



RECEP TAYYİP
ERDOĞAN
ÜNİVERSİTESİ

**T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK**

**ERGENLERDE BEDEN MEMNUNİYETİ, TOPLUMSAL
CİNSİYET ALGISI VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK: K-POP
AÇISINDAN BİR İNCELEME**

(Yüksek Lisans Tezi)

Semanur HACIOĞLU

**Danışman
Doç. Dr. Çiğdem BERBER ÇELİK**

**RİZE
2025**

KABUL VE ONAY

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında, Doç. Dr. Çiğdem BERBER ÇELİK danışmanlığında, Semanur HACIOĞLU tarafından hazırlanan *Ergenlerde Beden Memnuniyeti, Toplumsal Cinsiyet Algısı ve Psikolojik Sağlamlık: K-Pop Açısından Bir İnceleme* adlı bu tez çalışması, 11/08/2025 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliğiyle/oy çokluğuyla başarılı bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	Ünvanı, Adı SOYADI	İmza
Başkan	: Doç. Dr. Feridun KAYA	
Üye	: Doç. Dr. Çiğdem BERBER ÇELİK	
Üye	: Dr. Öğr. Üyesi Fedai KABADAYI	

ETİK BEYAN

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programından mezun olmak üzere teslim ettiğim “Ergenlerde Beden Memnuniyeti, Toplumsal Cinsiyet Algısı ve Psikolojik Sağlamlık: K-Pop Açısından Bir İnceleme” adlı tezim, bilim ve araştırma etiği prensiplerine riayet edilerek tarafımdan yazılmıştır.

Tez çalışmamda, başka kaynaklardan aktarılan bütün bilgi ve alıntılar, Enstitünüz Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak açıkça gösterilmiştir. Kaynağı gösterilenler dışında kalan bütün bilgiler uygun araştırma yöntemi kullanılarak tarafımdan edinilmiş ve esere bu şekilde yansıtılmıştır. Şahsıma ait olmayan hiçbir bilgi, kasıt veya kusurlar, şahsıma aitmiş gibi gösterilmemiştir. İnternet kaynakları dâhil, sahibine/kaynağına atıf yapılmaksızın hiçbir bilgi kullanılmamıştır. Aksinin ortaya çıkması halinde doğacak bütün hukuki, idari, akademik ve etik sorumluluk tarafıma ait olacaktır. Eserin tesliminden sonra herhangi bir zamanda, bilim etiğine aykırılık tespit edilmesi ve / veya eserimle ilgili intihal veya intihal şeklinde anlaşılabilecek bir durumun ortaya çıkması halinde; Üniversiteniz ve eğitim kadronuzun hiçbir şekilde sorumlu tutulmayacağını hür irademle kabul, beyan ve taahhüt ederim.

11/08/2025

Semanur HACIOĞLU

ÖN SÖZ

Bu araştırmada ergenlerin beden memnuniyetleri, toplumsal cinsiyet algıları ve psikolojik sağlamlıkları K-Pop açısından incelenmiştir. Elde edilen sonuçların literatüre katkı sağlayacağı ve sonraki araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmanın ortaya çıkmasında, pes etmememi sağlayıp amacıma ulaşmamda, ne kadar yoğun olursa olsun sürecin başından sonuna kadar bana olan desteğini geri çekmeyen ve yol gösteren Doç. Dr. Çiğdem Berber Çelik'e çok teşekkür ederim.

Bu zorlu süreçte her daim yanımda olan, hayallerime ulaşmam için her türlü desteği veren ve sevgileriyle beni ayakta tutan canım annem Nazire HACIOĞLU'na, canım babam Metin HACIOĞLU'na ve kardeşlerim Gizem ÖZTÜRK ve Berkay HACIOĞLU'na çok teşekkür ederim. İyi ki benim ailemsiniz. Bununla birlikte doğdukları andan itibaren hayatıma renk katan, yaşama sevincimi artıran ve bu süreçte de devam etmem için bana enerji sağlayan çok sevdiğim yeğenlerim Bilge ÖZTÜRK ve Baybars ÖZTÜRK'e çok teşekkür ederim.

Semanur HACIOĞLU
RİZE/2025

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	I
ETİK BEYAN.....	II
ÖN SÖZ	III
İÇİNDEKİLER	IV
ÖZET	VI
ABSTRACT.....	VII
KISALTMALAR.....	VIII
TABLolar LİSTESİ.....	IX
ŞEKİLLER LİSTESİ	X
GİRİŞ	1
1. KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	15
1.1. Kore Dalgası ve Güney Kore Pop Müziği (K-Pop)	15
1.1.1. Kore Dalgası ve Yayılımı.....	15
1.1.2. K-Pop ve K-Pop İdollerin Ortaya Çıkış Süreci	19
1.1.3. K-Pop'un Dünyaya Yayılması	23
1.1.4. K-Pop'un Türkiye'de Yayılımı ve Gençler Üzerindeki Etkileri	28
1.2. Beden Memnuniyeti	31
1.2.1. Beden Algısı ve Beden Memnuniyeti	31
1.2.2. Beden Algısına İlişkin Kuramlar	33
1.2.3. Beden Memnuniyetinin Etkileri	37
1.2.4. Beden Memnuniyetini Etkileyen Faktörler	39
1.2.5. Ergenlik ve Beden Algısı	41
1.3. Toplumsal Cinsiyet Algısı	42
1.3.1. Toplumsal Cinsiyet Algısı ve İlişkili Kavramlar	42
1.3.2. Toplumsal Cinsiyet ile İlgili Kuramsal Açıklamalar	46
1.3.3. Toplumsal Cinsiyet Algısının Gelişiminde Etkili Olan Faktörler.....	51
1.3.4. Toplumsal Cinsiyet Algısı ve Ergenlik	55
1.4. Psikolojik Sağlamlık	56
1.4.1. Psikolojik Sağlamlık Kavramının Tanımı	56
1.4.2. Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Modeller ve Kuramsal Açıklamalar	60
1.4.3. Psikolojik Sağlamlık ve İlişkili Faktörler.....	63

1.4.3.1. Koruyucu Faktörler	63
1.4.3.2. Risk Faktörleri.....	66
1.4.3.3. Olumlu Sonuçlar	67
1.4.4. Ergenlik ve Psikolojik Sağlamlık	68
2. YÖNTEM	70
2.1. Araştırma Modeli	70
2.2. Araştırmanın Örneklemi.....	70
2.3. Veri Toplama Araçları	71
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu	71
2.3.2. Bedeni Beğenme Ölçeği.....	72
2.3.3. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12)	72
2.3.4. Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği Ergen Formu	73
2.4. Verilerin Toplanması	73
2.5. Verilerin Analizi.....	74
3. BULGULAR.....	76
3.1. Betimleyici İstatistikler	76
3.2. Beden Memnuniyetinin K-Pop Açısından İncelenmesine İlişkin Bulgular...	76
3.3. Toplumsal Cinsiyet Algısının K-Pop Açısından İncelenmesine İlişkin Bulgular	77
3.4. Psikolojik Sağlamlığın K-Pop Açısından İncelenmesine İlişkin Bulgular	79
3.5. K-Pop Dinleme/ Müzik Videolarını İzleme Durumunun Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular	80
3.6. K-Pop Dinleme/ Müzik Videolarını İzleme Durumunun Okul Türüne Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular	80
3.7. K-Pop Dinleme/ Müzik Videolarını İzleme Durumunun Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular	81
4. TARTIŞMA	83
5. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	99
5.1. Sonuç.....	99
5.2. Öneriler	100
KAYNAKÇA.....	102
EKLER.....	128
ETİK KURUL KARARI	136

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Eğitim Bilimleri
Tez Türü : Yüksek Lisans Tezi
Danışman : Doç. Dr. Çiğdem BERBER ÇELİK
Hazırlayan : Semanur HACIOĞLU
Yıl : 2025
Sayfa Sayısı : 136

ÖZET

**ERGENLERDE BEDEN MEMNUNİYETİ, TOPLUMSAL CİNSİYET ALGISI
VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK: K-POP AÇISINDAN BİR İNCELEME**

Bu araştırmanın amacı, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre ergenlerin beden memnuniyeti düzeyleri, psikolojik sağlamlık düzeyleri ve toplumsal cinsiyet algılarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemektir. Araştırmanın örneklemini, 2024-2025 eğitim-öğretim yılında çeşitli türde lise ve ortaokullarda öğrenim gören, 512'si kadın ve 272'si erkek olmak üzere toplam 784 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Bedeni Beğenme Ölçeği, Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12) ve Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği Ergen Formu'dur. Ergenlerin beden memnuniyeti düzeylerinin, psikolojik sağlamlık düzeylerinin ve toplumsal cinsiyet algılarının K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklem T-Testi analizi yapılmıştır. Ayrıca, ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumlarının cinsiyete, okul türüne ve sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla İki Değişken için Kay-Kare (Ki-Kare) testi analizi yapılmıştır. Analizler sonucunda, ergenlerin beden memnuniyeti düzeylerinin, psikolojik sağlamlık düzeylerinin ve toplumsal cinsiyet algılarının K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur. K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin beden memnuniyeti düzeyleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri, K-Pop dinlemeyen/müzik videoları izlemeyen ergenlere göre daha düşük bulunmuştur. Buna karşılık, K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin toplumsal cinsiyet algılarının daha eşitlikçi olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun cinsiyete, okul türüne ve sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı belirlenmiştir. K-Pop dinleme ve müzik videolarını izleme oranlarının kadın katılımcılarda, ortaokul düzeyinde öğrenim görenlerde ve özellikle 5. sınıf öğrencisi ergenlerde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgular literatür çerçevesinde tartışılmış ve ilgili alanlara yönelik öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: K-Pop (Güney Kore Pop Müziği), Beden Memnuniyeti, Toplumsal Cinsiyet Algısı, Psikolojik Sağlamlık

Recep Tayyip Erdogan University Institute of Graduate Studies

Department : Department of Educational Sciences

Thesis Type : Master Thesis

Supervisor : Assoc. Prof. Dr. Çiğdem BERBER ÇELİK

Author : Semanur HACIOĞLU

Year : 2025

Pages : 136

ABSTRACT

**BODY SATISFACTION, SOCIAL GENDER PERCEPTION, AND
PSYCHOLOGICAL RESILIENCE IN ADOLESCENTS: AN EXAMINATION
FROM THE PERSPECTIVE OF K-POP**

The purpose of this study is to determine whether adolescents' levels of body satisfaction, psychological resilience, and gender perception differ significantly according to their status of listening to K-Pop or watching K-Pop music videos. The sample of the study consists of a total of 784 students, 512 female and 272 male, studying in various types of high schools and middle schools during the 2024–2025 academic year. The data collection tools used in the study are the Personal Information Form, the Body Appreciation Scale, the Child and Youth Resilience Scale (CYRM-12), and the Gender Perception Scale Adolescent Form. In order to determine whether adolescents' levels of body satisfaction, psychological resilience, and gender perception differ significantly according to their K-Pop listening/watching status, Independent Samples T-Test analysis was conducted. In addition, to examine whether adolescents' K-Pop listening/watching status differs significantly by gender, school type, and grade level, Chi-Square Test for Independence was applied. As a result of the analyses, it was found that adolescents' levels of body satisfaction, psychological resilience, and gender perception differed significantly according to their K-Pop listening/watching status. Adolescents who listened to K-Pop or watched music videos were found to have lower levels of body satisfaction and psychological resilience compared to those who did not, whereas their gender perceptions were found to be more egalitarian. Furthermore, it was determined that adolescents' K-Pop listening/watching status differed significantly by gender, school type, and grade level. The rates of listening to K-Pop and watching music videos were higher among female participants, middle school students, and especially 5th-grade adolescents. The findings obtained were discussed within the framework of the literature, and suggestions were made for relevant fields.

Keywords: K-Pop (South Korean Pop Music), Body Satisfaction, Social Gender Perception, Psychological Resilience

KISALTMALAR

K-Pop	:	Güney Kore pop müziği
K-Drama	:	Güney Kore dizileri
örn.	:	Örneğin
SPSS	:	Statistical Package for the Social Sciences
vb.	:	Ve benzeri, ve benzerleri, ve bunun gibi
vd.	:	Ve devamı; ve diğerleri



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Hallyu'nun geçmişi, bugünü ve geleceği	16
Tablo 2. Psikolojik sağlamlık yaklaşımları	63
Tablo 3. Psikolojik sağlamlık araştırmalarında ele alınan koruyucu faktörler.....	65
Tablo 4. Psikolojik sağlamlık araştırmalarında ele alınan risk faktörleri.....	66
Tablo 5. Katılımcıların demografik bilgileri	70
Tablo 6. Yaş değişkenine ilişkin bilgiler	71
Tablo 7. Bedeni beğenme ölçeği, toplumsal cinsiyet algısı ölçeği ve alt boyutları ile psikolojik sağlamlık ölçeğine ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri	75
Tablo 8. Beden memnuniyeti, psikolojik sağlamlık, toplumsal cinsiyet algısı, eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısı ve geleneksel toplumsal cinsiyet algısı değişkenlerine ilişkin betimleyici istatistikler.....	76
Tablo 9. Beden memnuniyetinin K-Pop açısından incelenmesine ilişkin t-testi analiz bulguları	77
Tablo 10. Eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısının K-Pop açısından incelenmesine ilişkin t-testi analiz bulguları	78
Tablo 11. Geleneksel toplumsal cinsiyet algısının K-Pop açısından incelenmesine ilişkin t-testi analiz bulguları	78
Tablo 12. Psikolojik sağlamlığın K-Pop açısından incelenmesine ilişkin t-testi analiz bulguları	79
Tablo 13. Cinsiyete göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun incelenmesine ilişkin ki-kare testi analiz bulguları.....	80
Tablo 14. Okul türüne göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun incelenmesine ilişkin ki-kare testi analiz bulguları.....	81
Tablo 15. Sınıf düzeyine göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun incelenmesine ilişkin ki-kare testi analiz bulguları.....	81

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Seo Taiji ve Boys grubu	20
Şekil 2. BLACKPINK grubu.....	21
Şekil 3. BTS grubu	24
Şekil 4. Aespa grubu ve avatları	27
Şekil 5. Richardson psikolojik sağlamlık modeli	61



GİRİŞ

Kore dalgası ya da diğer bir ifadeyle ‘Hallyu-한류’ (Bok-rae, 2015), Güney Kore kültürünün diğer ülkelerde popülerleşmesi, geniş kitleler tarafından benimsenmesi ve bu doğrultuda bireylerin yaşam tarzlarını etkilemesiyle tanımlanan sosyokültürel bir olgudur (Jin vd., 2024). Bu kavram ilk başta 1999 yılında Çin’de ortaya çıkmıştır. Güney Kore dizilerinin (K-Drama) Çin’e ihraç edilmesinden sonra bu diziler Çin’de oldukça popüler hale gelmiş ve bu popüleriteyle beraber Kore eğlence sektörü ve kültürü de ülkede oldukça popüler hale gelmeye başlamıştır. Çin medyası, Güney Kore kültürünün artan popüleritesini ifade etmek amacıyla da bu terimi ortaya koymuştur (Kim, 2007; Jin vd., 2024).

Kore dalgası özellikle ilk başlarda Çin, Tayvan, Hong Kong ve Vietnam gibi komşu Asya ülkelerinde etkili olsa da (Bok-Rae, 2015) günümüzde ABD, Meksika, Mısır, Irak ve son olarak Avrupa ülkelerinde de Kore dalgasının izleri görülebilmektedir (Jung, 2019). Türkiye’de ise Kore dalgası, 2005 yılında diziler aracılığıyla etkisini göstermeye başlamış ve 2010 yılında kendine sağlam bir yer edinmiştir (Oh ve Chae, 2013). Dolayısıyla Kore dalgası Asya ülkelerini aşp dünyaya yayılmayı başarabilmektedir (Jung, 2019). Kore dalgasının dünyaya yayılım göstermesindeki gücünü, farklı zamanlarda farklı araçları kullanarak sağladığı belirtilmektedir (Borazan-Karadeniz, 2022). Örneğin İlk başlarda Kore dizileri (K-Drama)’nın ihracatıyla başlayan bu dalga daha sonra özellikle internetin yaygınlaşmasıyla Güney Kore pop müziği (K-Pop) ile gücünü arttırmıştır. Özellikle Twitter, Youtube, Instagram gibi uygulamalar aracılığıyla K-Pop idollerine yönelik oluşan hayran kitleleri, Kore dalgasının dünyaya yayılmasında etkili olmuştur (Bok-Rae, 2015). Günümüzde ise Kore dalgasının; Güney Kore filmleri, animasyonlar, çevrimiçi oyunlar, akıllı telefonlar, moda, kozmetik, yiyecek ve yaşam tarzları gibi birçok kültürel unsuru içerdiği belirtilmektedir (Lee, 2011). Örneğin BTS, EXO, TWICE gibi K-Pop gruplarının dünyanın birçok yerinde bulunan gençler arasındaki popülerliği, Oscar ödülü alan Parazit filmi gibi ve Squid Game gibi izlenme rekorları kıran dizi gibi yapımları, Kore dalgasının ürünlerine ve başarısına örnek olarak verilebilmektedir (Keskin, 2022a).

Hallyu (Kore Dalgası) hareketinin önemli bir bileşeni olan K-Pop, son yıllarda hem Türkiye’de hem de küresel ölçekte etkisini giderek artıran bir fenomen olarak dikkat çekmektedir (Keskin, 2022a). Kore dalgasının bir unsuru olan ve “Korean Pop Music (Kore Pop Müziği)” ifadesinin kısaltması olan K-Pop; hip- hop, rap, techno, pop gibi farklı müzik türlerinin birleşiminden oluşan, Güney Kore’nin geleneksel müziği ile baskın olan yabancı pop müziği (Özellikle ABD ve Japonya pop müziği) birleştiren, bunun yanında etkileyici dans performansları eşliğinde ve genellikle gruplar tarafından sunulan bir müzik türüdür (Hong, 2013; Karaman ve Özmen, 2023; Kütükçü, 2023; Lie, 2012). 1992 yılında Seo Taiji & Boys adlı grubun çıkışıyla K-Pop’un ortaya çıktığı düşünülmektedir. K-Pop’un öncüsü veya ilk örneği olarak kabul edilen grubun bu şekilde anılmasının temel nedeni, başta Amerika Birleşik Devletleri olmak üzere Batı müziğine özgü unsurları Güney Kore’nin yerel kültürel öğeleriyle başarılı bir biçimde bütünleştirmiş olmasıdır. Bu kültürel sentez sadece müzikal yapıda değil; müziği çevreleyen giyim tarzı, dans gösterileri ve sahne şovlarında da kendini göstermiş, böylece iki farklı kültür arasında bir köprü kurulmuştur. Seo Taiji & Boys grubunun bir diğer önemli özelliği ise müziği bir ifade biçimi olarak kullanarak Güney Kore toplumunda—özellikle gençler arasında—özgürlük ve dönüşüm isteğini ateşlendirmiş olmasıdır. Bu bağlamda grup, sadece bir müzik akımının değil, aynı zamanda sosyokültürel bir değişim hareketinin de öncüsü olmuştur (Kütükçü, 2023).

K-Pop icra eden sanatçılara K-Pop idolü veya yıldızı denilmektedir. Bu yıldızlar; şarkı söylemek, dizilerde, filmlerde, reklamlarda oynamak veya televizyon şovlarında yer almak gibi birçok göreve sahip olmaktadır. Bununla birlikte bu idoller tek başına bu müziği icra edebileceği gibi bir araya gelerek K-Pop grubu da oluşturabilmektedir (Binark, 2018b; Lie, 2012; Parmaksız, 2022). Bu grupların veya K-Pop idollerinin istenilen kalıba uygun olacak şekilde ajanslar veya şirketler tarafından üretildiği belirtilmektedir. Öncelikle SM Entertainment, JYP, YG Entertainment, Cube Entertainment gibi K-Pop sektörünün önemli müzik yapımcıları ve ajansları tarafından, genç yaşta ve yetenekli olan kişiler seçilerek sözleşme imzalanmakta ve daha sonra bu kişiler eğitime tabi tutulmaktadır (Oh ve Park, 2012; Parmaksız, 2022). Eğitim süreci, içinde birçok zorluğu barındırmaktadır. Bu eğitimler; şarkı söyleme, dans, yabancı dil öğrenimi, oyunculuk, fiziksel olarak çekici

görünmeleri için egzersizler, zorlu diyet süreçleri ve estetik ameliyatları içermekte ve ajanslar tarafından finanse edilmektedir (Song, 2011). Hazır hale geldiği düşünülen idol adayları ise K-Pop gruplarında veya tek başına halkın beğenisine sunulmaktadır. K-Pop idollerinin veya gruplarının özellikle ergenlik döneminde bulunan kişiler üzerinde birçok etkisinin olduğu belirtilmektedir. Bu etkilerden birinin ergen bireylerin beden memnuniyetleri üzerinde olduğu belirtilmektedir (Siswanti, 2014; Tresna vd., 2021; Utami, 2019).

Beden memnuniyeti olumlu beden algısını ifade etmektedir (Avalos vd., 2005). Beden algısı kişinin, bedeni hakkında sahip olduğu duygu ve düşünceler veya diğer kişiler tarafından bedeninin nasıl görüldüğüne dair duygu ve düşünceleri şeklinde ifade edilebilir (Grogan, 2002). Bu bakımdan beden algısı, bireyin kendi bedenine ilişkin hissettiği duygularını, düşüncelerini, algılarını ve davranışlarını içeren bir terimdir (Thompson vd., 1999). Dolayısıyla beden algısı, kişinin bedenini, dışardan bir gözlemci gibi bakarak değerlendirmesi iken beden memnuniyeti, bu değerlendirmenin olumlu olmasıdır. Yani beden memnuniyeti, kişinin bedenine ilişkin hissettiği duygu ve düşüncelerinin olumlu olmasıdır (Danis vd., 2015, aktaran Kaya, 2022). Ergenlik dönemi; fizyolojik, bilişsel, sosyal ve duygusal değişimleri içermekle birlikte başarılması gereken birçok gelişimsel görevi de içermektedir. Bunlardan bir tanesi de bedeni kabul etmedir. Özellikle erken ergenlik döneminde bedende meydana gelen hızlı değişimler, ergenin dikkatini bedenine vermesine neden olmakta, ergenler bu hızlı değişimlere ayak uydurmaya çalışmaktadır (Derman, 2008; Kalafat ve Kıncal, 2018). Ergenlik döneminde yaşanan fiziksel değişimler (örneğin hızlı kilo alımı ve beden şeklindeki değişiklikler) ise bazı ergenler tarafından olumsuz algılanabilmekte; bu değişimlerle başa çıkmakta zorlanan ergenlerde ise beden memnuniyetsizliği gelişebilmektedir (Harris, 1987; İçingür, 2019; Özbay ve Öztürk, 1992).

Yapılan çalışmalara bakıldığında beden memnuniyeti ile öz saygı (Matz, 2002; Wardle ve Cooke, 2005), benlik saygısı (Özcan vd., 2013), öz şefkat (Tylka vd., 2015; Wasylkiw vd., 2012) arasında ilişki olduğu görülmektedir. Bununla birlikte sosyal medyanın, kişilerin beden memnuniyetleri üzerinde olumsuz açıdan etkili olduğu belirtilmektedir. Bu olumsuz etki özellikle ergenler üzerinde görülmektedir. Çünkü sosyal medya kullanan ergenler, sosyal medyada gördükleri akranlarına veya popüler olan ünlülere bakarak ideal bedenin nasıl olması gerektiğine dair fikir sahibi

olabilmekte ve kendi bedenini gördüğü bu ideal bedenlerle kıyaslayabilmektedir. Bu kıyaslama sonucu, ergenin sahip olduğu beden ile sosyal medyada maruz kaldığı ideal beden arasında fark fazla ise, ergenin kendi bedenine ilişkin algısı olumsuz etkilenebilmektedir (Durkin vd., 2005; İçingür, 2019; Oğuz-Akay, 2019; Sharifi vd., 2016; Sözen, 2022).

Ergenlerin sosyal medyada maruz kalabileceği popüler olan ünlülere örnek, K-Pop idolleri gösterilebilmektedir. Hatta K-Pop idolleri, şirketler ve ajanslar tarafından, çeşitli platformlar aracılığıyla, “ideal erkek” veya “ideal kadın” şeklinde sunulmaktadır (Binark, 2018b; Binark ve Karataş-Özaydın, 2019). Örneğin K-Pop kadın grupları, Güney Kore toplumunda kabul gören güzellik standartlarına uyacak şekilde oluşturulmaktadır. Bu bakımdan kadın idoller genellikle; zayıf ve ince bir bedene, beyaz tene, ince v şeklindeki yüz hattına ve küçük yüksek burna sahip olmaktadır (Tresna vd., 2021). Bunun yanı sıra erkek idollerde bu özelliklere sahip olmakla birlikte, makyajlı ve bakımlı/estetikli yüzlere, çekici bedensel görünümlere sahip olmaktadır. Bu ideal erkek ve ideal kadın algısının K-Pop pazarlamasında kullanılan stratejilerden biri olduğu düşünülmektedir (Keskin, 2020a). Çünkü fiziksel görünüm bakımından sunulan bu kusursuzluk algısı, K-Pop dinleyen veya müzik videolarını izleyen kişilerin hayranlığını kazanmada etkili olmaktadır. Daha sonra ise hayran olan kişiler, hayranı oldukları idollerin sahip olduğu fiziksel görünüme ulaşmak istemektedir (Tresna vd., 2021; Utami, 2019). Özellikle ergenler, hayranı oldukları idollerin fiziksel görünümüne ulaşmak için veya bu güzel görünümünü taklit edebilmek için her şeyi yapmaya çalışmaktadır (Utami, 2019). Bu bakımdan K-Pop’un, ergenlerin ideal vücut şekli ve yeme davranışlarına dair algılarını etkileyebileceği ifade edilmektedir (Santanu vd., 2024). Santanu vd. (2024) tarafından yapılan çalışmada kadın ergenlerin çoğunun, Koreli sanatçıları ve idolleri çekici bulduğu ve Koreli sanatçı/idollerle aynı vücut şekline ve görünümüne sahip olmak istedikleri ortaya konulmuştur. Utami (2019) ‘de, ergenlerin hayranı olduğu idolleri ile aralarında bir bağ hissettiğini ve bu yüzden idollerine daha yakın olmak ve onlara uyum sağlayabilmek için ideal beden standartlarına sahip olmak istediklerini belirtmektedir. Bu bakımdan K-Pop dinleyen ve müzik videolarını izleyen ergenler, kendi bedenlerini hayranı oldukları idoller ile karşılaştırmakta, K-Pop şarkıları ve idollerinin sunmuş olduğu ideal güzellik standartlarına sahip olmadığını düşünen

ergenlerde ise beden memnuniyet düzeyi düşebilmektedir (Dwiputeri ve Maulina, 2015).

K-Pop'un, ergenlerin sahip olduğu toplumsal cinsiyet algıları üzerinde de etkili olabileceği belirtilmektedir (Ainslie, 2017; Lee ve Yi, 2020; Putri, 2021). Toplumsal cinsiyet kavramı, fizyolojik cinsiyetten farklı olarak, kadın ve erkek olmanın toplumsal ve kültürel bağlamda ne anlam ifade ettiğine odaklanmaktadır (Karakaya, 2018). Bu bakımdan toplumsal cinsiyet; kadın ve erkek olmanın özelliklerini, kadından ve erkekten toplumsal olarak beklenen rolleri ve sorumlulukları, kadın ve erkeğin sosyal yaşamdaki konumlarını ve davranışlarını içermektedir. Dolayısıyla toplumsal cinsiyet kavramı, kadın ve erkek olmanın biyolojik farklılıklarına değil, toplumsal olarak nasıl algılandığına, kadın ve erkekten beklenen davranışlara, düşüncelere odaklanmaktadır. Toplum tarafından, kadın ve erkekten yerine getirilmesi beklenen davranışlar ise toplumsal cinsiyet rollerini ifade etmektedir. Bu bakımdan toplumsal cinsiyet rolü cinsiyetle ilişkili bir grup beklentisini ifade etmektedir (Altınova ve Duyan, 2013). Toplumsal cinsiyet algısı ise; kişilerin toplumsal cinsiyete ilişkin algılarını yani toplumsal cinsiyet rollerini nasıl gördüklerini ve algıladıklarını ifade etmektedir (Altınova ve Duyan, 2013; Esen vd., 2018).

Toplumsal cinsiyet rolleri geleneksel ve eşitlikçi olarak sınıflandırılabilir. Geleneksel toplumsal cinsiyet algısında kadınlar için yerine getirilmesi beklenen görevler veya roller; ev işi yapma, çocukların bakımıyla ilgilenme, evde kalma ve iş hayatına atılmama iken erkekler için beklenen roller; güçlü olma, bağımsız ve duygusuz olma, maddi olarak evi geçindirme ve evin lideri konumunda bulunma olmaktadır (Hoffman ve Kloska, 1995; Özdemir, 2019). Eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısında ise kadın ve erkeğin; aile, meslek, evlilik, sosyal yaşam, eğitim gibi bağlamlarda hak, sorumluluk ve imkanlara eşit düzeyde sahip olması gerektiği düşüncesi hakimdir. Bunun yanı sıra eşitlikçi bakış açısına göre kadın ve erkekten, geleneksel bakış açısının aksine kalıplaşmış rolleri yerine getirmeleri beklenmemektedir (Akin ve Demirel, 2003; Basow, 1992; Dökmen, 2009; Ecevit, 2021; Pirol ve Arısoy-Gedik, 2025).

Türkiye'de gerçekleştirilen araştırmalar toplumsal cinsiyet algısının; bireylerin cinsiyeti, sosyoekonomik düzeyi ve eğitim düzeyi ile anlamlı bir ilişki içerisinde olduğunu göstermektedir (Çiftçi vd., 2022; Savaş, 2018). Türkiye 'de yapılan başka

bir çalışmada ise erkekten ve kadından beklenen roller bakımından kişilerin geleneksel bakış açısına sahip olduğu görülebilmektedir (Özkan ve Gündoğdu, 2011). Ergenlik dönemi, bireylerin toplumsal cinsiyet algılarının biçimlenmesinde kritik bir gelişim evresi olarak değerlendirilmektedir. Erkek ve kadının farklı olduğuna dair farkındalık en çok ergenlik döneminde belirginleşmektedir. Çünkü ergenlik dönemi fiziksel, bilişsel ve sosyo-duygusal bakımdan büyük değişimleri içermektedir. Bu değişimler arasında olan cinsel olgunlaşma, ergenlerin cinsel kimlik gelişimini biçimlendirmektedir. Bununla birlikte ergenler kadın ve erkeğe yönelik olan farkındalıklarını toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkilendirmektedir (Berk, 2007; Cenkseven, 2002; Çelik-Demirtaş, 2019; Santrock, 2014).

Kore dalgası ile özellikle Asya bölgesindeki erkeklik anlayışında değişimler meydana geldiği belirtilmektedir. Erkekliğe ilişkin bu yeni anlayış ise “Yumuşak Erkeklik” (Soft Masculinity) olarak adlandırılmaktadır (Ainslie, 2017). Yumuşak erkeklik anlayışı, erkeklerde görülen kadınsı imgelere vurgu yapmaktadır. Bu anlayış, K-Pop erkek idollerinde de görülmektedir. Örneğin K-Pop erkek idollerinin makyaj yaptığı, şirinlik yaptığı ve kadın rollerine büründüğü hatta kadın kimliğine bürünerek performans gösterdiği görülebilmektedir. Bununla birlikte K-Pop sektöründeki erkek idoller genellikle ince yapılı, moda duyarlı ve androjen görünümlere sahip olmakta ve bu güzel görünümleri sebebiyle de “Flower Boys” (Çiçek Çocuklar) olarak adlandırılmaktadırlar (Jung, 2010; Oh ve Oh, 2017). Erkek idollerin kadınsı özellikler taşımakla beraber verdikleri mesajlarda da toplumsal cinsiyet kalıplarına karşı çıktığı görülebilmektedir (Keskin, 2022b). Kadın idoller aracılığı ile de geleneksel ve ataerkil olan toplumsal cinsiyet rollerini ve stereotiplerini reddetmek üzerine mesajlar verildiği görülebilmektedir. Örneğin kadın K-Pop idolleri, kadınlardan beklenen sevimli, kırılgan, hassas olma gibi rolleri benimsemeyerek aksine bağımsızlığı, güçlü olmayı, saldırganlığı ve öz güveni ön plana çıkarmaktadır. Özellikle müzikleri veya kendileri tarafından verilen mesajlarda, kadınların gücünün ve cinsiyet eşitliğinin ön plana çıkarıldığı görülebilmektedir (Lee ve Yi, 2020; Putri, 2021). Bu bakımdan erkek ve kadın K-Pop idollerinin; müzikleri, görünümleri, performansları, davranışları, mesajları vb. özellikleri bakımından ergenlerin toplumsal cinsiyet algılarının şekillenmesinde rol oynayabileceği söylenebilmektedir (Ainslie, 2017; Aykut, 2022; Keskin, 2020a, 2022b; Lee ve Yi, 2020; Putri, 2021).

K-Pop'un, ergenlerin psikolojik sağamlık düzeyleri üzerinde de etkisi olabilmektedir (Angela, 2023; Lou, 2024). Psikolojik sağamlık; kişilerin zorlu olayların üstesinden başarılı bir şekilde gelebilmesini ve hızlı bir şekilde olağan ve normal yaşantısına dönebilme yeteneğini ifade etmektedir (Doğan, 2015). Psikolojik sağamlıktan söz edebilmek için genellikle iki koşul gerekli görölmektedir: 1) ciddi bir risk durumuyla veya zorluklarla karşı karşıya gelmek veya bu durumların varlığı, 2) bu durumlara karşı olumlu bir uyum süreci göstermek yani riske rağmen olumlu sonuçlara sahip olmak. Bu bakımdan psikolojik sağamlığın şekillenmesinde risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçların etkili olduğu söylenebilmektedir. Risk faktörleri, stres, zorluk, sıkıntı veya felaket (örneğin ailede ölüm, boşanma veya başka bir travma) gibi olumsuz durumları belirtmektedir (Arrington ve Wilson, 2000; Gizir, 2007; Kirby ve Fraser, 1997; Masten ve Reed, 2002). Koruyucu faktörler ise, risk faktörlerinin etkisini azaltan veya yok eden dolayısıyla kişinin çevresiyle uyumunu destekleyen faktörleri belirtmektedir (Greene ve Conrad, 1999; Kararımak, 2006; Masten, 1994). Örneğin arkadaş çevresinin varlığı ve sosyal destek, aile tarafından verilen destek, benlik saygısının ve özgüvenin yüksek olması koruyucu faktörlere örnek olarak verilebilmektedir (Gizir, 2007). Olumlu sonuçlar ise kişinin karşılaştığı zor durumların üstesinden başarıyla gelebildiğini ve yaşamını sağlıklı bir biçimde devam ettirebilmesini ifade etmektedir (Akar, 2018; Gizir, 2007; Gürgan, 2006; Masten, 2001). Dolayısıyla olumlu sonuçlar; travma sonrası büyümeyi, gelişmeyi ifade etmekte ve olumlu ruh sağlığı veya gelişimini gösteren durumları belirtmektedir (Işık vd., 2021). Örneğin akademik başarı, arkadaşlar tarafından kabul görmek ve yakın arkadaşlık ilişkileri geliştirmek olumlu sonuçlar olarak ele alınabilmektedir (Gizir, 2007; Masten ve Reed, 2002).

Psikolojik sağamlık, ergenlik döneminde ele alınması gereken önemli bir faktördür. Çünkü ergenlik dönemi, ergen için stres yaratan birçok değişimi barındırmaktadır. Aynı zamanda ergenlik dönemindeki bireyler; sınavlar, aile baskısı, akran zorbalığı gibi başa çıkması gereken birçok zor durumla karşılaşabilmektedir. Ergenlerin bu zorlu durumlarla nasıl baş ettiği ise sahip olduğu psikolojik sağamlık düzeyinden etkilenmektedir. Bununla birlikte ergenlerin pes etmeyip, karşılaştıkları zorluklarla nasıl baş ettiğinin anlaşılmasında psikolojik sağamlık kavramı önemli bir yere sahip olmaktadır (Arslan, 2015b; Eminağaoğlu, 2006; Turgut ve Çapan, 2017).

Literatürde psikolojik sağlamlıkla ilişkili internet bağımlılığı (Sağar ve Sağar, 2022), öz yeterlilik, benlik saygısı, olumlu duygular (Arslan, 2015b) gibi birçok faktör ortaya konmuştur. Bu faktörlerden birisinin ise K-Pop olduğu düşünülmektedir (Angela, 2023; Lou, 2024).

