

**T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**CİNSEL BENLİK ŞEMALARI, SUÇLULUK/UTANÇ VE
SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI İLE CİNSEL DOYUM
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tuğçe TURNA

**Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji**

**Tez Danışmanı:
Dr. Öğr. Üyesi Erkal ERZİNCAN**

İSTANBUL-2022

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**CİNSEL BENLİK ŞEMALARI, SUÇLULUK/UTANÇ VE
SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI İLE CİNSEL DOYUM
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tuğçe TURNA

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

“Bu tez ____/____/2022 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ	İMZA

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Tuğçe TURNA

08.03.2022



ÖNSÖZ

Çalışma sürecimde bana her zaman yol gösterici olan, tecrübeleriyle bana farklı bakış açıları katan, her zaman olumlu ve destekleyici olan, deneyimine ve kendisine çok güvendiğim ve öğrencisi olmaktan gurur duyduğum değerli danışmanım, hocam Dr. Öğr. Üyesi Erkal ERZİNCAN'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Bu çalışmamda motivasyon ve desteğini benden hiçbir zaman esirgemeyen, en çaresiz kaldığım anımda bile kendisinden güç bulduğum sevgili yol arkadaşım Umut Okan KESİK'e teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak tüm hayatım boyunca hem maddi hemde manevi desteklerini benden asla esirgemeyen, beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan, doğru ve yalnışım la da her zaman benim yanımda olan, aldığım her kararımı destekleyen, sadece bu çalışmada değil hayatımın her noktasında bana güç veren ve beni cesaretlendiren, tüm başarılarımı onlara borçlu olduğum ve bana her zaman moral veren babam Ali TURNA, annem Gaye TURNA ve kardeşim Tolga TURNA'ya sonsuz teşekkürlerimi ve şükranlarımı sunarım.

Tuğçe TURNA

08.03.2022

İÇİNDEKİLER

Sayfa

KISALTMALAR	i
TABLO LİSTESİ	ii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE	5
1.1. Cinsel Benlik Şemaları	5
1.1.1. Cinsel Benlik Şemasının Tanımı.....	5
1.1.2. Cinsel Benlik Şeması Değişkenleri	7
1.2. Suçluluk ve Utanç	9
1.2.1. Suçluluk Duygusunun Tanımı	10
1.2.2. Utanç Duygusunun Tanımı	11
1.2.3. Suçluluk ve Utanç Duygularının Nedenleri	12
1.2.4. Suçluluk ve Utanç Duygularının Kuramsal Açıklaması	14
1.3. Sosyal Görünüş Kaygısı.....	15
1.3.1. Kaygı	15
1.3.2. Sosyal Kaygı	16
1.3.3. Beden İmajı	17
1.3.4. Sosyal Görünüş Kaygısı Kavramı	19
1.3.5. Sosyal Görünüş Kaygısı Nedenleri	20
1.3.6. Sosyal Görünüş Kaygının Kuramsal Açıklaması.....	21
1.4. Cinsel Doyum	23
1.4.1. Cinsellik	23
1.4.2. Cinsel Doyum Kavramı.....	24
1.4.3. Cinsel Doyumu Etkileyen Faktörler	25
1.4.4.Cinsel Doyumun Boyutları	27
1.5. İlgili Araştırmalar	29
BÖLÜM 2: YÖNTEM	35
2.1. Araştırmanın Modeli.....	35
2.2. Araştırmanın Örneklemi	35

2.3. veri Toplama Araçları.....	35
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	35
2.3.2. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği.....	35
2.3.3. Suçluluk / Utanç Ölçeği.....	36
2.3.4. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği.....	36
2.3.5. Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği.....	37
2.4. verilerin Çözümlemesi.....	37
BÖLÜM 3: ARAŞTIRMANIN BULGULARI	39
3.1. Bireylerin Tanıtıcı Özelliklerinin Dağılımı	39
3.2. Bireylerin Ölçeklerden Aldıkları Puanların Dağılımları	40
3.3. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği Suçluluk-Utanç Ölçeği. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	41
3.4. Katılımcıların Kişisel Bilgilerine Göre Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması	49
3.5. Katılımcıların Kişisel Bilgilerine Göre Suçluluk / Utanç Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	53
3.6. Katılımcıların Kişisel Bilgilerine Göre Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	55
3.7. Katılımcıların Kişisel Bilgilerine Göre Cinsel Doyum Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması	57
BÖLÜM 4: TARTIŞMA.....	63
4.1. Cinsel Benlik Şemaları, Suçluluk ve Utanç Duygularının Cinsel Doyum ve Sosyal Görünüş Kaygısı ile İlişkisine Yönelik Bulgular ve Yorumu	63
4.2. Sosyodemografik Özelliklerin Cinsel Benlik Şemaları, Suçluluk, Utanç, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Cinsel Doyum Düzeyleriyle Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular ve Yorumu	70
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	74
KAYNAKÇA	78
EKLER.....	95
ÖZGEÇMİŞ.....	103

KISALTMALAR

Akt.	: Aktaran
DSM	: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
TSSB	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu
vd.	: ve diğerleri



TABLO LİSTESİ

Tablo 3.1. Katılımcıların Kişisel Bilgilerinin Dağılımı.....	39
Tablo 3.2. Araştırmada kullanılan ölçeklerin tanımlayıcı istatistikleri	40
Tablo 3.3. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği ve Suçluluk-Utanç Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi.....	41
Tablo 3.4. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi	42
Tablo 3.5. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği ve Suçluluk-Utanç Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi.....	44
Tablo 3.6. Suçluluk-Utanç Ölçeği ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi.....	45
Tablo 3.7. Suçluluk-Utanç Ölçeği ve Cinsel Doyum Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi	46
Tablo 3.8. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Cinsel Doyum Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi.....	48
Tablo 3.9. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği’nden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	49
Tablo 3.10. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği’nden Aldıkları Puanlar ile Yaş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	49
Tablo 3.11. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği’nden Aldıkları Puanların Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması	50
Tablo 3.12. Evli Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği’nden Aldıkları Puanların Evlenme Şekline Göre Karşılaştırılması*	50
Tablo 3.13. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği’nden Aldıkları Puanların Evlilik / İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması	51
Tablo 3.14. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği’nden Aldıkları Puanların Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması	52
Tablo 3.15. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği’nden Aldıkları Puanların Ekonomik Durumuna Göre Karşılaştırılması	52
Tablo 3.16. Bireylerin Suçluluk / Utanç Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	53

Tablo 3.17. Bireylerin Suçluluk / Utanç Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar ile Yaş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	53
Tablo 3.18. Bireylerin Suçluluk / Utanç Ölçeği Puanlarının Evlilik / İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması	54
Tablo 3.19. Bireylerin Suçluluk / Utanç Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması	54
Tablo 3.20. Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	55
Tablo 3.21. Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar ile Yaş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	55
Tablo 3.22. Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının Evlilik / İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması	56
Tablo 3.23. Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması	56
Tablo 3.24. Bireylerin Cinsel Doyum Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	57
Tablo 3.25. Bireylerin Cinsel Doyum Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar ile Yaş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	58
Tablo 3.26. Bireylerin Cinsel Doyum Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Evlilik / İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması	58
Tablo 3.27. Bireylerin Cinsel Doyum Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması	60

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü-Yüksek Lisans Tez Özeti

Tezin Başlığı: Cinsel Benlik Şemaları, Suçluluk/Utanç ve Sosyal Görünüş Kaygısı ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tezin Yazarı: Tuğçe TURNA

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Erkal ERZİNCAN

Kabul Tarihi: 08.03.2022

Sayfa Sayısı: (v) + (101) + (9)

Anabilim Dalı: Psikoloji

Bilim Dalı: Klinik Psikoloji

Araştırmanın amacı elde edilen veriler ışığında cinsel benlik şemaları, suçluluk, utanç ve sosyal görünüş kaygısı ile cinsel doyum üzerinde bir ilişkisinin olup olmadığını incelemektir. Araştırmanın verilerinin toplanmasında anket formu kullanılmıştır. Anket formu online platformda hazırlanmış ve katılımcılara çeşitli dijital haberleşme kanalları üzerinde iletilmiştir. Araştırmanın evrenini 18-65 yaş arasında, evli olan ya da evli olmayan cinsel partneri/ilişkisi bulunan bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise kadın ve erkek arasındaki dağılımın eşit olması adına 80 kadın ve 80 erkek olmak üzere toplamda 160 birey oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme dahil edilecek olan bireyler kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Araştırmanın verilerinin analiz edilmesinde SPSS 20 istatistik programı kullanılmıştır. Bulgulara göre, bireylerin sevgi dolu ve şefkatli cinsel benlik, dolaysız ve açık sözlü cinsel benlik ile tahrik edici/şehvetli cinsel benlik şeması ile cinsel işlev sorunları negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Araştırmada bireylerin utanç tutumları ile sosyal görünüş kaygıları arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Ayrıca, araştırmada bireylerin suçluluk tutumları ile cinsel işlev sorunları arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Ayrıca bireylerin utanç tutumları ile cinsel işlev sorunları arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Sosyal görünüş kaygısı ile cinsel işlev sorunları arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Öte yandan, katılımcıların sosyo-demografik değişkenleri bakımından cinsel işlevler, cinsel benlik şeması, suçluluk ve utanç duyguları ile sosyal görünüş kaygısı puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Cinsel Benlik Şeması, Suçluluk, Utanç, Sosyal Görünüş Kaygısı, Cinsel Doyum

ABSTRACT

İstanbul Kent University Institute Graduate Education Institute Abstract of Master's Thesis

Title of the Thesis: Investigation of the Relationship Between Sexual Self-Schemas, Guilt/Shame, and Social Appearance Anxiety and Sexual Satisfaction	
Author: Tuğçe TURNA	Supervisor: Dr. Lecturer Erkal ERZİNCAN
Date: 08.03.2022	Nu. of pages: (v) + (101) + (9)
Department: Psychology	Subfield: Clinical Psychology
The aim of the study is to examine whether there is a relationship between sexual self-schemas, guilt, shame, social appearance anxiety and sexual satisfaction in the light of the data obtained. A questionnaire form was used to collect the data of the study. The questionnaire form was prepared on the online platform and communicated to the participants over various digital communication channels. The population of the research consists of individuals between the ages of 18-65, who are married or single and have a sexual partner/relationship. The sample of the study, on the other hand, consists of a total of 160 individuals, 80 women and 80 men, in order to have an equal distribution between men and women. Individuals to be included in the sample of the study were selected by convenience sampling method. SPSS 20 statistical program was used to analyze the data of the study. According to the findings, individuals' loving and caring sexual self-schemas, directness and frankness sexual self-concept, and provocative/sensual sexual self schema and sexual function problems were negatively correlated. In the study, a positive relationship was found between the shame attitudes of individuals and their social appearance anxiety. A negative relationship was found between individuals' guilt and sexual dysfunction. In addition, a negative relationship was found between individuals' shame attitudes and sexual dysfunctions. A positive relationship was found between social appearance anxiety and sexual dysfunctions. In terms of socio-demographic variables of the participants, it was found that sexual functions, sexual self-schemas, feelings of guilt and shame, and social appearance anxiety scores showed significant differences.	
Keywords: Sexual Self Schema, Guilt, Shame, Social Appearance Anxiety, Sexual Satisfaction	

GİRİŞ

Cinsel arzunun anlamı, ifadesi ve altında yatan süreçler cinsellik araştırmalarının temel konuları olarak ele alınmıştır. Temel olarak cinsel istek, cinsel aktivite için istek, arzu, istek, özlem, fiziksel yakınlık, fiziksel temas, yakınlık ve tutku gibi kavramlarla birlikte değerlendirilmektedir. Tutarlı bir biçimde, cinsel benlik kavramı ise “bireyin cinsel bir varlık olarak kendisi hakkındaki olumlu ve olumsuz algıları ve duyguları” olarak tanımlanmıştır (Rostosky, Dekhtyar, Cupp ve Anderman, 2008). Genellikle çok boyutlu bir yapı olarak görülen cinsel istek ve cinsel benlik kavramları son 20 yılda cinsellik araştırmalarında önemli bir konu olarak ele alınmıştır (Harter, 2006). Bu araştırmalardan yola çıkarak, bir kişinin benlik kavramı, özellikle cinsel davranış olmak üzere farklı eylemlere geçmesini sağlayan temel bir faktör olabileceği düşünülmektedir (Salazar ve ark., 2004).

Sosyal görünüş kaygısı, “kişinin görünüşü nedeniyle olumsuz olarak değerlendirileceği korkusu” olarak tanımlanmaktadır (Hart ve ark., 2008). Sosyal görünüş kaygısı, sosyal kaygı ve olumsuz beden imajı ölçümleri ile pozitif olarak ilişkilidir (Claes ve ark., 2012), ancak bu diğer yapılar arasında yalnızca örtüşmeyi temsil etmez. Bunun yerine, sosyal görünüş kaygısı, olumsuz beden imajı, depresyon, kişilik ve duygulanım ötesinde, sosyal kaygıdaki değişkenliğin benzersiz bir oranından yararlanır (Hart ve ark., 2008; Levinson ve Rodebaugh, 2011). Moscovitch (2009), görünüşte algılanan kusurların, sosyal görünüş kaygısı olan bireylerin kamusal eleştiriden korkmasına neden olan temel korkulardan biri olabileceğini öne sürmüştür.

Araştırmaya ilişkin diğer bir kavram olan cinsel doyum “bir bireyin ilişkisinin cinsel yönünden ne derece memnun olduğu veya mutlu olduğu” olarak tanımlanmaktadır (Sprecher ve Cate, 2004). Cinsel doyum, ilişki doyumu, aşk, bağlılık ve ilişki istikrarı gibi unsurlarla olumlu ilişkisi daha önce araştırmacılar tarafından ele alınmıştır (Sprecher, 2002). Araştırmacılar, özellikle ilgi çekici bir şekilde, cinsel benlik ve cinsel doyum arasında önemli bir bağlantı bulmuşlardır (Byers ve Demons, 1999). Ayrıca, araştırmacılar, cinsel benliğin olumlu yönleri arttıkça cinsel doyumun arttığını bulmuşlardır (MacNeil ve Byers, 2009), cinsel anlamda kendini açmaktan ve ifade etmekten kaçınma, cinsel tatmin ile negatif olarak ilişkili bulunmuştur (Theiss ve Estlein, 2014).

Problem Durumu

Yukarıda belirtilen tanımlar ve daha önce yapılan araştırmalar ele alınarak, araştırmanın problemi, bireylerde cinsel benlik şemalar, öz-bilinçli duygular olarak tanımlanan suçluluk-utanç, sosyal görünüş kaygısı ve cinsel doyum arasında ilişkinin söz konusu olup olmadığı şeklinde belirlenmiştir.

Araştırmanın Önemi

Cinsel doyum, cinsel ilişki kalitesine dair kişinin algısını içeren geniş bir kavramdır (Pascoal ve ark., 2014). Cinsel benlik şemaları olumlu olan kişiler, cinsel doyumları daha fazla olan bireylerdir (Oattes ve Offman, 2007; Pujols, Meston ve Seal, 2010). Ek olarak, cinsel benlik şemalarına bağlı olarak cinsel benlik saygısı romantik ilişkilerde işlevsellik ve sağlıklı iletişimi sürdürebilme ile ilişkilendirilmiştir (Hally ve Pollack, 1993, Larson, Anderson, Holman ve Niemann, 1998; Shackelford, 2001). İlgili literatür incelendiğinde, cinsel benliğin cinsel doyum üzerindeki ilişkisi daha önce ele alınmıştır. Öte yandan, cinsel doyumla ilişkili olan ve kişilerin kaçınabileceği olumsuz özelliklerin ele alınmasının önemli sonuçlar getireceği düşünülmektedir. Özellikle toplumsal özelliklere bağlı olarak Türk toplumunda cinselliğe bakış açısının ele alınması ve cinsel yaşamla ilişkili olabilecek faktörlerin detaylıca ele alınması önem arz etmektedir. Önemli olduğu düşünülmeye karşın, cinsel benlik şemaları, cinsel doyum ve öz-bilinçli duygular olan suçluluk-utanç ile sosyal görünüş kaygısının ele alındığı bir araştırmanın daha önce yapılmadığı görülmüştür. Bu yüzden, yapılan bu araştırmanın literatürdeki boşluğu doldurabilecek sonuçlar sunabileceği tahmin edilmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada yetişkinlerin cinsel benlik şemaları belirlenecek, bireylerdeki suçluluk, utanç ve sosyal görünüş kaygısı durumları belirlenecek ve bunların cinsel doyum üzerindeki etkilerinin ne şekilde olduğu incelenmiştir. Ayrıca araştırmanın nihai amacı ise elde edilen veriler ışığında cinsel benlik şemaları, suçluluk, utanç ve sosyal görünüş kaygısı ile cinsel doyum üzerinde bir ilişkisinin olup olmadığını incelemektir.

Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın amacı doğrultusunda hazırlanan hipotezler şu şekilde belirlenmiştir:

H1: Bireylerin cinsel benlik şemaları ile suçluluk/utanç durumları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır.

H2: Bireylerin cinsel benlik şemaları ile sosyal görünüş kaygıları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır.

H3: Bireylerin cinsel benlik şemaları ile cinsel doyumları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır.

H4: Bireylerin suçluluk/utanç durumları ile sosyal görünüş kaygıları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır.

H5: Bireylerin suçluluk/utanç durumları ile cinsel doyumları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır.

H6: Bireylerin sosyal görünüş kaygıları ile cinsel doyumları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki vardır.

H7: Bireylerin cinsel benlik şemaları cinsiyete, yaşa, medeni duruma, evlilik/ilişki süresine, eğitim durumuna, göre istatistiksel bakımdan farklılaşmaktadır.

H8: Bireylerin suçluluk/utanç durumları cinsiyete, yaşa, medeni duruma, evlilik/ilişki süresine, eğitim durumuna, göre istatistiksel bakımdan farklılaşmaktadır.

H9: Bireylerin sosyal görünüş kaygıları cinsiyete, yaşa, medeni duruma, evlilik/ilişki süresine, eğitim durumuna, göre istatistiksel bakımdan farklılaşmaktadır.

H10: Bireylerin cinsel doyumları cinsiyete, yaşa, medeni duruma, evlilik/ilişki süresine, eğitim durumuna, göre istatistiksel bakımdan farklılaşmaktadır.

Araştırmanın Sayıtları

Araştırmada yer alan bireylerin araştırmada yer alan değişkenlerin ölçümü için kullanılan ölçeklerin geçerli ve güvenilir olduğu ve ölçülmek istenen kavramı, tutumu veya algıya

tam olarak ölçtükleri varsayılmıştır. Ayrıca araştırmada katılımcıların ölçeklerde yer alan ifadelere samimi, tarafsız ve içten cevap verdikleri varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmada elde edilen veriler araştırmada kullanılmış olan ölçme araçları ile sınırlandırılmıştır. Araştırma 18-65 yaş arasında yer alan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen bireylerle sınırlandırılmıştır.

Tanımlar

Sosyal Görünüş Kaygısı: Sosyal görünüş kaygısı, “kişinin görünüşü nedeniyle olumsuz olarak değerlendirileceği korkusu” olarak tanımlanmaktadır (Hart ve ark., 2008).

Cinsel Benlik: Cinsel benlik kavramı, “bireyin cinsel bir varlık olarak kendisi hakkındaki olumlu ve olumsuz algıları ve duyguları” olarak tanımlanmıştır (Rostosky, Dekhtyar, Cupp ve Anderman, 2008).

Cinsel Doyum: Cinsel doyum “bir bireyin ilişkisinin cinsel yönünden ne derece memnun olduğu veya mutlu olduğu” olarak tanımlanmaktadır (Sprecher ve Cate, 2004).

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Cinsel Benlik Şemaları

Cinsel benlik şemalarına ilişkin açıklamalara geçilmeden önce kısaca şemalardan ve benlik şemalarından bahsetmek gerekmektedir. Son yıllarda psikoterapinin ve psikopatolojinin bilişsel modellerinde şemalar önemli yer tutmaktadır ve bu kavram, merkezi bir yapıyı kapsamaktadır. Şema kavramı kısaca bilişsel temsil olarak ifade edilmektedir ve bu yapı, bireyi bilgi işlemeye ve eylemin gerçekleştirilmesine yönlendirmektedir (Alkan, 2008). Şemalar Beck'in geliştirmiş olduğu bilişsel davranışçı ekolün ana konularındandır.

Türkçapar (2012) bilişsel süreçlerin oluşturduğu şemaları; zihinde duyuşsal bilginin yorumlanmasına etki eden, uzun dönemli belleğe bilginin kodlanmasını biçimlendiren, belleğe depolanmış olan verilerin yeniden işleme biçimini belirleyen ve davranışsal tepkiyi belirlemeye yardımcı olan yapılar olarak tanımlamıştır. Bu bağlamda ifade etmek gerekirse şemalar çeşitli yaygınlık ve ağırlık seviyelerine de sahip olduğu için boyutsaldır (Young vd., 2017). Benlik şemaları ise duyuşsal ve bilişsel yapılar olup, kişilerin belirli bir alandaki kişisel tecrübelerini temsil etmektedir. Benlik şemasının en temel kullanımı sosyal bilişsel alanda yapılan araştırmalardan elde edilmiştir. Bunun yanında kişilerin sahip oldukları benlik şemaları; değerlendirmelerini, hafızlarını ve algılarını doğrudan etkileyebilmektedir (Göçmen, 2018).

Benlik şemasının düzenlenmesinde veya kazanılmasında kişilerin ilişkiler ya da durumlar karşısında ne yaptığı ne yaşadığı, dikkat etmesi ve ardından değişmesi imkânsız olan özelliklerini tekrar tekrar sınıflandırması, açıklaması ve tüm bunları kendince değerlendirmesi gerekmektedir (Özen, 2003). İfade edilen şema ve benlik şemalarının kişisel değerlendirmeler doğrultusunda oluşması, şemaların cinsellik kapsamında da değerlendirilebilir olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmanın devamında cinsel benlik şemalarına ilişkin detaylı açıklamalar yer almaktadır.

1.1.1. Cinsel Benlik Şemasının Tanımı

Psikolojide benlik kavramına ilişkin ilk yapılan açıklamalar psikolog William James'e aittir. Cinsel benlik şemalarının gelişimi de James (1890)'ın ilk defa ben, bencillik ve benlik kavramları arasındaki ayrımı ortaya koymasıyla birlikte başlamıştır. Bu gelişmenin

ardından 1977 yılında Markus Hazel, James'in teorisini geliştirerek kendilik, "öz şema" kavramını ortaya atmıştır (Akt. Koçak, 2009).

Bu kavram, kişinin kendi hakkında bildiği her şeyin veya hayal edebileceği her şeyin şemaların temelinde yer aldığını ifade etmektedir. Bunun yanında geçmiş deneyimler şemaların kişiler tarafından farklı biçimlerde işlenmesine aracı olabilmektedir. Farklı davranışlar için farklı benlik şemaların varlığı da Bruch, Kaffowitz ve Berger (1988) tarafından ortaya atılmıştır (İsmail, 2018). İlgili araştırmada, geçmiş ve denenmiş çalışmalar incelenmiştir ve şemaların kişisel olarak farklı davranışsal alanlar yarattığı ifade edilmiştir.

Yaşanan bu gelişmeler ile birlikte araştırmacılar özellikle toplumda çatışmaya sebep olan, benlik saygısını etkileyen birçok konuyu öz şemalar kapsamında araştırmaya başlamıştır ve araştırılan önemli kavramlardan biri de cinsellik olmuştur (Aker, Şahin ve Oğuz, 2019). Cinselliğin kişiliğin farklı açılarıyla ilgili olarak nasıl kavramsallaştırıldığını anlamak için ise Andersen ve Cyranowski (1994, 1998) bazı araştırmalar yapmıştır.

Andersen ve Cyranowski (1994) tarafından yapılan araştırmalar hem cinsellik kavramına ilişkin geçmiş literatürden hem de benlik şemalarına ilişkin güncel bilgilerden faydalanılarak yapılmıştır. Yapılan bu araştırmalar cinselliğin bilişsel yönünü açıklayabilmek adına başlangıç kabul edilmiştir ve benlik şemalarının temel bileşenlerinden birinin cinsellik olduğu varsayılarak cinsel benlik şeması kavramı ortaya atılmıştır (Andersen ve Cyranowski, 1994). Fakat cinsel benlik şemalarına ilişkin ilk tanım Mahoney ve Strassberg (1993) tarafından yapılmıştır ve bu tanıma göre cinsel benlik şemaları, erotik uyaranlar ile özdeşleşme olarak açıklanmıştır (akt. Andersen ve Cyranowski, 1994). Bunun yanında Gaynor ve Underwood (1995)'da bu açıklamalara paralel olarak benlik saygısının cinsellikle ilişkili olduğunu belirtmiştir (akt. İsmail, 2018).

Bu bilgiler doğrultusunda cinsel benlik şemaları, Andersen ve Cyranowski (1994) tarafından bir bireyin kendisinin cinselliği hakkındaki bilişsel genellemeleri şeklinde tanımlanmıştır (Andersen ve Cyranowski 1994). Yapılan araştırmalar ve açıklamalar doğrultusunda Cinsel Benlik Şeması Ölçeği, Hill (2007) tarafından Kadınlar için Cinsel

Benlik Şeması Ölçeği (Andersen ve Cyranowski, 1994) ve Erkekler için Cinsel Benlik Şeması Ölçeği (Andersen vd., 1999) temel alınarak oluşturulmuştur.

Cinsel benlik şemaları kişilerin erken çocukluk ve ergenlik dönemlerinden başlayarak neredeyse yaşamlarının her aşamasında etkilidir ve kişilerin cinsellikle alakalı davranışlarının doğrudan şekillenmesini sağlamaktadır. Şöyle ki kişilerin cinselliğe ilişkin kararları, yargıları, davranışları ve fikirleri cinsel benlik şemaları çerçevesinde gelişmektedir (Koçak ve Fışiloğlu, 2010). Nobre ve Pinto-Gouveia (2006) tarafından yapılan bir çalışmada, olumsuz otomatik düşüncelerin, olumsuz cinsel benlik şemalarının ve yanlış cinsel inanışların cinselliği olumsuz yönde etkilediği belirtilmiştir. Bu açıklamalardan hareketle cinsel benlik şemaları, cinsel davranış ve tutumlarla doğrudan ilişkili olduğu için kişinin bilişsel yapısı hakkında önemli bilgiler sağlamaktadır (Andersen ve Cyranowski, 1998). Bu bilgilerin doğru yorumlanması için de cinsel benlik şemasına ilişkin temel değişkenlerin incelenmesi yerinde olacaktır.

1.1.2. Cinsel Benlik Şeması Değişkenleri

Cinsel rol ve davranışlar, doğuştan gelmeyen, öğrenme ve deneyimlerle sonradan edinilen, sosyal çevre tarafından cinsiyet üzerinde şekillendirilen norm ve beklentilerdir (Kayır ve Şahin, 1998). Burada ifade edilen süreç cinsel benlik şemalarının çeşitli değişkenlerden doğrudan etkilenebildiğini göstermektedir. Özellikle çeşitli demografik değişkenler, ilişkiler, çevre, kültür ve cinsellik ve cinselliğe ilişkin yaklaşımlar ile cinsel benlik şemaları arasında bağlantılar bulunmaktadır.

Biyolojik yapı, yaş, cinsiyet ve psikolojik durum bilişsel şema kapsamında bireysel değişkenler olarak ifade edilebilir. Cinsel benlik şemalarının bireysel değişkenlerinde yaşanan bozukluklar cinsel işlev bozukluklarına sebep olabilmektedir (Ghahhari vd., 2017). Örneğin; Reissing ve diğerleri (2003) tarafından yapılan bir çalışmada, daha az olumlu cinsel şemaya sahip olan kadınların vajinismusa daha yatkın olabildikleri saptanmıştır. Olumsuz cinsel benlik şemalarının vajinismusun gelişmesine öncülük edebileceği ifade edilmiştir (Reissing vd., 2003). Bu sonuçları destekleyen bir diğer çalışmada ise cinsel işlev bozukluğu olan kadınlar, cinsel olarak sağlıklı olan kadınlarla kıyaslanmıştır. Yapılan değerlendirmeler sonucunda cinsel işlev bozukluğu olan kadınların cinsel benlik şemalarının daha olumsuz olduğu tespit edilmiştir (Nobre ve Pinto-Gouveia, 2009).

Cinsel benlik şemalarında yer alan bireysel değişkenleri daha detaylı inceleyen başka bir araştırmada Wiederman ve Hurst (1997), cinsel benlik şemalarının bedensel çekicilik ve yüz çekiciliği yani kişisel görünüşe dair kaygılardan dolayı sosyal kaçınmayla ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Widman ve diğerleri (2014) tarafından yapılan çalışmada ise ergenlerin cinsellik kararlarında ve dolaylı olarak cinsel benlik şemalarının oluşmasında akranların da önemli olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, cinsel benlik şemalarının hem yaştan hem de çevreden etkilendiğini ortaya koymaktadır.

Cinsel benlik şemalarını etkileyen değişkenlerden bir diğeri de ilişkiyle ilgili olan değişkenlerdir. Cinsel partnerlerin hem kişilik özellikleri hem de davranışları ilişki içerisinde karşılıklı etkileşim halinde olduğu için ilişkiye dair birçok değişkenden söz edilebilmektedir (Öcel, 2006). Özellikle kadın ve erkeklerin farklı cinsel benlik şemalarına sahip olması ilişki içerisinde farklı senaryoların oluşmasına neden olabilmektedir. Örneğin; erkekler ilişki sürecinde fiziksel anlamda daha fazla yakınlık beklemektedir kadınlar ise daha mesafeli olmayı tercih edebilmektedir (Öcel, 2006).

Yapılan farklı araştırmalarda bireylerin partner, eş veya ilişkilerine yönelik görüşlerini ideale uygun tasarladığında, katı standartlar belirlediğinde ilişkiden normale göre daha az doyum aldıklarını göstermiştir (Knee vd., 2003; Campbell, vd., 2010). Bu noktada bir ilişkinin sağlıklı ilerleyebilmesinin temel faktörleri arasında kişilerin sahip olduğu olumlu ve olumsuz benlik şemaları yer almaktadır denebilir (Aarestad, 2000). Özellikle olumsuz benlik şemaları ilişki kalitesini düşürebilmektedir. Olumsuz cinsel benlik şemasına sahip eşlerin veya partnerlerin, olumlu cinsel benlik şemasına sahip eşlere veya partnere göre cinsellikten aldıkları doyum daha azdır (Uluyol, 2014). Aksi durumda ise olumlu cinsel benlik şemalarına sahip kadınların cinsel ilişkiye girme konusunda daha fazla istekli oldukları ve cinsellik ile ilgili daha geniş davranışsal repertuarı sahip oldukları bilinmektedir (Andersen ve Cyranowski, 1994).

