat, varoluşla ilgili insanoğlunun sorularına yanıt veren dini inanışları içermekle birlikte yalnızca dini inanışlardan ibaret değildir. Aynı zamanda insanın yaşam



anlama ve anlamlandırmada kullandığı felsefi metotları ve tüm inanışları kapsamaktadır.

Yaşam görevi, bireyin kendisi ile iyi geçinmesini ya da kendisi ile başarılı bir şekilde başa çıkmasını kapsamaktadır (Oberst ve Stewart, 2003, s. 202). Başka bir deyişle bu yaşam görevi bireyin kendisini olduğu gibi kabul etme düzeyine işaret etmektedir. Bireyin gerçekte olduğu kişilik ile kendini algıladığı kişilik arasındaki fark ne kadar az ise birey benlik yaşam görevini de o derece başarmıştır denilebilir.

Adleryan psikolojide yer alan ve yukarıda kısaca açıklanan beş yaşam görevi iyilik haline ilişkin tanımlarda kendini gösterdiği gibi iyilik hali hakkında geliştirilen modellerde de kendini göstermiştir (Myers ve Sweeney, 2004; Sweeney ve Witmer, 1991). Yaşam görevlerinin iyilik hali modellerinde özellikle iyilik halinin boyutlarının belirlenmesinde etkili olduğu söylenebilir. Adler'in iyilik haline ilişkin temel oluşturan diğer bir katkısı ise yaşam tarzı hakkında yapmış olduğu açıklamalardır. Adleryan psikolojide yaşam tarzı bireyin düşüncelerinde, duygularında, davranışlarında, bilincinde ve bilinçaltında kişiliğinin tüm yansımaları olarak açıklamaktadır (Sweeney, 2009). Bireylerin tutum, düşünce, inanç ve davranışları bir başka ifadeyle yaşam tarzları, yaşam görevlerini yapmak ya da yapmamak yönünde olabilmektedir. Dolayısıyla, bir birey yaşam tarzını ne kadar yaşam görevlerini başaracak şekilde düzenlerse o kadar da kendini iyi hissedecektir. Bu anlayış iyilik halinin bir süreç olduğu ve bu süreci devam ettirebilmek için bireyin yaşam tarzını düzenlemesi gerektiği şeklinde iyilik hali modellerinde kendini göstermektedir. Diğer bir deyişle kişi iyilik hali içerisinde olmak istiyorsa duygu, düşünce ve davranışlarını düzenleyerek iyilik halini geliştirmeye yönelik bir yaşam tarzı benimsemelidir.

#### **2.2.4 Maslow'un kendini gerçekleştirme kuramı**

Abraham Maslow insan doğasının olumlu yönlerine dikkati çeken ve insan doğasının bu yönlerini araştıran önemli kuramcılardan birisidir. Maslow'un motivasyon teorisine göre birey bir bütündür ve bir bütün olarak işlemektedir. Bu bütüncül bakış açısı iyilik halinin çok boyutlu ve bu boyutların bütün olarak değerlendirilmesi gerektiği görüşüne temel oluşturmaktadır. Adleryan

psikolojideki görüş ile de benzerlik gösteren bu görüşün iyilik hali tanımlarındaki beden, zihin ve ruh bütünlüğü anlayışına katkı sunduğu da söylenebilir.

Maslow (1943) bireyin yaşadığı çevreden bağımsız olarak düşünülemediğini ileri sürmektedir. Başka bir deyişle bireyin yaşamış olduğu çevre onun duygu, düşünce ve davranışlarını etkilemektedir. İyilik halinde de bireylerin sosyal bir yanının olduğu vurgulanmakta ve bireylerin iyilik halinin aile, toplum, medya ve eğitim gibi çevresel faktörler tarafından etkilendiği belirtilmektedir (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000). Dolayısıyla iyilik halinin geliştirilmesi ve sürdürülmesi yaşanan çevreden bağımsız olarak düşünülemez. Diğer bir deyişle, çevrenin iyilik hali üzerinde olumlu ya da olumsuz etkileri olabilir.

Maslow (1967) barındırdığı potansiyelin tamamını ortaya koyabilen insanları kendini gerçekleştiren bireyler olarak tanımlamıştır. Buna göre kendini gerçekleştiren bireyler gerçekçi inançlara sahip olma, kendisini, başkalarını ve doğayı olduğu gibi kabul etme, düşünce ve davranışlarında kendiliğindenlik, problem odaklı olma, doyurucu kişilerarası ilişkilere sahip olma, iyi bir mizah duygusuna sahip olma, yaratıcı olma, toplumsal baskılara karşı dirençli olma, insanlığın iyiliği için çalışma gibi özelliklere sahiptir. Kendini gerçekleştiren insanın bu özellikleri aynı zamanda iyilik hali düzeyi yüksek olan bireylerin özelliklerine de ışık tutmuştur. Nitekim, iyilik hali düzeyi yüksek olan bireyler de kendini değerli hissetme, gerçekçi inançlara sahip olma, işlevsel problem çözme becerilerine sahip olma, yaratıcı olma, olumlu mizah anlayışına sahip olma, cinsel ve kültürel kimliğinden memnun olma gibi özelliklere sahiptirler (Myers, Sweeney, Witmer, 2000; Witmer ve Sweeney, 1992). Bu bağlamda, kendini gerçekleştiren insan ile iyilik hali düzeyi yüksek olan insanın özelliklerinin birbiri ile örtüştüğü söylenebilir.

Sonuç olarak iyilik hali kavramının gelişiminde ve iyilik hali modellerinin oluşturulmasında Adleryan Kuramın ve Maslow'un Kendini Gerçekleştirme Kuramının önemli katkıları olduğu görülmektedir. Hem Adler hem de Maslow kendi kuramlarında insan doğasının bütünlüğüne ve insan gelişiminin çevreden bağımsız olmadığına dikkat çekmişlerdir. İyilik hali kavramının da bu iki temel üzerinde şekillendiği söylenebilir. Adleryan psikolojide ifade edilen yaşam görevleri ise özellikle iyilik hali modellerinde iyilik halinin boyutlarının

belirlenmesinde etkili olmuştur. Bunların yanı sıra Maslow'un tanımlamış olduğu kendini gerçekleştirmiş insanın özelliklerinin ise iyilik hali düzeyi yüksek olan bireylerin özellikleri benzerlik gösterdiği görülmektedir. Bu bakımdan, iyilik haline ilişkin modelleri incelemek iyilik hali kavramının insan yaşamındaki yerinin anlaşılması açısından oldukça önemlidir.

### **2.2.5 İyilik hali modelleri**

İyilik haline ilişkin araştırmacılarının ilgilerinin artmasına paralel olarak iyilik hali alanında yapılan araştırmalarda hız kazanmıştır. Bu çerçevede, araştırmacılar iyilik halinin ne olduğunu, ne gibi faktörlerden etkilendiklerini ve iyilik halini geliştirmek için neler yapılması gerektiğini daha sistematik bir biçimde ele almaya ve açıklamaya başlamışlardır. Bu sistematikliğin sonucu olarak da ortaya iyilik hali modelleri çıkmıştır. İyilik hali modelleri öncelikle medikal alanda çalışan araştırmacılar tarafından oluşturulurken daha sonra ruh sağlığı alanında çalışan araştırmacılar tarafından da oluşturulmaya başlanmıştır. Bu nedenle bu başlık altında öncelikle medikal alanda geliştirilen iyilik hali modelleri daha sonra ise ruh sağlığı alanında geliştirilen iyilik hali modelleri ele alınacaktır.

#### **2.2.5.1 Medikal alanda geliştirilen iyilik hali modelleri**

Beden, zihin ve ruh bütünlüğüne ilişkin bakış açısının gelişmesinin ardından medikal alanda ilk geliştirilen iyilik hali modeli *Hetler'in modeli* olmuştur. Hetler (1980) kısaca iyilik halini bilinçli seçimlerin yapıldığı aktif bir süreç ve insanın bütünlüğünü vurgulayan pozitif bir yaklaşım olarak ifade etmektedir. Bu çerçevede geliştirmiş olduğu iyilik hali modelinde altı boyut tanımlamıştır. Bunlar (Hetler, 1980):

*Entelektüel:* Bireyin yaratıcı ve uyarıcı zihinsel aktivitelerle ilgilenme düzeyini yansıtır. Entelektüel olarak iyi olan insan sahip olduğu kaynakları kendi bilgisini ve yeteneğini artırmak için kullanır ve sahip olduğu bilgileri başkaları ile paylaşır.

*Duygusal:* Bireyin kendi duygularını fark etme ve kabul etme düzeyi ile ifade edilir. Kişinin kendisi ve yaşamı hakkında olumlu ve hevesli olmasını da içerir. Ayrıca bireyin duygu ve davranışlarını kontrol etmesi ve kendi sınırlarını gerçekçi olarak değerlendirme kapasitesidir.

*Fiziksel:* Bireyin kardiovasküler esneklik ve gücünü sürmesidir. Bu çerçevede hastalıkları önleme ve erken teşhis etmeye yönelik davranışlar ile sağlıklı bir diyetle uyacak şekilde dengeli beslenmeyi kapsar.

*Sosyal:* Bireyin toplumsal refaha katkı sunma derecesidir. Burada vurgulanan bireyin diğer bireylerle ve doğayla dayanışma içerisinde olmasıdır.

*Mesleki:* Bireyin mesleğinden ve yapmış olduğu işten memnun olma düzeyini yansıtır.

*Manevi:* Bireyin varoluşunun anlam ve amacını arama düzeyidir. Evrensel düzeyde ortaya çıkan doğal güçlerin ve yaşamın derinliğini takdir etmeyi kapsar.

Hetler iyilik haline ilişkin yukarı da belirtilen bu altı boyutu tanımlamakla birlikte iyilik hali düzeyinin yüksek olmasını bu altı boyut arasında bir denge olmasına bağlamıştır (Hetler, 1980). Bu çerçevede bir alanda meydana gelen bir olumlu ya da olumsuz bir durumun diğer alanları da etkileyebileceği söylenebilir. Örneğin duygusal alanda kişi kendini kabul etmekte zorlanıyorsa başkalarının da onu kabul etmeyeceğini düşünerek diğer insanlarla ilişki kurmaktan kaçınabilir ve sosyal alanda da kendini iyi hissetmeyebilir. Bu nedenle iyilik hali alanlarının ve bu alanların birbirleri ile olan ilişkilerinin anlaşılması bu alanlar arasında denge kurulması için oldukça önemli olduğu söylenebilir.

İyilik hali hakkında Travis ve Ryan da bir model geliştirmiştir. Bu modele göre tüm insanlar doğa ile ilişkili birer enerji dönüştürücüsüdür ve enerjisini iyi dengeleyebilen insanın iyilik hali de yüksek olacaktır (Travis ve Ryan, 1988). Enerjinin vurgulanmış olduğu model *İyilik Hali Enerji Sistemi Modeli* olarak adlandırılmıştır. Model yer alan iyilik hali boyutları (1) Benlik sorumluluğu ve sevgi, (2) Nefes almak, (3) Duyumsama, (4) Yemek, (5) Hareket, (6) Duygu, (7) Düşünce, (8) Çatışma, (9) iletişim, (10) Seks ,(11) Anlam ve (12) Aşkınılık olarak belirtilmiştir. Bu modelde bireyin beden, zihin ve ruh bütünlüğünün de ötesinde evrende var olan her şey ile bir enerji alış-verişinde olduğu vurgulanmıştır (Travis ve Ryan, 1988). Dolayısıyla evrende var olan her şeyin insanların sağlığını ve iyilik halini etkileme potansiyeline sahip olduğu söylenebilir. Bu nedenle iyilik hali içerisinde olmak isteyen bir birey kişisel ve

sosyal anlamda iyi ilişkiler kurmanın yanı sıra evrende var olan her türlü madde ve enerji ile de iyi ilişkiler kurmalıdır.

Zimpfer (1992) kanser hastalarının tedavisi için geliştirilmiş olan bir iyilik hali modeli ise kanser hastalarının temel inanışlarına uygun bir müdahale yöntemi ileri sürmüştür. Bu model sağlıklı olmanın doğuştan gelen bir dürtü olduğu, tedavinin etkili olacağına ilişkin tutuma sahip olma, iyileşmenin bir ihtiyaç olduğu, yaşamaya isteklilik, sağlığını geliştirmek için sorumluluk alma, terapistin sağlığı kavuşmada rehberlik edeceğine inanç ve iyileşmek için içsel kontrol sahip olma gibi ilkeler üzerinde oluşturulmuştur (Zimpfer, 1992). Bu ilkeler düşünüldüğünde iyileşmenin insan doğasının bir parçası olduğu, iyileşmeyi sağlamak için kişinin hem kendine hem de tedavisini üstlenen sağlık görevlilerine güvenmesi ve tedavi için kişinin sorumluluk alması önemli görülmektedir. Bu temel ilkeler çerçevesinde geliştirilen iyilik hali tedavi modeli ise (1) Medikal tedavi, (2) Bağışıklık fonksiyonu, (3) Yaşam tarzı yönetimi, (4) Manevi boyut, (5) İnanç ve tutumlar, (6) Psikodinamikler, (7) Enerji güçleri ve (8) Kişilerarası ilişkiler olarak sekiz aşamadan oluşturulmuştur (Zimpfer, 1992). Tedavinin bu aşamaları hastanın özelliklere göre çeşitli şekillerde uygulanmaktadır. Böylece tedavinin kişiye özgü olması sağlanarak hastanın tedaviye cevap verme hızına uygun tedavi planının uygulanması sağlanmış olmaktadır.

Bir diğer iyilik hali modeli ise *Orijinal İyilik Hali Modeli*'dir. Bu model Donald Ardell tarafından ilk olarak kendinden sorumlu olma, beslenme bilinci, stres yönetimi, fiziksel uygunluk ve çevresel duyarlılık boyutlarından daha sonra ise kendinden sorumlu olma, beslenme bilinci ve fiziksel uygunluk, anlam ve amaç, ilişkiler dinamiği ve duygusal zeka boyutlarından oluştuğu açıklanmıştır (Doğan 2004). Modelin Ardell tarafından yapılan üçüncü revizyonunda ise modelin, üç temel boyut ve bu boyutlar altında bulunan 14 beceriden oluştuğu görülmektedir. Buna göre fiziksel alan, zihinsel alan ve anlam ve amaç modelin üç temel boyutunu oluşturmakla birlikte egzersiz ve spor, beslenme, görünüş, uyum/zorlanma ve yaşam tarzı alışkanlıkları fiziksel alana; duygusal zeka, etkili karar verme, stres yönetimi, gerçek bilgi, zihinsel sağlık zihinsel alana; anlam ve amaç, ilişkiler, mizah, oyun ise anlam ve amaca ilişkin beceriler olarak tanımlanmıştır (Ardel, 2010). Görüldüğü üzere Ardell geliştirmiş olduğu iyilik

hali modelini sürekli olarak revize etmiş ve geliştirmiştir. Ardell yapmış olduğu son revizyonda ise modeline “REAL İyilik Hali Modeli” adını vermiştir. Bu model birbiriyle etkileşim halinde olan dört alandan oluşmaktadır. Bu boyutlar sağduyu (reason), enerjiklik (exuberance), atletizm (athleticism) ve özgürlük'tür (liberty) (Ardel, 2010).

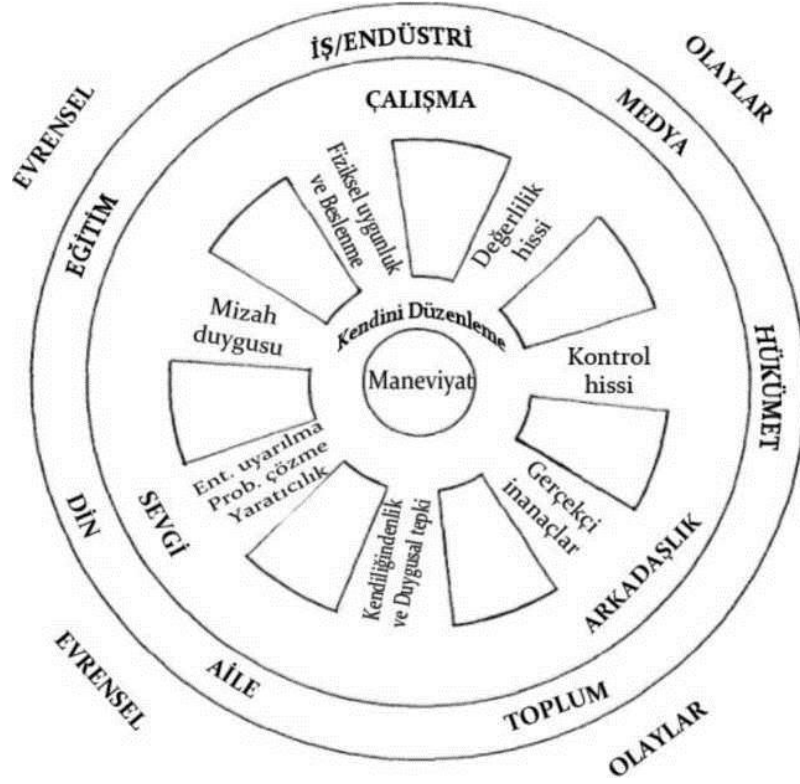
#### **2.2.5.2 Ruh sağlığı alanında geliştirilen iyilik hali modelleri**

Bu başlık altında ruh sağlığı uzmanları tarafından geliştirilmiş olan iyilik hali modelleri incelenmiştir. Bu bağlamda, Türkiye'de özellikle psikolojik danışma alanında en çok bilinen “İyilik Hali Tekerleği Modeli”, “Bölünmez Ben: Kanıta Dayalı İyilik Hali Modeli” ve son yıllarda Türk kültürüne uygun olarak geliştirilmiş olan “İyilik Hali Yıldızı Modeli” açıklanmıştır.

#### **İyilik Hali Tekerleği Modeli**

İyilik Hali Tekerleği Modeli (İHTM) medikal, sosyal ve psikoloji alanlarında yapılan araştırmalardan yararlanılarak geliştirilmiş olan bir modelidir (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000). Başka bir deyişle İHTM fiziksel, toplumsal ve ruhsal sağlık alanlarındaki çalışmalar sentezlenerek geliştirilmiştir.

İHTM ilk olarak Sweeney ve Witmer (1991) tarafından ortaya koyulmuştur. Modelde ilk olarak beş temel yaşam görevi tanımlanmıştır. Bunun yanında beş yaşam görevinin etkileşim içerisinde olduğu yaşam koşulları ve evrensel olaylar da tanımlanmıştır. İHTM Şekil 3'de görüldüğü üzere bir tekerlek şeklinde görselleştirilmiştir.



**Şekil 2.1:** İyilik Hali Tekerleği Modeli

**Kaynak:** Sweeney ve Witmer, 1991; Myers, Sweeney ve Witmer, 2000

Şekil 2.2’de görüldüğü üzere yaşam görevleri maneviyat, kendini düzenleme, çalışma, arkadaşlık ve sevgi olarak adlandırılmıştır (Sweeney ve Witmer, 1991). Maneviyat yaşam görevi iyilik hali tekerleğinin merkezinde yer almakta olup bireylerin tutumları, değerleri ve inançları ile ilgilidir ve kısaca yaşam kalitesi olarak ifade edilmektedir. Kendini yönetme yaşam görevi ise iyilik hali tekerleğinde maneviyat yaşam görevinin hemen dışında onu çevreleyecek şekilde yerleştirilmiştir. Bu yaşam görevi benliğin altyapısını oluşturmakla birlikte kişinin içsel ve dışsal süreçler arasında denge kurması ile ilgilidir. Ayrıca kendini yönetme yaşam görevi diğer yaşam görevlerinden farklı olarak yedi alt boyutu içermektedir. Bu alt boyutlar “değerlilik hissi”, “kontrol hissi”, “gerçekçi inançlar”, “kendiliğindenlik ve duygusal tepki”, “entelektüel uyarılma, problem çözme ve yaratıcılık”, “mizah duygusu” ve “fiziksel uygunluk ve beslenme” olarak sıralanmaktadır. Çalışma, arkadaşlık ve sevgi yaşam görevleri ise iyilik hali tekerleğinde kendini yönetme yaşam görevini çevreleyecek şekilde konumlandırılmıştır. Bu çerçevede, çalışma yaşam görevi bireyin mesleğinden, yapmış olduğu işten ve işi ile ilgili diğer koşullardan memnun olması olarak açıklanabilir. Arkadaşlık yaşam görevi bireyin diğer

bireylerle olan ilişkilerini ve bu ilişkilerden aldığı doyum olarak ifade edilmektedir. Son olarak sevgi yaşam görevi ise bireyin aile ve evlilik gibi arkadaşlıktan daha yakın ilişkilere duyulan ihtiyacı ve bu ilişkilerden alınan doyumunu ifade etmektedir (Sweeney ve Witmer, 1991).

İHTM'deki yaşam görevleri birbiri ile etkileşim içerisinde olmakla birlikte aile, din, eğitim, toplum, medya, hükümet ve iş/endüstri gibi yaşam koşullarından etkilenmektedirler (Witmer ve Sweeney, 1992). Dolayısıyla iyilik hali aile yapısı, ebeveyn tutumları, bir dine inanıp inanmama ya da hangi dine inanmış olduğu, eğitim düzeyi, içinde yaşadığı toplumun kültürel yapısı, haber alma, ülkenin nasıl yönetildiği, iş imkanları ve ekonomik düzey gibi bir çok faktörden etkilenmektedir. Ayrıca İHTM'de tekerleğin en dışında ise evrensel olaylar yer almaktadır. Yaşam koşullarının ötesinde olan savaş, açlık, yoksulluk, işsizlik, nüfus artışı, insan hakları ihlali, ekonomik kriz ve sınırlı olan kaynakların paylaşımı gibi evrensel olaylar da bireylerin yaşam görevleri ile ilişkili olup iyilik halini etkileyen unsurlar olarak en geniş çerçeveyi oluşturmaktadır (Witmer ve Sweeney, 1992). Sonuç olarak, bireylerin iyilik halini başta kendi içsel süreçleri olmak üzere yakın ve uzak çevrelerinden bağımsız olarak düşünmek mümkün görünmemektedir.