K-Pop'un psikolojik olarak sağlam olmak ile ilgili mesajlar verdiği belirtilmektedir. Örneğin K-Pop idolleri sanatçılık özellikleriyle beraber azim ve başarı öyküleriyle dünyadaki birçok hayranına ilham vermekte onlara rol model olmaktadır (Lou, 2024). Bununla birlikte K-Pop, gençler tarafından bir kaçış yeri, sığınacak bir liman olarak görülmekte (Keskin, 2022b) ve K-Pop müziğinin ve idollerinin, kendilerini sevme gibi hayatlarında pozitif değişimler yarattığı (Yalvaç-Arıcı ve Çetin, 2022) ve hayranı oldukları idoller sayesinde yaşam enerjilerinin arttığı (Angela, 2023) ifade edilmektedir. Tabi K-Pop'un etkileri her zaman olumlu olmamaktadır. Örneğin yapılan çalışmalarda K-Pop hayranlarının, K-Pop'un hayatının büyük bir kısmını kapladığı için ondan uzaklaşmanın zorlayıcı olduğunu ifade ettiği belirtilmiştir (Phyo, 2024; Sobur, 2018). Bununla birlikte K-Pop dinleyen ve müzik videolarını izleyen kişilerin veya hayranlarının dışlandığı, zorbalığa ve eleştiriye maruz kaldığı (Aykut, 2022; Özkaya, 2020) ve FOMO (gelişmeleri kaçırma korkusu) yaşadığı belirtilmektedir (Siti ve Hazim, 2025). Maqsood ve Bano (2025)'ya göre de hayran toplulukları ve K-Pop idolleri gençler üzerinde; kaçışçılık ve duygusal bağımlılık, gerçekçi olmayan beklentiler ve hayal kırıklığı, olumsuzluklara veya siber zorbalığa maruz kalma gibi olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Bu bakımdan bahsedilen bu etkiler psikolojik sağlamlık üzerinde etkili olabilmektedir.

Tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de de K-Pop hayranlarının sayısı oldukça fazladır. Bu doğrultuda, birçok ergen bireyin K-Pop müziğini dinlediği ve müzik videolarını takip ettiği görülmektedir. Hatta ülkemizde bulunan gençlerin, K-Pop gruplarının hayran topluluklarına üye olduğu ve bu hayran gruplarında aktif görevler üstlendiği belirtilmektedir. Bu durum, ülkemizde etkin bir K-Pop hayran kitlesinin varlığını ortaya koymaktadır (Atıkaslan, 2022; Binark, 2018b; Keskin, 2020b; Ünlü, 2021). Bununla birlikte ülkemizdeki gençler arasında oldukça popüler ve önemli bir yere sahip olan K-Pop'un, gençler üzerinde psikolojik ve sosyolojik birtakım etkilere sahip olduğu belirtilmektedir. Ancak mevcut literatür incelendiğinde, K-Pop'un Türkiye bağlamındaki önemini ve etkisini ele alan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu

görülmektedir. Bu çalışmaların çoğunlukla nitel araştırma yöntemleriyle yürütüldüğü ve genellikle K-Pop hayranları ya da dinleyicileri üzerinden gerçekleştirildiği dikkat çekmektedir (Asa, 2019; Aykut, 2022; Atıkaslan, 2022; İriyari, 2022; Keskin, 2020b; Kütükçü, 2023; Parmaksız, 2022; Yalvaç-Arıcı ve Çetin, 2022). Dolayısıyla Türkiye’de K-Pop’un ergenler üzerindeki psikolojik ve sosyo-kültürel etkilerini ele alan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu söylenebilmektedir. Özellikle K-Pop’un, gençler için önemini ve etkisini ortaya koyan nicel çalışma sayısı çok azdır (Boğazkesen vd., 2024; Borazan-Karadeniz, 2022; Gülmez, 2021; Keskin, 2022b; Özkaya, 2020; Pirol ve Arısoy-Gedik, 2025; Yalçın ve Mutlu, 2020).

Ergenlik dönemindeki bireylerin beden memnuniyeti ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin düşük olması, çeşitli psikolojik sorunların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir. Ayrıca, ergenlerin toplumsal cinsiyete ilişkin geleneksel görüşlere sahip olmaları; eğitim, meslek seçimi ve sosyal ilişkiler gibi farklı bağlamlarda çeşitli sorunlara yol açabilmektedir. Bu doğrultuda, söz konusu değişkenlerin incelenmesi, koruyucu, önleyici ve müdahaleye yönelik hizmetlerin geliştirilmesi açısından önem arz etmektedir. Bu yüzden bu değişkenlerle ilişkili ya da bu değişkenleri etkileyebilecek çeşitli faktörler, literatürde yapılan araştırmalarla ortaya konulmaya çalışılmıştır. Uluslararası çalışmalara bakıldığında, bu faktörlerden birinin K-Pop olabileceği düşünülmektedir. Zira K-Pop idollerinin temsilleri ile K-Pop şarkılarının ve müzik videolarının, ergen bireylerin beden memnuniyeti, toplumsal cinsiyet algısı ve psikolojik sağlamlık düzeyleri üzerinde belirli etkiler oluşturabileceği çeşitli araştırmalarla ortaya konulmuştur (Utami, 2019; Habibah vd., 2021; Lee ve Yi, 2020; Putri, 2021; Cohen, 2019; Viktoriya, 2024; Huang, 2024; Maqsood ve Bano, 2025). Ancak Türkiye’de gerçekleştirilen çalışmalara bakıldığında, ergenlerin beden memnuniyeti, psikolojik sağlamlık düzeyleri ve toplumsal cinsiyet algılarının K-Pop bağlamında ele alındığı bir araştırmaya rastlanmamıştır.

K-Pop’un Türkiye’deki ergen bireylerin beden memnuniyeti, toplumsal cinsiyet algısı ve psikolojik sağlamlık düzeyleri üzerindeki olası etkilerinin incelenmesi; psikoloji, sosyoloji ve eğitim alanlarında güncel ve önemli bir araştırma ihtiyacına işaret etmektedir. Ergenlerin söz konusu değişkenler açısından K-Pop ile ilişkilerinin araştırılması, hem ulusal literatüre özgün bir katkı sunabilir hem de bu alanda çalışma yürüten araştırmacılar için yol gösterici nitelikte olabilir. Ayrıca, bu

araştırma sonucunda elde edilecek bulgular; ergenlerin beden memnuniyetini, toplumsal cinsiyet algılarını ve psikolojik sağlamlıklarını desteklemeye yönelik politika geliştirme, eğitim programları oluşturma ve psikolojik danışma hizmetleri tasarlama süreçlerinde eğitimciler ve alan uzmanları için önemli bir kaynak teşkil edebilir. Bu nedenle, Türkiye’deki ergen bireylerin beden memnuniyeti, psikolojik sağlamlık düzeyleri ve toplumsal cinsiyet algılarının K-Pop bağlamında ele alınması; psikoloji, psikiyatri, psikolojik danışma ve rehberlik ile sosyoloji disiplinlerinde hem kuramsal hem de uygulamalı çalışmalara ve koruyucu/önleyici hizmetlerin geliştirilmesine katkı sağlayabilir. Bu doğrultuda, söz konusu araştırmanın temel amacı; K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre ergen bireylerin beden memnuniyeti, psikolojik sağlamlık ve toplumsal cinsiyet algısı düzeylerinin anlamlı biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymaktır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre ergenlerin beden memnuniyeti düzeyleri, psikolojik sağlamlık düzeyleri ve toplumsal cinsiyet algılarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesidir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır;

1. Ergenlerin beden memnuniyeti düzeyleri, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
2. Ergenlerin eşitlikçi toplumsal cinsiyet algıları, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
3. Ergenlerin geleneksel toplumsal cinsiyet algıları, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
4. Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
5. Ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
6. Ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu okul türüne göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
7. Ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Önemi

Ergenlik dönemi, bireylerin yaşamında kritik bir gelişim evresi olarak değerlendirilmektedir. Bu süreç; sosyal-duygusal, fizyolojik ve bilişsel alanlarda çeşitli değişimlerin yaşandığı bir dönemdir (Cenkseven, 2002; Santrock, 2014). Özellikle kimlik gelişimi ile bireyin kendisine ve toplumsal rollere ilişkin algılarının şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu dönemde medya, özellikle popüler kültür unsurları, ergenlerin değer, tutum ve davranışları üzerinde etkili olabilmektedir (Arnett, 2005). Bu bağlamda, K-Pop ve K-Pop idolleri, ergenlerin medya aracılığıyla erişebildiği Güney Kore kültürüne ait popüler kültür öğeleri arasında yer almaktadır.

Günümüzde küresel ölçekte hızla yayılan Kore dalgasının, özellikle ergen bireyler üzerinde çeşitli etkiler oluşturduğu görülmektedir. Bu dalga'nın önemli bir parçası olan K-Pop, söz konusu etkilerin oluşmasında güçlü bir araç olarak öne çıkmaktadır. Türkiye'de gerçekleştirilen araştırmalar, K-Pop'un ülkemizde hızla yayıldığını; ergenler açısından önemli bir yere sahip olduğunu ve çeşitli psikososyal etkiler yarattığını ortaya koymaktadır. Genç bireyler tarafından K-Pop, kaçış ve sığınma alanı olarak tanımlanmakta; ruhsal olarak iyi hissettiren ve yaşamlarını olumlu yönde etkileyen bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Ayrıca K-Pop idollerinin samimi, güven verici ve aileden biri gibi algılandığı; gençlere ilham verdiği, rol model olarak benimsendiği ve bu nedenle hayranlık duyulan idolleri savunmak ya da desteklemek amacıyla çeşitli dijital platformlarda aktif biçimde çaba gösterildiği ifade edilmektedir (Keskin, 2022; Özkaya, 2020; Yalvaç-Arıcı ve Çetin, 2022). K-Pop'un Türkiye'deki ergenler üzerinde sahip olduğu bu güçlü etkiye rağmen, literatürde K-Pop'un yerel bağlamdaki önemini ve etkisini ele alan çalışmaların sayısı sınırlı olduğu; mevcut çalışmaların çoğunlukla nitel yöntemlerle yürütüldüğü ve genellikle K-Pop hayranları ya da dinleyicileri üzerinden gerçekleştirildiği gözlemlenmektedir (Asa, 2019; Aykut, 2022; Atıkaslan, 2022; İriyari, 2022; Keskin, 2020b; Kütükçü, 2023; Parmaksız, 2022; Yalvaç-Arıcı ve Çetin, 2022).

Ergenlik döneminde bulunan bireylerin beden memnuniyeti ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin düşük olmasının, çeşitli psikolojik sorunlara yol açabileceği yönünde literatürde bulgulara rastlanmaktadır. Bununla birlikte ergenlerin toplumsal cinsiyete ilişkin geleneksel görüşlere sahip olmasının ise; eğitsel, mesleki, sosyal bağlamlarda sorunlara neden olabileceği belirtilmektedir. Dolayısıyla ergenlik dönemi

bağlamında beden memnuniyeti, toplumsal cinsiyet algısı ve psikolojik sağlamlık kavramlarının araştırılması; araştırma, uygulama alanları ve temel önleyici/koruyucu hizmetler bakımından önemli görülmektedir. Bu nedenle de bu değişkenlerle ilişkili veya bu değişkenleri etkileyebilecek birçok faktör, yapılan çalışmalarla belirlenmeye çalışılmıştır. Bu değişkenler üzerinde etkili olabilecek bir faktöründe K-Pop olduğu düşünülmektedir. Uluslararası düzeyde gerçekleştirilen araştırmalar, K-Pop idollerinin, şarkılarının ve müzik videolarının; ergenlerin beden memnuniyeti, toplumsal cinsiyet algısı ve psikolojik sağlamlık düzeyleri üzerinde çeşitli etkiler oluşturabileceğini ortaya koymaktadır (Utami, 2019; Habibah vd., 2021; Lee ve Yi, 2020; Putri, 2021; Cohen, 2019; Viktoriya, 2024; Huang, 2024; Maqsood ve Bano, 2025). Bu bağlamda, K-Pop'un yalnızca bir müzik türü olmadığı; ergenlerin güzellik algılarını, toplumsal cinsiyetle ilgili tutumlarını ve stresle başa çıkma, iyi hissetme gibi psikolojik sağlamlıkla ilişkili faktörleri etkileyebilecek güce sahip küresel bir fenomen olduğu ifade edilebilir. Ayrıca Güney Kore popüler kültürünün Türkiye'deki gençler arasında hızla yayılması ve benimsenmesi, K-Pop'un kültürel etkileşim bağlamında ergenler için önemli bir sosyalizasyon aracı olarak işlev gördüğünü ve Türk kültürüyle bazı ortak değerler taşıdığına işaret etmektedir.

Lakin ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında ergenlerin beden memnuniyetlerinin, toplumsal cinsiyet algılarının ve psikolojik sağlamlıklarının K-Pop açısından incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu değişkenler arasından sadece toplumsal cinsiyet algısı bakımından çalışıldığı, 18-40 yaş aralığında kişilerin, K-Pop dinlemeye göre toplumsal cinsiyet algısının farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya konulduğu (Pirol ve Arısoy- Gedik, 2025) ve 9-14 yaş arası BTS adlı erkek K-Pop grubunu seven kişilerin, bu üyelerin cinsiyetlerini nasıl algıladıklarının nicel yöntemle ortaya konulduğu (Gülmez, 2021) tek bir çalışmanın olduğu gözlemlenmiştir. Bu açıdan K-Pop'un Türkiye'deki ergenlerin beden memnuniyetleri, toplumsal cinsiyet algıları ve psikolojik sağlamlıkları üzerinde nasıl bir etkiye sahip olabileceğini araştırmanın; psikoloji, sosyoloji ve eğitim alanında güncel ve önemli bir ihtiyaç olduğu söylenebilir.

Bu bilgiler doğrultusunda, ergenlerin beden memnuniyeti, psikolojik sağlamlık ve toplumsal cinsiyet algılarının K-Pop bağlamında incelenmesi hem ilgili literatüre hem de Türkiye özelinde yürütülen çalışmalara özgün bir katkı sunma potansiyeline

sahiptir. Bununla birlikte bu araştırma sonucunda, Türkiye’de yer alan ergenlerin beden memnuniyetleri, toplumsal cinsiyet algıları ve psikolojik sağlamlıklarını pozitif yönde etkilemek amacıyla geliştirilecek eğitimler veya psikolojik destek programların oluşturulmasında uzmanlar için dikkate alınması gereken bulgular elde edileceği düşünülmektedir. Elde edilen bulguların ergenlerin sağlıklı ve bütünsel gelişimini destekleyen eğitsel ve psikolojik destek sağlayan politikaların geliştirilmesinde bilimsel bir temel sağlayacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla ergenlerin beden memnuniyetlerinin, psikolojik sağlamlıklarının ve toplumsal cinsiyet algılarının K-Pop açısından incelenmesinin, psikoloji, psikiyatri, psikolojik danışma ve rehberlik, sosyoloji bağlamında; araştırma, uygulama alanları ve temel önleyici/koruyucu hizmetler bakımından katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Türkiye’de K-Pop’a yönelik olarak bazı eğitimciler, aileler ve toplumun bazı kesimleri tarafından olumsuz tutumların benimsendiği görülmektedir. Bu tutumlar arasında K-Pop’un ergenlerde cinsel kimlik karmaşasına yol açtığı, ruhsal açıdan olumsuz etkiler oluşturduğu ve hatta intihar eğilimlerini tetikleyebileceği yönündeki görüşler yer almaktadır (Keskin ve Binark, 2021). Bu tür algılar doğrultusunda, K-Pop’un yasaklanmasına yönelik taleplerin gündeme geldiği de ifade edilmektedir. Bu bağlamda, araştırma sonucunda elde edilen bulgular; ailelere, eğitimcilere ve topluma, ergenlerin K-Pop ile kurdukları etkileşimin olası psikososyal sonuçlarına dair bilgi sunarak, mevcut toplumsal tutumların geçerliliği konusunda değerlendirme yapma imkânı sağlayabilir. Ayrıca, ergenlerin medya ile, özellikle K-Pop içerikleriyle kurdukları etkileşimi düzenleme noktasında rehberlik edici bir çerçeve sunabilir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın birinci sınırlılığı örneklemin tek bir ili kapsamasıdır. Bu bakımdan elde edilen bulguların genellenebilirliği sınırlıdır.

İkini sınırlılık ise elde edilen verilerin öğrencilerin kişisel bildirimlerine dayanan ölçeklerden elde edilmesidir.

Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin araştırmada kullanılan ölçek ve formu içtenlikle cevaplayacağı varsayılmıştır.

2. Kullanılan ölçme aracıyla ve izlenen yöntemle araştırmanın amaçlarına ulaşılabileceği varsayılmıştır.

Tanımlar

Kore Dalgası: Kore dalgası ya da diğer bir ifadeyle “Hallyu-한류” (Bok-rae, 2015), Güney Kore kültürünün diğer ülkelerde popülerleşmesini, geniş kitleler tarafından benimsenmesini ve bu bakımdan kişilerin yaşam stillerini etkilemesini ifade etmektedir (Jin vd., 2024).

K-Pop: Kore dalgasının bir parçası olan ve Korean Pop Music (Kore Pop Müziği)’in kısaltması olan K-Pop; hip- hop, rap, techno, pop gibi farklı müzik türlerinin birleşiminden meydana gelen, Güney Kore’nin geleneksel müziği ile baskın olan yabancı pop müziği (Özellikle ABD ve Japonya pop müziği) birleştiren, bunun yanında etkileyici dans performanslarıyla ve genellikle gruplar halinde sunulan bir müzik türünü ifade etmektedir (Hong, 2013; Karaman ve Özmen, 2023; Kütükçü, 2023; Lie, 2012).

Beden Memnuniyeti: Olumlu beden algısını yani kişinin bedenine ilişkin algısının, duygu ve düşüncelerinin olumlu olmasını ifade etmektedir (Avalos vd., 2005; Kale vd., 2023).

Toplumsal Cinsiyet Algısı: Kişilerin toplumsal cinsiyete ilişkin algılarını yani toplumsal cinsiyet rollerini nasıl gördüklerini ve algıladıklarını ifade etmektedir (Altınova ve Duyan, 2013; Esen vd., 2018).

Psikolojik Sağlamlık: Psikolojik sağlamlık; kişilerin zorlu olayların üstesinden başarılı bir şekilde gelebilmesini ve hızlı bir şekilde olağan ve normal yaşantısına dönebilme yeteneğini ifade etmektedir (Doğan, 2015).

1. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Kore Dalgası ve Güney Kore Pop Müziği (K-Pop)

Bu bölümde Kore dalgası ve Güney Kore pop müziği (K-Pop) hakkında bilgilere yer verilmiştir.

1.1.1. Kore Dalgası ve Yayılımı

Kore dalgası ya da diğer bir ifadeyle “Hallyu-한류” (Bok-rae, 2015), Güney Kore kültürünün diğer ülkelerde popülerleşmesini, geniş kitleler tarafından benimsenmesini ve bu bakımdan kişilerin yaşam stillerini etkilemesini ifade eden sosyokültürel bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Jin vd., 2024). Kore dalgası terimi ilk olarak 1999 yılında Çin medyası tarafından kullanılmıştır. Çin’e ihraç edilen bir Kore dizisi olan What is Love ülkede oldukça popüler hale gelmiş (Jin vd., 2024) ve Kore dizileri ile başlayan süreç sonucunda Kore eğlence sektörünün ve kültürünün ülkede bu kadar popüler hâle gelmesine şaşırarak Çin medyası bu terimi ortaya koymuştur (Lee, 2011). Kore dalgası yani “Hallyu-한류” Çince’de iki ideogramdan oluşmaktadır; bu ideogramlardan ilki Kore, diğeri akım yani dalga anlamına gelmektedir. İkisi birleştiğinde ise Kore Dalgası terimi ortaya çıkmaktadır (Binark, 2018a).

Kore dizilerinin ihracatıyla başlayan Kore dalgasının artık; Güney Kore pop müziği (K-Pop), filmler, animasyonlar, çevrimiçi oyunlar, akıllı telefonlar, moda, kozmetik, yiyecek ve yaşam tarzları gibi birçok kültürel unsuru içerdiği belirtilmektedir (Lee, 2011). Bu kültürel unsurları barındıran Kore dalgası özellikle ilk başlarda Çin, Tayvan, Hong Kong ve Vietnam gibi komşu Asya ülkelerinde etkili olsa da (Bok-Rae, 2015) günümüzde ABD, Meksika, Mısır, Irak ve son olarak Avrupa ülkelerinde de Kore dalgasının izleri görülebilmekte yani Kore dalgası Asya ülkelerini aşarak dünyaya yayılmayı başarabilmektedir (Jung, 2019). Ülkemizde de Kore dalgası, 2005 yılında diziler aracılığıyla etkisini göstermeye başlamış ve 2010 yılında kendine sağlam bir yer edinmiştir (Oh ve Chae, 2013).

Dalga gibi tabakalar halinde yayılan Kore dalgası, ekonomi ve teknolojik gelişmeler gibi birçok faktörden etkilenecek, farklı dönemlerde farklı etkilere sahip

olmuş ve gücünü farklı araçlardan almıştır (Borazan-Karadeniz, 2022). Bok-Rae (2015) yapmış olduğu çalışmada Kore dalgasının yayılma aşamalarını ve bu yayılmada etkili olan araçları ortaya koymaktadır. Buna göre Hallyu yani Kore dalgası, ilk olarak 1990’ların sonlarında Güney Kore dizilerinin (K-Drama) dış ülkelere pazarlanmasıyla başlamakta ve bu süreç Hallyu 1.0 olarak ifade edilmektedir. Güney Kore pop müziğinin (K-Pop) popülerleşmesiyle ve özellikle sosyal medya, internet ağlarının gelişimi ve akıllı telefonların yaygınlaşmasıyla beraber Hallyu 1.0’dan Hallyu 2.0’a bir geçiş sağlanmıştır. Özellikle Twitter, Youtube, Instagram gibi uygulamalar aracılığıyla K-Pop idollerine yönelik oluşan hayran kitleleri, Kore dalgasının dünyaya yayılmasında etkili olmuştur. Geleneksel Güney Kore kültürü unsurlarının önemli hale geldiği aşamada ise Hallyu 2.0’dan Hallyu 3.0’a doğru bir geçiş meydana gelmiştir. Bu bakımdan Hallyu 3.0’ın temel amacı, Güney Kore geleneksel kültürünü, dünya bazında yaygınlaştırmak olmuştur. Böylelikle özellikle 2010 ve sonrasındaki yıllarda Kore dalgası, sadece K-Drama ve K-Pop ile sınırlı kalmamış, Kore kültürünün tüm unsurlarını içeren bir hale gelmiştir (Book-Rae, 2015). Jin (2024)’e göre de özellikle 2010’lu yıllarda, TVXQ, Big Bang, Girls’ Generation ve Wonder Girls gibi Güney Kore pop müziği (K-Pop) yapan idol grupları büyük bir popülariteye sahip olmuştur. Bu dönem, “Yeni Kore Dalgası” olarak ifade edilmekte ve “Yeni Kore Dalgası” ile, Hallyu sadece K-Pop ve dizilerle sınırlı kalmayıp, filmler, eğlence programları, video oyunları, yemek, moda, turizm gibi birçok unsuru içine alarak ve etkisini arttırarak dünyada yayılma hızını arttırmıştır.

Book-Rae (2015)’nin hazırlamış olduğu Tablo 1’de Hallyu’nun 3 aşamasının özellikleri görülebilmektedir.

Tablo 1. Hallyu’nun geçmişi, bugünü ve geleceği

	Hallyu 1.0	Hallyu 2.0	Hallyu 3.0
Dönem	1995~2005	2006’dan günümüze	Öngörülebilir gelecek
Yayılma Alanı	Asya (Çin, Tayvan ve Japonya)	Asya, Kuzey Amerika ve Avrupa	Tüm dünya
Hedef	Medya içerikleri (K-dizileri ve filmler) (Ürün odaklı)	K-Pop idolleri (K-star odaklı)	Tür çeşitlenmesi (Yıldız ve yaratıcı marka odaklı)

Tablo 1 (Devam). Hallyu'nun geçmişi, bugünü ve geleceği

Örnek Vakalar	"What is Love?" (1992), "Winter Sonata" (2002), "My Sassy Girl" (2001), "Jewel in the Palace" (2003–2004), HOT (grup), BoA (şarkıcı)	Girls' Generation, Kara, Shinee, 2PM ve Big Bang (grup)	—
Erken Dağıtım	Yurtdışındaki Kore toplumu	Çevrim içi dolaşım (YouTube)	SNS (sosyal medya)
Medya	Video, CD, spot yayıncılık	İnternet, yerinde performans	Çapraz medya
Dayanıklılık	Birkaç aydan birkaç yıla (Winter Sonata)	Birkaç yıl (Girls' Generation)	Onlarca yıl
Yönelim	Dünyanın gözlerini Kore'ye çevirmek (turizm sektörü odaklı)	Yurtdışına açılma ve performans	Kore ötesine açılım (ana akım olarak kabul edilmek)

Görüldüğü üzere Hallyu'nun dünyaya yayılmasında öncelikle tv programları, diziler, filmler ve müzik etkili olmuştur. Bu dalganın yayılması, başlangıçta söz konusu ürünlerin, devamında ise Güney Kore'de üretilen diğer kültürel öğelerin tüketimini beraberinde getirmiştir. En son aşama da ise Güney Kore'nin yaşam tarzına yani turizm, yemek ve dil gibi unsurlara hayranlık oluşturulmak amaçlanmıştır (Binark, 2019a). Bunun dışında Book-Rae (2015) Kore dalgasının, K-Pop idollerinin kamuya mal olma haklarını da içerebileceğini belirtmektedir. Hallyu yıldızlarının sergilemiş olduğu davranışlar, görseller veya yemek, kıyafet ve barınma alışkanlıkları, onların kimliğini yansıtmakta ve bu kimliğin ticari olarak kullanılma hakkı ise kamuya mal olma hakkını ifade etmektedir. Bu bakımdan bu yıldızların hayranları üzerindeki etkisi bilindiği için ticari amaçlar için kullanılması yani kamuya mal haklarının nasıl kullanılacağı ve korunacağı, Kore dalgasının dünyaya yayılmasında etkili görülmekte ve bu Hallyu 4.0 aşaması olarak kabul edilmektedir.

Bahsedildiği üzere Kore dalgasının oluşması ve dünyaya yayılmasında Güney Kore dizileri (K-Drama) ve Güney Kore pop müziği (K-Pop) etkili bir araç olarak kullanılmıştır. Kore dalgasının dünyada ve dolayısıyla ülkemizde yayılmasında bu faktörler dışında; internet ve sosyal medya, devlet tarafından destek ve kültürel yakınlık gibi faktörlerde etkili olmuştur. Örneğin Hallyu 2.0 aşamasında, Twitter, Instagram, Youtube gibi sosyal medya platformları kullanan hayran kitleleri oldukça

etkili olmuştur (Book-Rae, 2015). Ülkemizde de internet aracılığıyla Güney Kore kültürüne merak duyan gençlerin bir araya geldiği görülebilmektedir. Örneğin ülkemizdeki televizyon kanallarında oynatılmaya başlanan Kore dizileri ile, bu dizilerde oynayan oyuncular, bu dizilerde çalınan müzikler, filmler ve Güney Koreli yıldızlar hakkında bilgi vermek ve paylaşımlar yapmak amacıyla Korea-Fans adında internet forumu kurulmuştur. Bu açıdan bu internet sitesinde, Güney Kore kültürüne ilişkin içeriklerin paylaşılması ve bu kültüre merak duyan gençlerin bu bilgilere ücretsiz ve kolay bir şekilde ulaşabilmesi, Hallyu'nun gençler arasında yayılma hızını arttırmıştır (Oh ve Chae, 2013). Bunun yanı sıra PSY'nin Gangnam Style şarkısı 2012 yılında YouTube aracılığıyla yayınlanmış ve birçok ülkede olduğu gibi bizim ülkemizde de müziği ve dans hareketleri bakımından popüler hale gelmiştir. Örneğin bazı sanatçılarımız bu şarkıya benzer şarkılar yayınlamış, bu şarkı düğünlerde çalınmış veya zayıflamak amacıyla televizyon kanallarında kullanılmıştır (Turan, 2018).

Kültürel yakınlık duygusu, Kore dalgasının yayılmasında etkili olan diğer bir unsurdur. Bu unsur toplumların karşılıklı ilişkilerini güçlendirmekte ve birbirini kabul etme hızını arttırabilmektedir (Borazan-Karadeniz, 2022). Güney Kore'de kültürel yakınlık duygusu yaşadığımız bir ülke olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle 1950 'de başlayan Kore savaşı bu duygunun oluşmasına zemin hazırlamıştır. Çünkü bu savaşta Türkiye, Güney Kore'ye asker göndermiştir. Savaşta bulunan Türk askerleri, Güney Kore ve Kore halkına ilişkin bilgileri mektuplar aracılığıyla ailelerine ulaştırmıştır. Savaş sonucunda da gazilerin yazdıkları veya anlattıkları Türk halkında, Güney Kore'nin ve Kore halkının, haksızlığa uğramış dost bir millet olduğu algısını oluşturmuştur. Aynı zamanda bu savaş sonucunda Güney Kore, kan kardeşi olarak görülmeye, Güney Kore' de ise Türkiye, kardeş ülke olarak görülmeye başlanmıştır (Turan, 2018; Yoo, 2019).

Kore dalgasının bu kadar başarılı olmasında diğer bir faktör ise devlet tarafından gördüğü destektir. Özellikle Güney Kore hükümetinin 1997'de yaşamış olduğu finansal kriz, ekonomik olarak yükselmek için, popüler medya kültürünün ihracatını yani diziler ve filmleri dış ülkelere pazarlamayı hedef haline getirmiştir. Bunun yanı sıra Güney Kore hükümeti, ülkenin imajını olumlu yönde değiştirmek ve bu imaj sayesinde diğer ülkelerle daha kolay bir şekilde ilişki kurmak için Kore dalgasının etkisine ihtiyaç duymuştur. Bu bakımdan uzmanlar, Güney Kore'nin temel

kalkınma stratejisinin, K-Drama, K-Pop, çevrimiçi oyunlar, filmler ve dağıtım hizmetlerini içeren kültür, teknoloji ve hizmetlerin dünyaya pazarlanmasını destekleyecek biçimde değiştirilmesinin önemli olduğunu vurgulamıştır. Dolayısıyla kültürel ürünlerin pazarlanmasının ekonomik olarak katkı sağlayacağını anlaşılmıştır, devlet tarafından bu unsurların ihracatı için destek verilmiştir. Örneğin Güney Kore hükümeti, dizilerin ve filmlerin hazırlanması ve yayımlanmasında teşvik kararı çıkararak, bu film ve dizilerin çekilmesi için yer hazırlamıştır. Bunun yanı sıra Kore dalgasının yayılmasında etkili olabilecek Samsung, LG gibi büyük firmalarla iş birliği içine girilmiştir (Binark, 2019a; Geun, 2009; İriyarı, 2022; Lee, 2011).

Kore dalgasının ülkemizde yayılmasında da devlet desteğinin etkisi görülebilmektedir. Örneğin daha önce de bahsedilen, Türkiye'nin en büyük Güney Kore pop kültürü internet topluluğu olan Korea-Fans, 2008 yılından beri Kore Büyükelçiliği tarafından desteklenmekte ve elçilikle birlikte çalışarak birçok etkinlik düzenlenmektedir. Bu bakımdan Kore hükümetinin, bu topluluk aracılığıyla Güney Kore kültürüne ilişkin unsurları ülkemizde tanıttığı görülebilmektedir. Bunun yanı sıra Güney Kore Kültür, Spor ve Turizm Bakanlığı tarafından, Güney Kore diline ve kültürüne dair bilgi vermesi amacıyla ülkemizde açılan King Sejong Enstitüleri, yine Türklerin, Güney Kore kültürüne daha kolay ulaşmasını sağlayan ve bu kültüre ilişkin bilgi sağlayan başka bir kurumdur. Örneğin Korea-Fans ile birlikte çalışarak hafta sonları Kore Film Günleri düzenlenmekte, Koreliler ve Türkler bir araya gelerek Güney Kore filmleri izlemekte, Koreli vatandaşlar kendi kültürlerine ilişkin bilgileri Türklere aktarabilmektedir. Bunun yanı sıra Türkiye'de, Güney Kore kültürü ve Güney Kore'ye seyahat etme konusunda bilgi vermek, Türkiye'de bulunan K-Pop hayranların istek ve ihtiyaçlarına cevap vermek gibi amaçlarla açılan Kore Kültür Merkezi ve bu merkezde bulunan, Kore Turizm Organizasyonu (KTO) ve Kore Yaratıcı İçerik Ajansı (KOCCA) ofisleri de ülkemizde Kore dalgasının güçlenmesinde devlet desteğini göz önüne koymaktadır (Oh ve Chae, 2013).

1.1.2. K-Pop ve K-Pop İdollerin Ortaya Çıkış Süreci

Kore dalgasının bir parçası olan ve Korean Pop Music (Kore Pop Müziği) 'in kısaltması olan K-Pop; hip- hop, rap, techno, pop gibi farklı müzik türlerinin

birleşiminden meydana gelen, Güney Kore'nin geleneksel müziği ile baskın olan yabancı pop müziği (Özellikle ABD ve Japonya pop müziği) birleştiren, bunun yanında etkileyici dans performanslarıyla ve genellikle gruplar halinde sunulan bir müzik türü olarak karşımıza çıkmaktadır (Hong, 2013; Karaman ve Özmen, 2023; Kütükçü, 2023; Lie, 2012). K-Pop'un ortaya çıkışı ve yayılması ise 1992 yılında Seo Taiji & Boys adlı grubun çıkış yapmasıyla bağdaştırılmaktadır. Çünkü bir vokalist ve iki kişi rap söyleyen toplam 3 kişiden oluşan bu grup, rap ve hip-hop türünü Güney Kore müziği ile harmanlayan ilk gruplardan biri olmakla birlikte bu grubun ortaya çıkışından itibaren etkileyici dans performanslarında, K-Pop müziği için aranan özellikler haline gelmiştir. Böylelikle bu grup, diğer K-Pop gruplarının ortaya çıkmasında etkili olmuştur (Karaman ve Özmen, 2023; Keskin, 2022a; Lie, 2012). Şekil 1'de bu grubun üyeleri yer almaktadır (Korezin, 2020).



Şekil 1. Seo Taiji ve Boys grubu

K-Pop icra eden sanatçılara K-Pop idolü veya yıldızı denilmektedir. Bu yıldızlar sadece şarkı söyleyip sahneye çıkmamakta; dizilerde, filmlerde, televizyon şovlarında veya reklamlarında yer alabilmektedir. Bununla birlikte bu idoller tek başına bu müziği icra edebileceği gibi bir araya gelerek K-Pop grubu da oluşturabilmektedir (Binark, 2018b; Lie, 2012; Parmaksız, 2022). K-Pop grupları; vokal, rap ve dans rollerine sahip üyelerden meydana gelip, şarkı söyleme, etkileyici dans gösterilerinin yanı sıra renkli kıyafetler gibi birçok unsurdan meydana

gelmektedir (Karaman ve Özmen, 2023). Şekil 2 ‘de günümüzde oldukça popüler olan BLACKPINK grubu yer almaktadır (Korezin, 2019).



Şekil 2. BLACKPINK grubu

K-Pop idol gruplarında belirli kavramların ve rollerin tanımlamalarının bulunduğu ve bu roller ve kavramların standart hale geldiği belirtilmektedir. Örneğin, grubun bir süre medyadan uzaklaşması, genellikle “comeback” yani yeni bir şarkı ve imajla dönüş yapacaklarını göstermektedir. Her yeni müzik videosuyla birlikte grupların tarzları ve imajları değişmekte ve bu değişim hem yeni çıkan her şarkı için hayranlarının dikkatini çekmekte hem de her şarkının farklı bir kimlik taşımasına olanak tanımaktadır. Grupların yapısında ise yaş, yetenek ve imaj gibi kriterlere göre belirlenen roller vardır. En genç üyeye “maknae”, grubun en dikkat çeken, güzel olan yüzüne “visual” denir. Ayrıca lider, vokalist ve dansçı gibi görevler de grup üyeleri arasında paylaşılır (Özkaya, 2020). Oluşturulan K-Pop gruplarının en az iki üyeden oluştuğu gibi gruptaki üyelerin sayısı 20 kişiye kadar genişleyebilmektedir (Binark, 2018b). Örneğin, 2007 yılında dokuz üyeye kurulan ve bugün sekiz kişiyle devam eden Girls Generation grubunda her üye farklı bir rol üstlenir. Yuri daha seksi bir imaj sergilerken, Sunny sevimliliğiyle öne çıkar. Yoona grubun “visual” pozisyonunda yer

alırken, Jessica ise şıklığıyla dikkat çeker. Sooyoung ise açık sözlü kişiliği ve güçlü mizah anlayışıyla tanınır (Oh, 2018, aktaran Parmaksız, 2022). Grup üyelerinin farklı karakterlere ve tarzlara sahip olması, hayranların bu idollerin farklı yönleriyle bağ kurmasını sağlamakta ve bu da tüketim oranlarını artırmaktadır. Bununla birlikte K-Pop'ta görülen bu melez yapı, hayranlar arasında ortak noktalar oluşturarak etkileşimlerini arttırabilmektedir (Parmaksız, 2022).

Bu grupların veya K-Pop idollerinin istenilen kalıba uygun olacak şekilde ajanslar veya şirketler tarafından üretildiği görülmektedir. Bu bakımdan K-Pop gruplarının veya idollerinin oluşturulması uzun bir süreç ve fazlaca bir çaba gerektirmektedir. Öncelikle SM Entertainment, JYP, YG Entertainment, Cube Entertainment gibi K-Pop sektörünün önemli müzik yapımcıları ve ajansları tarafından, genç yaşta ve yetenekli olan kişiler seçilerek sözleşme imzalanmakta ve bu kişiler eğitime tabi tutulmaktadır (Oh ve Park, 2012; Parmaksız, 2022). Bu seçimler ise genellikle 1000 kişiden oluşan 12-13 yaşındaki gençlerden en yetenekli olan 1 kişiyi seçme şeklindedir. Lakin seçilen kişi direkt K-Pop yıldızı olmamaktadır. Seçilen kişiler yani adaylar, 4-5 yıl sürebilen eğitimlere tabi tutularak tekrardan elemeye girmekte ve genellikle 3 eleme içeren bir süreç sonucunda, oluşturulmaya karar verilen K-Pop grubuna hangi adayın dahil edileceğine karar verilmektedir (Binark, 2018b).