Cinsel benlik şemasını etkileyen bireysel ve ilişkisel değişkenlerin yanında sosyokültürel değişkenler de bulunmaktadır. Cinsel işlevsellikte rolü olan bilişsel ve duygusal unsurlar kültürel faktörlere göre farklılık gösterebilmektedir (İncesu, 2004). Her kültürün cinsellik konusunda farklı normları bulunmaktadır. Bu normlar toplumsal cinsiyet rolleri, evlilik, arkadaşlık ilişkileri ve aileler gibi çeşitli vasıtalarla yansıtılmaktadır. Bu normlar da cinsel benlik şemalarının oluşumunda doğrudan etkili olmaktadır. Soygüt ve diğerleri (2008)

tarafından yapılan çalışmada, şemaların oluşumunda ebeveyn tutumlarının ve sosyal çevrenin etkili olduğu belirtilmiştir. Cinsiyet rolleri, toplum içinde özgür hissetme arzusu ve kadınların cinsel özgeçmişleri arasındaki ilişkinin incelendiği başka bir çalışmada, daha yüksek seviyede eril ve dişil karakter özelliklerine sahip kadınların pozitif cinsel benlik şemalarına sahip olduğu belirtilmiştir (Sanchez, 2004). Bu durum, erken çocukluk ve ergenlik döneminde gelişmeye başlayan cinsel benlik şemalarındaki kültür etkisini ortaya koymaktadır (Kurtuncu vd., 2015).

Yukarıda yer verilen bilgilerden hareketle, cinsel benlik şemaları giderek farklı değişkenler özelinde incelenen kapsamlı bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Literatür incelendiğinde cinsel benlik şemalarının pek çok değişken ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bu noktada kavramın ölçülebilirliği, cinselliğin ve bununla ilişkili değişkenlerin anlaşılabilmesi adına oldukça önemlidir.

1.2. Suçluluk ve Utanç

Suçluluk ve utanç, sosyal davranışları düzenleyen ve bireyi belli başlı kalıplara uydurmaya motive sağlayan birbirinden farklı iki ayrı duygudur. Bu iki ayrı duygu başkalarıyla ilgili olmasının yanı sıra, bireyin kendisine özel duygulardır (Tangney, 1995).

Silfver (2007), suçluluk duygusunun davranışa odaklı olduğunu ancak utancın suçluluğa kıyasla önemli derecede bireyin kendisine ait benliğine ilişkin olduğu yönünde açıklamada bulunmuştur. Bir bireyin “Ben kötü davranışta bulundum” şeklindeki söylemince; birey, “kötü davranış” kalıbına yönelirse suçluluk duygusunu, “ben” diye ifade ettiği kendisine yönelirse bunun utanç duygusunu gösterdiği kabul edilmektedir. Suçluluk ve utanç kavramları aynı gibi düşünülse de bu nedenlerden dolayı suçluluk ve utanç birbirinden farklı kavramlar olarak kabul edilmelidir (Cırhinlioğlu ve Güvenç, 2011). Suçluluk ve utanç duygularına ilişkin ortak yönler ve farklılıklar aşağıdaki gibi özetlenebilmektedir.

Suçluluk ve utanç duygularının ortak yönleri (Gevrekçi ve Çırakoğlu, 2017; Akbağ ve İmamoğlu, 2010):

- Bu duygular genellikle kişilerarası bağlamda yaşanmaktadır.
- Her ikisi de ahlaki duygular sınıfı içindedirler.
- Her ikisi de bir çeşit içsel yükleme gerektirmektedir.
- Her ikisi de kişisel başarısızlık veya ihlallere tepki olarak ortaya çıkan negatif duygulardır.
- Suçluluk ve utanca yol açan durumlar benzerdir.

Suçluluk ve utanç duygularının farklılıkları (Gevrekçi ve Çırakoğlu, 2017; Akbağ ve İmamoğlu, 2010):

- Suçluluk ve utanç kişilerarası bağlamda, sonraki davranışlar için çok farklı güdülere yol açması bakımından da farklılaşmaktadır.
- Suçluluk yaşantıları utanç yaşantılarından daha az acı verici ve yıkıcıdır.
- Suçluluk, yaşayan birey davranışı üzerine odaklanırken utanç yaşayan birey benliği üzerine odaklanmaktadır.
- Utancı içeren süreç, suçluluğu içeren süreçten daha geniştir.
- Utanç duygusu daha yoğun duygusal tepkilere neden olurken, suçluluk duygusu daha az yoğun duygusal tepkilere yol açmaktadır.

Yukarıda ifade edilen benzerlikler ve farklılıklardan hareketle çalışmanın devamında suçluluk ve utanç iki ayrı başlıkta incelenmiştir.

1.2.1. Suçluluk Duygusunun Tanımı

Suçluluk, bireylerin kendi davranışlarına yönelik ben hata yaptım şeklindeki olumsuz değerlendirmedir. Birey, suçluluk halinde üzüntü, gerginlik ve pişmanlık duyguları hissedebilir. Suçluluk duygusu halinde bireyler aslında yaptıklarının başkaları üzerinde nasıl etki ettiği ile ilgilenirler (Tangney ve Dearing, 2002). Erikson (1993)'a göre ise suçluluk, sosyal kurallar penceresinde kabul görmemiş bir davranışın yapılmasıyla

birlikte, yapılan herhangi bir eleştiri sonucu kendini acı bir şekilde değerlendirmesiyle oluşan bir duygudur (Akt. Cirhinlioğlu ve Güvenç, 2011).

Güleç (2005)'e göre suçluluk, toplumda hatalı görülen bir davranışın olumsuz değerlendirilmesi ve buna bağlı olarak kişinin kendini affedememesi sonucu ortaya çıkan bir duygudur. Bu açıklamalar doğrultusunda ifade etmek gerekirse suçluluk kişinin toplum tarafından nasıl yargılanacağına ilişkin değerlendirmeleri içermektedir ve toplum tarafından hoş karşılanmayan, kabul edilmeyen, hatalı olarak görülen bu davranışlar, süperego kaidelerine uymama neticesinde oluşan değersizlik ve yaptırım gerektiren hisleri kapsamaktadır (Söylemez, Koyuncu ve Amado, 2018).

Suçluluk, kişisel standartlar ihlal edildiğinde ortaya çıkan kendini eleştirme biçimi olarak da tanımlanabilmektedir. Bireyin davranışı bir dereceye kadar benliğin dışında değerlendirilir. Kötü davranışlar hakkında pişmanlık ve üzüntü vardır. Bireyi hem tamir edici davranışlara motive eder hem de gelecekte hatalı davranmaması açısından öğretici olur (Tangney, Burggraf ve Wagner, 1995). Burada bireyin normal ruh haline dönüşünü sağlayan eylemlere ise düzeltici eylem denmektedir. Düzeltici eylem, suçluluk duygusunun benlikten farklılaşmasına yardımcı olan eylemlerdir (Lewis, 2011).

Suçluluk duygusu, suçluluğu aktif yaşamayan bireylerde bile birçok psikolojik problemin altında yatan ana neden olarak gösterilmektedir (Gevrekçi ve Çırakoğlu, 2017). Bireyin kendini suçladığı duygular sürekli hale geldiğinde, zihinsel bozukluklar artabilir ve ilerleyebilir (Bastin vd., 2016). Suçluluk, bireyin kendini kötü hissetmesine sebep olabilmektedir fakat bazı durumlarda diğer bireyler için olumlu durumların yaşanmasına neden olabilmektedir (Cirhinlioğlu ve Güvenç, 2011). Şöyle ki; suçluluk, doğası gereği empati yapma ve farklı bakış açılarından olayları değerlendirebilmeyi gerektirdiği için diğer bireylere fayda sağlayabilecek pek çok duygu ve davranışları harekete geçirebilmektedir (Ghorbani vd., 2013).

1.2.2. Utanç Duygusunun Tanımı

Birey nasıl görüldüğünün veya davranışlarının insanlar tarafından negatif bir şekilde değerlendirildiğini hisseder ise birşeyleri yanlış yaptığının farkına varır. Bu durum, kişilerde kaygıya sebep olur ve toplum tarafından istenmeyen, kabul edilmeyen bir davranış yaptığından dolayı bu davranışın da hiç yaşanmamış olmasını ister ve tüm

bedeninde utanç duygusunu hisseder. (Gevrekçi ve Çırakoğlu, 2017). Utanç kişinin kimliği ve kendi varlığına dayalıdır ve yalnızca kişinin kendi sınırlarının yok sayıldığı pozisyonda, yaptığı hatalarıyla ilgili olduğu çalışmalarda görülmüştür (Dolezal, 2017). Briggs ve Smith (1986)'e göre ilişkileri büyük ölçüde etkileyen önemli etkenlerden biri diğer kişilerin olduğu yerde engellenmişlik ve huzursuzluk hissi biçiminde tanımlanabilen utanç duygusudur (akt. Güngör, 2001).

Utanç kişinin kendisini hatalı olarak gördüğünde, gülünç duruma düşme kaygısından dolayı davranışlarında daha kısıtlı davranma durumudur. Aslında utanç kişinin olumsuz bir olayla karşı karşıya gelebilecek davranışlarında kısıtlama nedeniyle kırılğan ve ölçülü ilerlemesini sağlar (Türegün, 2017). Miller (1996)'a göre utanç duygusu, kişinin kendi içsel yolculuğundan kaynaklanmaktadır. Bu anlamda utanç duygusu; kişinin sosyal hayatta insanların gözünde nasıl görüldüğünün, kendini acımasızca eleştirmenin sonucu olarak ağır acılar hissetmesine neden olan içsel bir süreci yaşamasıdır (Akt. Cirhinlioğlu ve Güvenç, 2011). Özetle ifade etmek gerekirse utanç, bireyin başkaları tarafından değerlendirmesine ilişkin algılama ve çıkarımlar sonucu da ortaya çıkabilmektedir (Tangney ve Dearing 2002).

Yukarıdaki bilgilere ek olarak utancın, bireyin kimliğiyle ilişkili, kendinde eksiklik yaşamasına sebebiyet veren acı verici bir duygu olduğu belirtilmektedir. Utanç deneyimleri kişinin içe kapanmasına sinmesine neden olmaktadır (Greenberg ve Watson, 2006). Bunun yanında hem utanç hem de suçluluk cinsiyete göre farklılık gösterebilen duygulardır. Örneğin; Karataş ve Danışman (2008) tarafından yapılan bir çalışmada, suçluluk puanlarının kızlarda daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Akbağ ve İmamoğlu (2010) tarafından yapılan çalışmada ise utanç puanlarının kızlarda daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Sonuçların farklı olmasının nedenlerinin başında utancın doğrudan kimlik algısıyla ilgili olması, suçluluktan daha temel bir duygu olması ve suçluluğun utanca karşı bir savunma işlevi görmesi gelmektedir (Kilborne, 2014).

1.2.3. Suçluluk ve Utanç Duygularının Nedenleri

Çocukluk döneminde ebeveynin reddi ve olumsuz tutumları neticesinde çocukların deneyimlediği engellenmeler suçluluk ve utanç duygularının gelişiminde önemli bir role sahiptir. Ebeveynden algıladığı ret ve eleştirel tutum neticesinde çocuk kendisini yetersiz, reddedilmiş ve engellenmiş hissederek sonrasında suçluluk ve utanç duygularını

deneyimlemektedir (Şenel, 2013). Bunun yanında yapılan araştırmalar utangaçlığın nedenlerini kısaca; genlere, aile bireyleri arasındaki iletişim bozukluklarına, çocuğun sosyal becerileri zor öğrenmesine ve hem ailenin hem de aile çevresinin çocuğu küçümsemesine ve örselemesine dayandırmaktadır (Pedlow vd., 1996).

Konuyla ilgili yapılan bir çalışma incelendiğinde McDonald, O'Brien ve Jackson (2007) utanç duygusunun erken çocukluk çağındaki anne baba davranışları ve yaklaşımları sonucunda çocuğun yaşadığı olumsuz durumlarla ortaya çıktığını savunmuştur. Suçluluk duygusu ise bireyin diğer insanlarla kurduğu ilişki içerisinde var olan bir durum olarak ortaya çıkmaktadır. Bir yönden etki tepki olarak incelenebilecek suçluluk duygusu da utanç duygusu gibi anne baba tutumları ile başlangıç göstermektedir (Luo, Tamis-LeMonda ve Song, 2013).

Yaşanan bu durum çocuğun gelecek yaşantısını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Örneğin; erken çocukluk veya ergenlik döneminde suçluluk ya da utanç duyulmaması gereken içgüdüsel bir durum yaşandığında ergenin bu olayı ebeveynlerinden öğrendiği kalıp düşünceler doğrultusunda suçluluk ya da utanç duyulacak bir olaymış gibi kodlaması gelecek yaşamında bu davranışlardan kaçınmasına sebep olabilmektedir. Bu duruma ek olarak çocuklarda utanç ve suçluluk duygularının gelişiminde çevrenin de etkisi oldukça fazladır. Özellikle bireyin ahlaki ya da toplumsal olarak kabul edilen kalıpların dışında hareket etmesi ya da ettiğini düşünmesi onun suçluluk ve utanç duymasına sebep olabilmektedir (Bassett vd., 2006). Bu kapsamda Budak (2005), insanların zihinlerinde sosyal hayatı düzenleyen kurallar ve toplum tarafından içselleştirilmiş değerlerle ilgili şemalar olduğunu bu şemalara aykırı bir şekilde hareket edildiğinde bu durumdan rahatsız olunup suçluluk duygusu yaşandığını; utanç duygusunda ise bu değerlere, normlara, standartlara ve kurallara ait şemaların ihlal edilmesi kişilerin benlikleri için kabul edilemez olarak algılanmakta ve bu durumun kişiye kötü hissettirdiğini ifade etmektedir.

Özetle suçluluk ve utanç duygularının nedenleri arasında başta ailenin ve ardından çevrenin çocuklara yüklediği görece doğru davranış kalıpları gelmektedir. Ek olarak yapılan çalışmalarda utanç duygusu eğilimi suçluluk duygusu eğilimine nazaran psikopatolojiyle daha ilişkili olarak belirlenmiştir Ayrıca, Tangrey ve meslektaşları

(2007) tarafından da belirtildiği üzere, utanç duygusu suçluluk duygusuna kıyasla psikolojik belirtilerle daha fazla ilişkili bulunmuştur.

1.2.4. Suçluluk ve Utanç Duygularının Kuramsal Açıklaması

Çalışmanın bu bölümünde suçluluk ve utanç duygularına ilişkin literatürde yer alan kuramsal açıklamalar incelenmeye çalışılmıştır. Bu çerçevede suçluluk ve utanç kavramlarına ilişkin en kapsamlı açıklamaların psikanalitik kurama göre yapıldığı görülmektedir.

Psikanalitik kurama göre, suçluluk duygularını her ne kadar arka planda tutmaya çalışsak da bu duygular çok değişik biçim ve örüntülerle kendini ortaya koyabilir. Bazı kişilerin dış görünüşleriyle, bazılarının temizlikle, bazılarının genelin onayını almakla ilgili konularda hassas oldukları bilinir. Fakat bu durum salt beğenilmekten öte anlamlara sahiptir (Kalyoncu vd., 2002). Psikanalitik kuram bu tip duyguların çoğunlukla sanılandan daha derin bilinçdışı suçluluk duygularıyla ve çatışmalarla bağlantılı olduğunu savunmaktadır. Bu süreç genellikle çocuğun küçük yaşlardan itibaren karşı cinsten olan ebeveynin sevgisini kazanmak için girdiği mücadele ile başlamaktadır. Çocuk karşı cinsten olan ebeveynin sevgisini kazanmak için kendi hemcinsi olan ebeveynini rakip olarak görürken, ebeveyninin sevgisi karşısında da varsa kardeşini rakip olarak görür ve onu şiddetle kıskanır (Kagan, 2010). Aynı zamanda çocuk, bu kıskançlık ve buna bağlı oluşan saldırganlıkların yanında aile bireylerini sevmektedir. İşte bu çatışma durumu kişide suçluluğun başlangıcını oluşturmaktadır ve bu durum çocuğun diğer ilişkilerindeki suçluluğun ve telafi etme çabalarının kaynağı olmaktadır (Klein, 2012).

Psikososyal gelişim kuramında da suçluluk ve utanç duygularına dönemsel olarak değinilmiştir. Erikson (1993) psikososyal gelişim kuramının ikinci ve üçüncü dönemlerinde utanç ve suçluluk duygularının gelişiminden bahsetmiştir. Çocukluk döneminin 1,5 ve 3 yaşları arasını kapsayan “özerkliğe karşı şüphe ve utanç” dönemi, çocuğun kas sistemindeki gelişiminden doğrudan etkilenmektedir. Çocuklar bu süreçte bağımsızlıklarını kazanmak adına psiko-motor hareketlerden faydalanarak öz-yeterlilik ve kontrolü tecrübe ederek bu hareketlerinden haz almak isterler. Bu dönemi başarıyla atlatan çocuklar; öz değerlerini, kendine güveni ve yeterli duygusunu kazanmış olurlar. Çocuklar bu dönemde başarılı olamaz ya da özerk davranışları engellenirlerse utanma, kendi değerliliklerine yönelik şüphe ve yüksek bağımlılık duygusu yaşarlar (Akt.

Kılınçer, 2019). Dolayısıyla bu dönemde, benlik saygısının kaybolmasına veya azalmasına yol açmayan bir özdenetim; kalıcı bir gurur ve niyet duygusu oluşurken; özdenetimin yitirilmesi veya aşırı denetlenme çocukların kuşku ve utanca yönelik eğilimlerini arttıracaktır (Erikson, 2014).

Bu bilgilerden hareketle ifade etmek gerekirse Erikson, utanç duygusunun, suçluluk duygusundan önce geliştiğini öne sürmektedir. Öte yandan Erikson’a göre utanç duygusu, uzun yıllar suçluluk duygusunun gölgesinde kalmıştır (Kılınçer, 2019). Aralarındaki farklılığa rağmen her iki duygunun da kaynağını erken çocukluk döneminden aldığı ve psikososyal gelişim süreci içerisinde şekillendiği vurgulanmaktadır.

1.3. Sosyal Görünüş Kaygısı

Çalışmanın bu bölümünde sosyal görünüşü kaygısı, kaygı ve sosyal kaygı kavramlarından hareketle açıklanmaya çalışılmıştır.

1.3.1. Kaygı

İster bir iş görüşmesine hazırlanmak, yeni biriyle tanışmak gibi deneyimler, herkesin hayatının bir noktasında endişe ve stres kaynağı olabilmektedir. Kaygıyı, zihinsel durumumuzdaki, endişe olarak yaşanan değişikliklerle ve kalp atış hızı ve adrenalin artışı gibi fiziksel belirtilerle ilişkilendirsek de kaygımızın kaynağı geçene kadar beklemeyi ve bununla başa çıkmayı öğrenmek bazı bireyler için mümkün olabilmektedir. Bazı bireyler içinse, hissedilen kaygının baş edilmesi zor olabilir ve kronik bir hal alabilir. Genel olarak, kaygı endişelenmemiz gereken şeyler hakkında bizi uyarma olumlu işlevine hizmet eden bir dizi duygudur. Daha da önemlisi, bu duygular, olası tehditleri değerlendirmemize ve onlara uygun bir şekilde, tepkilerimizi hızlandırarak veya dikkatimizi odaklayarak yanıt vermemize yardımcı olur (Griffin, 1990).

Korku, tıpkı kaygı gibi bir duygudur çünkü insani deneyiminin bir parçasıdır ve onu insanlığımızın temel bir bileşeni olarak kabul ederiz, ancak aynı zamanda kendimize yönelik bir tehditle karşı karşıya kaldığımızda görülen psikolojik, fizyolojik ve davranışsal bir durumdur (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014). Korku, refah veya hayatta kalma açısından kritik bir duygudur. Korku, vücudun uyarılma, beklenti ve nörobiyolojik aktivitesini artırır ve olumsuz veya beklenmedik bir durumla başa çıkmamıza yardımcı olmak için tasarlanmış belirli davranış kalıplarını tetiklemektedir. Korku ve kaygının

hayati önemine ek olarak, belirli durumlarda hissedilen korku ve kaygının her zaman işlevsel olmayabileceği ve kişi için kronik bir hal alabileceği tahmin edilmektedir. Kaygı veya korku unsuru olabilecek durumlar arasında kişinin sosyal ortamda diğer insanlarla birlikte olduğu ortamlar yer almaktadır. Bu yüzden diğer bölümde, kaygının bir alt boyutu olarak değerlendirilebilecek sosyal kaygı kavramına değinilmiştir.

1.3.2. Sosyal Kaygı

Günümüz koşullarında, bireylerde sosyal etkinlikleri gerçek veya sanal ortamlarda gerçekleştirebilmekte ve bu sebeple etrafındaki sosyal unsurlar çok hızlı bir biçimde değişmektedir. Koşullara hızlı bir biçimde ayak uydurmaya çalışan kişiler bu süreçte uyum sorunları yaşayabilmektedir. Bazı bireyler, toplumda kendisini çok rahat ifade edebiliyorken, bazılarında kendini ifade güçlüğü söz konusu olabilmektedir. Kişilerin sosyal ortamda kendisini ifade etme güçlüğü hissettiği kaygı sebebiyle de olabilmektedir (Bozdemir, 2014).

İlgili literatür incelendiğinde, ilk çalışmalarda sosyal kaygının tanımı sosyal ortamlarda konuşmaktan ve kendini yansıtmaktan çekinme olarak belirtilmiştir (Kıran, Bozkur ve Kaya, 2018). Sosyal kaygı, tanımadığı insanlarla karşılaşın ya da toplumsal eylemleri yerine getiren insanın korku ve kaygı duyma durumudur. Kişi sürekli olarak, toplum içindeyken rezil olacağı ya da küçük düşeceğini düşünür ve bu yüzden kaygılanır. Bu kaygı bazen o kadar katlanılmaz bir hale gelir ki, kaygı duyan birey içinde bulunduğu sosyal ortamdan kaçmak zorunda kalır (Öztürk, 2014).

The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM)-5' e göre sosyal kaygı bozukluğu tanı kriterleri şu şekildedir (Köroğlu, 2013):

- Kişi başkaları tarafından değerlendirileceği zamanlarda belirgin korku veya kaygı yaşar.
- Kişi kaygı duyduğunu belli etmek istemez ve olumsuz değerlendirilmekten (küçük düşeceğinden, utanacağından ya da dışlanacağından) korkar.
- Bu kişiler için toplumsal durumlar hemen hemen her zaman korku ya da endişeye sebep olur.

- Söz konusu toplumsal durumlara karşı ya kaçınma ya da yoğun kaygı ve korkuyla bu duruma katlanma tepkisi verilir.
- Duyulan korku ve kaygının bulunulan konuma göre aşırıdır.
- Bu korku veya kaygı 6 ay veya daha fazla sürer.
- Korku, kaygı veya kaçınma işlevsellik alanlarında (örneğin toplumsal, işle ilgili durumlar) düşmeye sebep olur.
- Korku, kaygı veya kaçınma tepkileri kullanılan ilaç veya herhangi bir maddenin vücut üzerindeki etkisine bağlanamaz.
- Korku, kaygı veya kaçınma beden algısı bozukluğu, panik bozukluk veya otizm gibi başka rahatsızlık belirtileri ile daha iyi açıklanamaz.
- Sağlıkla ilgili başka rahatsızlıklar varsa (örneğin; Parkinson, şişmanlık, yaralanmadan kaynaklı biçimsel bozukluklar) korku, kaygı, kaçınma ile ya ilişkisizdir ya da aşırı seviyededir.

Sosyal anksiyetenin etiyolojisiyle ilgili faktörlerin ele alındığı araştırmalarda, sosyal kaygı belirtilerine sahip kişilerin, çocukluk döneminden itibaren ebeveynleri tarafından daha reddedici ve eleştirel tutuma maruz kaldığı görülmüştür. Ayrıca, ebeveynin baskıcı ve düşmanca tutumları, çocukluk ve ergenlik döneminde içe atım bozuklukları gibi durumlar açısından risk oluşturmakta ve sosyal kaygının oluşması açısından önemli bir tetikleyici olabilmektedir (Yüceant, 2013). Ayrıca, bu durum bireyin gelecekte sosyal görünüş kaygısı yaşamasına da neden olabilmektedir. Sosyal görünüş kaygısı, sosyal kaygının alt boyutlarından biri olarak kabul edilmektedir. Sosyal görünüş kaygısında kişi kendisini ifade etme konusunda hissettiği kaygıya ek olarak diğer insanlara karşı iyi bir etki bırakabilme konusunda endişe hissetmektedirler (Meral, 2018).

1.3.3. Beden İmajı

Beden imajı ile ilgili yapılan ilk çalışmalar Henry Head'e aittir. Ancak bu çalışmalarda beden imgesiyle ilgili psikolojik unsurlar yok denecek kadar azdır. Nörolog Paul Schilder, beden imajı ile ilgili çalışmaları biraz daha ileriye taşımıştır. Böylece pek çok

açından bu kavram ele alınabilmiş, nörolojik, psikolojik ve sosyokültürel öğeler dikkate alınmıştır (Cash, 2004). Daha sonra bu konuda önemli çalışmalardan biri olan Beden İmajı ve Kişilik isimli metni (1958/1968) Seymour Fisher ve Sidney Cleveland birlikte yayınlamıştır (Cash ve Smolak, 2011). Bunun yanında beden imajına ilişkin yapılan araştırmalarda son dönemlerde artış görülmektedir. Bu artışın en önemli nedeni ise bireyin bedenine yönelik oluşturabileceği olumsuz algıların, yaşamın bütün alanlarındaki işlevselliği olumsuz düzeyde etkileme gücüne sahip olmasıdır. Bireyin giydiği kıyafetler, başkalarının olumsuz olarak değerlendirilirse ortaya çıkabilecek kaygının, kaçınmaya neden olabileceği belirtilmektedir. Beden imajı, sürekli değişkenlik gösterebilen bir kavramdır (Arslangiray, 2013).

Kişilerin fiziksel görüntüleriyle ilgili düşünce, inanç, duygu ve tutumlarının toplamının oluşturduğu benlik algısı, beden imajı olarak tanımlanabilir. Fakat beden imajı, kişilerin sadece fiziksel görüntüleriyle alakalı değildir, kalıplaşmış psikolojik tecrübeler de beden imajının oluşumunda etkili olmaktadır. Bu açıdan bakıldığında beden imajı, çok yönlü ve karmaşık bir davranışı ifade eder (Oktan ve Şahin, 2010). Bu sebeple etkilerinin daha iyi anlaşılabilmesi adına beden imajı, olumlu ve olumsuz olarak incelenmektedir.

Beden imajının olumsuz olması, kişilerin vücutlarının tamamına ya da bir parçasına yönelik geliştirilen olumsuz duygu ve düşüncelerdir.

Öztürk Kara ve Serdar (2015) tarafından belirtildiği üzere, beden imajı memnuniyetsizliği olan kişiler bedenlerini daha sık kontrol etme eğilimindedir. Ayrıca, bedenlerinde hoşlanmadıkları özelliklere veya bölgelere daha fazla odaklanırlar. Beden görünümünden dolayı memnun olmamaları sebebiyle sosyal ortamda kendilerini başkalarıyla daha fazla kıyaslama eğilimindedirler ve kendi olumsuz değerlendirmelerinin başkaları tarafından da kendisi için yöneltildiğini düşünüp endişelenirler (Öztürk, Kara ve Serdar, 2015). Olumlu beden imajı ise genel olarak kişinin kendi bedeninden memnuniyet duymasıdır. Olumlu beden imajına sahip olanlar, kendisine değer katan temel unsurun bedenleri olmadığına inanırlar. Bu kişiler, sosyal ortamlarda kabul görmenin, çekicilik ve ideal vücut ölçülerine sahip olmayla ilişkisi olmadığını düşünürler (Öztürk, Adiloğulları ve Ay, 2015).

Sosyal görünüş kaygısı ile olumsuz beden imgesi arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır (Claes vd., 2012). Sosyal kaygının yordanmasında olumsuz beden imgesi, duyuşsal ve kişilik özellikler ve depresyon gibi bazı değişkenler önemli rol oynarken sosyal görünüş kaygısının yordanmasında ise sosyal kaygı tek başına etkili olabilmektedir (Levinson ve Rodebaugh, 2011).

1.3.4. Sosyal Görünüş Kaygısı Kavramı

Bilindiği gibi her toplumda bireyin vücudunun “fiziksel” veya “biçimsel” açısının yanında, toplumsal bir gerçekliği de vardır. Bu durum insanların yaşından, cinsiyetinden, sosyo-ekonomik şartlarından, çalışma durumlarından, dini inançlarından vb. etkilenmektedir. Çeşitli kültürler için veya aynı kültür içindeki farklı gruplar için bedenin “sosyal” yönü farklı olabilmektedir. Söz gelimi, toplumda öğretmen, polis, doktor veya bir başka meslek dalında olan bireylerin topluma mesaj verme şekillerinin ve yöntemlerinin farklı olduğu bilinmektedir. Benzer şekilde “zengin” veya “yoksul” olmak toplum içinde insanların görüntülerinden elde edilen ipuçları ile tanımlanabilir (Çınar ve Keskin, 2015).

Bu durum dış görünüş için de benzerdir ve kişi, fiziğinin toplumsal standartlara uymadığını düşündüğünde kaygı yaşayabilmektedir. Ayrıca bu kaygı durumu çocukluk döneminde gelişmeye başlamaktadır. Sosyal görünüş algısı, çocuğun kendisini kendi olmayanlardan ayırmaya başladığı ilk yaş itibarıyla ortaya çıkar ve hayat boyu devamlı gelişerek değişir. Özellikle çevre ve gelişen kitle iletişim araçları bu konuda oldukça önemlidir. Dış görünüşe atfedilen önem genellikle kitle iletişim araçları ile bütün toplumlara, bu nedenle de tek tek kişilere ulaştırılırken insanlar da bu tip görüş ve değerlendirmelere şartlanmışlardır (Karslı, 2014). Bu bilgiler doğrultusunda sosyal görünüş kaygısı, kişilerin beden imajları ve görünüşlerine dair negatif değerlendirilmelerinin bir sonucudur ve bu farklı bozukluklara da eşlik edebilen kişinin günlük yaşamında sosyal faaliyetlerini olumsuz yönde etkileyen bir kaygı bozukluğu şeklinde tanımlanabilmektedir (Aslan ve Koç, 2018).