İHTM Myers, Sweeney ve Witmer (2000) tarafından revize edilmiştir. Bu revizyon ile yenilenen modelde beş temel yaşam görevi sabit kalmakla birlikte bu yaşam görevlerine yeni açıklamalar getirilmiş ve kendini yönetme yaşam görevinin alt boyutları yeniden düzenlenmiştir. Yapılan düzenlemeler sonucu oluşan yeni İyilik Hali Tekerleği Şekil 3'de sunulmuştur.

Şekil 2.2 incelendiğinde İHTM'nin yeniden düzenlenmesiyle en fazla kendini düzenleme (self-regulation) yaşam görevi üzerinde değişiklik yapıldığı dikkati çekmektedir. Bu yaşam görevinin adı kendini yönetme (self-direction) olarak değiştirilirken alt boyutları da “değerlilik hissi”, “kontrol hissi”, “gerçekçi inançlar”, “duygusal farkındalık ve başa çıkma”, “problem çözme ve yaratıcılık”, “mizah duygusu”, “beslenme”, “egzersiz”, “kendine bakma”, “stres yönetimi”, “cinsel kimlik”, “kültürel kimlik” olmak üzere 12'ye ayrılmıştır. Görüldüğü üzere bir çok bileşenden oluşan kendini yönetme, bireyin yaşam görevlerini yerine getirmek için bilinçli ve kasıtlı olarak yaptığı seçimler olarak açıklanmaktadır (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000). Kendini yönetme tüm alt



boyutları ile birlikte açıklanacak olursa, bireyin kendini değerli hissetmesi, kendi davranışlarını kontrol etme konusunda kendine güvenmesi, yaşama ve kendine ilişkin gerçekçi bir bakış açısına sahip olması, duygularının farkında olması ve duygularını kontrol etmesi, zorlu yaşam koşulları karşısında akılcı çözümler üretmesi, mizah duygusuna sahip olması, düzenli beslenmesi ve spor yapması, sağlığını riske atacak davranışlardan kaçınması, cinsiyetinden ve içinde yaşadığı toplumsal koşullardan memnun olması durumunda kendini yönetme açısından bir iyilik hali içerisinde olduğu söylenebilir.

İHTM'nin yeniden düzenlenmesi ile birlikte kendini yönetmenin kapsamı daha da genişletilmiş ve daha ayrıntılı açıklamalar getirilmiştir. Getirilen bu açıklamalar düşünüldüğünde kişinin kendini dolayısıyla yaşamını yönetirken hem içsel, kendine özgü yönlerini hem de kendi dışında gelişebilen toplumsal yönleri dikkate alması gerektiği sonucu ortaya çıkmaktadır. Kişinin kendini yönetme içerisinde yer alan tüm boyutlar arasında bir denge kurması iyilik hali tekerleğinin dengeli dönmesini sağlayacakken herhangi bir boyutta aksaklık yaşanması ise tekerleğin dengesini bozabilecek potansiyele sahiptir.

Yeniden düzenlenen İHTM'de dikkati çeken bir diğer düzenleme ise “çalışma” yaşam görevinin “çalışma ve serbest zaman” olarak güncellenmiş olmasıdır. Böylece bireyin mesleğinden ve yaptığı işten memnun olmasının yanında serbest zaman etkinliklerinin de iyilik hali açısından önemi vurgulanmıştır. Yapılan işin ekonomik getirisi, çalışma koşulları ve çalışma arkadaşları ile olan ilişkiler bireyin yaptığı işten ve mesleğinde doyum almasını belirleyen etmenler olarak sıralanmaktadır (Pelletier, 1995). Dolayısıyla mesleğine ilişkin bu koşullardan memnun olan bir bireyin çalışma ve serbest zaman yaşam görevinin önemli bir kısmını yerine getirdiği düşünülebilir. Serbest zaman ise bireyin kendisi tarafından belirlenen, ihtiyari olarak para ve zaman harcadığı ve yapmaktan keyif aldığı etkinliklerdir (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000). Birey tamamen kendi ilgi ve yetenekleri doğrultusunda seçmiş olduğu bu etkinlikleri yaparken o kadar keyif alır ki benlik ve zaman algısını etkinlik süresince kaybedebilir. Sonuç olarak bireyin hem mesleğinde hem de serbest zamanlarını yapmış oldukları etkinliklerden keyif almaları iyilik halinin önemli unsurlarıdır. Maneviyat yaşam görevi ilk modelde olduğu gibi iyilik hali tekerleğinin merkezinde yer almış ve yeniden tanımlanmıştır. Buna göre maneviyat yaşam

görevi, yaşamın maddi yönlerinin ötesinde bir varlığın ya da gücün var olduğunun farkında olmak olarak açıklanmaktadır (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000). Bu açıklama daha çok tanrı inancına işaret etse de maneviyat yaşam görevi kişisel inanç ve değerleri de içermektedir. Başka bir ifadeyle bu yaşam görevinin bireyin yaşam felsefesi olduğu söylenebilir.

Yeniden düzenlenen İHTM'de arkadaşlık yaşam görevinin adlandırılmasında herhangi bir değişikliğe gidilmemiştir. Diğer insanlarla iletişim halinde olmak insanoğlunun doğasında var olan doğuştan getirdiği bir özelliktir (Adler, 1964). Arkadaşlık yaşam görevi de bu anlayış çerçevesinde şekillenmiş olan bir yaşam görevidir. Buna göre bireylerinin arkadaşlık ilişkilerini ne kadar iyiye arkadaşlık yaşam görevini de o derecede yerine getirdikleri anlamına gelmektedir. Bu yaşam görevinin sağlıklı bir biçimde yerine getirilmesi de daha çok kendini açma, risk alma ve sorumluluk alma davranışlarını beraberinde getirmektedir (Sweeney ve Witmer, 1991). Böylece bireyler yaşantılarını birbirleri ile paylaşabilmekte ve gerektiğinde sosyal destek alma ihtiyaçlarını karşılayabildikleri gibi gerektiğinde de arkadaşlarına sosyal destek olabilmektedirler. Sosyal destek ise stresle baş etmede bireylere yardımcı olmakla birlikte (Kim, Herman ve Taylor, 2008) yaşam kalitesiyle de pozitif yönde ilişkilidir (Hegelson, 2003). Başka bir deyişle güçlü arkadaşlık ilişkilerine sahip olma bireyi strese karşı korumakta ve yaşam kalitesini artırmaktadır.

Sevgi yaşam görevi de arkadaşlık yaşam görevi gibi sosyal ilişkiler çerçevesinde değerlendirilebilmekle birlikte arkadaşlık ilişkilerinden farklı sosyal ilişkileri ifade etmektedir. Bu açıdan, sevgi yaşam görevi sürekli, uzun süreli, karşılıklı bağlılık temeli üzerinde oluşmakta ve samimi bir yakınlığı içermektedir (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000). Bu tür ilişkilerde aile, evlilik ve cinsellikle ilgili ilişkileri kapsamaktadır.

Sağlıklı bir sevgi ilişkisi kişilerarası iyi bir iletişim, problem çözme ve çatışma çözme becerilerini içermektedir (Hromek ve Walsh, 2012). Bu nedenle sağlıklı sevgi ilişkilerine sahip olan bireylerin karşılaştıkları zorlu yaşantıları aşma konusunda kendilerini yalnız hissetmeyecekleri ve bu zorlukların üstesinden gelmek konusunda kendilerine güvenlerinin artacağını söylemek yanlış olmayacaktır. Öyle ki sağlıklı sevgi ilişkisine sahip olan bireylerin kendi

ilişkilerini sürdürme bakımından da etkili başa çıkma stratejileri geliştirmektedirler (Knee, 1998). Sağlıklı sevgi ilişkilerine sahip bireyler bu ilişkilerini sürdürmede başarılı olmalarının yanı sıra sevgi ilişkilerinden aldıkları destekle yaşamdaki zorluklarla başa çıkmada da etkili stratejiler geliştirebilmektedirler (Feeney ve Collins, 2015). Dolayısıyla sevgi ilişkilerinin sağlıklı olması yakın ilişkilerin sürdürülmesini sağladığı gibi kişilerarası diğer ilişkilerin gelişimine de katkı sağlamaktadır.

İlk modelde olduğu gibi revize edilmiş olan İHTM'de de tüm yaşam görevlerinin birbirleri ile etkileşim halinde olduğu ve birinde meydana gelen değişikliğin diğer yaşam görevlerinde de değişikliklere neden olacağı vurgulanmıştır (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000). Bu vurgu iyilik halinin çok boyutlu olmasının yanı sıra bütüncül bir doğası olduğu görüşünün bir sonucudur. Ayrıca yine ilk modelde olduğu gibi bu modelde de iyilik hali ve iyilik halinin bileşenleri olan yaşam görevlerinin aile, din, eğitim, toplum, medya, hükümet ve iş/endüstri gibi yaşam koşullarından etkileniyor olduğu aynen belirtilmiştir (Myers ve Sweeney, 2008).

İHTM'nin kuramsal yönünün ortaya koyulmasının yanında uygulamaya dönük yönleri de açıklanmıştır. Bu bağlamda modelin psikolojik danışma alanında uygulanması çerçevesinde (1) iyilik hali modelinin tanıtılması, (2) model bağlamında formal ve informal değerlendirmelerin yapılması, (3) iyilik halinin geliştirilmesi için modelin ihtiyaç duyulan alanında müdahalenin uygulanması ve (4) değerlendirme, izleme ve gerek duyulursa ikinci adımdan dördüncü adıma uygulamanın tekrarlanması olmak üzere dört adımdan oluşan bir uygulama programı oluşturulmuştur (Myers ve Sweeney, 2007). Bu adımların hangisinde neler yapılabileceği de açıklanmıştır.

İlk adımda adından da anlaşıldığı üzere İHTM danışana açıklanmaktadır. Bu adımda öncelikle iyilik halinin tanımı yapılır. Daha sonra iyilik hali tekerleği tüm bileşenleri ile birlikte danışana açıklanır. Böylece ikinci adıma doğru bir geçiş de sağlanmış olur. İkinci adımda danışan kendi yaşantılarını model çerçevesinde değerlendirerek adeta kendi tekerleğini oluşturur. Bu değerlendirmenin amacı danışanın bir iyilik hali planı oluşturması ve iyilik halini geliştirme adına yaşam tarzında gerçekleştireceği değişiklikleri belirlemektir. Değerlendirme adımının sonunda danışan kendini güçlü ve zayıf

gördüğü iyilik hali alanları ortaya koyulmuş olacaktır. Bu bilgiler çerçevesinde de danışanın öncelikli olarak gördüğü alandan başlamak üzere iyilik hali planı yapılarak üçüncü adım olan müdahale aşamasına geçiş yapılmaktadır. Üçüncü adımda danışman danışana ilk olarak iyilik halinin hangi alanı ya da alanları üzerinde çalışmak istediğini sorar. Danışanın geliştirmek istediği iyilik hali alanları bu aşamada tekrar tanımlanır ve danışanın ihtiyaçları doğrultusunda davranışsal bir iyilik planı oluşturması sağlanır. Davranışsal iyilik hali planının uygulanmaya koyulmasının ardından dördüncü ve son adım olan değerlendirme ve izleme adımına geçilir. Bu adımda danışan kendisindeki değişimleri düzenli ve sistematik bir biçimde değerlendirmesi açısından cesaretlendirilmelidir. Bunun yanı sıra danışana plan yapma, kendini değerlendirme ve gelişimini izleme öğretilmelidir (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000). Böylece danışan kendi gelişimini izleme ve yönetme konusunda danışma sürecinden sonra da yeterli hale gelecek ve danışma süreci boyunca edindiği kazanımları sürdürme ve geliştirme konusunda kendi kendinin danışmanı olabilecektir.

### **Kanıt Dayalı İyilik Hali Modeli**

Bölünmez ben: kanıt dayalı iyilik hali modeli (BBİHM) İHTM modeli üzerinde devam eden çalışmalar neticesinde geliştirilmiş olan bir iyilik hali modelidir. İHTM'ne dayalı olarak geliştirilen İyilik Hali Ölçeği (The Wellness Evaluation of Lifestyle) üzerinde yapılan çalışmalar neticesinde İHTM'nin yapısının doğrulanmadığı ortaya çıkmıştır (Myers ve Sweeney, 2004). Bu nedenle İHTM'nin yeniden düzenlenmesi ihtiyacı doğmuştur. Bu düzenleme neticesinde ise BBİHM ortaya çıkmıştır.

Gerçekleştirilen açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri neticesinde ortaya çıkan BBİHM'de iyilik hali ana çatısı altında fiziksel, yaratıcı, başa edici, temel ve sosyal benlik olmak üzere beş boyuttan oluşmuştur (Hatie, Myers ve Sweeney, 2004). Ayrıca bu beş boyutta kendi içlerinde alt boyutlara ayrılmışlardır. Buna göre fiziksel benlik beslenme ve egzersiz; yaratıcı benlik zeka, kontrol, duygu, mizah ve çalışma; baş edici benlik serbest zaman, stress, değer ve inançlar; temel benlik ruh, öz-bakım, cinsel kimlik ve kültürel kimlik; sosyal benlik ise arkadaşlık ve sevgi alt boyutlarını kapsamaktadır (Hatie, Myers ve Sweeney, 2004). oluşturulan yeni modelde iyilik hali alanlarının etkileşim içerisinde olduğu yaşam koşulları da yeniden düzenlenmiş ve bu

koşullara bağlam (context) adı verilmiştir. Buna göre aile, komşuluk ve toplum yerel (güvenlik) bağlam; eğitim, din, hükümet ve iş/endüstri kurumsal (politika-kanunlar) bağlam; siyaset, kültür, evrensel olaylar, çevre ve medya evrensel (dünya olayları) bağlam; süreklilik, olumluluk ve amaçlılık ise kronolojik (yaşam boyu) bağlam içerisinde yer alacak şekilde sınıflandırılmıştır (Myers ve Sweeney, 2004). Tüm bu bileşenleri ile birlikte BBİHM'nin yapısının anlaşılır hale getirilmesi için araştırmacılar İHTM'de olduğu gibi bir görsel hazırlamışlardır. Bu görsel Şekil 5'te verilmiştir.

## BÖLÜNMEZ BEN: Kanıtı Dayalı İyilik Hali Modeli

### BAĞLAM:

#### Yerel (Güvenlik)

Aile  
Komşuluk  
Toplum

#### Kurumsal (Politika-Kanunlar)

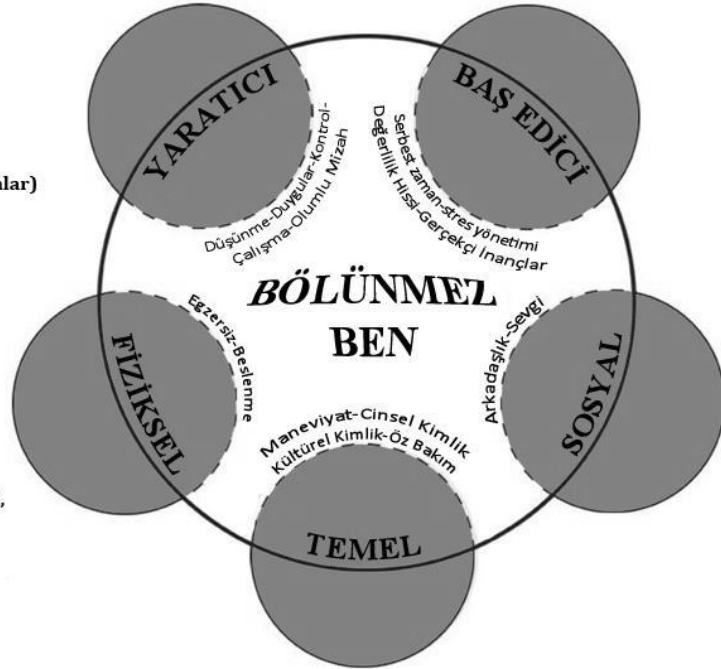
Eğitim  
Din  
Hükümet  
İş/Endüstri

#### Evrensel (Dünya olayları)

Siyaset  
Kültür  
Evrensel Olaylar  
Çevre  
Medya

#### Kronolojik (Yaşam boyu),

Süreklilik  
Olumluluk  
Amaçlılık



**Şekil 2.2:** Bölünmez Ben: Kanıtı Dayalı İyilik Hali Modeli

**Kaynak:** Myers ve Sweeney, 2005, s. 272

Şekil 2.4 incelendiğinde benliğin bölünmez olduğu başka bir deyişle bütün olduğunun modelin merkezinde yer aldığı görülmektedir. Bu durum iyilik halinin bütüncül bir yapısının olduğu görüşüyle de bire bir örtüşmektedir. Bu bakış açısı çerçevesinde BBİHM'de bireyin bütünlüğü ve amacı olan bir varlık olduğu kabul etmenin insan davranışlarını anlamının en iyi yolu olduğu vurgulanmıştır (Myers ve Sweeney, 2004). Bu nedenle de modelde alt

boyutların tanımlanmasının yanında bütüncüllük ilkesinden vazgeçilmemiş tüm faktörlerin iyilik hali çatısı altında tek bir boyutta toplandıkları da kanıtlanmıştır (Hatie, Myers ve Sweeney, 2004). Başka bir deyişle tüm alt boyutların birleşimi sonucunda iyilik hali ortaya çıkmakta ve bu durum benliğin bölünmez oluşu ile açıklanmaktadır.

Modelde iyilik hali ana şemsiyesi altında temel benlik, yaratıcı benlik, baş edici benlik, sosyal benlik ve fiziksel benlik olmak üzere beş faktör bulunmaktadır. Temel benlik maneviyat, öz-bakım, cinsel kimlik ve kültürel kimlik bileşenlerinden oluşmaktadır. Amaçlılık, yaşamın anlamı ve kendinden üstün bir gücün varlığına inanç maneviyat bileşeni içerisinde değerlendirilmektedir. Öz-bakım bileşeni bireylerin öz-yıkıcı davranışlar yerine (madde, sigara ve alkol kullanımı vb.) sağlığını koruyucu davranışlar geliştirmesi ve medikal yardım alması gibi davranışları içermektedir. Cinsel ve kültürel kimlik ise bireylerin dünya görüşlerini şekillendirmede önemli olan kendini tanımlamayı kapsamaktadır (Hatie, Myers ve Sweeney, 2004). Bu bağlamda kişinin kendini ve yaşam anlamını tanımlamada kullandığı kişisel ve çevresel faktörlerin yanı sıra sağlığını korumaya yönelik davranışlarının temel benliği oluşturduğu söylenebilir.

Yaratıcı benlik iyilik haline ilişkin duygusal ve zihinsel süreçler içeren bir boyuttur. Bu boyutun bileşenleri düşünme, duygular, kontrol, olumlu mizah ve çalışmadır. Yaratıcı benliğin bileşenlerinden olan duygu ve düşünceler birbirini etkilemektedirler. Öyle ki bireyin ne düşündüğü hem duygularını hem de bedenini etkileyebilirken bireylerin yaşadıkları duygusal tecrübeler de bireylerin bilişsel tepkimelerini etkileyebilmektedir (Beck, 2015). Kontrol bireyin yaşamındaki olayları etkileme gücüne ilişkin kapasitesini nasıl algıladığı ile ilgilidir. Olumlu beklentiler duygu ve düşünceleri etkiler ve olumlu mizahın fiziksel ve zihinsel fonksiyonların yerine getirilmesi konusunda yaygın bir etkiye sahip olduğu bilinir. Çalışma ise bireylerin yaşam kalitesini artırabilen deneyimleri için gerekli bir unsur olarak görülmektedir (Myers ve Sweeney, 2004). Ayrıca yaratıcı benliğin bu bileşenler İHTM'deki problem çözme ve yaratıcılık, kontrol hissi, duygusal farkındalık ve baş etme, mizah duygusu ve çalışma'ya karşılık gelmektedir. Bu bileşenlerin altında da genel olarak duygu ve düşüncelerin ve duygu-düşünce etkileşiminin yattığı söylenebilir. Diğer bir

deyişle düşünsel ve duygusal süreçleri gelişmiş olan bireylerin problem çözme, çalışma ve mizahı kullanma gibi konularda gelişmiş bir birey olabileceği düşünülebilir.

Baş edici benlik serbest zaman, stres yönetimi, değerlilik hissi ve gerçekçi inançlar olmak üzere dört bileşenden oluşmaktadır. Gerçekçi olmayan inançlar insan yaşamındaki bir çok duygusal problem ve hayal kırıklığının kaynağı olarak bilindiği için bazı terapi yaklaşımları bireylerin gerçekçi inançlar geliştirmelerine odaklanmaktadır (Ellis, 2012). Değerlilik hissi bireylerin yaşamdaki zorluklarla baş edebilme düzeylerini geliştirmektedir. Dolayısıyla kendini değerli hisseden birey yaşama meydan okuma konusunda daha cesur davranabilmektedir. Serbest zaman iyilik hali ve gelişimin sürekliliği için gereklidir. Bireylerin yaparlarken zamanın nasıl geçtiğini anlayamadıkları serbest zaman etkinliklerinin olması hem yaratıcı hem de manevi anlamda gelişmelerine katkı sağlamaktadır (Myers ve Sweeney, 2004). Birey böylece yaşam zorluklarına karşı daha dirençli olacak ve bu zorlukları aşabildiğini gördükçe de yaşamdan daha çok keyif alacaktır.