Eğitim süreci de epey zorluklar içermektedir. Bu eğitimler; şarkı söyleme, dans, yabancı dil öğrenimi, oyunculuk, fiziksel olarak çekici görünmeleri için egzersizler, zorlu diyet süreçleri ve estetik ameliyatlara içermekte ve bu açılarından K-Pop idolü adaylarının hazır hale gelmesi için yapılacak olan bu eğitimler, ajanslar tarafından finanse edilmektedir (Song, 2011). Örneğin Japonya da etkili olmayı başarabilen ilk kadın K-Pop idolü olan BoA'yı eğitmek için SM Entertainment tarafından yaklaşık 3 milyon ABD doları harcadığı belirtilmektedir (Kim, 2012). Bunun yanı sıra bahsedilen bu şirketlerde uyulması gereken katı kurallarda bulunmaktadır. Örneğin bu şirketler; sigara kullanmamak, akşam yemeği dışında telefon kullanmamak, romantik bir ilişki içinde olmamak, alkol kullanmamak, derslere geç kalmamak, kilo almamak gibi kurallara sahip olabilmektedir (Oh, 2011, aktaran Parmaksız, 2022).

Eğitim sürecinde yaşanan bu zorluklar, ajanslar ile K-Pop idol adayları arasında yapılan sözleşmelerin, köle sözleşmesi olarak ifade edilmesine neden

olmuştur. Çünkü K-Pop idolünü veya yıldızını, baştan aşağı yaratma sürecini içeren bu sözleşmeler nedeniyle, ajanslar bu adayların hayatlarını ele geçirmekte ve ne giyeceğini, yiyeceğini, nerede yaşayacağını ve kimle görüşebileceği gibi konularda kendi kararlarının uygulanmasını zorunlu kılmaktadır (Binark, 2018b). Bunun yanı sıra bu zorluklar adayların, K-Pop idolü olmasından sonra bile devam etmektedir. Örneğin K-Pop idolleri, en başta yaptıkları sözleşmeler ve kendilerinin eğitilmesi için finanse edilen paralar nedeniyle çok az maaş almakta ve buna rağmen çok fazla performans göstermeleri beklenmektedir. Bu açıdan emeklerinin karşılığını alamamaktadır. Mesela Girls' Generation adlı K-Pop grubu, tek bir günde, 2 farklı ülkede, canlı TV programına çıkmak zorunda bırakılmıştır. Bunun yanı sıra 13 yılı bulabilen olağandışı sözleşme süreleri idolleri zor durumda bırakabilmektedir. Yaşanan bu sıkıntılar ise çoğu zaman şirketler ve idoller arasında meydana gelen hukuki davalara neden olmakta ve grup üyelerinin gruptan ayrılmasına neden olmaktadır (Oh ve Park, 2012).

1.1.3. K-Pop'un Dünyaya Yayılması

Bahsedildiği üzere ilk başta Kore dizilerinin (K-Drama) etkisiyle şekillenen Kore dalgası, etkisini 2000'lerin ortalarından sonlarına doğru K-Pop sayesinde arttırmıştır. Günümüzde de bu etkisini sürdürmektedir (Jang ve Paik, 2012). Özellikle 2012 yılında çıkan Psy'nin Gangnam Style şarkısı ile ülkemizde ve dünyada tanınır hale gelen K-Pop müziğinin (Binark, 2018b) günümüzde bu kadar etkiye ve tanınırlığa sahip olması tesadüfi değildir. Öncelikle K-Pop idolleri veya gruplarına yani K-Pop sektörüne verilen devlet desteğinden bahsedilebilir. K-Pop yıldızları veya idolleri, Güney Kore'de kültür elçisi ve ulusal bir marka olarak görülmektedir. Hatta bu idollere kültür nişanı gibi değerli ödüller verilmekte ve idollerle birlikte ajanslarda devlet tarafından her açıdan desteklenmektedir. Örneğin devlet için önemli olan günlerde bu idoller veya idol grupları sahneye çıkarak performans göstermektedir. 2018 yılında Güney Kore'de gerçekleştirilen kış olimpiyatlarının açılış sahnesinde Bigbang adlı K-Pop grubu performans göstermiş, kapanış töreninde EXO adlı K-Pop grubu ve Cl adlı K-Pop idolü konser vermiştir. Bunun yanı sıra 2021 yılında BTS (Şekil 3) adlı K-Pop grubuna Güney Kore devlet başkanı tarafından "Gelecek Nesiller ve Kültür Özel Cumhurbaşkanlığı Elçisi" unvanı verilmiş ve bu grup başkan ile birlikte BM genel

kuruluna katılarak dünyadaki bütün gençlere yönelik konuşma yapmış ve kurulda kendi şarkılarına yönelik performans göstermiştir. Bu destekler tabi karşılıksız kalmamaktadır. BTS, Blackpink gibi K-Pop gruplarının müzik videolarının, YouTube’da kısa süre içinde izlenme sayısı olarak ilk 3’e girmesi, tanınırlıklarının ve hayran kitlelerinin dünyanın birçok yerinde artması ve getirdikleri kazançların çok yüksek seviyede olması veya Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve UNICEF gibi kuruluşların BTS ‘nin dünya genelinde gençler üzerinde olumlu etkisini fark etme sebebiyle onlara teşekkür eden paylaşımlarda bulunması buna örnek verilebilir. Dolayısıyla Güney Kore devletinin K-Pop sektörüne veya idollerine verdiği destek, K-Pop’un dünyadaki tanınırlığını ve başarısını arttırmakta, bu başarı ise devlete katkı sağlamaktadır. Böylelikle devlet desteği devam etmekte özetle devlet ve K-Pop sektörü karşılıklı olarak birbirlerini teşvik etmektedir (İriyari, 2022; Keskin, 2022a; Özkaya, 2020). Şekil 3’te BTS grubu yer almaktadır (Korezin, 2019).



Şekil 3. BTS grubu

K-Pop’un dünyada bu kadar yayılmasında başka bir etken ise internetin yaygınlaşmasıdır. Özellikle K-Pop idollerinin veya gruplarının müzik videolarına YouTube üzerinden ücretsiz ulaşılabilmesi, K-Pop’un dünyaya ve gençler arasında yayılımını hızlandırmıştır (Oh ve Park, 2012). Hayran grupları ise K-Pop’un

yaygınlaşmasında etkili olan diğer bir faktördür. K-Pop idollerinin sunmuş olduğu içerikler, bunları izleyenleri hayran olmaya yönlendirmektedir. Bu açıdan K-Pop idollerinin fan grupları oluşmakta ve bu gruplar biz duygusuna sahip olarak hayran oldukları idoller için sıkı bir şekilde çalışmaktadır (Binark, 2019b). Hayran gruplarının etkili oldukları alanlardan bir tanesi sosyal medyadır. Mailik ve Haidar (2020)'ın yapmış olduğu çalışmada Kore Pop Müziğinin (K-Pop) Twitter tabanlı çevrimiçi fandom topluluğu (Moonbebe fan sayfası olan MonstaX hesabında atılan tweetler) araştırılmıştır. Bu araştırmaya göre, dünyanın farklı bölgelerinde yaşayan hayranlar, Twitter aracılığıyla ortak bir platformda bir araya gelebilmektedir. Hayranlar, gerçekleştirdikleri faaliyetlere göre fanwork hesapları ve hizmet hesapları şeklinde sınıflandırılmakta olup, çeşitli görevler üstlenmektedirler. Bu görevler arasında; K-Pop idollerinin takip edilerek fotoğraf ve videolarının çekilmesi, bu görsellerin düzenlenerek sosyal medyada paylaşılması veya ticari amaçla satılması; idollerin yer aldığı resmî videolardan alınan 2-3 saniyelik görüntülerin gif formatına dönüştürülerek paylaşılması; idollerin kariyerlerine ilişkin güncellemelerin düzenli olarak sunulması; resmî haberlerin, gönderilerin ve idoller tarafından paylaşılan mesajların farklı dillere çevrilerek hayranlara aktarılması; idollerin doğum günlerinde özel etkinliklerin düzenlenmesi (örneğin, bireysel parti organizasyonları veya idol adına bağış kampanyaları); YouTube üzerinden müzik videolarının izlenme sayılarının artırılması ve sıralamalarda üst sıralara taşınması amacıyla yayın etkinliklerinin gerçekleştirilmesi; ayrıca hashtag etkinliklerinin organize edilmesi yer almaktadır. Görüldüğü üzere, K-Pop idollerinin etrafında şekillenen hayran toplulukları, K-Pop'un küresel ölçekte gençler üzerindeki etkisinin artmasında önemli bir rol oynamaktadır.

K-Pop'un; akılda kalıcı ve enerji veren şarkılar olması, İngilizce sözlere de sahip olması ve dil engelini ortadan kaldırması, görsel açıdan etkileyici olan performanslar ve çekici dışsal görünüm, renkli ve şık kıyafetler içermesi de yaygınlaşmasında etkili olmuştur (Binark, 2019a; Lie, 2012; Madrid-Morales ve Lovric, 2015). Bunun yanı sıra K-Pop idollerinin genellikle erkek veya kadın gruplar şeklinde olması da küresel pazarlamada etkili olmaktadır. Çünkü grup içerisinde bulunun farklı üyeler, dünyanın birçok yerinde bulunan ve farklı zevklere sahip olan kişiler için seçenek oluşturmaktadır. Bu yüzden bir grupta bulunan üyeler genellikle Kore, Çin, Tayvan, Japonya gibi farklı milletlerden gelen kişilerle oluşturulmaktadır

(Lie, 2012). Bunula birlikte K-Pop gruplarında ideal erkek ve ideal kadın algısı yer almakta ve idoller bu çerçevede yetiştirilmektedir. Özellikle bu gruplardaki erkek üyeler, çok yönlü erkek veya dişileştirilmiş erkek rollerine sahip olmaktadır. Bu durumun da pazarlama için kullanılan bir strateji olduğu düşünülmektedir (Keskin, 2022a).

Bunlara ek olarak, Güney Kore devletinin teknolojik açıdan yüksek düzeyde gelişmiş olması ve bu teknolojik olanakları K-Pop bağlamında etkin biçimde kullanması, izleyiciler ve hayranlar üzerindeki etkisini artırmaktadır. Örneğin BTS grubu 2020 yılında çevrimiçi bir konser vermiş ve bu konserde hayranlarının görüntüsü de ekranlara yansıtılarak birlikte şarkı söylüyormuşçasına bir ortam yaratılmıştır. Bunun yanı sıra Aespa adlı, gerçek kişiler ile bu üyelerin avatarlarını içeren ilk K-Pop grubu kurulmuştur. Bu grup 4 üyeden oluşmakta ve sanal olarak her bir üyenin avatar karşılığı bulunmakta ve bu üyeler birlikte şarkı söylemekte, dans etmekte ve konuşmaktadır. Bu açıdan, gerçek ve sanal bir araya getirerek K-Pop'un etkisi arttırılabilmektedir (Keskin, 2023). Şekil 4' te Aespa grubu ve avatarları yer almaktadır (Korezin, 2021).



Şekil 4. Aespa grubu ve avatarları

1.1.4. K-Pop'un Türkiye'de Yayılımı ve Gençler Üzerindeki Etkileri

Kore dalgasının Türkiye'ye girişinin, Kore dizileri sayesinde olduğu belirtilmektedir. Kore dizilerinde kullanılan müzikler ise bu dizileri izleyen kişileri K-Pop müziğini ve idollerini araştırmaya teşvik etmiş ve böylelikle ülkemizde K-Pop etkisi yayılmaya başlamıştır (Oh ve Chae, 2013). Özellikle 2012 yılında Psy' nin Gangnam Style şarkısı bu müzik türünün ülkemizde tanınırlığını arttırmıştır (Kütükçü, 2023). K-Pop'un tanınırlığının artmasında arkadaş ve medya etkisinden de söz edilebilmektedir (Özkaya, 2020). K-Pop idollerin; davranışları, verdikleri mesajlar vs. bakımından insanlar üzerindeki etkisinin büyük olduğu belirtilmektedir (Geun, 2009). Özellikle K-Pop gruplarının, günden güne artan hayran kitleleri üzerindeki etkisi görülebilmektedir. Örneğin bu kişiler, hayranı oldukları grup için ülke değiştirerek konserlerine katılabilmekte, grupların sunmuş olduğu ürünleri almak için uzun kuyruklar oluşturabilmektedir (Keskin, 2020b). Her K-Pop grubunun hayran topluluğu bulunmakta ve bu topluluklar kendilerine bir ad takmaktadır. BTS'in hayran topluluğuna Army, Blackpink grubunun hayran topluluğuna Blink adı verilmesi bu duruma örnek olarak verilebilir. Bu hayran topluluğunun üyesi olan hayranlar, hayranı oldukları idoller için sıkı bir şekilde çalışmaktadır (örneğin hayranı olduğu idolleri her alanda tanıtmak, savunmak, blog sayfaları açmak). Günümüzde de K-Pop idollerinin ülkemizdeki gençler üzerindeki etkisi görülebilmektedir. Özellikle ülkemizde bulunan hayranlar, sosyal medya platformlarını kullanarak K-Pop idolleri ile etkileşim içine girmeye çalışmaktadır (Kütükçü, 2023; Parmaksız, 2022; Ünlü, 2021).

Türkiye'de bulunan K-Pop hayranlarının; K-Pop gruplarının videolarını Türkçeye çevirmesi, K-Pop'a dair haberlerin aktarıldığı internet siteleri oluşturması, Twitter da içinde bulunduğu hayran grubu ile birlikte trend topic yarışmasına girmesi, kullanıcı adlarını veya resimlerini K-Pop idolleri veya adını yapması, Watpad'de hikayeler kurgulaması ülkemizdeki K-Pop etkisini gösterebilmektedir (Özkaya, 2020). Özellikle Twitter da bulunan hayran toplulukları (örneğin Blackpink grubunun hayran topluluğu olan BLACKPINK Turkey hesabı) sosyal medya da oldukça güçlü olmakta, sesini Türkiye'de K-Pop ile ilişkisi olan diğer olaylar için de kullanabilmektedir. Örneğin BTS hayranı olan bir kızın intihar etmesi sonucu Twitter'da toplumsal adalet arayışı içerisine girilmiş ve 270 binden fazla tweet atılmıştır (Keskin, 2022a; Özkaya, 2020). Bunların yanı sıra K-Pop grupları, verdikleri mesajlar bakımından da özellikle

gençler üzerinde etkili olmaktadır. Örneğin BTS grubu UNICEF ile iş birliği yaparak Love yourself kampanyası yürütmekte ve özellikle kendini sevmenin ve anlatmanın önemi üzerinde durmaktadır. Bu mesajlarda zorbalık, istismar, şiddet gibi olumsuz yaşantılar geçiren veya geçirmekte olan gençler için teşvik edici olmakta özellikle gençler üzerinde anlaşıldığı ve yalnız olmadığı hissi yaşatmaktadır (Keskin, 2022a).

Yapılan araştırmalara bakıldığında, K-Pop'un gençler arasında yayılma nedenleri ve gençler üzerindeki etkileri açık biçimde gözlemlenebilmektedir. Keskin (2022a)'ın BTS grubunun hayran topluluğu olan Army'ler üzerine gerçekleştirdiği çalışmaya göre, bireyler sosyal medyada yer alan hayran gruplarına katılarak bu gruplar aracılığıyla arkadaşlık ilişkileri kurmakta ve sosyalleşmektedir. Ayrıca gençler tarafından BTS grubunun; sığınacak bir liman, kaçış noktası ve yakın bir arkadaş olarak görüldüğü; kaygıdan uzaklaştırarak rahatlama sağladığı, yaşamlarına olumlu katkılarda bulunduğu ve kendilerini anlaşılmış hissettirdiği ifade edilmiştir. Bu bağlamda, BTS grubunun gençlerin yaşadığı sorunları dile getirmesi ve çözüm sürecine yönelik destekleyici mesajlar sunması, hayranlar üzerinde etkili bir rol oynamaktadır. Bununla birlikte, söz konusu hayranların BTS'i takip edebilmek adına günlük yaşamlarından belirli zaman dilimlerini ayırdıkları ve hayranlık süreci sonrasında toplumsal olaylara karşı daha duyarlı hâle geldikleri belirtilmiştir.

Özkaya (2020) tarafından K-Pop dinleyen kişiler üzerinde yapılan çalışmaya göre de gençlerin K-Pop dinlemesinde; sosyal medya, müzik videolarının dikkat çekici olması ve değişik tarzda müzik türlerini içermesi, K-Pop idollerinin yakın ve samimi hissedilmesi etkili olmaktadır. Bunun yanı sıra müzik videolarında, grup üyelerinin saç, makyaj, kıyafet ve dans gösterileri beğenilmektedir. Özellikle hayranı oldukları grupların, kötü alışkanlıklara sahip olmaması, gençlerin sorunlarına dair mesajlar ve çözümüne ilişkin önerilerde bulunan şarkı sözlerine yer vermesi, çalışkan olması bu kişileri cezbeden diğer faktörlerdir. Aynı zamanda bu çalışma da gençlerin; K-Pop'a ilişkin etkinliklere katıldığı, Korece öğrendiği, K-Pop'a ilişkin fotoğraf ve simgelere günlük yaşamında yer verdiği, içerik ürettiği, hayranı oldukları idolleri sosyal medya aracılığıyla takip ettiği, desteklediği ve diğer K-Pop dinleyicileri ile iletişime geçerek arkadaş olduğu belirtilmiştir. Aykut (2022) tarafından yapılan çalışmada da K-Pop gruplarından en çok BTS grubunun dinlenildiği ve bu grubun özellikle kızlar tarafından içselleştirildiği belirtilmektedir. Bu içselleştirme de grup üyelerinin,

gençlerin yaşamış olduğu sorunlara benzer sorunlar yaşamış olmasının etkili olabileceği belirtilmiştir. Örneğin BTS grubunun bir üyesi olan Suga'nın geçmişte ailesiyle sorunlar yaşaması ve sosyal kaygıya sahip olması kızları etkilemiştir. Bununla birlikte bu çalışma; K-Pop idollerinin gençliğin problemlerini dile getirdiğini, bu sayede bu grubu dinleyen gençlerin bu gruba yakın hissettiğini ve anlaşıldığını hissettiğini belirtmektedir. Böylelikle de bu gruplara ilişkin hayranlığın ortaya çıktığı belirtilmiştir. Yapılan çalışmada aynı zamanda gençlerin, hayranı oldukları idolleri sahiplendiği, aslında kendileri için çalıştıklarını ve çok yorulduklarını ifade ettikleri belirtilmiştir.

Yalvaç – Arıcı ve Çetin (2022)'nin yapmış olduğu çalışmada da K-Pop müziği dinleyen gençlerin; K-Pop idollerini samimi gördüğü, K-Pop müziği ve sözlerinden pozitif yönden etkilendiği, müzikleri sayesinde kendilerini daha çok sevme, daha özgüvenli hissetme gibi olumlu değişimler yaşadığı, K-Pop müziğinin sözleri veya müzik videoları sayesinde zor durumlarda yaşama olumlu yönden bakabildiği ve bu idolleri örnek aldığı belirtilmektedir. Bunun yanı sıra araştırmaya katılan kişiler; K-Pop idollerinin saç, makyaj, kıyafet, fiziki görünüm bakımından dikkat çekici olduğunu ve bu unsurlar bakımından etkilendiklerini ifade etmişlerdir. Bununla birlikte sosyal medya aracılığıyla hayranı oldukları idolleri takip ettiklerini ve K-Pop'a ilişkin yapılan etkinliklere katıldıklarını belirtmişlerdir. Yapılan bu çalışmada, K-Pop dinleyen kişilerde, Güney Kore'ye ilişkin ilginin arttığı, Güney Kore'ye gitmek, Korece öğrenmek gibi isteklerin oluştuğu da belirtilmektedir. Keskin (2020b)'in BTS grubu üzerinden gerçekleştirdiği çalışmada, K-Pop idolleri ile gençler arasında kurulan parasosyal ilişkilere değinilmektedir. Buna göre BTS, kitle iletişim araçlarını etkin biçimde kullanarak hayranlarına yönelik sık sık paylaşımlarda bulunmakta, canlı yayınlar ve sohbetler gerçekleştirmekte, ayrıca hayran buluşmaları düzenlemektedir. Bu etkileşim biçimleri, hayranlarla olan ilişkinin sürekliliğini sağlamakta; BTS grubunun hayranlarının duygularına ve düşüncelerine daha doğrudan ulaşmasına olanak tanımakta; böylece hayranların gruba olan bağlılıklarını pekiştirmektedir. K-Pop'un, bunu dinleyen gençlerin dışlanması ve eleştiriye maruz kalması, kırılcı tepkiler görmesi gibi gençler üzerinde olumsuz etkisi de bulunabilmektedir (Aykut, 2022; Özkaya, 2020).

Yalçın ve Mutlu (2020) tarafından K-Pop kültürüne ilgi duyan ve K-Pop müziği dinleyen gençler üzerinde yapılan çalışmada da 20 yaş ve altı katılımcıların K-Pop'a olan hayranlık düzeylerinin daha yüksek olduğu, ailenin gelir seviyesi arttıkça K-Pop müziğine duygusal olarak bağlanma, kendini müzikle özdeşleştirme ve hayran olanlarla arkadaş olma isteğinin arttığı ve K-Pop dinleme süresine göre gençlerin hayranlık seviyesinin değiştiği belirlenmiştir. Ülkemizde K-Pop'a ilişkin olumsuz bir tutumun benimsendiği de görülebilmektedir. Yapılan bir çalışmada, Türkiye'de K-Pop'un; delilik ve salgınlık olduğu, gençlerin cinsel kimliklerini değiştirmesine sebep olduğu, yeni bir din oluşturdukları ve gençlerin intihar etmesine neden olduğu şeklinde görüldüğü belirtilmektedir (Keskin ve Binark, 2021).

1.2. Beden Memnuniyeti

Bu bölümde beden memnuniyeti hakkında bilgilere yer verilmiştir.

1.2.1. Beden Algısı ve Beden Memnuniyeti

Beden insanın kendi varlığının bir işaretidir. Aynı zamanda diğer insanlarında bu işareti görmesini ve dünya ile etkileşimde bulunabilmemizi sağlayan şekilsel bir araçtır. Dolayısıyla beden, insanın duygu, düşünce ve davranışlarını ortaya koyması için gereksinim duyduğu önemli bir araçtır (Gökçe, 2017; Yanarca-Uras, 2004; Yorulmaz, 2015). Beden algısı ise kişinin, fiziksel görünümü hakkında sahip olduğu duygu ve düşünceler veya diğer kişiler tarafından fiziksel özelliklerinin nasıl görüldüğüne dair duygu ve düşünceleri şeklinde ifade edilebilir (Grogan, 2002). Bu algı, bireyin bir yaşlarındayken kendisini diğer insanlardan ayırtmasıyla birlikte gelişmeye başlar ve ömür boyu gelişerek farklılaşır (Uğurlu ve Akın, 2008). Bunun yanı sıra beden algısı farklı şekillerde de tanımlanmıştır. Schilder (1950) beden algısını; kişilerin bedenlerine yönelik zihinlerinde çizdiği resim olarak tanımlamaktadır. Bu resim herkes tarafından görülebilen fiziksel özellikler içermekle beraber daha çok kişiye ait öznel değerlendirmeleri içermektedir. Newell (1999) ise beden algısının toplumsal ve kültürel olduğunu vurgulayarak değişken olduğunu, bireyin tercih ettiği giyim tarzına, yaşına, içinde bulunduğu ruhsal duruma göre bile değişkenlik gösterebileceğini belirtmiştir. Aslan (2004)'a göre ise beden algısı, bireyin kendisi tarafından kendi bedeninin bölümlerine ve onların işlevlerine yönelik bütün

duygularının değerlendirilmesi olarak ifade edilmiştir. Bununla birlikte beden algısı yerine beden imajı veya beden imgesi kavramının da kullanıldığı görülebilmektedir (Demir, 2006; Hamurcu, 2014; Kale vd., 2023; Öngeren, 2015). Beden imajı/imgesi kişinin bedenini nasıl algıladığını ifade etmektedir (Davis, 1997). Bu bakımdan olumlu beden imajı/imgesi veya beden algısı da bedeni beğenme ya da beden memnuniyeti olarak tanımlanmaktadır (Avalos vd., 2005).

Beden algısının, birden çok boyut içeren bir kavram olduğu belirtilmektedir. Çünkü beden algısı bireyin kendi bedenine ilişkin hissettiği duygularını, düşüncelerini, algılarını ve davranışlarını içeren bir terimdir (Thompson vd., 1999). Bu bakımdan beden algısının 4 farklı boyuta sahip olduğu söylenebilir (Kale vd., 2023);

Bilişsel Boyut: Kişinin vücudu hakkında sahip olduğu düşünce ve inançlarını kapsar.

Algısal Boyut: Kişinin, bedenini ve bedenini oluşturan kısımları, şekil ve boyut bakımından nasıl algıladığını kapsar.

Duygusal Boyut: Kişinin vücudu hakkındaki duygularını kapsar.

Davranışsal Boyut: Bu boyut ise kişilerin bedenlerini değiştirmek, denetlemek veya saklamak amacıyla yaptığı davranışları kapsamaktadır.

Özaltın (2003)'da beden imgesinin oluşumu için 3 bileşene ihtiyaç duyulduğunu belirterek, beden algısının da bu 3 bileşen etkisiyle şekillendiğini ifade etmektedir. Bu bileşenler; beden gerçekliği, beden ideali ve beden sunumudur. Beden gerçekliği; insan bedeninin genlerle şekillenen ve daha sonradan beslenme ile değişebilen özelliklerini yani fiziksel olarak var oluşunu, hammaddesini ifade etmektedir. Dışardan görülen nesnel özelliklerimizi de ifade edebilmektedir. Örneğin kısa, şişman gibi. Beden ideali ise; bedenimizin nasıl görünmesini istediğimizle alakalıdır. Yani ulaşılmak istenen bedeni ifade etmektedir. Bu açıdan kişi, beden gerçekliğini, bedeninin görüntüsü ve işlevi bakımından hayal ettiği, oluşturduğu ideal ile kıyaslamakta ve bu ideali gerçekleştirmeye çalışmaktadır. Beden sunumu ise dış dünyaya bedenin giyiniş, duruş veya hareket gibi özellikler bakımından gösterilmesini ifade eder. Sosyal durumlarda bedenin göstermiş olduğu performansı da içermektedir. Örneğin birisiyle konuşurken bedenin göstermiş olduğu tepkiler gibi. Kişi hayatı boyunca bu 3 bileşen açısından denge kurmaya çalışmaktadır.

Beden algısı, kişinin bedenini, dışardan bir gözlemci gibi bakarak değerlendirmesi iken beden memnuniyeti bu değerlendirmenin olumlu olmasıdır. Dolayısıyla beden memnuniyeti, kişinin bedenine ilişkin hissettiği duygu ve düşüncelerinin olumlu olmasıdır. Bu değerlendirme sonucu beden memnuniyeti olabileceği gibi beden memnuniyetsizliği de oluşabilmektedir. Dolayısıyla beden memnuniyetsizliği, kişinin fiziksel görünüşü hakkındaki değerlendirmelerinin olumsuz olması ve bu sebeple bedenine ilişkin duygu ve düşüncelerinin olumsuz olması, bedeninden memnun olmaması durumudur. Bu memnuniyetsizlik veya memnuniyet durumu, bedenin belli bir bölümüne olabileceği gibi tamamına yönelikte olabilmektedir (Danis vd., 2015, aktaran Kaya, 2022; Kale vd., 2023; Levine ve Piran, 2004; Paxton ve McLean, 2010). Bedene ilişkin memnuniyet düzeyi düşük olan bireyler, vücutlarını sürekli diğerleriyle kıyaslama eğilimi içinde olmaktadır. Sık sık diyet yaparlar veya yemek yemede kısıtlamaya giderler. Bunun yanı sıra sürekli egzersiz yapma ihtiyacı duyarlar ve yapamazlarsa bundan rahatsızlık duyarlar. Başkalarının kendi fiziksel özellikleri hakkında ne düşündüğüne gereğinden fazla önem verirler, başkalarının kendisini sadece fiziksel görünüm bakımından değerlendirdiğine inanırlar. Sık sık bedenlerini denetlerler (örneğin sık sık aynaya bakarak kendine çeki düzen vermek gibi). Saçlarına, makyajlarına, nasıl göründüklerine gereğinden fazla dikkat ederler ve zaman harcarlar. Kendilerini yetersiz hissedebilir, utanç ve güven kaybı yaşayabilirler. Bedenlerinden memnun olmadıkları için diğer kişilerin yanında garip hissedebilirler. Bedenlerinin görüldüğü sosyal ortamlardan uzaklaşmak isterler; spor aktivitelerini yapmak istemezler (Kale vd., 2023; Soares-Filho vd., 2020).

1.2.2. Beden Algısına İlişkin Kuramlar

Beden algısının doğasını anlayabilmek için beden algısı ile ilgili kuramlardan bahsetmek önemli görülmektedir. Çünkü beden algısını açıklamak ve beden algısının gelişmesinde ve farklılaşmasında hangi unsurların önemli olduğuna dair bilgileri gözden geçirip açıklayabilmek için bu kuramlara ihtiyaç duyulabilmektedir (Hassamancıoğlu ve Ceylan, 2023). Bu açıdan bu bölümde beden algısının anlaşılmasında önemli görülen bazı kuramlara yer verilmiştir.

Sosyal karşılaştırma kuramı, kişinin kendi hakkında, farklı açılardan bilgi sahibi olmak (örneğin yeteneklerini değerlendirmek) istediğinde veya bir sonuca varmak istediğinde, kendini başkalarıyla kıyaslama eğiliminde olduğunu belirtmektedir. Kişinin kendi hakkında bilgi sahibi olmak için yaptığı bu kıyaslama eğilimin evrensel olduğu da belirtilmektedir. Kişi yetenekleri, görüşleri, başarıları, kişisel özellikleri veya duyguları bakımından kendini değerlendirmek için kendini başkalarıyla karşılaştırabilmektedir (Festinger, 1954; Gibbons ve Buunk, 1999). Diğer bir kıyaslama temeli ise beden olabilmektedir. Bu kurama göre birey kendi bedenini diğer kişilerin bedenleriyle kıyaslayarak kendi bedenine ilişkin olumlu veya olumsuz bir tutum geliştirmektedir. Kişi diğer kişileri kendisine göre ya aşağı ya da yukarı olarak değerlendirme eğilimindedir. Kişi kendini başkası ile kıyaslarken o kişinin üstün ve olumlu özelliklerine odaklanıyorsa değerlendirme yukarı yönlü, eksik ve olumsuz özelliklerine odaklanıyorsa değerlendirme aşağı yönlü olmuştur denilebilmektedir. Dolayısıyla kişi yukarı yönde bir değerlendirme yaptığında karşı kişide bulunan ve kendinden bedensel anlamda daha üstün olarak gördüğü özelliklerine odaklanarak bedenine ilişkin değerlendirmeler yapmaktadır. Bu durumda beden algısını olumsuz etkileyebilmektedir (Altaf, 2019; Festinger, 1954; Gibbons ve Buunk, 1999; Karadeniz, 2024).

Sosyokültürel kurama göre ise, toplum veya kültür tarafından belirlenen, bireyin nasıl gözükmesi gerektiğine dair mesajlar, toplumsal güzellik standartları veya ideal beden ölçütleri, medya, televizyon gibi araçlarla insanlara dayatılmakta ve benimsetilmektedir. Bu bakımdan insanlar bu standartları karşılayıp karşılayamadığı bakımından bedenlerini değerlendirme sürecine girerek beden algılarını şekillendirebilmekte bunun sonucunda da beden memnuniyeti veya memnuniyetsizliği görülebilmektedir. Dolayısıyla bu kuram bireyin, sosyal çevresindeki akranlar, medya vb. yollar aracılığı ile beden algısını biçimlendirebileceğini söylemektedir (Hassamancıoğlu ve Ceylan, 2023; Tiggemann, 2011). Bu kuram bağlamında üçlü etki modelinden de bahsedilmektedir. Sosyokültürel faktörlerin beden memnuniyetsizliğini ve yeme bozukluklarını nasıl etkilediği bu model ile açıklanmaktadır. Bu modele göre, birey, beden algısını oluşturma sürecinde veya sonrasında akranlar, aile ve medyanın etkisi altına girmektedir. Bu etki ideallerin içselleştirilmesi veya sosyal kıyaslama yoluyla gerçekleşmektedir. Akran, medya ve

aile etkisiyle sosyal karşılaştırma içine giren kişi veya bu araçlarla verilen mesajları, standartları içselleştiren kişi, eğer ki kendi bedeni bu standartları karşılamıyorsa beden memnuniyetsizliği yaşayabilmekte ve bunun sonucunda da yeme bozukluğu gibi sorunlara sahip olabilmektedir. Bu bakımdan bu 3 değişkenin bireyin beden algısını etkileyen önemli sosyokültürel faktörler olduğu belirtilmektedir (Lawyer ve Nixon, 2011; Rodgers vd., 2011 aktaran Aldan, 2013; van der Berg vd., 2002).

Bilişsel davranışçı kurama göre ise bireyin beden algısı iki faktörden etkilenmektedir. Bunlar yakın geçmişteki yaşantılar ve uzak geçmişteki yaşantılardır. Uzak geçmiş, kişinin bedenine ilişkin sahip olduğu duygu, düşünce ve davranışları etkileyen geçmiş olay ve yaşantıları ifade etmektedir. Bu bakımdan gelişimsel faktörler, kişisel ve fiziksel özellikler, kişilerarası ilişkiler, kültürel standartlar gibi faktörler uzak geçmiş yaşantılarını oluşturmaktadır. Yakın geçmiş ise yakın zamanda meydana gelen olaylar ve süreçleri ifade etmektedir. Kişinin bedenine ilişkin sahip olduğu düşünceler, duygular veya kuma, aşırı spor yapma gibi başa çıkma davranışları bu yaşantılara örnek olarak verilebilmektedir. Bu bakımdan kişinin yakın zamanda yaşamış olduğu olaylar ve kurmuş olduğu ilişkiler bireyin bedenine ilişkin bilgiyi nasıl işlediğini ve fiziksel görünümüne ilişkin şemalarını etkileyebilmektedir. Örneğin bedenine ilişkin memnuniyet düzeyi düşük olan veya beden algısı olumsuz olan kişiler yaşamış oldukları deneyimler sonucunda daha hatalı ve olumsuz düşünce biçimlerine sahip olabilmektedir. Bunun yanı sıra bedene ilişkin olumsuz duygu ve düşüncelerinden kurtulmak için hatalı başa çıkma davranışlarına başvurabilmektedirler. Özetle bu kurama göre beden algısının şekillenmesinde; bilişsel süreçler, bilişsel çarpıtmalar, öğrenilmiş inançlar, duygusal tepkiler ve davranışsal alışkanlıklar etkili olmaktadır (Cash, 2002, 2012; Cash vd., 2005).

Nesneleştirmek, nesne olmayan bir şeyi nesne gibi yapmak ve nesneye nasıl davranılıyorsa ona karşıda öyle davranmak olarak ifade edilmektedir. Nesneleştirme kuramı da bedenin nesneleştirilerek bir nesne olarak ele alındığını ortaya koymaktadır. Başlangıçta Barbara Fredrickson ve Tomi-Ann Roberts tarafından öne sürülen nesneleştirme kuramı, daha çok kadınların cinsel olarak nasıl nesneleştirildiği üzerinde durmakta ve bu nesneleştirmenin beden algıları üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır. Cinsel nesneleştirme bir kadının, sahip olduğu benzersiz kişilik özelliklerinin göz ardı edilerek, cinsel bir obje yani cinsel bir parça veya işlev olarak

görülmesini ifade etmektedir. Bu bakımdan kadının sadece beden olarak var oluşuna dikkat çekmektedir. Bu cinsel nesneleştirme kendini günlük yaşamda birçok noktada göstermektedir; kadınların bedenlerine dik dik bakmak, kadınların bedenleri hakkında cinsel yorumlarda bulunmak veya laf atmak, yoldan geçen kadınlara korna veya ıslık çalmak, kadınların bedenlerini telefonla çekmek, cinsel taciz, şiddet örnek verilebilir. Bu cinsel nesneleştirme sonucunda ise kız çocukları ve kadınlarda öz-nesneleştirme görülmektedir. Bu kavram kişinin kendini birinci şahıstan görmek yerine üçüncü şahıs bakış açısından görmesini ifade etmektedir. Bunun sonucunda kadınlar veya çocuklar başkaları tarafından nasıl görüldüğüne daha fazla önem vermeye başlamaktadır. Dolayısıyla bedenlerinin nesneleştirilmesi sonucunda kadınlar ve kız çocukları, kendi bedenlerini cinsel nesneler olarak görmeye başlamakta ve davranmakta, başkaları tarafından sürekli değerlendirildikleri algısına sahip oldukları içinde kendilerini sürekli gözlemlemekte, bedenlerini düzeltici davranışlar ortaya koymakta ve bedenlerinin başkaları tarafından nasıl değerlendirileceğine ilişkin kaygı duymaktadır. Bunun yanı sıra kadınlar medya yoluyla; zayıf, ateşli, güzel ve çekici kadınlar görmekte ve kendi bedenlerini bu bedenlerle kıyaslayarak bu standartlara uyup uymadıklarına bakmaktadırlar. Bu standartları karşılamayan kadınlar, kendi görünümlerinden utanabilmekte ve bedenine ilişkin memnuniyetsizlik yaşayabilmektedir (Calogero, 2012; Fredrickson ve Roberts, 1997).