Levinson ve diğerleri (2013), sosyal görünüş kaygısını kişinin görünüşü sebebiyle olumsuz bir şekilde değerlendirileceği korkusu şeklinde tanımlar. Bir başka tanıma bakacak olursak, sosyal kaygının bir türü olarak ifade edilen sosyal görünüş kaygısı,

fiziksel görünüşlerinin diğerleri tarafından değerlendirildiklerinde insanların hissettiği stres ve kaygı şeklinde açıklanmıştır (Amasyalı ve Alakuş, 2017).

Makas ve Çelik (2018)' e göre sosyal görünüş kaygısı, kişinin kendisini çevreye sunarken toplumda diğer insanlar tarafından bedensel görüntülerinin olumsuz değerlendirilebileceğini düşünmeleri, değerlendirilirken kişide açığa çıkan kaygı hali ve değerlendirmelere ilişkin hissettiği duygusal tepkidir. Kişilik özellikleri, fiziksel faaliyet türleri, fiziksel açıdan kendini algılama, sosyal ve çevresel tetikleyiciler, fiziksel faaliyetin gerçekleştirildiği ortamın özellikleri, sosyal görünüş kaygısına etki eden faktörler arasında sayılmaktadır (Kılıç ve Karakuş, 2016).

Bu açıklamalara ek olarak sosyal görünüş kaygısı 2'ye ayrılır. Bunlardan birincisi kişinin dış görünüşünden memnun olmaması iken ikincisi bu memnuniyetsizlikle beraber kişinin çevresinin de memnun olmayacağını düşünmesidir. Bu oluşan 2 durumda da kişi sosyal görünüş kaygısı yaşar ve kendisiyle bu alanda uğraşır, fiziksel anlamda bu durumdan etkilenir (Çepikkurt ve Coşkun, 2010). Kişi vücudunun hangi bölgesiyle ilgili kaygı yaşıyorsa ya da hangi bölgesinden memnun değilse o bölgesiyle ilgilenir, başka kişilerde kendisini sürekli kıyaslaması gibi nedenlerden dolayı meydana gelen kaygıyla beraber kişi evden dışarı çıkmak istemez zamanla kendi çevresinden uzaklaşmaya ve kendine zarar vermeye başlar. Bu tutumu sergileyen bireylerde kendi kararlarını verememe, düşük benlik saygısı, sürekli başkalarına danışıp onay alma, başkalarına bu anlamda bağımlı olma gibi davranışlar meydana gelir (Ekşi vd., 2016).

1.3.5. Sosyal Görünüş Kaygısı Nedenleri

Sosyal ortamda iyi bir izlenim bırakmadığını düşünen birey kaygı hisseder. Harter (1983)'e göre bireyin kendisine olan fiziksel saygısı toplam benlik saygısını önemli ölçüde etkilemektedir. Yaşanılan toplum, kültür özellikleri gibi birçok sosyal nitelik dış görünüşe atfedilen önemin seviyesini etkilemektedir (Akt. Özcan vd., 2013). Bireyin kendi algıladığı görünüşü kaygının temelidir. Sahip olunan somut fiziksel özellikler nedeniyle oluşan kaygılar bu kapsamda değildir. Giyim tarzından kiloya kadar fiziksel olarak algılanan bütün sosyal görünüş kaygıyı oluşturmaktadır. Bu soruna sahip birey dış görünüşüyle ilgili takıntılara sahip olur. Sürekli aynaya bakma, kendini diğer insanlarla kıyaslama gibi belirtiler gösterir. Sosyal olarak kaçınan bir davranış içindedir (Doğan, 2009).

Yapılan çalışmalarda biyolojik ve çevresel etmenlerin sosyal görünüş kaygısının gelişmesinde önemli bir etkiye sahip olduğu belirtilmiştir (Aslan ve Koç, 2018). Bu iki etmenden ilki olan biyolojik etmen bireyin genleriyle alakalıdır, ikincisi ise yaşadığı sosyal evre ve buna bağlı faktörlerdir (Mercan, 2007). Sosyal görünüş kaygısının yaşanmasında etkili olabilecek biyolojik faktörlerin oluşumunda geçmiş yaşantılar, evre ve toplum etkili olabilir (Eryılmaz, 2014).

Yapılan çalışmalarda bireylerde sosyal görünüş kaygısının oluşmasında, kişinin ruhsal ve toplumsal evre faktörlerinin de etkisine bakılmıştır. Sosyal görünüş kaygısı yüksek çıkan bireylerin aile ortamında ve sosyal çevresinde ailesi tarafından aşırı korunan bireyler olduğu gözlemlenmiştir. Anne ve babanın çocuğun isteklerine olumsuz tutumlar sergilemesi çocuklarda zgven sorununa yol açmaktadır. Özgüveni yetersiz kişilerde kendini koruma, gerektiğinde başkalarına karşı gelme gibi özellikleri de kazanılmamakta ve bununla birlikte sosyal görünüş kaygısı duymaktadır (Yüceant, 2013).

1.3.6. Sosyal Görünüş Kaygının Kuramsal Açıklaması

Sosyal kaygının nedenlerine dair açıklama yapan birçok farklı yaklaşım türü bulunmaktadır. Bu bölümde psikanalitik, bilişsel ve davranışsal kurama yer verilmiştir. Bu kuramlar aracılığı ile sosyal kaygı açıklanmaya çalışılmıştır.

Psikanalitik Kuram

Psikanalitik kuramın kurucusu olan Freud (1959) mükemmeliyetçiliği kaygının gelişmesinde ilk öncül olarak belirtmektedir. Mükemmeliyetçilik, yüksek başarı adına gereken isteklerin ve katı standartların belirlediği abartılmış süperegonun bir ürünü şeklinde kabul edilmektedir (Akt. Tuncer, 2006). Farklı bir ifadeyle Freud, süperegonun işlevleri ile kişinin kusursuz olma arzusunun ilişkilendirmektedir. Kişinin kusursuz olma ve kusursuz görünme arzusunun başlangıç noktasını da çocukluk dönemine dayandırmaktadır (Gençtan, 2002).

Konuya ilişkin farklı bir yaklaşım ise yasaklı olan cinsel ve saldırgan dürtülerin bilince gelmesi sonucu bireyin ceza alacağına dair inanç geliştirmesi ve bunun sonucunda uyarı kaygısının doğması ile ilgilidir. Bu durum bireyde bazı savunma mekanizmalarını çalıştırır. Bu savunma mekanizmaları yer değiştirme, yansıtma ve kaçınmadır. Bu

savunma mekanizmalarının ortaya çıkması sonucunda kişide anksiyete oluşur. Sosyal kaygı kişinin istemediği bilinçdışı arzular ve fantezilerle, bunlara karşıt oluşan savunma mekanizmalarının bir sonucu olarak oluşmaktadır (Türkçapar, 1999). Bu durum sosyal kaygı ve bağlantılı olarak sosyal görünüş kaygısı yaşanmasının sebebi olabilmektedir.

Bilişsel Kuram

Bilişsel kurama göre, sosyal görünüş kaygının gelişmesinde kişilerin düşünce, inanç ve olayları anlamlandırma biçimleri etkili olmaktadır. Yani kişinin bedenine ilişkin yaşadığı kaygının temelinde bedeni hakkında kurduğu olumsuz senaryolar yer almaktadır denebilir. Clark ve Wells'e (1995) göre kişinin, diğer insanların inanç, düşünce ve olayları anlamlandırma şekilleri sosyal kaygının gelişmesinde büyük öneme sahiptir. Clark ve Wells'e göre bireyin diğer insanlar üzerinde olumlu izlenim bırakamayacağı kaygısı bireyde güvensizlik yaratabilmektedir ve bu güvensizlik sosyal görünüş kaygının da temel sebepleri arasında yer almaktadır (Akt. Kılıç, 2005).

Heimberg ve Rapee (1997)'nin sosyal kaygının bilişsel kuramına göre sosyal kaygılı kişiler aşırı müdahaleci veya koruyucu ebeveynlere sahiptirler. Bu tarz yetişen kişiler hayattaki zorluklarla başa çıkacak yeterliliğe sahip olmadıklarını düşünürler ve diğer insanların değerlendirmelerinin çok önemli olduğu fikrini çok yoğun hissederek. Bu istenmeyen sosyal sonuçlara sebep olabilmektedir (Akt. Karakaş, 2008). Bilişsel kurama göre kişilerin olumsuz beden imajına sahip olmasında bu düşünce yapısı doğrudan etkilidir.

Davranışsal Kuram

Davranışçı kurama göre kaygı ve fobiler öğrenilmiş durumlardır. İnsanlar hiç korku uyandırmayan bir nesne ile sık sık karşılaşırken aynı zamanda ağırlı bir uyararla karşılaşırse korku duyulmayan nesneden kaçınma davranışı ortaya çıkmaya başlayacaktır. Yani bu şekilde bireyde korku uyandırmayan nesneye karşı koşullandırılmış korku tepkisi ortaya çıkmaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2016). Bu durumu sosyal görünüş kaygısı kapsamında değerlendirildiğinde üç yol sosyal kaygının ortaya çıkmasında etkili olmaktadır. Bunlardan birincisi doğrudan koşullanmadır. Doğrudan koşullanmanın gelişmesi için birey sosyal bir ortamda travmatik bir hadise yaşamış olmalıdır ki bu durum sosyal görünüş kaygısının artmasında büyük rol oynar. Sosyal

kaygı yaşıyan bireylerin en az yarısının bu tarz travmatik olaylar geçirdiği belirlenmiştir. Sosyal kaygının ortaya çıkmasında ikinci yol gözlemsel öğrenmedir. Bu öğrenmede birey sosyal bir ortamda bulunur ve bu ortamdayken başka biri olumsuz bir tecrübeye maruz kalır, sosyal kaygılı birey bunu gözlemleyerek korkar duruma gelir. Ayrıca bu durum bireyin kendi bedenini farklı bedenlerle kıyaslamasıyla da meydana gelebilmektedir. Üçüncü yol ise bilgi aktarımıdır. Bu yol da birey tutumları vasıtasıyla tehlike sinyallerini alır ve bazı sosyal korkular kazanır (Türkçapar, 2004; Çakır, 2010).

1.4. Cinsel Doyum

Cinsel doyum, cinsel sağlığın önemli bir bileşeni, iyi bir cinsel sağlığın bir sonucu olarak kabul edilir (Iık Örgütü, 2010). Çift araştırmaları alanında, çeşitli araştırmacılar (Fincham ve ark., 2006; Gottman ve Silver, 2007) çift içindeki cinsellik, iletişim ve çatışma arasındaki etkileşimi vurgulamıştır. Cinsel sorunlar sadece güç yönetimi, iletişim ve çift içindeki çatışma ile ilgili zorlukları yansıtmakla kalmaz (Metz ve Epstein, 2002), ilişki memnuniyetsizliği ile güçlü bir şekilde ilişkilendirilir (McCabe, 1999; Rowland ve ark., 2005). Cinsel doyum, ilişki kalitesinde önemli bir unsurdur ve “bir ilişkinin kalitesini ölçen bir barometre” olarak tanımlanır (Sprecher ve Cate, 2004, s. 241). Yukarıda belirtilen sebepler doğrultusunda, cinsellik kavramı ve ardından cinsel doyuma ilişkin detaylı açıklamaların yapılması çalışmanın anlaşılabilirliği açısından önemli görülmektedir.

1.4.1. Cinsellik

Cinsellik, insanlığın var oluşundan itibaren varlığını sürdürmekle birlikte fazlasıyla araştırılan bir konu olmuştur. Cinsellik konusunda ilk araştırmaları yapanlar ve ilk teorileri ortaya atanlar Aristo ve Plato gibi filozoflardır. Felsefi yaklaşım çerçevesinde, cinsellik kavramı, cinsel tepkiler, cinsel işlev bozuklukları ve cinsel etik konuları merkezine almıştır. Sonrasında ise Richard Von Kraft-Ebing (1840-1920) bu konularla ilgili araştırmalar yapıp, günümüzde de cinsellikte kadın-erkek farklılıkları ve kalıpyargılara değinmiştir (Akt. Karademir, 2015).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)’ne göre cinsellik, yaşam boyunca insan olmanın merkezi bir yönü, cinsiyet kimliklerini ve rollerini, cinsel yönelimi, erotizmi, zevki, yakınlığı ve üremeyi kapsar. Cinsellik, düşünceler, fanteziler, arzular, inançlar, tutumlar, değerler,

davranışlar, uygulamalar, roller ve ilişkilerde deneyimlenir ve ifade edilir. Cinsellik bu boyutların hepsini içerebilirken, hepsi her zaman deneyimlenmez veya ifade edilmez. Cinsellik biyolojik, psikolojik, sosyal, ekonomik, politik, kültürel, yasal, tarihi, dini ve manevi faktörlerin etkileşiminden etkilenir (Dünya Sağlık Örgütü, 2006). Bu sebeple de cinsel davranışlar farklılık göstermektedir ve pek çok etkenin karmaşık ilişkisi ile belirlenmektedir. Bireyin parçası olduğu kültürden, hayat şartlarından ve başka insanlar ile olan ilişkilerinden etkilenmektedir. Kişinin cinselliğiyle kişiliği bir bütün şeklindedir. Cinselliği yalnız başına ele almak olanaksızdır (Gereklioğlu, Başhan ve Akpınar, 2010).

1.4.2. Cinsel Doyum Kavramı

Cinsel doyum insanların cinsellikle ilgili düşüncelerini olumlu veya olumsuz boyutları kendine özgü duygusal bir değerlendirmesi olarak tanımlanabilir. Cinsel doyum öz saygı, benlik ve ilişkilerde mutluluk için de çok önemli bir yere sahiptir. Bu yüzden çoğu ilişki de mutluluğun cinsel doyumun tatminliyle çok yakından ilişkisi olduğu görülmektedir (Stephenson ve Meston, 2011). Cinsel doyum çiftlerin yaşadıkları cinsel birlikteliğin memnuniyeti ve keyfinin düzeyi de olarak tanımlanabilir ve ilişkinin cinsel olan ve olmayan yönleri bunları belirlemektedir. İnsanların içinde bulunduğu çevre, kültür, cinsiyetleri, daha önce yaşadıkları cinsel birliktelikleri nasıl yaşadığı gibi etkenler cinsel doyumunu etkileyen etmenlerdir (Varma, 2005). Bireyler yaşadıkları cinsel birliktelikte istedikleri cinsel doyum düzeylerine ulaşamadıklarında ve yaşanan sorunlar cinsel işlev bozukları olarak ortaya çıkabilmektedir (Karakoyunlu, 2007).

Cinsel doyumun farklı araştırmacılar tarafından farklı tanımlar aldığı görülmektedir. Lawrance ve Byers (1995) cinsel doyumunu, kişinin cinsel ilişkiye yönelik olumlu ya da olumsuz olarak öznel bir şekilde değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan duygusal bir tepki olarak tanımlamaktadır. Ayrıca cinsel doyum Renaud, Byers ve Pan (1997) tarafından cinselliğe yönelik herhangi bir memnuniyetsizliğin olmaması olarak tanımlanmaktadır. Farklı bir yaklaşımda ise cinsel doyum, ilişkinin cinsel yönünden mutluluk duymak olarak ifade edilmektedir (Gülsün, Ak ve Bozkurt, 2009).

Brody ve Costa (2009) tarafından 27 ülkede yapılmış bir araştırmada kadınların %58'inin cinsel hayatlarından doyum almadıklarını, erkeklerin ise %57'sinin cinsel hayatlarından doyum almadıklarını belirtmiştir (Brody ve Costa, 2009). Cinsel doyum karşılıklı yaşanan

ilişkinin en temel unsurudur, eşlerin ilişkilerinde cinsellik hakkındaki davranışları, duyguları, düşünceleri ve inançları tüm ilişkilerine yansıtmakta ve ilişkinin genelindeki tutumu etkilemektedir (Öztürk ve Arkar, 2014). Bu bağlamda kişilerin ilişkilerinde cinsel yaşantıdan aldıkları mutluluk ve hoşnutluk cinsel doyum düzeylerini de kapsamaktadır denebilir (Gülsün, Ak ve Bozkurt, 2009).

İlişkinin cinsel açıdan tatmin yaratıyor olması çiftler için ilişkinin genel anlamdaki doyumuna dair gerçekten önemli bir yordayıcı olma özelliği taşımaktadır. İlişkide cinselliğin en önemli işlevi, zevkin ve hazzın oluşması, yakınlaşmanın gerçekleşmesi ve taraflar için paylaşılr olması ve derinleşmesi, günlük yaşamın ve ilişkinin zorlukları ile baş etmekte önemli bir kaynak oluşturması ve gerilimi azaltmasıdır (Öztürk ve Arkar, 2014).

1.4.3. Cinsel Doyumu Etkileyen Faktörler

İlişkilerde cinsel yönden doyum çiftlerde ilişkinin genel doyumunda gerçekten önemli bir durumdur. Özellikle evlilikteki mutluluğun ve işlevin en önemli bileşenlerinden biri cinsel doyum olarak görülmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014). Günümüzde cinsel problemlerin ve cinsel doyumsuzluğun yok edilmesi için türlü çalışmalar yapılmakta ve cinsel doyumunu etkileyen faktörlerin neler olduğu ortaya konulmaya çalışılmaktadır (Mark ve Jozkowski, 2013).

Cinsel doyum yaş, psikolojik ve fiziksel iyi oluş, beden imajı, bağlanma stilleri, eşle ilişkilerin niteliği ve partnerin özellikleri gibi farklı birçok değişkenden etkilenebilmektedir (Eşsizoglu vd., 2012). Bunun yanında cinsel doyum çok boyutlu bir kavramdır ve bu kavramı etkileyen faktörler üzerinde araştırmalar yapmak oldukça önemli hale gelmektedir. Çalışmanın devamında da cinsel doyumunu etkileyen faktörler; demografik, psikolojik ve sosyokültürel kapsamda incelenmeye çalışılmıştır.

Demografik Faktörler

Cinsel doyumunu açıklayabilecek sosyo-demografik faktörler incelendiğinde, kişilerin hem fizyolojik hem de psikolojik durumlarının önemli belirleyiciler olduğu anlaşılmaktadır. Öte yandan, cinsel doyumun da kişilerin fizyolojik ve duygusal işlevselliğini etkilediği bilinmektedir. Bu açıdan bakıldığında iki yönlü bir bağlantı olduğu görülmektedir (Rather

vd., 2011). Ayrıca, kaliteli bir cinsel yaşamın hem kadın hem de erkeklerde, farklı düzeylerde olsa dahi ilişki memnuniyetiyle de anlamlı ilişkisi olduğu ileri sürülmektedir (Rosen ve Bachmann, 2008). Bu bağlamda cinsel doyumun cinsiyete göre değiştiğini söylemek doğru olacaktır. Cinsiyet ile cinsel doyum arasındaki ilişkiye bakıldığında, bazı araştırmalar erkeklerin cinsel doyum düzeylerinin kadınlarınkinden yüksek olduğunu gösterirken bazıları kadınların cinsel doyum düzeylerinin erkeklerin cinsel doyum düzeyinden daha yüksek olduğunu belirtmektedir (velten ve Margraf, 2017).

Diğer araştırmalara bakıldığında erkek ve kadınların cinsel doyum düzeyleri arasında bir fark olmadığı bilinmektedir (McClelland, 2011). Bunun yanında kadın ve erkeklerde yaşta cinsel doyumunu doğrudan etkilemektedir. Şöyle ki; yaş ilerledikçe, fiziksel ve psikolojik açıdan çeşitli farklılıklar meydana gelmekte ve bu farklılıklar cinsel doyumunu etkilemektedir. Özellikle erkeklerin cinsel deneyimlerinde büyük etkisi olan testosteron hormonunun gençlikte yüksek salgılanması ve yaş ilerledikçe düşmeye başlaması cinsel doyumunu etkilemektedir (İnci ve Ergen, 2009).

Psikolojik Faktörler

Cinsel doyumdaki en önemli faktörlerden biri ruh sağlığıdır. Kişilerin sağlıklı ruh hali içerisinde olmaları da başta stres ve kaygı seviyelerini ardından da cinselliği etkilemektedir. Şöyle ki; cinselliği sağlıklı bir biçimde yaşamak için sağlıklı bir bedende gerekli altyapı mevcuttur ancak cinselliğin kiminle ve nasıl yaşanacağını, nasıl, nerede ve ne zaman olacağını, nasıl uyarılacağını ve doyuma ulaşacağını belirleyense insanın psikolojisidir. Kaygı bozuklukları cinsel doyum üzerinde etkili olabilmektedir. Panik bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk ve anksiyete bozukluğu olan kişilerde cinsel isteksizliğin fazla olduğu, bu kişilerin cinsel temastan kaçındıkları ve düşük cinsel doyuma sahip oldukları bilinmektedir (Van Minnen ve Kampman, 2000).

Ek olarak depresyon kişilerin cinsel işlevlerini etkilemekte, cinsel doyumunu azaltmakta ve cinsel işlev bozukluklarının artmasına neden olabilmektedir (Reynaert vd., 2010). Birçoğu psikolojik nedenlerden kaynaklanan cinsel problemler de cinsel doyumunu doğrudan etkileyebilmektedir. Örneğin; kadınlar arasında en sık görülen cinsel sorunlardan biri olan vajinismus; psikolojik sorunlardan dolayı gelişmektedir ve cinsel doyumunu azaltmaktadır (Doğan ve Saraçoğlu, 2009).

Sosyokültürel Faktörler

Kişilerin içinde yaşadığı ve yetiştiği aile, toplumsal yapı, yakın çevre, alt kültür, dini inanç, ahlaki tutumlar ve gelenekler cinsel tutum ve davranışları belirleyen temel değişkenlerdendir. Birçok durumda, yalnızca sosyokültürel faktörler cinsel işlev bozukluğunun yaşanmasının ve cinsel doyumun azalmasının başlıca sebebi olabilmektedir (Vural ve Temel, 2010). Çiftlerin, ailelerinin sosyo-ekonomik durumu, aile bağları, ailelerdeki çatışmalar cinsel doyum üzerinde etkilidir. Bununla birlikte ekonomik baskının çiftler arasında çatışmaya neden olan faktörlerden biri olduğu ve cinsel aktiviteye etki edebileceği de ortaya konulmuştur (Bozdemir ve Özcan, 2011). Ek olarak kişinin yaşadığı çevrenin sosyokültürel durumu ve kişinin yaşam standartları hayat kalitesini etkilemektedir. Hayat kalitesinin de cinsel doyuma etkisi bulunmaktadır (Diener, Oishi ve Lucas, 2003).

Yukarıda ifade edilen faktörlerden kaynaklanan sorunların çözülebilmesi için eşlerin birbirleriyle ruhsal, toplumsal ve cinsel beklentilerini paylaşmaları gerekmektedir. Cinsellikle ilgili beklentilerin açık bir şekilde dile getirilebilmesi için eşlerin karşılıklı etkileşim içinde olmaları kaçınılmaz görünmektedir (Özgüven, 2012). Sağlıklı iletişimin ardından çözülmeyen sorunlar için tedaviye başvurulması gerekmektedir.

1.4.4. Cinsel Doyumun Boyutları

Çalışmanın bu bölümünde cinsel doyumun boyutları; sıklık, iletişim, doyum, kaçınma ve dokunma başlıkları çerçevesinde incelenmeye çalışılmıştır.

Sıklık

Cinsel ilişki sıklığının; erkeklerde kadınlara göre sevgiyi gösterme açısından daha fazla ilişkili olduğu ve erkeklerde evlilikte sevgi azaldığı zaman cinsel ilişki sıklığının da azaldığı yapılan bir araştırmada ortaya konmuştur (Öztürk ve Arkar, 2014). Cinsel doyum, eşlerin bunu algılayış şekli ve cinsel ilişkinin sıklığı gibi faktörlerin evlilikte mutlu olmak konusuyla doğru orantılı olarak bulunmuştur. Bunun tersi olarak olumsuz yönde duygusal tepki artışı, cinsel doyum ve sıklığının azalması durumunda evlilikte mutluluğun azaldığı ortaya konmuştur (Gülsün, Ak ve Bozkurt, 2009).

İletişim

İletişim alanında sorun yaşanmasının kişinin partnerine kendi iç dünyasını açamamasına sebep olabileceği ve cinsellikte yakınlığın kurulmasını engelleyeceği düşünülür. Eşler arasındaki bağlılıkta sorunların yaşanmasının da cinsel ilişkide iletişimde de sorunlara sebep olacağı ifade edilir (Öztürk ve Arkar, 2014). Cinsel hayatta ortaya çıkan problemlerin iletişim tarzının olumsuzlaşmasına ya da iletişim tarzlarında ortaya çıkan olumsuzlukların cinsel hayatta sorunlar yaratmasına sebep olabileceği, sorunun ilerlemesi ve sürdürülmesi ile sonuçlanacağı ifade edilmektedir (Kelly, Strassberg ve Turner, 2006).

Doyum

Cinsel doyum, toplumsal, psikolojik ve biyolojik yönleri ile kişinin cinsel ilişkisinde hissettiği memnuniyeti ifade eder. Doğuştan itibaren iki cinsiyeti de ölüme kadar etkileyen bir işlevdir (Öztürk, Arkar ve Gökdağ, 2019). Bunun yanında doyum; yaş, cinsiyet, cinsel deneyimleri geliştirme şekli, toplumsal ilişkiler, kültür ve yaşam koşulları gibi faktörlerden etkilenmektedir. Özellikle ileri yaşlarda cinsel fonksiyonların yavaşlaması ve menopozla birlikte dolaşımdaki testosteron, progesteron ve östrojen seviyelerinin düşmesi; cinsel arzu ve fantezilerde azalmaya, orgazm ve cinsel uyarılma problemlerinin artmasına neden olabilmektedir. Yaşanan bu sorunlar da cinsel doyumunu azaltabilmektedir (Varma vd., 2006).

Kaçınma

Kaçınma ile birlikte ele alınabilecek olan cinsel tiksinti bozukluğu, devamlı ve tekrarlayan bir şekilde görülmektedir. Yaşanan bu sorun, kişinin cinsel ilişkiye girmekten tiksinti duyması ve bu durumdan kaçınması olarak kendini göstermektedir (Öztürk ve Arkar, 2014). Fakat cinsel tiksinti bozukluğu az çalışılan bir alandır ve tedavisi de oldukça zordur. Tiksinti bozukluğu temelinde yaşanan kaçınma hali de cinsel doyumunu azaltmaktadır.

Dokunma

Dokunma yakınlıkla ve davranışlarla ilgilidir. Birçok araştırma tarafından desteklendiği şekliyle kadın için yakınlık cinsel doyum açısından önemlidir. Cinselliğin ifadesi olarak sürekli olarak yapılan faaliyetlere cinsel davranış denir. İnsanların cinselliği ile ilgili

etkinlikleri (öpüşme, okşama, vücudun uyarılması, dokunma vb.) cinsel davranışlar olarak adlandırılır (Kulak, 2006). Cinsel davranış, bireylerin cinsel olarak başkaları ve kendisi ile ne yaptığıdır. Cinsel yakınlık ise yalnızca cinsel ilişki yaşamak değildir. Birlikte zaman geçirmekten mutluluk duyma, bakışma, beğenme, okşama, aşk, masaj yapma, sarılmak ve öpüşmek cinsel yatkınlık olarak adlandırılır (Bozdemir ve Özcan, 2011). Dokunma boyutu, cinselliğin davranışsal yönünden değerlendirilebilir.

1.5. İlgili Araştırmalar

Alemdağ (2013) tarafından yapılan çalışmada, öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı incelenmiştir. Çalışma sonucunda erkeklerin kadınlardan daha fazla görünüş kaygısı yaşadıkları, yaşları küçük olanların daha fazla görünüşleriyle ilgili kaygı yaşadıkları, akademik başarı durumu arttıkça sosyal görünüş kaygılarının azaldığı, aile gelir düzeyi yükseldikçe arttıkça sosyal görünüş kaygılarının azaldığı, gelişmişlik düzeyi yüksek yerlerde yaşayanların daha az sosyal görünüş kaygısına sahip oldukları saptanmıştır.

Ayatollahi (2014) tarafından yapılan çalışmada, psikolojik ve sosyodemografik değişkenlerin cinsel doyumunu ne ölçüde yordadığı incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre, eğitim ve gelir düzeyi bakımından kadın ve erkeklerin cinsel doyum düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca, kadınlarda cinsel doyumunu yordayan değişkenlerin evlilik süresi ve güvensiz bağlanma stilleri (kaçınan ve kaygılı bağlanma) olduğu; erkeklerde ise kaçınan bağlanma ve çocuk sayısının cinsel doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı sonucu elde edilmiştir.

Barrientos ve Paez (2006) tarafından Şili’de yaşayan 5407 kişi üzerinde yapılan bir çalışmada, cinsel doyumunu etkileyen faktörler araştırılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, yüksek eğitim düzeyi, kaliteli evlilik yaşantısı ve yüksek sosyoekonomik durumun kadınların cinsel doyumunu olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Çalışmanın bir diğer dikkat çeken sonucu ise yaş değişkeninin kadın ve erkekler için cinsel doyumunu olumsuz etkilediği yönündedir.

Çelik ve Güzel (2018) tarafından ergenler üzerinde yapılan çalışmada, mükemmeliyetçilik, sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmaya 14-18 yaşları arasındaki 274 lise öğrencisi dahil olmuştur.

Çalışma sonuçları incelendiğinde ergen bireylerin benlik saygısı azaldıkça, sosyal görünüş kaygısının ve mükemmeliyetçilik düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Doğru (2018) tarafından yapılan çalışmada ergenlerde sosyal görünüş kaygısının benlik saygısı ve otomatik düşünceler üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Çalışmaya 173 lise öğrencisi dahil edilmiştir. Çalışmanın bulgularına bakıldığında öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça öğrencilerin benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanların düşmekte olduğu, otomatik düşünceler ve anksiyete ölçeklerinden aldıkları puanların ise artmakta olduğu görülmektedir.

Fahs ve Swank (2011) tarafından yapılan çalışmada, cinsel doyum, cinsellik yaşama sıklığı ve sosyal kimlik arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmanın örneklemini, Amerika’da yaşayan 1473 yetişkin kadın oluşturmuştur. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde düşük statüye sahip kadınların (farklı ırklar, işçi, genç, az eğitilmiş ve tam zamanlı çalışan kadınlar) cinsel doyumunun düşük olmasına rağmen cinsellik yaşama sıklığının yüksek olduğu görülmüştür.