Sosyal benlik arkadaşlık ve sevgi bileşenlerinden oluşmaktadır. Arkadaşlık ve sevgi birlikte var oldukları düşünülebilir ve bu yapıları pratikte tamamen birbirinden ayırmak mümkün olmayabilir. Bunun yanında cinsel yakınlık da sevgi ve arkadaşlıktan ayrı görülmekle birlikte aslında fiziksel çekicilik ve sevmek anlamında arkadaşlık ve sevgi ile ortak yönleri sahiptir. Bu tür ince ayrıntılara karşın açık olan şey şudur ki sevgi ve arkadaşlık ilişkileri bireyin yaşam kalitesini geliştirmektedir (Veenhoven, 1999). Tersini düşünülürse ise bireylerin arkadaşlık ve sevgi ilişkileri zayıf olduğunda ya da bireyler bu ilişkilerden yoksun olduklarında yaşam kalitelerinin düşebileceği hatta ruh sağlıklarının riske girebilecekleri düşünülebilir. Nitekim sosyal ilişkileri sağlıklı olmayan bireyler hem fiziksel hem de ruhsal açıdan koruyucu bir etkisi olan sosyal desteğe ihtiyaç duydukları zamanlarda bu desteği alamayacaklardır.

Son olarak fiziksel benlik ise egzersiz ve beslenme bileşenlerinden oluşmaktadır. Egzersiz düzenli olarak fiziksel aktivitelerde bulunmakken besleme ise vücudun ihtiyaç duyduğu besinleri düzenli ve dengeli bir biçimde tüketmektir. Egzersiz ve beslenme sadece fiziksel özellikler olmaları

bakımından iyilik halinin diğer bileşenlerinden bağımsız gibi görünse de kapsamlı bir iyilik hali modeli için fiziksel ve psikolojik bileşenlerin bütünleştirilmesi gerekmektedir (Hatie, Myers ve Sweeney, 2004). Hali hazırda bu bileşenlerin birleştirilmesi iyilik halinin temelini oluşturan bütüncülük bakış açısının da bir gerekliliği olarak görülebilir. Nitekim fiziksel aktivite ve düzenli beslenmenin bireylerin ruh sağlığı ile ilişkili olduğunu gösteren araştırma bulguları da (Genç vd., 2011; Vatansever vd., 2015) bu görüşü desteklemektedir. Dolayısıyla, fiziksel ve ruhsal sağlığın birbirinden ayrılamaz bir bütün olduğu yaklaşımı BBİHM'de de güçlenerek devam etmiştir.

Bireylerin kişisel özelliklerinin yanı sıra çevresel faktörler de bireylerin iyilik hali düzeylerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu çerçevede, daha önce de ifade edildiği üzere BBİHM'de yerel, kurumsal, evrensel ve kronolojik bağlam çerçevesinde iyilik halini etkileyen çevresel faktörler tanımlanmıştır. Buna göre yerel bağlam aile, komşular ve kişinin yaşadığı çevre ile ilişkileridir. Kurumsal bağlam eğitim, din, ülke yönetimi, iş ve medya gibi kişinin yakın çevresine göre daha geniş bir etkisi olan faktörlerdir. Evrensel bağlam politika, kültür ve dünya genelinde yaşanan olayları ifade etmekte olup bütün dünyayı etkileyebilme gücü olan olayları kapsamaktadır. Kronolojik bağlam ise zamanın bireyler üzerindeki değiştirici etkisi ile ilgilidir (Myers ve Sweeney, 2005). Görüldüğü üzere bireylerin tanımlanan çevresel bağlamlar kişinin en yakını olan aile çevresinden dünyanın herhangi bir yerinde olabilecek olaylara kadar genişletilmiştir. Günümüz dünyasında iletişim teknolojilerinin oldukça gelişmiş olmasının bir sonucu olarak bireylerin iyilik halini etkileyen çevrede genişlemiştir. Ayrıca çevrenin yanı sıra zamanın bireyler üzerindeki etkileri de iyilik halini etkileyen bağlamlar çerçevesinde önemli olarak görülmüştür.

BBİHM'yi geliştiren araştırmacılar bu modelin psikolojik danışmada nasıl kullanılabileceğine ilişkin açıklamalar getirmişlerdir. Buna göre BBİHM bireysel, çift, aile, grupla psikolojik danışmada, ebeveyn eğitimi çalışma gruplarında ve benzer çalışmalarda iyilik halini geliştirilmesi kullanılabilir (Hatie, Myers ve Sweeney, 2004). Görüldüğü üzere BBİHM'nin uygulama alanı oldukça geniştir. Uygulamanın geniş olması da BBİHM'nin çeşitli hedef kitlelere uygulanabilme açısından esnek bir niteliğe sahip olduğunun bir göstergesi olarak düşünülebilir.



Psikolojik danışmanlar BBİHM'yi danışanlarının iyilik halini geliştirmek için kullanmak istediklerinde değerlendirme için ölçme aracıyla birlikte ya da ölçme aracı olmadan, danışanlarının iyilik halinin bileşenlerini ve bu bileşenlerin birbirleri ile ilişkilerini anlamalarına yardım etmek için kullanabilecekleri ve danışanların güçsüzlük yerine güçlü yönlerine odaklanarak danışanların üzerinde olumlu değişimler yaratabilecekleri önerilmektedir. (Myers ve Sweeney, 2004). Bunların yanı sıra BBİHM, İHTM üzerinde yapılan çalışmalar neticesinde geliştirilen bir modeldir. Bu nedenle İHTM modelinde tanımlanan maneviyat, kendini yönetme, çalışma, arkadaşlık ve sevgi yaşam görevlerine ilişkin danışanları ile çalışan psikolojik danışmanlar danışanları için müdahale programları geliştirirken BBİHM'nin bileşenlerinden de yararlanabilecekleri ifade edilmektedir (Hatie, Myers ve Sweeney, 2004). Sonuç olarak, iyilik halinin geliştirilmesine yönelik olarak çalışan psikolojik danışmanlar danışanlarının ihtiyaçlarına göre hem İHTM'den hem de BBİHM'yi dikkate alabilirler.

### **İyilik Hali Yıldızı Modeli**

İyilik Hali Yıldızı Modeli (İHYM) iyilik haline ilişkin kuramsal çalışmalardan, var olan iyilik hali modellerinden ve mevcut iyilik hali modellerinin Türkiye'deki kullanımında karşılaşılan zorluklardan yola çıkılarak geliştirilmiş bir modeldir (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Model iyilik hali tanımlarında vurgulandığı ve diğer iyilik hali modellerinde olduğu gibi çok boyutlu ve bütüncül bir iyilik hali modeli olma özelliklerine sahiptir. Buna göre, modelin boyutları ilk olarak fiziksel, psikolojik /duygusal, sosyal, entelektüel/mesleki ve spiritüel iyilik hali olarak adlandırılmıştır.

Fiziksel iyilik hali adından da anlaşılacağı üzere sağlıklı olmanın fiziksel yanları ile ilgilidir. Buna göre dengeli beslenme, fiziksel olarak aktif olma, düzenli uyuma, düzenli olarak doktor kontrollerinden geçme gibi bedensel açıdan sağlıklı bir yaşam sürmeye yönelik davranışlar fiziksel iyilik hali çerçevesinde ele alınmaktadır (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Bu tür sağlıklı davranışların alışkanlık haline getirilmesi bireylerin fiziksel iyilik hali düzeylerini artırmanın yanı sıra bütüncül ilkesi çerçevesinde iyilik halinin diğer boyutlarında da bir iyileşmeye katkı sağlamaktadır. Düzensiz ya da yetersiz beslenme, sportif faaliyetlerde bulunmama, sağlık kontrollerinden

geçmeme ve alkol sigara gibi sağlığa zararlı ürünleri aşırı tüketme gibi davranışlar ise hem fiziksel hem de tüm boyutları ile birlikte genel iyilik halini tehdit eden davranışlar olarak sıralanabilir.

Psikolojik/duygusal iyilik hali sağlıklı olmanın içsel süreçleri ile ilgilidir. Bu boyut duyguların farkında olma, duygularını kontrol edebilme, kendine ve yaşam olaylarına karşı olumlu, gerçekçi ve geliştirici bir algılamaya sahip olması gibi özellikleri kapsamaktadır (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Bu bakımdan psikolojik/duygusal iyilik hali bilişsel ve duygusal açıdan iyi olmayı açıklamaktadır. Bu özelliklerin yanı sıra bireylerin güvenli bir kimlik duygusuna sahip olmaları, çatışmalı ve zorlu yaşam olaylarının kendi gelişimi için bir fırsat olarak görme gibi özellikler de psikolojik/duygusal iyilik halinin bileşenleridir (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Ayrıca bilişsel ve duygusal bileşenleri içermesi bakımından bu boyut düşünce ve duygular arasındaki ilişki ve bunların davranışa yansımaları açısından da önemlidir. Nitekim bireyin kendine, başkalarına ve yaşam olaylarına ilişkin gerçekçi düşünceler geliştirmesi daha sağlıklı duygular yaşaması ve kendini geliştirici davranışlarda bulunmasının da önünü açacaktır (Ellis, 2012). Düşünce, duygu ve davranışlar arasındaki bu ilişki de psikolojik/duygusal iyilik hali çerçevesinde ele alınmaktadır.

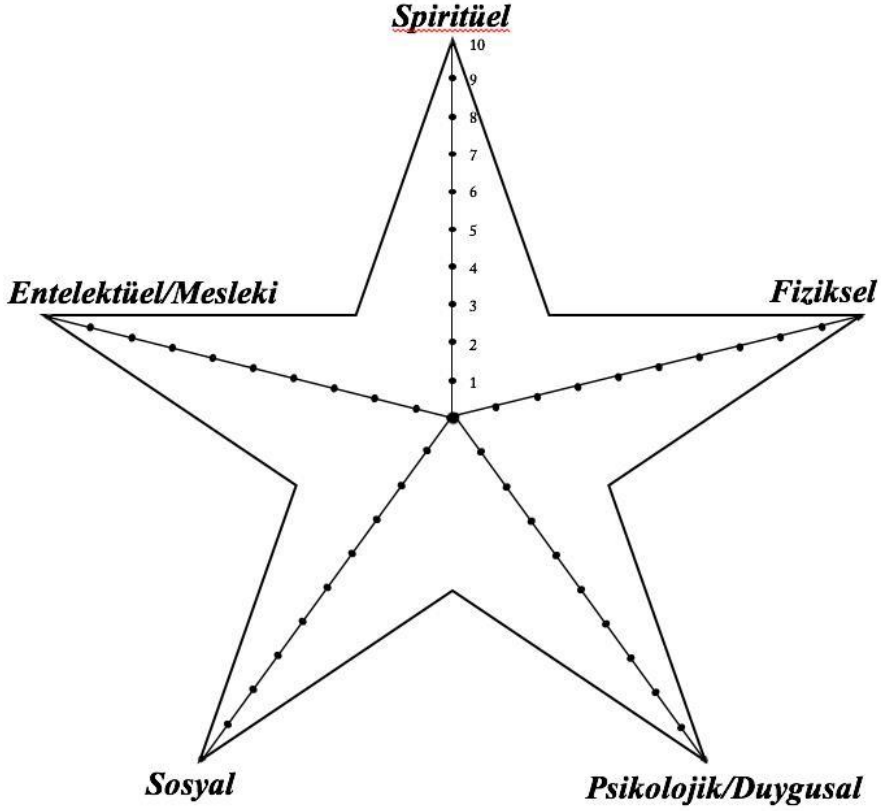
Sosyal iyilik hali en genel anlamı ile kişilerarası ilişkilerle ilgili iyilik hali boyutudur. Bu boyut bireylerin diğer bireylerle, toplumla ve doğayla olan ilişkilerinin derecesi ve niteliğini açıklamaktadır (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Dolayısıyla her ne kadar temel olarak kişilerarası ilişkiler ile ilgili olsa da kişinin doğayla olan ilişkisi de bu boyut altından ele alınmaktadır. Çünkü doğa tüm insan toplumunun ortak malıdır ve korunması tüm insanlığın faydasıdır. Bu nedenle kişinin doğayla ilişkisi de sosyal bir nitelik taşımaktadır. Ayrıca bu boyut aile, arkadaş ve diğer önemli kişilerden alınan sosyal desteği de içermektedir. Bu açıdan sosyal olarak iyi olan bir birey iletişimde bulunduğu herkes için destek vermeye ve onlardan destek almaya hazırdır (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Sosyal destek stres (Cohen, Sherrod ve Clark, 1986), travma sonrası stres bozukluğu (Feder vd., 2013), intihar eğilimi (Kleiman ve Liu, 2013), kanser (Applebaum vd., 2014) gibi bir çok fiziksel ve psikolojik rahatsızlığa karşı önleyici bir etkiye sahip olmakla birlikte sağlığın

geliştirilmesine katkı sağlamaktadır (Cohen, 2004). Bu bakımdan tüm bu rahatsızlıkların sosyal iyilik haliyle de ilişkili olduğu düşünülebilir.

Entelektüel/mesleki iyilik hali bilişsel süreçlerle ilgi iyilik hali boyutudur. Buna göre entelektüel/mesleki iyilik hali zihinsel olarak aktif olmayı sevme, edindiği bilgileri kendisi ve toplum için kullanma, kendini zihinsel olarak zorlayabilecek etkinlikler seçme ve problem çözme becerilerine sahip olma gibi bileşenleri içermektedir. Ayrıca bu boyut yetişkin bireylerde işlerin de iş yerlerindeki diğer bireylerle ilişkilerinden memnun olma, okul çağındaki bireyler içinse okullarından ve okuldaki diğer bireylerle ilişkilerinden memnun olmayı da kapsamaktadır (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Bu özellikler düşünüldüğünde entelektüel/mesleki açıdan kendini iyi hissedenden bireyin yeni öğrenmelere açık olma, zihinsel olarak kendini zorlayacak etkinliklerde bulunma, iş/okul yaşamından doyum alma, toplum yararına gönüllü işler yapma ve yaşadığı problemlere akılcı bir bakış açısı ile yaklaşarak çözüm arama gibi özelliklere sahip oldukları söylenebilir.

Spiritüel iyilik hali genel olarak bireylerin yaşamlarını anlamlandırmaları ile ilgilidir. Dolayısıyla yaşamı anlamlandırmada kullanılan bir çok bileşen spiritüel iyilik hali çerçevesinde düşünülebilir. Bu bağlamda doğada, sanatta, müzikte ve sosyal ilişkilerde yaşamı anlamlandırmayla ilgili bireylere esin veren her türlü yaşantı spiritüel iyilik halinin içerisinde değerlendirilmektedir. Bu noktada dine ilişkin inançlarda spiritüel iyilik halinin bir parçası olmakla birlikte din ile spiritüel iyilik halinin aynı şey olmadığı unutulmamalıdır (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Diğer bir deyişle bireyler yaşamlarını anlamlandırmada dini inançlardan yararlanırlar ancak bu inançlar yaşama anlam katmada kullanılan bileşenlerden yalnızca birisidir. Ayrıca spiritüel iyilik hali yaşamın amacını ve anlamını araştırma, kendinden büyük bir gücün olduğuna inanma gibi özelliklere de sahiptir. Sonuç olarak spiritüel olarak kendini iyi hissedenden birey yaşamdan doyum alan bireyler olarak tanımlanabilir (Korkut-Owen ve Owen, 2012).

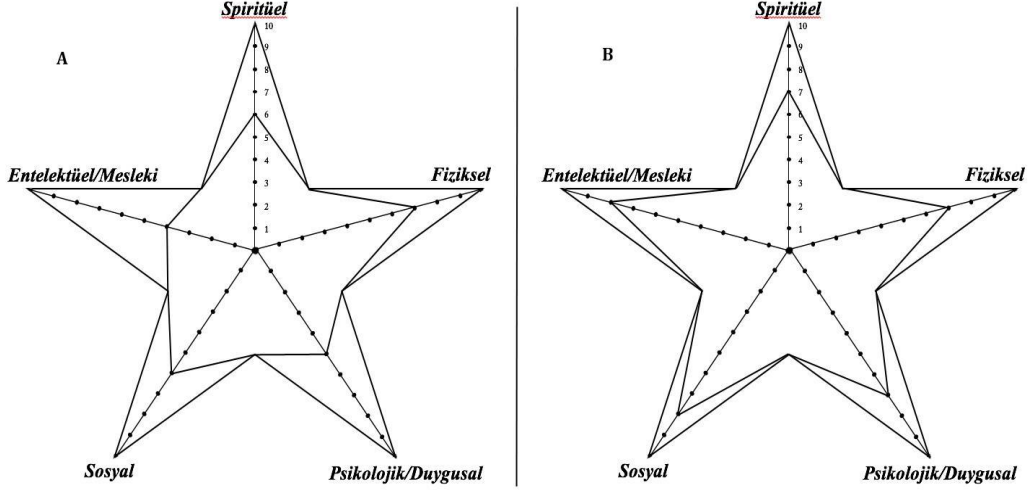
İHYM'nin bu beş boyutu beş köşeli bir yıldız olarak görselleştirilmiştir. Bu yıldız şeklinin bir metafor olarak İHYM'nin iyilik halini geliştirmeye yönelik çalışmalarında İHYM'yi açıklamak için kullanılabilmesi ifade edilmiştir. Yıldız metaforu Şekil 6'da verilmiştir.



**Şekil 2.3:** İyilik Hali Yıldızı

**Kaynak:** Korkut-Owen ve Owen, 2012

Şekil 6'da görüldüğü üzere yıldızın her bir köşesi bir iyilik hali boyutunu temsil etmektedir. İyilik hali yıldızın psikolojik danışma uygulamaların da kullanımı içinse her bir iyilik hali boyutu 1 ile 10 arasında derecelendirilmiştir. 1'e yaklaşan puanlar düşük iyilik haline 10'a yaklaşan puanlar ise yüksek iyilik haline işaret etmektedir. Buna göre psikolojik danışma uygulamalarında İyilik Hali Yıldızı modeli tüm boyutları ile birlikte danışana açıklanır ve danışandan her bir iyilik hali boyutunda kendini değerlendirerek yıldız üzerinde kendine verdiği puanları işaretlemesi istenir. Daha sonra danışan işaretlemiş olduğu noktaları birleştirerek kendi iyilik hali yıldızını oluşturur. Şekil 7'de da iki farklı danışana ait iyilik hali yıldızı verilmiştir.



**Şekil 2.4:** İyilik Hali Yıldızı Örnekleri

**Kaynak:** Korkut-Owen ve Owen, 2012)

Şekil 7’de A ve B danışanına ilişkin iki iyilik hali yıldızı örneği görülmektedir. A danışanın iyilik hali yıldızı incelendiğinde iyilik hali düzeyinin görece düşük olduğu ve kendi çizmiş olduğu yıldızın da (içteki) yıldız şekilden uzak olduğu görülmektedir. B danışanın iyilik hali yıldızı incelendiğinde ise iyilik hali düzeyinin görece yüksek olduğu ve kendi çizmiş olduğu yıldızın (içteki) kollarının dengeli bir dağılımı olduğu görülmektedir. İHYM’de yıldız metaforu iyilik hali düzeyi düşük bireyler için yıldız sönük, iyilik hali düzeyi yüksek bireyler içinse yıldız parlak şeklinde kullanılmaktadır (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Bu çerçevede A danışanın yıldızı sönük B danışanın yıldızı ise parlak görülmektedir. Dolayısıyla İHYM çerçevesinde psikolojik danışmanın amacı danışanın yıldızını parlatmak olduğu söylenebilir.

İHYM üzerinde devam eden çalışmalar sonucunda bu modele uygun bir ölçme aracı geliştirilmiş ve modelin alt boyutlarının adlandırılmasına ilişkin bazı değişiklikler yapılmıştır (Korkut-Owen vd., 2016). Buna göre spiritüel iyilik hali yaşamı anlamlandırma ve hedef odaklı olma olarak, psikolojik/duygusal iyilik hali duygusal olarak, entelektüel/mesleki iyilik hali ise bilişsel olarak yeniden adlandırılmıştır. Fiziksel ve sosyal iyilik hali adlandırılması açısından ise herhangi bir değişiklik yapılmamıştır.

İHYM modelini geliştiren araştırmacılar modelin psikolojik danışmada nasıl kullanılabileceğine ilişkin de bilgiler vermişlerdir (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Buna göre psikolojik danışma sürecinin ilk oturumunda İHYM danışana

açıklanır. Daha sonra danışanın İyilik Hali Yıldızı aracılığıyla iyilik hali alanlarında kendini değerlendirerek kendi yıldızını oluşturur. Danışan oluşturmuş olduğunu danışman ile birlikte inceleyerek hangi iyilik hali alanı üzerinde çalışmak istediğini belirler. Böylece psikolojik danışma süreci danışanın çalışmak istediği iyilik hali alanın geliştirilmesine yönelik olarak sürdürülür. Psikolojik danışma süreci boyunca danışanın ile geliştirmek istediği alanlara ilişkin paylaşımları teşvik edilir ve bu alanları geliştirmek için neler yapabileceğine iyilik bir iyilik hali planı oluşturulur (Korkut-Owen ve Owen, 2012, s. 30). Böylece psikolojik danışma süreci sistematik bir şekilde sürdürülebilir. Ayrıca psikolojik danışma sürecinde gerek duyulması halinde bilişsel davranışçı yaklaşımdaki ödev verme, çalışılacak konuları önem sırasına koyma ve gerçekçi terapidaki gibi planlanan değişiklikleri not etme gibi teknikler de kullanılabilir (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Başka bir deyişle danışanların iyilik hali düzeylerini artırmak için işlevsel olan çeşitli psikolojik danışma yaklaşımlarındaki tekniklerden yararlanılabilir

### 3. YÖNTEM

#### 3.1 Araştırmanın Modeli

Bu çalışma ilişkisel tarama yöntemiyle yapılmış nicel bir çalışmadır. İlişlisel tarama deseninde iki ya da daha fazla değişkenin aralarındaki ilişki incelenir (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004; Balcı, 2011;). Araştırmada Psikolojik İyi Halinin, Toplumsal Cinsiyet Rollerini ile ilişki incelenmiştir.