Psikoanalitik yaklaşıma göre ise beden imajı, bedene dair algılarımızın öğrenilmiş ve içselleştirilmiş bir sunumunu ifade etmektedir (Özaltın, 2003). Örneğin Freud, beden algısı kavramını direk kullanmamakla beraber, beden algısı, beden yapısı ve beden imajını içeren bedensel ego kavramını; egonun yapısı ve oluşumu hakkında yazdığı yazılarda ortaya koymuştur. Buna göre beden, hem dışsal uyaranlara verdiğimiz tepkileri hem de içsel dünyamızın yansımalarını gösteren, içsel ve dışsal deneyimlere sahip, yüzeyin bir projeksiyonudur. Ego da kendisini, bedenin temsili üzerine kurmaktadır. Bu bakımdan bireyin bedenine ilişkin algıları veya düşünceleri, egonun önemli bir parçası haline gelmektedir. Bu bağlamda beden imajı veya beden algısı, bedene ilişkin hem bilinçdışı hem de bilinçli deneyimleri veya bedene ilişkin öznel düşüncüleri yansıtan zihinsel bir temsil olarak karşımıza çıkmaktadır. Psikoanalitik görüşe göre beden imajı, insan psikolojisinin gelişimiyle de ilişkilidir (Hanley, 2004). Psikoseksüel aşamalar; libidinal yapıyla bağlantılı, sosyal

beklentilerle ilişkili yaşa özgü zorlukları içermektedir. Bu bakımdan beden imajı, bedensel varoluş hakkında öznel olarak düşünmek için gereken temsildir (Hanley, 2004).

Beden algısı bu kuramlar dışında farklı kuramlarda da ele alınmıştır. İlişkisel kültürel kuram beden algısını; bireyin kişilerarası ilişkileri bağlamında açıklamaya çalışmıştır. Sosyal öğrenme kuramı ise beden algısının şekillenmesinde öğrenmelerin etkili olduğunu vurgulayarak, bu öğrenmelerinde sosyal çevre ile etkileşim içinde olduğunu ifade etmektedir. Ayna kuramı ise kişinin kendi bedenine ilişkin fiziksel özelliklerini aynada gördüğünü vurgulayarak insanın aynada bu özelliklerini olumlu veya olumsuz olarak değerlendirerek bir beden algısı geliştirebileceğini, ayna karşısında geçirilen süre ile aynada bakılan vücut bölümlerinin beden algısının gelişiminde etkili olabileceğini ifade etmektedir. Öz benlik çelişki kuramına göre ise bireyin vücudu ile algılanan benlik ve ideal benlik zıt duruma düşürse beden algısı olumsuz etkilenebilmektedir. Görünüş şemaları kuramı ise kişinin kendine yönelik geliştirdiği şemaların beden algısını da etkileyebileceğini vurgulamakta ve bu şemaların oluşumunda çevresel faktörlerin ve bilişsel değerlendirmelerin etkili olabileceğini ifade etmektedir (Hassamancıoğlu ve Ceylan, 2023).

1.2.3. Beden Memnuniyetinin Etkileri

Yapılan çalışmalar, beden memnuniyetsizliğinin yeme bozuklukları riskini arttırdığını, sağlıksız beslenmeye ve sağlık sorunlarına neden olduğunu ortaya koymaktadır (Arslan, 2019, 2020; Boschi vd., 2003; İcingür, 2019; Striegel-Moore vd., 2004). Çünkü bireyin kendi bedeninden memnun olmaması, örneğin ergenlik döneminde bulunan bir ergenin kendi bedenini diğerleriyle kıyaslayarak kendini çok kilolu görmesi, kiloyu takıntı haline getirmesine sebep olarak zayıflamak için sağlıksız olan yöntemlere başvurmasına, yetersiz ve kısıtlı beslenmesine sebep olacaktır. Bu sağlıksız ve yetersiz beslenme de diğer sağlık problemlerine örneğin büyüme ve gelişmede kesintiye, kemik yoğunluğunun düşmesine veya hormonal bozuklukların yaşanmasına sebep olabilmektedir. Bunun yanı sıra yeme bozuklukları gibi psikolojik problemlere de neden olabilmektedir (Boschi vd., 2003; Butryn ve Wadden, 2005; Celio vd., 2000; Dwyer vd., 1967). Örneğin Arslan (2020)'nin yapmış olduğu çalışmada, beden algısı olumsuz olanların yeme tutumlarının bozulmuş olduğu ortaya

çıkmiştir. Arslan (2019)'ın ergenlik döneminde bulunan öğrencilerle yaptığı başka bir çalışmada ise beden algısı ile yeme tutumu arasında ilişkinin olduğu ve öğrencilerin beden algısı düzeylerindeki düşüklük sebebiyle zayıflamak için farklı yöntemler denedikleri bulunmuştur.

Beden memnuniyetsizliği psikolojik sorunlara da neden olabilmektedir. Çünkü bireyin bedenini anlamlandırma şekli; kendine olan güveni, saygısı, benlik algısı ve kimliği ile yakından bağlantılıdır. Örneğin bedenleri hakkında memnuniyet duyan insanların, duymayanlara göre, kişilerarası ilişkilerde daha öz güvenli olduğu görülebilmektedir. Çünkü kilolu insanlar kendi bedenlerini beğenmeyip kusurlu görebilmekte, diğer insanların vücutlarını ayıpladığını düşünebilmektedir. Bu bakımdan kilolu insanlar, başkalarının, bedeni hakkında ne düşündüğü üzerinde kafa yormakta, bu durumda kaygılanmalarına neden olabilmektedir. Dolayısıyla yaşanan bu durum kişi de özgüven eksikliği yaratabilmekte, depresyon gibi psikolojik bozukluklar meydana getirebilmektedir (Arslan, 2019; Çınar ve Keskin, 2015; Özgür vd., 2008). Yapılan çalışmalara bakıldığında da bedensel görünümünü beğenenlerin, beğenmeyenlere göre etrafla daha uyumlu iletişim kurdukları, sosyal becerilerinin daha yüksek olduğu, sosyal kaygılarının daha az olduğu ve hayatla dinamik bir etkileşim içinde oldukları görülebilmektedir (Aslan, 2017; Aslan ve Koç, 2018; Danış, 2019; Kalafat ve Kıncal, 2008). Bunun yanı sıra beden memnuniyetinin; depresyon, yeme bozuklukları, benlik saygısı azlığı, öz güven eksikliği, yalnızlık, problemlerle internet kullanımı, sosyal medya bağımlılığı, sosyal olarak içedönüklük gibi psikolojik problemlerle de ilişki içerisinde olduğu söylenebilir (Aslan ve Koç, 2018; Doğan, 2021; Gökçe, 2017; Mirza vd., 2005; Saylan, 2020; Sezgin, 2020; Taşdan, 2020).

Güzellik kavramı, kişinin bedeninde veya fiziksel görünümünde yaptığı ve yapmak istediği değişiklikleri etkileme gücüne sahiptir. Çünkü insanlar, toplumlarda güzel kelimesine karşılık gelen özelliklere sahip olmak için fiziksel görünümünü yani bedenlerini yenilemek istemektedirler. Bu açıdan beden memnuniyet düzeyi, kişileri estetik gibi cerrahi müdahalelere ve ilaç tedavilerine de yönlendirebilmektedir. Çünkü günümüzde arzulanan beden; incelik, uzunluk, gençlik, güzellik gibi kavramlarla ilişkilendirildiğinden bu özelliklere sahip olmayan kişiler beden memnuniyetsizliği yaşayabilmektedir. Dolayısıyla fiziksel görünümünü beğenmeyen yani beden memnuniyet düzeyi düşük olan insanlar, fiziksel görünümünü istedikleri

yönde değiştirerek bedenleri hakkındaki olumsuz düşüncelerinden kurtulmak, benlik saygılarını arttırmak isteyebilmektedirler. Örneğin artan yaşla birlikte bedende kırıksıklık gibi hoşla gitmeyen fiziksel değışimler meydana gelebilir. Bu durumdan memnun olmayan kişilerde, estetik gibi yöntemlere başvurabilmektedir (Altıntaş ve Aşıcı, 2005; Arslan, 2019; Atik ve Örtten, 2008; İçingür, 2019). Yorulmaz ve Kurutçu (2019)'nın yapmış olduğu çalışma da yazılanları destekler niteliktedir. Bu çalışmada cerrahi girişim ile sosyal görünüş kaygısı ve beden algısı arasında manidar bir ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların dış görünüşünden rahatsızlık duydukları için estetik yaptırdıklarını belirten bu çalışma, güzellik merkezine gelen hastaların çoğunluğunun öz güvenlerinin ve bedenlerinden memnuniyet duyma düzeylerinin alt seviyede olabileceğini ifade etmektedir.

1.2.4. Beden Memnuniyetini Etkileyen Faktörler

Yapılan çalışmalar beden memnuniyetini etkileyen birçok faktörün olduğunu ortaya koymaktadır. Kilo bunlardan bir tanesidir. Çünkü beden memnuniyetsizliği kişinin mevcut kilosu ile sahip olmak istediğı kilo arasındaki farkın fazlalığından kaynaklanabilmektedir. Araştırmalar da bedende meydana gelen kilo artışının, kişinin beden memnuniyet düzeyi üzerindeki azaltıcı etkisini ortaya koymaktadır (Brunstrom vd., 2005; Presnell vd., 2004; Sessiz, 2020; Wardle ve Cooke, 2005). Cinsiyette beden memnuniyeti etkileyen diğler bir faktördür. Yapılan çalışmalar kadınların erkelere göre daha düşük beden memnuniyet düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Bu durumun da kadınlar üzerindeki sosyokültürel baskılardan ve medyanın kadınlar üzerindeki ideal beden mesajlarından kaynaklı olabileceğı belirtilmektedir (Arslan, 2019; Hacıoğlu, 2017; Kalafat, 2006; Kalafat ve Kıncal, 2008; Tiggemann, 2004).

Beden memnuniyetini etkileyen diğler faktörlere bakıldığında anne, baba ve arkadaşlarında etkisi olduğu görülebilmektedir. Örneğin Demir (2006)'in yapmış olduğu çalışmada, öğrencilerde kilo bakımından baskı hissettiren en etkili sosyokültürel unsurun, hemcins arkadaş olduğu bulunmuştur. Sözen (2022)'nin lise öğrencileriyle yapmış olduğu çalışmada da beden memnuniyeti ile çevreden fiziksel görünümle alakalı pozitif dönütler almak arasında ilişki bulunmuştur. Dunkley vd. (2001)'nin yapmış olduğu çalışmada da arkadaş etkisiyle diyetle başlayanların oranı %44,8, ailenin etkisi ile diyetle başlayanların oranı ise %32,1 olarak bulunmuştur.

Ayrıca Dunkley vd. (2001), anne-babalar tarafından ergenlerin kilolarına yönelik verilen geri bildirimlerin, beden memnuniyetleri üzerinde de etkilerinin olabileceğine dikkat çekmişlerdir. Taşdan (2020)'nın yapmış olduğu çalışma da anne baba tutumlarına göre, ergenlerin beden memnuniyet düzeylerinin farklılaştığını ortaya koymuştur.

Medya beden memnuniyetini etkileyen diğer bir önemli bir faktördür. Medya karşımıza 2 şekilde çıkmaktadır; geleneksel ve sosyal. Geleneksel medya, televizyon, radyo gibi araçlarla tek yönlü iletişim sağlarken, sosyal medya çift yönlü etkileşime imkân tanımaktadır. Bunun yanı sıra sosyal medya; dünyanın birçok yerinde bulunan, birbirini tanıyan ya da tanımayan milyonlarca insanın, Facebook, YouTube, Instagram, Twitter, LinkedIn, Snapchat, Pinterest gibi uygulamalar ve sosyal paylaşım siteleri aracılığıyla tanışmasına; duygu, düşünce, bireysel istek ve ihtiyaçlarına göre yazı, fotoğraf, müzik, video gibi farklı türlerde paylaşım yapmasına; bu paylaşımlar hakkında konuşmasına ve tartışmasına imkân tanımaktadır (Oğuz-Akay, 2019; Şentürk, 2017; Yegen, 2013).

Sosyal medya sayesinde her yaşta kişiler, dünyadaki olaylar, durumlar, kişiler vs. hakkında bilgi sahibi olabilmektedir. Bu durum ne kadar avantaj gibi gözükse de olumsuz sonuçlara da yol açabilmektedir. Çünkü sosyal medyada ideal beden standartlarına yönelik birçok mesaj verilebilmektedir. Özellikle ergenler, sosyal medyada gördükleri ekranlarına veya popüler olan ünlülere bakarak ideal beden nasıl olması gerektiği hakkında fikir oluşturabilmektedirler. Paylaşımlarda genellikle, kızlar için ince, erkekler için ise kaslı vücut ideal beden olarak sunulmaktadır. Bunun yanı sıra kişiler, sosyal medya mecralarında aslında gerçek olmayan fiziksel görünümlele de karşı karşıya kalabilmektedir. Bu karşılaşma sonucunda da kişiler gördüğü bedeni kendi bedeni ile kıyaslayarak, bu bedene ulaşmak için baskı hissedebilmekte ve bedenine ilişkin memnuniyetsizlik yaşayabilmektedirler (Durkin vd., 2005; İçingür, 2019; Sharifi vd., 2016). Oğuz-Akay (2019) ve Tiggemann ve Zaccardo (2015)'nin kadınlarla yapmış olduğu çalışmalarda da sosyal medyada paylaşılan fit, zayıf, ince bedenlerle karşılaşmanın beden memnuniyetsizliğini arttırdığı tespit edilmiştir. Doğan (2021)'ın yapmış olduğu çalışmada da sosyal medya kullanımı 7 saat ve üstünde olan kişilerin, 7 saatten daha az olan kişilere göre ve sosyal medya bağımlılığı yüksek olanların düşük olanlara göre beden algılarının daha olumsuz olduğu tespit edilmiştir.

Sözen (2022)'in yaptığı çalışmada da ergenlerin beden memnuniyet düzeyleri ile sosyal medya bağımlılığı ve sosyal medya tutumları arasında az miktarda ve negatif yönde ilişki tespit edilmiştir.

Yapılan araştırmalar sosyoekonomik düzeyi yüksek olan ergenlerin beden memnuniyet düzeylerinin, düşük olanlara göre daha yüksek olduğunu da ortaya koymaktadır (Akabay vd., 2017; Aslan ve Koç, 2018; Gökçe, 2017; Uğurlu ve Akın, 2008; Yıldırım, 2021). Bunun yanı sıra yapılan çalışmalar, beden memnuniyetinin; öz saygı (Demir, 2006; Matz, 2002; Wardle ve Cooke, 2005), benlik saygısı (Özcan vd., 2013), öz şefkat (Tylka vd., 2015; Wasylkiw vd., 2012) sosyal kaygı (İkiz ve Eriş, 2013), öz yeterlilik (Kılıç vd., 2018; Köroğlu, 2018; Saylan, 2020), fiziksel aktivite (Güven ve Solmaz, 2022), irrasyoneli inanışlar (Parmaksız, 2020) ile de ilişkisi olduğunu ortaya koymuştur.

1.2.5. Ergenlik ve Beden Algısı

Ergenlik; erken, orta ve geç ergenlik evresi olarak ele alınabilmektedir. Erken ergenlik 12-14 yaş aralığını kapsamaktadır. Bu dönemde fiziksel ve davranışsal olarak farklılaşmalar dikkat çekmektedir ve bu farklılaşmalar ergenin bütün ilgi odağını bedenine çekmektedir. Çünkü ergenler bedenlerinde hızla meydana gelen değişimlere ayak uydurmaya çalışmaktadır. Orta ergenlik ise 15-18 yaş aralığını kapsamaktadır. Bu dönemde ise ergenlerde bireyselleşme ve kendini kabul ettirme davranışları ön plandadır. Geç ergenlik ise 18 yaş civarında başlayıp ergenin kimliği hakkında bir bütünleşme sağlamasıyla son bulmaktadır (Derman, 2008). Bahsedildiği üzere ergenlik dönemindeki bireyler fiziksel, zihinsel ve sosyal-duygusal olarak büyük değişimler yaşarlar. Fiziksel değişime erkeklerde kas, kızlarda yağ dokusundaki artış örnek verilebilir. Hatta yağ bezelerinin hareketlerinin hızlanması sivilce sorununa neden olabilir (Karaköse, 2008, aktaran Aslan, 2017). Ya da hızlı bir kilo artışı olabilir ve bedenlerinin formu değişebilir. Bu gibi fiziksel sorunlar ise ergenler için çok büyük sorunlar haline gelebilir. Örneğin ergenlerin vücutlarında, kontrol edilemez bir hızla meydana gelen bu değişimler ergenler için korkutucu hale gelebilir ve utanma, suçluluk, panik, beden memnuniyetsizliği gibi durumlar yaşamasına neden olabilir (İçingür, 2019; Özbay ve Öztürk, 1992).

Ergenlik dönemindeki zihinsel gelişime ve değişime ise soyut, idealist ve mantıklı düşüncedeki artış örnek verebilir. Bunun yanı sıra bu dönemdeki ergenler daha ben merkezci düşünmeye başlayarak kendilerini biricik, yenilmez ve vazgeçilmez olarak görebilmektedirler. Özellikle bu dönemde, diğer insanların kendisini izlediklerini, davranışlarına ve görüntüsüne odaklandıklarını düşünebilmektedirler (Öngen, 1993; Santrock, 2014). Bu dönemde meydana gelen sosyal-duygusal gelişim ve değişimlere ise bağımsızlık arayışı, ebeveynlerle çatışma ve akranlarla daha fazla zaman geçirme arzusu örnek verilebilir. Bu dönemde bulunan ergenler için akranları tarafından onay görmek ve kabullenmek büyük önem taşımaktadır. Özellikle bu dönemdeki bireyler, akranları tarafından onaylanmak için ideal beden standartlarına sahip olmayı arzulayabilmektedirler. Bunun içinde ergenler bedensel özelliklerini akranlarının bedensel özellikleriyle karşılaştırabilmektedirler. Bu kıyaslama sonucunda ergenlerin gerçek bedenleri ve ideal bedenleri arasındaki fark fazla çıkarsa veya ergen var olan ideal beden standartlarına sahip olmadığını düşünürse, özellikle kız ergenlerde, beden memnuniyetsizliği, fiziksel görünümlerine yönelik olumsuz düşünceler, depresif belirtiler, öz güven eksikliği, yeme bozuklukları, benlik saygısında düşüş meydana gelebilmektedir. Bunun yanı sıra ergenler, bedenleri hakkında aile ve arkadaşlarından negatif yorumlar alabilmekte, alay konusu olabilmektedir. Bu durum da ergenin kendini yetersiz görmesine ve diğer kişilerle olan etkileşimlerinde olumsuzluklar yaşamasına neden olabilmektedir (Cash ve Fleming, 2002; Gökçe, 2017; Kulaksızoğlu, 2020; Öz, 2010; Santrock, 2014; Saylan, 2020).

1.3. Toplumsal Cinsiyet Algısı

Bu bölümde toplumsal cinsiyet algısı hakkında bilgilere yer verilmiştir.

1.3.1. Toplumsal Cinsiyet Algısı ve İlişkili Kavramlar

Bireyler yaş, etnik köken, ekonomik durum gibi faktörlere göre gruplara ayrılabilir. Cinsiyette insanlar için mühim bir yere ve hayat şeklini etkileyebilecek güce sahip olan başka bir kategoridir (Seven, 2021). Cinsiyet insanların kadın ve erkek olarak ayrılmasını sağlayan, doğuştan getirilen ve üreme bakımından erkek ve kadına farklı roller sağlayan bir kavramdır (Türk Dil Kurumu, t.y.). Kadın ve erkeğin fizyolojik bakımdan farklılığını ifade eden cinsiyet kavramı

literatürde İngilizce olarak ‘sex’ kavramı ile ifade edilmektedir. Kadın ve erkeğin toplumsal ve kültürel olarak farklılaşmasını ifade eden kavram ise karşımıza toplumsal cinsiyet (gender) olarak çıkmaktadır (Vatandaş, 2007; Zeybekoğlu, 2009). Bu açıdan toplumsal cinsiyet kavramı, fizyolojik cinsiyetten farklı olarak, kadın ve erkek olmanın toplumsal ve kültürel bağlamda ne anlam ifade ettiğine odaklanmaktadır (Karakaya, 2018). Dolayısıyla bu kavram toplumun veya kültürel, ekonomik ve siyasi güçlerin, kadın ve erkekler için belirlemiş olduğu, kültürel, dini normları, davranış kalıplarını, rol ve sorumlulukları ifade etmektedir. Bunların yanı sıra erkek ve kadınlar arasındaki güç, yetki veya imtiyaz bakımından farklılıklarda bu kavram tarafından açıklanabilmektedir. Özetle toplumun inşa ettiği toplumsal cinsiyet kavramı; toplumun kadın ve erkeği nasıl anlamlandırdığı, nasıl algıladığı ile kadın ve erkekten istenilen ve beklenen davranış kalıplarını, rol ve sorumlulukları ifade etmektedir (Akbayır, 2023; Çelik-Demirtaş, 2019; Ecevit, 2021; Vatandaş, 2007).

Robert Stoller ‘ın 1968’de yayınladığı Sex and Gender kitabıyla ortaya çıkan daha sonra da 1972’de Ann Oakley tarafından sosyoloji kapsamına alınan toplumsal cinsiyet (gender) teriminin (Marshall, 1999; Segal, 1992) Türkiye’de kullanımı ise 1990’ların ilk yıllarında gerçekleşmiştir (Ecevit, 2021). Toplumsal cinsiyet kavramı ile ilişkili beş temel kavram vardır. Bunlar; toplumsal cinsiyet kimliği, toplumsal cinsiyet rolleri, toplumsal cinsiyet kalıp yargıları ve toplumsal cinsiyet ayrımcılığı kavramlarıdır (Öztürk, 2009). Toplumsal cinsiyet kimliği, kişinin kendisini hangi cinsiyete mensup hissettiğiyle alakalı bir kavramdır. Dolayısıyla toplumsal cinsiyet kimliği, kişinin kendisini erkek, kadın, her ikisi veya hiçbiri şeklinde tanımlamasını ifade etmektedir. Buradaki tanımlama kişinin doğuştan sahip olduğu biyolojik cinsiyetten farklı olabilir. Örneğin kadın olarak doğmuş biri kendini erkek olarak tanımlayabilir (Dökmen, 2009; Fausto-Sterling, 1993; Stuckey, 2015; West ve Zimmerman, 1987). Bunun yanı sıra kişinin biyolojik cinsiyeti ile sunulan kimliği (insanın etrafa göstermiş olduğu cinsiyet; örneğin biyolojik cinsiyeti erkek olan birisinin kadın gibi davranması) ve algılanan kimliği (diğer insanlar tarafından kişi için adlandırılan cinsiyet; örneğin biyolojik olarak erkek olan birinin kadın zannedilmesi) farklı olabilir (Lucal, 1999). Cinsel kimlik kavramı da toplumsal cinsiyet kavramından farklıdır. Cinsel kimlik kişinin duygusal, romantik ve cinsel olarak yakınlaşmak istediği kişileri yani cinsel yönelimini ifade etmektedir. Bu yönelim homoseksüellik

(kişinin kendi cinsiyetinden birisine cinsel olarak yönelimini), heteroseksüellik (kişinin kendi cinsiyetinden farklı birisine cinsel olarak yönelimini), biseksüellik (kişinin her iki cinsiyet içinde yönelimini), aseksüellik (her iki cinsiyet içinde belirgin bir yönelmenin olmaması) şeklinde farklı biçimlere sahip olabilmektedir (Dökmen, 2009).

Toplumsal cinsiyet rolleri ise toplum tarafından kadın ve erkek cinsiyetine yönelik olarak oluşturulan, kadın ve erkeğin görevlerini, ne yapması veya ne yapmaması ile nasıl olması gerektiğini içeren davranış kalıplarını ifade etmektedir. Bu açıdan bu kavram toplumun, kadın ve erkeğin yapması gereken şeylerle ilgili beklentisini içermektedir. Dolayısıyla içinde yaşanan toplum, kadın ve erkekleri; cinsiyetlerine ilişkin farklılıklar, görev ve yakıştırmalar bakımından bir kalıp içine sokmakta ve bu kalıplara uygun şekilde davranmalarını beklemektedir (Altınova ve Duyan, 2013; Evrim, 1972; Kantoğlu vd., 2018; Seçgin ve Tural, 2011). Kadına ve erkeğe yüklenen toplumsal cinsiyet rolleri geleneksel ve eşitlikçi olarak sınıflandırılabilir. Geleneksel rollere örnek olarak kadın için; ev işi yapma, çocuklara bakma, evde kalıp çalışmamak, erkekler için; güçlü olma, maddi olarak evi geçindirme, evin lideri olma, sosyal yaşamda aktif olmak, duygusal olmamak verilebilir (Hoffman ve Kloska, 1995; Özdemir, 2019). Cinsiyete ilişkin oluşturulan bu roller ve kurallar toplum tarafından kişi doğduğu andan itibaren öğretilmektedir. Daha sonra bu rolleri benimseyen çocukların davranışları takdir edilmekte sonuç olarak ise bu rolleri benimsemesinden kaynaklı meydana getirdiği cinsiyete yönelik davranışlar sürekli hale gelmektedir. Dolayısıyla çocuk bu rolleri benimseyerek aynı zamanda toplumsal cinsiyet algısını da şekillendirmektedir. Toplumsal cinsiyet rolleri dinamik bir özelliğe de sahiptir. Başka bir ifadeyle toplumun kültürel özelliklerine yani gelenek, görenek, örf ve adetleri ile normlarına göre şekillen toplumsal cinsiyet rolleri, toplumdan topluma değişebileceği gibi toplumun kendi içinde de değişime uğrayabilmektedir (Çelik-Demirtaş, 2019; Eryiğit, 2021; Özmete ve Zubaroğlu-Yanardağ, 2016; Seven, 2021).

Toplumsal cinsiyet kalıp yargıları da toplumun, cinsiyetlere atfedilen özelliklere ve rollere ilişkin veya kadınsılık ve erkeklikle ilişkili sahip olduğu genel inanışlarını ve düşünme kalıplarını içermektedir. Örneğin kadınların fitratından sebep sevgi dolu, nazik, iyimser olması gerektiği ve evin işlerini yürütmesi gerektiği,

erkeklerin ise hırçın, özgür, evin lideri ve güçlü olması gerektiği gibi tanımlamalar bu kalıp yargılara örnek olarak verilebilir. Bu bakımdan bu kavramın toplumsal cinsiyet rolleri ile olan benzerliği görülmektedir. Aradaki farkın ise toplumsal cinsiyet rollerinin cinsiyete yönelik beklenen davranış ve görev kalıplarını ifade ederken (Kadınlar çocuk bakmalı), toplumsal cinsiyet kalıp yargılarının ise cinsiyete yönelik büyük bir grup tarafından kabul edilen yani genelleştirilen inançlar ve düşünceler (Kadınlar sevecendir veya erkekler soğuktur) olduğu söylenebilir (Çelik vd., 2013; Eagly ve Wood, 1999; Ecevit, 2021; Glick ve Fiske, 1996; Heilan, 2001). Dolayısıyla toplumsal cinsiyet rolleri, toplumsal kalıp yargılarının yansımalarıdır (Dökmen, 2009). Toplumsal cinsiyet kalıp yargılarına bir başka örnek olarak, erkek çocukların mühendislik, avukatlık gibi meslekleri; kız çocuklarının da hemşirelik, öğretmenlik gibi meslekleri tercih etmesi yönünde desteklenmesi verilebilir (Eryiğit, 2021). Yaşadığımız ülkede de toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin kalıp yargıların sık görüldüğü ve etkisinin kuvvetli olduğu söylenebilir. Yapılan bir araştırmaya göre, kadınların asıl işlerinin; çocuk bakmak, evdeki işleri yapmak ve aileye ilişkin görevleri yerine getirmek olduğu şeklindeki görüşler veya iş hayatında aktif olan annelerin, evde olan ve çalışmayan annelere göre, çocuklarıyla geçireceği vaktin kısıtlı olmasından kaynaklı çocuklarıyla ilgilenemeyeceği bu yüzden samimi ilişkiler kuramayacağı şeklindeki düşünceler halen devam etmektedir. Bununla birlikte kadınların iş hayatına girmesi gerekli görülmemekte, kadınların kocalarının dediklerini yapması, dinlemesi yani itaat etmesi gerektiği şeklinde toplumsal cinsiyet kalıp yargıları da devam etmektedir (Savaş, 2018).

Son kavram olan toplumsal cinsiyet eşitliği ise hak, hukuk, adalet, iş, sağlık, eğitim gibi faktörlerin yer aldığı toplumsal, ekonomik, mesleki vb. alanlarda, erkek ve kadın arasındaki fırsat eşitliğini yansıtmaktadır. Bununla birlikte cinsiyete dayalı roller bakımından kadın ve erkek arasındaki farklara da vurgu yapmaktadır. Bu açıdan bu kavram, kadın ve erkeklerin toplumdaki yerleri bağlamında, eşit hakları, tutumları elde edememesini içeren toplumsal cinsiyet ayrımcılığını/eşitsizliğini de yansıtmaktadır (Eagly ve Wood, 1999; Ecevit, 2021; Glick ve Fiske, 1996). Bu ayrımcılığın daha çok erkeklerin lehine olduğu, hayatın birçok yerinde erkeğe, kadından daha fazla değer verildiği belirtilmektedir. Kadınlar daha pasif, erkekler ise daha etken, otoriter, lider halde görülmektedir. Özellikle bu eşitsizlik, iş hayatı, evlilik ve aile hayatı gibi

bağlamlarda kendini göstermektedir. Örneğin geleneksel bakış açına sahip toplumlarda kadınların görevi ev içinde sınırlandırılmış, erkek ise çalışma hayatında aktif ve daha sosyal olmasını sağlayan görevlerle nitelendirilmiştir. Buna ek kadınların iş hayatında maruz kaldığı ayrımcılık da cinsiyet eşitsizliğine örnek olarak verilebilir (Karakaya, 2018; Korkmaz, 2024; Özmete ve Zubaroğlu-Yanardağ, 2016; Yılmaz vd., 2009). Toplumsal cinsiyet eşitsizliği yalnızca kadınlara yapılan ayrımcılık olarak görülse de aslında erkeklerin maruz kaldığı negatif durumları da içermektedir (Gökoğlu, 2022).

Toplumsal cinsiyetin, kadın ve erkeğin nasıl davranması gerektiğine dair rolleri içeren ve toplumun kadın ve erkekten beklentilerini ifade eden bir kavram olduğu görülebilmektedir. Bu açıdan toplumsal cinsiyet algısı ise, bu rollerin veya kadınlık ve erkekliğin, insanlar tarafından nasıl anlamlandırıldığı ve şekillendirildiği ile ilgili bir kavramdır. Özetle toplumsal cinsiyet algısı, bireylerin veya toplumların, erkek ve kadına ilişkin rolleri, yargıları, kuralları veya değerleri nasıl anlamlandırıdığını ve içselleştirdiğini ifade eden bir kavramdır. Bu açıdan bu kavram hem sosyal yapıların ve kültürel özelliklerin insanlar üstündeki tesirini hem de ne düzeyde bu yapıların benimsenip hayata geçirildiğini ortaya koymaktadır (Connell, 2002; Eagly ve Wood, 1999; Fausto-Sterling, 1993; Özdemir, 2019). Toplumsal cinsiyet algısı yaşamın birçok alanında kendine yer bulduğu gibi kişileri de birçok açıdan etkileme gücüne sahiptir. Örneğin kişileri; kendine güven, kimlik gelişimi, mesleki kararlar, kişisel ve kişilerarası ilişkiler, sosyal beceriler, toplumdaki görünürlük gibi açılardan etkileyebilmektedir. Bununla birlikte toplumsal cinsiyet algısı, kadınların ve erkeklerin toplumda nasıl göründüklerini, katılımlarını veya nasıl simgelendiklerini etkileyebilmektedir (Korkmaz, 2024; Öngen ve Aytaç, 2013; Ünlü, 2019).

1.3.2. Toplumsal Cinsiyet ile İlgili Kuramsal Açıklamalar

Toplumsal cinsiyet kavramının anlaşılmasında, bu kavrama farklı perspektiflerden bakan kuramlara yer verilmesi önemli görülmektedir. Bu bakımdan bu bölümde, toplumsal cinsiyetin anlaşılmasında önemli görülen bazı kuramsal açıklamalara yer verilmiştir.

Biyolojik kurama göre, toplumsal cinsiyet farklılıkları, biyolojik cinsiyet farklılıklarına dayanmaktadır. Bu farklılıklar; cinsiyetle ilişkili hormon düzeylerini

(örneğin testosteron), beynin yapısı ve işlevini, kişilik özelliklerini, zihinsel ve duygusal nitelikleri ve davranışları içermektedir. Biyolojik kuram, bu farklılıkların doğuştan geldiğini, değişmez olduğunu ve bir araya gelerek kadın ve erkek olarak iki farklı insan türünü ortaya çıkardığını belirtmektedir (Saguy vd., 2021). Cinsiyet rolleri de doğuştan gelen biyolojik özelliklere (örneğin anatomik farklılıklar) göre farklılaşmakta ve benimsenilmektedir. Mesela kadınların doğum yapabilme özelliği, ev işleri ve çocuk bakımı gibi rolleri benimsemesinde ve kadınlara bu rollerin uygun görülmesinde etkili olabilmektedir (Güvendi, 2023). Bu kuram cinsiyet ve buna dayalı rollerin farklı olmasında biyolojik süreçlerin etkili olduğunu belirtmekle birlikte, bu farklılıkların doğal olduğunu hatta bir denge yarattığını ifade etmektedir. Yani erkek ve kadınların doğuştan fiziksel ve biyolojik olarak farklı olduğunu, bu farklılıklarında kişileri farklı davranmaya ittiğini söylemektedir. Örneğin östrojen ve androjen gibi hormonlar sadece beyin gelişimini değil çocukların oyun tercihlerini, kişilerin cinsel yönelimlerini ve toplumsal cinsiyet kimliğini etkileyebilmektedir. Dolayısıyla cinsiyet ve toplumsal cinsiyet arasında fark olmadığını belirtmektedir (Ayisi ve Krisztina, 2022; Chong, 2005).

Psikoanalitik kurama göre de toplumsal cinsiyet gelişiminde ve toplumsal cinsiyete ilişkin rollere uygun davranışlar gösterilmesinde; bilinçdışı süreçler, erken çocukluk deneyimleri, çatışmaları çözmek ve aynı cins ebeveynle özdeşleşmek önemli görülmektedir. Bu kurama göre kız ve erkek çocuklar öncelikle anne ile özdeşleşmektedir. 3 ile 5 yaş arasında ise çocuklar karşı cins ebeveyne yönelik erotik bir bağlılık ve aynı cins ebeveyne yönelik kıskançlık hissetmektedir. Yaşanan bu erotik bağlılık ise, çocuklarda aynı cins ebeveyninden bir karşılık göreceği korkusu yaratarak, büyük bir kaygıya neden olmaktadır. Bunun yanı sıra erkekler, kızlarda belirgin bir cinsel organın olmadığını görmesiyle hadım edilme korkusu yaşamakta, kızlar ise penis kıskançlığı yaşamaktadır. Yaşanan bu çatışmalar, kız ve erkek çocukların aynı cins ebeveynle özdeşleşmesi ile son bulmaktadır. Özdeşleşme süreci, çocukların aynı cinsiyetten olan ebeveynlerinin özelliklerini tamamen benimsemeleri ve içselleştirmeleri olarak ifade edilmektedir. Çocuklar bu özdeşleşme sonucunda cinsiyet kimliğini belirlemektedir (Bussey ve Bandura, 1999; Person ve Ovesey, 1983).

Bilişsel kurama göre ise cinsiyet rollerinin gelişimi, bilişsel gelişimin yeterli düzeye gelmesiyle gerçekleşebilmektedir. Bu kurama göre çocuklar çok küçük yaşlarda kendi cinsiyetlerinin farkına varmaya başlarlar. Daha sonra başkalarının cinsiyetleri hakkında bilgi sahibi olmaya başlarlar. Bununla birlikte kendi cinsiyetlerine ilişkin kalıplaşmış yargılarında farkına varmaya başlarlar ve bu kalıp yargılara uyulması gerektiğini anlarlar. Bu süreç sonucunda ise çocuklar, cinsiyet rollerine uygun davranışlar yerine getirmeye başlarlar. Yani bazı davranışların kendi cinsiyetine, bazı davranışların ise diğer cinsiyete uygun olduğunu ve uygun görülenin cinsiyet damgalı davranışları göstermek olduğunu anlarlar (Freedman vd., 1989; Vatandaş, 2007). Kohlberg (1966)'de bilişsel tutarlılığa sahip olmanın tatmin edici olduğunu ve kişilerin bilişsel tutarlılığa sahip olabilmek amacıyla kendi öz kimlikleriyle uyumlu olan davranışları gösterdiğini savunmaktadır. Bu yüzden çocuklar, toplumsal cinsiyet kimliklerini doğrulamak amacıyla, cinsiyetlerine uygun davranışlar sergilemeye çalışırlar. Toplumsal cinsiyete ilişkin bu tutarlılığı sağlayan bilişsel süreçler ise şöyle oluşmaktadır; çocuk cinsiyeti hakkında bilgi sahibi olmaya başlar, daha sonra kendisini erkek olarak tanımlar ve “Ben bir erkeğim, bu nedenle erkek gibi davranmalıyım” şeklinde düşünmeye başlar. Davranış ve düşünce arasındaki bu etkileşim ise istikrarlı bir cinsiyet kimliğinin oluşmasını sağlar yani bilişsel gelişimsel teoriye göre çocuk cinsiyet sürekliliğine ulaşır. Bahsedilen bu süreçler, karmaşık bilişsel yapıların gerekliliğini de ortaya koymaktadır. Yani çocuklar basit bir öğrenmeyle kız veya erkek olduklarını söyleyebilirler lakin bunun ne anlama geldiğini yani cinsiyetin altında yatan anlamlara ulaşabilmeleri için karmaşık bilişsel örgütlemelere sahip olmaları gerekmektedir. Dolayısıyla çocuklar, cinsiyet kavramını, bu kavramı anlayabilmeleri için gerekli olan bilişsel yeterliğe ulaştıkları yaşta kavrayabilmektedirler (Freedman vd., 1989; Vatandaş, 2007).