Göçmen (2018) tarafından yapılan çalışmada, benlik farklılaşması ile cinsel benlik şemaları ve cinsel doyum arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya 26 yaş üstü ve evli 160 katılımcı dahil edilmiştir ve çalışmada Yeni Cinsel Doyum Ölçeği ve Cinsel Benlik Şeması Ölçekleri kullanılmıştır. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde benlik farklılaşması duygusal kopma alt boyutu ile cinsel doyum arasında pozitif ilişki olduğu; benlik farklılaşmasının alt boyutu olan ben pozisyonu alma ile cinsel doyum arasında ise negatif yönlü ilişki olduğu belirtilmiştir.

İsmail (2018) tarafından yapılan çalışmada, cinsel benlik şeması ve sosyal görünüş kaygısının kişilerin mutluluk seviyeleri üzerindeki etkisi yaşanan yere ve cinsiyete göre karşılaştırmalı olarak incelenmiştir. Çalışmaya İstanbul’dan ve Yunanistan-Batı Trakya Bölgesinden 100’er kişi, toplamda 200 kişi katılmıştır. Çalışmada kadınların mutluluk durumlarının sosyal görünüş kaygısı ve cinsel benlik algısı tarafından yordandığı belirtilmiştir. Çalışmanın bir diğer sonucu incelendiğinde ise erkeklerin mutluluğunun da sosyal görünüş kaygısı ve cinsel benlik algısı tarafından yordandığı bulgulanmıştır.

Kara (2016) tarafından yapılan çalışmada, sosyal görünüş kaygısı ile utangaçlık arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya yaşları 17-23 arasında değişen 141 kadın ve

122 erkek olmak üzere toplam da 263 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Utangaçlık Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde sosyal görünüş kaygısının, utangaçlığı açıklayan önemli bir değişken olduğu belirtilmiştir.

Kılıçaslan (2019) tarafından yapılan çalışmada, sosyal görünüş kaygısının duygusal ve bilişsel şemalarla olan ilişkisi incelenmiştir. Çalışmaya 200 kişi katılmış olup, katılımcılara Demografik Bilgi Formu, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ-KF3) ve Leahy Duygusal Şema Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, erken dönem uyum bozucu şemalar ve duygusal şemalar arasında anlamlı ve pozitif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır. Sosyal görünüş kaygısının duygusal ve bilişsel şemalarla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Meral (2018) tarafından yapılan çalışmada, sosyal görünüş kaygısı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya toplam 150 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir ve sosyodemografik değişkenler ile sosyal görünüş kaygısı düzeyleri incelendiğinde, gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Aile yanında yaşamayan öğrencilerin, dış görünüşünü beğenmeyen ya da az beğenen öğrencilerin, çevresinden yeterince destek görmediğini düşünen öğrencilerin ve çevresinin kendisini beğenmediğini ya da az beğendiğini düşünen bireylerin sosyal görünüş kaygı düzeyleri diğerlerine göre daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca kısmen fiziksel görüntüsünü beğenenlerin de sosyal görünüş kaygı düzeyleri, kendilerini tamamen beğenenlere göre daha yüksek olarak bulgulanmıştır.

Ökten (2019) tarafından yapılan çalışmada, sosyal görünüş kaygısı ve utangaçlık arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılık rolü araştırılmıştır. Çalışmaya Şırnak ilinden toplamda 213 lise öğrencisi dahil edilmiştir. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygısı arasında negatif, sosyal görünüş kaygısıyla utangaçlık arasında pozitif; son olarak utangaçlıkla benlik saygısı arasında ise negatif ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Özetle ifade etmek gerekirse sosyal görünüş kaygısının benlik saygısını ve utangaçlığı anlamlı düzeyde yordadığı belirtilmiştir.

Öztürk ve diğerleri (2015) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinin sahip oldukları kişilik özelliklerinin, cinsiyet rollerinin ve yüz kızarma eğilimlerinin sosyal görünüm kaygısını yordama gücü araştırılmıştır. Çalışmaya 2014-2015 eğitim öğretim

yılında Eskişehir Osmangazi Üniversitesinde öğrenim gören 400 öğrenci dahil edilmiştir. Yapılan çalışmanın sonuçları incelendiğinde yüz kızarma eğilimlerinin, cinsiyet rollerinin ve nevrotik kişilik özelliklerinin sosyal görünüm kaygısını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Page (1989) tarafından yapılan çalışmada, utangaçlık ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışma sonuçları incelendiğinde utangaç yapıya sahip olan kişilerin sosyal görünüş kaygısının, utangaç bir kişilik yapısına sahip olmayan kişilerin sosyal görünüş kaygısına kıyasla fazla olduğunu tespit etmiştir. Bu çalışmada sosyal görünüş kaygısı ve utangaçlık arasında zıt yönlü bir ilişkinin olduğu ve bu iki ilişkinin birbirlerini etkilediği belirtilmiştir.

Seki ve Dilmaç (2015) tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin öznel iyi oluşları, sosyal görünüş kaygıları ve sahip oldukları değerler arasındaki yordayıcı ilişki incelenmiştir. Çalışmaya Konya’da devlet okullarında eğitim gören, yaşları 13-18 arasında değişen toplam 600 lise öğrencisi dâhil edilmiştir. Çalışma sonucunda, sahip olunan değerlerin, öznel iyi oluş ile görünüş kaygısı üzerinde doğrudan etkisi olduğu görülmüştür. Başka bir ifadeyle ergenlerin sahip olduğu değerler arttıkça sosyal görünüş kaygılarının azalacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Tarakçı (2020), kadınlarda erken dönem uyum bozucu şemalar, beden algısı ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, kadınların erken dönem uyum bozucu şemaları ile beden algısı ve cinsel doyum düzeyleri arasında anlamlı ilişki olduğu sonucunu elde etmiştir. Öte yandan, cinsel doyum, beden algısı ve erken dönem uyum bozucu şemaların sosyo-demografik değişkenler bakımından farklılık gösterdiği bulunmuştur. Cinsel doyuma anlamlı düzeyde yordayıcı etki eden erken dönem uyum bozucu şema alanlarının ise yüksek standartlar ve zedelenmiş otonomi olduğu sonucu elde edilmiştir.

Ümmet (2007) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinde sosyal kaygı; cinsiyet rolleri ve aile ortamı bağlamında incelenmiştir. Çalışmaya Marmara Üniversitesi’nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 527 öğrenci katılmıştır. Çalışma sonuçları değerlendirildiğinde cinsiyete göre sosyal kaygı düzeyinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca diğer bir demografik değişken olan kardeş sayısına göre de sosyal kaygının değişmediği görülmüştür.

Yaş ve annenin eğitim düzeyi değişkenlerine göre ise sosyal kaygı düzeyi anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Buna göre yaş arttıkça ve annenin eğitim seviyesi yükseldikçe sosyal kaygı düzeyi düşmektedir. Buna karşılık babanın eğitim seviyesinin sosyal kaygı üzerinde anlamlı bir değişikliğe yol açmadığı görülmüştür.

Varma (2005) tarafından yapılan çalışmada, cerrahi ve doğal menopoza yaşayan kadınların; depresyon ve anksiyete düzeylerinin cinsel doyumlarıyla olan ilişkisi araştırılmıştır. Yapılan çalışmaya 36 doğal ve 35 cerrahi menopoza toplam 71 kadın dahil edilmiştir. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde ise her iki grubun da cinsel doyum puanlarında farklılık olmadığı bulgulanmıştır. Bunun yanında cerrahi ya da doğal menopoza kadınlar hafif düzeyde depresyon ve anksiyete sorunları ile cinsel doyum problemlerine yatkınken cerrahi menopoza cinsel doyumun psikolojik dinamiklerden daha çok etkilendiği belirlenmiştir.

Vural (2007) tarafından yapılan bir çalışmada, evlilik öncesi cinsel danışmanlık programının, eşlerin cinsel doyumları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışma İzmir'in farklı bölgelerinde yaşayan 71 gönüllü çift üzerinde yapılmıştır. Çalışmada, Evliliğe Yönelik İnanç ve Tutumlar Ölçeği, Cinsel Mitler Değerlendirme Formu, Evlilik Döneminde Çiftlerin Üreme Sağlığı-Cinsel Sağlıkla ilgili Bazı Davranışlarını Değerlendirme Formu ve Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde ise çiftlerin sosyodemografik özellikleri (yaş, eğitim ve gelir), evliliğe yönelik inanç ve tutumları, cinsel mitleri ve bilgi kazancının cinsel doyumun yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

Yavaşoğlu Algül (2019) tarafından yapılan çalışmada, erken dönem uyum bozucu şemalar, algılanan ebeveynlik biçimleri ve cinsel tutumlar arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmaya yaşı 20-40 arasında değişen 207 genç yetişkin katılmıştır ve çalışmada Young Şema Ölçeği, Hendrick Cinsel Tutum Ölçeği ve Young Ebeveynlik Ölçeği kullanılmıştır. Çalışma sonuçları incelendiğinde ise cinsel tutumların algılanan ebeveynlik biçimleri ve erken dönem uyum bozucu şemalarla ilişkili olabileceği belirtilmiştir.

Yılmaz (2015) yapmış olduğu çalışmada, bireylerdeki benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve vücut algısının, obezite ile ilişkisini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Çalışmaya Konak 24. Aile Sağlık Merkezi'ne kayıtlı 18-65 yaş arası bireyler dâhil

edilmiştir. Çalışmaya katılan tüm katılımcılara; Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Vücut Algısı Ölçeği uygulanmıştır. Çalışma sonuçları incelendiğinde obez bireylerin benlik saygılarının daha düşük, sosyal görünüş kaygılarının ise daha yüksek olduğu ve fiziksel olarak kendilerini daha az beğendikleri belirtilmiştir.



BÖLÜM 2: YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada betimsel tarama ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Betimsel tarama modelinde bir durum, oldu ya da olay araştırmacının müdahalesi olmadan incelenerek tanımlaması yapılmaktadır (Karasar, 2012). İlişkisel tarama modelinde de benzer şekilde yine araştırmacının doğrudan müdahalesi olmadan değişkenlerin birbiri arasında ilişkisi araştırılmaktadır (Karasar, 2012).

2.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın evrenini 18-65 yaş arasında, evli olan ya da bekâr olup cinsel partneri/ilişkisi bulunan bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise 80 kadın ve 80 erkek olmak üzere toplamda 160 birey oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme dâhil edilecek olan bireyler kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Araştırmada, katılımcıların dâhil edilme kriterleri 18 yaş üzeri olmak, 65 yaş altında olmak, en az okur-yazar düzeyinde eğitiminin olması ve internet erişiminin olması şeklinde belirlenmiştir. Dışlanma kriterleri ise 18 yaş altı ve 65 yaş üzeri olmak, ankete katılımı engelleyecek bir rahatsızlığının bulunması ve internet erişiminin olmaması şeklinde belirlenmiştir.

2.3. veri Toplama Araçları

Araştırmanın verilerinin toplanmasında anket formu kullanılmıştır. Anket formu online platformda hazırlanmış ve katılımcılara çeşitli dijital haberleşme kanalları üzerinde iletilmiştir. Anket formu 5 bölümden oluşmaktadır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Bu bölümde katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, ilişki durumu, ilişki/evlilik süresi, evlenme şekli, hayatın büyük kısmının geçirildiği yerleşim yeri, psikolojik rahatsızlığa sahip olma durumu gibi tanıtıcı özelliklere ait sorular yer almaktadır.

2.3.2. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği

Ölçek Koçak ve Fışıloğlu (2010) tarafından Hill (2007) kadın ve erkekler için yapmış olduğu çalışması göz önünde bulundurularak geliştirilmiştir. Ölçek 36 ifade ve 3 alt

boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 7'li likert tipi derecelendirme ile değerlendirilmiştir. Ölçekte yer alan 8,20,27,28 ve 32 nolu maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçeğin alt boyutları "*sevgi dolu/şefkatli*", "*şehvetli/tahrik edeci olan*" ve "*dolaysız/açıksözlü*" şeklinde isimlendirilmiştir. Ölçeğin *sevgi dolu/şefkatli* alt boyutundan alınan puanlarının yüksek olması bireylerin sevgi dolu ve şefkatli olduğunu, *şehvetli/tahrik edeci olan* alt boyutundan almış oldukları puanlarının yüksek olması bireylerin şehvetlerinin yüksek olduğu, *dolaysız/açıksözlü* alt boyutundan alınan puanlarının yüksek olması bireylerin açıksözlü olduğunu göstermektedir. Koçak ve Fışıloğlu (2010)'nın çalışmasında ölçeğin genelinin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0,86 olarak tespit edilmiş olup, alt boyutların Cronbach alpha güvenirlik katsayısı sırasıyla 0.85, 0.82 ve 0.77 olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada ölçeğin genelinin Cronbach alpha güvenirlik katsayısı 0,946 olarak belirlenmiş ve alt boyutların Cronbach alpha güvenirlik katsayıları 0,85 ve 0,94 arasında değişmektedir.

2.3.3. Suçluluk / Utanç Ölçeği

Ölçek Şahin ve Şahin (1992) tarafından bireylerin suçluluk ve utanç düzeylerinin tespit edilmesi için geliştirilmiştir. Ölçek 24 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları ölçeğin genel ismi ile örtüşecek biçimde "*suçluluk*" ve "*utanç*" şeklindedir. Ölçeğin alt boyutlarından alınan puanların yüksek olması bireylerin suçluluk ve utanç düzeylerinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçek 5'li likert tipi derecelendirme ile değerlendirmekte olup, ters kodlaması yapılan madde bulunmamaktadır. Şahin ve Şahin (1992)'in çalışmasında suçluluk alt boyutunun Cronbach Alpa güvenirlik katsayısı 0,81 ve utanç alt boyutunun Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0,80 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışmada ise suçluluk alt boyutunun Cronbach Alpa güvenirlik katsayısı 0,93 ve utanç alt boyutunun Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0,88 olarak tespit edilmiştir.

2.3.4. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

Ölçek Hart ve ark.(2008) tarafından bireylerin sosyal görünüşleri ile ilgili duymuş oldukları kaygının düzeyinin belirlenmesi için geliştirilmiş ve Doğan (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılmıştır. Ölçek toplamda 16 ifadeden oluşmakta olup, tek boyutludur. Ölçek 5'li likert tipi derecelendirme ile değerlendirilmektedir. Ölçeğin 1 nolu maddesi ters kodlanmaktadır. Doğan (2010)'ın çalışmasında ölçeğin Cronbach Alpha

güvenirlik katsayısı 0,93 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0,94 olarak belirlenmiştir.

2.3.5. Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği

Ölçek Golombok ve Rust(1985) tarafından geliştirilmiş ve Tuğrul, Öztan ve Kabakçı (1993) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılmıştır. Ölçeğin kadın ve erkek olarak iki versiyonu bulunmaktadır. Ölçek toplamda 28 maddeden ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert tipi derecelendirme ile değerlendirilmiş olup, hiç bir zaman-0 ve her zaman-4 şeklinde puanlanmaktadır. Ölçeğin erkek bireyler için olan versiyonunda 1-2-3-4-8-9-12-13-15-16-18-19-20-21-25 nolu maddeler ve kadın bireyler için olan versiyonunda 2, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 15, 16, 17, 19, 21, 22, 25, 26, 27 ve 28 nolu maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçeğin kadın ve erkek versiyonlarında ortak olan alt boyutlar şu şekildedir: "Sıklık", "İletişim", "Doyum", "Kaçınma" ve "Dokunma" dır. Erkek versiyonunda "Ereksiyon Bozukluğu" ve "Erken Boşalma" alt boyutlarına karşılık kadın versiyonunda "Vajinusmus" ve "Orgazm Bozukluğu" alt boyutları yer almaktadır. Ölçekten alınan puanların yüksek olması cinsel işlevlerdeki bozulmaya işaret etmektedir. Örneğin iletişim alt boyutundan alınan puanların yüksek olması bireyin cinsel yaşamında düşük iletişim kalitesine sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin iki yarım güvenirlik kat sayısı kadınlarda 0.94, erkeklerde ise 0.87 olarak bulunmuştur. Alt boyutlar açısından elde edilen iç tutarlılık katsayıları 0.61 ile 0.83 arasında değişmektedir (Golombok ve Rust, 1985). Bu çalışmada ölçeğin erkek versiyonun Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0,880 ve kadın versiyonun Cronbach alpha güvenirlik katsayısı 0,910 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları ise 0,75-0,92 arasında değişmektedir.

2.4. verilerin Çözümlemesi

Araştırmanın verilerinin analiz edilmesinde SPSS 20 istatistik programı kullanılmıştır. Katılımcıların tanıtıcı özellikleri yüzde ve frekans ile gösterilmiştir. Katılımcıların ölçeklerden ve alt boyutlarından aldıkları puanların ortalama ve standart sapması gösterilmiştir. Ölçeklerden alınan puanların normal dağılıma uygunluğu basıklık ve çarpıklık değerleri ile araştırılmıştır. Basıklık ve Çarpıklık değerlerinin -1,5 ve +1,5 arasında olması halinde alınan puanların normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2011). Araştırmada ölçeklerden alınan puanların kişisel özelliklere

göre farklılaşma durumları bağımsız ikili grup için t testi ve ikiden fazla grup için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Değişkenlerin birbiri arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon analizi ile incelenmiştir. Araştırmanın verileri %95 güven düzeyinde incelenmiştir. Araştırmada yer alan değişkenler ise Cinsel Benlik Şeması, Suçluluk-Utanç, Sosyal Görünüş Kaygısı, Cinsel Doyum olarak belirlenmiştir.



BÖLÜM 3: ARAŞTIRMANIN BULGULARI

3.1. Bireylerin Tanıtıcı Özelliklerinin Dağılımı

Araştırmada yer alan bireylerin kişisel bilgilerine ait dağılımlar yüzde ve frekans olarak Tablo 3.1'de gösterilmiştir.

Tablo 3.1. Katılımcıların Kişisel Bilgilerinin Dağılımı

<i>Değişkenler</i>		<i>Ort±ss</i>	<i>Min-maks</i>
Yaş		35.60±9.78	18-65
<i>Değişkenler</i>	<i>Gruplar</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Cinsiyet	Kadın	80	50.0
	Erkek	80	50.0
Medeni Durum	Evli	111	69.4
	Evli değil	49	30.6
Evlenme Şekli (n=111)	Görücü	12	10.8
	Flört	93	83.8
	Diğer	6	5.4
	0-1 yıl	25	15.6
Evlilik/İlişki Süresi	2-3 yıl	17	10.6
	4-6 yıl	33	20.6
	7-10 yıl	22	13.8
	11 yıl ve üzeri	63	39.4
	İlköğretim	21	13.1
Eğitim Durumu	Lise	33	20.6
	Önlisans / Lisans	76	47.5
	Yüksek Lisans ve üstü	30	18.8
	Düşük	13	8.1
Gelir Durumu	Orta	130	81.3
	Yüksek	17	10.6
Hayatın Büyük	Köy/kasaba	5	3.1
Kısımının Geçirildiği	Şehir / Kent	55	34.4
Yerleşim Yeri	Büyükşehir / Metropol	100	62.5
Psikolojik Rahatsızlık	Evet	8	5.0
Durumu	Hayır	152	95.0

Tablo 3.1'e göre araştırmada yer alan bireylerin yaş ortalaması 35.60±9.78 olarak bulunmuştur. Araştırmada yer alan bireylerin %50'si erkek ve %50 kadındır. Ayrıca katılımcıların %33.1'i 26-33 yaş arasında. %69.4'ü evli. %39.4'ü 11 yıl ve üzeri ilişki / evlilik süresine sahip. %47.5'i önlisans/lisans mezunu. %81.3'ü orta düzeyde ekonomik gelire sahip. %62.5'i hayatının büyük bölümünü büyükşehir/metropolde yaşamını geçirmiştir. Yine katılımcıların %95.0'i psikolojik rahatsızlığa sahip olmadıklarını belirtmişlerdir. Ek olarak evli olan bireylerin %83.8'i flört ederek evlenmişlerdir.

3.2. Bireylerin Ölçeklerden Aldıkları Puanların Dağılımları

Bireylerin ölçeklerden almış oldukları puanlara ilişkin tanımlayıcı istatistikler Tablo 3.2'de gösterilmiştir.

Tablo 3.2. Araştırmada kullanılan ölçeklerin tanımlayıcı istatistikleri

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>N</i>	<i>Ort.</i>	<i>ss</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği					
Sevgi Dolu / Şefkatli	160	5.18	1.43	-0.84	-0.44
Şehvetli / Tahrik Edeci Olan	160	4.05	1.18	-0.18	-0.60
Dolaysız / Açıksözlü	160	5.01	1.11	-0.55	-0.32
Suçluluk-Utanç Ölçeği					
Suçluluk	160	3.88	0.96	-1.24	1.12
Utanç	160	3.20	0.88	-0.26	-0.51
Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği					
Sosyal Görünüş Kaygısı	160	2.09	0.91	0.88	0.18
Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği					
Sıklık	160	1.75	0.93	0.06	-0.30
İletişim	160	1.41	1.09	0.63	-0.34
Doyum	160	1.24	0.78	0.42	-0.05
Kaçınma	160	0.87	0.84	1.10	0.79
Dokunma	160	0.93	0.78	0.46	-0.90
Ereksiyon Bozukluğu (erkek)	80	1.30	0.76	0.19	-0.45
Erken Boşalma (erkek)	80	1.45	0.72	-0.27	-0.85
Vajinismus (kadın)	80	1.24	0.76	0.44	-0.01
Orgazm Bozukluğu (kadın)	80	1.08	0.84	0.82	0.75
Cinsel Doyum Ölçeği	160	1.13	0.56	0.57	-0.55

Tablo 3.2'ye göre bireylerin Cinsel Benlik Şemalarından Sevgi Dolu/Şefkatli alt boyutu puanları ortalaması 5.18 ± 1.43 ; Şehvetli / Tahrik Edeci Olan alt boyutu puanları ortalaması 4.05 ± 1.18 ve Dolaysız / Açıksözlü alt puanları ortalaması 5.01 ± 1.11 olarak bulunmuştur. Katılımcıların Suçluluk alt boyutu puanları ortalaması 3.88 ± 0.96 ve utanç alt boyutu puanları ortalaması 3.20 ± 0.88 olarak tespit edilmiştir. Araştırmada yer alan bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması 2.09 ± 0.91 olarak tespit edilmiştir. Araştırmada katılımcıların Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği'ne ait Sıklık alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 1.75 ± 0.93 ; İletişim alt

boyutunda aldıkları puanların ortalaması 1.41 ± 1.09 ; Doyum alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 1.24 ± 0.78 ; Kaçınma alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 0.87 ± 0.84 ; Dokunma alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 0.93 ± 0.78 ve ölçeğin genelinden alınan puanların ortalaması 1.13 ± 0.56 olarak tespit edilmiştir. Erkek bireylerin Ereksiyon Bozukluğu alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 1.30 ± 0.76 ve Erken Boşalma alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 1.45 ± 0.72 olarak bulunmuştur. Yine araştırmada yer alan kadın bireylerin Vajinusmus alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 1.24 ± 0.76 ve Orgazm Bozukluğu alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 1.08 ± 0.84 olarak bulunmuştur.

Araştırmada yer alan ölçeklerden ve alt boyutlardan alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerleri -1.5 ve +1.5 arasında bulunduğundan alınan puanların normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir.

3.3. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği Suçluluk-Utanç Ölçeği, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği ve Suçluluk-Utanç Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.22'de gösterilmiştir.

Tablo 3.3. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği ve Suçluluk-Utanç Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi

<i>Değişkenler</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
1. Sevgi Dolu / Şefkatli	1				
2. Şehvetli / Tahrik Edici Olan	0.61**	1			
3. Dolaysız / Açıksözlü	0.70**	0.65**	1		
4. Suçluluk	0.38**	.16*	0.37**	1	
5. Utanç	0.19*	0.08	-0.04	.64**	1

** $p < .01$ * $p < .05$

Tablo 3.3'e göre araştırmada yer alan bireylerin Sevgi Dolu / Şefkatli alt boyutu puanları ile Suçluluk ($r=0.385$; $p<0.01$) ve Utanç ($r=0.196$; $p<0.05$) alt boyutları puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur.

Araştırmada yer alan bireylerin Şehvetli / Tahrik Edici Olan alt boyutu puanları ile Suçluluk ($r=0.163$; $p<0.05$) alt boyutu arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna karşılık Şehvetli / Tahrik Edici Olan alt boyutu puanları ile Utanç alt boyutu puanları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$).

Araştırmada yer alan bireylerin Dolaysız / Açıksözlü alt boyutu puanları ile Suçluluk ($r=0.379$; $p<0.05$) alt boyutu arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna karşılık Dolaysız / Açıksözlü alt boyutu puanları ile Utanç alt boyutu puanları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$).

Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.4'te gösterilmiştir.

Tablo 3.4. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi

Değişkenler	1	2	3	4
1. Sevgi Dolu / Şefkatli	1			
2. Şehvetli / Tahrik Edici Olan	0.61**	1		
3. Dolaysız / Açıksözlü	0.70**	0.65**	1	
4. Sosyal Görünüş Kaygısı	-0.01	0.04	-0.16*	1

Tablo 3.4'e göre bireylerin Sevgi Dolu/Şefkatli alt boyutundan almış oldukları puanlar ile Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği puanları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$). Ayrıca bireylerin Şehvetli / Tahrik Edici Olan alt boyutundan almış oldukları puanlar ile Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği puanları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$). Buna karşılık bireylerin Dolaysız / Açıksözlü alt boyutu puanları ile Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ($r=-0.16$; $p<0.05$) puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0.05$).

Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.5'te gösterilmiştir.



Tablo 3.5. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği ve Suçluluk-Utanç Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Sevgi Dolu / Şefkatli	1												
2. Şehvetli / Tahrik Edici Olan	0.61**	1											
3. Dolaysız / Açıksözlü	0.70**	0.65**	1										
4. Sıklık	-0.25**	-0.22**	-0.27**	1									
5. İletişim	-0.43**	-0.37**	-0.46**	0.23**	1								
6. Doyum	-0.31**	-0.15	-0.31**	0.19*	0.55**	1							
7. Kaçınma	-0.16*	-0.09	-0.24**	.184*	0.19*	0.43**	1						
8. Dokunma	-0.41**	-0.23**	-0.40**	0.18*	0.55**	0.54**	0.60**	1					
9. Ereksiyon bozukluğu (erkek)	-0.17	-0.24*	-0.29**	0.13	0.52**	0.55**	0.52**	0.67**	1				
10. Erken Boşalma (erkek)	-0.12	-0.23*	-0.24*	0.21	0.46**	0.32**	0.29**	0.46**	0.54**	1			
11. Vajinismus (kadın)	-0.08	-0.01	-0.080	0.17	0.32**	0.00	-0.05	0.23*	-	-	1		
12. Orgazm Bozukluğu (kadın)	-0.44**	-0.38**	-0.34**	0.18	0.68**	0.75**	0.30**	0.59**	-	-	0.34**	1	
13. Cinsel Doyum Ölçeği	-0.19*	-0.11	-0.30**	0.09	0.39**	0.35**	0.28**	0.42**	0.76**	0.63**	0.12	-0.04	1

** $p < .01$ * $p < .05$

Tablo 3.5'e göre bireylerin Sevgi Dolu / Şefkatli alt boyutu puanları ile Sıklık ($r = -0.250$; $p < 0.01$). İletişim ($r = -0.431$; $p < 0.01$; negatif). Doyum ($r = -0.316$; $p < 0.01$); Kaçınma ($r = -0.164$; $p < 0.05$). Dokunma ($r = -0.414$; $p < 0.01$).

Orgazm Bozukluğu-kadın ($r=-0.442$; $p<0.01$; negatif) alt boyutları ve Cinsel Doyum Ölçeği ($r=-0.193$; $p<0.05$) puanları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bireylerin Şehvetli / Tahrik Edici Olan alt boyutu puanları ile Sıklık ($r=-0.222$; $p<0.01$). İletişim ($r=-0.376$; $p<0.01$). Dokunma ($r=-0.230$; $p<0.01$; negatif). Ereksiyon Bozukluğu-erkek ($r=-0.249$; $p<0.01$). Erken Boşalma-erkek ($r=-0.233$; $p<0.05$). Orgazma Bozukluğu-kadın ($r=-0.380$; $p<0.01$) alt boyutları puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bireylerin Dolaysız /Açıksözlü alt boyutu puanları ile Sıklık ($r=-0.274$; $p<0.01$). İletişim ($r=-0.467$; $p<0.01$). Doyum ($r=-0.319$; $p<0.01$); Kaçınma ($r=-0.245$; $p<0.01$). Dokunma ($r=-0.402$; $p<0.01$). Ereksiyon Bozukluğu-erkek ($r=-0.299$; $p<0.01$). Erken Boşalma-erkek alt boyutu ($r=-0.248$; $p<0.01$). Orgazma Bozukluğu-kadın ($r=-0.347$; $p<0.01$) alt boyutları ve Cinsel Doyum Ölçeği ($r=-0.304$; $p<0.01$) puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bireylerin Suçluluk-Utanç Ölçeği ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.6'da gösterilmiştir.

Tablo 3.6. Suçluluk-Utanç Ölçeği ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi

<i>Değişkenler</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
1. Suçluluk	1	0.64**	-0.06
2. Utanç		1	0.29
3. Sosyal Görünüş Kaygısı			1

** $p<.01$ * $p<.05$

Tablo 3.6'ya göre bireylerin Suçluluk alt boyutu puanları ile Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği puanları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$). Buna karşılık bireylerin Utanç alt boyutu puanları ile Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0.295$; $p<0.01$).

Bireylerin Suçluluk-Utanç Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.7’de gösterilmiştir.

Tablo 3.7. Suçluluk-Utanç Ölçeği ve Cinsel Doyum Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi

<i>Değişkenler</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12</i>
1. Suçluluk	1											
2. Utanç	0.64**	1										
3. Sıklık	-0.00	0.05	1									
4. İletişim	-0.38**	-0.13	0.23**	1								
5. Doyum	-0.26**	-0.06	0.19*	0.55**	1							
6. Kaçınma	-0.11	0.07	0.18*	0.19*	0.43**	1						
7. Dokunma	-0.51**	-0.21**	0.18*	0.55**	0.54**	0.60**	1					
8. Ereksiyon bozukluğu (erkek)	-0.23*	-0.08	0.13	0.52**	0.55**	0.52**	0.67**	1				
9. Erken Boşalma (erkek)	-0.22*	-0.06	0.21	0.46**	0.32**	0.29**	0.46**	0.54**	1			
10. Vajinusmus (kadın)	-0.08	-0.09	0.17	0.32**	0.00	-0.05	0.23*	-	-	1		
11. Orgazm Bozukluğu (kadın)	-0.33**	-0.22*	0.18	0.68**	0.75**	0.30**	0.59**	-	-	0.34**	1	
12. Cinsel Doyum Ölçeği	-0.34**	-0.09	0.09	0.39**	0.35**	0.28**	0.42**	0.76**	0.63**	0.12	-0.04	1

** $p < .01$ * $p < .05$

Tablo 3.39'a göre katılımcıların Suçluluk alt boyutu puanları ile İletişim ($r=-0.382$; $p<0.01$). Doyum ($r=-0.262$; $p<0.01$). Dokunma ($r=-0.514$; $p<0.01$). Ereksiyon Bozukluğu-erkek ($r=-0.233$; $p<0.05$). Erken Boşalma-erkek ($r=-0.226$; $p<0.05$).