#### 3.2 Çalışma Grubu

Araştırma evreni olarak İstanbul ili Çekmeköy ilçesi 18 yaş üstü kadınlar seçilmiştir. TÜİK 2018 (<http://tuik.gov.tr>) verilerine göre Çekmeköy ilçesinde 18 yaş üstü kadın nüfusu 72.780'dür. Kolay ulaşılabılır örneklem yönteminde araştırmacının zaman, maliyet ve diğer imkanlarına uygun çalışma örneklemini oluşturması mümkündür (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004). Araştırmanın çalışma grubu kolay ulaşılabılır örneklem yolu ile ulaşılmış 148 kadından oluşmaktadır. Araştırmaya katılımda gönüllülük esas alınmıştır. Çalışma grubunun evren içerisinde %95 güven aralığındaki hata payı %8,05 olarak hesaplanmıştır. Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004)'a göre araştırmacı %95 güven aralığında en fazla %10 hata payı verecek kadar örneklem büyüklüğü hesaplayabilir. Bu kapsamda araştırmanın çalışma grubunun büyüklüğü istatistiksel olarak yeterli büyüklüktedir denilebilir.

Örneklemin sosyo-demografik özelliklere göre dağılımı aşağıda sunulmuştur.

**Çizelge 3.1:** Çalışma grubunun sosyo demografik dağılımı

<i>Değişken</i>	<i>Alt grup</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>Geç. %</i>	<i>Yığı. %</i>
Yaş	20-30	32	21,6	21,6	21,6
	31-45	63	42,6	42,6	64,2
	45 üstü	53	35,8	35,8	100,0
Yaşam yeri	Köy kasaba	6	4,1	4,1	4,1
	İlçe	8	5,4	5,4	9,5
	Şehir	23	15,5	15,5	25,0
	Büyükşehir	111	75,0	75,0	100,0

**Çizelge 3.1:(Devamı) Çalışma grubunun sosyo demografik dağılımı**

Anne öğrenim durumu	Okur yazar değil	3	2,0	2,0	2,0
	Okur yazar	33	22,3	22,3	24,3
	Ortaokul	46	31,1	31,1	55,4
	Lise	38	25,7	25,7	81,1
	Üniversite	28	18,9	18,9	100,0
Baba öğrenim durumu	Okur yazar	21	14,2	14,2	14,2
	Ortaokul	37	25,0	25,0	39,2
	Lise	31	20,9	20,9	60,1
	Üniversite	59	39,9	39,9	100,0
Öğrenim durumu	Okur yazar	15	10,1	10,1	10,1
	Ortaokul	4	2,7	2,7	12,8
	Lise	25	16,9	16,9	29,7
	Üniversite	104	70,3	70,3	100,0
Çalışma Durumu	Çalışıyor	92	62,2	62,2	62,2
	Çalışmıyor	56	37,8	37,8	100,0
Medeni durum	Bekar	31	20,9	20,9	20,9
	Evlü	117	79,1	79,1	100,0
Ekonomik durum	Alt	3	2,0	2,0	2,0
	Orta	105	70,9	70,9	73,0
	Üst	40	27,0	27,0	100,0
TCR düzeyi	TCR eşitlikçi (95+)	148	100,0	100,0	100,0
	TCR gelenekçi (95-)	0	0	0	100

Çizelgede görüldüğü gibi Katılımcıların %21,6'sı (32) 20-30 %42,6'sı (63) 31-45 %35,8'i (53) 45 üstü yaş grubundadır. Katılımcıların yaşamlarını büyük çoğunlukla geçirdikleri yer %4,1'i (6) köy-kasaba %5,4'ü (8) ilçe %15,5'i (23) şehir ve %75,0'i (111) büyükşehirdir. Eğitim değişkeni incelendiğinde Katılımcıların %10,1'i (15) sadece okur yazar %2,7'si (4) ortaokul %16,9'u (25) lise %70,3'ü (104) üniversite mezundur. Katılımcıların %62,2'si (92) çalışmadığını %37,8'i (56) ise çalıştığını ifade etmişlerdir. Medeni durum açısından bakıldığında Katılımcıların %20,9'u (31) bekar %79,1'i (117) evlidir. Katılımcıların %2,0'si (3) alt %70,9'u (105) orta %27,0'si (40) üst gelir grubunda olduğunu bildirmiştir. Zeyneloğlu ve Terzioğlu (2011)'na göre Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeğinden (TCRTÖ) 95 ve üstünde puan alanlar eşitlikçi toplumsal cinsiyet rollerini benimsemişlerdir. Katılımcıların TCRTÖ puanlarına göre dağılımında %100,0'ü (148) eşitlikçi (95+) toplumsal cinsiyet görüşünü yansıtmıştır.



### 3.3 Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı üç bölümde oluşmaktadır. Veri toplama aracının birinci bölümünde sosyo demografik bilgiler, ikinci bölümünde Psikolojik İyilik Hali Ölçeği ve üçüncü bölümünde Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği (TCRTÖ) bulunmaktadır. Sosyo demografik bilgiler formu ile toplanan veriler çalışma grubunun dağılımı tablosunda görülmektedir. Diğer iki ölçek bilgileri aşağıda sunulmuştur. Ölçeklerin her ikisinde ters maddeler bulunmaktadır ve SPSS’se veri girişi sırasında bu maddeler ters kodlanmıştır.

#### 3.3.1 Psikolojik iyilik hali ölçeği (PIHO) (scale of psychological well-being):

Ryff (1989) tarafından geliştirilen ölçek 84 maddeden oluşan Likert tipi bir ölçektir. Psikolojik iyilik hali ölçeği özerklik (autonomy), çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma (environmental mastery), kişisel gelişim (personal growth), diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma (positive relations with others), yaşamdaki amaçlar (purpose in life) ve kendini kabul etme (self acceptance) olmak üzere her biri 14 maddeden oluşan altı boyuttan meydana gelmektedir. Alt ölçeklerin maddeleri ölçekte karışık olarak sıralanmaktadır. Katılımcılardan “hiç katılmıyorum”, “pek katılmıyorum”, “kararsızım”, “biraz katılıyorum”, “tamamen katılıyorum” seçeneklerinden kendilerine uygun olanı işaretlemeleri istenmektedir. Bu ölçekte “hiç katılmıyorum” 1 puan, “tamamen katılıyorum” ise 5 puandır. Her bir alt ölçek için güvenilirlik ranjları; özerklik için cronbach alpha .83, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma için cronbach alpha .86, kişisel gelişim için cronbach alpha .85, diğerleri ile olumlu ilişkiler için cronbach alpha .88, yaşamdaki amaçlar için cronbach alpha .88 ve kendini kabul etme için cronbach alpha .91 dir (Cirhinlioğlu, 2006).

Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması, geçerlik güvenilirlik çalışmaları Cirhinlioğlu (2006) tarafından yapılmıştır. Psikolojik İyilik Hali Ölçeği’nin yapı geçerliğini incelemek amacı ile yapılan faktör analizi sonucunda 49 maddeden oluşan beş faktörlü bir ölçek elde edilmiştir. Faktör analizi sonuçları, Ryff’in (1989) bulgularına paralellik göstermektedir. Bu faktörler altında toplanan maddeler; çevre ile ilişkilerde hâkimiyet kurma, kendini kabul etme, diğerleri ile olumlu ilişkiler, özerklik ve kişisel gelişim olarak adlandırılmıştır. Psikolojik İyilik Hali Ölçeği’nin maddelerinin madde-alt ölçek toplam puan korelasyonu; çevre

ile ilişkilerde hakimiyet kurma alt ölçeği için .53-.70, kendini kabul etme alt ölçeği için .52-.73, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma alt ölçeği için .44-.66, özerklik alt ölçeği için .40-.60 ve kişisel gelişim alt ölçeği için .49-.68 arasında değişmektedir. Alt ölçeklerin birbiri ile uyum geçerliği korelasyon matrisi ile incelendiğinde, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma alt ölçeğinin, kendini kabul etme, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçekleri ile korelasyonları sırasıyla .58, .41, .36, .54; kendini kabul etme alt ölçeğinin diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçekleri ile korelasyonları .55, .40, .34; diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma alt ölçeğinin, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçekleri ile korelasyonu .07, .20 ve özerklik alt ölçeği ile kişisel gelişim alt ölçeğinin korelasyonu .30 'dur. Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, kendini kabul etme, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçeklerinin tüm ölçek ile korelasyonları sırası ile .85, .83, .57, .62, .64'dür (Cirhinlioğlu, 2006).

Psikolojik İyilik Hali Ölçeği'nin güvenilirliğini belirlemek amacıyla, iç tutarlık katsayısı, iki yarım güvenirligi ve tüm denekler için madde-toplam puan korelasyonları hesaplanmıştır. Tüm ölçeğin iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa=.91, iki yarım güvenirligi .86 olarak hesaplanmıştır. Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, kendini kabul etme, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçeklerinin Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları sırası ile .83, .86, .77, .73 ve .74, iki yarım güvenirlikleri sırasıyla .76, .83, .77, .73, .68'dir. Ölçeğin her bir maddesi için madde bırakma tekniği ile madde-toplam puan korelasyonları hesaplanmıştır. Maddeler ile madde ortalama ve standart sapmalarıyla birlikte gösterilen bu korelasyonların .14 ile .68 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçek Maddelerinin Faktörlere Dağılımı (Cirhinlioğlu, 2006): Faktör 1(Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma,  $\alpha$ =.83; iki yar.=.76, ): 5, 7, 9, 13, 17, 20, 26, 28, 44, 49; Faktör2 (Kendini Kabul Etme,  $\alpha$ =.86; iki yar.=.83 ) :4, 8, 16, 21, 22, 23, 29, 32, 33, 40, 41, 42, 46; Faktör 3 (Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma,  $\alpha$ =.77; iki yar.=.77): 1, 11, 14, 18, 24, 30, 38, 47 ; Faktör 4 (Özerklik,  $\alpha$ =.73; iki yar.=.73 ) : 2, 6, 10, 19, 27, 31, 34, 35, 39, 43, 48; Faktör 5 (Kişisel Gelişim,  $\alpha$ =.74; iki yar.=.68): 3, 12, 15, 25, 36, 37, 45

### **3.3.2 Toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeği (TCRTÖ)**

Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği ise, üniversite öğrenimi gören öğrencilerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarını belirlemek amacıyla 2008 yılında Zeyneloğlu tarafından geliştirilmiştir. Toplam 38 maddeden oluşan Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği 0-5 arası puanlanmaktadır. Ölçek, öğrenciler toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin eşitlikçi tutum cümlelerine; tamamen katılıyorsa “5” puan, katılıyorsa “4” puan, kararsızsa “3” puan, katılmıyorsa “2” puan, kesinlikle katılmıyorsa “1” puan alacak şekilde puanlandırılmıştır. Toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin geleneksel tutum cümleleri ise; yukarıda belirtilen puanlamanın tam tersi olarak, öğrenciler tamamen katılıyorsa “1” puan, katılıyorsa “2” puan, kararsızsa “3” puan, katılmıyorsa “4” puan, kesinlikle katılmıyorsa “5” puan alacak şekilde puanlandırılmıştır. Bu puanlama şekli ile ölçekten alınabilecek en yüksek puan 190; en düşük puan ise, 38 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan en yüksek değer öğrencinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin eşitlikçi tutuma sahip olduğunu, en düşük değer ise öğrencinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin geleneksel tutuma sahip olduğunu göstermektedir. Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeğinin Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayısı 38 madde için “0.92” olarak bulunmuştur. Bu sonuç, ölçek maddelerinin birbiriyle yüksek iç tutarlılığa ve yüksek güvenilirliğe sahip olduğunu göstermektedir. Ölçek maddelerinin faktörlere dağılımı şöyledir (Zeyneloğlu & Terzioğlu, 2011): Faktör 1 Eşitlikçi Cinsiyet Rolü: 4, 13, 18, 22, 27, 8, 12, 20; F2 Kadın Cinsiyet Rolü: 29, 31, 1, 21, 37, 19, 5, 16; F3 Evlilikte Cinsiyet Rolü: 14, 2, 15, 26, 9, 36, 6, 10; F4 Geleneksel Cinsiyet Rolü : 17, 24, 25, 3, 7, 11, 32, 23; F5 Erkek Cinsiyet Rolü : 34, 33, 30, 35, 28, 38

### **3.4 Verilerin Toplanması Ve Analizi**

Veri toplama aracı fotokopi ile çoğaltılmış ve örnekleme oluşturanlara dağıtılmıştır. Verilerin analizinde SPSS paket programı kullanılmıştır. Araştırmada temel istatistik, ilişki testleri ve fark testleri kullanılmıştır. Araştırmada aşağıdaki analizler kullanılmıştır:

Betimleyici Temel İstatistik için aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır.

Psikolojik iyilik halinin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkisini sınamak için yapılan Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır.

Psikolojik iyilik halinin (PIHO) toplumsal cinsiyet rolleri tarafından yordanmasını sınamak için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizleri yapılmıştır.

Psikolojik İyilik Halinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşmasını Sınamak İçin Yapılan Anova, alt gruplar arasındaki farklılıkları sınamak içinse post hoc LSD testi yapılmıştır.

Psikolojik iyilik halinin katılımcısının yaşam yeri, anne öğrenim grupları, baba öğrenim grupları, katılımcı öğrenim grupları ve katılımcıların ekonomik durumu grupları göre farklılaşmasını sınamak için non-parametrik Kruskal Wallish Testleri yapılmıştır.

Kruskal Wallish Testlerinde anlamlı çıkan farklılıkların hangi alt gruplar arasında anlamlı düzeyde olduğunu sınamak için non-paramMann Whitney U Testleri yapılmıştır.

#### 4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın bağımlı değişkeni olan Psikolojik İyi Hali'nin bağımsız değişken olan Toplumsal Cinsiyet Roller tutumları ile ilişkisi ve Psikolojik İyi Hali'nin çeşitli sosyo demografik değişkenlere göre farklılaşmasına dair bulgular sunulmuştur.

İlk olarak araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenlerine ilişkin betimleyici temel istatistik bulguları paylaşılacaktır.

Ardından araştırma problemlerine ilişkin bulgular paylaşılacaktır.

Analizlere geçilmeden önce, araştırma verilerinin güvenilirliği sınanmış ve aşağıdaki bulgulara ulaşılmıştır.

##### Çizelge 4.1: Ölçeklerin Güvenirliği

	<i>Cronbach Alpha</i>	<i>N</i>
Psikolojik İyi Hali	,853	49
Toplumsal Cinsiyet Roller	,700	38

Araştırmada toplanan veriler ölçeklerin yeterli güvenilirlik düzeyinde olduğunu göstermektedir. C.Alfa değeri 0 ile 1 arasında değerler alır ve kabul edilebilir alfa değeri 0,7 olarak benimsenmektedir (Altunışık ve diğerleri, 2007, s.115-116; Sipahi, Yurtkoru, Çinko, 2008, s.89). Tutarlılık düzeyi güvenilirlik katsayısı 1'e yaklaştıkça yükselir (Tekin, 1993) Ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı;  $0,70 \leq \alpha < 1,00$  aralığında olduğundan yeterli güvenilirliğe sahiptir.

#### 4.1 Betimleyici Temel Bulgular

##### Çizelge 4.2: Betimleyici Temel İstatistik

	<i>N</i>	<i>min.</i>	<i>mak.</i>	<i>X<sub>ort</sub></i>	<i>SS</i>
TCRTÖ Eşitlikçi Cinsiyet Rolü	148	17,00	40,00	25,45	4,06
TCRTÖ Kadın Cinsiyet Rolü	148	26,00	39,00	33,67	2,48
TCRTÖ Evlilikte Cinsiyet Rolü	148	23,00	40,00	27,24	3,94

**Çizelge 4.2:** (Devamı) Betimleyici Temel İstatistik

TCRTÖ Geleneksel Cinsiyet Rolü	148	20,00	38,00	31,09	3,60
TCRTÖ Erkek Cinsiyet Rolü	148	15,00	29,00	22,43	3,18
Toplumsal Cinsiyet Rollerini Toplam	148	116,00	180,00	139,89	10,22
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	148	18,00	49,00	35,44	6,53
PİHO: Kendini Kabul Etme	148	35,00	65,00	55,17	6,69
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	148	24,00	40,00	36,06	3,16
PİHO: Özerklik	148	28,00	55,00	44,75	5,68
PİHO: Kişisel Gelişim	148	15,00	35,00	27,30	4,39

Çizelgede görüldüğü gibi; TCRTÖ alt boyutlarından eşitlikçi cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 25,45$  (ss=4,06), kadın cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 33,67$  (ss=2,48), evlilikte cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 27,24$  (ss=3,94), geleneksel cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 31,09$  (ss=3,60) ve erkek cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 22,43$  (ss=3,18) düzeyindedir. Piho alt boyutlarından çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ortalaması  $x_{ort} = 35,44$  (ss=6,53), kendini kabul etme ortalaması  $x_{ort} = 55,17$  (ss=6,69), diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ortalaması  $x_{ort} = 36,06$  (ss=3,16), özerklik ortalaması  $x_{ort} = 44,75$  (ss=5,68), kişisel gelişim ortalaması  $x_{ort} = 27,30$  (ss=4,39) düzeyindedir.

Katılımcıların toplumsal cinsiyet rolleri toplamının ortalaması  $x_{ort} = 139,89$  (ss=10,229) düzeyinde bulunmuş ve bu sonuç eşitlikçi toplumsal cinsiyet (95+) görüşünü yansıtmıştır.

#### 4.2 Kadınların Psikolojik İyilik Halinin Toplumsal Cinsiyet Rollerile İlişkisi

Kadınların psikolojik iyilik hallerinin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkisini incelemek için önce Pearson Korelasyon analizi, Pearson Korelasyon analizinde anlamlı ilişki çıkan değişkenler arasındaki ilişki büyüklüğünü sınamak içinse çoklu doğrusal regresyon analizleri yapılmış ve aşağıda sunulmuştur.

**Çizelge 4.3:** Psikolojik İyilik Halinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkisi

		PIHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	PIHO: Kendini Kabul Etme	PIHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	PIHO: Özerklik	PIHO: Kişisel Gelişim
TCRTÖ	r	,422**	-,267**	-,185*	-,293**	,032
Eşitlikçi	p	,000	,001	,024	,000	,696
Cinsiyet Rolü	N	148	148	148	148	148
TCRTÖ	r	,148	,156	,063	,243**	,162*
Kadın	p	,074	,058	,445	,003	,049
Cinsiyet Rolü	N	148	148	148	148	148
TCRTÖ	r	,321**	-,340**	-,222**	-,313**	-,080
Evlilikte	p	,000	,000	,007	,000	,334
Cinsiyet Rolü	N	148	148	148	148	148
TCRTÖ	r	,100	,064	,066	,199*	,192*
Geleneksel	p	,225	,439	,426	,016	,020
Cinsiyet Rolü	N	148	148	148	148	148
TCRTÖ	r	,224**	,037	-,030	,106	,214**
Erkek	p	,006	,653	,720	,200	,009
Cinsiyet Rolü	N	148	148	148	148	148

Psikolojik iyilik halinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkisini sınamak için yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda şu bulgulara ulaşılmıştır:

Toplumsal cinsiyet rollerinden eşitlikçi cinsiyet rolünün psikolojik iyilik hali alt boyutlarından çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ile  $p < 0,001$  düzeyinde pozitif yönlü ( $r = ,422$ ), kendini kabul etme ile  $p < 0,01$  düzeyinde negatif yönlü ( $r = -,267$ ), diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ile  $p < 0,05$  düzeyinde negatif yönlü ( $r = -,185$ ) ve özerklik ile  $p < 0,001$  düzeyinde negatif yönlü ( $r = -,293$ ) anlamlı ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Toplumsal cinsiyet rollerinden (TCRTÖ) eşitlikçi cinsiyet rolünün psikolojik iyilik hali alt boyutlarından kişisel gelişim alt boyutu ile ilişkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

Toplumsal cinsiyet rollerinden kadın cinsiyet rolü ile psikolojik iyilik hali alt boyutlarından özerklik alt boyutu arasında  $p < 0,01$  düzeyinde pozitif yönlü ( $r = ,243$ ) ve kişisel gelişim alt boyutu arasında  $p < 0,05$  düzeyinde pozitif yönlü ( $r = ,162$ ) anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Toplumsal cinsiyet rollerinden (TCRTÖ) kadın cinsiyet rolü ile psikolojik iyilik hali alt boyutlarından çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, kendini kabul etme ve diğerleri ile olumlu

ilişkiler kurma alt boyutları arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Toplumsal cinsiyet rollerinden evlilikte cinsiyet rolünün psikolojik iyilik hali alt boyutlarından çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ile  $p<0,001$  düzeyinde pozitif yönlü ( $r=,321$ ), kendini kabul etme ile  $p<0,001$  düzeyinde negatif yönlü ( $r=-,340$ ), diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ile  $p<0,01$  düzeyinde negatif yönlü ( $r=-,222$ ) ve özerklik ile  $p<0,001$  düzeyinde negatif yönlü ( $r=-,313$ ) anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Toplumsal cinsiyet rollerinden (TCRTÖ) eşitlikçi cinsiyet rolünün psikolojik iyilik hali alt boyutlarından kişisel gelişim alt boyutu ile ilişkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Toplumsal cinsiyet rollerinden geleneksel cinsiyet rolü ile psikolojik iyilik hali alt boyutlarından özerklik alt boyutu arasında  $p<0,05$  düzeyinde pozitif yönlü ( $r=,199$ ) ve kişisel gelişim alt boyutu arasında  $p<0,05$  düzeyinde pozitif yönlü ( $r=,192$ ) anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Toplumsal cinsiyet rollerinden (TCRTÖ) kadın cinsiyet rolü ile psikolojik iyilik hali alt boyutlarından çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, kendini kabul etme ve diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma alt boyutları arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Toplumsal cinsiyet rollerinden erkek cinsiyet rolünün psikolojik iyilik hali alt boyutlarından çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ile  $p<0,01$  düzeyinde pozitif yönlü ( $r=,224$ ), kişisel gelişim ile  $p<0,01$  düzeyinde pozitif yönlü ( $r=,214$ ) anlamlı ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Toplumsal cinsiyet rollerinden (TCRTÖ) erkek cinsiyet rolü'nün psikolojik iyilik hali alt boyutlarından kendini kabul etme, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerklik ile ilişkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Toplumsal cinsiyet rolleri alt boyutları ile psikolojik iyilik hali alt boyutları arasında anlamlı çıkan ilişkilerde toplumsal cinsiyet rolleri alt boyutlarının, psikolojik iyilik hali alt boyutlarını yordamasını 6 ayrı regresyon modeli ile sınanmış ve aşağıda sunulmuştur.