Sosyal öğrenme kuramı ise, kişilerde toplumsal cinsiyet algısının oluşmasında ve toplumsal cinsiyet rollerinin öğrenilmesinde, çevresel faktörlerin (örneğin; pekiştirme, ceza, model alma) önemli olduğunu vurgulamaktadır (Mischel, 1966). Sosyal öğrenme teorisini ilk kez cinsiyet gelişimine uyarlayan Mischel (1966)'a göre, kişiler bebeklikten itibaren modelleri izleyerek ve taklit ederek cinsiyete ilişkin inançları ve davranışları öğrenmektedir. Bu modeller kişinin etrafında bulunan herkes (örneğin öğretmen, anne-baba gibi kişiler) veya televizyonda görülen şeyler

olabilmektedir. Bunun yanı sıra pekiştirme ve cezalarda, kişilerin cinsiyetlerine uygun olan davranışları öğrenmesinde etkili olmaktadır. Pekiştirme bir davranışın sıklığını arttırmak için istenilen davranış sonrası hoş gidilen bir ödülün verilmesidir. Ceza ise istenmeyen davranışın sıklığını azaltmak için verilen tepkilerdir. Bu bakımdan pekiştirme ve ceza sayesinde çocuklar hangi davranışın kendi cinsiyeti için istenilen, hangi davranışın ise istenilmeyen olduğunu öğrenmeye başlamaktadır. Örneğin kızlar ağladığında bu durum normal karşılanırken erkekler ağladığında, erkeklere, kız gibi davranmaması ve sert olması gerektiği söylenir. Veya erkek bir çocuk kamyonla oynadığında anne baba gülümser, mutlu olur dolayısıyla davranış pekiştirilir, bebekle oynadığında ise kızılır yani ceza verilir. Görüldüğü üzere pekiştirme ve ceza, kişilerin, toplumsal cinsiyete ilişkin rolleri kazanmasında ve bu rollere uygun davranmasında yani toplumsal cinsiyet davranış kalıplarının öğrenilmesinde de etkili olmaktadır. Dolayısıyla pekiştirme ve cezalar, toplumsal cinsiyet bakımından çocuklara mesajlar verebilmektedir (Bandura; 1969; Freedman vd., 1989).

Sosyal öğrenme kuramının yanı sıra, toplumsal cinsiyete sosyal psikolojik bir perspektiften bakmayı sağlayan diğer bir teoride sosyal rol teorisidir. Bu görüşe göre, toplumsal roller ve bu rollerle ilgili süreçler, erkekler ve kadınlar arasındaki temel davranış farklılıklarını açıklamaktadır (Eagly ve Wood, 2012). Bu teoriye göre insanların göstermiş olduğu davranışlardan, kişilik özellikleri hakkında çıkarım yapılmaktadır. Yani insanlar, erkeklerin ve kadınların sosyal olarak üstlendiği rollerden yola çıkarak bu rolleri yerine getirmesi için gerekli olduğu düşünülen kişilik özellikleri hakkında değerlendirmede bulunmaktadır. Dolayısıyla erkek ve kadınların sosyal hayatta belirli roller üstlenmesi, onların doğası gereği bu rollere sahip olduğu algısına sebep olabilmektedir. Bu durum da toplumsal cinsiyet algısını şekillendirebildiği gibi toplumsal cinsiyet rolü inançlarını ve kalıp yargılarını da ortaya çıkarabilmektedir. Örneğin, erkeklerin çoğunlukla maddi kazanç sağlaması ve yüksek düzeyde pozisyonlarda yer alması onların hırslı, lider ve bağımsız olduğu şeklinde algılanmasına neden olabilmektedir. Aynı zamanda kadınların ise genellikle ev işleri ve düşük düzeyde rollerle ilişkilendirilmesi, onların merhametli, destekleyici ve iletişimi kuvvetli olarak değerlendirilmesine sebep olabilmektedir (Eagly, 1987; Eagly ve Wood, 2012; Koenig ve Eagly, 2014). Görüldüğü üzere kişiler gözlemledikleri sosyal roller ile cinsiyetin doğası arasında bağlantı kurarak değerlendirmelerde

bulunabilmektedir. Özetle, kadınlar ve erkekler belirli sosyal roller üstlenmekte ve bu roller zamanla cinsiyetle ilişkilendirilerek toplumsal cinsiyet rolü inançlarına ya da normlarına evrilmektedir. Bu sebeple sosyal roller, cinsiyetlere atfedilen kişilik özelliklerini belirlemede önemli bir faktördür (Eagly, 1987; Eagly ve Wood, 2012; Koenig ve Eagly, 2014).

Bahsedildiği üzere Mischel (1966) tarafından öne sürülen sosyal öğrenme yaklaşımı, çevresel faktörleri ön plana koymuştur. Lakin sosyal öğrenme kuramı zamanla değişime uğramaya başlamıştır. Çünkü öğrenmelerde bilişsel süreçlerinde önemli olduğu fark edilmeye başlanmıştır. Bunun sonucunda da bilişsel faktörler bu kurama dahil edilerek Sosyal Bilişsel Kuram ortaya çıkmıştır (Bandura, 1986; Martin vd., 2002). Cinsiyet gelişimi, cinsiyete ilişkin davranışların nasıl elde edildiği ve sürdürüldüğüne ilişkin sosyal bilişsel teori Bussey ve Bandura (1999) tarafından bizlere sunulmuştur. Bu teoriye göre toplumsal cinsiyet; sosyal çevre ve bilişsel süreçler ile şekillenmektedir. Özellikle toplumsal cinsiyet gelişimi, üç ana etki mekanizması ya da üç temel etki modu ve bu modların ilettiği bilgilerin bilişsel olarak nasıl işlendiği ile biçimlenmektedir. İlk mod modelleme aracılığıyla gerçekleşmektedir. Cinsiyete ilişkin davranışlar ve mesajlar genellikle aile, arkadaş veya toplumsal, akademik ve mesleki ortamlarda önemli görülen kişiler tarafından ve kitle iletişim araçları aracılığıyla yani modeller tarafından verilmektedir. Aynı zamanda bu modeller cinsiyete ilişkin bilgiler ve davranışlar bağlamında örnek oluşturmaktadır. Özetle bu mod kişilerin etrafı gözlemleyerek cinsiyete dayalı davranışları öğrendiğini ifade etmektedir. İkinci mod ise etkin deneyimdir. Bu mod kişinin, cinsiyete dayalı yaptığı davranışlarının sonuçlarına bakarak, bu davranışları ayırt etmesini ifade etmektedir. Bu bağlamda kişi cinsiyete dayalı davranış gösterdiğinde maruz kaldığı sosyal yaptırımlara göre toplumsal cinsiyete ilişkin kavramlarını oluşturmaktadır. Üçüncü ve son mod ise doğrudan öğretimdir. Bu mod ise sosyal çevreden, cinsiyete ilişkin hangi davranışın doğru olduğuna yönelik alınan geri bildirimleri ifade etmektedir. Yani sosyal çevre cinsiyete uygun olan davranışları doğrudan aktarır ve cinsiyete yönelik toplumsal beklentilere göre davranması konusunda kişileri şekillendirir. Bu etki mekanizmalarının etkisi ise bireyin yaşına, bilişsel gelişimine ve içinde olduğu sosyal çevresine göre değişebilmektedir (Bussey ve Bandura, 1999; Martin vd., 2002). Bunların yanı sıra bu kuram, Bandura'nın (1986)

öz yeterlilik kavramını cinsiyet rollerinin öğrenilmesinde önemli olduğunu ve cinsiyetçi davranışların gösterilmesinde, temel motivasyonel bileşen olduğunu vurgulamaktadır (Martin vd., 2002).

Sosyal bilişsel kuram içinde yer alan yani bilişsel gelişim ve sosyal öğrenme kuramının görüşlerini birleştiren Toplumsal Cinsiyet Şema Teorisi (Bem, 1981) ‘de kişilerin, erken yaşlardan beri toplumsal cinsiyet ile nasıl biçimlendiğini ve bu sürecin bilişsel ve kategorik mekanizmaları nasıl etkilediğini ortaya koymaktadır. Bu teoriye göre çocuklar kadınsı veya erkeksi olmaya ilişkin, bu kavramların ne anlama geldiğine yönelik düşünceler ve teoriler oluşturur. Bunlar toplumsal cinsiyet şemaları olarak ifade edilmektedir. Daha sonra çocuklar bu şemalara göre elde edecekleri bilgileri sınıflandırır, kararlar verir ve davranışlarını şekle sokar. Yani çocuk elde edilen bilgileri sahip olduğu toplumsal cinsiyet şeması çerçevesinde işlemeyi öğrenir. Dolayısıyla bu süreç, nitelikleri ve davranışları “kadınsı” ve “erkeksi” olarak sınıflandırmayı sağlayarak cinsiyetleştirme sürecinin temelini oluşturmaktadır (Dökmen, 2009; Starr ve Zurbriggen, 2017).

1.3.3. Toplumsal Cinsiyet Algısının Gelişiminde Etkili Olan Faktörler

Bahsedildiği üzere toplumsal cinsiyet, toplum tarafından oluşturulan, kadınların ve erkeklerin toplumdaki konumlarını, rollerini, görevlerini veya cinsiyete dayalı normları yansıtan bir kavramdır. İnsanlar tarafından bu faktörlerin nasıl algılandığı ve anlamlandırıldığı ise toplumsal cinsiyet algısını oluşturmaktadır. Dolayısıyla toplumsal cinsiyet algısı toplumsallaşma süreçleriyle yani toplumun, kültürün ve toplumsal değişkenlerin katkısıyla insanların doğduğu andan itibaren biçimlenmektedir. Bu bakımdan çocukların cinsiyete dayalı rolleri ve normları öğrenmesi ve bu norm ve rollere göre davranması, etrafında bulunan aile, okul, akran ve medya gibi değişkenler sayesinde gerçekleşebilmektedir. Çünkü çocuklar bu gibi toplumsal kuruluşlar ve sosyal ilişkileri vasıtasıyla, cinsiyete dair norm ve rollere ilişkin mesajlar, geri bildirimler alarak toplumsal cinsiyet algılarını şekillendirmekte ve öğrendiklerini pekiştirerek sonraki kuşağa taşımaktadırlar. Örneğin erkeklerin kuvvetli ve korkusuz olması gerektiği ve çalışarak evi idame ettirmesi gerektiği, kadınların ise hassas, sevecen, korunmaya muhtaç olduğu ve ev, çocuk açısından işler yapması gerektiği gibi toplumsal cinsiyet normları bahsedilen süreçlerle gelecek

nesillere aktarılabilmektedir (Bandura, 1986; Çelik-Demirtaş, 2019; Fausto-Sterling, 1983; Knafo ve Schwartz, 2001).

Toplumsallaşma sürecinde aile, toplumsal cinsiyet algısının gelişiminde etkili olan ilk faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Aile tarafından çocuklara gösterilen cinsiyet temelli/cinsiyetçi davranışlar ve tutumlar veya verilen iletiler, geribildirimler, çocuklar tarafından alınarak, kendilerini ve etrafında bulunan kişileri cinsiyete dayalı nasıl değerlendireceğini etkileyebilmektedir. Bu etki, diğer insanlarla kurduğu ilişkiler gibi alanlarda da kendini gösterebilmekte dolayısıyla toplumsal cinsiyet algısını biçimlendirmektedir. Örneğin daha ufakken yalnızca kızlarla oynamasına izin verilen kız çocuğu, erkeğe ihtiyacı olmadığını düşünebilmekte, buna dair bir algı geliştirebilmektedir. Bu algı çocuğun büyüdüğünde erkeklere ilişkin negatif düşünmesine ve duygular hissetmesine sebep olabilmektedir (Arslangiray, 2013; Knafo ve Schwartz, 2001; Korkmaz, 2024; Zeyneloğlu, 2008). Lise öğrencileriyle yapılan bir araştırmada da anne-baba tutumlarının, çocukların toplumsal cinsiyet algısının şekillenmesinde dikkat çekici bir etkiye sahip olduğu görülebilmektedir. Demokratik tutum gösteren anne-babanın çocukları daha eşitlikçi cinsiyet rollerine sahip olurken, otoriter tutuma sahip anne-babanın çocukları ise geleneksel, katı ve süregelen cinsiyet rollerini benimseme eğiliminde olmaktadır (Köse, 2024).

Çocuklar için anne-baba cinsiyete dayalı davranışların ilk rol modelleridir. Lakin büyüdükçe çocuk için arkadaşları, kadınsı ve erkeksi davranışları öğrenmesinde etkili olmaya başlamaktadır (Rubin vd., 2011; Santrock, 2014). Orta ve son çocukluk döneminde çocuklar daha çok hemcinsleriyle arkadaşlık kurmakta (Maccoby, 2002; Santrock, 2014) ve birbirlerine kadınsı veya erkeksi davranışların ne olması gerektiğine dair mesajlar vermektedir. Örneğin erkekler birbirine erkeksi davranışları öğretmekte ve bunu göstermeleri için cesaretlendirmektedir (Luria ve Herzog, 1985, akt. Santrock, 2014). Ergenlikte ise arkadaş grupları farklı cinsiyetlerden oluşan gruplara dönmektedir. Bu dönemde birey için, cinsiyet tutumları veya davranışları bakımından arkadaşları tarafından onaylanmak veya onaylanmamak önemli hale gelmektedir. Bu açıdan arkadaşları tarafından benimsenme veya benimsenmeme durumu ergenlerin cinsiyet algılarının şekillenmesinde etkili olmaktadır (Prinstein ve Dodge, 2010; Santrock, 2014).

Okul ise çocuk için aileden sonra gelen ikinci toplumsallaşma bağlamıdır. Çünkü çocuklar kız ve erkekler olarak, okulun başlamasıyla ilk defa bir kurum etrafında toplanırlar. Dolayısıyla okullar da cinsiyete dair rollerin öğretildiği başka bir ortamdır. Çünkü çocuklar okulda öğretmenleri ve ders kitapları aracılığıyla da kadın ve erkeğe yönelik oluşturulan toplumsal cinsiyet rollerini öğrenebilmektedir. Örneğin okullarda çocuklara, toplumsal cinsiyet bakımından erkek ve kadının rollerinin farklı olduğu, eşit olmadığı ve bu eşitsizliğin normal olduğu öğretilmektedir. Bu bakımdan okul ve eğitim sistemi, bireylerin toplumsal cinsiyet algısını şekillendirme sürecinde etkili olan diğer bir faktördür (Çelik-Demirtaş, 2019; Sadker ve Sadker, 1994; Tezcan, 2003). Türkiye ‘de yapılan çalışmalara bakıldığında da ders kitaplarında erkeklerin lehine olan bir cinsiyetçi yaklaşımın benimsenildiği görülmektedir (Asan, 2010; Çubukçu ve Sivaslıgil, 2007; Helvacıoğlu, 1996). Bunun yanı sıra Asan (2010)’ın yapmış olduğu çalışmada öğretmenlerin de; toplumsal yapıda, okul ortamında, sınıf içi değer ve uygulamalarında cinsiyetçi algılara sahip olduğu belirtilmektedir.

Kitle iletişim araçları toplumsal cinsiyet algısının gelişiminde etkili olan diğer bir faktördür. Bu araçlar insanlara toplumsal cinsiyet normlarını aktararak insanları, toplumsal cinsiyete dair normlar, yargılar ve kalıplar bakımından etkileyebilmektedir. Örneğin istenilen görüşe (mesela ataerkil bir düzen için) göre erkek ve kadının nasıl olması gerektiğine dair mesajlar veya rol modeller, televizyon, radyo, internet ve sosyal medya gibi araçlar vasıtasıyla bizlere sunulurken bunları içselleştirmemiz sağlanabilmektedir. Bu bağlamda, kitle iletişim araçları toplumsal cinsiyet algımızın biçimlenmesinde etkili olabilmektedir (Boylu vd., 2016; Dündar, 2012; Ward, 2002). Bu duruma örnek olarak televizyonlarda gösterilen çizgi filmler verilebilir. Televizyonlarda çizgi filmlerde, erkek karakterler kuvvetli ve kurtarıcı, kadın karakterler ise zayıf ve kurtarılmayı bekleyen şeklinde verilerek, çocukların “kadınlar zayıf, erkekler güçlüdür” şeklinde düşünmesi sağlanabilmektedir. Böylelikle çocukların geleneksel bir toplumsal cinsiyet algısı geliştirmesine zemin hazırlanabilmektedir. Bunun yanı sıra Facebook, Twitter, Instagram, YouTube gibi sosyal medya platformlarında bulunan içerikler sayesinde de çocuklar toplumsal cinsiyet rollerine dair mesajlar alabilmekte ve toplumsal cinsiyet algılarını şekillendirebilmektedir (Seven, 2021).

Kültür toplumsal cinsiyet algısının gelişiminde etkili olan diğer önemli bir faktördür. Kültür bir toplumun yaşam şekli olarak ifade edilebilmektedir. Bu bakımdan bir toplumun sahip olduğu; örf, adet, gelenek ve görenek, ahlaki normlar, dini sistemler, sanat, dil, giyim tarzı ve yeme-içme biçimleri gibi birçok unsur kültürü oluşturmaktadır. Bu unsurların bir tanesi de kültürden kültüre farklılık gösterebilen, kadın ve erkeğe yönelik olan bakış açısı denilebilir. Örneğin bazı kültürlerde kadınlardan söz dinleyen, itaatkâr ve edilgen olmaları istenirken başka bir kültürde daha aktif, etken ve karar alan roller göstermeleri beklenebilmektedir. Kültürün belirlemiş olduğu bu rol ve modeller ise zamanla değişime de uğrayabilmektedir. Örneğin kadının çalışma hayatına girmesi, eğitim durumunun artması gibi sebepler cinsiyete dair rolleri etkileyerek farklılaştırmıştır. Geleneksel toplumlarda bu durum sebebiyle, kadın-erkek rolleri birbirine yaklaşıp benzemeye başlamıştır (Arslan, 2011; Block, 1973; Öngen ve Aytaç, 2013). Türkiye’de yapılan bir çalışmada atasözleri ve deyimlere bakılarak, Türk kültüründe kadın ve erkekten ne beklenildiği ve cinsiyet rollerinin ne olduğu ortaya konmaya çalışılmıştır. Çalışma sonucunda ise Türk kültüründe, erkek ve kız çocuk ile erkek ve kadın ayrımının olduğu, kadından beklenilenin; kızlarına örnek olmak ve yuva kurmak, erkekten beklenenin ise; aileyi geçindirmek olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra erkekliğin daha değerli görüldüğü ve kendine sosyal yaşamda yer bulabildiği, kadınlığın ise ikincil olarak görüldüğü ve ev içindeki yaşamda kendine yer bulduğu belirtilmiştir (Özkan ve Gündoğdu, 2011).

Toplumsal cinsiyet algısının gelişiminde başka faktörlerde etkili olabilmektedir. Çiftçi vd. (2022) ‘nin yapmış olduğu araştırmada, insanların toplumsal cinsiyet algılarını etkileyen değişkenler belirlenmeye çalışılmış ve sonuç olarak cinsiyet algısını pozitif yönde etkileyen değişkenlerin; kadın olmak, yaş olarak genç olmak, evli olmamak, şehirde dünyaya gelmek ve hayatını devam ettirmek, ekonomik olarak iyi bir seviyede olmak, bireyin ve ailesinin sahip olduğu eğitim seviyesinin yüksek olması, iş hayatına atılmak olduğu görülmüştür. Negatif yönde etkileyenlerin ise; köyde hayatını devam ettirmek, yaştan ilerlemiş olması, çocuğunun olması, evlenmiş olmak, akraba ile evlenmek, ekonomik olarak düşük bir seviyede bulunmak, düşük eğitim seviyesine sahip olmak olduğu görülmüştür. Savaş (2018) tarafından yapılan çalışmada da toplumsal cinsiyet algısını etkileyen faktörlerin; cinsiyet, sosyoekonomik düzey ve eğitim olarak bulunulan seviye olduğu görülmüştür.

1.3.4. Toplumsal Cinsiyet Algısı ve Ergenlik

Ergenlik, sahip olduğu özellikler bakımından, bireylerin hayatında mühim bir yere sahip olan gelişimsel bir dönem olarak görülmektedir. Ergenlik, değişebilmekle birlikte, başlangıç yaşı 10-13 yaş arası olup 10'lu yaşların bitiminde ise sonlanmaktadır. Bu bakımdan ergenlik dönemi, ikinci doğum, hayatın ikinci kısmı olarak görülebilmektedir. Bunun yanı sıra çocuk olmaktan yetişkin olmaya doğru bir geçiş dönemi olarak ifade edilebilmektedir (Cenkseven, 2002; Santrock, 2014). Bahsedildiği üzere de bireyler, çocukluğun başlarından itibaren cinsiyetleri fark etmeye ve cinsiyet kavramı hakkında bilgi sahibi olmaya başlarlar. Bununla birlikte çocuklarda, toplumsal cinsiyet bakımından da farkındalık başlamakta ve gelişmektedir. Çocuklar, erkek ve kadının farklı olduğuna dair en belirgin farkındalığa ise ergenlik döneminde ulaşmaktadır. Çünkü ergenlik fizyolojik, zihinsel ve sosyoduygusal bakımdan büyük değişimleri içermektedir. Ergenlik döneminde, beden hızla büyümeye, hormonlar değişmeye ve cinsel organlar olgunlaşmaya başlamaktadır. Bu cinsel olgunlaşmayla birlikte de cinsel kimlik gelişmeye başlamaktadır. Bu dönemdeki bireyler, kadın ve erkeğe yönelik olan farkındalıklarını cinsellikle ilişkilendirmeye başlamaktadır. Bunun yanı sıra kadın ve erkeğe dair farkındalıklar, toplumsal cinsiyet rolleriyle de ilişkilendirilerek bütün haline getirilmektedir. Ergenler karşı ya da aynı cinse hissettikleri cinsel duygularla birlikte kendi cinsiyetlerine özgü davranışlar göstermeye girişmektedir. Örneğin kızlar daha nazik, duyarlı ve yumuşak davranışlar gösterirken, erkekler daha aktif, girişken ve baskın tavırlar gösterebilmektedir. Bu dönemdeki ergenler aynı zamanda bu gibi kendi cinsiyetlerine göre olan cinsiyet rollerini yerine getirme konusunda baskı altına girebilmektedir. Çünkü bu dönemde, kendi cinsiyetlerine yönelik olarak ne yapmaları veya yapmaları konusundaki davranışları içeren kadın ve erkeğe dair rolleri benimsemeleri ve harekete geçirmeleri konusunda toplumsal istekler, beklentiler ve baskılar fazlalaşmaya başlayabilmektedir (Berk, 2007; Cenkseven, 2002; Çelik-Demirtaş, 2019; Santrock, 2014).

Cinsiyetlerine uygun hareketler yapması konusunda toplumsal baskının daha çok kız ergenler üzerinde olduğu ifade edilmektedir. Erken ergenlik, özellikle 11-12 yaş dolayları, kız çocukları için önemli bir geçiş dönemidir. Çünkü kızlar bu süreçte erkeklerin egemen olduğu bir kültürde yakınlık ve duygusal gereksinimlerinin dikkate alınmadığını fark etmeye başlar. Bunun yanı sıra toplumunda, kendisinden fedakâr,

özverili ve yardımcı olmasını istediğini fark eder. Bu yüzden de kızlar bağımsız olmak ile başkası için hayatını devam ettirmek arasında kalır. Bu kafa karışıklığı ve ikilimde, kendilerini geri çekmelerine, kendilerine ilişkin güvenin azalmasına neden olmaktadır. Bu geri çekilme hali kendini yetişkinlikte de gösterebilmekte hatta depresyon ve yeme bozuklukları gibi hastalıklara davetiye çıkarabilmektedir. Bunun yanı sıra ergenler bu gibi toplumsal cinsiyet kalıp yargıları yüzünden eğitsel, mesleki, akademik ve sosyal-duygusal bağlamlarda da zorluklar yaşayabilmektedir. Örneğin bu kalıp yargılar, eğitim ve meslek seçimlerini veya sosyal ilişkilerini sınırlandırabilmektedir. Dolayısıyla tüm bu bilgiler ışığında toplumsal cinsiyet kavramının ergenlik döneminde önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir (Gilligan, 1982, 1996; Gilligan vd., 1990; Hill ve Lynch, 1983; Rainey ve Rust, 1999).

1.4. Psikolojik Sağlamlık

Bu bölümde psikolojik sağlamlık hakkında bilgilere yer verilmiştir.

1.4.1. Psikolojik Sağlamlık Kavramının Tanımı

Mikrobiyoloji, malzeme işleme ve mühendislik, ekonomi, ekoloji gibi yaşamın ve akademik çalışmaların birçok alanında kendine yer bulan sağlamlık kavramı, psikoloji alanında ise “resilience” terimi ile kendine yer bulmaktadır. Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında “resilience” teriminin farklı anlamlarda kullanıldığı ve bu terimin çevirisinde ve tanımlanmasında fikir birliğinin olmadığı görülmektedir. Örneğin psikolojik sağlamlık, yılmazlık, kendini toparlama gücü ve psikolojik dayanıklılık gibi kavramlar “resilience” terimini açıklamada kullanılabilmektedir. Bu çalışmada ise kavram bütünlüğü açısından daha uygun görülen psikolojik sağlamlık kavramı tercih edilmiştir (Akfırat ve Özsoy, 2021; Earvolino-Ramirez, 2007; Garcia-Dia vd., 2013; Işık vd., 2021).

“Resilince” kavramı yani psikolojik sağlamlık, Latince bir kelime olan “resilire” kelimesinden türemiş olup, bu kelimenin geri sıçrama, tekrar pozitif hissetme/toparlanma, kendini toparlama, çarpıp geri sıçrama biçiminde çevirileri vardır. “Resilient” ise “Resilince” kelimesinin sıfat hali olup, bir maddenin esnekliğini, elastikiyetini ve eski biçimine geri gelebilme kapasitesini belirtmektedir. Literatüre bakıldığında ise bu kavramın teorik bir temelden ortaya çıkmadığı, kavramsal

çerçevenin tam olarak oturmadığı ve tanımlar bakımından da fikir birliğinin olmadığı görülmektedir (Doğan, 2015; Glare, 1968; Gürkan, 2006; Harper, 2025; Kararımak, 2006; Luthar vd., 2000; Öğülmüş, 2001). Psikolojik sağlamlık kavramının, fakirlik içinde dünyaya gelen çocukların hayatlarının uzun bir süre incelenmesini içeren “Kauai Boylamsal Çalışmasından” ortaya çıktığı belirtilmektedir. 1955 yılında yapılan bu çalışmanın odak noktasında su ve elektrik gibi temel olan imkanlardan mahrum olan çocuklar bulunmaktaydı. Werner (1989), Werner ve Smith (1992, 2001) bu çocukların hayatını, doğup bir yetişkin olana kadar incelemiştir. Çalışma sonucunda büyük zorluklar yaşayan bu çocukların üçte birisinin, karşılaştıkları bu zorlu olaylara veya şartlara rağmen başarılı ve farkındalıkları yüksek bir yetişkin oldukları görülmüştür. Bu bakımdan bu kişilerin hayatlarına odaklanılarak, bu çocukların bu zorluklarla nasıl baş edebildiği ve nasıl başarılı bir hale geldikleri yani sağlamlık mekanizmaları; biyolojik ve psikososyal özellikler bakımından incelenmiş ve psikolojik sağlamlık kavramı belirlemeye başlamıştır (Johnson ve Wiechelt, 2004). Bu bakımdan psikolojik sağlamlık araştırmalarının da akademik teorik temellerden ortaya çıkmadığı, bu araştırmaların daha çok zor koşullar altında bulunan kişilerin nasıl güçlü ve hayatta kaldığının belirlenmeye uğraşılmasıyla ortaya çıktığı söylenebilmektedir (Richardson, 2002).

Bahsedildiği üzere psikolojik sağlamlık kavramının tanımlanmasında da bir fikir birliği bulunmamaktadır. Örneğin Luthar vd. (2000) psikolojik sağlamlığı; negatif durumlar veya zorluklara rağmen olumlu bir uyum sürecini sağlayan dinamik süreçlerin tamamı olarak tanımlamıştır. Wagnild ve Young (1990, 1993) ise psikolojik sağlamlığın; sükûnet, sabır, özgüven, anlamlılık ve varoluşsal yalnızlık olmak üzere 5 temel bileşenden oluşan olumlu bir kişilik özelliği olduğunu söyleyerek, psikolojik sağlamlığın duygusal olarak dayanıklılığı ifade ettiğini ve yaşamda karşılaşılan şanssızlıklar ardından cesaret gösteren ve adaptasyonu sağlayabilen kişileri tanımlamak için kullanıldığını belirtmiştir. Rutter (2006)’a göre ise psikolojik sağlamlık, riskli durumların üstesinden gelebilme, başa çıkma veya riskli olaylar yaşanmasına rağmen olumlu sonuçlara sahip olabilmeyi ifade eden etkileşimsel bir kavramdır. Masten ve Powell (2003)’a göre ise psikolojik sağlamlık, kişinin karşılaştığı veya sahip olduğu riskler veya zorluklara rağmen göstermiş olduğu pozitif uyumu veya uyum süreçlerini, kapasitesini ifade etmektedir. Bonanno (2004) ise

psikolojik sağlamliğın, sürekli denge halini koruma yetisi olduğunu ileri sürmüştür. Ahern vd. (2008) ise psikolojik sağlamliğı, strese karşı dayanıklılık sağlayan bir kişilik özelliği olarak tanımlamıştır. Garcia-Dia vd. (2013)’ne göre ise psikolojik sağlamlık, kişinin olumsuz yaşam deneyimleri sonrası geri dönme veya iyileşme yeteneğidir. Aynı zamanda psikolojik sağlamlık; evre, dış faktörler ve kişinin kendi özellikleri tarafından etkilenebilen dinamik bir süreci ifade etmektedir.

Ungar (2008) ise psikolojik sağlamliğın, bireyi ve sosyal ekolojisini içinde barındıran bir yapı olduğunu ve bu açıdan bu kavramın kültürden kültüre farklılık gösterebileceğini belirtmiştir. Bu bağlamda psikolojik sağlamlık kavramının tanımının kültürü de içinde barındırması gerektiğini belirtmiş ve şu tanımlı yapmıştır: Psikolojik sağlamlık önemli olumsuzluklarla (psikolojik, çevresel veya her ikisi) karşı karşıya gelme veya maruz kalma bağlamında hem kişilerin sağlıklarını devam ettirebilmesinde içe yarayan kaynaklara yönelme kapasitesini (iyi olma hissi yaşama fırsatları dahil) hem de kişinin ailesinin, içinde bulunduğu toplumun ve kültürünün bu sağlık kaynaklarını ve deneyimlerini kültürel olarak anlamlı yollarla sağlaması durumudur. Dolayısıyla psikolojik sağlamlık hem bir kişinin yardım arama kapasitesine (kişisel eylemlilik) ve aranan yardımın var olmasına hem de bireylerin sağlık kaynakları için kendi koşullarına göre müzakere etme, toplum veya kültürü ile uzlaşma kapasitene atıfta bulunmaktadır. Gelişimsel açıdan bakıldığında ise psikolojik sağlamlık, zorlu koşullara rağmen gelişimin normal seyrinde devam etmesini belirtmektedir (Fonagy vd., 1994). Doğan (2015)’e göre ise kişiler hayatları boyunca birçok olumsuz durumla veya sarsıcı ve stresli durumlarla karşılaşabilmektedir. Bu kişilerin yaşanılan bu olumsuz deneyimlere baş etme şekilleri ise farklılaşmaktadır. Örneğin bazısı yaşadığı travmatik olayların ardından uzun süreli kaygı ve depresyon yaşarken bazısı bu durumla daha iyi baş edebilmekte ve olayların üstesinden gelerek daha hızlı normal yaşamına dönebilmektedir. İşte kişilerin yaşadığı bu kendini toparlama ve hızlı bir şekilde normale dönebilme kapasiteleri, pozitif psikoloji çerçevesinde “psikolojik sağlamlık” kavramıyla ifade edilmektedir.

Yapılan tanımlar ışığında psikolojik sağlamliğın; bireyin önemli riskler veya zorlu olaylar karşısında uyum sağlama, toparlanma ve yaşamına işlevsel ve olağan biçimde geri dönme, devam etme kapasitesi olduğu görülebilmektedir. Yani psikolojik sağlamlık, bireyin yaşamında kesintiye ve yıkıma sebep olan durumlara rağmen

sağlıklı işleyişlerini devam ettirebilmesini ve pozitif duygular ile olumlu sonuçlar geliştirmesini içine alan bir kavramdır. Bununla birlikte psikolojik sağlamlığın tanımlayıcı özelliklerde vardır. Bu özellikler, psikolojik sağlamlık kavramı ile en çok ilişkilendirilen nitelikleri belirtmektedir (Boanna, 2004; Earvolino-Ramirez, 2007; Garcia-Dia vd., 2013; Kararımak, 2016; Masten ve Coatsworth, 1998). Earvolino-Ramirez (2007)'a göre psikolojik sağlamlık; toparlanma/yeniden bütünleşme, yüksek beklenti/özerklik, pozitif ilişkiler/sosyal destek, esneklik, mizah anlayışı ve benlik saygısı/öz yeterlilik gibi nitelikleri içermektedir. Benzer şekilde Garcia-Dia vd. (2013), psikolojik sağlamlığın temel unsurlarını; olumsuz olayları kabul ederek büyümeyi ve yeni bir “normal” yaşam oluşturmayı ifade eden ribaunt, kararlılık, sosyal destek ve öz yeterlilik olarak tanımlanmıştır. Bununla birlikte kişiye psikolojik olarak sağlam denilebilmesi için iki koşul gerekli görülmektedir; 1) ciddi bir risk durumuyla veya zorluklarla karşı karşıya gelmek veya bu durumların varlığı, 2) bu durumlara karşı olumlu bir uyum süreci göstermek yani riske rağmen olumlu sonuçlara sahip olmak. Bu bakımdan riskin veya zorluğun olmadığı durumlarda gösterilen olumlu sonuçların veya uyumun psikolojik sağlamlık olmadığı, psikolojik sağlamlığın zorlu olaylar karşısında beliren dinamik bir süreç olduğu ve bu özelliğin psikolojik sağlamlık kavramını diğer kavramlardan ayırmada etkili olduğu belirtilmektedir (Luthar ve Cicchetti, 2000; Masten, 2001; Shaikh ve Kauppi, 2010; Tatarer, 2020).

Psikolojik sağlamlığa benzer gözüken ve karıştırılabilen bazı kavramlarda bulunmaktadır. Örneğin psikolojik sağlamlık kavramı, olumlu uyum kavramı ile karıştırılabilmekte lakin bahsedildiği üzere olumlu uyum psikolojik sağlamlığın bir sonucu olarak ele alınmakta ve riskli bir durumla karşılaşmamış kişilerde de gözükülebilmektedir. Örneğin bir gencin ortaokula geçmek gibi kendisi için zorlu olan bir olayın üstesinden gelip akademik başarı göstermesi olumlu uyumu gösterirken, bu başarıya ulaşma süreci psikolojik sağlamlık olarak ifade edilmektedir. Psikolojik sağlamlık yeterlilik kavramıyla da karıştırılabilmektedir. Yeterlilik, psikolojik sağlamlık sürecinde destekleyici bir unsur olsa da aslında psikolojik sağlamlığın sadece bir unsurudur. Diğer bir kavram olan başa çıkma ise, kişilerin stres içeren veya zorlu olaylarla baş etmede kullandığı olumlu veya olumsuz yöntemleri ifade etmektedir. Lakin başa çıkma, anlık ve kısa süreli olan stresle baş etmeyi içerirken, psikolojik sağlamlık zaman içerisinde tekrarlayabilen ve devamlı maruz kalınan zorlu

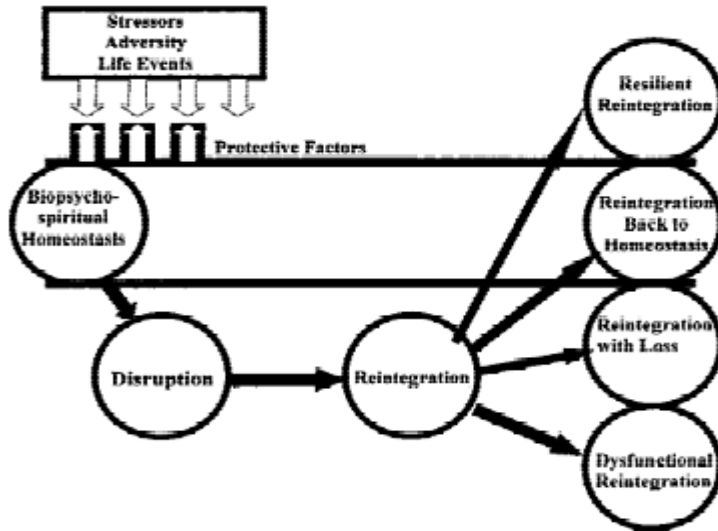
olaylara karşı geliştirilen uzun bir süreçtir. Örneğin kötü bir aile ortamına sahip bir çocuğun buna rağmen okulda başarılı olması psikolojik sağlamlığı göstermektedir. Bu yüzden olumlu başa çıkma psikolojik sağlamlığın oluşmasında etkili olan birçok koruyucu faktörden sadece biri olarak ele alınmaktadır (Akar, 2018; Fergus ve Zimmerman, 2005; Lazarus ve Folkman, 1984; Masten, 2001; Secades vd., 2016).