Orgazm Bozukluğu-kadın ($r=-0.332$; $p<0.01$) alt boyutları ve Cinsel doyum Ölçeği ($r=-0.347$; $p<0.01$) puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin Utanç alt boyutu puanları ile Dokunma ($r=-0.210$; $p<0.01$). Orgazm Bozukluğu-kadın ($r=-0.225$; $p<0.05$) alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Cinsel Doyum Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.8'de gösterilmiştir.

Tablo 3.8. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Cinsel Doyum Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Sosyal Görünüş Kaygısı	1										
2. Sıklık	0.06	1									
3. İletişim	0.13	0.23**	1								
4. Doyum	0.13	0.19*	0.55**	1							
5. Kaçınma	0.33**	0.18*	0.19*	0.43**	1						
6. Dokunma	0.28**	0.18*	0.55**	0.54**	0.60**	1					
7. Ereksiyon bozukluğu (erkek)	0.15	0.13	0.52**	0.55**	0.52**	0.67**	1				
8. Erken Boşalma (erkek)	0.13	0.21	0.46**	0.32**	0.29**	0.46**	0.54**	1			
9. Vajinusmus (kadın)	0.01	0.17	0.32**	0.00	-0.05	0.23*	-	-	1		
10. Orgazm Bozukluğu (kadın)	0.09	0.18	0.68**	0.75**	0.30**	0.59**	-	-	0.34**	1	
11. Cinsel Doyum Ölçeği	0.08	0.09	0.39**	0.35**	0.28**	0.42**	0.76**	0.63**	0.12	-0.04	1

** $p < .01$ * $p < .05$

Tablo 3.40'a göre bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği puanları ile Kaçınma ($r=0.338$; $p<0.01$) ve Dokunma ($r=0.283$; $p<0.01$) alt boyutları puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

3.4. Katılımcıların Kişisel Bilgilerine Göre Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

Araştırmada yer alan bireylerin cinsiyeti bakımından Cinsel Benlik Şeması Ölçeği puanlarındaki farklılıklara yönelik yapılan bağımsız gruplar t-testi sonuçları Tablo 3.9'da gösterilmiştir:

Tablo 3.9. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	p
Sevgi Dolu / Şefkatli	Erkek	80	4.94	1.51	-2.22	0.02*
	Kadın	80	5.43	1.32		
Şehvetli / Tahrik Edici Olan	Erkek	80	4.08	1.16	0.23	0.81
	Kadın	80	4.04	1.21		
Dolaysız / Açıksözlü	Erkek	80	4.96	1.19	-0.71	0.47
	Kadın	80	5.08	1.04		

**p<.01 *p<.05

Tablo 3.3'e göre kadınların Sevgi Dolu/Şefkatli alt boyutundan aldıkları puanların erkeklerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (p<0.05). Buna karşılık bireylerin Şehvetli / Tahrik Edici Olan ve Dolaysız / Açıksözlü alt boyutlarından aldıkları puanların cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Araştırmada yer alan bireylerin yaşı bakımından Cinsel Benlik Şeması Ölçeği puanlarındaki farklılıklara yönelik yapılan Pearson korelasyonu sonuçları Tablo 3.10'da gösterilmiştir.

Tablo 3.10. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar ile Yaş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Değişkenler	Sevgi Dolu / Şefkatli	Şehvetli / Tahrik Edici Olan	Dolaysız / Açıksözlü
Yaş	0.01	-0.14	0.07

**p<.01 *p<.05

Tablo 3.10'a göre araştırmada yer alan bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği alt boyutlarından almış oldukları puanlar ile yaş arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$).

Araştırmada yer alan bireylerin medeni durumu bakımından Cinsel Benlik Şeması Ölçeği puanlarındaki farklılıklara yönelik yapılan bağımsız gruplar t-testi sonuçları Tablo 3.11'de gösterilmiştir.

Tablo 3.11. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Medeni Durum</i>	<i>N</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Sevgi Dolu / Şefkatli	Evli	111	5.26	1.39	1.03	0.30
	Evli değil	49	5.01	1.53		
Şehvetli / Tahrik Edici	Evli	111	3.92	1.17	-2.30	0.02
	Evli değil	49	4.38	1.15		
Dolaysız / Açıksözlü	Evli	111	5.03	1.06	0.27	0.78
	Evli değil	49	4.98	1.25		

Tablo 3.5'e göre evli olmayan bireylerin Şehvetli / Tahrik Edici alt boyutu puanları evli bireylerden daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$). Buna karşılık Sevgi Dolu / Şefkatli ve Dolaysız / Açıksözlü alt boyutlarından alınan puanların medeni durumagöre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0.05$). Araştırmada yer alan bireylerin evlenme şekli bakımından Cinsel Benlik Şeması Ölçeği puanlarındaki farklılıklara yönelik yapılan bağımsız gruplar t-testi sonuçları Tablo 3.12'de gösterilmiştir.

Tablo 3.12. Evli Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Evlenme Şekline Göre Karşılaştırılması(*)

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Evlenme Şekli</i>	<i>N</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Sevgi Dolu / Şefkatli	Görücü	12	4.42	1.25	-2.32	0.02*
	Flört	93	5.39	1.37		
Şehvetli / Tahrik Edici Olan	Görücü	12	3.59	1.43	-1.06	0.29
	Flört	93	3.97	1.14		
Dolaysız / Açıksözlü	Görücü	12	4.95	1.22	-0.32	0.74
	Flört	93	5.05	1.04		

** $p<.01$ * $p<.05$ (*)"diğer" grubu n=6 (<10) olduğundan analize dâhil edilmemiştir.

Tablo 3.12'ye göre flört ederek evlenmiş evli bireylerin Sevgi Dolu/Şefkatli alt boyutu puanları görücü usulü evlenmiş bireylerden daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$). Buna

karşılık evli bireylerin Şehvetli / Tahrik Edici Olan ve Dolaysız / Açıksözlü alt boyutlarından aldıkları puanların evlenme şekline göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Araştırmada yer alan bireylerin evlilik süresi bakımından Cinsel Benlik Şeması Ölçeği puanlarındaki farklılıklara yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.13'te gösterilmiştir.

Tablo 3.13. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Evlilik / İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Evlilik/İlişki Süresi</i>	<i>N</i>	<i>Ort.</i>	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Levene p</i>	<i>Fark</i>
Sevgi Dolu / Şefkatli	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	4.92	1.62	0.70	0.59	0.39	
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	5.64	1.24				
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	5.07	1.49				
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	5.21	1.48				
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	5.22	1.38				
Şehvetli / Tahrik Edici Olan	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	4.46	1.06	2.40	0.05	0.61	
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	4.40	1.04				
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	4.20	1.28				
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	3.57	1.29				
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	3.90	1.11				
Dolaysız / Açıksözlü	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	4.77	1.14	0.55	0.69	0.01	
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	5.06	0.96				
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	5.15	1.43				
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	4.88	0.83				
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	5.08	1.06				

*yeterli örneklem olmadığı için analize dâhil edilmemiştir.

Tablo 3.13'e göre araştırmada yer alan bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nin alt boyutu puanlarının evlilik / ilişki süresine göre farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Katılımcıların eğitim düzeyi bakımından Cinsel Benlik Şeması Ölçeği puanlarındaki farklılıklara yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.14'te gösterilmiştir.

Tablo 3.14. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Eğitim Durumu</i>	<i>N</i>	<i>Ort.</i>	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Levene p</i>	<i>Fark</i>
Sevgi Dolu / Şefkatli	İlköğretim ⁽¹⁾	21	4.77	1.82	0.75	0.52	0.03	
	Lise ⁽²⁾	33	5.30	1.38				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	5.27	1.37				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	5.13	1.39				
Şehvetli / Tahrik Edici Olan	İlköğretim ⁽¹⁾	21	4.08	1.47	0.29	0.82	0.22	
	Lise ⁽²⁾	33	4.04	0.98				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	4.13	1.17				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	3.89	1.23				
Dolaysız / Açıksözlü	İlköğretim ⁽¹⁾	21	4.67	1.15	0.82	0.48	0.91	
	Lise ⁽²⁾	33	5.02	1.02				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	5.08	1.14				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	5.11	1.15				

Tablo 3.8'e göre araştırmada yer alan bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nin alt boyutlarından aldıkları puanların eğitim durumunagöre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0.05$). Katılımcıların gelir düzeyi bakımından Cinsel Benlik Şeması Ölçeği puanlarındaki farklılıklara yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.15'te gösterilmiştir.

Tablo 3.15. Bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Ekonomik Durumuna Göre Karşılaştırılması

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Ekonomik Durum</i>	<i>N</i>	<i>Ort.</i>	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Levene p</i>	<i>Fark</i>
Sevgi Dolu / Şefkatli	Kötü ⁽¹⁾	13	5.22	1.42	2.62	0.07	0.01	
	Orta ⁽²⁾	130	5.28	1.36				
	İyi ⁽³⁾	17	4.44	1.86				
Şehvetli / Tahrik Edici Olan	Kötü ⁽¹⁾	13	4.10	1.24	1.11	0.33	0.34	
	Orta ⁽²⁾	130	4.11	1.13				
	İyi ⁽³⁾	17	3.66	1.47				
Dolaysız / Açıksözlü	Kötü ⁽¹⁾	13	4.83	1.35	1.63	0.19	0.00	
	Orta ⁽²⁾	130	5.09	1.03				
	İyi ⁽³⁾	17	4.61	1.53				

Tablo 3.15'e göre araştırmada yer alan bireylerin Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nin alt boyutlarından aldıkları puanların ekonomik durumagöre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0.05$).

3.5. Katılımcıların Kişisel Bilgilerine Göre Suçluluk / Utanç Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmada yer alan bireylerin Suçluluk / Utanç Ölçeği'nden aldıkları puanların cinsiyete göre Karşılaştırılması için yapılan bağımsız gruplar t-testi sonuçları Tablo 3.16'da gösterilmiştir.

Tablo 3.16. Bireylerin Suçluluk / Utanç Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	p
Suçluluk	Erkek	80	3.62	0.99	-3.71	<0.01**
	Kadın	80	4.16	0.86		
Utanç	Erkek	80	2.91	0.82	-4.45	<0.01**
	Kadın	80	3.50	0.85		

** $p<.01$ * $p<.05$

Tablo 3.16'daki t-test bulguları doğrultusunda. kadınların suçluluk ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanlar erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$).

Araştırmada katılımcıların Suçluluk / Utanç Ölçeği'nden almış oldukları puanlar ile yaş arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.17'de gösterilmiştir.

Tablo 3.17. Bireylerin Suçluluk / Utanç Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar ile Yaş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Değişkenler	Suçluluk	Utanç
Yaş	0.01	-0.02

* $p<0.5$ ** $p<0.01$

Tablo 3.17'ye göre katılımcıların suçluluk ve utanç alt boyutlarından almış oldukları puanlar ile yaş arasında anlamlı korelasyon saptanmamıştır ($p>0.05$).

Araştırmada katılımcıların ilişki süresine göre Suçluluk / Utanç Ölçeği'nden almış oldukları puanlarını karşılaştırmaya yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.18'de gösterilmiştir.

Tablo 3.18. Bireylerin Suçluluk / Utanç Ölçeği Puanlarının Evlilik / İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Evlilik/İlişki Süresi	N	Ort.	ss	F	p	Levene p	Fark
Suçluluk	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	3.48	1.27	1.76	0.13	0.12	
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	4.09	0.75				
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	3.83	0.91				
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	3.85	0.94				
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	4.04	0.88				
Utanç	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	2.89	0.84	1.34	0.25	0.82	
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	3.34	0.92				
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	3.19	0.85				
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	3.10	0.94				
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	3.33	0.88				

Tablo 3.18'e göre araştırmada yer alan bireylerin suçluluk ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanların evlilik / ilişki süresine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0.05$). Araştırmada katılımcıların eğitim düzeyine göre Suçluluk / Utanç Ölçeği'nden almış oldukları puanlarını karşılaştırmaya yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.19'da gösterilmiştir.

Tablo 3.19. Bireylerin Suçluluk / Utanç Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	N	Ort.	ss	F	p	Levene p	Fark
Suçluluk	İlköğretim ⁽¹⁾	21	3.62	1.06	2.27	0.08	0.43	
	Lise ⁽²⁾	33	3.62	1.07				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	4.06	0.82				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	3.94	1.05				
Utanç	İlköğretim ⁽¹⁾	21	3.29	0.99	0.53	0.65	0.21	
	Lise ⁽²⁾	33	3.04	0.86				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	3.22	0.80				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	3.28	1.03				

Tablo 3.19'a göre araştırmada yer alan bireylerin suçluluk ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanların eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0.05$).

3.6. Katılımcıların Kişisel Bilgilerine Göre Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmada katılımcıların cinsiyetine göre Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden almış oldukları puanlarını karşılaştırmaya yönelik yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları Tablo 3.20'de gösterilmiştir.

Tablo 3.20. Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Sosyal Görünüş Kaygısı	Erkek	80	2.04	0.85	-0.87	0.38
	Kadın	80	2.16	0.97		

Tablo 3.20'ye göre araştırmada yer alan bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden aldıkları puanların cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0.05$).

Araştırmada katılımcıların Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden almış oldukları puanlar ile yaş arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla uygulanan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.21'de gösterilmiştir.

Tablo 3.21. Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar ile Yaş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

<i>Değişkenler</i>	<i>Sosyal Görünüş Kaygısı</i>
Yaş	-0.16*

* $p<0.5$ ** $p<0.01$

Tablo 3.21'e göre araştırmada yer alan bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden almış oldukları puanlar ile yaş arasında negatif yönlü ve istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0.05$).

Araştırmada katılımcıların ilişki süresine göre Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden almış oldukları puanlarını karşılaştırmaya yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.22'de gösterilmiştir.

Tablo 3.22. Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının Evlilik / İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Evlilik/İlişki Süresi	N	Ort.	ss	F	p	Levene p	Fark
Sosyal Görünüş Kaygısı	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	2.06	0.98	0.90	0.46	0.86	
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	2.06	0.91				
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	2.06	0.84				
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	2.44	0.91				
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	2.03	0.92				

Tablo 3.22'ye göre araştırmada yer alan bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden aldıkları puanların evlilik / ilişki süresine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0.05$).

Araştırmada katılımcıların eğitim düzeyine göre Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden almış oldukları puanlarını karşılaştırmaya yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.23'te gösterilmiştir.

Tablo 3.23. Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	N	Ort.	ss	F	p	Levene p	Fark
Sosyal Görünüş Kaygısı	İlköğretim ⁽¹⁾	21	2.62	0.71	3.21	0.02*	0.70	1-3
	Lise ⁽²⁾	33	2.17	0.80				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	1.95	0.93				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	2.03	1.00				

** $p<.01$ * $p<.05$

Tablo 3.23'e göre ilköğretim mezunu bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden almış oldukları puanları önlisans / lisans mezunu bireylerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$).

3.7. Katılımcıların Kişisel Bilgilerine Göre Cinsel Doyum Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

Araştırmada katılımcıların cinsiyetine göre Cinsel Doyum Ölçeği'nden almış oldukları puanlarını karşılaştırmaya yönelik yapılan bağımsız gruplar t-testi sonuçları Tablo 3.24'te gösterilmiştir.

Tablo 3.24. Bireylerin Cinsel Doyum Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Sıklık	Erkek	80	1.79	0.87	0.42	0.67
	Kadın	80	1.73	1.00		
İletişim	Erkek	80	1.39	1.14	-0.32	0.74
	Kadın	80	1.44	1.05		
Doyum	Erkek	80	1.31	0.76	0.95	0.33
	Kadın	80	1.19	0.80		
Kaçınma	Erkek	80	0.98	0.91	1.70	0.09
	Kadın	80	0.76	0.75		
Dokunma	Erkek	80	1.04	0.76	1.72	0.08
	Kadın	80	0.83	0.80		
Cinsel Doyum Ölçeği	Erkek	80	1.24	0.56	2.36	0.01*
	Kadın	80	1.03	0.55		

** $p < .01$ * $p < .05$

Tablo 3.24'e göre erkeklerin Cinsel Doyum Ölçeği'nden aldıkları puanların kadınlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < 0.05$). Buna karşın Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma ve Dokunma alt boyutlarından alınan puanların cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p > 0.05$).

Araştırmada katılımcıların Cinsel Doyum Ölçeği'nden almış oldukları puanlar ile yaş arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.25'te gösterilmiştir.

Tablo 3.25. Bireylerin Cinsel Doyum Ölçeği’nden Aldıkları Puanlar ile Yaş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

<i>Değişkenler</i>	<i>Yaş</i>
Sıklık	-0.02
İletişim	0.15*
Doyum	0.15
Kaçınma	0.04
Dokunma	0.14
Ereksiyon bozukluğu	0.27*
Erken Boşalma	0.14
Vajinismus	0.01
Orgazm Bozukluğu	0.27*
Cinsel Doyum Toplam	0.10

*p<0.5 **p<0.01

Tablo 3.25’e göre araştırmada yer alan bireylerin İletişim alt boyutundan aldıkları puanlar ile yaş arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Ayrıca araştırmada yer alan erkeklerin Ereksiyon Bozukluğu alt boyutu ile yaş arasında ve araştırmada yer alan kadınların Orgazm Bozukluğu alt boyutu ile yaş arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ve pozitif yönlü ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Ayrıca bireylerin Sıklık, Doyum, Kaçınma, Dokunma, Erken Boşalma (erkek), Vajinismus (kadın) alt boyutları ve Cinsel Doyum Ölçeği genelinin puanları ile yaş arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ($p>0.05$).

Tablo 3.26. Bireylerin Cinsel Doyum Ölçeği’nden Aldıkları Puanların Evlilik / İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Evlilik/İlişki Süresi</i>	<i>N</i>	<i>Ort.</i>	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Levene p</i>	<i>Fark</i>
Sıklık	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	2.14	1.04	5.24	0.00	0.41	3-1
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	1.62	1.07				3-5
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	1.45	0.80				4-1
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	1.23	0.86				4-5
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	1.98	0.82				
İletişim	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	1.48	1.38	1.54	0.19	0.04	
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	1.03	0.87				
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	1.15	1.08				
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	1.64	0.86				
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	1.56	1.07				

Tablo 3.26'nın devamı							
Doyum	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	1.36	0.80			
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	0.75	0.71			
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	1.16	0.78	2.37	0.05	0.85
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	1.33	0.66			
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	1.35	0.80			
Kaçınma	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	0.78	0.53			
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	0.54	0.55			
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	1.03	1.01	1.12	0.34	0.00
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	0.99	1.17			
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	0.87	0.77			
Dokunma	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	0.96	0.81			
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	0.54	0.67			
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	1.00	0.78	1.23	0.29	0.83
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	1.05	0.73			
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	0.95	0.82			
Ereksiyon Bozukluğu (erkek)**	0-1 yıl ⁽¹⁾	19	1.05	0.62			
	2-3 yıl ^{(2)*}	5	1.10	0.74			
	4-6 yıl ⁽³⁾	15	1.40	0.76	0.97	0.42	0.13
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	11	1.52	0.96			
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	30	1.38	0.76			
Erken Boşalma (erkek)**	0-1 yıl ⁽¹⁾	19	1.41	0.78			
	2-3 yıl ^{(2)*}	5	1.20	0.48			
	4-6 yıl ⁽³⁾	15	1.67	0.74	0.51	0.72	0.54
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	11	1.36	0.67			
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	30	1.46	0.76			
Vajinusmu s (kadın)**	0-1 yıl ^{(1)*}	6	1.67	0.97			
	2-3 yıl ⁽²⁾	12	0.73	0.49			2-4
	4-6 yıl ⁽³⁾	18	1.17	0.72	3.32	0.01	0.77
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	11	1.73	0.68			2-5
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	33	1.23	0.75			
Orgazm Bozukluğu (kadın)**	0-1 yıl ^{(1)*}	6	1.46	0.89			
	2-3 yıl ⁽²⁾	12	0.29	0.50			2-4
	4-6 yıl ⁽³⁾	18	0.92	0.71	4.80	0.00	0.13
	7-10 yıl ⁽⁴⁾	11	1.41	0.59			2-5
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	33	1.29	0.90			
Cinsel Doyum Ölçeği	0-1 yıl ⁽¹⁾	25	1.07	0.57			
	2-3 yıl ⁽²⁾	17	1.13	0.60			
	4-6 yıl ⁽³⁾	33	1.21	0.65	0.23	0.91	0.21
Toplam	7-10 yıl ⁽⁴⁾	22	1.09	0.58			
	11 yıl ve üstü ⁽⁵⁾	63	1.14	0.51			

*yeterli örneklem olmadığı için analize dâhil dışıdır.

**evli bireylerle karşılaştırma analizleri yapılan alt boyutlar

Tablo 3.26'ya göre 4-6 yıl ve 7-10 yıldır evli / ilişkisi olan bireylerin Sıklık alt boyutu puanları 0-1 yıl ve 11 yıl ve üstü yıldır evli / ilişkisi olan bireylerden daha düşük bulunmuştur ($p<0.05$). Ayrıca 2-3 yıldır evli/ilişkisi olan kadınların Vajinusmus ve Orgazma Bozukluğu alt boyutları puanları 7-10 yıl ve 11 yıl ve üzeri yıldır evli / ilişkisi olan bireylerden daha düşük olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Buna karşılık bireylerin İletişim, Doyum, Kaçınma, Dokunma alt boyutlarından ve ölçeğin genelinden aldıkları puanların evlilik / ilişki süresine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Yine erkeklerin Ereksiyon Bozukluğu ve Erken Boşalma alt boyutlarından aldıkları puanların evlilik / ilişki süresine göre farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0.05$).

Araştırmada katılımcıların eğitim düzeyine göre Cinsel Doyum Ölçeği'nden almış oldukları puanlarını karşılaştırmaya yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.27'de gösterilmiştir.

Tablo 3.27. Bireylerin Cinsel Doyum Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	N	Ort.	ss	F	p	Levene p	Fark
Sıklık	İlköğretim ⁽¹⁾	21	1.45	0.85	1.45	0.23	0.62	
	Lise ⁽²⁾	33	1.79	0.82				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	1.88	0.95				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	1.62	1.03				
İletişim	İlköğretim ⁽¹⁾	21	1.95	1.13	2.80	0.04	0.89	1-3
	Lise ⁽²⁾	33	1.58	1.04				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	1.23	1.04				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	1.33	1.15				
Doyum	İlköğretim ⁽¹⁾	21	1.63	0.72	2.70	0.04	0.84	1-4
	Lise ⁽²⁾	33	1.29	0.74				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	1.21	0.83				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	1.02	0.69				
Kaçınma	İlköğretim ⁽¹⁾	21	1.38	1.25	5.61	0.00	0.000	3-1
	Lise ⁽²⁾	33	1.09	0.89				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	0.64	0.65				3-2
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	0.85	0.67				

Tablo 3.27'nin devamı								
Dokunma	İlköğretim ⁽¹⁾	21	1.32	0.90	7.041	0.000	0.093	3-1
	Lise ⁽²⁾	33	1.30	0.73				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	0.71	0.68				3-2
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	0.82	0.79				
Ereksiyon Bozukluğu (erkek)**	İlköğretim ⁽¹⁾	12	1.50	0.73	4.55	0.00	0.56	2-4
	Lise ⁽²⁾	21	1.67	0.82				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	37	1.20	0.69				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	10	0.73	0.51				
Erken Boşalma (erkek)**	İlköğretim ⁽¹⁾	12	1.94	0.44	3.88	0.01	0.35	1-3
	Lise ⁽²⁾	21	1.63	0.74				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	37	1.22	0.71				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	10	1.40	0.78				
Vajinusmus (kadın)**	İlköğretim ⁽¹⁾	10	1.47	0.63	2.83	0.05	0.56	
	Lise ⁽²⁾	12	1.44	0.78				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	38	1.34	0.80				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	20	0.83	0.61				
Orgazm Bozukluğu (kadın)**	İlköğretim ⁽¹⁾	10	1.72	0.87	2.02	0.11	0.85	
	Lise ⁽²⁾	12	0.98	0.86				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	38	1.01	0.88				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	20	1.01	0.66				
Cinsel Doyum Ölçeği	İlköğretim ⁽¹⁾	21	1.46	0.59	5.29	0.00	0.08	1-3
	Lise ⁽²⁾	33	1.30	0.60				
	Önlisans/Lisans ⁽³⁾	76	1.04	0.49				
	Yüksek Lisans ve üstü ⁽⁴⁾	30	0.96	0.56				
Toplam								1-4

*evli bireylerle karşılaştırma analizleri yapılan alt boyutlar

Tablo 3.27'ye göre ilköğretim mezunu bireylerin İletişim alt boyutundan aldıkları puanların önlisans / lisans mezunu bireylerden daha yüksek; ilköğretim mezunu bireylerin Dokunma alt boyutundan aldıkları puanların yüksek lisans ve üstü mezunu bireylerden daha yüksek; önlisans / lisans mezunu bireylerin Kaçınma alt boyutu puanları ilköğretim ve lise mezunu bireylerden daha düşük; önlisans / lisans mezunu bireylerin Dokunma alt boyutu puanları ilköğretim ve lise mezunu bireylerden daha düşük; ilköğretim mezunu bireylerin Cinsel Doyum Ölçeği'nden aldıkları puanların önlisans / lisans ve yüksek lisans ve üstü mezunu bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur($p<0.05$). Ayrıca ilköğretim mezunu erkeklerin Erken Boşalma alt boyutundan aldıkları puanların

önlisans/lisans mezunu erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Buna karşılık bireylerin Sıklık alt boyutundan aldıkları puanların eğitim durumuna göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Yine kadınların Vajinusmus ve Orgazm Bozukluğu alt boyutlarından aldıkları puanların eğitim durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$).



BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırma soru ve hipotezlerinin test edildiği bulguların ilgili literatürle karşılaştırması yapılmıştır. İlk olarak, katılımcıların sosyo-demografik özellikleri bakımından cinsel benlik şemaları, suçluluk ve utanç duyguları, sosyal görünüş kaygısı ve cinsel doyum düzeyleri ele alınmıştır. İkinci olarak, katılımcıların cinsel benlik şemaları olan Sevgi dolu ve şefkatli olma ile tahrik edicilik boyutları, suçluluk ve utanç duyguları, sosyal görünüş kaygısı ve cinsel doyum düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

4.1. Cinsel Benlik Şemaları, Suçluluk ve Utanç Duygularının Cinsel Doyum ve Sosyal Görünüş Kaygısı ile İlişkisine Yönelik Bulgular ve Yorumu

Araştırmada yer alan bireylerin Cinsel Benlik Sevgi Dolu/Şefkatli şeması en yüksek ortalamaya sahiptir. Ayrıca, katılımcıların aldığı puanlar doğrultusunda elde edilen sonuçlara göre, sosyal görünüş kaygılarının düşük düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların cinsel doyum ile ilgili olarak en büyük sorunu cinsel ilişki sıklığında yaşadıkları görülmüştür. Bu bölümde, katılımcıların cinsel benlik şeması, cinsel işlevler, sosyal görünüş kaygısı, suçluluk ve utanç düzeylerine yönelik araştırma sonuçları ve daha önce bu konuda yapılan araştırmalardaki bulguların karşılaştırılmasına yer verilmiştir.

İlk olarak, araştırmada bireylerin cinsel benlik şemalarından sevgi dolu ve şefkatli oluşları ile suçluluk ve utanç durumları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Şehvetli / Tahrik edici davranışları ile suçluluk durumları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Araştırmada elde edilen diğer bir sonuç ise, bireylerin dolaysız ve açık sözlü oluşları ile suçluluk durumları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen sonuçların literatürle uyumlu olduğu görülmektedir. Utanç ve suçluluk konusunda yapılan araştırmalar, öz-bilinçli duygular alanındaki çalışmaların temel bir parçasıdır. Utanç genellikle suçluluk ile karıştırılmaktadır. Suçluluk, kişinin farklı bir şekilde hissetmesi, düşünmesi veya davranması gerektiğine dair inançlarla karakterize edilen hoş olmayan bir duygu olarak tanımlanmaktadır (Kubany ve Watson, 2003). Suçluluk duygusu, bireyin belirli bir davranışıyla ilgilidir ve dışa dönüktür. Utanç, bunun yerine, tüm benliğin genel bir olumsuz değerlendirilmesini içeren sosyal bir duygu olarak tanımlanır (Tangney, 1996). Bu nedenle, utanç eğilimli bireyler genellikle işlevsel olmayan bağlanma biçimlerine, düşük benlik saygısına ve

gerçekçi olmayan benlik ve başkaları kavramlarına sahiptirler (Hampton ve ark., 2011; Schimmenti ve ark., 2014). Utanç hem ahlaki ihlallerden hem de ahlaki olmayan durumlardan kaynaklanabilirken, suçluluk esas olarak ahlaki eylemlerden kaynaklanmaktadır (Ferguson ve Stegge, 1995). Suçluluk ve utanç duygularına verilen tepkiler de farklı olabilir. Birçok araştırmacı suçluluğun adaptif doğasını desteklemektedir. Suçluluk duyguları, bireyi özür dilemeye, itiraf etmeye ve empatik tepki göstermeye yönlendirerek onarıcı bir işlev görmektedir (Tangney, 1991). Utanç, uyum sağlama işlevine sahip değildir ve psikolojik uyumsuzluk, kırgınlık, sinirlilik, şüphecilik, öfke ve dışsallaştırma ile ilişkilendirilmektedir (Tangney ve ark., 1992).