**Çizelge 4.4:** Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmayı Yordaması

<i>Yordayan</i>	<i>Regresyon Modeli</i>					<i>Kaysayı Tablosu</i>					
	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>R<sub>c</sub></i>	<i>F<sub>c</sub></i>	<i>p</i>	<i>başlangıç değ.</i>			<i>standardize değ.</i>		
			<i>he</i>	<i>he</i>		<i>Sab</i>	<i>B</i>	<i>Sh</i>	<i>β</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
TCRTÖ Eşitlikçi Cinsiyet Rolü	,44	0,20	0,18	5,91	,00	12,11	0,59	0,19	0,37	3,0	0,03
TCRTÖ Evlilikte Cinsiyet Rolü							0,06	0,19	0,03	0,2	0,73
TCRTÖ Erkek Cinsiyet Rolü							0,30	0,16	0,15	1,9	0,058

Model 1- PİHO: çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın toplumsal cinsiyet rolleri alt boyutları tarafından yordanmasını sınamak için yapılan çoklu doğrusal regresyon modeli  $p < 0,001$  düzeyinde anlamlı bulunarak onaylanmıştır ( $p = 0,000$ ;  $R_{che} = 0,18$ ). Modele göre PİHO: çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma puanlarının %20'si toplumsal cinsiyet rolleri puanları ile açıklanabilmektedir ( $R^2 = 0,20$ ).

TCRTÖ eşitlikçi cinsiyet rolü puanlarının çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma puanlarını yordaması % 37 büyüklüğünde ve  $p < 0,01$  düzeyinde anlamlı bulunmuştur ( $p = 0,003$ ;  $\beta = 0,37$ ).

TCRTÖ Evlilikte Cinsiyet Rolü ve TCRTÖ Erkek Cinsiyet Rolü puanlarının çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma puanlarını yordama büyüklüğü istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

**Çizelge 4.5:** Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kendini Kabul Etmeyi Yordaması

<i>Yordayan</i>	<i>Regresyon Modeli</i>					<i>Kaysayı Tablosu</i>					
	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>R<sub>c</sub></i>	<i>F<sub>c</sub></i>	<i>p</i>	<i>başlangıç değ.</i>			<i>standardize değ.</i>		
			<i>he</i>	<i>he</i>		<i>Sa</i>	<i>B</i>	<i>Sh</i>	<i>β</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
TCRTÖ Eşitlikçi Cinsiyet Rolü	,34	0,12	0,10	6,33	,00	71,00	-0,03	0,20	-0,02	-0,15	0,879
TCRTÖ Evlilikte Cinsiyet Rolü							-0,05	0,21	-0,03	2,69	0,008

Model 2- PİHO: Kendini Kabul Etmenin toplumsal cinsiyet rolleri alt boyutları tarafından yordanmasını sınamak için yapılan çoklu doğrusal regresyon modeli  $p<0,001$  düzeyinde anlamlı bulunarak onaylanmıştır ( $p=0,000$ ;  $R_{che}=0,10$ ). Modele göre PİHO: Kendini Kabul Etme puanlarının %12'si toplumsal cinsiyet rolleri puanları ile açıklanabilmektedir ( $R^2=0,12$ ).

TCRTÖ Evlilikte Cinsiyet Rolü puanlarının Kendini Kabul Etme puanlarını yordaması % 33 büyüklüğünde negatif yönlü ve  $p<0,01$  düzeyinde anlamlı bulunmuştur ( $p=0,008$ ;  $\beta=-0,33$ ).

TCRTÖ Eşitlikçi Cinsiyet Rolü puanlarının Kendini Kabul Etme puanlarını yordama büyüklüğü istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.6:** Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurmayı Yordaması

Yordayan	<u>Regresyon Modeli</u>					<u>Kaysayı Tablosu</u>					
	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>R</i> <sub>che</sub>	<i>F</i> <sub>che</sub>	<i>p</i>	<u>başlangıç değ.</u>			<u>standardize değ.</u>		
						<i>Sa bit</i>	<i>B</i>	<i>Sh</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
TCRTÖ Eşitlikçi Cinsiyet Rolü	,22 3a	0, 05	0, 04	3, 10	,02 4b	41, 03	- 0,0	0, 10	- 0,0	- 0,29	0,7 65
TCRTÖ Evlilikte Cinsiyet Rolü							- 0,1	0, 10	- 0,1	- 1,54	0,1 25
							3 6	4 9	4 9	9 4	

Model 3- PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurmanın toplumsal cinsiyet rolleri alt boyutları tarafından yordanmasını sınamak için yapılan çoklu doğrusal regresyon modeli  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı bulunarak onaylanmıştır ( $p=0,024$ ;  $R_{che}=0,04$ ). Modele göre PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma puanlarının %5'i toplumsal cinsiyet rolleri puanları ile açıklanabilmektedir ( $R^2=0,05$ ).

TCRTÖ Eşitlikçi Cinsiyet Rolü ve TCRTÖ Evlilikte Cinsiyet Rolü puanlarının Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma puanlarını yordama büyüklüğü istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). *Yordamanın anlamlı bulunmamasının nedeni yordama yordama büyüklüğünün çok düşük olmasıdır.*

**Çizelge 4.7:** Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Özerkliği Yordaması

Yordayan	<u>Regresyon Modeli</u>					<u>Katsayı Tablosu</u>					
						<u>başlangıç değ.</u>			<u>standardize değ.</u>		
	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>R</i> <sub>ch</sub> <sub>e</sub>	<i>F</i> <sub>ch</sub> <sub>e</sub>	<i>p</i>	<i>Sabit</i>	<i>B</i>	<i>Sh</i>	<i>β</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
TCRTÖ Eşitlikçi Cinsiyet Rolü	,410a	0,17	0,15	5,25	,000b	32,72	-0,36	0,17	-0,26	2,073	0,040
TCRTÖ Kadın Cinsiyet Rolü							0,46	0,19	0,20	2,420	0,017
TCRTÖ Evlilikte Cinsiyet Rolü							0,06	0,19	0,04	0,340	0,735
TCRTÖ Geleneksel Cinsiyet Rolü							0,24	0,12	0,15	1,931	0,056

Model 4- PİHO: Özerkliğin toplumsal cinsiyet rolleri alt boyutları tarafından yordanmasını sınamak için yapılan çoklu doğrusal regresyon modeli  $p < 0,001$  düzeyinde anlamlı bulunarak onaylanmıştır ( $p = 0,000$ ;  $R_{che} = 0,15$ ). Modele göre PİHO: Özerklik puanlarının %17'si toplumsal cinsiyet rolleri puanları ile açıklanabilmektedir ( $R^2 = 0,17$ ).

TCRTÖ Eşitlikçi Cinsiyet Rolü puanlarının özerklik puanlarını yordaması % 26 büyüklüğünde negatif yönlü ve  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı bulunmuştur ( $p = 0,040$ ;  $\beta = -0,26$ ).

TCRTÖ Kadın Cinsiyet Rolü puanlarının özerklik puanlarını yordaması % 20 büyüklüğünde ve  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı bulunmuştur ( $p = 0,017$ ;  $\beta = 0,20$ ).

TCRTÖ Evlilikte Cinsiyet Rolü ve TCRTÖ Geleneksel Cinsiyet Rolü puanlarının özerklik puanlarını yordama büyüklüğü istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

**Çizelge 4.8:** Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kişisel Gelişimi Yordaması

Yordayan	<u>Regresyon Modeli</u>					<u>Katsayı Tablosu</u>					
						<u>başlangıç değ.</u>			<u>standardize değ.</u>		
	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>R</i> <sub>che</sub>	<i>F</i> <sub>che</sub>	<i>p</i>	<i>Sabit</i>	<i>B</i>	<i>Sh</i>	<i>β</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
TCRTÖ Kadın Cinsiyet Rolü	,251a	0,06	0,04	4,30	,025b	13,36	0,19	0,15	0,11	1,256	0,211

**Çizelge 4.8:** (Devamı)Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Kişisel Gelişimi Yordaması

TCRTÖ Geleneksel Cinsiyet Rolü	0,12	0,12	0,10	0,987	0,325
TCRTÖ Erkek Cinsiyet Rolü	0,17	0,14	0,13	1,241	0,217

Model 5- PİHO: Kişisel Gelişimin toplumsal cinsiyet rolleri alt boyutları tarafından yordanmasını sınamak için yapılan çoklu doğrusal regresyon modeli  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı bulunarak onaylanmıştır ( $p = 0,025$ ;  $R_{che} = 0,04$ ). Modele göre Model 5- PİHO: Kişisel Gelişim puanlarının %6'sı toplumsal cinsiyet rolleri puanları ile açıklanabilmektedir ( $R^2 = 0,06$ ).

TCRTÖ Kadın Cinsiyet Rolü, TCRTÖ Geleneksel Cinsiyet Rolü ve TCRTÖ Erkek Cinsiyet Rolü puanlarının Kişisel Gelişim puanlarını yordama büyüklüğü istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ). *Yordamanın anlamlı bulunmamasının nedeni yordama büyüklüğünün çok düşük olmasıdır.*

**4.3 Psikolojik İyilik Halinin Sosyo Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşması**

**Çizelge 4.9:** Psikolojik İyilik Halinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşması

<i>Faktör</i>	<i>Yaş Grubu</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>Ss</i>	<i>Var.K</i>	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
PİHO: Çevre ile İlişkilerd e Hakimiy et Kurma	20-30	32	34,0	8,0	G.İçi	123,83	2	61,91	1,46	,23
	31-45	63	35,2	6,1	G.Aras	6150,6	14	42,42	0	6
	45 ustu	53	36,4	5,8	Total	6274,4	14			
	Total	14	35,4	6,5			5	7		
PİHO: Kendini Kabul Etme	20-30	32	51,8	7,1	G.İçi	495,51	2	247,7	5,90	,00
	31-45	63	55,4	6,5	G.Aras	6083,2	14	41,95	6	5
	45 ustu	53	56,8	5,9	Total	6578,7	14			
	Total	14	55,1	6,6			8	7		

**Çizelge 4.9:** (Devamı) Psikolojik İyilik Halinin Yaş Gruplarına Göre Farklılaşması

PİHO:	20-	32	35,7	4,0	G.İçi	12,36	2	6,18	0,61	,54
Diğerleri	30		2	4					5	2
ile	31-	63	35,9	2,8	G.Aras	1458,0	14	10,0		
Olumlu	45		2	0	1	9	5	6		
İlişkiler	45	53	36,4	2,9	Total	1470,4	14			
Kurma	ustu		3	9		5	7			
	Tota	14	36,0	3,1						
	1	8	6	6						
PİHO:	20-	32	44,0	6,0	G.İçi	66,84	2	33,4	1,03	,35
Özerklik	30		9	9				2	6	7
	31-	63	44,3	5,3	G.Aras	4676,9	14	32,2		
	45		3	8	1	1	5	5		
	45	53	45,6	5,7	Total	4743,7	14			
	ustu		4	7		5	7			
	Tota	14	44,7	5,6						
	1	8	5	8						
PİHO:	20-	32	26,8	3,8	G.İçi	7,43	2	3,71	0,19	,82
Kişisel	30		8	8					1	7
Gelişim	31-	63	27,3	4,8	G.Aras	2827,4	14	19,5		
	45		8	8	1	9	5	0		
	45	53	27,4	4,1	Total	2834,9	14			
	ustu		5	2		2	7			
	Tota	14	27,3	4,3						
	1	8	0	9						
Psikoloji	20-	32	3,94	0,4	G.İçi	0,82	2	0,41	3,04	,05
k İyilik	30			2					1	1
Hali	31-	63	4,05	0,3	G.Aras	19,48	14	0,13		
	45			6	1		5			
	45	53	4,14	0,3	Total	20,30	14			
	ustu			4			7			
	Tota	14	4,06	0,3						
	1	8		7						

Psikolojik iyilik halinin yaş gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Anova testi sonucunda; PİHO: Kendini Kabul Etme alt boyutunda yaş grupları arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak  $p < 0,01$  düzeyinde anlamlı bulunmuştur ( $p = 0,003$ ). Psikolojik iyilik halinin diğer alt boyutlarındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

PİHO: Kendini Kabul Etme alt boyutunda yaş grupları arasındaki anlamlı farklılaşmanın hangi yaş grupları arasında olduğunu tespit etmek için post hoc LSD testi yapılmış ve sonuçları aşağıda sunulmuştur.

**Çizelge 4.10:** Kendini Kabul Etme alt boyutunun Yaş Gruplarına Göre Farklılaşması

	$X_i$	$X_j$	$X_{(i-j)}$	$sh$	$p$
20-30	31-45		-3,58532*	1,41	,012
	45 üstü		-4,93632*	1,45	,001
31-45	20-30		3,58532*	1,41	,012
	45 üstü		-1,35	1,21	,265
45 üstü	20-30		4,93632*	1,45	,001
	31-45		1,35	1,21	,265

PİHO: Kendini kabul etme alt boyutunun yaş gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan post hoc LSD testi sonucunda, 20-30 yaş grubu ile 31-45 yaş grubu arasında  $p < 0,05$  düzeyinde 31-45 yaş grubu lehine, 20-30 yaş grubu ile 45 üstü yaş grubu arasında  $p < 0,01$  düzeyinde 45 üstü yaş grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer alt gruplar arasındaki farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

**Çizelge 4.11:** Psikolojik İyilik Halinin Yaşam Yeri Gruplarına Göre Farklılaşması

<i>Yaşam yeri</i>	<i>Alt Grup</i>	<i>N</i>	<i>X<sub>sıra</sub></i>	<i>x<sup>2</sup></i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Köy kasaba	6	61,75	14,48	3	,002
	İlçe	8	38,38			
	Şehir	23	99,78			
	Büyükşehir	111	72,55			
	Total	148				
PİHO: Kendini Kabul Etme	Köy kasaba	6	48,17	15,73	3	,001
	İlçe	8	24,38			
	Şehir	23	87,54			
	Büyükşehir	111	76,83			
	Total	148				
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Köy kasaba	6	45,42	7,55	3	,056
	İlçe	8	61,94			
	Şehir	23	60,89			
	Büyükşehir	111	79,80			
	Total	148				
PİHO: Özerklik	Köy kasaba	6	65,17	1,57	3	,666
	İlçe	8	59,25			
	Şehir	23	78,87			
	Büyükşehir	111	75,20			
	Total	148				
PİHO: Kişisel Gelişim	Köy kasaba	6	55,92	3,68	3	,299
	İlçe	8	53,25			
	Şehir	23	80,57			
	Büyükşehir	111	75,78			
	Total	148				

Psikolojik İyilik halinin yaşam yeri gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Kruskal Wallish Testi sonucunda, PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma ve PİHO: Kendini Kabul Etme alt boyutlarında yaşam yeri grupları arasında istatistiksel olarak  $p < 0,01$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer alt gruplar arasında yaşam yeri grupları arasındaki farklılaşma anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma ve PİHO: Kendini Kabul Etme alt boyutlarında yaşam yeri grupları arasındaki anlamlı farklılaşmanın hangi alt gruplar arasında olduğunu sınamak için Mann Whitney U testi yapılmıştır.

**Çizelge 4.12:** Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Yaşam Yeri Gruplarına Göre Farklılaşması

<i>Yaşam yeri</i>	<i>Alt Grup</i>	<i>N</i>	<i>X<sub>sıra</sub></i>	<i>ST</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Köy kasaba	6	8,92	53,50	16	-1,100	0,271
	İlçe	8	6,44	51,50			
	Total	14					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Köy kasaba	6	9,25	55,50	35	-1,863	0,062
	Şehir	23	16,50	379,50			
	Total	29					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Köy kasaba	6	50,58	303,50	283	-0,625	0,532
	Büyükşehir	111	59,45	6599,50			
	Total	117					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	İlçe	8	8,31	66,50	31	-2,784	0,005
	Şehir	23	18,67	429,50			
	Total	31					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	İlçe	8	32,63	261,00	225	-2,327	0,020
	Büyükşehir	111	61,97	6879,00			
	Total	119					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Şehir	23	88,61	2038,00	791	-2,869	0,004
	Büyükşehir	111	63,13	7007,00			
	Total	134					

PİHO: Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma alt boyutunun yaşam yeri gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Mann Whitney U Test sonucunda, yaşam yeri ilçe olanlarla şehir olanlar arasında  $p<0,01$  düzeyinde şehir merkezinde yaşayanlar lehine, yaşam yeri ilçe olanlarla büyükşehir olanlar arasında  $p<0,05$  düzeyinde büyükşehir merkezinde yaşayanlar lehine, yaşam yeri şehir olanlarla büyükşehir olanlar arasında  $p<0,01$  düzeyinde şehir merkezinde yaşayanlar lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer alt gruplar arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.13:** Kendini Kabul Etmenin Yaşam Yeri Gruplarına Göre Farklılaşması

<i>Yaşam yeri</i>	<i>Alt Grup</i>	<i>N</i>	<i>X<sub>sıra</sub></i>	<i>ST</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
PİHO: Kendini Kabul Etme	Köy kasaba İlçe Total	6 8 14	8,17 7,00	49,00 56,00	20	-0,520	0,603
PİHO: Kendini Kabul Etme	Köy kasaba Şehir Total	6 23 29	9,25 16,50	55,50 379,50	35	-1,866	0,062
PİHO: Kendini Kabul Etme	Köy kasaba Büyükşehir Total	6 111 117	37,75 60,15	226,50 6676,50	206	-1,579	0,114
PİHO: Kendini Kabul Etme	İlçe Şehir Total	8 23 31	5,88 19,52	47,00 449,00	11	-3,667	0,000
PİHO: Kendini Kabul Etme	İlçe Büyükşehir Total	8 111 119	20,50 62,85	164,00 6976,00	128	-3,360	0,001
PİHO: Kendini Kabul Etme	Şehir Büyükşehir Total	23 111 134	75,52 65,84	1737,00 7308,00	1092	-1,091	0,275

PİHO: Kendini kabul etme alt boyutunun yaşam yeri gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Mann Whitney U Testi sonucunda yaşam yeri ilçe olanlarla şehir olanlar arasında  $p<0,001$  düzeyinde şehir merkezinde yaşayanlar lehine, yaşam yeri ilçe olanlarla büyükşehir olanlar arasında  $p<0,01$



düzeyinde büyükşehir merkezinde yaşayanlar lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer alt gruplar arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.14:** Psikolojik İyilik Halinin Anne Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması

<i>Anne öğrenim durumu</i>		<i>N</i>	<i>X<sub>sıra</sub></i>	<i>x<sup>2</sup></i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Okur yazar değil	3	119,33	7,35	4	,119
	Okur yazar	33	61,80			
	Ortaokul	46	74,12			
	Lise	38	76,24			
	Üniversite	28	82,93			
	Total	148				
PİHO: Kendini Kabul Etme	Okur yazar değil	3	110,83	2,67	4	,615
	Okur yazar	33	72,15			
	Ortaokul	46	77,09			
	Lise	38	73,22			
	Üniversite	28	70,86			
	Total	148				
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Okur yazar değil	3	107,67	3,65	4	,455
	Okur yazar	33	69,77			
	Ortaokul	46	80,68			
	Lise	38	71,75			
	Üniversite	28	70,09			
	Total	148				
PİHO: Özerklik	Okur yazar değil	3	51,67	3,20	4	,525
	Okur yazar	33	67,47			
	Ortaokul	46	72,88			
	Lise	38	78,04			
	Üniversite	28	83,09			
	Total	148				
PİHO: Kişisel Gelişim	Okur yazar değil	3	46,83	4,98	4	,290
	Okur yazar	33	66,38			
	Ortaokul	46	78,26			
	Lise	38	83,43			
	Üniversite	28	68,73			
	Total	148				

Psikolojik iyilik hali alt boyutlarının anne öğrenim gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Kruskal Wallish Testi sonucunda anne eğitim grupları arasındaki farklılaşmalar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Çizelge 4.15:** Psikolojik İyilik Halinin Baba Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması

<i>Baba öğrenim durumu</i>		<i>N</i>	<i>X<sub>sıra</sub></i>	<i>x<sup>2</sup></i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Okur yazar	21	66,07	13,26	3	,004
	Ortaokul	37	55,11			
	Lise	31	84,45			
	Üniversite	59	84,43			
	Total	148				
PİHO: Kendini Kabul Etme	Okur yazar	21	75,17	2,05	3	,561
	Ortaokul	37	66,35			
	Lise	31	80,50			
	Üniversite	59	76,22			
	Total	148				
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Okur yazar	21	93,86	6,16	3	,104
	Ortaokul	37	77,24			
	Lise	31	70,68			
	Üniversite	59	67,90			
	Total	148				
PİHO: Özerklik	Okur yazar	21	65,90	4,13	3	,248
	Ortaokul	37	69,03			
	Lise	31	87,06			
	Üniversite	59	74,39			
	Total	148				
PİHO: Kişisel Gelişim	Okur yazar	21	76,33	7,00	3	,072
	Ortaokul	37	61,22			
	Lise	31	88,63			
	Üniversite	59	74,75			
	Total	148				

Psikolojik iyilik halinin baba öğrenim gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Kruskal Wallish Testi sonucunda PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma alt boyutunda baba öğrenim grupları arasındaki farklılık istatistiksel olarak  $p < 0,01$  düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Diğer alt boyutlardaki baba öğrenim grupları arasındaki farklılaşmalar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma alt boyutunda baba öğrenim grupları arasındaki anlamlı farklılığın hangi alt gruplar arasında olduğunu sınamak için Mann Whitney U testi yapılmıştır.