1.4.2. Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Modeller ve Kuramsal Açıklamalar

Bu bölümde psikolojik sağlamlıkla ilişkili geliştirilen bazı modellere ve kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. Flach (1988) psikolojik sağlamlık sürecini 2 aşamaya sahip bir model etrafında açıklamıştır. Bu model kişilerin stres ve zorluklar karşısında nasıl tepkiler verdiğini ve bunlarla nasıl baş ettiğini 2 aşama etrafında göstermektedir. 1. aşama bozulma aşamasıdır. Bu aşamada kişinin, yaşamış olduğu zorlu veya stresli olaylar sonucunda, homeostazı (denge hali) bozulmaktadır. 2. aşama ise yeniden bütünleşme aşamasıdır. Bu aşamada ise birey bu zorlu olayları veya bozulmaları aşarak eskisinden daha güçlü bir hale gelmektedir. Flach (1988) psikolojik sağlamlığın yalnızca kriz anında beliren bir mekanizma olmadığını ve stres faktörlerinin psikolojik sağlamlığı güçlendirdiğini de ifade etmektedir. Richardson vd. (1990), Flach (1988)'ın bozulma ve yeniden bütünleşme modelini daha da geliştirerek psikolojik sağlamlık modelini oluşturmuştur. Bu modelde psikolojik sağlamlık, bireyin veya grubun belli aşamalardan geçtiği basit bir doğrusal model olarak ele alınmaktadır. Bu aşamalar; biyopsikospiritüel homeostaz, yaşam tetikleyicileri ile etkileşim, bozulma, yeniden bütünleşmeye hazırlık ve sağlam şekilde yeniden bütünleşme, homeostaza geri dönüş, kayıpla yeniden bütünleşme veya işlevsiz yeniden bütünleşme seçimi. Bu modele göre insanlar meydana gelen sorunlara veya zorlu yaşam olaylarına karşı verdiği bilinçli veya bilinçsiz tepkilerle bu sorunların sonuçlarını seçme imkanına sahip olabilmektedir. Aynı zamanda psikolojik sağlamlık özelliklerine bu seçim işleviyle sahip olabilmektedir (Richardson, 2002; Vella ve Pai, 2019).

Biyopsikospiritüel homeostaz kavramı, akıl, beden ve ruh arasında olan uyumu ifade etmektedir. Bu bakımdan bu kavram kişinin fiziksel, zihinsel ve spiritüel olarak belli durumlara iyi veya kötü uyum sağladığı anı ifade etmektedir. İçsel veya dışsal uyarıcılar, stres yaratan olaylar, sıkıntı yaratan yaşam olayları, zorluklar veya

değişimler, biyopsikospiritüel homeostazi sürekli tehdit edebilmekte ve bozabilmektedir. Psikolojik sağlamlık ve koruyucu faktörler ise bozulmaların meydana gelip gelmemesinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Eğer aksaklık veya bozulma yaşanır da kişi yeniden bütünleşme sürecine girmektedir. Yeniden bütünleşme, kişinin yaşadığı zorlu olaylar sonucu toparlanma sürecini ifade etmektedir. Yeniden bütünleşme dört farklı şekilde meydana gelmektedir: Sağlam şekilde yeniden bütünleşme, homeostaza geri dönüş, kaybıyla yeniden bütünleşme, işlevsiz yeniden bütünleşme. Sağlam şekilde yeniden bütünleşmede kişi yaşanan zorlu yaşam olaylarını veya bozulmaları aşarak gelişmekte, içsel farkındalık kazanmakta, psikolojik sağlamlık özelliklerini güçlendirmektedir. Yani gelişerek eski halinden daha iyi veya güçlü bir duruma gelmektedir. Homeostaza geri dönüşte ise birey, bozulmalar veya zorluklar sonrası herhangi bir büyüme veya içsel farkındalık yaşamadan eski dengesine yani biyopsikospiritüel homeostazına geri dönmektedir. Kaybıyla yeniden bütünleşmede ise kişinin motivasyon, umut veya içsel gücünde azalma meydana gelmektedir. İşlevsiz yeniden bütünleşme ise kişinin zorluklar karşısında sağlıklı bir baş etme şekli geliştirememesini ve zorluklar, bozulmalar karşısında kendine zarar verme, madde kullanma gibi işlevsel olmayan şekillerde tepkiler vermesini ifade etmektedir (Richardson vd., 1990; Richardson, 2002). Şekil 5'te bu modelin özeti yer almaktadır (Richardson, 2002).



Şekil 5. Richardson psikolojik sağlamlık modeli

Henderson ve Milstein (2003) ise “Psikolojik Sağlamlık emberi Modelini” ortaya koymuştur. Buna göre kişinin psikolojik sağlamlığını güçlendirmede ve bu gücü sağlamada etkili bir evre oluşturmada 2 temel yöntem etkili olmaktadır. Bunlar; risk faktörlerini azaltma ve koruyucu faktörleri arttırmaktır. Bu açıdan bu modelde, kişinin zorluklarla baş etme kapasitesini arttırabilmek için koruyucu faktörleri güçlendirmek önemli görülmektedir. Wolin ve Wolin (1993) tarafından ortaya ıkarılan Wolinler’in modelinde ise kişilerin zorluklar karşısında toplanmalarına destek olan sağlamlık özellikleri tanımlanmaya çalışılmış ve 7 temel özellik vurgulanmıştır. Bu zellikler; içgörü, bağımsızlık, ilişkiler, girişim, yaratıcılık, mizah ve ahlaktır. Kobasa (1979) ise psikolojik sağlamlık yerine psikolojik dayanaklılık (hardniseess) kavramını kullanmıştır. Kobasa (1979) psikolojik dayanıklılığı, stresli yaşam faktörleriyle sağlıklı bir şekilde baş etme, sağlam kalma olarak tanıtmıştır. Aynı zamanda dayanıklılığın, stresli yaşam olaylarıyla çeşitli rahatsızlıklar arasındaki ilişkiyi biçimlendirdiğini ve 3 bileşenden oluşan bir yapı olduğunu ifade etmiştir. Bu bileşenler; bağlılık (Commitment), kontrol (Control) ve meydan okuma (Challenge)’dır.

Kobasa (1979)’ya göre psikolojik dayanıklılık; bağlılık, kontrol ve meydan okuma olan  genel eğilimden meydana gelen bir kişilik yapısıdır. Bağlılık eğilimi, kişinin etrafında veya dünyada olan şeyler (etkinlikler, nesneler, diğer insanlar gibi) hakkında merak sahip olmasını ve bunlara ilgili olmasını aynı zamanda hayatında bulunan etkinliklere katılma eğilimi göstermesi anlamına gelmektedir. Kontrol eğilimi, kişinin içsel kontrol odağına sahip olduğunu belirterek, kişinin etrafındaki olayları kendi gayretiyle etkileyebileceğine inanmasını ve buna göre davranması olarak açıklanmaktadır. Meydan okuma eğilimi ise kişinin değişimi; güvenliğini veya rahatını bozan bir öğe olarak değil bunu kişisel gelişimi için birçok fırsat sunan bir süreç olarak görmesi anlamına gelmektedir. Bu bağlamda bahsedilen bu 3 eğilim, kişinin stres yaratan olaylarla karşılaştığında sağlam kalmasında dolayısıyla psikolojik sağlamlığın oluşmasında etkili olmaktadır (Mund, 2006). Bu modellerin yanı sıra Işık vd. (2021) tarafından psikolojik sağlamlık kavramının çeşitli yaklaşımlara göre tanımı ve bileşenleri de tablo halinde sunulmuştur. Tablo 2’de, bu tabloda yer alan bazı temsilcilere yer verilmiştir.

Tablo 2. Psikolojik sağamlık yaklaşımları

Temsilci	Temel Alınan Yaklaşım	Psikolojik Sağamlığın Tanımı	Psikolojik Sağamlığın Bileşenleri
Michael Rutter	Gelişimsel yaklaşım	Bir anda ortaya çıkan ve bireyin sisteminde hasara sebep olabilecek tehlikelere karşı sahip olunan baş edebilme niteliği	Sosyal yetkinlik Uyum sağlama becerisi
Emmy Werner	Ekolojik Yaklaşım	Bireylerin, kırılganlık özelliklerinin neden olduğu içsel durumlar ile etraflarında bulunan stres faktörleriyle sağlıklı biçimde başa çıkma kapasitesi	İstenmeyen duruma yakınlık seviyesi Baş etme yöntemleri Koruyucu ve risk faktörler arasındaki dengeyi ayarlama seviyesi
Suniya Luthar	Biyolojik yaklaşım	Bireyin hayatında maruz kaldığı zorluklara karşı olumlu uyum sürecini kapsayan dinamik bir süreç	Bireyin doğuştan getirdiği kalıtsal özellikleri ile çevrenin neden olduğu dönüşümler İnsan ilişkileri yoluyla karşılanan sevgi gereksinimi
Michael Ungar	Sosyo ekolojik bağlam	Bireylerin, tehdit edici etkenlerin varlığında refah seviyelerini korumalarına ve devam ettirebilmelerine imkân sağlayan, içinde bulunulan bağlamın niteliklerine özellikle kültüre göre farklılık gösteren kapsamlı bir yapı	Var olan niteliklerin kullanım biçimi Çevresel özellikler Kültürel ve çevresel kaynaklara ulaşım ve bu kaynaklarla etkileşim biçimi

1.4.3. Psikolojik Sağamlık ve İlişkili Faktörler

1.4.3.1. Koruyucu Faktörler

Bahsedildiği üzere psikolojik sağamlık, kişiyi etrafın zarar veren etkilerinden koruyan bir kişilik özelliği olarak değil bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla hayatta karşılaşılan zorluklarla baş etmeyi sağlayan asıl etmen, risklerin tesirini en aza indiren tutum ve davranışların oluşmasını destekleyen koruyucu

faktörlerdir. Bu bakımdan koruyucu faktörler; risk veya zorlu olayların etkisini en aza indirmeye çalışan, önleyen veya yok olmasını sağlayan, kişinin çevresine uyumunu iyi yönde destekleyen ve kişinin sahip olduğu donanımları geliştirmesini sağlayan etmenlerdir. Bu etmenler, çevresel, bireysel veya her ikisinin ortak etkisiyle oluşan faktörler olabilmektedir (Beauvais ve Oetting, 1999; Greene ve Conrad, 2002; Kararımak, 2006; Masten, 2001; Murray, 2003). Bireysel koruyucu faktörlere içsel kontrol odağı, çevresel koruyucu faktörlere ise bir yetişkinle sağlıklı ilişkilere sahip olmak örnek olarak verilebilir (Luthar ve Cicchetti, 2000). Lakin bahsedilen bu koruyucu faktörler herkes için aynı sonucu doğurmayabilir. Yani herhangi bir koruyucu faktör, bir kişi için yararlı olup olumlu sonuçlar oluşmasına neden olabileceken, bu faktör başka bir kişi için yararlı olmayabilir. Dolayısıyla bu faktörler, kişiye, ortama ve duruma göre farklılık gösterebilmekte ve farklı sonuçlara neden olabilmektedir (Johnson ve Wiechelt, 2004).

Psikolojik sağlamlıkla alakalı gerçekleştirilen çalışmalarda, psikolojik sağlamlığı destekleyen koruyucu faktörler belirlenmeye çalışılmış ve ortaya konulmuştur. Werner (1989)'in yapmış olduğu çalışmada psikolojik olarak sağlam olan çocukların özellikleri ortaya konarak bu faktörlerin psikolojik sağlamlık geliştirmede temel rol oynadığı belirtilmiştir. Örneğin bu çocukların, kişisel özellikler bakımından; aktif, sevecen, dengeli ve dikkati gelişmiş olduğu, çevresel özellikler bakımından; erken yaşlarda güvenli bağlanmaya sahip olduğu, aile dışından sosyal desteğe sahip olduğu, yapılandırılmış aile ortamına sahip olduğu, toplumsal destek kaynakları bakımından da; okulu güvenli bir alan gördükleri, öğretmenler, dini liderler gibi destekleyici figürlere sahip olduğu, okul takımları ve kulüpler gibi sosyal etkinliklere katıldıkları belirlenmiştir. Türkiye'de yapılan araştırmalara bakıldığında da psikolojik sağlamlık ile öz anlayış (Arıcı ve Artan, 2022), algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı (Turgut ve Eraslan-Çapan, 2017), yalnızlık (Güloğlu ve Kararımak, 2010), yaş, kardeş sayısı, mutluluk, arkadaş desteği, öz anlayış, yaşam doyumu (Alibekiroğlu vd., 2018; Aydın ve Egemberdiyeva, 2018) arasında ilişki olduğu görülmektedir.

Bu çalışmaların yanı sıra psikolojik sağlamlığın koruyucu faktörlerini belirlemeye çalışan birçok çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalara bakıldığında araştırmacılar tarafından belirlenen ve üzerinde durulan koruyucu faktörlerin; iyi

huyly ve ılımlı mizaç, olumlu ilişkiler kurabilme, güçlü iletişim becerisi, güçlü ve sağlam bir kişisel değer duygusu, kader üzerinde kontrol hissi, iş, oyun ve aşk gibi hayatın alanlarında etkili olabilme, olumlu sosyal yönelim, kendini savunabilme ve yardım isteme becerisi, ortalamanın üstünde sosyal zekâ, gayri resmî sosyal destek ağına sahip olma, derin ve anlamlı bağlar kurabilme kapasitesi, sağlıklı olan beklenti ve gereksinimlere sahip olma, yeteneklerini bireysel avantaj için kullanabilme, hazzı erteleyebilme, içsel kontrol odağı, esneklik, öz yeterlilik inancı, gelişme isteği, kişilerarası duyarlılık, sorun çözme ve karar verebilme becerileri, geleceğe yönelik bakış açısı, diğerlerine güvenme ve geleceğe ilişkin umutlu olma , mizah duygusu, üretken ve eleştirel düşünme becerileri, duygusal farklılıkları kontrol edebilme becerisi, uyarlanabilir mesafe ve yüksek beklentiler olduğu görülebilmektedir (Earvolino-Ramirez, 2007). Gizir (2007)'de literatürde yapılan çalışmaları tarayarak psikolojik sağlamlık araştırmalarında ele alınan koruyucu faktörleri ortaya koymuştur (Tablo 3).

Tablo 3. Psikolojik sağlamlık araştırmalarında ele alınan koruyucu faktörler

Bireysel Faktörler	Ailesel Faktörler	Çevresel Faktörler
Zekâ, Akademik olarak başarılı olmak, Pozitif veya ılımlı mizaç, İçsel kontrol odağı, Benlik saygısı ve öz-yeterlilik, Bireysel farkındalık ve kendini kabul, Özerklik, Hayata ilişkin amaçların olması ve geleceğe ilişkin umutlu olmak, Sorun çözme yetisi, İyimserlik ve umut, Sosyal olarak yeterli olmak, Mizah duygusu, Sağlık, Cinsiyet, Yaş	Destek sağlayan anne-babaya sahip olmak, Bir aile üyesiyle pozitif ilişkilere sahip olmak, Ailenin çocuğa yönelik beklentilerinin yüksek ama gerçekçi olması, Etkili ebeveynlik/ evdeki kural ve düzen	Kişinin sosyal çevresinde bulunan bir yetişkinle pozitif ilişkilere sahip olması ve bu ilişkinin destekleyici olması, Akran ve arkadaş desteğine sahip olmak, Güçlü toplumsal kaynaklar (okullar, gençlik merkezleri ve aktiviteleri gibi

1.4.3.2. Risk Faktörleri

Risk faktörleri, bir grup bireyin veya içinde yer aldıkları durumun, gelecekte olumsuz sonuçlarla karşılaşma ihtimalini yükselten ve çoğunlukla stres, zorluk, sıkıntı veya felaket (örneğin ailede ölüm, boşanma veya başka bir travma) gibi olumsuz durumları belirten kritik olaylar ya da faktörlerdir. Bu faktörler, birçok kişi için stres oluşturarak zararlı sonuçlara yol açabilmektedir. Dolayısıyla risk faktörleri, hem negatif bir durumun ortaya çıkma olasılığını arttırabilen hem de var olan problemlerin devam etmesine neden olabilecek etmenlerdir. Bu açıdan risk faktörleri, kişilerin hayatta karşılaşabilecekleri zorlu olayları ifade etmekle kalmayıp, bu zorlukların etkilerini sürdürerek uzun vadede olumsuz sonuçlara da sebep olabilmektedir (Arrington ve Wilson, 2000; Gizir, 2007; Kirby ve Fraser, 1997; Masten ve Reed, 2002). Bu faktörler; bireysel, ailesel ve çevresel şeklinde olabileceği gibi (Gizir,2007), içsel (bireysel), dışsal (ailesel-çevresel-toplumsal) olarak da ele alınabilmektedir. Risk faktörlerine örnek olarak ise; sosyoekonomik açıdan alt seviyede olmak, ebeveynlerin psikolojik bozukluklara sahip olması ve belirti göstermesi, genetik bozukluklar, cinsel taciz, boşanma, doğal felaketler, aile içi şiddet, annenin sahip olduğu eğitimin düzeyi, terör verilebilir (Kararımak, 2006; Werner, 1989). Gizir (2007) ve Gürgan (2006)'da literatürde yapılan çalışmaları tarayarak psikolojik sağlık araştırmalarında ele alınan risk faktörlerini ortaya koymuştur (Tablo 4).

Tablo 4. Psikolojik sağlık araştırmalarında ele alınan risk faktörleri

Bireysel Risk Faktörleri	Ailesel Risk Faktörleri	Çevresel-Toplumsal Risk Faktörleri
Erken doğum, yaşamda karşılaşılan negatif durumlar, kalıcı ve uzun süreli hastalıklar/hastanede yatma, ergenken anne olma, okula uyumda zorluk çekme ve uyamama, akademik başarısızlık, okul terki	Anne-baba hastalığı veya psikopatolojisi, anne-babanın boşanması, vefat etmesi veya tek ebeveyn ile hayata devam etmek, kayıtsız anne-baba tutumları, ailesel sıkıntılar	Sosyoekonomik seviyenin düşük olması, fakirlik, istismar ve ihmal, savaşlar, doğal felaketler, sokaklarda yaşamak/evsizlik, toplumsal şiddet

1.4.3.3. Olumlu Sonuçlar

Olumlu sonuçlar, kişinin zorluklarla baş etme yeteneğini ve bu zorluklara karşı hayatını sağlıklı bir biçimde devam ettirebilmesini ifade etmektedir. Araştırmacılar, psikolojik sağlıkta araştırmalarında risk faktörleri ve koruyucu faktörlerle birlikte, akademik ve sosyal bağlamlarda yeterlik gibi olumlu ya da işlevselliğe katkı sağlayan bir sonucun yani olumlu sonuçların da belirlenmesi ve tanımlanmasının gerekli olduğunu belirtmektedir. Çünkü kişilerin yaşamda karşılaştığı zorluklar yani risk faktörleri ve bu zorluklarla başa çıkmak için kullandığı yöntemler yani koruyucu mekanizmaları farklı olabilmektedir. Bu sebeple psikolojik sağlamlıktan söz edebilmek için, kişinin karşılaştığı zorluklara rağmen başarılı bir şekilde uyum sağlaması ve olumlu sonuçlar elde etmesi önemli ve gerekli görülmektedir. Dolayısıyla, psikolojik sağlamlığın oluşmasında etkili olan faktörlerin, riskler, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar olduğu hakkında herkes tarafından kabul gören bir görüş olduğu söylenebilmektedir (Akar, 2018; Gizir, 2007; Gürkan, 2006; Masten, 2001).

Olumlu sonuçlar, travma sonrası büyümeyi ve gelişmeyi ifade eden, olumlu ruh sağlığı veya gelişimini gösteren durumlar olarak da ele alınabilmektedir (Işık vd., 2021). Bu bakımdan psikolojik sağlamlığın olumlu sonuçları, kişilerin zorlu yaşam olaylarıyla karşılaştığında sağlıklı bir baş etme sürecini yürüttüğünü bununla birlikte sağlam bir akıl ve vücuda sahip olduğunu göstermelidir. Yapılan çalışmalar, psikolojik sağlamlığın birçok olumlu sonucunu ortaya koymuştur. Bunlar arasında entegrasyon, kişisel kontrol, psikolojik uyum, kişisel gelişim ve etkin başa çıkma yer almaktadır (Garcia-Dia vd., 2013; Windle, 2011). Başka bir çalışmada da psikolojik sağlamlığın olumlu sonuçları arasında; etkili başa çıkma, ustalık ve olumlu uyum sağlama yer almaktadır. Etkili başa çıkma, bireyin zorluklarla başarılı bir şekilde baş edebilmesini ve yaşamını anlamlı bir şekilde sürdürebilmesini ifade etmektedir. Ustalık terimi ise sahip olunan bilgi ve becerinin büyüklüğünü ifade etmektedir. Olumlu uyum sağlama ise, bireyin zorluklara veya hayatında meydana gelen aksaklıklara rağmen bundan toparlanmasını ve bu toparlamanın olumlu ve etkili yönde olmasını ifade etmektedir (Earvolino-Ramirez, 2007; Garcia-Dia vd., 2013). Masten ve Reed (2002)'e göre de psikolojik sağlamlığın; kişisel büyüme, hayattan alınan zevkin artması, etkili başa

çıkma yetkinlikleri, sosyal destek ile iyileşme ve toplumsal katılım gibi olumlu sonuçları vardır.

Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında da üzerinde durulan ve çalışılan olumlu sonuç değişkenlerinin; akademik başarı (örneğin, okul başarı puanları, sınav sonuçları, okula devam etme, liseden mezun olma), olumlu davranış kalıpları (kurallara uygun davranışlar), arkadaşlar tarafından kabul görmek ve yakın arkadaşlık ilişkileri geliştirmek, psikolojik sağlık, psikopatolojinin var olmaması, psikososyal uyum, olumlu ebeveynlik ve destekleyici aile ortamı, öz-düzenleme becerileri ve sorun çözme becerileri, sosyal becerilerin gelişmiş olması, etkili okullar ve eğitim sistemleri, yaşa uygun spor ve toplum hizmeti gibi ders dışı etkinliklerde yer almak olduğu görülebilmektedir. Bu açıdan bu değişkenlerin, psikolojik sağlık bağlamında olumlu sonuçlar olduğu söylenebilmektedir (Gizir, 2007; Masten ve Reed, 2002).

1.4.4. Ergenlik ve Psikolojik Sağlık

Bahsedildiği üzere kritik bir yere sahip olan ergenlik dönemi, birçok gelişimi, değişimi ve stres verici durumu içermektedir. Bu dönemde bulunan bireyler yani ergenler, yaşamış oldukları bu değişimlere veya stres verici durumlara farklı şekillerde yanıt verebilmektedir. Bazısı bu durumlarla olumlu bir şekilde başa çıkmayı sağlayabilirken bazısı bunu sağlayamamaktadır. Ergenin yaşamış olduğu zorluklara nasıl tepki verdiği, gelecekteki gelişimini ve hayatını etkileyebilmektedir. Dolayısıyla zorluklar karşısında verilen tepkilerdeki bu farklılıklar, ergenlik dönemindeki psikolojik sağlamlığın önemini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte ergenlerin karşılaştıkları zorluklara rağmen nasıl sağlam ve güçlü kalabildiği ve bu zorluklar karşısında nasıl pes etmeyip çabalamaya devam ettiğinin anlaşılmasında veya yaşamış olduğu başarısızlıklara rağmen bunlardan ders çıkarıp ilerlemesi durumlarının açıklanmasında psikolojik sağlık kavramı önemli bir yere sahiptir (Arslan, 2015b; Eminağaoğlu, 2006; Turgut ve Eraslan-Çapan, 2017).

Psikolojik sağlık ergenler için farklı anlamlara da sahip olabilmektedir. Örneğin Hunter ve Chandler (1999)'in yapmış olduğu çalışmada, ergenler için sağlamlığın anlamı incelenmiştir. Bu çalışma, yüksek risk altında bulunan, fakir, travma yaşamış ve şiddet mağduru veya faali olmuş ergenlerin kendilerini sağlam olarak gördüklerini ortaya koymuştur. Lakin bu ergenler için psikolojik olarak sağlam

olmak; diğerlerinden kopuk olmak, izole bir yaşam sürmek ve duygusal acıdan korunmak anlamlarına gelmektedir. Dolayısıyla ergenler için psikolojik sağlık, esnek bir süreç olarak değil, izolasyon, kopma, inkâr ve saldırganlık gibi savunma mekanizmalarıyla hayatta kalma yöntemi olarak ortaya çıkmaktadır. Bu açıdan da ergenlik dönemi için psikolojik sağlık kavramının araştırılması önemli görülmektedir. Literatüre bakıldığında da ergenlik dönemindeki psikolojik sağlık kavramının araştırılması; araştırma, uygulama alanları ve temel önleyici/koruyucu hizmetler bakımından giderek önem kazanmaktadır. Bu bakımdan, gelişim psikolojisi, psikolojik danışma ve rehberlik ile psikiyatri alanlarında, psikolojik sağlık kavramının incelenmesinde ilgi artmaktadır (Gizir ve Aydın, 2006).

Yapılan çalışmalar da psikolojik sağlamlığın, ergenlik döneminde bulunan bireyler için önemini destekler niteliktedir. Örneğin, Skrove vd. (2013) tarafından yapılan bir çalışmada, ergenlerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam tarzı, anksiyete ve depresyon belirtileri arasındaki ilişki incelenmiş ve psikolojik sağlık arttıkça depresyon ve anksiyete düzeylerinin azaldığı bulunmuştur. Sağar (2022)'ın araştırmasında ise psikolojik sağlık düzeyi yüksek olan ergenlerin akıllı telefon bağımlılığını daha iyi kontrol edebildiği belirtilmektedir. Çakmak-Yıldızhan ve Demir (2024) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise psikolojik sağlık ile, yaşam doyumunu ve algılanan sosyal destek arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu ve psikolojik sağlık ile algılanan sosyal desteğin yaşam doyumunu manidar düzeyde yordadığı bulunmuştur. Rew vd. (2001)'nin çalışması da yüksek psikolojik sağlık düzeyine sahip ergenlerin yalnızlık ve umutsuzluk gibi olumsuz duyguları daha az yaşadıklarını ve riskli davranışlara daha az yöneldiklerini ortaya koymuştur. Bununla birlikte psikolojik sağlamlığın arttırılmasında, öz-yeterlik, aile içi bağlar, sosyal destek, akademik başarı, okula devam etme ve problem çözme gibi faktörlerin önemli olduğu belirtilmiştir. Literatürde ergenlik döneminde bulunan bireylerin, psikolojik sağlamlıklarıyla ilişkili olan faktörlerin de ortaya konulduğu görülmektedir. Bu faktörlerin; aile içindeki katı veya açık iletişim, cinsiyet, sosyoekonomik düzey, anne-baba eğitim seviyesi, anne-baba birlikteliği (Gökçe, 2024), internet bağımlılığı (Sağar ve Sağar, 2022), öz yeterlik, benlik saygısı, olumlu duygular (Arslan, 2015b) olduğu söylenebilmektedir.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada bağımsız değişken K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu, bağımlı değişkenler ise beden memnuniyet düzeyi, psikolojik sağlamlık düzeyi ve toplumsal cinsiyet algısıdır. Bu nedenle yapılan çalışma da nicel yöntem, model olarak ise tarama modellerinden olan “Kesitsel Tarama Modeli” kullanılmıştır. Kesitsel araştırmalarda betimlenmek istenen değişkenler tek seferde ölçülmektedir. Kesitsel araştırmalar, genellikle örneklemin büyük ve farklı özellikler barındırdığı durumlarda kullanılmaktadır. Bu açıdan kesitsel araştırmalar, genellikle geniş örneklem gruplarını içeren ve çeşitli özelliklere sahip toplulukları kapsayan çalışmalardır (Büyüköztürk vd., 2013).

2.2. Araştırmanın Örneklemi

Bu araştırma da örnekleme yöntemlerinden biri olan uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygun örnekleme yöntemi “*Zaman, para ve işgücü açısından var olan sınırlılıklar nedeniyle örneklemin ulaşılabilir, kolay uygulama yapılabilir birimlerinden seçilmesi yöntemi*” olarak ifade edilmektedir (Büyüköztürk vd., 2013). Bu araştırmanın örneklemi, 2024-2025 eğitim-öğretim yılında lise ve ortaokulda öğrenim gören, 512’si kadın 272’si erkek olmak üzere toplam 784 öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların demografik bilgileri ise Tablo 5 ve Tablo 6’da gösterilmektedir.

Tablo 5. Katılımcıların demografik bilgileri

Değişken	Kategori	N	%
Cinsiyet	Kadın	512	65,3
	Erkek	272	34,7
Sınıf Düzeyi	5.Sınıf	79	10,1
	6.Sınıf	99	12,6
	7.Sınıf	106	13,5
	8.Sınıf	78	9,9
	9.Sınıf	147	18,8
	10.Sınıf	109	13,9
	11.Sınıf	86	11
	12. Sınıf	80	10,2

Tablo 5 (Devam). Katılımcıların demografik bilgileri

Okul Türü	Ortaokul	159	20,3
	İmam Hatip Ortaokulu	207	26,4
	Anadolu Lisesi	230	29,3
	İmam Hatip Lisesi	25	3,2
	Anadolu İmam Hatip Lisesi	52	6,6
	Sosyal Bilimler Lisesi	20	2,6
	Güzel Sanatlar Lisesi	21	2,7
	Fen Lisesi	70	8,9
K-Pop dinler/müzik videolarını izler misiniz?	Evet	215	72,6
	Hayır	569	27,4
Toplam		784	100

Tablo 6. Yaş değişkenine ilişkin bilgiler

Değişken	Katılımcı	Ort.	Ss.
Yaş	Öğrenci	13,69	2,09

Tablo 5 ve Tablo 6’da görüldüğü üzere katılımcılardan; 79 kişi 5.sınıfa, 99 kişi 6. sınıfa, 106 kişi 7.sınıfa, 78 kişi 8.sınıfa, 147 kişi 9.sınıfa, 109 kişi 10. sınıfa, 86 kişi 11. sınıfa, 80 kişi 12. sınıfa gitmektedir. Yaşlarının ortalaması ise 13,69’dur. Okul türüne bakıldığında ise ortaokuldan 366 katılımcı, liseden ise 418 katılımcı örneklemini oluşturmaktadır. Bununla birlikte 215 kişi K-Pop dinlemekte/müzik videolarını izlemekte, 569 kişi ise K-Pop dinlememekte/müzik videolarını izlememektedir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada öğrencilerin demografik bilgileri ve K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumları kişisel bilgi formu kullanılarak elde edilmiştir. Bunun yanı sıra öğrencilerin beden memnuniyet düzeylerinin belirlenmesinde “Bedeni Beğenme Ölçeği”, psikolojik sağlamlık düzeylerinin belirlenmesinde “Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12)”, toplumsal cinsiyet algılarının belirlenmesinde ise “Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği Ergen Formu” kullanılmıştır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bu form, öğrencilerin demografik bilgilerini elde etmek amacıyla yapılandırılmıştır. Formda; öğrencilerin yaşı, cinsiyeti, sınıf

düzeyi, okul türü ve K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna (Evet-Hayır) yönelik sorular yer almaktadır.

2.3.2. Bedeni Beğenme Ölçeği

Bedeni beğenme ölçeği 2015 yılında Tylka ve Wood-Barcalow (2015) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması ise Anlı vd. (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. 10 madde ve tek boyuttan oluşan bu ölçek, 5'li Likert (Asla (1) – Her zaman (5)) tipli bir ölçme aracıdır. Bu ölçekte ters kodlanan bir madde bulunmamakta ve puan aralığı 10 ile 50 arasında değişmektedir. Ölçekteki maddelere verilen cevapların puanlarının toplamı, kişilerin bedenini beğenme düzeylerini ortaya koymaktadır. Alınan yüksek puanlar kişinin bedenini beğenme düzeyinin yüksekliğine, alınan düşük puanlar ise kişinin bedenini beğenme düzeyinin düşüklüğüne işaret etmektedir. Ölçeğin madde toplam korelasyonu katsayıları .31 ile .76 arasında olup, doğrulayıcı faktör analizinde tek boyutlu modelin iyi uyum verdiği gözlemlenmiştir ($\chi^2=72.46$, $sd=33$, $RMSEA=.077$, $CFI=.98$, $IFI=.98$, $RFI=.95$, $GFI=.93$, $SRMR=.045$). Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı ise .88 olarak belirtilmiştir. Elde edilen bu sonuçlara göre ise bu ölçeğin, kişilerin bedeni beğenme düzeylerini belirlemede geçerli ve güvenilir bir araç olduğu ifade edilmiştir (Anlı vd., 2015). Bu çalışma için ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .93 olarak bulunmuştur.

2.3.3. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12)

Liebenberg vd. (2013) tarafından geliştirilen bu ölçeğin Türkçeye uyarlamasını Arslan (2015a) yapmıştır. 12 madde ve tek boyuttan oluşan bu ölçek, 5'li Likert (Beni tamamen tanımlıyor (5) – Hiç tanımlamıyor (1)) tipli bir ölçme aracıdır. Bu ölçekte ters kodlanan bir madde bulunmamakta ve puan aralığı 12 ile 60 arasında değişmektedir. Ölçekteki maddelere verilen cevapların puanlarının toplamı, kişilerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ortaya koymaktadır. Alınan yüksek puanlar kişinin psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksekliğine, alınan düşük puanlar ise kişinin psikolojik sağlamlık düzeyinin düşüklüğüne işaret etmektedir. Ölçeğin madde toplam korelasyonu katsayıları .45 ile .79 arasında olup, iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Bu açıdan bu ölçeğin, ergenlerin psikolojik sağlamlığının

belirlenmesinde geçerli ve güvenilir bir araç olduğu belirtilmiştir (Arslan, 2015a). Bu çalışma için ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .85 olarak bulunmuştur.

2.3.4. Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği Ergen Formu

Altınova ve Duyan (2013) tarafından, Türk kültürüne uygun bir şekilde, kişilerin toplumsal cinsiyete ilişkin algılarını değerlendirebilmek amacıyla geliştirilen Toplumsal Cinsiyet Algısı ölçeğinin ergenlere yönelik olan uyarlaması Esen vd. (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. 20 madde ve eşitlikçi ile gelenekselci olmak üzere 2 alt boyuttan oluşan bu ölçek, 5'li Likert (Tamamen Katılmıyorum (1) – Tamamen Katılıyorum (5)) tipli bir ölçme aracıdır. Bu ölçekte ters kodlanan bir madde bulunmamakta ve puan aralığı 20 ile 100 arasında değişmektedir. Alt boyutlara ilişkin olarak yazılan maddelere verilen cevapların puanlarının toplamı, ergenlerin toplumsal cinsiyet algısını ortaya koymaktadır. Geleneksel alt boyuttan alınan puanların yüksekliği, kişinin toplumsal cinsiyet algısının daha gelenekselci olduğuna yani kişinin toplumsal cinsiyet rolleri açısından geleneksel görüşlere sahip olduğuna; eşitlikçi boyuttan alınan puanların yüksekliği ise kişinin toplumsal cinsiyet rolleri açısından eşitlikçi görüşlere sahip olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısı boyutu için .80, geleneksel toplumsal cinsiyet algısı boyutu için .86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iki hafta arayla 118 lise öğrencisine uygulanmasıyla elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısı boyutunda .73 ve geleneksel toplumsal cinsiyet algısı boyutunda .80 olarak tespit edilmiştir. Bu açıdan bu ölçeğin, ergenlerin toplumsal cinsiyet algılarının değerlendirilmesinde geçerli ve güvenilir bir araç olduğu belirtilmiştir (Esen vd., 2018). Bu çalışma için ölçeğin Cronbach alfa katsayısı eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısı boyutu için .76, geleneksel toplumsal cinsiyet algısı boyutu için .88 olarak tespit edilmiştir.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırma için gerekli olan verilerin toplanmasında öncelikle, araştırmada kullanılması düşünülen ölçekler için yazarlarıyla e-posta yoluyla iletişime geçilerek gerekli olan izinler alınmıştır (Ek-1, Ek-2, Ek-3). Gerekli olan izinler alındıktan sonra Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'ndan

gerekli etik kurul izni alınmıştır. Daha sonrasında ise araştırmanın okullarda gerçekleşebilmesi için, Rize İl Milli Eğitim Müdürlüğünden gerekli izin alınmıştır (Ek-8). Bu izin üzerine ortaokul ve lise olmak üzere çeşitli türlerde toplam 26 farklı okula gidilmiştir. Kişisel bilgi formu ve ölçek maddeleri, Google Forms uygulaması aracılığıyla birleştirilerek bir form oluşturulmuş, öğrencilerin hazırlanan bu formu doldurması sağlanmıştır. Bunun için her okulun müdür ve okul psikolojik danışmanlarıyla iş birliği yapılmış, bu form WhatsApp uygulaması aracılığıyla velilerin ve öğrencilerin bulunduğu gruplara atılarak doldurulması istenmiştir. Hazırlanan bu formda kişisel bilgi formu ve ölçek maddelerinin yanı sıra; ayrıntılı bilgilendirme formu, gönüllü katılım formu, veli onam formu, bu ölçeklerin nasıl doldurulmasına ilişkin bilgiler ve araştırma ile alakalı katılımcılardan gelebilecek herhangi bir soru için araştırmacının e-postası yer almaktadır.