Utanç ve suçluluk, benliğin değerlendirilmesini kapsayan öz-bilinçli, “ahlaki” duygular olarak tanımlanmıştır (Tangney, Stuewig ve Mashek, 2007). Genel manada iki duygunun beraber düşünülmesine rağmen, utanç ve suçluluğun farklı, ancak örtüşen duygusal deneyimleri temsil ettiği düşünülmektedir (Tangney ve ark., 2007). Bu ayrımla ilgili görüş, kişinin davranışına karşı bakış açısının söz konusu duygularda farklılık göstermesiyle ilişkilidir. Özünde utanç, benliğin olumsuz yönlerini içeren bilişsel ve duyuşsal yapı olarak görülebilir (Chou ve ark., 2018). Bu yargılar geneldir, istenmeyendir ve benliğin doğası gereği kusurlu, yetersiz veya kötü olarak değerlendirilmesi ile karakterize edilir (Blythin ve ark., 2018; Carden ve ark., 2018). Öte yandan, suçluluk ise kişinin davranışıyla ve bunun olumsuz değerlendirilmesiyle ilgilidir (Tangney ve ark., 2007; Tangney ve Dearing, 2002).

Cinsel benlik şemalarıyla suçluluk ve utancın karşılaştırılmasında da kişilerin cinselliği deneyimlemeye dair tutum ve yönelimlerinin kendileri açısından uygun olmayan ve kötü özellikler olmasıyla bağlantılı bir durumla açıklanabileceği tahmin edilmektedir. Kişiler cinselliği yaşamanın ahlaki açıdan uygun olmadığını ve benlik şemalarının toplumsal normlara uygun olmadığını düşünmesinden kaynaklı utanç ve suçluluk duygularının açığa çıkabileceği öngörülmektedir. Bu durumun cinselliğin bir tabu olarak görüldüğü ataerkil toplumlarda daha fazla görülebileceği aşikardır. Ataerkillik, erkekleri (ataer olan) kadınlardan üstün gören sosyal ve ideolojik bir yapıdır. Walby'ye (1990) göre, birincil otorite figürü olarak erkeğin rolünün sosyal yapıda merkezi olduğu ve erkeklerin kadınlar, çocuklar ve mülk üzerinde otoriteye sahip olduğu bir sosyal sistemdir. Ataerkillik, erkek

ve kadın arasındaki adaletsiz güç ilişkilerini güçlendiren erkeklik ve kadınlık karakter kalıplarını topluma dayatmaktadır.

Walby'ye (1990) göre ataerkillik, birbirine bağımlı altı faktörden oluşmaktadır. Bunlar hane halkı, işgücü, devlet, kadına şiddet, cinsellik ve kültürel kurumlardır. Kadına erkek tarafından uygulanan şiddet, aşağılanma inancının ve kadının boyun eğdirilmesinin bir sonucu olarak kadınlara uygulanan şiddet ve ayrımcılık olarak tanımlanabilir. Ayrıca, cinsellik, ataerkil bir düzende heteroseksüelliğin norm olduğu ve olması gerektiği anlamına gelir. Diğer cinsel tercihler, ataerkil normların ihlali olarak görülür ve bu nedenle toplum tarafından yok sayılır veya cezalandırılır. Kadınların nesneleştirilmesini, erkek bakışını ve kadınların erkek tatmininin bir nesnesi olarak algılanmasını kapsamaktadır. Son olarak, kültürel faktörler, toplumun kültüründeki ataerkil ilişkileri temsil eder ve kadınların sosyal yaşamdaki davranışlarını düzenler. Örneğin, halka açık yerlerde kıyafet kuralları ve toplumda serbest dolaşım gibi durumlar buna bağlı şekillenir. Tarihsel olarak, ataerkillik ilkesi, birçok eski uygarlığın sosyal, yasal, politik ve ekonomik yapının merkezinde yer almıştır (Weitz, 2003).

Toplumun özelliklerine ek olarak, geleneksek açıdan utancın tanımı, bireyin toplumda kendini algılaması üzerinden yapılmaktadır. Bununla birlikte, bazı araştırmacılar ise bireyin başkaları tarafından nasıl algılandığına dair temsili (özellikle bireyin başkaları tarafından olumsuz olarak yargılanma algısı), 'dışsal' utanç olarak adlandırılan bir boyutu olduğunu ileri sürmektedir (Gilbert, 1998). Bu yönüyle, utanç duygusunun sosyal görünüş kaygısı ile bağlantılı olmasının tutarlı bir durum olduğu anlaşılmaktadır. Öte yandan, utanç duygusu kişinin karakteri, davranışı veya bedeni gibi benliğin farklı yönleriyle ilişkili olarak ortaya çıkmaktadır (Andrews, Qian ve Valentine, 2002).

Hem utanç hem de suçluluk, istenmeyen veya rahatsız edici duygusal durumlar olarak tanımlanır. Bununla birlikte literatür, bireyin benlik duygusuyla yakın bağları nedeniyle utancın kişi için olumsuz sonuçları olduğuna ilişkin bulgular sunmaktadır. Esasında utanç, depresyon, psikoz, cinsel işlev sorunları, Travma Sonrası Stres Bozukluğu (PTSD) ve yeme bozuklukları dahil olmak üzere çeşitli psikiyatrik rahatsızlıkla yakından ilişkilidir (Blythin ve ark., 2018; Carden ve ark., 2018; Pugh, Taylor ve Berry, 2015). Utanç ve suçluluk duygularının tanımı ve ilişkili olduğu faktörler ele alındığında, araştırma sonuçlarının literatürle uyumlu olduğu anlaşılmaktadır.

Son yıllarda yapılan araştırmalarda, bireylerin cinsel benlik şemalarının çok boyutlu yapısının farklı niteliklerle ilişkilendirildiği göstermektedir (Rostosky ve ark., 2008; Tolman, Striepe ve Harmon, 2003). Ayrıca, bireylerin cinsel yaşamına ilişkin filli ve zihinsel meşguliyetinin cinsellik hakkındaki düşünceleri ve doyum düzeyleriyle bağlantılı olduğunu vurgulayan araştırma bulguları elde edildiği görülmektedir (Antičević ve ark., 2017). Bireylerin hissettiği cinsel suçluluk ve depresyon gibi olumsuz durumların cinsel benlik ve cinsel doyumla anlamlı ilişkisinin olduğunu kanıtlayan araştırmada Antičević ve meslektaşları (2017) erken dönem yaşantılarının da cinsel benlik şemalarının gelişiminde anlamlı rolleri olduğunu ileri sürmüşlerdir.

Araştırmada bireylerin sevgi dolu ve şefkatli cinsel benlik şeması ile cinsel doyum sıklık sorunu, cinsel doyum iletişim sorunu, cinsel doyum sorunu, cinsel kaçınma sorunu ve genel cinsel doyum sorunu arasında negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Araştırmada bireylerin şehvetli ve tahrik edici cinsel benlik şeması ile cinsel doyum sıklık sorunu, cinsel doyum iletişim sorunu, cinsel doyum dokunma sorunu, erkekler için ereksiyon bozukluğu sorunu, erkekler için erken boşalma sorunu ve kadınlar için orgazm bozukluğu sorunu arasında negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Cinsel ilişki sıklığı ve cinsel benlik şeması hakkındaki ilişkiye yönelik yapılan araştırmalarda da cinsel benlik şemalarının olumsuz özellikte olduğu durumlarla cinsel ilişki sıklığı arasında anlamlı ilişkiler olduğu vurgulanmıştır (Salazar ve ark., 2005; Spencer ve ark., 2002). Ayrıca, cinsel benlik şeması ile cinsel doyum ve cinsel işlevler arasında karşılıklı ilişki olduğunu ileri süren araştırmalarının daha önce yapıldığı görülmektedir (Rostosky ve ark., 2008). Cinsel benlik şemasının cinsel işlev ve cinsel doyuma etkisine ek olarak, bireylerin cinsel doyum düzeyinin de cinsel benlik şemasının gelişmesinde rolü olduğu anlaşılmaktadır (Houlihan ve ark., 2008). Öte yandan, cinsel yaşama yönelik hissedilen utanç ve suçluluk duygularının kültürel faktörlere bağlı olabileceği de tahmin edilmektedir. Bu duruma yönelik yapılan benzer bir araştırmada, özellikle kadınların, sosyal rollerin getirdiği tutumlar ve basmakalıp yargılar neticesinde cinsel yaşama yönelik utanç ve suçluluk duygularının daha fazla olabileceği ileri sürülmüştür (Frosh ve ark., 2003). Özellikle kültürel ve ailesel açıdan ataerkil ve heteroseksüel bakış açısının baskın geldiği toplumlarda kadınların cinselliğini kendileri açısından kabul edilebilir durumlar dışında söz konusu olması halinde kadının uygunsuz davradığını ve toplum tarafından yargılabileceği bir davranış içerisinde olduğu düşünülmektedir. Bu yüzden, kadınlara

yönelik olası tutumların, cinsel yaşam ve cinsel işlevlerine dair kendilerini suçlu hissetmesine yol açabilmektedir (Bishop, 2012).

Araştırmada bireylerin dolaysız ve açık sözlü cinsel benlik şeması ile cinsel doyum sıklık sorunu, cinsel doyum iletişim sorunu, cinsel doyum sorunu, cinsel kaçınma sorunu, cinsel doyum dokunma sorunu, erkekler için ereksiyon bozukluğu sorunu, erkekler için erken boşalma sorunu, kadınlar için orgazm bozukluğu sorunu arasında negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca, araştırmada bireylerin suçluluk tutumları ile cinsel doyum iletişim sorunu, cinsel doyum sorunu, cinsel doyum dokunma sorunu, erkekler için ereksiyon bozukluğu sorunu, erkekler için erken boşalma sorunu, kadınlar için orgazm bozukluğu sorunu arasında negatif yönlü ilişki bulunmuş olup, bireylerin genel cinsel doyum sorunları ile de negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca bireylerin utanç tutumları ile cinsel doyum dokunma sorunu ve kadınlar için orgazm bozukluğu sorunları arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Araştırmada elde edilen bulguların literatürle uyumlu olduğu görülmektedir (Hasting, 1998; Morrison 1989; Lansky 2005; Sanchez ve Kiefer, 2007; Schmader ve Lickel, 2006; Tiggemann ve Williams, 2012; Tiggemann ve Lynch, 2001).

Cinsel benlik şeması ile cinsel davranış arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların daha önce yapıldığı görülmektedir (Breakwell ve Millward 1997; Hensel ve ark., 2011; Impett ve Tolman, 2006; Rostosky ve ark., 2008). Önceki araştırmalar, cinsel benlik kavramının bazı faktörleri (örneğin, cinsel benlik saygısı, cinsel öz-yeterlik) ile cinsel doyum arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir (Andersen ve Cyranowski, 1994; Impett ve Tolman, 2006). Önceki cinsel deneyimin, olumsuz duygulanım gibi cinsel benlik kavramının diğer faktörleriyle de olumsuz ilişkisi olduğu ileri sürülmektedir (O'Sullivan ve ark., 2006). Cinsel doyum seviyeleri aynı düzeyde olan bireylerin aynı cinsel benlik tarzında sınıflandırıldığını gözlenmiştir. Ayrıca, cinsel doyum düzeylerindeki değişiklikler, cinsel benliğin cinsel özsaygı faktörünün düzeylerindeki değişikliklerle ilişkilidir (Hensel ve ark., 2011; Zimmer-Gembeck ve ark., 2011). Örneğin, Hensel ve meslektaşları (2011) tarafından yapılan araştırmada, cinsel ilişki sıklığındaki artışın cinsellik konusundaki açıklıkla olumlu ilişkili olduğu, ancak cinsel birliktelik sıklığındaki artışın cinsel benlik saygısında artışla ilgili olmadığını sonucu elde edilmiştir. Bu nedenle, cinsel benlik şemalarının tüm faktörlerinin cinsel davranıştan aynı şekilde etkilendiği

görülmemektedir: bazıları değişime diğerlerinden daha duyarlı olabilir. Cinsel benlik şemaları ve cinsel deneyimler arasındaki ilişki, benlik kavramı literatürü tarafından da teorik olarak desteklenmektedir. Benlik kavramı, öncelikle kişinin kendi deneyimlerinin öznel yorumları ve başkalarının değerlendirmeleri, doğrudan öz değerlendirme ve sosyal karşılaştırmalar yoluyla beslenen öz değerlendirmeleri tarafından şekillenmektedir (Gecas, 1982; McLean, Pasupathl ve Pals, 2007). Bu nedenle, benlik kavramı hem bireysel bağlamda (kişinin kendi eylemleri, düşünceleri ve hisleri üzerine kendini yansıtma yoluyla) hem de başkalarıyla ilişkisel bir bağlamda (başkalarını değerlendirme, sosyal karşılaştırmalar) gelişmektedir. Bu nedenle, kişi kendi eylemleri, fizyolojik tepkileri, bilişleri ve belirli cinsel deneyimler sırasındaki etkileri üzerine bireysel bağlamda yansıtılabileceğinden ve aynı zamanda başkalarından cinsel deneyimler hakkında değerlendirmeler alabileceğinden, cinsel işlevler cinsel benlik şemaları gelişiminde önemli bir etkiye sahiptir.

Araştırmada elde edilen diğer bir sonuç ise, sosyal görünüş kaygıları ile bireylerin cinsel benlik şemalarından dolaysız ve açık sözlü oluşları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu yönündedir. Ayrıca, araştırmada bireylerin utanç duyguları ile sosyal görünüş kaygıları arasında pozitif yönlü ilişki olduğu görülmüştür. Araştırmada bireylerin cinsel doyum kaçınma ve dokunma sorunlarıyla sosyal görünüş kaygısı arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Araştırma bulguları, kişilerin olumsuz değerlendirilme korkusuyla birlikte değerlendirilebilecek sosyal görünüş kaygısının cinsel yaşamına ve cinsel benlikleriyle bağlantılı olduğunu göstermektedir. İlgili literatüre göre, sosyal görünüş kaygısının cinsel işlevselliği olumsuz etkilediğine dair araştırma bulguları mevcuttur. Tiggemann ve Williams (2012) tarafından yakın zamanda yapılan bir araştırma, kadın lisans öğrencilerini kendini nesneleştirme, kendini izleme, bedeninden utanç duyma, görünüş kaygısı, içsel beden farkındalığı, bozulmuş yeme davranışı, depresif ruh hali ve cinsel işlevsellik değişkenleri incelenmiştir. Bu çalışmada aracılar (görünüş kaygısı, içsel farkındalık eksikliği, beden utancı) yalnızca görünüm kaygısının cinsel işlevsellik ile ilişkisinde anlamlı etkiye sahip bulunmuştur. Modelde, kendini nesnelleştirme davranışlarının vücuttan utanç ve görünüm kaygısına yol açtığı sonucu elde edilmiştir. Ayrıca, beden utancı ve görünüş kaygısını birlikte ele alan önceki çalışmalarda, görünüş kaygısı önemli bir etki unsurudur (Steer ve Tiggemann, 2008; Sanchez ve Kiefer, 2007; Tiggemann ve Lynch, 2001). Bu nedenle araştırmacılar, utanç

duygusunun sosyal görünüşle ilgili kaygı ve cinsel işlev üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu sonucunu elde etmişlerdir (Tiggemann ve Williams, 2012). Bu nedenle, sosyal görünüm kaygısı, morfolojik özellikler, olumsuz beden imajı ve cinsellik arasındaki ilişkiyi inceleyen ve gelecekteki araştırmalar için de ele alınabilecek önemli bir gösterge olarak ele alınmaktadır.

Bireyin olumsuz olarak değerlendirilebileceği sosyal durumlardan korkma ve kaçınma ile karakterize edilen sosyal kaygı (Kashdan, 2007), genital benlik imajı, dikkat dağınıklığı ve zevk arasındaki ilişkilerin şiddetini etkileyebilmektedir. Sosyal kaygı ve yaygın kaygı benzer yapılar olsa da odaklanılan kaygı unsuru farklıdır. Sosyal kaygısı olan bireyler olumsuz değerlendirmelere karşı aşırı tetikteyken (Beogels ve Mansell, 2004), yaygın olarak kaygılı bireyler çok çeşitli durumlardaki tehditlere karşı aşırı tetiktedir. Sosyal kaygı, kaygının yaygın semptomlarının görüldüğü bir alt türdür (yani, olumsuz duygulanım, tehdit duyarlılığı, geri çekilme eğilimleri), ancak yaygın kaygıdan farklı olarak, sosyal kaygı, kişinin ödüle ulaşabileceği sosyal ipuçlarını fark etmesini güçleştirmektedir (Kashdan, 2007). Cinsel yaşam açısından, seks sırasında, cinsel haz ve uyarılmayı engelleyebilecek duyguların ödül hissini engellediği ileri sürülmüştür. Bu varsayım doğrultusunda, sosyal olarak kaygılı bireyler daha az orgazm (Leary ve Dobbins, 1983) ve daha az cinsel haz yaşadığı ileri sürülmektedir (Kashdan ve ark., 2011).

İlgili literatür incelendiğinde, kişilerarası ilişkilerde utanma ile kişilerarası ilişkiler arasındaki bağlantı, özellikle yakın ilişkilerde doyumunu etkileyen önemli ve yaygın bir durum olarak incelenmektedir (Schmader ve Lickel, 2006). Ayrıca, Hasting (1998) tarafından belirtildiği üzere, genel anlamlı kişilerarası ilişkilerde doyuma ek olarak, bireylerin cinsel işlevlerinde suçluluk ve utanç duygularının sağlıklı cinsel işlevlerini sürdürmede olumsuz etkileri beraberinde getirmektedir.

Utanç—aşağılık, yetersizlik, yetersizlik, çaresizlik duygusu; kendini kusurlu olarak görme, başarısızlık, değersizlik duygusuna ve aşağılanma, sevilme ve terk edilme gibi deneyimlere yol açmaktadır. Utanç, saklanma, kusurlu benlik duygusunu gizli tutma ve kişinin yetersizliğini ortaya çıkarabilecek ve daha fazla reddedilmeye yol açabilecek herhangi bir kişilerarası ilişki örüntüsünden kaçınmaya yol açmaktadır (Morrison 1989; Lansky 2005). Utanç iki kişilik bir deneyimdir ve kişi mevcut olmasa bile, biri diğerinden

utanmaya devam edebilir. Utanç, kendilik psikolojisi tarafından ikili ilişkilerde ödipal dönem öncesi bir sorun olarak ele alınır ve Freud'un ödipal dönemde ortaya çıktığını ileri sürdüğü suçluluk ve çatışmayla tezat oluşturan bir duygu olarak tanımlanır. Suçluluk, aktif ödipal dönemde ortaya çıkarken, utanç, ödipal özlemlerden ziyade oral ve anal evrelerde başarısızlığı içeren benliğin bir kusuru sonucunda ortaya çıktığı belirtilmiştir (Morrison 1989).

Kişinin kendine aşırı bir biçimde odaklanmas ve olumsuz değerlendirilme korkusu gibi sosyal kaygı semptomları cinsel yaşamla önemli ölçüde ilişkilidir (Woody ve Rodriguez, 2000). Seks doğası gereği kişilerarasıdır ve reddedilme ve fiziksel kusurların görünmesi gibi durumları içermektedir. İlgili literatürün sağladığı bulgular doğrultusunda, bu çalışmada sosyal görünüş kaygısıyla ilişkili olan cinsel doyum, cinsel benlik ile suçluluk ve utanca yönelik sonuçların uyumlu olduğu görülmektedir.

4.2. Sosyodemografik Özelliklerin Cinsel Benlik Şemaları, Suçluluk, Utanç, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Cinsel Doyum Düzeyleriyle Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular ve Yorumu

Araştırmada kadınların erkeklere göre daha sevgi dolu ve şefkatli olduğu belirlenmiştir. Araştırmada ilişkisi olup evli olmayan bireylerin evli olanlara göre şehvet ve tahrik edicilik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Araştırmada flört ederek evlenmiş bireylerin görücü usulü evlenen bireylere göre sevgi ve şefkat düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. İlgili literatür incelendiğinde, daha önceki benlik kavramı araştırmalarında cinsiyet farklılıklarının stereotipik olduğu görülmüştür. Erkekler kendilerini üstün zekâlılık, güç ve dokunulmazlık gibi özelliklerle benliği değerlendirme eğilimindeyken ve kadınlar kendilerini beğenilme ve ahlakla ilgili benlik kavramı ölçütleriyle değerlendirmiştir (Stake, 1992). Aynı durum, cinsel benlik kavramı için de söz konusudur.

Araştırmada kadınların suçluluk ve utanç düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmada orta seviyede gelire sahip olan bireylerin suçluluk ve utanç düzeylerinin iyi seviyede gelire sahip olanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. İlgili literatüre göre, araştırma bulgularının uyumlu olduğu görülmektedir. Diğer bir sosyoekonomik değişken olan eğitim düzeyi incelendiğinde, araştırmada ilkökul mezunu bireylerin sosyal görünüş kaygılarının önlisans/lisans mezunu bireylerden daha yüksek

olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada erkeklerin bildirdiği cinsel tatmin sorununun kadınlardan daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyete göre cinsel işlevlerle ilgili araştırma bulgularına göre, cinsiyet farklılıklarının ve geleneksel cinsiyet rollerinin kişilerin cinsel işlevselliğine yönelik tutum ve davranışlarında belirleyici olabileceği anlaşılmaktadır. Geleneksel cinsiyet rolleri bağlamında, erkekler daha kendine güvenli ve atılgan bir duruş sergilerken, kadınlar cinsel yaşam konusunda daha az paylaşımda bulunmayı tercih edebilir. Bununla birlikte, literatürde, cinsiyet rollerine bağlı farklılıkların romantik ilişki sürecinde partnerler arasında cinsel yaşamda eşit durumda olabileceği ileri sürülmüştür. İyi bir cinsel yaşam, yakın ilişkilerin hayati bir yönüdür. Erkekler ve kadınların tatmin edici cinsel yaşamı, ilişki ve yaşam doyumu için kritik öneme sahiptir (Byers, 2005; Yeh ve ark., 2006) Araştırmalar, cinsel doyum, ilişki doyumu ve yaşam doyumunun ilişkili olduğunu göstermektedir (Byers, 2005; Yeh ve ark., 2006; Davison ve ark., 2009; Carvalheir ve Costa, 2015). Partnerler cinsel açıdan daha az bağlı olduklarında bu durum yakın ilişkilere zarar verebilmektedir (Carvalheir ve Costa, 2015). Cinsel işlevler ve cinsel doyuma ilişkin cinsiyet rolleri üzerine mevcut araştırmalar, geleneksel cinsiyet rolü ifadesinin erkekler ve kadınlar için olumsuz sonuçlara yol açtığı ve erkekler ve kadınlar daha az geleneksel olduğunda çiftlerin cinsel yaşamının iyileştiği, bu durumun kadınları güçlendirerek ve erkekliği yeniden tanımlayarak cinsiyet eşitliğini desteklediği ileri sürülmüştür (Casad ve ark., 2015; Backus ve Mahalik, 2011).

Araştırmada yer alan bireylerin cinsel birliktelikteki iletişim tutumu ile yaş arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Ayrıca araştırmada yer alan erkeklerin ereksiyon bozukluğu düzeyleri ile yaş arasında ve araştırmada yer alan kadınların orgazm bozukluğu ile yaş arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Khazaei ve meslektaşları (2011) yapılan bir araştırmada ise çiftlerin cinsel doyum düzeyinin ilişki süresi arttıkça azaldığı belirtilmiştir. Ayrıca, Chien (2003) ve Jose ve Alfons (2007) tarafından yapılan araştırmalarda ilişki süresi ve cinsel doyum arasında negatif ilişki olduğunu göstermiştir.

Araştırmada ilköğretim mezunu bireylerin cinsel iletişime yönelik sorunlarının önlisans/lisans mezunu bireylerden daha fazla olduğu elde edilmiştir. Ayrıca ilköğretim mezunu bireylerin eşe dokunma ile ilgili sorunlarının yüksek lisans ve üstü mezunu bireylerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yine önlisans / lisans mezunu bireylerin

cinsel birliktelikten kaçınma davranışlarının ilköğretim ve lise mezunu bireylerden daha az olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde önlisans/ lisans mezunu bireylerin cinsel birliktelikte dokunma ile ilgili sorunlarının ilköğretim ve lise mezunu bireylere göre daha az olduğu tespit edilmiştir. Genel olarak ise ilköğretim mezunu bireylerin cinsel doyum ile ilgili sorunlarının önlisans / lisans ve yüksek lisans ve üstü mezunu bireylerden daha fazla olduğu bulunmuştur. Ayrıca ilköğretim mezunu erkeklerin erken boşalma sorunlarının önlisans/lisans mezunu erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Öksüz ve Malhan (2005) tarafından yapılan araştırmada, düşük eğitim düzeyinin erkeklerde cinsel işlev sorunlarının yaygınlığı ile ilişkili bir faktör olduğu sonucu elde edilmiştir. Fahami ve meslektaşları (2015) tarafından yapılan araştırmada da eğitim düzeyi bakımından erkeklerin cinsel doyum düzeylerinde anlamlı farklılık olmadığı sonucu elde edilmiştir.

Araştırmada ekonomik durumu orta düzeyde olan bireylerin cinsel iletişim ve dokunma sorunlarının ekonomik durumu kötü ve iyi olanlardan daha az olduğu belirlenmiştir. Araştırmada yaşamının büyük çoğunluğunu şehir/kentte geçirmiş erkeklerin Ereksiyon Bozukluğu sorunun yaşamının büyük çoğunluğunu büyükşehir/metropolde geçirmiş olan erkeklerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. İlgili literatürde farklı bulguların ise farklı bulguların elde edildiği görülmüştür (Öksüz ve Malhan, 2005).

Araştırmada elde edilen bulgulara ek olarak, ileri araştırmalarda göz önünde bulundurulabilecek araştırma kısıtlılıkları olduğu düşünülmektedir. İlk olarak, araştırmadaki katılımcı sayısının örneklemin evreni temsil etmesi açısından sınırlılık oluşturabileceği düşünülmektedir. İkincisi, cinsellik hakkında paylaşım yapmaktan çekinebilecek kişilerin sorulara yanlı cevap vermesi ihtimalinin elde edilen sonuçları sınırlayabileceği düşünülmektedir. Araştırmada bir diğer sınırlılığın katılımcıların anketlere verdiği yanıtları etkileyebilecek olan “Hawthorne Etkisi” olabileceği tahmin edilmektedir. Bilimsel araştırmalarda gözlenen bu etki, dış geçerliği etkilemekte olup, katılımcıların normal koşullarda vermeyecekleri yanıtları araştırma içerisinde olduklarını fark ettiklerinden dolayı vermeleri şeklinde açıklanabilir. Bu durum, denenme etkisi, bir diğer adıyla Hawthorne Etkisi olarak tanımlanmaktadır. Bu çalışmada incelenen araştırma değişkenlerine yönelik, katılımcıların araştırma içerisinde olduklarının bilincinde bir biçimde sorulara yanlı cevap vermeleri ihtimalinin araştırmada kısıtlılık

oluşturabileceği dűőűnűlmektedir. Ayrıca, anketlerin çevrimiçi olarak katılımcılara verilmesinin daha fazla katılımcıya ulaşmayı sağlasa da kişilerin anketi yarım bırakma ya da teknik sorunlar yaşama olasılıkları sebebiyle araştırmayı sınırlandırabileceği dűőűnűlmektedir. Söz konusu sınırlılıkların giderilmesiyle, daha fazla katılımcı sayısının olduğu ve araştırmanın anketleri yüz yüze olacak biçimde katılımcılara uygulayabileceği başka araştırmalarla bu çalışmanın sonuçlarının karşılaştırılabileceği ve desteklenebileceği dűőűnűlmektedir.



SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın Bulguları

Araştırmada yer alan bireylerin %50'si erkek ve %50 kadındır. Ayrıca katılımcıların %33.1'i 26-33 yaş arasında, %69.4'ü evli, %39.4'ü 11 yıl ve üzeri ilişki / evlilik süresine sahip, %47.5'i önlisans/lisans mezunu, %81.3'ü orta düzeyde ekonomik gelire sahip, %62.5'i hayatının büyük bölümünü büyükşehir/metropolde yaşamını geçirmiştir. Yine katılımcıların %95.0'i psikolojik rahatsızlığa sahip olmadıklarını belirtmişlerdir. Ek olarak evli olan bireylerin %83.8'i flört ederek evlenmişlerdir.

Araştırmanın bulguları doğrultusunda elde edilen sonuçlar şu şekildedir:

- 1-Araştırmada yer alan bireylerin Cinsel Benlik Şemalarından Sevgi Dolu/Şefkatli şeması en yüksek ortalamaya sahiptir. Sosyal görünüş kaygılarının düşük düzeyde olduğu ifade edilebilir. Katılımcıların cinsel doyum ile ilgili olarak en büyük sorunu cinsel ilişki sıklığında yaşadıkları görülmüştür.
- 2-Araştırmada kadınların erkeklere göre daha sevgi dolu ve şefkatli olduğu belirlenmiştir.
- 3-Araştırmada ilişkisi olup bekâr olan bireylerin evli olanlara göre şehvet ve tahrik edicilik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur.
- 4- Araştırmada kadınların suçluluk ve utanç düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir.
- 5- Araştırmada yer alan bireylerin sosyal görünüş kaygısı ile yaş arasında negatif yönlü ve istatistiksel bakımdan anlamlı ilişki bulunmuştur. Katılımcılar arasında yaşı daha küçük olanların sosyal görünüş kaygısı puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- 6-Araştırmada ilkokul mezunu bireylerin sosyal görünüş kaygılarının önlisans/lisans mezunu bireylerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.
- 7- Araştırmada erkeklerin cinsel doyum ile ilgili sorunlarının kadınlardan daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

8- Araştırmada yer alan bireylerin cinsel birliktelikteki iletişim tutumu ile yaş arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Ayrıca araştırmada yer alan erkeklerin ereksiyon bozukluğu düzeyleri ile yaş arasında ve araştırmada yer alan kadınların orgazm bozukluğu ile yaş arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Bulgulara göre, erkeklerde yaş arttıkça ereksiyon bozukluğu düzeyleri artmaktadır. Kadınlarda da yaş arttıkça orgazm bozukluğu düzeyleri artmaktadır.

9-Araştırmada ilköğretim mezunu bireylerin cinsel iletişime yönelik sorunlarının önlisans/lisans mezunu bireylerden daha fazla olduğu elde edilmiştir. Ayrıca ilköğretim mezunu bireylerin eşe dokunma ile ilgili sorunlarının yüksek lisans ve üstü mezunu bireylerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yine önlisans / lisans mezunu bireylerin cinsel birliktelikten kaçınma davranışlarının ilköğretim ve lise mezunu bireylerden daha az olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde önlisans/ lisans mezunu bireylerin cinsel birliktelikte dokunma ile ilgili sorunlarının ilköğretim ve lise mezunu bireylere göre daha az olduğu tespit edilmiştir. Genel olarak ise ilköğretim mezunu bireylerin cinsel doyum ile ilgili sorunlarının önlisans / lisans ve yüksek lisans ve üstü mezunu bireylerden daha fazla olduğu bulunmuştur. Ayrıca ilköğretim mezunu erkeklerin erken boşalma sorunlarının önlisans/lisans mezunu erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür.