**Çizelge 4.16:** Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Baba Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması

<i>Baba öğrenim durumu</i>	<i>Alt Grup</i>	<i>N</i>	<i>X<sub>sıra</sub></i>	<i>ST</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Okur yazar	21	33,31	699,50	309	-1,297	0,195
	Ortaokul	37	27,34	1011,50			
	Total	58					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Okur yazar	21	22,36	469,50	239	-1,631	0,103
	Lise	31	29,31	908,50			
	Total	52					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Okur yazar	21	32,40	680,50	450	-1,862	0,063
	Üniversite	59	43,38	2559,50			
	Total	80					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Ortaokul	37	28,46	1053,00	350	-2,759	0,006
	Lise	31	41,71	1293,00			
	Total	68					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Ortaokul	37	37,31	1380,50	678	-3,121	0,002
	Üniversite	59	55,52	3275,50			
	Total	96					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Lise	31	45,44	1408,50	913	-0,017	0,986
	Üniversite	59	45,53	2686,50			
	Total	90					

PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma Alt Boyutunun baba öğrenim gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Mann Whitney U Testi sonucunda, babası ortaokul mezunu olanlarla lise mezunu olanlar arasında babası lise mezunu olanlar lehine  $p < 0,01$  düzeyinde, babası ortaokul mezunu olanlarla üniversite mezunu olanlar arasında babası üniversite mezunu olanlar lehine  $p < 0,01$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Diğer alt gruplar arasındaki farklılaşmalar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

**Çizelge 4.17:** Psikolojik İyilik Halinin Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması

Öğrenim durumu		N	$X_{sıra}$	$x^2$	Sd	p
PİHO: Çevre ile ilişkilerde Hakimiyet Kurma	Okur yazar	15	121,30	19,98	3	,000
	Ortaokul	4	72,63			
	Lise	25	69,16			
	Üniversite	104	69,11			
	Total	148				
PİHO: Kendini Kabul Etme	Okur yazar	15	43,13	12,73	3	,005
	Ortaokul	4	54,13			
	Lise	25	66,72			
	Üniversite	104	81,68			
	Total	148				
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Okur yazar	15	45,93	9,57	3	,023
	Ortaokul	4	82,50			
	Lise	25	88,42			
	Üniversite	104	74,97			
	Total	148				
PİHO: Özerklik	Okur yazar	15	44,43	9,87	3	,020
	Ortaokul	4	73,75			
	Lise	25	68,34			
	Üniversite	104	80,35			
	Total	148				
PİHO: Kişisel Gelişim	Okur yazar	15	76,17	0,67	3	,879
	Ortaokul	4	61,88			
	Lise	25	70,50			
	Üniversite	104	75,71			
	Total	148				

Psikolojik İyilik halinin katılımcıların öğrenim gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Kruskal Wallish Testi sonucunda;

Öğrenim grupları arasında PİHO: Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma alt boyutunda  $p < 0,001$  düzeyinde, PİHO: Kendini kabul etme alt boyutunda  $p < 0,01$  düzeyinde, PİHO: Diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma alt boyutunda  $p < 0,05$  düzeyinde ve PİHO: Özerklik alt boyutunda  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir. PİHO: Kişisel Gelişim alt boyutunda öğrenim grupları arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Anlamlı farklılık bulunan boyutlarda farklılığın hangi öğrenim grupları arasında olduğunu belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmış ve aşağıda sunulmuştur.

**Çizelge 4.18:** Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması

ogrenim	Alt Grup	N	$X_{sıra}$	ST	U	Z	p
PİHO:	Okur yazar	15	11,57	173,50	7	-2,365	0,018
Çevre ile	Ortaokul	4	4,13	16,50			
İlişkilerde	Total	19					
Hakimiyet Kurma							
PİHO:	Okur yazar	15	29,53	443,00	52	-3,792	0,000
Çevre ile	Lise	25	15,08	377,00			
İlişkilerde	Total	40					
Hakimiyet Kurma							
PİHO:	Okur yazar	15	96,20	1443,00	237	-4,353	0,000
Çevre ile	Üniversite	104	54,78	5697,00			
İlişkilerde	Total	119					
Hakimiyet Kurma							
PİHO:	Ortaokul	4	15,50	62,00	48	-0,127	0,899
Çevre ile	Lise	25	14,92	373,00			
İlişkilerde	Total	29					
Hakimiyet Kurma							
PİHO:	Ortaokul	4	58,00	232,00	194	-0,228	0,820
Çevre ile	Üniversite	104	54,37	5654,00			
İlişkilerde	Total	108					
Hakimiyet Kurma							
PİHO:	Lise	25	65,16	1629,00	1296	-0,024	0,981
Çevre ile	Üniversite	104	64,96	6756,00			
İlişkilerde	Total	129					
Hakimiyet Kurma							

PİHO: Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma alt boyutunun katılımcıların öğrenim gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Mann Whitney U Testi sonucunda; okur yazar olanlarla ortaokul mezunu olanlar arasında okur yazar olanlar lehine  $p < 0,05$  düzeyinde, okur yazar olanlarla lise mezunu olanlar arasında okur yazar olanlar lehine  $p < 0,001$  düzeyinde, okur yazar olanlarla üniversite mezunu olanlar arasında okur yazar olanlar lehine  $p < 0,001$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Diğer alt gruplar arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

**Çizelge 4.19:** Kendini Kabul Etmenin Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması

ogrenim	<i>Alt Grup</i>	<i>N</i>	<i>X<sub>sıra</sub></i>	<i>ST</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
PİHO: Kendini Kabul Etme	Okur yazar	15	9,77	146,50	27	-0,351	0,726
	Ortaokul	4	10,88	43,50			
	Total	19					
PİHO: Kendini Kabul Etme	Okur yazar	15	15,77	236,50	117	-1,987	0,047
	Lise	25	23,34	583,50			
	Total	40					
PİHO: Kendini Kabul Etme	Okur yazar	15	33,60	504,00	384	-3,177	0,001
	Üniversite	104	63,81	6636,00			
	Total	119					
PİHO: Kendini Kabul Etme	Ortaokul	4	12,38	49,50	40	-0,666	0,505
	Lise	25	15,42	385,50			
	Total	29					
PİHO: Kendini Kabul Etme	Ortaokul	4	35,88	143,50	134	-1,215	0,224
	Üniversite	104	55,22	5742,50			
	Total	108					
PİHO: Kendini Kabul Etme	Lise	25	53,96	1349,00	1024	-1,649	0,099
	Üniversite	104	67,65	7036,00			
	Total	129					

PİHO: Kendini kabul etme alt boyutunun katılımcıların öğrenim gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Mann Whitney U Testi sonucunda; okur yazar olanlarla lise mezunu olanlar arasında okur yazar olanlar lehine  $p < 0,05$  düzeyinde, okur yazar olanlarla üniversite mezunu olanlar arasında okur yazar olanlar lehine  $p < 0,01$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Diğer alt gruplar arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

**Çizelge 4.20:** Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurmanın Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması

ogrenim	Alt Grup	N	$X_{sıra}$	ST	U	Z	p
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Okur yazar	15	9,40	141,00	21	-0,908	0,364
	Ortaokul	4	12,25	49,00			
	Total	19					
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Okur yazar	15	13,47	202,00	82	-2,971	0,003
	Lise	25	24,72	618,00			
	Total	40					
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Okur yazar	15	39,07	586,00	466	-2,529	0,011
	Üniversite	104	63,02	6554,00			
	Total	119					
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Ortaokul	4	15,50	62,00	48	-0,128	0,898
	Lise	25	14,92	373,00			
	Total	29					
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Ortaokul	4	59,75	239,00	187	-0,344	0,731
	Üniversite	104	54,30	5647,00			
	Total	108					
PİHO: Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma	Lise	25	74,78	1869,50	1056	-1,467	0,142
	Üniversite	104	62,65	6515,50			
	Total	129					

PİHO: Diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma alt boyutunun katılımcıların öğrenim gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Mann Whitney U Testi sonucunda; okur yazar olanlarla lise mezunu olanlar arasında okur yazar olanlar lehine  $p < 0,01$  düzeyinde, okur yazar olanlarla üniversite mezunu olanlar arasında okur yazar olanlar lehine  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Diğer alt gruplar arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır

**Çizelge 4.21:** Özerkliğin Katılımcıların Öğrenim Gruplarına Göre Farklılaşması

ogrenim	Alt Grup	N	$\bar{X}_{sıra}$	ST	U	Z	p
PİHO:	Okur yazar	15	9,20	138,00	18	-1,203	0,229
Özerklik	Ortaokul	4	13,00	52,00			
	Total	19					
PİHO:	Okur yazar	15	17,03	255,50	136	-1,455	0,146
Özerklik	Lise	25	22,58	564,50			
	Total	40					
PİHO:	Okur yazar	15	34,20	513,00	393	-3,105	0,002
Özerklik	Üniversite	104	63,72	6627,00			
	Total	119					
PİHO:	Ortaokul	4	15,38	61,50	49	-0,095	0,924
Özerklik	Lise	25	14,94	373,50			
	Total	29					
PİHO:	Ortaokul	4	50,38	201,50	192	-0,269	0,788
Özerklik	Üniversite	104	54,66	5684,50			
	Total	108					
PİHO:	Lise	25	56,82	1420,50	1096	-1,221	0,222
Özerklik	Üniversite	104	66,97	6964,50			
	Total	129					

PİHO: Özerklik alt boyutunun katılımcıların öğrenim gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Mann Whitney U Testi sonucunda; okur yazar olanlarla üniversite mezunu olanlar arasında okur yazar olanlar lehine  $p < 0,01$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Diğer alt gruplar arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

**Çizelge 4.22:** Psikolojik İyilik Halinin Katılımcıların Ekonomik Durum Gruplarına Göre Farklılaşması

Ekonomik durum		N	$\bar{X}_{sıra}$	$x^2$	Sd	p
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Alt	3	16,17	7,83	2	,020
	Orta	105	72,50			
	Üst	40	84,14			
	Total	148				
PİHO: Kendini Kabul Etme	Alt	3	32,50	10,51	2	,005
	Orta	105	69,34			
	Üst	40	91,19			
	Total	148				



**Çizelge 4.22:** (Devamı) Psikolojik İyilik Halinin Katılımcıların Ekonomik Durum Gruplarına Göre Farklılaşması

PİHO:	Alt	3	15,17	5,95	2	,051
Diğerleri ile	Orta	105	75,54			
Olumlu	Üst	40	76,21			
İlişkiler	Total	148				
Kurma						
PİHO:	Alt	3	78,17	0,74	2	,690
Özerklik	Orta	105	72,56			
	Üst	40	79,31			
	Total	148				
PİHO: Kişisel	Alt	3	52,83	1,47	2	,479
Gelişim	Orta	105	73,13			
	Üst	40	79,71			
	Total	148				

Psikolojik İyilik Halinin, katılımcıların ekonomik durum gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Kruskal Wallish Testi sonucunda; Gelir grupları arasında PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma alt boyutunda  $p < 0,05$  düzeyinde, PİHO: Kendini Kabul Etme alt boyutunda  $p < 0,01$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Psikolojik İyilik Halinin diğer alt boyutlarında ortaya çıkan farklılaşmalar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Anlamlı farklılık bulunan boyutlarda farklılığın hangi gelir grupları arasında olduğunu belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmış ve aşağıda sunulmuştur.

**Çizelge 4.23:** Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Ekonomik Duruma Farklılaşması

Ekonomik durum	Alt Grup	N	$X_{sıra}$	ST	U	Z	p
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Alt	3	14,50	43,50	38	-2,247	0,025
	Orta	105	55,64	5842,50			
	Total	108					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Alt	3	3,67	11,00	5	-2,626	0,009
	Üst	40	23,38	935,00			
	Total	43					
PİHO: Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma	Orta	105	69,85	7334,50	1770	-1,464	0,143
	Üst	40	81,26	3250,50			
	Total	145					

PİHO: Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma alt boyutunun ekonomik durum gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Mann Whitney U Testi sonucunda, alt gelir grubu ile orta gelir grubu arasında orta gelir grubu lehine  $p<0,05$  düzeyinde, alt gelir grubu ile orta gelir grubu arasında üst gelir grubu lehine  $p<0,01$  düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Orta gelir grubu ile üst gelir grubu arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

**Çizelge 4.24:** Kendini Kabul Etmeni Ekonomik Duruma Göre Farklılaşması

	<i>Alt Grup</i>	<i>N</i>	<i>X<sub>sıra</sub></i>	<i>ST</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
PİHO:	Alt	3	26,67	80,00	74	-1,564	0,118
Kendini	Orta	105	55,30	5806,00			
Kabul	Total	108					
Etme							
PİHO:	Alt	3	7,83	23,50	18	-2,037	0,042
Kendini	Üst	40	23,06	922,50			
Kabul	Total	43					
Etme							
PİHO:	Orta	105	67,05	7040,00	1475	-2,771	0,006
Kendini	Üst	40	88,63	3545,00			
Kabul	Total	145					
Etme							

PİHO: Kendini kabul etme alt boyutunun ekonomik durum gruplarına göre farklılaşmasını sınamak için yapılan Mann Whitney U Testi sonucunda, alt gelir grubu ile üst gelir grubu arasında üst gelir grubu lehine  $p<0,05$  düzeyinde, orta gelir grubu ile üst gelir grubu arasında üst gelir grubu lehine  $p<0,01$  düzeyinde anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir.

Diğer alt gruplar arasındaki farklılaşma istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

## 5. TARTIŞMA VE SONUÇLAR

Araştırma katılımcılarının %21,6'sı (32) 20-30 %42,6'sı (63) 31-45 %35,8'i (53) 45 üstü yaş grubundadır. Katılımcıların yaşamlarını büyük çoğunlukla geçirdikleri yer %4,1'i (6) köy-kasaba %5,4'ü (8) ilçe %15,5'i (23) şehir ve %75,0'i (111) büyükşehirdir. Eğitim değişkeni incelendiğinde Katılımcıların %10,1'i (15) sadece okur yazar %2,7'si (4) ortaokul %16,9'u (25) lise %70,3'ü (104) üniversite mezundur. Katılımcıların %62,2'si (92) çalışmadığını %37,8'i (56) ise çalıştığını ifade etmişlerdir. Medeni durum açısından bakıldığında Katılımcıların %20,9'u (31) bekar %79,1'i (117) evlidir. Katılımcıların %2,0'si (3) alt %70,9'u (105) orta %27,0'si (40) üst gelir grubunda olduğunu bildirmiştir.

TCRTÖ alt boyutlarından eşitlikçi cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 25,45$  (ss=4,06), kadın cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 33,67$  (ss=2,48), evlilikte cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 27,24$  (ss=3,94), geleneksel cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 31,09$  (ss=3,60) ve erkek cinsiyet rolü ortalaması  $x_{ort} = 22,43$  (ss=3,18) düzeyindedir. Piho alt boyutlarından çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ortalaması  $x_{ort} = 35,44$  (ss=6,53), kendini kabul etme ortalaması  $x_{ort} = 55,17$  (ss=6,69), diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ortalaması  $x_{ort} = 36,06$  (ss=3,16), özerklik ortalaması  $x_{ort} = 44,75$  (ss=5,68), kişisel gelişim ortalaması  $x_{ort} = 27,30$  (ss=4,39) düzeyindedir.

Katılımcıların toplumsal cinsiyet rolleri toplamının ortalaması  $x_{ort} = 139,89$  (ss=10,229) düzeyinde bulunmuş ve bu sonuç eşitlikçi toplumsal cinsiyet (95+) görüşünü yansıtmıştır.

## 5.1 Tartışma

### 5.1.1 Kadınların toplumsal cinsiyet rolleri algısının psikolojik iyilik halleriyle ilişkisi

Bizim araştırmamıza göre, kadınların eşitlikçi cinsiyet rollerine ilişkin algıları yükseldikçe ilişkilerde hakimiyet kurma tutumları da yükselmektedir. Kadınların, kadın cinsiyet rolü algısı arttıkça özerklikleri de artmaktadır denilebilir.

Bizim araştırmamıza benzer şekilde üniversite öğrencileri üzerinde çalışma yapan Arıcı (2011), çalışmada toplumsal cinsiyet rolleri algısına göre öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarındaki farklılaşmayı incelemiştir. Arıcı (2011) araştırmasında, toplumsal cinsiyet rollerinin bütün alt boyutlarında eşitlikçi algılama düzeyi yüksek olanların psikolojik iyi oluşlarının, toplumsal cinsiyet rollerini eşitlikçi algılama düzeyi düşük olanların psikolojik iyi oluşlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Arıcı (2011)'nın elde ettiği diğer bir bulgu ise toplumsal cinsiyet rollerini geleneksel algılama düzeyi düşük olan grubun yüksek olan gruptan, kişisel gelişim dışındaki psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğunu sonucuna ulaşmıştır. Buna göre, kadının toplumsal cinsiyet rollerinde geleneksel yaklaşımı benimsemesi psikolojik iyi oluşlarını olumsuz etkilemektedir denilebilir.

Kadınların psikolojik iyilik hallerininin, toplumsal cinsiyet rolleri algısıyla ilişkisine dair literatür incelemesinde sadece Arıcı (2011)'nın çalışması dışında aynı temayla yapılmış başka çalışmaya ulaşılamamış ancak ilişkili konularda yapılmış araştırmalar da aşağıda tartışılmıştır.

Aydöner, (2018) şiddete maruz kalan kadınlar üzerinde yaptığı çalışmada, kadınların psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek algısı ile depresyon arasında negatif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aydönere göre sosyal destek algısı, kadının hayatının her alanında olumlu etki yaratmaktadır. Buna göre kadınların sosyal destek algısı ve psikolojik iyiliğin bir başka göstergesi olan psikolojik dayanıklılıkları arttıça depresyon azalmakta, psikolojik iyilik halleri artmaktadır. Kadına yönelik sosyal desteğin kadının toplumsal cinsiyet rollerinden etkilendiğini düşünmek yersiz olmaz. Dolayısı ile toplumsal cinsiyet

rolleriyle bağlantılı olarak kadının aldığı sosyal destek onun psikolojik iyiliğini etkiliyor diyebiliriz.

Jewkes, (2002) araştırmasında kadın ve erkek arasındaki eşitsizliğin fazla olduğu, erkeğin her durumda kadından üstün görüldüğü, kadın ve erkek rollerinin katı çizgilerle ayrıldığı toplumlarda kadının şiddete maruz kalmasının daha fazla görüldüğünü bildirmişlerdir. Bizim araştırmamızla birlikte Jewkes'in (2002) ulaştığı sonuçlardan yararlanarak toplumsal cinsiyet rol algısının kadının şiddete maruz kalmasını etkilediği ve bunun doğal sonucu olarak da kadının psikolojik iyilik halini etkilendiği çıkarımını yapabiliriz.

Patel ve Goodman'ın (2007) çalışmasında kadınların psikolojik dayanıklılığı destekleyen faktörlerin başa çıkma, biyolojik faktörler, kişilik faktörleri ve sosyal faktörler olarak tespit edilmiştir. Öte yandan Özmete'ye göre (2016) kültürel kodlar çerçevesinde biçimlenen geleneksel toplumsal cinsiyet rolleri evli kadınları baskı altında tutmaktadır. Bireysel farklılıklar, eğitim düzeyi, sosyo-ekonomik düzey gibi belirleyiciler kültürel kodların algılanmasını etkilemektedir (Özmete, 2016). Bu tür etkiler kadının psikolojik iyilik halini doğrudan ya da dolaylı olarak etkilemektedir denilebilir.

Jewkes, (2002), Patel ve Goodman'ın (2007), Arıcı (2011), Özmete (2016) ve Aydıner, (2018)'in araştırmaları ile bizim araştırmamızın sonuçları birbirini destekler niteliktedir. Her iki araştırma sonucundan hareketle kadınların eşitlikçi cinsiyet rolünü benimsemeleri arttıkça psikolojik iyi oluşları da çeşitli boyutlarda artmakta, geleneksel cinsiyet rolü benimsemeleri arttığında ise psikolojik iyi oluşları düşmektedir denilebilir.

Kuzgun ve Sevim'in (2004) çalışmasında kadının çalışmasına ilişkin tutumların eğitim düzeyine göre farklılaştığı, kadınların eğitim düzeyi arttıkça kadının çalışmasına yönelik olumlu tutumlarının arttığı belirlenmiştir. Eğitim düzeyi arttıkça kadının çalışmasına karşı olumlu tutumların artması eşitlikçi tutumların gelişmesinde eğitimin rolünü ortaya koyan bir bulgu olarak kabul edilebilir (Demirel vd., 1999; Kuzgun ve Sevim, 2004).

Çopur ve Çiçek'in (2018) çalışmasında yaşamının çoğunluğunu büyükşehirde geçiren bireylerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları, diğer yerlerde yaşayanlara oranla yüksek bulunmuştur. Çoğunlukla büyükşehirlerde yaşayan

bireylerin, toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin daha eşitlikçi bir tutum sergilediği söylenebilir ve çalışmamızın sonuçlarına benzer bulgular elde edilmiştir.

### **5.1.2 Psikolojik iyilik halinin sosyo demografik değişkenlere göre farklılaşması**

Patel ve Goodman (2007) ile Özmete'ye göre (2016) sosyal ve kültürel koşulların kadınların psikolojik iyilik hallerini olumlu etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Bizim araştırmamızda da kadınların psikolojik iyilikleri çeşitli sosyo-kültürel değişkenlere göre farklılaştığı, kadınların sosyo kültürel olanaklarının artması onların psikolojik iyiliklerini çeşitli boyutlarda desteklediği görülmüştür. Bizim araştırmamızda Patel ve Goodman (2007) ile Özmete'nin araştırmaları ile benzerlik gösteren sonuçları şunlardır:

Kadınların yaşının ilerlemesi psikolojik iyi oluşlarını kendini kabul etme boyutunda olumlu etkilemektedir. Kadının yaşamının büyük kısmını geçirdiği yerleşim birimlerinin köyden kente doğru büyümesi psikolojik iyiliklerini çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve kendini kabul etme boyutlarında olumlu etkilemektedir.