2.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizi için Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 23 paket programı kullanılmıştır. Öncelikle uç değer tespiti yapılmıştır ve tespit edilen 37 veri, veri setinden çıkarılmıştır. Beden memnuniyetinin, toplumsal cinsiyet algısının ve psikolojik sağlamlığın, Güney Kore pop müziği (K-Pop) dinleme/ müzik videolarını izlemeye göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya konulması için yapılması gerekli olan analizin seçilmesinde (parametrik veya parametrik olmayan testler), verilerin normal dağılıp dağılmadığı ön koşul olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu açıdan verilerin normal dağılıp dağılmadığının belirlenebilmesi için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları belirlenmiştir. Belirlenen çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 7’de gösterilmiştir. Normallik için basıklık ve çarpıklık katsayılarının hangi aralıkta olması gerektiğine ilişkin farklı görüşler olmasına rağmen genellikle -3 ve +3 aralığı normal dağılım için yeterli görülmektedir (Field, 2013). Buna göre yapılan araştırma için, bu değerlerin minimum -.66 ile maksimum 2,46 arasında olduğu görülmüş ve bu bakımdan verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir. Veriler normal dağıldığı için de beden memnuniyetinin, toplumsal cinsiyet algısının ve psikolojik sağlamlığın, Güney Kore pop müziği (K-Pop) dinleme/ müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya konulmasında parametrik bir test olan

bağımsız örneklemeler *t*-testi kullanılmıştır. Cinsiyet, sınıf düzeyi ve okul türüne göre, K-Pop dinleme/ müzik videolarını izleme durumunun anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya konulmasında ise ki-kare testi kullanılmıştır.

İşaretine bakılmaksızın Cohen's *d* değerinin 0.2 olması küçük, 0.5 olması orta, 0.8 olması ise büyük etki büyüklüğü olarak yorumlanmaktadır (Cohen, 1969; Büyüköztürk, 2023). Hatta Cohen (1988)'in etki büyüklüğünü daha sonra; $d \leq 0,40$ ise küçük; $d = 0,41 - 0,70$ ise orta; $d > 0,70$ ise büyük şeklinde (Cohen, 1988) sınıflandırdığı belirtilmektedir (Ulupınar ve İnce, 2021). Bu araştırmada da etki büyüklüğünün yorumlanmasında bu aralıklar dikkate alınmıştır.

Tablo 7. Bedeni beğenme ölçeği, toplumsal cinsiyet algısı ölçeği ve alt boyutları ile psikolojik sağlamlık ölçeğine ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri

Değişken	Çarpıklık	Basıklık
Beden Memnuniyeti	-1,17	,90
Toplumsal Cinsiyet Algısı (Genel)	,97	2,46
Geleneksel Alt boyut	,79	,10
Eşitlikçi Alt boyut	-,66	,10
Psikolojik Sağlamlık	-,96	1,00

3. BULGULAR

Bu kısımda araştırma sorularını cevaplandırabilmek için yapılan analiz sonuçlarına yer verilmiştir. İlk olarak değişkenlere yönelik yapılan betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Daha sonrasında bağımsız örneklem *t*-testi ve iki değişken için kay-kare (Ki-kare) testi analiz sonuçları verilmiştir.

3.1. Betimleyici İstatistikler

Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanlara ilişkin minimum ve maksimum değerleri, ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. Beden memnuniyeti, psikolojik sağlamlık, toplumsal cinsiyet algısı, eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısı ve geleneksel toplumsal cinsiyet algısı değişkenlerine ilişkin betimleyici istatistikler

Değişkenler	Min.	Max.	Ort.	Ss
Beden Memnuniyeti	10	50	41,44	8,41
Psikolojik Sağlamlık	22	60	48,80	7,71
Toplumsal Cinsiyet Algısı (Genel)	37	100	58,37	7,25
Eşitlikçi Toplumsal Cinsiyet Algısı	20	45	37,02	5,24
Geleneksel Toplumsal Cinsiyet Algısı	11	55	21,35	8,69

Tablo 8’de verilen veriler incelendiğinde, beden memnuniyeti ort=41,44, ss=8,41; psikolojik sağlamlık ort=48,80, ss=7,71 değerlerini almıştır. Toplumsal cinsiyet algısının alt boyutları olan eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısı ort=37,02, ss=5,24; geleneksel toplumsal cinsiyet algısı ort=21,35, ss=8,69 değerlerini almıştır.

3.2. Beden Memnuniyetinin K-Pop Açısından İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bağımlı değişken olan beden memnuniyet düzeyinin, bağımsız değişken olan K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenebilmesi için bağımsız örneklem *t*-testi analizi yapılmıştır.

Tablo 9. Beden memnuniyetinin K-Pop açısından incelenmesine ilişkin t-testi analiz bulguları

K-Pop Dinleme/Müzik videolarını izleme	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Evet	215	39,78	9,18	344,49	-3,21	,00
Hayır	569	42,07	8,02			

Tablo 9 incelendiğinde katılımcıların beden memnuniyet düzeyinin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre manidar düzeyde farklılaştığı görülebilmektedir ($t(344,49) = -3,21, p < ,05$). K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen kişilerin beden memnuniyet düzeyleri (Ort= 42,07, Ss=8,02), K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen kişilere göre (Ort= 39,78, Ss=9,18) anlamlı bir şekilde yüksektir. Bağımsız değişkenin (K-Pop dinleme/müzik videoları izleme durumunun) bağımlı değişken (beden memnuniyet düzeyi) üzerindeki farkın büyüklüğünü değerlendirmek amacıyla etki büyüklüğü incelenmiştir. Etki büyüklüğü için hesaplanan Cohen d değeri ,33'tür. Bu bakımdan K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ve K-Pop dinlemeyen/ müzik videolarını izlemeyen ergenlerin beden memnuniyet puanları küçük düzeyde farklılaşmaktadır.

3.3. Toplumsal Cinsiyet Algısının K-Pop Açısından İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bağımlı değişken olan toplumsal cinsiyet algısının, bağımsız değişken olan K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenebilmesi için bağımsız örneklem t-testi analizi yapılmıştır. Bunun için toplumsal cinsiyet algısı ölçeğinin alt boyutları olan geleneksel ve eşitlikçi cinsiyet algısının K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Tablo 10. Eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısının K-Pop açısından incelenmesine ilişkin t-testi analiz bulguları

K-Pop Dinleme/Müzik videolarını izleme	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Evet	215	38,26	4,47	463,89	4,48	,00
Hayır	569	36,55	5,43			

Tablo 10 incelendiğinde katılımcıların eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısının K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre manidar düzeyde farklılaştığı görülebilmektedir ($t(463,89) = 4,48, p < ,05$). K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen kişilerin eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısı puanlarının ortalaması ($Ort = 38,26, Ss = 4,47$), K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen kişilere göre ($Ort = 36,55, Ss = 5,43$) anlamlı bir şekilde yüksektir. Bağımsız değişkenin (K-Pop dinleme/müzik videoları izleme durumunun) bağımlı değişken (beden memnuniyet düzeyi) üzerindeki farkın büyüklüğünü değerlendirmek amacıyla etki büyüklüğü incelenmiştir. Etki büyüklüğü için hesaplanan Cohen d değeri ,33'tür. Bu bakımdan K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ve K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlerin eşitlikçi toplumsal cinsiyet algısı puanları küçük düzeyde farklılaşmaktadır.

Tablo 11. Geleneksel toplumsal cinsiyet algısının K-Pop açısından incelenmesine ilişkin t-testi analiz bulguları

K-Pop Dinleme/Müzik videolarını izleme	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Evet	215	19,22	7,48	457,93	-4,63	,00
Hayır	569	22,16	8,97			

Tablo 11 incelendiğinde katılımcıların geleneksel toplumsal cinsiyet algısının K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre manidar düzeyde farklılaştığı görülebilmektedir ($t(457,93) = -4,63, p < ,05$). K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen kişilerin geleneksel toplumsal cinsiyet algısı puanlarının ortalaması ($Ort = 19,22, Ss = 7,48$), K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen kişilere göre ($Ort = 22,16, Ss = 8,97$) anlamlı bir şekilde düşüktür. Bağımsız değişkenin (K-Pop dinleme/müzik videoları izleme durumunun) bağımlı değişken (beden memnuniyet düzeyi) üzerindeki farkın büyüklüğünü değerlendirmek amacıyla etki büyüklüğü incelenmiştir. Etki büyüklüğü için hesaplanan Cohen d değeri ,34'tür. Bu bakımdan K-

Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ve K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlerin geleneksel toplumsal cinsiyet algısı puanları küçük düzeyde farklılaşmaktadır.

3.4. Psikolojik Sağlamlığın K-Pop Açısından İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bağımlı değişken olan psikolojik sağlamlık düzeyinin, bağımsız değişken olan K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenebilmesi için bağımsız örneklem *t*-testi analizi yapılmıştır.

Tablo 12. Psikolojik sağlamlığın K-Pop açısından incelenmesine ilişkin *t*-testi analiz bulguları

K-Pop Dinleme/Müzik videolarını izleme	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Evet	215	47,81	7,84	782	-2,21	,03
Hayır	569	49,17	7,64			

Tablo 12 incelendiğinde katılımcıların psikolojik sağlamlıklarının, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre manidar düzeyde farklılaştığı görülebilmektedir ($t(782) = -2,21$, $p < ,05$). K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen kişilerin psikolojik sağlamlıkları (Ort= 47,81, Ss=7,84), K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen kişilere göre (Ort= 49,17, Ss=7,64) anlamlı bir şekilde düşüktür. Bağımsız değişkenin (K-Pop dinleme/müzik videoları izleme durumunun) bağımlı değişken (beden memnuniyet düzeyi) üzerindeki farkın büyüklüğünü değerlendirmek amacıyla etki büyüklüğü incelenmiştir. Etki büyüklüğü için hesaplanan Cohen *d* değeri ,18'dir. Bu bakımdan K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ve K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlerin psikolojik sağlamlık puanları küçük düzeyde farklılaşmaktadır.

3.5. K-Pop Dinleme/ Müzik Videolarını İzleme Durumunun Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Cinsiyete göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenebilmesi için iki değişken için kay-kare (Ki-Kare) testi analizi yapılmıştır.

Tablo 13. Cinsiyete göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun incelenmesine ilişkin ki-kare testi analiz bulguları

		K-Pop müzik videoları dinler/müzik videolarını izler misiniz?						
			Evet	Hayır	Toplam	χ^2	sd	p
Cinsiyet	Erkek	N	21	251	272	81,24	1	,00
		%	7,7	92,3	100			
	Kadın	N	194	318	512			
		%	37,9	62,1	100			
	Toplam	N	215	569	784			
		%	27,4	72,6	%100			

Tablo 13 incelendiğinde K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülebilmektedir ($\chi^2 (1) = 81,24, p < ,05$). K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyenlerin oranı kadınlarda %37,9 erkeklerde ise %7,7'dir. Bu bulgu, kadınların K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme oranlarının (%37,9), erkeklere (%7,7) kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğunu göstermektedir.

3.6. K-Pop Dinleme/ Müzik Videolarını İzleme Durumunun Okul Türüne Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Okul türüne göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenebilmesi için Ki-Kare testi analizi yapılmıştır.

Tablo 14. Okul türüne göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun incelenmesine ilişkin ki-kare testi analiz bulguları

K-Pop müzik videoları dinler/müzik videolarını izler misiniz?			Evet	Hayır	Toplam	χ^2	sd	p
Okul Türü	Ortaokul	N	126	240	366	16,9	1	,00
		%	34,4	65,6	100			
	Lise	N	89	329	418			
		%	21,3	78,7	100			
	Toplam	N	215	569	784			
		%	27,4	72,6	%100			

Tablo 14 incelendiğinde, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun okul türüne göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülebilmektedir ($\chi^2 (1) = 16,90$, $p < ,05$). K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyenlerin oranı, ortaokulda %34,4, lise de ise %21,3 olduğu görülebilmektedir. Bu bulgu, ortaokul öğrencilerinin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme oranlarının (%34,4), lise öğrencilerine (%21,3) kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğunu göstermektedir.

3.7. K-Pop Dinleme/ Müzik Videolarını İzleme Durumunun Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Sınıf düzeyine göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenebilmesi için Ki-Kare testi analizi yapılmıştır.

Tablo 15. Sınıf düzeyine göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun incelenmesine ilişkin ki-kare testi analiz bulguları

K-Pop müzik videoları dinler/müzik videolarını izler misiniz?			Evet	Hayır	Toplam	χ^2	sd	p
Sınıf Düzeyi	5.Sınıf	N	38	41	79	28,85	7	,00
		%	48,1	51,9	100			
	6.sınıf	N	31	68	99			
		%	31,3	68,7	100			
	7.Sınıf	N	33	73	106			
		%	31,1	68,9	100			
	8.Sınıf	N	23	55	78			
		%	29,5	70,5	100			
	9.Sınıf	N	33	114	147			
		%	22,4	77,6	100			

Tablo 15 (Devam). Sınıf düzeyine göre K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun incelenmesine ilişkin ki-kare testi analiz bulguları

Sınıf Düzeyi	10.Sınıf	N	18	91	109	28,85	7	,00
		%	16,5	83,5	100			
	11.Sınıf	N	18	68	86			
		%	20,9	79,1	100			
	12.Sınıf	N	21	59	80			
		%	26,3	73,8	100			
	Toplam	N	569	215	784			
		%	72,6	27,4	100			

Tablo 15 incelendiğinde, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülebilmektedir ($\chi^2 (7) = 28,85$, $p < ,05$). Bulgulara göre alt sınıf düzeylerinde K-Pop dinleme/müzik videoları izleme oranı daha yüksek iken, sınıf düzeyi yükseldikçe bu oran azalmaktadır. K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyenlerin oranları 5., 6., 7., 8., 9., 10., 11., 12. sınıf öğrencileri arasında sırasıyla; %48,1, %31,3, %31,1, %29,5, %22,4, %16,5, %20,9 ve %26,3'tür. Buna göre K-Pop dinleyenlerin/müzik videolarını izleyenlerin oranı diğer sınıf düzeylerine göre en çok 5. Sınıfta görülmektedir.

4. TARTIŞMA

Bu çalışmanın ilk araştırma sorusu, “Ergenlerin beden memnuniyeti düzeyleri, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Yapılan bu çalışma, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre ergenlerin beden memnuniyet düzeylerinin manidar düzeyde farklılaştığını ve bu farklılaşmanın düşük düzeyde olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen bulguya göre K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin beden memnuniyet düzeyleri, K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre manidar düzeyde düşüktür. Beden algısı, bireyin kendi bedenine yönelik düşünsel, duygusal, algısal ve davranışsal tutumlarını ifade eden çok boyutlu bir kavramdır. Beden memnuniyeti ise beden algısının yani bedene ilişkin duygu ve düşüncelerin olumlu olmasını ifade etmektedir (Kale vd., 2023). Beden memnuniyeti ergenlik döneminde bulunan bireyler için önemli bir yere sahip olmakla birlikte birçok faktörden etkilenebilmektedir. Bu faktörlerden birinin K-Pop olduğu belirtilmektedir (Siswanti, 2014; Tresna vd., 2021; Utami, 2019). Kore dalgası özellikle ergenler üzerinde etkili olan fenomenlerden biridir. Bu dalga daha çok, K-Pop müziğine hayran olan ergenleri etkilemektedir. Çünkü ergenler kendilerine rol model olacak kişilere ihtiyaç duymaktadırlar. Bu açıdan Kore dalgası araçlarından biri olan K-Pop, ergenlerin isteklerini ve gereksinimlerini göz önünde bulundurarak onlara taklit edebilecekleri idoller sunmaktadır (Ninggalih, 2011). K-Pop idollerinin, kendilerini büyük bir hayranlık ve ilgi ile takip eden sevenlerinin olması bu konuda başarılı olduğunu göstermektedir. Hatta gençlerin bu idollere, ünlülere tapma olarak da ifade edilen aşırı derecede bir ilgi duydukları ifade edilmektedir (Cooley ve Toray, 2001).

K-Pop idolleri, kendilerini büyük bir ilgiyle takip eden hayranlarına rol model olurken bazı olumsuz mesajlarda verebilmektedir. Bu olumsuz mesajlardan birisi de ulaşılması çok zor olan ideal bedene dair standartlardır (Utami, 2019). K-Pop idolleri, şirketler veya ajanslar tarafından istenilen kalıba uygun şekilde yaratılmakta ve sunulmaktadır. Bu kalıplardan bir tanesi görünüş bakımından “ideal erkek” veya “ideal kadın” şeklindedir. Bu bakımdan bu idollerin hazırlanması için verilen eğitim süreci; fiziksel olarak çekici görünmeleri için egzersizler, zorlu diyet süreçleri ve estetik

ameliyatları içermektedir (Binark, 2018b; Binark ve Karataş-Özaydın, 2019; Song, 2011). Örneğin günümüzde K-Pop kadın grupları, özellikle genç kızlar için fiziksel görünüm bakımından ulaşılmak istenen standartlara sahip idollerden oluşmaktadır. Bu idoller genellikle zayıf ve ince bir bedene, beyaz tene, ince v şeklindeki yüz hattına ve küçük yüksek burna sahip olmaktadır. Bu bakımdan bu idoller ideal vücut standartlarıyla sergilenmektedir (Tresna vd., 2021). Bu güzellik algısı sadece kadın idoller için değil erkek idoller için de geçerlidir. Erkek idollerde, makyajlı ve bakımlı/estetikli yüzler ve çekici bedensel görünümle sunulmaktadır (Keskin, 2020a). Böylece K-Pop dinleyen veya müzik videolarını izleyen kişilerin hayranlığı kazanılmaktadır. Daha sonra ise hayran olan kişiler, hayranı oldukları idollerin sahip olduğu fiziksel görünüme ulaşmak istemektedir (Utami, 2019; Tresna vd., 2021). Özellikle ergenler hayranı oldukları idollerin fiziksel görünümüne ulaşmak için veya bu güzel görünümle taklit edebilmek için her şeyi yapmaya çalışmaktadır (Utami, 2019). Bunun yanı sıra Kore dalgasının bir parçası olan K-Pop müzikleri ile de güzel bedenin nasıl olacağı ile ilgili yani güzellik algısına yönelik mesajlar dinleyicilere verilmektedir (Siswanti, 2014). Siswanti (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, K-Pop şarkılarının beden kavramını somutlaştırdığı; bedeni arzu nesnesi ve kendini ifade etme aracı olarak konumlandığı; ayrıca ideal bedenin zinde, genç, güzel ve enerji dolu olması gerektiğine dair mesajlar içerdiği ortaya konulmuştur. Dolayısıyla K-Pop idolleri ve müzikleri aracılığıyla ideal bedenin nasıl olması gerektiğine dair mesajların verildiği görülebilmektedir.

Utami (2019) ergenlerin hayranı olduğu idolleri ile aralarında bir bağ hissettiğini ve bu yüzden idollerine daha yakın olmak ve onlara uyum sağlayabilmek için bedenleri bakımından ideal olmak istediklerini belirtmektedir. Bununla birlikte ergenlik dönemindeki bireyler akranları tarafından onaylanmak için ideal beden standartlarına sahip olmayı arzulayabilmektedirler (Santrock, 2014). Bedene ilişkin ulaşılması çok zor olan bu ideal standartlar ise K-Pop idolleri veya müzikleri aracılığıyla verilebilmekte ve ergenler kendi bedenlerini sunulan bu ideal bedenlerle kıyaslayabilmektedir. Eğer ki ergenlerin var olan bedeni ile ideal bedenleri arasındaki fark fazla ise beden memnuniyet düzeyleri olumsuz etkilenebilmektedir (Dwiputeri ve Maulina, 2015). Bu bakımdan K-Pop dinleyen ve müzik videolarını izleyen ergenlerin kendi bedenlerini, hayranı oldukları idollerin bedenleri ile karşılaştırdıkları, K-Pop

şarkıları ve idollerinin sunmuş olduğu ideal güzellik standartlarına sahip olmadığını düşünen ergenlerde ise beden memnuniyet düzeyinin düştüğü söylenebilir.

Bu araştırma sonucunda da K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin beden memnuniyet düzeylerinin, dinlemeyen ve müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre daha düşük olduğu bulunmuştur. Yapılan çalışmalarda, elde edilen bu bulguyu destekler niteliktedir. Huang (2024) tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin K-Pop idolleriyle kurmuş olduğu tek yönlü ilişkilerin, ergenlerde güzellik standartlarına dair sağlıklı algılar ve dış görünüşle ilgili güvensizlikler meydana getirebileceği belirtilmiştir. Habibah vd. (2021) tarafından yapılan çalışmada, Kore dalgası yani K-Pop, K-Drama gibi içeriklere maruz kalmanın ergenlerin beden algısını olumsuz yönde etkilediği ortaya konulmuştur. Tresna vd. (2021)'nin, yapmış olduğu çalışmada K-Pop kadın gruplarını idolleştiren kadın ergenler arasında ünlülere tapınma ile beden imajı arasındaki ilişki incelenmiş ve görünüşün, ergenlerin idollerine hayranlık duymasının nedenlerinden biri olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte idollerin sahip olduğu görünüşlerin, ergenlerin giyim tarzları da dahil olmak üzere günlük davranışlarında ve bedenlerinde modellemeye neden olduğu belirtilmiştir. Ayrıca K-Pop kadın gruplarının idealize edilmiş fiziksel özelliklerinin (zayıf vücut, beyaz ten, ince yüz, yüksek burun gibi) kadın ergenlerin, beden imajını, özellikle de görünüş oryantasyonu ve vücut alanları memnuniyeti boyutlarını etkilediği belirtilmiştir. Utami (2019)'nin yapmış olduğu çalışmada da K-Pop'u seven öğrenciler arasında ünlülere tapınma (idolleştirme) ile beden imajı arasındaki ilişki araştırılmış ve K-Pop idollerine hayran olma (tapınma) ile beden imajı arasında negatif bir ilişki bulunduğu ortaya konmuştur. Dwiputeri ve Maulina (2015) tarafından yapılan çalışmada da K-Pop kadın sanatçının sahip olduğu bedenle kendi bedenini karşılaştırmanın, ergen K-Pop hayranlarının "beden memnuniyetsizliğine" katkısı ortaya konulmaya çalışılmıştır. Buna göre, K-Pop kadın sanatçılarla vücut karşılaştırma ile beden memnuniyeti arasında negatif yönde manidar bir ilişki bulunmuş ve regresyon analizi sonucunda da vücut karşılaştırmanın beden memnuniyetini %17,4 yordadığı bulunmuştur. Literatürde bu çalışmaların aksine, K-Pop dinleme ve müzik videolarını izlemenin beden memnuniyet düzeyini etkilemediğini (Lin vd., 2021) ya da olumlu etkilediğini (Safithri vd., 2019) ortaya koyan çalışmalarda mevcuttur. Bu nedenle K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme

durumuna göre ergenlerin beden memnuniyet düzeylerinin düşük düzeyde farklılaştığı söylenebilir.

Bu çalışmanın 2. araştırma sorusu, “Ergenlerin eşitlikçi toplumsal cinsiyet algıları, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Bu çalışmanın 3. araştırma sorusu ise, “Ergenlerin geleneksel toplumsal cinsiyet algıları, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Yapılan çalışmada ergenlerin hem eşitlikçi hem de geleneksel toplumsal cinsiyet algılarının, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre manidar düzeyde farklılaştığı ve bu farklılaşmanın düşük düzeyde olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin toplumsal cinsiyet algılarının, K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre daha eşitlikçi olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlerin toplumsal cinsiyet algılarının, K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlere göre daha geleneksel olduğu tespit edilmiştir. Bu bakımdan K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin, bu müzik türünü dinlemeyen ve izlemeyen ergenlere nazaran toplumsal cinsiyet bakımından daha eşitlikçi görüşlere sahip olduğu söylenebilmektedir. Kadına ve erkeğe yüklenen toplumsal cinsiyet rolleri geleneksel ve eşitlikçi olarak sınıflandırılabilir. Toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin geleneksel bakışta kadınlar için beklenen geleneksel rollere örnek olarak; ev işi yapma, çocuklara bakma, evde kalıp çalışmamak verilebilirken, erkekler için; güçlü olma, maddi olarak evi geçindirme, evin lideri olma, sosyal yaşamda aktif olmak, duygusal olmamak verilebilir (Hoffman ve Kloska, 1995; Özdemir, 2019). Toplumsal cinsiyet algısının eşitlikçi olduğu yani eşitlikçi bakış açısına göre ise; aile, meslek, evlilik, sosyal yaşam ve eğitime ilişkin toplumsal, ekonomik, mesleki vb. alanlarda veya yaşantılarda kadın ve erkeğin eşit sorumluluk, hak ve fırsatlara sahip olduğu algısı yer almaktadır (Akın ve Demirel, 2003; Basow, 1992; Dökmen, 2009; Ecevit, 2021). Eşitlikçi roller, kadınları ve erkekleri toplumda eşit bireyler olarak değerlendirmekte ve geleneksel rollerin aksine, bireyleri belirli davranış kalıplarına yerleştirmemektedir (Pirol ve Arısoy-Gedik, 2025).

Toplumsal cinsiyet algısının şekillenmesinde aile, kültür, arkadaşlar, okul ve eğitim sistemi gibi birçok faktör etkili olabilmektedir. Bu faktörlerden biri de kitle

iletişim araçlarıdır. Erkek ve kadının nasıl olması gerektiğine dair mesajlar ile rol modeller, internet ve sosyal medya gibi araçlar aracılığıyla bireylere sunulmakta; bu içerikler zamanla içselleştirilebilmektedir (Boylu vd., 2016; Dündar, 2012; Ward, 2002). K-Pop'ta özellikle gücünü internet ve sosyal medya araçlarıyla sağlamakta ve bu araçlar sayesinde yayılım gösterebilmektedir (Oh ve Park, 2012). K-Pop sektörü tarafından yaratılan idoller sosyal medya araçları sayesinde hızla dünyaya yayılım göstermekte ve bu idollerin hayranları da bunla orantılı şekilde artmaktadır (Keskin, 2020). Bahsedildiğı üzere kişinin kendi kimliğini erkek veya kadın olarak tanımladıktan sonra toplum tarafından kabul görülen kadın veya erkek davranışlarını göstermeleri beklenmektedir. Bu bakımdan kadın olan birisinin kadınsı, erkek olan birisinin ise erkeksi özellikler göstermesi beklenmektedir (Aydın ve Kavuncu, 1991). Güney Kore kültüründe de bu anlayış kabul görmekte birlikte ideal erkek, geleneksel olarak güçlü, sert ve otorite ile tanımlanmaktaydı. Ancak toplumsal cinsiyet kimliklerine ilişkin bu algının dijital kültürün etkisiyle hızla değişime uğradığı belirtilmektedir. Örneğın Asya toplumlarında, K-Pop erkek idollerin androjen görünüşleri normal kabul edilmekte, güzel ve bakımlı görünmenin erkeksi çekicilik sağladığı düşünülmektedir. Bu açıdan Asya da bulunan erkekler kendilerine dayatılan toplumsal cinsiyet normlarını reddetmekte ve güzel gözükmenin sadece kadınlara özgü olmadığını düşünmektedir (Pirol ve Arısoy-Gedik, 2025).

Özellikle Kore dalgası ile Asya bölgesindeki erkeklik anlayışında değişimler meydana geldiğı ve erkeklığe ilişkin yeni bir anlayış yani “Yumuşak Erkeklik” (Soft Masculinity) anlayışının ortaya çıktığı belirtilmektedir (Ainslie, 2017). Yumuşak erkeklik “Batılı bakışlara göre olağanüstü derecede kadınsı erkek imgeleri” olarak tanımlanmakta (Song, 2016) ve alternatif erkeklik inşası olarak görülmektedir (Ainslie, 2017). Bu anlayış K-Pop sektöründe de görülmekte ve K-Pop müziğı aracılığıyla da yayılmaktadır. Jung (2010) K-Pop erkek idollerinin gösterdiği kadınsı özellikler (şirinlik, makyaj, kadın rollerine bürünme vb.) nedeniyle K-Pop idollerinin erkeklğini “pan-Doğú Asya yumuşak erkeklğı” olarak ifade etmiştir. K-Pop sektöründeki erkek idoller genellikle ince yapılı, modaıa duyarlı ve androjen görünümlere sahip olmakta, bu güzel görünümleri sebebiyle de genellikle “Flower Boys” (iek çocuklar) olarak adlandırılmaktadırlar (Oh ve Oh, 2017). K-Pop idollerinin fiziksel görünümlerindeki güzellik ve temizlik kadar davranışsal olarak da

kibarlık ve centilmenlik gibi “temiz” temsiller oluşturduğu belirtilmektedir (Keskin, 2022b).

Örneğin dünyada büyük başarılarla imza atan ve milyonlarca hayranı olan BTS grubunun yaptığı müzik ve dans performanslarının yanı sıra sergilemiş oldukları görünüm yani giyiniş tarzları veya makyajları, dolayısıyla androjen tarzları dikkat çekmektedir (Lee vd., 2020). Bununla birlikte K-Pop gruplarında yer alan erkek idoller, kadın güzelliğinde gözükebilmek için plastik cerrahi veya diyet gibi uygulamalara maruz kalabilmektedir. Bunun yanı sıra erkek idollerin transgender giyindiği (ör. etek giymek, file çorap giymek) veya “Bromance” adı verilen rol yaparak “erkek kardeşlik romantizmi” şeklinde ilişki kurduğu görülebilmektedir (Binark ve Karataş-Özaydın, 2019). Özellikle K-Pop idollerinin karşı cins kostümüyle sahne alması, K-Pop sektöründe oldukça popüler bir durumdur. Erkek idollerin karşı cinsten birisi gibi giyinip performans göstermesi, çoğunluğu kadın olan hayranları tarafından oldukça beğenilmektedir (Oh ve Oh, 2017). K-Pop idollerinin, hayranlarına kalıplaşmış ve geleneksel cinsiyet rollerini benimsemediklerine yönelik mesajlarda verdiği belirtilmektedir. Örneğin BTS grubunun lideri RM, BM genel kurulunda yapmış olduğu konuşmasında dünya gençliğine “*Kim olduğunuz, nereli olduğunuz, teninizin rengi, cinsel kimliğiniz önemli değil. Kendinizi anlatın. Kendinizi anlatarak kim olduğunuzu ve kendi sesinizi bulun*” (Sputniknews, 2018, aktaran Keskin, 2022b) çağrısı yapmıştır. Bu açıdan bu grubun toplumsal cinsiyet rollerini sorguladığı ve cinsiyet olarak belirli kalıpları benimsemediği görülebilmektedir (Keskin, 2022b).

K-Pop aracılığıyla toplumsal cinsiyet algısına ilişkin mesajlar sadece erkek idoller üzerinden verilmemektedir. Kadın üyelerden oluşan idol grupları da hayranları üzerinde, geleneksel ve ataerkil olan toplumsal cinsiyet rollerini ve stereotiplerini reddetmeleri bakımından etkili olabilmektedir (Putri, 2021). Çünkü günümüzde kadın idollerden oluşan K-Pop gruplarının, en çok kadınların güçlü olmalarına yönelik mesajlar verdiği (Lee ve Yi, 2020) ve “girl crush” konsepti benimsediği görülmektedir (Putri, 2021). Girl crush kavramını benimseyen kadın idoller, kadınlar için geleneksel bakış açısına göre kırılgan, masum, sevimli ve pasif olma gibi beklenen rolleri reddetmekte bunun yerine özgüven, karizma ve bir miktar cinsel saldırganlığı ön plana çıkarmaktadır (Li, 2022; Wen, 2024). Örneğin BLACKPINK grubunun yayımlamış olduğu “DDU-DU DDU-DU” adlı müzik videosu “masum kız grubu” imajını kırarak,

daha doğrudan ve meydan okuyan bir performans ortaya koymuştur. Videonun ilk sahnesi, Jennie'nin şu sözleriyle grubun isyankâr tonunu anında belirler: “Tatlı görünebilirim ama öyle davranmam / İnce bedenim iki kat hacmi gizler / Doğrudan söylerim, ne düşündüklerini umursamam / Black to the Pink, biz hem güzeliz hem vahşi.” (Lee ve Yi, 2020). Mamamoo'nun “Hip” adlı müzik videosu da kadın hayranlarına, kendilerine güvenmeleri ve başkalarının güvensiz hissettirecek sözlerine kulak asmamaları gerektiğine yönelik mesajlar veren bir şarkıdır. Ayrıca “Um Oh Ah Yeah” adlı diğer bir Mamamoo müzik videosunda ise geleneksel toplumsal cinsiyet rollerine meydan okunmaktadır (Putri, 2021). Bu bakımdan kadın K-Pop idollerinin ve gruplarının, kadınların gücü, özgürlüğü ve cinsiyet eşitliği bağlamında hayranlarına mesajlar vererek geleneksel cinsiyet normlarına karşı çıktığı görülebilmektedir (Lee ve Yi, 2020; Putri, 2021).

Almqvist-Ingersoll (2019)'un yapmış olduğu çalışmada da katılımcıların K-Pop'u sadece müzik değil, aynı zamanda bir topluluk hissi olarak tanımladığı, bu aidiyet hissinin ise, sunulan toplumsal cinsiyet normlarının duygusal düzeyde içselleştirmeyi kolaylaştırdığı belirtilmektedir. Özellikle maskülenliğin yumuşak bir versiyonunun görsel medya yoluyla yayılmasının, genç hayranlar arasında kimlik keşfi için alternatif modeller sunduğunu belirtmiştir. Ainslie (2017) de yapmış olduğu çalışmada, Koreli erkek idollerin sunduğu yumuşak erkeklik modelinin, kişisel ifade ve özgürlükle ilişkilendirildiğini, bu bakımdan baskıcı erkeklik normlarına karşı, erkekler için kendilerini ifade edebilecekleri, yeni erkeklik biçimleri yaratma imkânı sunduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda Kore toplumunun, katılımcılar için arzu edilen bir toplumsal cinsiyet ilişkileri modeli hâline geldiğini belirtmiştir. Keskin (2020a)'de yapmış olduğu çalışma da BTS grubunu oluşturan erkek üyelerin, geleneksel normların aksine özellikle kadın hayranlar tarafından tatlı ve şirin çocuklar olarak görüldüğünü ve bu durumun hayranların beğenisini arttırdığını ifade etmektedir. Bu bakımdan ideal erkek imajının, yakışıklılık faktörü ve tatlı-şirin-sempatik çocuk imajı ile birlikte algılandığı belirtilmektedir. Keskin (2022b) yapmış olduğu başka bir çalışmada ise toplumsal cinsiyet konusunda hegemonik bakış açılarının K-Pop hayran gruplarında yansıma bulmadığını aksine LGBTİ kimliğine sahip kişilere olumsuz bakılmadığı, dışlanmadığı bu kimliklere sahip kişilerin kabul gördüğü belirtilmiştir. Hatta katılımcılar tarafından LGBTİ'ye karşı olan önyargıların yok olması gerektiği

belirtilmiştir. Aykut (2022) tarafından yapılan çalışmada da K-Pop hayranları tarafından, toplumsal cinsiyet rolleri bakımından geleneksel cinsiyet görüşünün kabul edilmediği, idollerin görünüşünün olağan ve sevimli görüldüğü ifade edilmiştir. Buna karşın Pirol ve Arısoy- Gedik (2025)'in yapmış olduğu çalışma, katılımcıların K-Pop erkek idollerinin yumuşak, androjenik erkeklik temsillerinden rahatsızlık duymadığını ortaya koymakla birlikte katılımcıların K-Pop'a aşına olup olmamasının, cinsiyet kimliği algılarını anlamlı ölçüde etkilemediğini ortaya koymuştur. Yani K-Pop ile ilgilenmek, erkeklik temsillerine dair algılarda kayda değer bir fark yaratmamıştır.