10- Araştırmada ekonomik durumu orta düzeyde olan bireylerin cinsel iletişim ve dokunma sorunlarının ekonomik durumu kötü ve iyi olanlardan daha az olduğu belirlenmiştir.

11-Araştırmada bireylerin cinsel benlik şemalarından sevgi dolu ve şefkatli oluşları ile suçluluk ve utanç durumları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Katılımcıların sevgi dolu ve şefkatli tutumlarındaki artış ile suçluluk utanç düzeylerinin de artış gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, Şehvetli / Tahrik edici davranışları ile suçluluk durumları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmada bireylerin dolaysız ve açıksözlü oluşları ile suçluluk durumları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Araştırma bulguları, cinsel benlik şemaları ile suçluluk ve utanç arasında anlamlı ilişki olduğunu göstermektedir.

12- Araştırmada bireylerin dolaysız ve açık sözlü oluşları ile sosyal görünüş kaygıları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Bulgulara göre, dolaysız ve açık

sözlü olma alt boyutu puanlarının artışı ile sosyal görünüş kaygısı puanlarının düşüşü arasında ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir.

13-Araştırmada bireylerin sevgi dolu ve şefkatli cinsel benlik şeması ile cinsel doyum sıklık sorunu, cinsel doyum iletişim sorunu, cinsel doyum sorunu, cinsel kaçınma sorunu ve genel cinsel doyum sorunu arasında negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Sevgi dolu ve şefkatli cinsel benlik şeması yüksek olan bireylerin cinsel işlev sorunlarının daha düşük olduğu saptanmıştır. Araştırmada bireylerin şehvetli ve tahrik edici cinsel benlik şeması ile cinsel doyum sıklık sorunu, cinsel doyum iletişim sorunu, cinsel doyum dokunma sorunu, erkekler için ereksiyon bozukluğu sorunu, erkekler için erken boşalma sorunu ve kadınlar için orgazm bozukluğu sorunu arasında negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir.

Ayrıca, araştırmada bireylerin dolaysız ve açıksözlü cinsel benlik şeması yüksek olan bireylerin cinsel işlev sorunlarının daha düşük olduğu saptanmıştır. Bulgulara göre, dolaysız ve açıksözlü cinsel benlik şeması ile cinsel doyum sıklık sorunu, cinsel doyum iletişim sorunu, cinsel doyum sorunu, cinsel kaçınma sorunu, cinsel doyum dokunma sorunu, erkekler için ereksiyon bozukluğu sorunu, erkekler için erken boşalma sorunu, kadınlar için orgazm bozukluğu sorunu arasında negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir.

16-Araştırmada bireylerin utanç tutumları ile sosyal görünüş kaygıları arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Utanç puanları artan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanlarının da arttığı sonucu elde edilmiştir.

17-Araştırmada bireylerin suçluluk tutumları ile cinsel doyum iletişim sorunu, cinsel doyum sorunu, cinsel doyum dokunma sorunu, erkekler için ereksiyon bozukluğu sorunu, erkekler için erken boşalma sorunu, kadınlar için orgazm bozukluğu sorunu arasında negatif yönlü ilişki bulunmuş olup, bireylerin genel cinsel doyum sorunları ile de negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca bireylerin utanç tutumları ile cinsel doyum dokunma sorunu ve kadınlar için orgazm bozukluğu sorunları arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Araştırmada, suçluluk ve utanç duyguları yüksek olan katılımcıların cinsel işlev sorunlarının daha düşük olduğu sonucu elde edilmiştir.

18-Araştırmada bireylerin sosyal görünüş kaygısı ile cinsel doyum kaçınma ve dokunma sorunları arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Sosyal görünüş kaygısı puanları artan katılımcıların cinsel doyum dokunma ve kaçınma puanları artış göstermektedir.

Gelecekteki Çalışmalara Yönelik Öneriler

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda, erişkin bireylerde cinsel benlik şemaları, suçluluk, utanç, sosyal görünüş kaygısı ve cinsel doyum düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Öte yandan, araştırmada elde edilen bulguların gelecekteki araştırma ve pratik alanlarına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda, uygulayıcılar ve araştırmacılara yönelik öneriler aşağıda belirtilmiştir:

Uygulayıcılara yönelik öneriler

- Cinsel terapi ve çift terapisi alanlarında bireylerin ilişkilerine dair önemli bir belirleyici olan cinsel doyum düzeylerinin ele alınmasında, cinsel benlik şemalarının dikkate alınarak terapötik süreçlerin yürütülebileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, bireylerde utanç ve suçluluk duygularının yalnızca cinsel işlevler açısından ele alınmaması ve kişilerarası ilişkiler, sosyokültürel faktörler ve genel işlevsellik açısından sürece dahil edilebileceği önerilmektedir.

Araştırmacılara yönelik öneriler

- Katılımcı sayısının artırılması ile gelecekteki araştırmaların evreni temsil etme gücünün artırılabilceği düşünülmekte ve araştırmacılara örneklem sayısını artırmaları önerilmektedir. Cinsel işlev ve cinsel benlik şemalarını incelerken bireylerde cinsel mitlerin gelecekteki araştırmalarda ele alınabileceği ve araştırma kapsamının genişletilebileceği düşünülmektedir. Cinselliğin bireysel ve kültürel bağlamda ele alınması açısından belirtilen değişkenlerin anlamlı sonuçlar sağlayabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Aarestad, S. L. (2000). *The Role of Attachment Style and Sexual Self-Schemas In Romantic and Sexual Relationships: A Study of Dating Couples*. (Doctoral Dissertation). Ohio: Ohio State University.
- Akbağ, M. ve İmamoğlu, S. E. (2010). Cinsiyet ve Bağlanma Stillerinin Utanç, Suçluluk ve Yalnızlık Duygularını Yordama Gücünün Araştırılması. *Studies*, 1(3), 145-166.
- Aker, S., Şahin, M. K. ve Gülay, O. (2019). Sexual Myth Beliefs and Associated Factors In University Students. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 13(4), 472-480.
- Alemdağ, S. (2013). *Öğretmen Adaylarında Fiziksel Aktiviteye Katılım, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Sosyal Öz-Yeterlilik İlişkisinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, EBE.
- Alkan, E. (2008). *Cinsel İşlev Bozuklukları ve Kişilerarası Tarz, Öfke ve Kendilik Algısı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara: Ankara Üniversitesi, SBE.
- Amasyalı, M. ve Alakuş, F. (2017). Level of Social Appearance Anxiety In Individuals With and Without Alignment of Teeth. *Turkish Orthodontic Society*, 30,1-5.
- Amerikan Psikiyatri Birliği, (2014). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM-5), Tanı Ölçütleri El Kitabı*. (Çev. E. Köroğlu) Ankara: Hekimler Yayın Birliği. (Özgün Çalışma 2013)
- Andersen, B. L. ve Cyranowski, J. M. (1994). Women's Sexual Self-Schema. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1079-1100.
- Andersen, B. L. ve Cyranowski, J. M. (1998). Schemas, Sexuality and Romantic Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1364-1379.
- Andersen, B. L., Cyranowski J. M. ve Aarestad, S. L. (1999). The Role of Sexual Self-Schema in A Diathesis-Stress Model of Sexual Dysfunction. *Applied & Preventive Psychology*, 8, 217-228.
- Andrews, B., Qian, M., ve Valentine, J. D. (2002). Predicting Depressive Symptoms With A New Measure of Shame: The Experience of Shame Scale. *The British Journal of Clinical Psychology*, 41, 29-42.
- Antičević, V., Jokić-Begić, N., ve Britvić, D. (2017). Sexual Self-Concept, Sexual Satisfaction and Attachment Among Single and Coupled Individuals. *Personal Relationships*, 24(4), 858-868.
- Arslangiray, N. (2013). *Üniversite Öğrencilerinde Beden İmajının Yordayıcıları Olarak Bağlanma Stilleri ve Toplumsal Cinsiyet Rollerini*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara: Hacettepe Üniversitesi, SBE.

- Aslan, H. ve Koç, Z. (2018). Ortaokul Öğrencilerinin Beden İmajı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 65-77.
- Ayatollahi, M. (2014). *Cinsel Doyumu Yordayan Demografik ve Psikolojik Değişkenlerin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara: Ankara Üniversitesi, EBE.
- Backus F, ve Mahalik J. (2011). The Masculinity of Mr. Right: Feminist Identity and Heterosexual Women's İdea Romantic Partners. *Psychology of Women Q*, 35, 318.
- Barrientoz, J. E. ve Paez, D. (2006). Psychosocial Variables of Sexual Satisfaction İn Chile. *Journal of Sex ve Marital Therapy*, 32, 351-368.
- Bassett, R. L., Bassett, K. M., Lloyd, M. W. ve Johnson, J. L. (2006). Seeking Forgiveness: Considering The Role of Moral Emotions. *Journal of Psychology and Theology*, 34(2), 111-124.
- Bastin, C., Harrison, B. J., Davey, C. G., Moll, J. ve Whittle, S. (2016). Feelings of Shame, Embarrassment ve Guilt and Their Neural Correlates: A Systematic Review. *Neuroscience Biobehavioral Reviews*, 71, 455-471.
- Bishop, E. C. (2012). Examining The Raunch Culture Thesis Through Young Australian Women's Interpretations of Contradictory Discourses. *Journal of Youth Studies*. 15, 821-840.
- Blythin, S., Nicholson, H. L., Macintyre, V. G., Dickson, J. M., Fox, J. ve Taylor, P. J. (2020). Experiences of Shame and Guilt in Anorexia And Bulimia Nervosa: A Systematic Review. *Psychology and psychotherapy*, 93(1), 134-159.
- Bozdemir, B. S. (2014). *Güncel Psikoloji*. Ankara: Türkiye Yayınları.
- Bozdemir, N. ve Özcan S. (2011). Cinselliğe ve Cinsel Sağlığa Bakış. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 5(4), 37-46.
- Breakwell, G. M. ve Millward, L. J. (1997). Sexual Self-Concept and Sexual Risk-Taking. *Journal of Adolescence*, 20, 29 – 41.
- Brody, S. ve Costa, R. M. (2009) Satisfaction (Sexual, Life, Relationship and Mental Health) İs Associated Directly with Penile-Vaginal Intercourse But İnversely With Other Sexual Behavior Frequencies. *Journal of Sexual Medicine*, 6, 1947-1954.
- Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Byers, E. (2005). Relationship Satisfaction and Sexual Satisfaction: A Longitudinal Study of Individuals in Long-Term Relationships. *Journal of Sex Research*, 42, 113.

- Byers, E. S. ve Demmons, S. (1999). Sexual Satisfaction and Sexual Self-Disclosure within Dating Relationships. *Journal of Sex Research*, 36, 180–189
- Campbell, L., Simpson, J. A., Boldry, J. G. ve Rubin, H. (2010). Trust, Variability In Relationship Evaluations and Relationship Processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99 (1), 14-31.
- Carden, L. J., Saini, P., Seddon, C., Watkins, M., & Taylor, P. J. (2020). Shame and The Psychosis Continuum: A Systematic Review of The Literature. *Psychology and psychotherapy*, 93(1), 160–186.
- Carvalho, A. ve Costa, P. (2015). The Impact of Relational Factors On Sexual Satisfaction Among Heterosexual and Homosexual Men. *Sexual Relationship Therapy*, 30, 314.
- Casad, B., Salazar, M. ve Mancina, V. (2015). The Real Vs The İdeal: Predicting Relationship Satisfaction From Endorsement of Marriage Myths and Benevolent Sexism. *Psychology of Women Quarterly*, 39, 119.
- Cash, T. F. (2004). Body İmage: Past, Present and Future. *Body Image*, 1(1), 1-5.
- Cash, T. F. ve Smolak, L. (2011). *Body Image: A Handbook of Science, Practice and Prevention*. Newyork: Guilford Press.
- Chien. L. (2003). Does Quality of Marital Sex Decline With Duration? *Archives of Sexual Behavior*, 32(1), 55-60
- Chou, C. Y., Tsoh, J., Vigil, O., Bain, D., Uhm, S. Y., Howell, G. ve Mathews, C. A. (2018). Contributions of Self-Criticism and Shame to Hoarding. *Psychiatry Research*, 262, 488–493.
- Cirhinlioğlu, F. G. ve Güvenç, G. (2011). Utanç Eğilimi, Suçluluk Eğilimi ve Psikopatoloji. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 248-267.
- Claes, L., Hart, T. A., Smits, D., Van Den Eynde, F., Mueller, A. ve Mitchell, J. E. (2012). Validation of The Social Appearance Anxiety Scale in Female Eating Disorder Patients. *European Eating Disorders Review* 20(5), 406-409.
- Clark, D. M. ve Wells, A. (1995). A Cognitive Model of Social Phobia. *Social Phobia: Diagnosis, Assessment and Treatment*, 41(68), 22-23.
- Çakır, S. (2010). *Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım Dayalı Olarak Hazırlanan Sosyal Kaygıyla Başa Çıkma Programının Lise Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerine Etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Bursa: Uludağ Üniversitesi, SBE.
- Çelik, E. ve Güzel, H. Ş. (2018). Ergenlerde Sosyal Görünüş Kaygısı İle Mükemmeliyetçilik Arasındaki İlişki: Benlik Saygısının Aracı Rolü. *Turkish Educational Sciences*, 16(2), 235-256.

- Çepikkurt, F. ve Çoşkun, F. (2010). Üniversiteli Dansçıların Sosyal Fizik Kaygı ve Beden İmgesinden Hoşnut Olma Düzeyleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 1(2), 17-24.
- Çınar, H. ve Keskin, N. (2015). Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygısının Öğrenim Yeri Tercihlerine Etkisi. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 14, 458.
- Davison S. L., Bell R. J. ve Lachina M. (2009). The Relationship Between Selfreported Sexual Satisfaction and General Well-Being in Women. *Journal of Sexual Medicine*, 6, 26-90.
- Diener, E., Oishi, S. ve Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403-425.
- Doğan, S. ve Saraçoğlu, G. V. (2009). Yaşam Boyu Vajinismusu Olan Kadınlarda Cinsel Bilgi, Evlilik Özellikleri, Cinsel İşlev ve Doyumun Değerlendirilmesi. *Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 26(2), 1-10.
- Doğan, T. (2009). *Bilişsel ve Kendini Değerlendirme Süreçlerinin Sosyal Anksiyete Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Sakarya: Sakarya Üniversitesi SBE.
- Doğan, T. (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin (SGKÖ) Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39), 151-159.
- Doğru, B. (2018). *Ergenlerde Sosyal Görünüş Kaygısının Benlik Saygısı ve Otomatik Düşünceler Üzerine Etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, SBE.
- Dolezal, L. (2017). Shame, Vulnerability and Belonging: Reconsidering Sartre's Account of Shame, *Human Studies*, 40, 421-438.
- Dünya Sağlık Örgütü (2006). Sexuality. https://www.who.int/health-topics/sexual-health#tab=tab_2 (Erişim Tarihi: 01.02.2022).
- Ekşi, H., Arıcan, T. ve Yaman, K. G. (2016). Meslek Lisesi Öğrencilerinin Riskli Davranışlarının Yordayıcısı Olarak Sosyal Görünüş Kaygısı ve Mükemmeliyetçilik. *Journal of Kirsehir Education Faculty*, 17(2), 1-20.
- Erikson, E. H. (2014). *İnsanın 8 Evresi* (Çev. G. Akkaya). İstanbul: Okyanus Yayınları.
- Eryılmaz, A. (2014). *Herkes İçin Mutluğun Başucu Kitabı, Teoriden Uygulamaya-Pozitif Psikoloji*. Ankara: Pegem Yayınevi.
- Eşsizoglu, A., Yenilmez, Ç., Güleç, G. ve Yazıoğlu, Y. (2012). *Aile Yapısı ve İlişkileri*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

- Fahami, F., Savabi, M. ve Mohamadirizi, S. (2015). Relationship of Sexual Dysfunction and Its Associated Factors İn Women With Genital and Breast Cancers. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 20(4), 516–520.
- Fahs, B. ve Swank, E. (2011). Social İdentities As Predictors of Women’s Sexual Satisfaction and Sexual Activity. *Archives Sexual Behavior*, 40, 903-914.
- Ferguson, T. J. ve Stegge, H. (1995). Emotional States and Traits İn Children: The Case of Guilt and Shame. In J. P. Tangney ve K. W. Fischer (Eds.), *Self-Conscious Emotions: The Psychology of Shame, Guilt, Embarrassment, and Pride*. New York: Guilford.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., Vangelisti, A. L., ve Perlman, D. (2006). Relationship Satisfaction. In A. L. Vangelisti ve D. Perlman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. New York, NY: Cambridge University Press
- Freud, S. (1933). New İntroductory Lectures On Psychoanalysis: Lecture XXXIII: Femininity. *Standard Edition* 22, 112–135
- Frosh, S., Phoenix, A. ve Pattman, R. (2003). Taking A Stand: Using Psychoanalysis To Explore The Positioning of Subjects İn Discourse. *The British Journal of Social Psychology*, 42(Pt 1), 39–53.
- Gaynor, P. A. ve Underwood, J. K. (1995). *Conceptualizing and Measuring Sexual Self-esteem. Personality Research, Methods and Theory: A Festschrift Honoring Donald W. Fiske*, Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Gecas, V. (1982). The Self-Concept. *Annual Review of Sociology*, 8, 1 – 33.
- Gençtan, E. (2002). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Gereklioğlu, Ç., Başhan, İ. ve Akpınar, E. (2010). Erkek Cinsel İşlev Bozukluklarında Aile Hekimliği Yaklaşımı. *Marmara Medical Journal*, 23(2), 308-315.
- Gevrekçi, A. Ö. ve Çirakoğlu, O. C. (2017). Suçluluk ve Utanç Duyguları Üzerine Kavramsal, Nöropsikolojik ve Psikopatolojik Bir Derleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 89-105.
- Ghahari, S., Yekefallah, M., Mazaheri, M., Imani, S., Davoodi, R. ve Gheitarani, B. (2017). Predicting Sexual Satisfaction Based on Marital Conflicts, Attachment Styles and Cognitive Schemas in Women Victims of Spousal Abuse in Savojbolagh-Iran. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 595-602.
- Ghorbani, M., Liao, Y., Caykoylu, S. ve Chand, M. (2013). Guilt, Shame and Reparative Behavior: The Effect of Psychological Proximity. *Journal of Business Ethics*, 114(2), 311-323.

- Gilbert, P. (1998). What is Shame? Some Core Issues and Controversies. In P. Gilbert ve B. Andrews (Eds.). *Shame: Interpersonal Behavior, Psychopathology and Culture*. Oxford University Press.
- Gottman, J. M., ve Silver, N. (2007). *The Seven Principles for Making the Marriage Work*. London, England: Orion Books
- Göçmen, B. S. (2018). *Benlik Farklılaşması ile Cinsel Benlik Şemaları ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul: Üsküdar Üniversitesi SBE.
- Greenberg, L. S. ve Watson, J. C. (2006). *Emotion-Focused Therapy For Depression*. American Psychological Association.
- Walker H. K., Hall W. D., Hurst J.W. (Eds.) (1990). *Clinical Methods: The History, Physical and Laboratory Examinations*. (3rd ed.). Boston: Butterworths.
- Güleç, N. (2005). *Depresyonda Utanç, Suçluluk, Öfke ve Kendilik Değeri*. (Yayımlanmamış (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi, SBE.
- Gülsün, M., Ak, M. ve Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik Açından Evlilik ve Cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 68-79.
- Güngör, A. (2001). Utangaçlık Ölçeği'nin Geliştirilmesi Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(15), 17-22.
- Hally, C. ve Pollack, R. (1993). The Effects of Self-Esteem, Variety of Sexual Experience and Erotophilia on Sexual Satisfaction in Sexually Active Heterosexuals. *Journal of Sex Education and Therapy*, 19(3), 183-192.
- Hampton, J. A., Passanisi, A. ve Jonsson, M. (2011). The Modifier Effect and Property Mutability. *Journal of Memory and Language*, 64, 233-248.
- Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C. ve Heimberg, R. C. (2008). Development and Examination of The Social Appearance Anxiety Scale. *Assessment*, 15, 48-59
- Harter, S. (2006). Developmental and Individual Difference Perspectives on Self-Esteem. In D. K. Mroczek ve T. D. Little, (Eds.), *Handbook of Personality Development*, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Hastings, A. S. (1998). *Treating Sexual Shame: A New Map For Overcoming Dysfunction, Abuse and Addiction*. Lanham, MD: Jason Aronson.
- Hensel, D. J., Fortenberry, J. D., O'Sullivan, L. F. ve Orr, D. P. (2011). The Developmental Association of Sexual Self-Concept With Sexual Behavior Among Adolescent Women. *Journal of Adolescence*, 34, 675 – 684.

- Hill, D. B. (2007). Differences and Similarities İn Men's and Women's Sexual Schemas. *Journal of Sex Research*, 44(2), 135-144.
- Houlihan A., Gibbons F., Gerrard M., Yeh H., Reimer R. ve Murry V. (2008). Sex and the Self. *Journal of Early Adolescence*. 28(1),70-91
- Impett, E. A., ve Tolman, D. L. (2006). Late Adolescent Girls' Sexual Experiences and Sexual Satisfaction. *Journal of Adolescent Research*, 21, 628 - 646.
- İncesu, C. (2004). Cinsel İşlevler ve Cinsel İşlev Bozuklukları, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 3, 3-13.
- İnci K. ve Ergen A. (2009) Erektıl Disfonksiyon ve Oral Farmakoterapi. *Hacettepe Tıp Dergisi*, 40, 45-52.
- İsmail, M. (2018). *Mutluluğun Yordayıcısı Olarak Cinsel Benlik Şeması ve Sosyal Görünüş Kaygısı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi, SBE.
- Jones, W. H. ve Briggs, S. R. ve Smith, T. G. (1986). Shyness: Conceptualization and Measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(3), 629.
- Jose O. ve Alfons V (2007). Do Demographics Affect Marital Satisfaction? *Journal of Sex and Marital Therapy*, 33(1), 73-8 5.
- Kagan, J. (2010). Once More into the Breach. *Emotion Review*, 2(2), 91-99.
- Kalyoncu, Ö. A., Mırsal, H., Özkan Pektaş, D., Gümüş, Ö., Tan, D. ve Beyazyürek, M. (2002). Alkol Bağımlılarında Suçluluk ve Utanç Duyguları. *Journal of Dependence*, 3(3), 160-164.
- Kara, A. (2016). Sosyal Görünüş Kaygısı ile Utangaçlık İlişkisinin İncelenmesi. *Birey ve Toplum*, 6, 11.
- Karademir, A. (2015). Foucault ve Cinsellik Deney(im)i Kurgusu. *Kilikya Felsefe Dergisi*, 2, 86-100.
- Karakaş, Y. (2008). *Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi), Muğla: Muğla Üniversitesi, SBE.
- Karakoyunlu, F. B. (2007). *Evli Kadınlarda Cinsel Fonksiyon Bozukluğu Görülme Sıklığı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Antalya: Akdeniz Üniversitesi, SBE.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Karataş Z. (2008). Lise Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Puanlarının Disiplin Cezası Alıp Almama ve Cinsiyetleri Açısından İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(2), 103-114.

- Karslı, H. G. (2014). *Obez Bireylerde Beden Algısı, Benlik Saygısı ve Yaşam Değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul: Haliç Üniversitesi, SBE.
- Kashdan, T. B., Adams, L., Savostyanova, A., Ferssizidis, P., Mcknight, P. E. ve Nezlek, J. B. (2011). Effects of Social Anxiety and Depressive Symptoms On The Frequency and Quality of Sexual Activity: A Daily Process Approach. *Behaviour Research and Therapy*, 49, 352–360
- Kayır, A. ve Şahin, D. (1998). Kadın Cinselliği ve Cinsel İşlev Bozuklukları. *Ege Psikiyatri Yayınları*, 3(1), 26.
- Kelly, M. P., Strassberg, D. S. ve Turner, C. M. (2006). Behavioral Assessment of Couples' Communication İn Female Orgasmic Disorder. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 32, 81-95.
- Kılıç, G. (2005). *İlköğretim 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Atılganlık Düzeyleri İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Adana: Çukurova Üniversitesi, SBE.
- Kılıç, M. ve Karakuş, Ö. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları İle Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Journal of Human Sciences*, 13, 3837-3852.
- Kılıçaslan, C. (2019). *Sosyal Görünüş Kaygısının Duygusal ve Bilişsel Şemalarla Olan İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, SBE.
- Kılınçer, M. S. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Utanç ve Suçluluk Duygularına Yatkinlıkları ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul:- Maltepe Üniversitesi, SBE.
- Kıran, B., Bozkur, B. ve Kaya, A. (2018). Investigation of Social Anxiety Level of Migrated and Not Migrated Secondary School Student. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 8(3), 623-644.
- Kilborne, B. (2014). *Utanç ve Haset*. (Çev. E. Burçak), İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Klein, M. (2012). *Sevgi, Suçluluk ve Onarım*, (Çev. B. Habip), İstanbul: Kanat Kitap.
- Knee, C. R., Patrick, H. ve Lonsbary, C. (2003). Mplicit Theories of Relationships: Orientations Toward Evaluation and Cultivation. *Personality and Social Psychology Review*, 7(1), 41-55.
- Koçak, G. (2009). Sexual Self-Schemas: An Exploration of Their Impact on Frequency of Masturbation A

- and Sexual Activity, Sexual Satisfaction and Marital Adjustment. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, SBE.
- Koçak, G. ve Fışıloğlu, H. (2010). Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nin Üniversite Örnekleminde Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Klinik Psikiyatri*, 13, 159-169.
- Köroğlu, E. (2013). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı DSM V. Ankara: Akademisyen Kitabevi.
- Kubany, E. S. ve Watson, S. B. (2003). Guilt: Elaboration of A Mul- Tidimensional Model. *Psychological Record*, 53, 51-90.
- Kulak, H. (2006). *Cinsel İşlev Bozukluğu Görülen Kadınlarda Geçmiş Travmatik Deneyimler*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), İstanbul: İstanbul Üniversitesi, ATE.
- Kurt, İ. (2006). *Sorularla Kaygı ve Sınav Kaygısı*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kurtuncu, M., Akhan, L. U., Tanir, I. M. ve Yildiz, H. (2015). The Sexual Development and Education of Preschool Children: Knowledge and Opinions From Doctors and Nurses. *Sexuality and Disability*, 33(2), 207-221.
- Lansky, M. (2005). Hidden Shame. *Journal of The American Psychoanalytic Association* 53, 865-890
- Larson, J. H., Anderson, S. M., Holman, T. B. ve Niemann, B. K. (1998). A Longitudinal Study of The Effects of Premarital Communication, Relationship Stability, and Self-Esteem On Sexual Satisfaction in The First Year of Marriage. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 24(3), 193-206.
- Lawrance, K. ve Byers, E. S. (1995). Sexual Satisfaction İn Long-Term Heterosexual Relationships: The İnterpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. *Personal Relationships*, 2, 267-285.
- Leary, M. R., ve Dobbins, S. E. (1983). Social Anxiety, Sexual Behavior and Contraceptive Use. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 1347-1354.
- Levinson, C. A. ve Rodebaugh, T. L. (2011). Validation of The Social Appearance Anxiety Scale: Factor, Convergent, and Divergent Validity. *Assessment*, 18, 350-356.
- Levinson, C. A., Rodebaugh, T. L., White, E. K., Menatti, A. R., Weeks, J. W., Iacovino, J. M. ve Warren, C. S. (2013). Social Appearance Anxiety, Perfectionism and Fear of Negative Evaluation. Distinct or Shared Risk Factors For Social Anxiety and Eating Disorders? *Appetite*, 67, 125-133.

- Levinson, C. A. ve Rodebaugh, T. L. (2012). Social Anxiety and Eating Disorder Comorbidity: The Role of Negative Social Evaluation Fears. *Eating Behaviors*, 13(1), 27–35.
- Lewis, M. (2011). The Self-Conscious Emotions. *Encyclopedia On Early Childhood Development*, 1-6.
- Luo, R., Tamis-LeMonda, C. S. ve Song, L. (2013). Chinese Parents' Goals and Practices in Early Childhood. *Early Childhood Research Quarterly*, 28(4), 843-857.
- Macneil, S. ve Byers, E. S. (1997). The Relationships Between Sexual Problems, Communication and Sexual Satisfaction. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 6, 277–283.
- Mark, K. P. ve Jozkowski, K. N. (2013). The Mediating Role of Sexual and Nonsexual Communication Between Relationship and Sexual Satisfaction in A Sample of College-Age Heterosexual Couples. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 39(5), 410-427.
- Mccabe, M. P. (1999). The Interrelationship Between Intimacy, Relationship Functioning and Sexuality Among Men and Women in Committed Relationships. *Canadian Journal of Human Sexuality*, 8(1), 31–38.
- Mcclelland, S. I. (2011). Who Is The “Self” In Self Reports of Sexual Satisfaction? Research and Policy Implications. *Sexuality Research and Social Policy*, 8, 304-320.
- Mcdonald, G., O'Brien, L. ve Jackson, D. (2007). Guilt and Shame: Experiences of Parents of Self-Harming Adolescents. *Journal of Child Health Care*, 11(4), 298-310.
- Mclean, K. C., Pasupathi, M., ve Pals, J. L. (2007). Selves Creating Stories Creating Selves: A Process Model of Self Development. *Personality and Social Psychology Review*, 11, 262 – 278.
- Meral, B. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Görünüş Kaygısı ile Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, SBE.
- Mercan, S. (2007). *Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Sosyal Kaygı Düzeyine Etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), İstanbul: İstanbul Üniversitesi, SBE.
- Metz, M. E. ve Epstein, N. (2002). Assessing The Role of Relationship Conflict in Sexual Dysfunction. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 28(2), 139–164.
- Minnen, A. V. ve Kampman, M. (2000). The Interaction Between Anxiety and Sexual Functioning: A Controlled Study of Sexual Functioning In Women With Anxiety Disorders. *Sexual and Relationship Therapy*, 15(1), 47-57.