Erikson (1968), birincil ilişkilerde annenin yanı sıra yaşanan sosyal bağlam ve kültürün de bireyin davranışlarını biçimlendirdiğini ifade etmiştir. Çevresel süreç insanı tüm yaşantısı boyunca etkiler. Bireyin sağlıklı kişilik gelişimi zaman içinde ilerleme gösteren kişiliğin bölümlerinin farklılaşmasıdır. Çeşitli bölümlerin farklılaşması ve entegrasyonu gelişim sürecini oluşturur.

Erikson'a göre kimlik, bireyin varlığının devamlılığını, biçimini, ve anlamını sağlayan kültürel çevrenin etkileşim ürünüdür. Kimlik köklerini toplumsal kültürden alır. Dış çevreden gelecek tüm negatif veya pozitif girdiler Erikson'un belirttiği gibi normal gelişimin tüm evrelerini etkileyecektir. Buna göre bireyin psikolojik iyi oluş hali, kendini kabul etmesi ve cinsiyet kimliği algısı, içinde yaşadığı ortamın dinamikleri ile anlaşılabilir. Bu bağlamda konuyu ele aldığımızda kadınların toplumsal cinsiyet rollerinden eşitlikçi cinsiyet rolünü benimsedikçe psikolojik iyilik hali alt boyutlarından çevre ile ilişkilerinde hakimiyet kurmasını pozitif yönde etkilemektedir.

Baba öğrenim düzeyinin artması kadınların psikolojik iyiliklerini çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma boyutunda olumlu olarak etkilemektedir. Erikson'un psikososyal gelişim kuramında belirttiği gibi çocukların kendilerine

ve çevreye olan güvenlerinin, sosyal becerilerinin sağlıklı gelişebilmesi için özellikle büyüklerin arasında olduğu yaklaşık beş yaşına kadar süren girişime karşı suçluluk ve yaklaşık onbir yaşına kadar süren beceriye karşı aşağılık duygusu olarak adlandırdığı dönemlerde ne denli desteklendiklerine bağlıdır (Geçtan, 2002).

Kadının sosyo ekonomik gelişmişliği psikolojik iyiliklerini çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve kendini kabul etme alt boyutlarında olumlu etkilemektedir. Ekonomik durumdaki gelişmenin kadının psikolojik iyilik haline olumlu etkisi, Aydoğan (2018)'in çalışmasında gelir ve ekonomik bağımsızlığı arttıkça kadınların daha az şiddet gördüğü ve psikolojik dayanıklılıklarının yükseldiği şeklinde bulunmuştur.

Çopur ve Çiçek'in (2018) araştırmasına katılan bireylerin baba eğitim durumları açısından sonuçlar incelendiğinde, babası lisansüstü mezunu olan öğrencilerin, ilkokul mezunu olanlara göre toplumsal cinsiyet rollerini eşitlikçi algılama düzeylerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Bizim çalışmamızda da babanın eğitim seviyesi yükseldikçe kadınların psikolojik iyi oluşlarının arttığı görülmüştür. Baba eğitim seviyesi arttıkça daha eşitlikçi tutum içerisinde yetişen kadınların kendini kabul etme, ilişkilerinde hakimiyet kurma tutumlarında yükselmektedir diyebiliriz.

Bizim çalışmamızda kadınların öğrenim düzeyi arttıkça psikolojik iyilikleri kadınların psikolojik iyilik hallerinin çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, kendini kabul etme diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerklik alt boyutlarında anlamlı düzeyde düşme yönünde farklılaştığı görülmüştür. Buna göre kadınların öğrenim düzeyi onların psikolojik iyiliklerine ilişkin algılarını düşürmektedir denilebilir. Araştırmanın diğer bulgularından farklı bir görünüm sergileyen bu bulgu, kadınların eğitimlerinin artmasının onların farkındalığını artırdığı ve farkındalığın artması yaşam memnuniyetlerini olumsuz etkilemiş olabileceği için psikolojik iyiliklerini de olumsuz etkilemiştir şeklinde yorumlanabilir.

## 5.2 Sonuçlar Ve neriler

Çalışma grubu ile yapılan analiz sonuçlarına göre kadınların toplumsal cinsiyet algıları, psikolojik iyilik oluşlarını çeşitli boyutlarda etkilemektedir.

Kadınların yaşındaki artış psikolojik iyi oluşlarını anlamlı düzeyde pozitif olarak etkilemektedir.

Kadınların yaşamın büyük çoğunluğunun geçirildiği yerleşim birimi köyden bykşehire doğru büyüdükçe psikolojik iyi oluşları da anlamlı düzeyde artmaktadır.

Kadınların babalarının öğrenim düzeyleri arttıça psikolojik iyi oluşlarında artmaktadır.

Kadınların ğrenim düzeyleri yükseldikçe psikolojik iyi oluşları düşmektedir. Bu ters ilişki kadınların eğitimle birlikte farkındalığının gelişmesiyle ortaya çıkan memnuniyetsizlik olarak değerlendirilebilir.

Kadınların gelir düzeyleri arttıça psikolojik iyi oluşları da anlamlı düzeyde artmaktadır.

Kadınların toplumsal cinsiyet rollere ilişkin algılarının psikolojik iyiliklerini etkilemesiyle ilgili araştırmaların az olması, bu konuda daha fazla araştırma yapılması ihtiyacını ortaya çıkarmaktadır. Ayrıca konuyla ilgili araştırmalarda nitel ve karma araştırmaların da yapılarak konunun daha etraflıca araştırılması önerilir.

Kadınların toplumsal cinsiyet rolleri algıları bu araştırmadaki çalışma grubunda eşitlikçi rollerin benimsendiği sonucunu ortaya çıkarmıştır. Ancak bu eşitlin üzerindeki kadınlarda bile toplumsal cinsiyet rolleri algılarının psikolojik iyiliklerini etkilediği görülmüştür.

Kadınların psikolojik iyiliklerinin artırılması için onlara toplumsal cinsiyet rollerine yönelik aydınlatıcı, eşitlikçi ve özgürlükçü sosyal destek ve eğitimlerin sağlanması önerilir.



## KAYNAKLAR

- Adams, T.** (2003). The power of perceptions: Measuring wellness in a globally acceptable, philosophically consistent way. *Wellness Management*.  
www.hedir.org (aktaran miller& foster 2010) Dreikurs, R. (1951). Causality versus Indeterminism. *Journal of Individual Psychology*, 9(3).
- Akdoğan, R.** (2012). Adleryen yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ve psikolojik belirti düzeylerine etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Akın, A. ve Demirel, S.** (2003). Toplumsal Cinsiyet Kavramı ve Sağlığa Etkisi. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 25,4,73-82.
- Akın, A. ve Demirel, S.** (2003). Toplumsal Cinsiyet Kavramı ve Sağlığa Etkisi. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 25,4,73-82.
- Alisbah T.** (2012). toplumsal cinsiyet. toplumda kadına biçilen roller. ve çözümler, *tbb dergisi.barobirlik.org.tr/m2012-99-1179445*,
- Allan J. Kimmel.** (2011). [thepsychologist.bps.org.uk/volume-24/edition-8/deception-psychological-research-necessary-evil](http://thepsychologist.bps.org.uk/volume-24/edition-8/deception-psychological-research-necessary-evil)
- Amato, P. R., Loomis, L. S., & Booth, A.** (1995). Parental Divorce, Marital Conflict, and Offspring Wellbeing during Early Adulthood. *Social Forces*, 83, 895-915.
- Apalı, Y.** (2011), "Sosyolojik Açıdan Kadınlarla ilgili Kalıp Yargılar", Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, S: 26, Isparta, s. 49-64.
- Archer, J., & Lloyd, B.** (2002). *Sex and gender* (2nd ed.). New York, NY, US: Cambridge University Press.
- Archer, J., Probert, B. S., & Gage, L.** (1987). College students' attitudes toward wellness. *Journal of College Student Personnel*, 28(4), 311- 317.
- Ardell, D. B.** (1988). The history and future of the wellness movement. In J. P. Opatz (Ed.), *Wellness promotion strategies: Selected proceedings of the eighth annual National Wellness Conference*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.
- Ardell, D. B.** (2010). Wellness Models of the Past and the New REAL Wellness Model of the Future. [http://www.seekwellness.com/wellness/wellness\\_models.htm](http://www.seekwellness.com/wellness/wellness_models.htm) adresinden 16 Ağustos 2016 tarihinde alınmıştır.
- Ardell, D. B.** (2010). Wellness Models of the Past and the New REAL Wellness Model of the Future. [http://www.seekwellness.com/wellness/wellness\\_models.htm](http://www.seekwellness.com/wellness/wellness_models.htm) adresinden 16 Ağustos 2016 tarihinde alınmıştır.
- Arıcı, F.** (2011). Üniversite Öğrencilerinde Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Algılar ve Psikolojik İyi Oluş. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara
- Aydilek, Çiftçi ve Özkan, Ö.** (2011). Okul öncesi dönemde çocukların akran etkileşimleri: Ebeveyn öğretmen cinsiyet rolleri algısının etkisi 19. Eğitim bilimleri kurultayı.
- Aydöner, N.** (2018) Kadınlarda Şiddete Maruz Kalma Durumu İle Sosyal Destek Algısı, Depresyon Ve Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkiler:

- Karşılaştırmalı Bir Çalışma. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. IŞIK ÜNİVERSİTESİ sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul
- Aziz, A.** (1982). Toplumsallaşma ve Kitle İletişim, Ankara: Ankara Üniversitesi Basın Yayın
- Balcı, A.** (2011). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntem, Teknik Ve İlkeler. (9. baskı).Ankara.Pegem A Yayıncılık
- Beart, S., G. Hardy, and L. Buchan.** (2005). "How people with intellectual disabilities view their social identity: A review of the literature." *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities* 18:47-56.
- Bilton, Tony; Bonnett, Kevin; Jones, Pip; Lawson, Tony; Skinner, David; Stanworth, Michelle, & Webster, Andrew.** (2002). *Introductory Sociology*, 4th ed., Basingstoke: Palgrave Macmillan. Kuzucu, Y. (2011). "Değişen Babalık Rolü ve Çocuk Gelişimine Etkisi". *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (35), 79-91.
- Bilton, Tony ve diğerleri.** (2009) *Sosyoloji* (Ed. Bülent Özçelik) Ankara: Siyasal Kitabevi, 2. b
- Brannon, L.** (2004). Application of conversational norms to the interpretation of survey results as a function of participants' need for cognition. *The Journal of Psychology*, 138, 91-94.
- Burke, PJ & Stets, JE.** (2000). Femininity/Masculinity. In *Encyclopedia of Sociology*, Revised Edition: 997-1005; Edgar F. Borgatta and Rhonda J. V. Montgomery (Eds.). New York: Macmillan.
- Butler, J.** (2004) *Kırılgan Hayat*, Çev. Başak Ertür, İstanbul: Metis Yayınları
- C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi Aralık 2008 Cilt: 32 No:2, 199-219 Toplumsal Cinsiyetin Tutumlar Üzerindeki Etkisi Metin Erol
- Çiçek, B. ve Çopur, Z.** (2018). Bireylerin Kadınların Çalışmasına ve Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları, *International Journal of Eurasian Education and Culture*, Issue: 4, pp. (1-21).
- Cirhinlioğlu, F.G.** (2006). Üniversite Öğrencilerinde Utanç Eğilimi, Dini Yönelimler, Benlik Kurguları Ve Psikolojik İyi Hali Arasındaki İlişkiler (Basılmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Cohen, S., Sherrod, D. R., & Clark, M. S.** (1986). Social skills and the stress-protective role of social support. *Journal of personality and social psychology*, 50(5).
- Coşkun A,Özdilek R. Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliği: Sağlığa Yansımaları ve Kadın Sağlığı Hemşiresinin Rolü. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi* 2012;9:30–9
- Coşkun A,Özdilek R. Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliği: Sağlığa Yansımaları ve Kadın Sağlığı Hemşiresinin Rolü. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi* 2012;9:30–9.
- Çarıkçı, İ., Avşar, N.** (2005). "Kamu Kesimi Yöneticilerinde Cinsiyet Rolü Algılamalarının Aile Dostu Düzenleme ve Politikalara Etkileri", *Yönetim Bilimleri Dergisi*, (3:1), s. 65-78.
- Dalakas, V. ve Shoham, A.** (2010) "Gender-Role Views and Gift-Giving Behaviors in Israel" *Journal of Consumer Marketing*, 27(4): 381-389.
- Delaney, C.** (1991) *The Seed and the Soil: Gender and Cosmology in Turkish Village Society*, California, University of California Press (Reprint edition).

- Demirel, A., Kayaalp Bilgin, Z. ve Kocaman, M.** (1999). Çalışmaya Hazır İşgücü Olarak Kentli Kadın ve Değişimi. Başbakanlık Kadının Statüsü ve Sorunları Genel Müdürlüğü Yayınları. Ankara: Cem Web Ofset.
- Doğan, T.** (2004). Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Doğan, T.** (2004). Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Dökmen,** (2012). Toplumsal Cinsiyet-Sosyal Psikolojik Açıklamalar, Remzi Kitabevi, İstanbul
- Dreikurs, R.** (1977). Holistic medicine and the function of neurosis. *Journal of Individual Psychology*, 22(2).
- Dreikurs, S. G., Mosak, H. H.** (1987). Psychological Techniques applied in a Group Situation-an Experiment In-Group Work. *Individual Psychology: The Journal of Adlerian Theory: Research, & Practise*, 43(2), 219-237.
- Dunn, H. L.** (1959a). What high-level wellness means. *Canadian Journal of Public Health/Revue Canadienne de Sante'e Publique*, 50(11).
- Dunn, H. L.** (1959b). High-level wellness for man and society. *American Journal of Public Health and The Nations Health*, 49(6)
- Dunn, H. L.** (1977). High-level Wellness. Thorofare, NJ: Charles B. Slack.
- Dunn, S. C., Seaker, R. F. and Waller, M.A.** (1994). Latent variables in business logistics research: Scale development and validation. *Journal of business logistics*, 15(2).
- Dündar Z.Ö.** (2012). Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Televizyon Reklamlarına Yansıması Felsefe ve Toplumsal Bilimlerde Diyaloglar Dergisi
- Ecevit, Y.** (2011), "Toplumsal Cinsiyet Sosyolojisine Başlangıç" Toplumsal Cinsiyet Sosyolojisi, Editörler: Yıldız Ecevit ve Nadide Karkıner, Eskişehir, Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayını.
- Eliot, Thomas S.,** (20115). Kültür Üzerine Düşünceler, çev. Sevim Kantarcıoğlu, Ankara,
- Engaging Religious Diversity** (2008): Towards a Pedagogy of Mindful Contemplation Wioleta Polinska. North Central College, Illinois, USA
- Eroğlu, Y., Çetin, B., Peker, A., Akbaba, S., ve Pepsoy, S.** (2012). Ergenlerde ilişkisel-karşılıklı bağımlı benlik kurgusu, siber zorbalık ve psikolojik uyumsuzluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), 637-653.
- Ersoy, E.** (2009). "Cinsiyet Kültürü İçerisinde Kadın ve Erkek Kimliği". *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19 (2): 209-230.
- Espinosa, D.** (2010). Gender Roles In The Media And Debunking Society's Stereotypes: Glee As A Pop Culture Reflection. Capstone Project submitted in partial fulfillment of the requirements for the Master of Science Degree in Counselor Education at Winona State University
- Evans M.** (2006), Gender and Social Theory, Philadelphia, Open Univesity
- Evans, G.W., Saegert, S., Harris, R.** (2001). Residential density and psychological health among children in low-income families. *Environ. Behav.* 33, 165-18
- Feiereisen, S. , Broderick, A., Douglas, S.** (2009). The effect and moderation of gender identity congruity: Utilizing "real women"; *Psychology&Marketing*, Volume; 26, Issue;9
- Geçtan, E.** (2002). Psikanaliz ve Sonrası. İstanbul: Metis Yayınları
- Giddens, A.** (2009). *Sociology*. 6th Edition, op., cit., 87.

- Giddens, A.** (2013). *Sociology*. 7th Edition. Cambridge, UK
- Günay, G. ve Bener, Ö.** (2011). Kadınların Toplumsal Cinsiyet Rollerini Çerçevesinde Aile İçi Yaşamı Algılama Biçimleri. *TSA (Türk Sinema Araştırmaları)* / Yıl: 15 S: 3, Aralık 2011
- Güzel, E.** (2014), "Toplumsal Cinsiyete Dayalı Ayrımcılık ve Medyanın Rolü", *Global Media Journal: TR Edition*, Cilt 4, Sayı 8, s.185-199
- Hatfield, T., & Hatfield, S. R.** (1992). As If Your Life Depended on It: Promoting Cognitive Development to Promote Wellness. *Journal of Counseling & Development*, 71.
- Hattie, J. A., Myers, J. E., & Sweeney, T. J.** (2004). A factor structure of wellness: Theory, assessment, analysis, and practice. *Journal of Counseling & Development*, 82(3).
- Helgeson, V. S.** (2003). Social support and quality of life. *Quality of Life Research*, 12(1).
- Hettler, W. (1984). Wellness: Encouraging a lifetime of excellence. *Health Values: Achieving High Level Wellness*, 8, 13-17.
- Hoogland, R. C.** (2008). Gender, Theories of. F. Malti-Douglas içinde, *Encyclopedia of Sex and Gender: Volume 2* (s. 628 - 632). Farmington Hills: The Gale Group.
- Isabella C.** (2003). Gender socialization within the family: a study on adolescents and their parents in Great Britain, Department of Sociology Catholic University of Milan
- Işık, B.** (2018) Toplumsal Cinsiyet Rollerine Bağlı Olarak Aile İçi Şiddetin Anlamlandırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İstanbul
- İçli, G.** (2005). *Sosyolojiye Giriş*. Ankara: Anı Yayıncılık
- İmamoğlu, S.e.** (2013). Gender Role And Social Identifications: The Two Major Factors To Shape Turkish Women ;Education Vol. 134 No. 1
- Jewkes, R.** (2002). Intimate Partner Violence, *Lancet.*, 359: 1423-1429.
- John H.** (2006). "Functionalism", *The Cambridge Dictionary of Sociology*, Edt. by Bryan S. Turner, Cambridge, Cambridge University Press,
- Jonas, S.** (2005). The wellness process for healthy living: A mental tool for facilitating progress through the stages of change. *AMAA Journal, Health Care Industry*, Winter, 2005.
- Kalan, Ö.** (2010). Reklamlarda Çocuğun Toplumsal Cinsiyet Teorisi Bağlamında Konumlandırılması: "Kinder" Reklam Filmleri Üzerine Bir İnceleme. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Hakemli Dergisi*. Sayı 38 syf. 83
- Karen, J.** (2000). "Girl power and a boy nature: the past, present and paradisaical future of consumer gender identity". *Marketing intelligence & planning*, Vol.18 issue : 6/7 pp.345-355
- Kitko, C. T.** (2001). Dimensions of wellness and the health matters program at Penn State. *Home Health Care Management & Practice*, 13(4).
- Kitko, C. T.** (2001). Dimensions of wellness and the health matters program at Penn State. *Home Health Care Management & Practice*, 13(4).
- Kleiman, E. M., & Liu, R. T.** (2013). Social support as a protective factor in suicide: Findings from two nationally representative samples. *Journal of Affective Disorders*, 150(2).
- Kohlberg, L. A.** (1966). A cognitive– developmental analysis of children’s sex role concepts and attitudes. In E. E. Maccoby (Ed.), *The development of sex differences* (pp. 82–173). Stanford, CA: Stanford University Press

- Korkut, F., & Owen, D. W.** (2012). İyilik hali yıldızı modeli, uygulanması ve değerlendirilmesi. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 3(9).
- Korkut-Owen, F., Doğan, T., Demirbaş-Çelik, N., & Owen, D. W.** (2016). Development of The Well Star Scale İyilik Hali Yıldızı Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3).
- Lindsey, L. L.** (2010). *Gender Roles. A Sociological Perspective* (6. bs.). USA: Routledge.
- Maccoby, E. E. & Jacklin, G. N.** (1974) *The Psychology of Sex Differences*. Stanford, California: Stanford University Press.
- Martin, B.A.S.** (2009).,Gnoth, J.(2009).The role of gender identity and self-construal salience in evaluations of male models
- Maslow, A.H.** (1968), *Toward a psychology of being*, 2nd Edition. Van Nostrand, New York, NY
- Mehmet S.** (2011). boşanma sürecinde olan ailelerdeki çocukların aile algılarının ve sorunlarının resimler aracılığı ile incelenmesi. ,Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi
- Moghadam, Valentine M.** (2002). "Islamic Feminism and Its Discontents: Toward a Resolution of the Debate", *Signs: Joournal of Women in Culture and Society*, Vol.27, No.4, s.1135-1171.
- Myers, J. E.** (1991). Wellness as the paradigm for counseling and development: The possible future. *Counselor Education & Supervision*, 30 (3), 184-194.
- Myers, J. E.** (1992). Wellness, prevention, development: The cornerstone of the profession. *Journal of Counseling & Development*, 71, 136-139.
- Myers, J. E., & Sweeney, T. J.** (2004). The indivisible self: An evidence-based model of wellness. *The Journal of Individual Psychology*, 60(3), 234-244.
- Myers, J. E., & Sweeney, T. J.** (2005). Introduction to wellness theory. In J. Myers & T. Sweeney (Eds.), *Counseling for wellness: Theory, research, and practice* (pp. 7- 15). Alexandria, VA: American Counseling Association
- Myers, J. E., & Sweeney, T. J.** (2005). Introduction to wellness theory. In J. Myers & T. Sweeney (Eds.), *Counseling for wellness: Theory, research, and practice* (pp. 7- 15). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Myers, J. E., Luecht, R. M., & Sweeney, T. J.** (2004). The factor structure of wellness: Reexamining theoretical and empirical models underlying the wellness evaluation of lifestyle (WEL) and the five-factor WEL. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 36(4), 196–208
- Myers, J. E., Sweeney, T. J., & Witmer, J. M.** (2000). The Wheel of Wellness counseling for wellness: A holistic model for treatment planning. *Journal of Counseling and Development*, 78, 251-266.
- Oakley A.** (1998). Gender, Methodology And People's Ways Of Knowing: Some Problems With Feminism And The Paradigm Debate In Social Science,*Sociology*, Vol. 32, No. 4 ;1998
- Organizational Behavior Stephen P. Robbins & Timothy A. Judge
- Robbins, S.P.** (2012). , Judge, T.A.(2012).*Essentials of Organizational Behavior*. 13e ;Chapter 5cPersonality and Values
- Ökten, Ş.** (2009). Toplumsal Cinsiyet ve İktidar : Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nin Toplumsal Cinsiyet Düzeni . *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 2 (8), (302-312).

- Özkalp, E., Varoğlu, A., Varoğlu, D., Kirel, A.Ç., Acar, P.** (2013). Örgütsel Davranış, Ed. Kirel, A.Ç., Ağlargöz, O. "T.C. Anadolu Üniversitesi Yayını" No: 2847. Eskişehir, 94-95.
- Özkan ve Lajunen.** (2005). Masculinity, Femininity, and the Bem Sex Role Inventory in Turkey, Sex Roles; January 2005, Volume 52, Issue 1–2, pp 103–110
- Özkan, B., Gündoğdu, A. E.** (2011). Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Türkçede Atasözleri ve Deyimler. Turkish Studies-International Periodical for the Languages, Literature and History or Turkish. or Turkic. Volume 6/3 Spring 2011, p.1133-1147. ISSN: 1308-2140, www.turkishstudies.net, Ankara-
- Özmete, E.** (2016). Evli Kadınlar ve Erkeklerin Psikolojik İyi Oluş Durumlarının Toplumsal Cinsiyet ve Kültürel Kodlar Odağında Değerlendirilmesi. 2.Uluslararası Kadın ve Adalet Zirvesi. Sözlü Sunum Notları. ( 25-26 Kasım 2016-İstanbul)  
[https://www.academia.edu/34116038/Evli\\_Kad%C4%B1nlar\\_ve\\_Erkekleri\\_n\\_Psikolojik\\_%C4%B0yi\\_Olu%C5%9F\\_Durumlar%C4%B1n%C4%B1n\\_Toplumsal\\_Cinsiyet\\_ve\\_K%C3%BClt%C3%BCrel\\_Kodlar\\_Oda%C4%9F\\_%C4%B1nda\\_De%C4%9Feriendirilmesi](https://www.academia.edu/34116038/Evli_Kad%C4%B1nlar_ve_Erkekleri_n_Psikolojik_%C4%B0yi_Olu%C5%9F_Durumlar%C4%B1n%C4%B1n_Toplumsal_Cinsiyet_ve_K%C3%BClt%C3%BCrel_Kodlar_Oda%C4%9F_%C4%B1nda_De%C4%9Feriendirilmesi)
- Özşungur, B.** (2010).Cinsel Kimlik Gelişimi Ve Cinsel Kimlik Bozukluğunda Psikososyal Değişkenler: Gözden Geçirme, Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi : 17 (3) 2010
- Papatya N. , Karaca Y.** (2011). "Kadın İmgesi Kullanılan Reklamlara Yönelik Tüketicinin Tutum ve Davranışlarının Değerlendirilmesi", Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, C. 29, S. 1, s. 69-100.
- Patel, V., & Goodman, A.** (2007). Researching Protective and Promotive Factors in Mental Health. International Journal of Epidemiology. 36: 703-707.
- Pınar F.** (2008). Barbara Frischmuth'ta Çalışan Kadının Sorunları ve Kültürel İlişkiler. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Van: Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Pilcher, J.** (1998) 'Hormones or Hegemonic Masculinity? Explaining Gender Inequalities', Sociology Review 7 (3): 5–9
- Rickhi, B. & Aung, S.** (2006). Wellness is state of mind, body and spirit. Complementary and Alternative Health Affiliate of the Canadian Health Network (aktaran miller& foster 2010)
- Robyn Ryle.** (2011). Questioning Gender: A Sociological Exploration SAGE Publications,
- Sankır, H.** (2010). Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Anlamlandırılış Biçiminin 'Kadın Sanatçı Kimliği'nin Oluşum Sürecine Etkileri. Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar Dergisi.
- Savran, Gülnur Acar,** (2012) İkinci Basıma Önsöz, Kadının Görünmeyen Emegi içinde, (Hazırlayanlar: Gülnur Acar Savran-Nesrin Tura Demiryontan) Yordam Kitap, B.2, İstanbul
- Snyder CR, Lopez JS.** (2002) Handbook of positive psychology. New York: Oxford University Press;
- Stoller, Robert, J.,** (1968). Sex and Gender, New York: Science House,
- Ş. Uluocak, C. Aslan.** (201) Toplumsal cinsiyet eşitsizliği. Çanakkale Kitaplığı Akademi, 2011. 6, .
- Şener, Ülker** (2012). "Kadın Yoksulluğu", Mülkiye Dergisi, 36(4): 51-67.

- Taplamacıoğlu, M.** (1969). Genel Sosyoloji Üzerine Bir Deneme. 2. bs. Ankara: Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi.
- The Feminization of Poverty**, (2010). Ladies of Charity of the united states of America
- TUIK**, (2013) 15.07.2013 Yaş Grubu ve Cinsiyete Göre 2013 Yılı Türkiye Nüfusu Dağılımı
- TUIK**. (2018). Türkiye İstatistik Kurumu Dinamik Veritabanı. <http://tuik.gov.tr>
- Türkiye Ekonomi Politikaları Araştırma Vakfı (Demirdirek ve Şener, 2014).
- Ulusoy, D.** (1999). Plastik sanatlarda toplumsal cinsiyet. Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 16(2), 47-73.
- Urhan, B. ve Etiler, N.** (2011). Sağlık Sektöründe Kadın Emeginin Toplumsal Cinsiyet Açısından Analizi. Çalışma ve Toplum. 2, 191-216.
- Vatandaş, C.** (2007). Toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rollerinin algılanışı. Sosyoloj Konferansları Dergisi ; 35:29-56.
- W. D. Hamilton.** (1964). Extraordinary Sex Ratios SCIENCE, VOL. 156
- Wharton, S.** (2005). Invisible females, incapable males: gender construction in a children's reading scheme. [Electronic version] Language and Education, 19, 238-251
- Wienclaw, Ruth A. "Feminist Theories of Gender Inequality." Sociology Reference Guide: Gender Roles & Equality. 1st ed., Salem Press, 2011, pp. 95-102.
- Yağmurlu, B.** (2012). "Çocuklukta Sosyal Gelişim". Psikolojiye Giriş (iç.) Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, ss.134-163
- Yavuz Ş.** (2007). Çocuklar ve Toplumsal Cinsiyeti Biçimlendirmede Televizyonun Rolü. 4. Uluslararası Çocuk ve İletişim Kongresi, Vol. I, İstanbul: İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Yayınları, 499-510.
- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S.** (2004). SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara. Detay Yayıncılık.
- Yıldırım İ.** (2014). Şiddet Eğilimi Ölçeğinin Geliştirilmesi. Education & Science/Eğitim ve Bilim, 37(163)
- You Couldn't Say.** (2006) "No", Could You?': Young Men's Understandings of Sexual Refusal Mark Rapley, Susan Hansen A Consumer's Guide to Psychology.
- Zgourides, G. D.** (2002). The influence of ethnic diversity on leadership, group process, and performance: An examination of learning teams. International Journal of Intercultural Relations, 26(1), 11-16





## **EKLER**

**Ek 1** Ölçek

**Ek 2:** Yazışmalar

**Ek 3:** Etik Kurul Raporu

## Ek 1 Ölçek

### TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİ TUTUM ÖLÇEĞİ

Bu ölçekteki cümleler, **toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarınızı** belirlemek için hazırlanmıştır. Sonuçlar yalnızca araştırma amacıyla kullanılacaktır. Bu cümlelerden hiçbirisinin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Her cümle ile ilgili görüş, kişiden kişiye değişebilir. Bunun için vereceğiniz cevaplar sizin kendi görüşünüzü yansıtmalıdır. Her cümle ile ilgili görüşünüzü belirtirken, önce cümleyi dikkatlice okuyunuz sonra, cümlede belirtilen düşüncenin, sizin düşünce ve duygularınıza ne derecede uygun olduğuna karar veriniz.

Aşağıdaki cümleler size;

hiç uygun değilse ..... **“Kesinlikle Katılmıyorum”**  
uygun değilse ..... **“Katılmıyorum”**  
karar veremiyor iseniz..... **“Kararsızım”**  
uygunsa ..... **“Katılıyorum”**  
tamamen uygunsa ..... **“Tamamen Katılıyorum”**

Cümlenin karşısındaki yerlere aşağıdaki örneğe uygun olarak çarpı (X) koyarak işaretleyiniz. Bir cümleyi okuduktan sonra aklınıza ilk geleni işaretleyiniz ve **lütfen bütün cümleleri işaretlemeyi unutmayınız.**

**Örnek:**

Tutum Cümleleri	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
Ailenin parasal harcamaları erkeğin kontrolünde olmalıdır.				X	

Katılımınız için teşekkür ederim.

Tutum İfadeleri	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Kızlar, ekonomik bağımsızlıklarını kazandıklarında ailelerinden ayrı yaşayabilmelidir.					
2. Erkeğin evde her dediği yapılmalıdır.					
3. Kadının yapacağı meslekler ile erkeğin yapacağı meslekler ayrı olmalıdır.					
4. Evlilikte çocuk sahibi olma kararını eşler birlikte vermelidir.					
5. Bir genç kızın evleneceği kişiyi seçmesinde son sözü baba söylemelidir.					
6. Kadının erkek çocuk doğurması onun değerini artırır.					
7. Kadının doğurganlık özelliği nedeniyle, iş başvurularında erkekler tercih edilmelidir.					
8. Ailede ev işleri, eşler arasında eşit paylaşılmalıdır.					
9. Kadının yaşamıyla ilgili kararları kocası vermelidir.					
10. Kadınlar kocalarıyla anlaşamadıkları konularda tartışmak yerine susmayı tercih etmelidir.					
11. Bir genç kız, evlenene kadar babasının sözünü dinlemelidir.					
12. Ailenin maddi olanaklarından kız ve erkek çocuk eşit yararlanmalıdır.					
13. Çalışma yaşamında kadınlara ve erkeklere eşit ücret ödenmelidir.					
14. Bir erkeğin karısını aldatması normal karşılanmalıdır.					
15. Kadının çocuğu olmuyorsa erkek tekrar evlenmelidir.					
16. Kadının temel görevi anneliktir.					
17. Evin reisi erkektir.					
18. Dul kadın da dul erkek gibi yalnız başına yaşayabilmelidir.					
19. Bir genç kızın, flört etmesine ailesi izin vermelidir.					
20. Ailede kararları eşler birlikte almalıdır.					
21. Bir kadın akşamları tek başına sokağa çıkabilmelidir.					
22. Eşler boşandığında mallar eşit paylaşılmalıdır.					
23. Kız bebeğe pembe, erkek bebeğe mavi renkli giysiler giydirilmelidir.					
24. Erkeğin en önemli görevi evini geçindirmektir.					
25. Erkeğin maddi gücü yeterliyse kadın çalışmamalıdır.					
26. Evlilikte, kadın istemediği zaman cinsel ilişkiyi reddetmelidir.					
27. Mesleki gelişme fırsatlarında kadınlara ve erkeklere eşit haklar tanınmalıdır.					
28. Evlilikte erkeğin öğrenim düzeyi kadından yüksek olmalıdır.					

<b>Tutum İfadeleri</b>	<b>Kesinlikle Katılmıyorum</b>	<b>Katılmıyorum</b>	<b>Kararsızım</b>	<b>Katılıyorum</b>	<b>Tamamen Katılıyorum</b>
29. Bir kadın cinsel ilişkiyi evlendikten sonra yaşamalıdır.					
30. Ailede erkek çocuğun öğrenim görmesine öncelik tanınmalıdır.					
31. Erkeğin evleneceği kadın bakire olmalıdır.					
32. Alışveriş yapma, fatura ödeme gibi ev dışı işlerle erkek uğraşmalıdır.					
33. Erkekler statüsü yüksek olan mesleklerde çalışmalıdır.					
34. Ailede kazancın nasıl kullanılacağına erkek karar vermelidir.					
35. Bir erkek gerektiğinde karısını dövmelidir.					
36. Evlilikte gebelikten korunmak sadece kadının sorumluluğudur.					
37. Bir kadın hastaneye gittiğinde kadın doktora muayene olmalıdır.					
38. Evlilikte erkeğin yaşı kadından büyük olmalıdır.					

## SOSYO DEMOGRAFİK VERİ FORMU

1. Yaşınız : .....

2. Yaşamınızın çoğunu nasıl bir yerde geçirdiniz?

Köy-kasaba

İlçe

Şehir

Büyükşehir

3. Annenizin öğrenim durumu nedir?

Okur-yazar değil

Okur-yazar

Ortaokul mezunu

Lise mezunu

Üniversite mezunu

üzeri

4. Babanızın öğrenim durumu nedir?

Okur-yazar değil

Okur-yazar

Ortaokul mezunu

Lise mezunu

**Üniversite mezunu**

**üzeri**

**5.Sizin öğrenim durumunuz nedir?**

**Okur-yazar değil**

**Okur-yazar**

**Ortaokul mezunu**

**Lise mezunu**

**Üniversite mezunu**

**üzeri**

**6.Çalışıyor musunuz ?**

**Çalışıyor**

**Çalışmıyor**

**7.Medeni durum**

**Bekar**

**Evli**

**Boşanmış**

**8. Ekonomik durumunuzu nasıl algılıyorsunuz?**

**Alt**

**Orta**

**Üst**

**PSİKOLOJİK İYİLİK HALİ ÖLÇEĞİ (Ryff, 1989; CİRHİNLİOĞLU, 2006))**

Lütfen aşağıdaki görüşlere ne derece katıldığınızı ya da katılmadığınızı belirtiniz.	Hiç Katılmıyorum	Pek Katılıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Çoğu insan, beni sevecen ve şefkatli biri olarak tanır.					
2. Etrafımdaki insanlara daha fazla benzemek için bazen düşünce ve hareket tarzımı değiştiririm. *					
3. Ufkumu genişletecek eylemler ile ilgilenmem. *					
4. Geçmişte yaptıklarımı ve gelecekte yapacaklarımı düşündüğümde genellikle kendimi iyi hissedirim.					
5. Hayatımı gözden geçirdiğimde yaşadıklarımın dolaylı memnuniyet duyarım.					
6. Başka insanların düşüncelerine uymasa bile düşüncelerimi dile getirmekten korkmam.					
7. Günlük hayatın zorunlulukları genellikle tüm gücümü tüketir. *					
8. Genel olarak kendime güvenirim ve kendi hakkımda olumlu düşünürüm.					
9. Kaygı ve düşüncelerimi paylaşacağım çok az yakın arkadaşım olduğundan kendimi çoğu zaman yalnız hissedirim. *					
10. Kararlarım başkalarının yaptıklarından pek etkilenmez.					
11. Çevremdeki insanlarla ve toplumla pek uyum içinde sayılmam. *					
12. Geleceğin çoğu zaman bana problemler getireceğine inandığımdan şimdiye odaklanmayı tercih ederim. *					
13. Tanıdığım çoğu kişinin hayatta benden daha fazla şey elde ettiğini hissediyorum. *					
14. Ailedeki kişilerle ya da arkadaşlarımla özel duygu ve düşüncelerimi aktarmaktan ve onlarla karşılıklı olarak konuşmaktan keyif alırım.					
15. Hayatım olduğu şekliyle güzel; yeni şeyleri denemek istemiyorum. *					
16. Hayatımın bir yönü ve amacı var.					
17. Fırsat verilseydi kendime ilişkin birçok şeyi değiştirdim. *					
18. Yakın arkadaşlarım problemleri hakkında benimle konuştuklarında iyi bir dinleyici olmak benim için önemlidir.					
19. Kendimden hoşnut olmam diğer insanların beni onaylamasından daha önemlidir.					
20. Çoğu zaman sorumluluklarımın altında ezildiğimi hissediyorum. *					
21. Kişiliğimin çoğu yönünden hoşnudum.					
22. Hayatta neyi başarmaya uğraştığımı pek iyi bilmiyorum. *					
23. Geçmişte bazı hatalar yaptım fakat bütün olarak bakıldığında her şeyin en iyi şekilde çözüldüğünü düşünüyorum.					
24. Dostluklarımdan çok şey kazandığımı düşünüyorum.					
25. Geçmişte kendim için hedefler koyardım fakat şimdi bütün bunlar zamanı boşa harcamak gibi geliyor. *					

- 
26. Bana diğer insanların benden daha fazla arkadaşı var gibi görünüyor. \*
27. Kendi ilkelerimi savunup yalnız kalmak yerine diğer insanlarla uyumlu olmayı tercih ederim.\*
28. Her gün yapmak zorunda olduğum bütün bu şeyler ile baş edememek bende çok stres yaratıyor.
29. Genellikle kendimle ve yaşam tarzımla gurur duyarım.
30. İnsanlar beni fedakar ve zamanımı diğer kişilerle paylaşma arzusunda olan bir insan olarak tanımlarlar.
31. Genel kaniya uymasa bile görüşlerime güvenirim.
32. Bir birey olarak zaman içinde kendimi çok geliştirdiğimi sanıyorum.
33. Kendim için koyduğum planları yerine getirme açısından aktif biriyim.
34. Tartışmalı konularda fikrimi dile getirmek benim için zordur. \*
35. Arkadaşlarım ya da ailem onaylamazsa verdiğim kararlardan genellikle vazgeçerim. \*
36. Bazen kendimi hayatta yapılabilecek her şeyi yapmış gibi hissediyorum. \*
37. Şimdiye kadarki hayatı yaşayış biçimim nedeniyle, yeni şeyler yapma konusunda cesaretim kırılmış olarak uyanıyorum. \*
38. Arkadaşlarıma güvenebileceğimi biliyorum. Onlar da bana güvenebileceklerini bilirler.
39. Belirli bir şekilde düşünmem ya da davranmam için yapılan toplumsal baskılara boyun eğen biri değilim.
40. İhtiyaç duyduğum ilişkileri ve faaliyetleri gerçekleştirmede oldukça başarılı oldum.
41. Hayattaki amaçlarım benim için bir hayal kırıklığından çok bir tatmin kaynağı olmuştur.
42. Geçmişimde inişlerim, çıkışlarım olmuştur. Ancak genel hatlarıyla bakıldığında geçmişini değiştirmek istemezdim.
43. Hayatımda yapmış olduğum seçimleri diğer insanların nasıl değerlendirdikleri benim için önemlidir. \*
44. Hayatımı beni tatmin edecek bir şekilde düzenlemede zorlanırım. \*
45. Hayatımda büyük gelişmeler kaydetme ya da değişiklikler yapma uğraşından çok zaman önce vazgeçtim. \*
46. Kendimi arkadaşlarım ve tanıdıklarımla kıyasladığımda kişiliğimden memnunum.
47. Arkadaşlarım ve ben birbirimizin sorunlarına anlayışla yaklaşırız.
48. Kendimi diğer insanların önem verdikleri değerlere göre değil kendi önemli gördüğüm düşüncelere göre değerlendiririm.
49. Herkesin zayıflıkları vardır, fakat benim zayıflıklarım olması gerekenden daha fazla gibi gözüküyor. \*
- 

**Ölçek maddesi ters yönlü olanlar (\*)**



## Ek 2: Yazışmalar

T.C. İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ  
AKADEMİK ÇALIŞMALAR KOORDİNASYON BİRİMİ'NE

**Konu:** "Kadınların İyilik Halinin Algılanan Toplumsal Cinsiyet Rollerile İlişkisi" Başlıklı Makale

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü öğrencisi Pelin HAYMANA'nın, Genel Psikoloji Yüksek Lisans tezinden üretilmiş "Kadınların İyilik Halinin Algılanan Toplumsal Cinsiyet Rollerile İlişkisi" adlı makale hakem sürecinden geçtikten sonra, yayınlanmaya uygun görülmüştür. Hakem formları ve telif onayı ektedir.

*Makale teslim tarihi* : 02.04.2019  
*Kabul Tarihi* : 25.04.2019  
*Yayın Tarihi* : Haziran 2019

29. 04. 2019



Dr. Öğr. Üyesi Güliz KOLBURAN

Aydın İnsan ve Toplum Dergisi Editörü

### Ek 3: Etik Kurul Raporu

Evrak Tarih ve Sayısı: 17/12/2018-6901



T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 88083623-044  
Konu : Pelin ÖZKAYA HAYMANA Etik Onay  
Hk.

Sayın Pelin ÖZKAYA HAYMANA

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz "Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği" ve "Psikolojik İyi Oluş Hali Ölçeği" konulu anketleriniz İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 30.11.2018 tarihli ve 2018/20 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize rica ederim.

**e-imzalıdır**  
Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA  
Müdür

Evrak Doğrulamak İçin : <https://evrakdogrula.aydin.edu.tr/enVision.Dogrula/BelgeDogrulama.aspx?V=BEKAVP6N>

Adres: Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL  
Telefon: 444 1 428  
Elektronik Ağ: <http://www.aydin.edu.tr/>

Bilgi için: NESLİHAN KUBAL  
Unvanı: Enstitü Sekreteri



Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır

## ÖZGEÇMİŞ



**Ad-Soyad :** Pelin Haymana

**Doğum Tarihi ve Yeri:** 02.02.1970 / Kadıköy

**E-posta :** pelinqhaymana.us

### Öğrenim Durumu

**Yüksek Lisans:** : İstanbul Aydın Üniversitesi  
: Psikoloji 2017-2019

**Lisans:** : Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi  
Sosyoloji 1987-1991

**Lise:** : Beşiktaş Atatürk Anadolu Lisesi  
1981-1987

### Mesleki Deneyim

**Toray Industry Inc.**

**Ma tekstil** : Dış Ticaret Koordinatörü  
Nisan 1995-Ağustos 2003

**Aile Danışmanlığı** : Ocak 2016-Maryıs 2019