- Morgentaler, A. (2015). *The Truth About Men and Sex*. New York: St. Martin's Griffin.
- Morrison, A. (1989). *Shame: The Underside of Narcissism*. Hillsdale, NJ: Analytic Press.
- Moscovitch, D. A. (2009). What Is The Core Fear in Social Phobia? A New Model To Facilitate Individualized Case Conceptualization and Treatment. *Cognitive and Behavioral Practice*, 16(2), 123–134.
- Nobre, P. J. ve Pinto-Gouveia, J. (2006). Emotions During Sexual Activity: Differences Between Sexually Functional and Dysfunctional Men and Women. *Archives of Sexual Behavior*, 35, 491-499.
- Nobre, P. J. ve Pinto-Gouveia, J. (2009). Cognitive Schemas Associated With Negative Sexual Events: A Comparison of Men and Women With and Without Sexual Dysfunction. *Archives of Sexual Behavior*, 38(5), 842-851.
- O'Sullivan, L. F., Meyer-Bahlburg, H. F. L. ve Mckeague, I. W. (2006). The Development of The Sexual Self-Concept Inventory For Early Adolescent Girls. *Psychology of Women's Quarterly*, 30, 139 – 149.
- Oattes, M. ve Offman, A. (2007). Global Self-Esteem and Sexual Self-Esteem As Predictors of Sexual Communication İn Intimate Relationships. *Canadian Journal of Human Sexuality*, 16(3-4), 89-100.
- Oktan, V. ve Şahin, M. (2010). Kız Ergenlerde Beden İmajı ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 7, 1-12.
- Öcel, H. (2006). Cinsel Senaryolar (Şemalar) ve Heteroseksüel Saldırganlık. *Türk Psikoloji Bülteni*, 12(38), 59-66.
- Ökten, Ü. G. (2019). *Lise Öğrencilerinde Sosyal Görünüş Kaygısı ve Utangaçlık Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracılık Rolü: Şırnak İl Örneği*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: Üsküdar Üniversitesi SBE.
- Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, İ. C. ve Yıldız, M. (2013). Relationship Between Self-Esteem, Social Appearance Anxiety, Depression and Anxiety in Adolescent and Young Adult Women. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-13.
- Özen, Y. (2003). Özel Ben-Bilinçliliği, Genel Ben-Bilinçliliği. *Bilge Adam Dergisi*, 4, 60-65.
- Özgüven, I. E. (2012). *Cinsellik ve Cinsel Yaşam*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Öztürk, A. (2014). Sosyal Kaygıyı Açıklayan Yaklaşımlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13, 48.
- Öztürk, A., Kara, A. ve Serdar, K. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, Cinsiyet Roller ve Yüz Kızarma Eğilimlerinin Sosyal Görünüm Kaygılarını

Yordama Gücü ve Aralarındaki İlişki. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10, 733-748.

- Öztürk, C. Ş. ve Arkar, H. (2014). Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkiler. *Literatür Sempozyum*, 1(3), 16-24.
- Öztürk, C. Ş., Arkar, H. ve Gökdağ, C. (2019). Cinsel İşlev Bozukluğu Olan Çiftlerde Evlilik Uyumunda Kişilik Özellikleri Etkili Mi? Cinsel Doyumun Aracı Etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 31(4), 259-268.
- Öztürk, H., Adiloğulları, İ. ve Ay, S. M. (2011). Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezi Müşterilerinin Tatmin Düzeylerinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 31-38.
- Öztürk, M.O. ve Uluşahin, A. (2016). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Page, M. R. (1989). Shyness As A Risk Factor for Adolescent Substance Use. *Journal of School Health*, 59, 432-435.
- Pascoal, M., Narciso, S. ve Pereira, M. (2014). What is Sexual Satisfaction? Thematic Analysis of Lay People's Definitions. *Journal of Sex Research*, 51(1), 22-30.
- Pedlow, R., Cann, W., Prior, M. ve Oberklaid, F. (1996). Shyness Ratings: Stability and Correlates İn Early Childhood. *International Journal of Behavioral Development*, 19, 705-724.
- Pugh, L. R., Taylor, P. J. ve Berry, K. (2015). The Role of Guilt İn The Development of Posttraumatic Stress Disorder: A Systematic Review. *Journal of Affective Disorders*, 182, 138-150
- Pujols, Y., Meston, C. ve Seal, B. (2010). The Association Between Sexual Satisfaction and Body Image İn Women. *Journal of Sexual Medicine*, 7(2), 905-916.
- Rather, E., S., Erikson, E., A., Minkin, M., J. ve Foran-Tuller, K., A. (2011). Sexual Satisfaction İn The Elderly Female Population: A Special Focus On Women With Gynecologic Pathology. *Maturitas*, 70, 210-215.
- Reissing, E. D., Binik, Y. M., Khalife, S., Cohen, D. ve Amsel, R. (2003). Etiological Correlates of Vaginismus: Sexual and Physical Abuse, Sexual Knowledge Sexual Selfschema and Relationship Adjustment. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29(1), 47-59.
- Renaud, C., Byers, E. S. ve Pan, I. (1997). Sexual and Relationship Satisfaction in Mainland China. *Journal of Sex Research*, 34(4), 399-410.
- Reynaert, C., Zdanowicz, N., Janne, P. ve Jacques, D. (2010). Depression and Sexuality. *Psychiatria Danubina*, 22, 111-113.

- Rosen, R. C. ve Bachmann, G. A. (2008). Sexual Well-Being, Happiness and Satisfaction, in Women: The Case For A New Conceptual Paradigm. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 34(4), 291-297.
- Rostosky, S. S., Dekhtyar, O., Cupp, P. K. ve Anderman, E. M. (2008). Sexual Self-Concept and Sexual Self-Efficacy In Adolescents: A Possible Clue To Promoting Sexual Health? *Journal of Sex Research*, 45(3), 277–286.
- Rostosky, S. S., Dekhtyar, O., Cupp, P. K. ve Anderman, E. M. (2008). Sexual Self-Concept and Sexual Self-Efficacy In Adolescents: A Possible Clue To Promoting Sexual Health? *Journal of Sex Research*, 45, 277 – 286.
- Rowland, D., Van Diest, S., Incrocci, L., ve Slob, A. K. (2005). Psycho-Sexual Factors That Differentiate Men with Inhibited Ejaculation from Men with No Dysfunction or Another Sexual Dysfunction. *Journal of Sexual Medicine*, 2(3), 383–389.
- Salazar, L. F., Crosby, R. A., Diclemente, R. J., Wingood, G. M., Lescano, C. M., Brown, L. K., Harrington, K. ve Davies, S. (2005). Self-Esteem and Theoretical Mediators of Safer Sex Among African American Female Adolescents: Implications For Sexual Risk Reduction Interventions. *Health Education & Behavior : The Official Publication of The Society For Public Health Education*, 32(3), 413–427.
- Salazar, L. F., Diclemente, R. J., Wingood, G. M., Crosby, R. A., Harrington, K., Davies, S., Hook, E. W. ve Oh, M. K. (2004). Self-Concept and Adolescents' Refusal of Unprotected Sex: A Test of Mediating Mechanisms Among African American Girls. *Prevention Science : The Official Journal of The Society For Prevention Research*, 5(3), 137–149.
- Sanchez D.T., ve Kiefer A.K. (2007). Body Concerns In and Out of The Bedroom: Implications For Sexual Pleasure and Problems. *Archives in Sexual Behavior* 36, 08-820
- Sanchez, J. M. (2004). *The Relationship Between Sex Role Orientation, Socialization and To Desire Financial Independence and Sexual Self-Schema For Women*. (Unpublished Doctoral Dissertation), Los Angeles: Alliant International University.
- Schimmenti, A., Di Carlo, G., Passanisi, A. ve Caretti, V. (2015). Abuse in Childhood and Psychopathic Traits in A Sample of Violent Offenders. *Psychological trauma : theory, research, practice and policy*, 7(4), 340–347.
- Schmader, T. ve Lickel, B. (2006). The Approach and Avoidance Function of Guilt and Shame Emotions: Comparing Reactions To Self-Caused and Other-Caused Wrongdoing. *Motivationand Emotion*, 30, 43-56.
- Seki, T. ve Dilmaç, B. (2015). Ergenlerin Sahip Oldukları Değerler ile Öznel İyi Oluş ve Sosyal Görünüş Kaygı Düzeyleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler: Bir Model Önerisi. *Türk Eğitim Derneği Eğitim ve Bilim Dergisi*, 40(179), 57-67.

- Silfver, M. (2007). Gender Differences İn Value Priorities, Guilt and Shame Among Finnish and Peruvian Adolescents. *Sex Roles*, 56(9-10), 601-609.
- Soygüt, G., Çakır, Z. ve Karaosmanoğlu, A. (2008). Ebeveynlik Biçimlerinin Değerlendirilmesi: Young Ebeveynlik Ölçeği'nin Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 17-30.
- Söylemez, S., Koyuncu, M. ve Amado, S. (2018). Utanç ve Suçluluk Duygularının Bilişsel Psikoloji Kapsamında Değerlendirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 38(2), 259-288.
- Spencer, J. M., Zimet, G. D., Aalsma, M. C., ve Orr, D. P. (2002). Self-Esteem As A Predictor of İnitiation of Coitus İn Early Adolescents. *Pediatrics*, 109(4), 581-584.
- Sprecher, S. (2002). Sexual Satisfaction İn Premarital Relationships: Associations With Satisfaction, Love, Commitment and Stability. *Journal of Sex Research*, 39, 190-196.
- Sprecher, S. ve Cate, R. (2004). Sexual Satisfaction and Sexual Expression As Predictors of Relationship Satisfaction and Stability. In J. Harvey, A. Wenzel ve S. Sprecher (Eds.), *Handbook of Sexuality in Close Relationships*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Stake, J. E. (1992). Gender Differences and Similarities İn Self-Concept Within Everyday Life Contexts. *Psychology of Women Quarterly*, 16(3), 349-363.
- Steer A. ve Tiggemann M. (2008). The Role of Self-Objectification in Women's Sexual Functioning. *Journal of Social Clinical Psychology*, 27, 205-225.
- Stephenson, K. ve Meston, C. (2011). The Association between Sexual Cost Sand Sexual Satisfaction in Women: An Exploration of The Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 20(1), 31-40.
- Şahin, N. H. ve Şahin, N. (1992). *Adolescent Guilt, Shame and Depression İn Relation To Sociotropy and Autonomy*. Toronto: The World Congress of Cognitive Therapy.
- Şenel, G. B. (2013). Alkol Sorunu Yaşayan ve Yaşamayan Bireylerin Suçluluk Utanç Duyguları, Stresle Başa Çıkma Tarzları ve İç Dış Kontrol Odağı Açısından Karşılaştırılması. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: Maltepe Üniversitesi, SBE.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2011). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.), U.S.: Pearson.
- Tangney, J. P. (1991). Moral Affect: The Good, The Bad and The Ugly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 598- 607.

- Tangney, J. P. (1995). *Shame and Guilt In Interpersonal Relationships. Self-Conscious Emotions*, New York: The Guilford Press.
- Tangney, J. P. (1996). Conceptual and Methodological Issues In The Assessment of Shame and Guilt. *Behavior Research & Therapy*, 34, 741-754.
- Tangney, J. P. ve Dearing, R. L. (2002). *Shame and Guilt*. New York: Guilford Press.
- Tangney, J. P., Burggraf, S. A. ve Wagner, P. E. (1995). *Shame-Proneness, Guilt-Proneness and Psychological Symptoms*. Newyork: Guilford Press.
- Tangney, J. P., Stuewig, J. ve Mashek, D. J. (2007). Moral Emotions and Moral Behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345-372.
- Tangney, J. P., Stuewig, J. ve Mashek, D. J. (2007). Moral Emotions and Moral Behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345-372.
- Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C. ve Gramzow, R. (1992). Shamed Into Anger? The Relaton of Shame and Guilt To Anger and Self-Reported Aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 669-675.
- Tarakçı, K. (2020). *Kadınlarda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Beden Algısı ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, SBE.
- Theiss, J. A. ve Estlein, R. (2014). Antecedents and Consequences of The Perceived Threat of Sexual Communication: A Test of The Relational Turbulence Model. *Western Journal of Communication*, 78, 404-425.
- Tiggemann M. ve Lynch J.E. (2001). Body Image Across The Life Span in Adult Women: The Role of Self-Objectification. *Developmental Psychology*, 37, 243-253
- Tiggemann M. ve Williams E. (2012). The Role of Self-Objectification in Disordered Eating, Depressed Mood and Sexual Functioning Among Women. *Psychology of Women Quarterly*, 36, 66-75.
- Tolman, D. L., Striepe, M. I. ve Harmon, T. (2003). Gender Matters: Constructing A Model of Adolescent Sexual Health. *Journal of Sex Research*, 40(1), 4-12.
- Tuğrul, C., Öztan, N., ve Kabakçı, E. (1993). Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği'nin Standardizasyon Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 4(2), 83-88.
- Tuncer, B. (2006). *Kayı Düzeyleri Farklı Üniversite Hazırlık Sınıfı Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara: Hacettepe Üniversitesi, SBE.
- Türegün, C. A. (2017). *Yetişkinlerde Cinsel Doyum İle Suçluluk ve Utanç Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: Haliç Üniversitesi, SBE.

- Türkçapar, H. (1999). Sosyal Fobinin Psikolojik Kuramı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 2(4), 247-253.
- Türkçapar, H. (2004). Anksiyete Bozukluğu ve Depresyonun Tanısal İlişkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 4, 12-16
- Türkçapar, H. (2012). *Bilişsel Terapi*. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Uluyol, F. M. (2014). *Bağlanma Örüntüleri, Eşe Yönelik Kişilerarası Şemalar ve Evlilik Sorunlarıyla Başa Çıkabilme Düzeyleri Arasındaki İlişkiler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi SBE.
- Ümmet, D. (2007). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Kaygının Cinsiyet Roller ve Aile Ortamı Bağlamında İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: Marmara Üniversitesi, EBE.
- Varma, G. S. (2005). The Relationship Between Depression and Anxiety Levels and Sexual Satisfaction For Natural and Surgical Menopause. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 8, 109-115.
- Varma, G. S., Karadağ, F., Oğuzhanoglu, N. K., Özdel, O. ve Kökten, S. (2006). Menopoz: Klimakterik Belirtiler ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişki. *New/Yeni Symposium Journal*, 44(4), 182-188.
- Velten, J. ve Margraf, J. (2017). Satisfaction Guaranteed? How Individual, Partner and Relationship Factors Impact Sexual Satisfaction Within Partnerships. *Plos ONE*, 12 (2), 1-17.
- Vural, B. K. (2007). *Evlilik Öncesi Cinsel Danışmanlık Programının Yeni Evli Çiftlerin Cinsel Doyumuna Etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), İzmir: Ege Üniversitesi, SBE.
- Vural, B. K. ve Temel, A. B. (2010). Cinsel Doyumun Yordanmasında Bazı Faktörlerin İncelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(1), 24-34.
- Walby, S. (1990). *Theorizing Patriarchy*. Oxford, London: Basil Blackwell
- Weitz, R. (2003). *The Politics of Women's Bodies: Sexuality, Appearance and Behavior*. New York: Oxford University Press
- Widman, L. ve McNulty, J. K. (2010). Sexual Narcissism and The Perpetration of Sexual Aggression. *Archives of Sexual Behavior*, 39, 926-939.
- Wiederman, M. W. ve Hurst, S. R. (1997). Physical Attractiveness, Body Image and Women's Sexual Self-Schema. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 567-580.

- Woody, S. R. ve Rodriguez, B. F. (2000). Self-Focused Attention and Social Anxiety İn Social Phobics and Normal Controls. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 473–488
- Yavaşoğlu Algöl, E. (2019). *Cinsel Tutumların Young Şema Modeli Çerçevesinde İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi, SBE.
- Yeh, H. C., Lorenz, F. O., Wickrama, K. A., Conger, R. D., & Elder, G. H., Jr (2006). Relationships Among Sexual Satisfaction, Marital Quality and Marital İnstability at Midlife. *Journal of family psychology : JFP : journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 20(2), 339–343.
- Yılmaz, N. (2015). *Obez Bireylerde Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Vücut Algısı*. (Tıpta Uzmanlık Tezi), İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2017). *Şema Terapi* (Çev. T.V. Soylu). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Yüceant, M. (2013). *Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Sosyal Görünüş Kaygı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Aksaray: Aksaray Üniversitesi, SBE.
- Zimmer-Gembeck, M. J., Ducat, W. H. ve Boislard-Pepin, M. (2011). A Prospective Study of Females' Sexual Subjectivity: Associations with Age, Behavior, and Dating. *Archives of Sexual Behavior*, 40, 927 – 938.

EKLER

Ek-1. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği

Cinsel Benlik-Şeması Ölçeği

Yönerge: Aşağıda insanların kendilerini cinsel yönden tanımlamak için sıklıkla kullandıkları birtakım sıfatlar yer almaktadır.

- Her kelime için, sizinle aynı cinsiyette *ke* yaştaki diğer insanlarla karşılaştırdığınızda kendinizi cinsel yönden nasıl hissettiğinizi maddenin tanımlayıp tanımlamadığını düşününüz
- Her maddeyi o sıfatın sizi ne kadar iyi tanımladığını göstermek amacıyla 0 = “beni hiç tanımlamıyor” dan 6 = “beni çok iyi tanımlıyor” a doğru giden 7’lik ölçekte derecelendiriniz.
- Bu ölçekte doğru ya da yanlış yanıtlar yoktur.
- Lütfen iyi düşünerek ve dürüstçe yanıt veriniz.
- Eğer yanıtlamakta zorluk çekerseniz, lütfen bu soruyu bir kılavuz olarak kullanınız: _____ terimi beni ne kadar tanımlıyor?

	Beni hiç tanımlamıyor						Beni çok iyi tanımlıyor	
Romantik	0	1	2	3	4	5	6	
Yumuşak kalpli	0	1	2	3	4	5	6	
Tutkulu	0	1	2	3	4	5	6	
Güçlü	0	1	2	3	4	5	6	
Sıcak	0	1	2	3	4	5	6	
Açık sözlü	0	1	2	3	4	5	6	
Sevgi dolu	0	1	2	3	4	5	6	
Doğal	0	1	2	3	4	5	6	
Çekingen	0	1	2	3	4	5	6	
Özgür	0	1	2	3	4	5	6	
Duygusal	0	1	2	3	4	5	6	
Sempatik	0	1	2	3	4	5	6	
Baskın	0	1	2	3	4	5	6	
Uyarılabilir	0	1	2	3	4	5	6	
Tahrik edici olan	0	1	2	3	4	5	6	
Açık	0	1	2	3	4	5	6	
Saldırgan	0	1	2	3	4	5	6	
Sıcakkanlı	0	1	2	3	4	5	6	
Dürüst	0	1	2	3	4	5	6	
Heyecan verici	0	1	2	3	4	5	6	
Deneyimli	0	1	2	3	4	5	6	
Hassas	0	1	2	3	4	5	6	
Çekinmeyen	0	1	2	3	4	5	6	
Utangaç	0	1	2	3	4	5	6	
Tutucu	0	1	2	3	4	5	6	
Romantik olmayan	0	1	2	3	4	5	6	
Şefkatli	0	1	2	3	4	5	6	
Kendine-odaklı	0	1	2	3	4	5	6	
Dobra	0	1	2	3	4	5	6	
Deneyimsiz	0	1	2	3	4	5	6	
Sağduyulu	0	1	2	3	4	5	6	
Bireysel	0	1	2	3	4	5	6	
Şehvetli	0	1	2	3	4	5	6	

Sevgi Dolu/Şefkatli	Şehvetli/Tahrik Edici Olan	Dolaysız/Açık Sözlü
Yumuşak kalpli	Şehvetli	Çekinmeyen
Duygusal	Tahrik edici olan	Açık sözlü
Sevgi dolu	Heyecan verici	Doğal
Romantik	Deneyimli	Çekingen
Şefkatli	Tutkulu	Utangaç
Hassas	Saldırgan	Açık
Sıcak	Uyarılabilir	Özgür
Romantik olmayan	Baskın	Dobra
Sıcakkanlı	Deneyimsiz	Tutucu
Sağduyulu	Bireysel	Dürüst

Ek-2. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği

Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği

Erkek Formu

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her soru için "hiçbir zaman", "nadiren", "bazen", "çoğu zaman", "her zaman" şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır.

Cevaplandırırken:

1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun **son zamanlarda** ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki parantezin içine [X] işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.
4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan, sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1. Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Cinsel yönden kolay uyarılır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
4. Cinsel ilişki sırasında boşalmak için henüz erken olduğunu düşünürseniz, boşalmayı geciktirebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Eşinizle olan cinsel yaşamınızı tekdüze (monoton) buluyor musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
6. Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
7. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, tedirgin ve endişeli olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
8. Cinsel organınızın, eşinizin cinsel organına girmesinden zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
9. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sorarmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
10. İlişki sırasında cinsel organınızın sertleşmediği olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
11. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
12. Eşinizin, cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
13. Cinsel birleşme sırasında erken boşalmayı engelleyebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
14. Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
15. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar buluyor musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
16. Önsevişme (öpme, okşama gibi) sırasında cinsel organınızın sertleştiği olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
17. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (hastalık gibi nedenler dışında)	☐	☐	☐	☐	☐
18. Eşinizle karşılıklı mastürbasyon yapmaktan (kendinizi tatmin etmekten) zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
19. Eşinizle sevişmek istediğinizde, ilişkiyi siz başlatır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
20. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
21. İsteddiğiniz kadar sık cinsel ilişkide bulunur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
22. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
23. Cinsel birleşme sırasında, cinsel organınızın sertliğini kaybettiği olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
24. Cinsel organınız, eşinizin cinsel organına girer girmez istemeden boşaldığınız olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
25. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
26. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyarmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
27. Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girmek üzereyken, istemeden boşaldığınız olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
28. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐

Kadın Formu

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her soru için "hiçbir zaman", "nadiren", "çoğu zaman", "her zaman" şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır.

Cevaplandırırken:

1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun **son zamanlarda** ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki parantezin içine [X] işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.
4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı sorar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (adet günleri, hastalık gibi nedenler dışında)	☐	☐	☐	☐	☐
4. Cinsel yönden kolaylıkla uyarılır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Sizce, sizin ve eşinizin önsevişmeye (öpme, okşama gibi) ayırdığınız zaman yeterli mi?	☐	☐	☐	☐	☐
6. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının giremeyeceği kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?	☐	☐	☐	☐	☐
7. Eşinizle sevişmekten kaçınırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
8. Cinsel ilişki sırasında doyuma (orgazma) ulaşabilir mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
9. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alırmısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
10. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkâr bulur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
11. Gerekirse rahatsızlık ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
12. Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
13. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, rahatsız olur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
14. Sizin için doyuma (orgazma) ulaşmanın mümkün olmadığını düşünür müsünüz?	☐	☐	☐	☐	☐
15. Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?	☐	☐	☐	☐	☐
16. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
17. Eşinizin cinsel organı, sizin cinsel organınıza rahatsızlık vermeden girebilir mi?	☐	☐	☐	☐	☐
18. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
19. Eşinizin cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
20. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
21. Önsevişme sırasında eşiniz bızırınızı (klitoris) uyardığında doyuma (orgazm) ulaşabilir misiniz?	☐	☐	☐	☐	☐
22. Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi?	☐	☐	☐	☐	☐
23. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
24. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının derine girmesini engelleyecek kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?	☐	☐	☐	☐	☐
25. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
26. Sevişme sırasında cinsel organınızda ıslaklık olur mu?	☐	☐	☐	☐	☐
27. Cinsel birleşme anından hoşlanır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐
28. Cinsel birleşme anında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?	☐	☐	☐	☐	☐

Ek-3. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

		Hiç Uygun Değil	Uygu n Değil	Bira z Uyg un	Uygu n	Tamame n Uygun
1	Dış görünüşümle ilgili kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5
2	Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim.	1	2	3	4	5
3	İnsanlar doğrudan bana baktıklarında gerilirim.	1	2	3	4	5
4	İnsanların görünüşümden dolayı benden hoşlanmayacakları konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
5	Yanlarında olmadığım zamanlarda insanların, görünüşümle ilgili kusurlarımı konuşacaklarından endişelenirim.	1	2	3	4	5
6	Görünüşümden dolayı insanların benimle beraber vakit geçirmek istemeyeceklerinden endişelenirim.	1	2	3	4	5
7	İnsanların beni çekici bulmamalarından korkarım.	1	2	3	4	5
8	Görünüşümün yaşamımı zorlaştıracığından endişe duyarım.	1	2	3	4	5
9	Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım.	1	2	3	4	5
10	İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım.	1	2	3	4	5
11	Diğer insanlar görünüşümle ilgili bir şey söylediklerinde kaygılanırım.	1	2	3	4	5
12	Dış görünüşümle ilgili başkalarının beklentilerini karşılayamamaktan endişeleniyorum.	1	2	3	4	5
13	İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
14	Diğer insanların görünüşümdeki bir kusurum farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissedirim.	1	2	3	4	5
15	Sevdiğim kişinin görünüşümden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum.	1	2	3	4	5
16	İnsanların görünüşümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.	1	2	3	4	5

Ek-4. Suçluluk/Utanç Ölçeği

Bu ölçeğin amacı bazı duyguların hangi durumlarda ne derece yoğun olarak yaşandığını belirlemektir. Aşağıda bazı olaylar verilmiştir. Bu olaylar sizin başınızdan geçmiş olsaydı ne kadar rahatsızlık duyardınız. Lütfen her durumu dikkatle okuyup öyle bir durumda ne kadar rahatsızlık duyacağınızı aşağıdaki ölçekten yararlanarak maddelerin yanındaki sayıları (x) işareti ile belirtiniz.

1. Hiç rahatsızlık duymazdım,
2. Biraz rahatsızlık duyardım
3. Oldukça rahatsız olurum
4. Epey rahatsız olurum
5. Çok rahatsız olurum

SORULAR

1. Bir tartışma sırasında büyük bir hararetle savunduğunuz bir fikrin yanlış olduğunu öğrenmek. (1) (2) (3) (4) (5)
2. Evinizin çok dağınık olduğu bir sırada beklenmeyen bazı misafirlerin gelmesi. (1) (2) (3) (4) (5)
3. Birinin size verdiği bir sırrı istemeyerek başkalarına açıklamak. (1) (2) (3) (4) (5)
4. Karşı cinsten birinin kalabalık bir yerde herkesin dikkatini çekecek şekilde size açık ilgi göstermesi. (1) (2) (3) (4) (5)
5. Giysinizin, vücudunuzda kapalı tuttuğunuz bir yeri açığa çıkaracak şekilde buruşması ya da kıvrılması. (1) (2) (3) (4) (5)
6. Bir aşk ilişkisi içinde sadece kendi isteklerinizi elde etmeye çalıştığınızı ve karşı tarafı sömürdüğünüzü fark etmeniz. (1) (2) (3) (4) (5)
7. Sorumlusu siz olduğunuz halde bir kusur ya da bir yanlış için bir başkasının suçlanmasına seyirci kalmak. (1) (2) (3) (4) (5)
8. Uzman olmanız gereken bir konuda, bir konuşma yaptıktan sonra dinleyicilerin sizin söylediklerinizin yanlış olduğunu göstermesi (1) (2) (3) (4) (5)
9. Çok işlek bir iş merkezinin bulunduğu bir köşede herkesin size bakmasına sebep olacak bir olay yaşamak. (1) (2) (3) (4) (5)
10. Lüks bir restoranda başkaları size bakarken çatal bıçak kullanmanız gereken yerde elle yemek yediğinizi fark etmek. (1) (2) (3) (4) (5)
11. Başkalarını aldatarak ve onları sömürerek büyük kazanç sağlamak (1) (2) (3) (4) (5)
12. İşçilerinizin sağlığına zarar vereceğini bildiğiniz halde, bir yönetici olarak çalışma koşullarında bir değişiklik yapmamak. (1) (2) (3) (4) (5)
13. Sözlü bir sınav sırasında kekeleydiğiniz ve heyecandan şaşırduğunuzda, hocanın bu halinizi kötü bir sınav olarak bütün sınıfa göstermesi (1) (2) (3) (4) (5)
14. Tanıdığınız birinin sıkıntıda olduğunu bildiğiniz ve yardım edebileceğiniz halde yardım etmemek. (1) (2) (3) (4) (5)
15. Bir partide yeni tanıştığınız insanlara açık saçık bir fıkra anlattığınızda birçoğunun bundan rahatsız olması. (1) (2) (3) (4) (5)
16. Akılsızca, bencilce ya da gereksizce büyük bir harcama yaptıktan sonra ebeveyninizin mali bir sıkıntı içinde olduklarını görmek. (1) (2) (3) (4) (5)
17. Arkadaşlarınızdan bir şeyler çaldığınız halde, arkadaşınızın hırsılık yapanın siz olduğunu anlamaması. (1) (2) (3) (4) (5)
18. Bir davete ya da toplantıya rahat, gündelik giysilerle gidip herkesin resmi giyindiğini görmek (1) (2) (3) (4) (5)
19. Bir yemek davetinde bir tabak dolusu yemeği yere düşürmek. (1) (2) (3) (4) (5)
20. Herkesten sakladığınız ve hoş olmayan bir davranışın açığa çıkarılması. (1) (2) (3) (4) (5) 21. Bir kişiye hak etmediği halde zarar vermek. (1) (2) (3) (4) (5)
22. Alış-veriş sırasında paranızın üstünü fazla verdikleri halde sesinizi çıkarma (1) (2) (3) (4) (5)
23. Ailenizin sizden beklediklerini yerine getirememek. (1) (2) (3) (4) (5)
24. Çeşitli bahaneler bularak yapmanız gereken işlerden kaçmak. (1) (2) (3) (4) (5)

ÖZGEÇMİŞ

Tuğçe TURNA; İlkokulu, Ortaokulu ve Liseyi İstanbul'da okudu. 2014 yılında başladığı İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Psikoloji bölümünü 2018 yılında tamamladı. Lisans öğrenimi boyunca Genç Psikologlar Derneği'nin İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Okul Temsilciliği'ni yürüttü. Aynı zamanda 2016-2017 lisans döneminde İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Psikoloji Kulübü Başkanlığı görevini tamamladı. Lisans öğrenimi süresince Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hatalıkları EAH, İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi ve Fransız Lape Hastanesi'nde resmi stajlarını başarı ile tamamladı. 2018 yılında lisans eğitiminden mezun olduktan hemen sonra İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisansı programına başladı. Yüksek Lisans öğrenimi süresince Kognitif ve Davranış Terapileri Derneği'nden CBT, Çift ve Aile Terapisi ve Cinsel Terapi eğitimlerini tamamladı. Mezun olduktan sonra bir süre Psikolojik Danışmanlık ve Özel Eğitim merkezlerinde çalıştıktan sonra 2021 yılında Özel Okyanus Koleji'nde psikolog olarak göreve başladı ve halen daha bu görevini yürütmektedir.