Özetle erkek ve kadın K-Pop idollerinin müzikleri, görünüşleri, performansları, davranışları vb. diğer özellikleri bakımından hayranlarının toplumsal cinsiyet algısının şekillenmesinde rol oynadığı görülebilmektedir. Özellikle erkek idollerin, erkeklerin geleneksel roller sergilemek zorunda olmadığına dair davranış ve mesajları bunun yanı sıra hayranlarına vermiş olduğu toplumsal cinsiyet normlarını sorgulaması ve geleneksel normları kabul etmemesine yönelik mesajları görülebilmektedir. Kadın idollerin ise kadınların sadece sevimli, güzel veya masum olmadığı; özgür, güçlü, cesur ve hırçın olabileceklerine yönelik mesajları ve geleneksel normlara karşı çıkan duruşları görülebilmektedir. Bu bakımdan K-Pop idollerinin veya müziklerinin gençleri, toplumsal cinsiyet rolleri bakımından geleneksel rollerin aksine, bireyleri belirli davranış kalıplarına yerleştirmeyen eşitlikçi rolleri benimsemeleri konusunda teşvik ettiği söylenebilmektedir. Bu nedenlerden dolayı K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin toplumsal cinsiyet algılarının, dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre daha eşitlikçi olabileceği söylenebilir.

Güney Kore toplumunda ve K-Pop gruplarında toplumsal cinsiyete yönelik geleneksel bakış açısının izleri de görülebilmektedir. Örneğin kadın idoller sevimli, hassas ve korunmaya muhtaç şeklinde sunulmakta; erkek idoller ise güçlü, saldırgan ve otoriter biçimlerde sunulmaktadır (Almqvist-Ingersoll, 2019). Bununla birlikte K-Pop dinlemenin veya aşına olmanın toplumsal cinsiyet algısında etkili olmadığını ortaya koyan çalışmada mevcuttur (Pirol ve Arısoy-Gedik, 2025). Bu nedenler bağlamında, ergenlerin toplumsal cinsiyet algılarının, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre küçük düzeyde anlamlı bir farklılaşma göstermiş olabileceği söylenebilir.

Bu çalışmanın 4. araştırma sorusu, “Ergenlerin psikolojik sağamlık düzeyleri, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Yapılan çalışma, ergenlerin psikolojik sağamlık düzeylerinin, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre manidar düzeyde farklılaştığını ve bu farklılaşmanın düşük düzeyde olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen bulgulara göre K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin psikolojik sağamlık düzeyleri, K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre manidar düzeyde düşüktür. K-Pop, kendini keşfetme ve psikolojik olarak sağam olmak ile ilgili verdiği mesajlar ve ele aldığı temalar bakımından genellikle kişilerin ruh sağlığını etkileyebilme gücüne sahiptir. Örneğin K-Pop idolleri sanatçılık özellikleriyle beraber azim ve başarı öyküleriyle dünyadaki birçok hayranına ilham vermekte onlara rol model olmaktadır. Bunun yanı sıra K-Pop, baskı altında bulunan veya duygusal ve psikolojik durumunu değiştirmek isteyen gençler için bir kaçış yeri olarak görülmekte aynı zamanda hayran toplulukları, bireysel mücadelelerinde kendini yalnız hisseden gençler için aidiyet ve yoldaşlık duygusuna sahip olmalarını sağlamaktadır. Dolayısıyla kaçış olgusu, sosyal bağlantı ve duygusal arınma sağlaması bakımından K-Pop’un stres azaltma rolü olduğu belirtilmektedir (Lou, 2024). Bunun yanı sıra gençlerin idolleriyle kurdukları destek temelli ilişkiler aracılığıyla kendilerini daha iyi hissettiği ve bu bağlamda yaşam enerjilerinin arttığı belirtilmektedir (Angela, 2023). Sobur vd. (2018) ‘de K-Pop’un kişilerin benlik kavramına etki ettiğini ortaya koymuştur. Bu çalışmaya göre başlangıçta K-Pop hakkında hiçbir şey bilmeyen kişilerin K-Pop hayranı olduktan sonra 3 farklı alanda benlik kavramında değişim meydana gelmektedir. Bunlar; maskülen kadından feminen kadına benlik dönüşümü, içedönük kişilikten dışadönük kişiliğe benlik dönüşümü, kapalı fikirli yapıdan, başkalarının görüşlerine değer veren açık fikirli yapıya benlik dönüşümüdür.

Tabi K-Pop’un etkileri her zaman olumlu olmamaktadır. Örneğin yapılan çalışmalarda K-Pop hayranlarının, K-Pop’un hayatının büyük bir kısmını kapladığı için ondan uzaklaşmanın zorlayıcı olduğunu ifade ettiği belirtilmiştir (Phyo, 2024; Sobur, 2018). Bunun yanı sıra K-Pop’un ; 1) farklı idollere hayranlık duyan kişiler arasında çıkan gerilimler ve hayranların idollerini savunmak için verdiği mücadelenin stres yaratması, 2) sert eleştiriler, alaycı yorumlar ve dışlayıcı tavırlara maruz kalmanın

yarattığı duygusal yıpranma, 3) hayranların ürün veya bilet almada dolandırılmasıyla maddi zarara uğraması, 4) hayranların kendini diğer fanlarla kıyaslaması ve yetersiz hissetmesi, 5) grup içi rekabetler yüzünden hayranların sosyal baskı hissetmesi gibi olumsuz etkileri veya sonuçlarının da bulunabileceği belirtilmektedir (Phyo, 2024).

Başlangıçta yalnızca K-Pop müziğini dinlemek isteyen bireyler, zamanla bu müziğe karşı merak duymaya başlamakta ve K-Pop idollerini araştırarak onları rol model olarak benimsemekte ve geçici bir beğeni nesnesi olarak değil, uzun süreli bir özdeşim ve aidiyet kaynağı olarak görmektedir (Sobur, 2018). Bu bakımdan K-Pop hayranları, hayranı oldukları idollerin sanatçı özellikleriyle beraber onların sergilemiş olduğu mükemmellik algılarına da kapılabilmekte ve kusursuz görünümüne, karizmatik kişiliklerine ve göz kamaştırıcı yaşam tarzlarına da hayranlık duyabilmektedirler. Özellikle sosyal medya aracılığıyla, K-Pop hayranları, güzellik, başarı ve mutluluk sembolü olarak sunulan idollerinin dikkatle seçilmiş görselleri ve anlatılarına sürekli maruz kalmaktadır. Bu maruz kalma ise kendilerini, bu idealize edilmiş özellikler bakımından hayranı oldukları idolleriyile karşılaştırmalarına neden olabilmektedir (Viktoriya, 2024). Sunulan bu standartlara ulaşmanın çok zor olması veya standartları karşılamadığını düşünen hayranlar için de bu durum; yetersizlik, güvensizlik, kendinden şüphe duyma hatta kimlik krizine neden olabilmektedir. Bununla birlikte K-Pop hayranları, hayranı oldukları idollerle parasosyal ilişki içindedir. Bu açıdan hayranlar tek taraflı etkileşimler aracılığıyla idolleriyile duygusal ve samimi bağlar geliştirebilmektedir. Lakin hayranlar tarafından, hissedilen bu yakınlığın bir yanılsama olduğu ve bu bağların gerçek bir etkileşime dayanmadığı ya da bu ilişkilerin doğasındaki eşitsizlik fark edildiğinde, hayranlar yalnızlık ve hayal kırıklığı yaşayabilmektedirler (Cohen, 2019; Viktoriya, 2024).

K-Pop'un, hayranların FOMO yaşamasına neden olabileceğine dair görüşlerde bulunmaktadır. FOMO yaşayan insanlar, sosyal medya ile sürekli etkileşim içinde olmak istemektedirler çünkü son haberleri kaçırmaktan korkmaktadırlar. K-Pop hayranları da hayranı oldukları idollerle etkileşimlerini korumak isterler. Bu bakımdan idollerine yönelik önemli haberleri veya anları kaçırdıklarında kayıp hissi, stres ve uzaklaşmışlık yaşayabilmektedirler (Siti ve Hazim, 2025). Yapılan bir çalışmada da sosyal medya kullanan K-Pop hayranları arasında FOMO (gelişmeleri kaçırma korkusu)'nun yaygın görülen bir durum olduğu belirtilmektedir (Siti ve Hazim, 2025).

Maqsood ve Bano (2025)'e göre de hayran toplulukları, çocukların ve ergenlerin sosyal ve duygusal gelişiminde önemli bir yere sahiptir. Yaptıkları çalışmada K-Pop idollerinin ve hayran toplulukların gençler üzerinde bir takım olumsuz etkilere neden olabileceği belirtilmiştir. Bunlar; 1) Kaçışçılık ve duygusal bağımlılık: Gençler, hayatlarında yaşamış olduğu gerçek yaşam zorluklarından kaçmak için, hayran topluluklarına aşırı şekilde bağlanmalarına neden olabilecek kaçış eğilimi gerçekleştirebilmektedirler. Bu durum da çocukların gerçek sorunlarla başa çıkmak için gerekli olan baş etme mekanizmalarının gelişmemesine neden olabilmektedir (Zhao, 2022), 2) Gerçekçi olmayan beklentiler ve hayal kırıklığı: İdollerini ve katıldığı hayran topluluğunu idealleştiren gençler bunlara yönelik karşılanması zor beklentiler içine girebilir bu da hayal kırıklığı yaşamalarına neden olabilir. Bunun yanı sıra kendilerini, görünüşte kusursuz hayatlar yaşayan idoller ve diğer hayranlar ile karşılaştırabilir. Bu karşılaştırma sonucunda da yetersizlik hissetme, öz saygının düşmesi gibi durumlar yaşayabilir (Danilova, 2021), 3) Olumsuzluklara veya siber zorbalığa maruz kalma: Çevrim içi hayran toplulukları, gençleri siber zorbalık, trollük veya toksik etkileşimler gibi olumsuz davranışlara maruz bırakabilmektedir (Al-Harigy vd., 2022). Bunun yanı sıra bu topluluklara giren gençler bağlılıklarını ve bilgilerini ispat etme noktasında baskı görebilmekte bunun sonucunda da duygusal sıkıntılar yaşayabilmektedir (Maqsood ve Bano, 2025). Huang (2024) tarafından yapılan çalışmada ise ergenlerin K-Pop idollarıyla kurmuş olduğu tek yönlü ilişkilerin; ergenlerde aşırı idealize edilmiş romantik inançlara neden olduğu ve bunun sosyal geri çekilmeye yol açtığı ve aşırı duygusal bağımlılık gibi bir takım olumsuz psikolojik etkiye neden olduğu belirtilmiştir. Bu etkilerin kaynağında ise özellikle K-Pop'taki yanıltıcı pazarlama tekniklerine maruz kalma süresi önemli bir faktör olarak görülmektedir.

Psikolojik sağlamlık kişilerin zorlu olaylar karşısında hızlı bir şekilde olağan ve normal yaşantısına dönebilme yeteneğini ifade etmektedir (Doğan, 2015). Psikolojik sağlamlığın şekillenmesinde risk faktörleri ve koruyucu faktörler etkili olmaktadır. Risk faktörleri, bir grup bireyin veya içinde yer aldıkları durumun, gelecekte olumsuz sonuçlarla karşılaşma ihtimalini yükselten ve çoğunlukla stres, zorluk, sıkıntı veya felaket (örneğin ailede ölüm, boşanma veya başka bir travma) gibi olumsuz durumları belirten kritik olaylar ya da faktörlerdir (Arrington ve Wilson,

2000; Gizir, 2007; Kirby ve Fraser, 1997; Masten ve Reed, 2002). Bu bakımdan FOMO, zorbalığa uğrama, kaçış ve duygusal bağımlılık, hayal kırıklığı, dışlanma, beden memnuniyetsizliği gibi K-Pop'un olumsuz etkileri, ergenler için risk faktörü haline gelebilmektedir. Bu açıdan bu faktörlerin varlığı ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını olumsuz etkileyerek psikolojik sağlamlık düzeylerini azaltabilmektedir. Dolayısıyla K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin dinlemeyen/izlemeyen ergenlere göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin düşük çıkması bu durum ile açıklanabilir.

Keskin (2022b) tarafından BTS grubunun hayranları üzerinde gerçekleştirilen çalışmada, K-Pop'un hayranlar tarafından gündelik yaşamdan bir kaçış ya da sığınılacak bir liman olarak değerlendirildiği; psikolojik açıdan zorluk yaşayan bireylerin, örneğin kaygı ve depresyon gibi sorunlarla başa çıkmada bu müzik türünden destek gördükleri ifade edilmiştir. Bu durumun oluşmasında, BTS grubunun gençlerin yaşadığı sorunları dile getirmesinin ve bu sorunlarla mücadele sürecinde onlara rehberlik etmesinin etkili olduğu belirtilmektedir. Aykut (2022) tarafından yürütülen çalışmada ise gençlerin, kendi yaş grubuna özgü kimlik sorunlarına değinilmesi ve sosyolojik, psikolojik, duygusal temalara yönelik söylemlerde bulunulması nedeniyle K-Pop idollerini kendilerine yakın hissettikleri; bu yakınlığın zamanla K-Pop hayranlığına dönüşebilecek bir sevgi bağı oluşturduğu vurgulanmıştır. Keskin (2020a) tarafından yapılan başka bir çalışmada da BTS hayranlarının, K-Pop idollerinin yaşamlarına devam etmeleri için motivasyon sağladıklarını ve bu idollerin, bireylerin kendi sorunlarıyla başa çıkmalarında yardımcı olduklarını ifade ettikleri belirtilmiştir. Yalvaç-Arıci ve Çetin (2022) tarafından gerçekleştirilen bir diğer çalışmada ise K-Pop dinleyen ve müzik videolarını izleyen bireylerin, K-Pop idollerinin ve müziklerinin içerdiği sözlerin; kendini sevme, yaşamı sürdürme ve motivasyon sağlama konularında kendilerine destek sunduğunu dile getirdikleri görülmektedir.

Ülkemizde yapılan çalışmalardan elde edilen bu bulgular, K-Pop'un ergenler üzerinde olumlu etkileri olabileceği şeklinde yorumlanabileceği gibi K-Pop dinleyen ve müzik videoları izleyen ergenlerin, yaşamış oldukları depresyon, kaygı, kimlik karmaşası, yalnızlık, anlaşılmamak gibi olumsuz durumlarla başa çıkabilmek için bu müzik türünü dinlemeye ve müzik videolarını izlemeye yöneldiği şeklinde de

yorumlanabilir. Depresyon, kaygı, yalnızlık veya kimlik karmaşası gibi psikolojik, sosyolojik ve duygusal sorunlar psikolojik sağlamlıkta risk faktörlerini oluşturmaktadır. Bu bakımdan bu faktörlerin varlığı veya koruyucu faktörlerin az olması kişinin psikolojik sağlamlığını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Arrington ve Wilson, 2000; Gizir, 2007; Kirby ve Fraser, 1997; Masten ve Reed, 2002). Dolayısıyla K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin dinlemeyen/izlemeyen ergenlere göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin düşük çıkması bu durum ile de açıklanabilir. Bununla birlikte K-Pop'un gençlere; kendilerini daha iyi hissetme, kendini sevme, kendine güvenme gibi konularda olumlu destek sağladığına yönelik bulgular da K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının düşük düzeyde farklılaşmasına neden olmuş olabileceği söylenebilir.

Bu çalışmanın 5. araştırma sorusu, "Ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?" şeklindedir. Yapılan çalışmada K-Pop dinleme/müzik videoları izleme durumunun cinsiyete göre manidar düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Bulgulara bakıldığında K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyenlerin oranı kadınlarda %37,9 erkeklerde ise %7,7 olduğu görülebilmektedir. Bu bakımdan kadınların erkeklere oranla daha fazla K-Pop dinlediği/müzik videoları izlediği söylenebilmektedir. Erkek K-Pop gruplarının genellikle büyük ölçüde kadın hayranlardan oluşan bir takipçi kitlesine sahipken, kadın K-Pop gruplarının hem kadın hem de erkeklerden oluşan daha çeşitli bir dinleyici profiline sahip olduğu belirtilmektedir (Lee ve Yi, 2020; Putri, 2021). Lakin K-Pop idolleri ve müzik videoları aracılığıyla kadınların gücü, özgürlüğü ve eşitliğine yönelik verilen mesajlar ve özellikle feminizmin yükselişi, son yıllarda kadın hayranların, kadın K-Pop grubu idollerine olan ilgisinin artmasına neden olmuştur. Örneğin Mamamoo adlı kadın K-Pop grubunun konserleri %82,8 oranında kadınlar, %17,2 oranında ise erkek izleyiciler tarafından izlenmiştir (Lee ve Yi, 2020; Putri, 2021). K-Pop müzik türünün veya idollerinin, insan duygularına, fiziksel güzelliğe ve estetiğe önem vermesinin de kadınların erkeklerden daha fazla K-Pop'a yönelmesine neden olabileceği belirtilmektedir (Okan ve Kara, 2024). Kadın hayranlar K-Pop idolleriyle daha samimi ve duygusal ilişkiler kurabilmektedir (Okan ve Kara, 2024; Aykut, 2022). Aykut (2022) tarafından yapılan çalışmada da K-Pop gruplarından en

çok BTS grubunun dinlendiği ve bu grubun özellikle kadınlar tarafından içselleştirildiği belirtilmektedir.

Pazarlama stratejisi kapsamında, erkek K-Pop idollerinin bedenlerinin, görüntülerinin ve davranışlarının dişileştirilerek sunulduğu belirtilmektedir. Bu bakımdan erkek K-Pop idollerinin hem yakışıklılık hem de sevimlilik ve güzellik özellikleri vurgulanmaktadır. Bunun yanı sıra erkek idoller centilmenlik, naziklik gibi temiz özellikler etrafında şekillendirilmektedir. Dolayısıyla bu idoller, dişileştirilmiş âşık olunacak ideal erkeklik imajı etrafında sunulmaktadır. Bu stratejide özellikle kadınlar üzerinde etkili olmaktadır (Binark ve Karataş-Özaydın, 2019; Keskin, 2020a; Keskin, 2022b). Keskin (2020a) tarafından yapılan çalışmada da BTS adlı erkek K-Pop grubunun üyelerinin hem âşık olunacak, yakışıklı kişiler olarak hem de tatlı ve sevimli kişiler olarak görüldüğü ortaya konmuştur. Erkek idollerin dişileştirilmesi kadınların hayranlığı ile karşılık bulurken erkeklerin ise bu durumu dışlamasına neden olabilmektedir. Çünkü Türkiye’de toplumsal cinsiyet rolleri bakımından erkeklere güçlü olmak, saldırgan olmak ve duygusal olmamak gibi kalıplar dayatılmakta; bu algılar da erkeklerin günlük davranışlarını, alışkanlıklarını, beğenilerini ve ilgi alanlarını etkilemektedir. Bu bakımdan K-Pop dinleyen erkeklerin eril veya erkeksi olamayacağı, erkek olma açısından eksik oldukları ve Türk erkeği profiline uymadığı düşünülmektedir. Hatta bu durum yüzünden K-Pop dinleyen erkeklerin dışlandığı ve zorbalığa uğradığı belirtilmektedir. Bunun yanı sıra K-Pop dinleyen kadınlarında, erkekler tarafından zorbalığa uğradığı belirtilmektedir. Bu açıdan K-Pop idollerinin hem tarzları hem de ürettikleri müzik bakımından Türkiye’de bulunan erkeklere hitap etmediği belirtilmektedir (Okan ve Kara, 2024; Torlak ve Demir, 2025). Yapılan çalışmalara bakıldığında da kadınların erkeklere göre daha fazla K-Pop dinlediği/müzik videoları izlediği görülebilmektedir. Bu bakımdan bu çalışmada elde edilen bulgu yapılan diğer çalışmalarla uyumludur (Aykut, 2022; Keskin, 2022b; Okan ve Kara, 2024; Özkaya, 2020; Yalvaç-Arıcı ve Çetin, 2022).

Bu çalışmanın 6. araştırma sorusu, “Ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu okul türüne göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” şeklindedir. Yapılan çalışma da K-Pop dinleme/müzik videoları izleme durumunun okul türüne göre manidar düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Bulgulara bakıldığında K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyenlerin oranının, ortaokulda %34,4, lise de ise

%21,3 olduğu görülebilmektedir. Bu bakımdan K-Pop dinleme/ müzik videolarını izleme durumu ortaokuldaki öğrencilerde, lisede olan öğrencilere oranla istatiksels olarak manidar olacak şekilde daha fazla görülmektedir denilebilir. Bu çalışmanın “Ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” şeklinde olan 7. araştırma sorusunun cevaplanabilmesi için yapılan analizde de sınıf düzeyine göre K-Pop dinleme/müzik videoları izleme durumunun manidar düzeyde farklılaştığı görülebilmektedir. Bulgulara bakıldığında K-Pop dinleyenlerin/müzik videolarını izleyenlerin oranının sınıf düzeyi arttıkça azaldığı; diğer sınıf düzeylerine göre ise en çok 5. Sınıfta olduğu görülebilmektedir.

Kore dalgası (Hallyu) içerisinde yer alan K-Pop, ergenlik dönemindeki bireylerin kimlik arayışı sürecinde rol modeller edinme gereksinimlerini dikkate alarak, gençlere özdeşim kurabilecekleri ve taklit edebilecekleri idoller sunmaktadır. Bu süreçte K-Pop sanatçıları yalnızca popüler kültür figürleri değil, aynı zamanda gençlerin sosyal, duygusal ve kültürel ihtiyaçlarını karşılayan yönlendirici semboller hâline gelebilmektedir (Ninggalih, 2011). Son yıllarda K-Pop grupları çoğunlukla genç yaşlardaki idollerden oluşmaktadır. Örneğin, NewJeans adlı K-Pop grubunun 5 kadın üyesi bulunmakta olup, grubun çıkış yaptığı dönemde en küçük üye 14, en büyük üye ise 18 yaşındadır (Korezin, 2022). Bu bakımdan lisede öğrenim gören ergenlere göre yaşları daha küçük olan ortaokul öğrencilerinin, bu idolleri kendilerine örnek alarak taklit etme olasılıklarının daha yüksek olabileceği söylenebilir. Dolayısıyla lise de öğrenim gören öğrencilere göre ortaokulda öğrenim gören ergenlerin daha fazla K-Pop dinleme/müzik videolarını izlemeye yönelmesi bu şekilde açıklanabilir.

Ortaokul öğrencileri ile yürütölen bir çalışmada da K-Pop müziğinin kendini sevmeye, kendinle barışık olma, kendine değeri verme ve kendin gibi olmak gibi bireyselleştirme vurgusu yaptığı ve bu bakımdan öğrencilerin bu mesajlar aracılığıyla kendilerini daha mutlu hissettiği belirtilmektedir (Okan ve Kara, 2024). Bunun yanı sıra yapılan çalışmalar, K-Pop hayranlarının bu müzik türü sayesinde sosyalleştiğini ve aidiyet duygusu geliştirdiğini ortaya koymaktadır (Keskin, 2020a, 2020b; Lou, 2024). Erken ergenlik dönemi de sosyalleşmenin ve akran ilişkilerinin önemli olduğu ve birçok değeri ve davranış şekillerinin öğrenildiği bir dönemdir (Bayhan ve Işıtan, 2010; Schmid vd., 2011). Erken ergenlik döneminin ortaokul çağlarına geldiği

düşünüldüğünde bu dönemin etkisiyle ortaokulda öğrenim gören ergenlerin lisede öğrenim gören ergenlere göre daha fazla K-Pop dinlediği ve müzik videolarını izlediği de söylenebilir. Bunun yanı sıra lisede öğrenim gören ergenlerin okul stresi, sınav, akran baskısı, toplum baskısı gibi sorunlarla daha çok boğuştuğu ve bu yüzden sosyal medya kullanımının daha az olabileceği düşüldüğünde, ortaokul öğrencilerinin daha fazla K-Pop'a yönelmesi beklenebilir. Yalvaç-Arıcı ve Çetin (2022) tarafından yapılan çalışmada da K-Pop dinleyen katılımcıların okul türlerine bakıldığında, ortaokulda öğrenim görenlerin sayısının daha fazla olduğu görülebilmektedir.

Çocukluktan ergenliğe geçiş döneminde bulunan 10 yaşındaki kız çocuklarının K-Pop'un etkisi altında daha fazla kaldığı belirtilmektedir. Bu yaş grubundaki bireylerin, K-Pop'un etkileyici sahne performanslarına, renkli ve göz alıcı kıyafetlerine, estetik unsurlarına daha fazla odaklandıkları ifade edilmektedir. Özellikle bu yaş grubunun K-Pop müziğinin danslarını yapma ve şarkılarını söyleme konusunda daha istekli olduğu; dikkat ve ilgi bağlamında bu müzik türüne daha çok yöneldiği belirtilmiştir (Kütükçü, 2023). Bu durum, araştırma sonucunda elde edilen "K-Pop dinleyenlerin/müzik videolarını izleyenlerin oranı diğer sınıf düzeylerine göre en çok 5. Sınıfta görülmektedir" bulgusu ile uyumludur. Dolayısıyla ortaokulda bulunan ve sınıf düzeyi bakımından da daha alt seviyelerde olan öğrencilerin, lisede bulunan öğrencilere göre, ilgi ve dikkat bakımından daha çok K-Pop'un renkli ve etkileyici dünyasının etkisi altında kaldığı ve bu müzik türüne yöneldiği söylenebilir.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgulara dayalı olarak elde edilen sonuçlara ve önerilere yer verilmiştir.

5.1. Sonuç

1. Ergenlerin beden memnuniyeti düzeylerinin, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı biçimde küçük düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin beden memnuniyeti düzeyleri, K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre daha düşüktür.

2. Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı biçimde küçük düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri, K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre daha düşüktür.

3. Ergenlerin toplumsal cinsiyet algılarının, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre anlamlı biçimde küçük düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin, K-Pop dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre daha eşitlikçi görüşlere sahip oldukları belirlenmiştir.

4. Cinsiyete göre ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu, oransal olarak kadın ergenlerde daha sık görülmektedir.

5. Okul türüne göre ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu oransal olarak ortaokulda daha sık görülmektedir.

6. Sınıf düzeyine göre ergenlerin K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumunun anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumu oransal olarak 5.sınıf düzeyinde daha sık görülmektedir.

5.2. Öneriler

1. Bu çalışmada, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumuna göre ergen bireylerin beden memnuniyeti, psikolojik sağlamlık düzeyleri ve toplumsal cinsiyet algılarında anlamlı farklılıklar olduğu ortaya konmuştur. Bu farklılaşmanın altında yatan deneyimlerin daha derinlemesine anlaşılması amacıyla, nitel bir yaklaşımla yapılandırılmış fenomenolojik bir araştırmanın yürütülmesi önerilmektedir.

2. Araştırma bulgularına göre, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme davranışının özellikle ortaokul düzeyindeki öğrenciler arasında yaygın olduğu, bu yaygınlığın ise en belirgin biçimde 5. sınıf düzeyinde gözlemlendiği saptanmıştır. Bu doğrultuda, K-Pop'un etkilerini yaş düzeyine özgü olarak inceleyen, özellikle 5. sınıf öğrencilerine odaklanan bir araştırmanın gerçekleştirilmesi literatüre katkı sağlayabilir.

3. Mevcut çalışmada, ergenlerin beden memnuniyeti, psikolojik sağlamlık düzeyleri ve toplumsal cinsiyet algıları, K-Pop dinleme/müzik videolarını izleme durumlarına göre (Evet-Hayır) karşılaştırmalı olarak incelenmiştir. Çünkü K-Pop hayranlık düzeyini ölçmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçeğin bulunmadığı tespit edilmiştir. Bu nedenle, K-Pop hayranlığına özgü bir ölçme aracı geliştirilmesi ve bu ölçek aracılığıyla daha kapsamlı istatistiksel analizlerin yapılması, alandaki metodolojik çeşitliliği artıracaktır.

4. Bu çalışmada K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre beden memnuniyeti düzeylerinin daha az seviyede olduğu bulunmuştur. Ergenlerin K-Pop müziğine sosyal medya platformları aracılığıyla ulaştığı göz önüne alınırsa rehberlik servisi tarafından K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlere, müzik videolarındaki beden algısı ve güzellik normlarına eleştirel gözle bakmasını sağlayacak yani medya içeriklerini daha bilinçli tüketmelerini sağlayacak medya-okur yazarlığı eğitimi verilebilir.

5. Bu çalışmada K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlerin dinlemeyen/müzik videolarını izlemeyen ergenlere göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha az seviyede olduğu bulunmuştur. K-Pop'un hayranları üzerinde bazı durumlarda stres yarattığı hatta bazı hayranların dışlanmaya veya zorbalığa uğradığı

belirlenmektedir. Bu bakımdan K-Pop'un psikolojik sağamlık üzerindeki olumsuz etkisini azaltmak için okul rehberlik servisi tarafından, K-Pop dinleyen/müzik videolarını izleyen ergenlere stresle başa çıkma, öz şefkat, zorbalıkla başa çıkma konularında psikolojik destek verilebilir.

6. Okul rehberlik servislerinin, öğrencilerin K-Pop ile olan etkileşimlerini izleyerek beden algısı ve psikolojik sağamlık gibi gelişimsel alanlarda risk faktörlerini belirlemesi ve bu doğrultuda önleyici müdahale stratejileri geliştirmesi önem arz etmektedir. Bu tür müdahaleler, öğrencilerin medya ile kurdukları ilişkileri daha sağlıklı bir zemine taşıyabilir ve gelişimsel açıdan destekleyici bir okul ortamının oluşturulmasına katkı sağlayabilir.



KAYNAKÇA

- Abakay, U., Alıncak, F. ve Ay, S. (2017). Üniversite öğrencilerinin beden algısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 12-18.
- aespa, "Next Level" Müzik Videosu ile Merakla Beklenen Geri Dönüşünü Gerçekleştirdi. (2021, 17 Mayıs). Korezin. 20 Haziran 2025 tarihinde <https://www.korezin.com/2021/05/17/aespa-next-level-muzik-videosu-ile-merakla-beklenen-geri-donusunu-gerceklestirdi/> adresinden erişilmiştir.
- Ahern, N. R., Ark, P., & Byers, J. (2008). Resilience and coping strategies in adolescents—additional content. *Nursing Children and Young People*, 20(10), 32-36.
- Ainslie, M. J. (2017). Korean soft masculinity vs. Malay hegemony: Malaysian masculinity and Hallyu fandom. *Korea Observer*, 48(3), 609-638.
- Akar, A. (2018). *Psikolojik sağlık programının ergenlerin psikolojik sağlık düzeyine etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Akbayır, S. (2023). *Geç ergenlik dönemindeki gençlerde flört şiddetinin, toplumsal cinsiyet algısı ve empati düzeyi ile ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Akfırat, N. ve Özsoy, M. (2021). Türkiye’de psikolojik sağlık ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin incelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 4(1), 26-42.
- Akın, A. ve Demirel, S. (2003). Toplumsal cinsiyet kavramı ve sağlığa etkisi. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 73- 82.
- Aldan, D. (2013). *Üniversite öğrencilerinde beden imajı ve ilişkili değişkenlerin üçlü etki modeli kapsamında incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Uludağ Üniversitesi.
- Al-Harigy, L. M., Al-Nuaim, H. A., Moradpoor, N., & Tan, Z. (2022). Building towards automated cyberbullying detection: A comparative analysis. *Computational Intelligence and Neuroscience*, 2022(1), 4794227. <https://doi.org/10.1155/2022/4794227>.
- Alibekiroğlu, P. B., Akbaş, T., Ateş, F. B. ve Kırdök, O. (2018). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı etkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27(2), 1-17.
- Almqvist-Ingersoll, P. (2019). *Conceptually androgynous: The production and commodification of gender in Korean pop music* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Umea Universitet.

- Altat, H. (2019). Body image dissatisfaction theory and its impact on female representation in media: A case study. *International Review of Literary Studies*, 1(1), 25-38.
- Altınova, H. H. ve Duyan, V. (2013). Toplumsal cinsiyet algısı ölçeğinin geçerlik güvenirlik çalışması. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 24(2), 9-22.
- Altıntaş, A. ve Aşçı, F. H. (2005). Fitnes uzmanlarının bedenlerine yönelik algıları. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 101-104.
- Angela, L. (2023). From Screens to Souls: Parasocial Relationship, Belongingness, and Zest for Life Among Emerging Adulthood K-pop Fans. *The Asian Conference on Psychology & the Behavioral Sciences 2024 Official Conference Proceedings* içinde (ss. 203-215). Tokyo, Japan.
- Anlı, G., Akın, A., Eker, H. ve Özçelik, B. (2015). Bedeni beğenme ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 36, 505-511. <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2906>.
- Arıcı, A. ve Artan, T. (2022). Psikolojik sağlamlığın gelişiminde aracı bir değişken olarak öz anlayış. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 6(2), 131-142.
- Arıcı, H. ve Çetin, H. (2022). K-Pop'un ergenlerde dini değerlere etkileri. *Tasavvur/Tekirdağ İlahiyat Dergisi*, 8(1), 561-598. <https://doi.org/10.47424/tasavvur.1090786>.
- Arnett, J. J. (2005). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Journal of Youth and Adolescence*, 34(1), 1-11.
- Arrington, E. G., & Wilson, M. N. (2000). A re-examination of risk and resilience during adolescence: Incorporating culture and diversity. *Journal of Child and Family Studies*, 9(2), 221-230.
- Arslan, A. (2006). Medyanın birey, toplum ve kültür üzerine etkileri. *International Journal of Human Sciences*, 1(1), 1-12.
- Arslan, G. (2015a). Çocuk ve genç psikolojik sağlamlık ölçeğinin (ÇGPSÖ) psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12.
- Arslan, G. (2015b). Ergenlerde psikolojik sağlamlık: Bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(44), 73-82.
- Arslan, M. (2020). Lise öğrencilerinin beden algısı ve yeme tutumunun incelenmesi ve bunların BKİ (Beden Kitle İndeksi) ile ilişkisinin değerlendirilmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 11(26), 107-117. <https://doi.org/10.21076/vizyoner.651699>.

- Arslan, Y. (2019). *Adölesanların yeme tutum ve davranışları ile beden algısı üzerine bir araştırma* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Arslangiray, N. (2013). *Üniversite öğrencilerinde beden imajının yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve toplumsal cinsiyet rolleri* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Asa, S. (2019). *Güney Kore popüler kültürünün (Hallyu) imam hatip lisesi öğrencilerine etkisi üzerine bir alan araştırması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Asan, H. T. (2010). Ders kitaplarında cinsiyetçilik ve öğretmenlerin cinsiyetçilik algılarının saptanması. *Fe Dergi*, 2(2), 65-74.
- Aslan, D. (2004). Beden algısı ile ilgili sorunların yaratabileceği beslenme sorunları. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 13(9), 326-329.
- Aslan, H. (2017). *Ortaokul öğrencilerinin beden imajı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve bu değişkenlerin çeşitli demografik özellikler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Aslan, H. ve Koç, Z. (2018). Ortaokul öğrencilerinin beden imajı ve sosyal kaygı düzeyleri. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 65-77.
- Atik, D. ve Örtten, T. (2008). İdeal beden imgesini oluşturan sosyal ve kurumsal faktörler ve bu idealin bireyler üzerindeki etkileri. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 25(1), 17-35.
- Atıkaslan, H. O. (2022). Türkiye’de k-pop hayranlığı ve dijital emek: Twitter hayran hesapları. *Intermedia International E-journal*, 9(17), 212-234.
- Avalos, L., Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. (2005). The body appreciation scale: Development and psychometric evaluation. *Body Image*, 2(3), 285-297.
- Aydın, B. ve Kavuncu, N. (1991). Farklı sosyo-ekonomik düzeylerdeki lise öğrencilerinde cinsiyet rollerinin araştırılması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 1(2), 53-65.
- Aydın, M. ve Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Ayisi, D. N., & Krisztina, T. (2022). Gender roles and gender differences dilemma: an overview of social and biological theories. *Journal of Gender, Culture and Society*, 2(1), 51-56.
- Aykut, A. (2022). *Hallyu: Kore dalgasının imam-hatip lisesi öğrencileri üzerindeki etki ve sonuçları (K-pop müzik örneği)* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Akdeniz Üniversitesi.

- Bandura, A. (1969), Social learning theory of identification processes. A.R. Goslin (Ed.), *Handbook of socialization theory and research* içinde (ss. 213-262). Rand McNally.
- Bandura, A., & National Inst of Mental Health. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall, Inc.
- Basow, S. A. (1992). *Gender: Stereotypes and roles* (3rd ed.). Thomson Brooks/Cole Publishing.
- Bayhan, P. ve Işıtan, A. G. S. (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: Akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 33-44.
- Beauvais, F. & Qetting, E. R. (1999). Drug use, resilience, and the myth of the golden child. M. D. Glantz ve J. L Johnson (Ed.), *Resilience and development: Positive life adaptations* içinde (ss. 101-107). Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88(4), 354–364. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.88.4.354>.
- Berk, L. (2007). *Development through the Lifespan*. Allyn and Bacon, Boston. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>.
- Binark, M. (2018a). Romantik düşler fabrikası Kore dramalarından Kore politikasına. *Varlık Dergisi*, 1331, 75-80.
- Binark, M. (2018b). K-Pop fenomeni: Bts' nin ve Exo'nun dayanılmaz çekiciliğinin ekonomi politiği. *Varlık Dergisi*, 42-49.
- Binark, M. (2019a). *Kültürel diplomasi ve Kore dalgası "Hallyu"*. Siyasal Kitapevi.
- Binark, M. (2019b). Güney Kore hükümetlerinin kültür politikaları ve sinema endüstrisi destekleri. *sinecine: Sinema Araştırmaları Dergisi*, 10(1), 147-172.
- Binark, M. ve Karataş-Özaydın, Ş. (2019). Porselen yüzleri ve dişilleştirilmiş erkek bedenleriyle kurgulanmış K-Erkeklik imgesi: Güney Kore yaratıcı içerik endüstrisi ve âşık olunacak "Hallyu Yıldızları". T. Durna ve N.Durna (Ed.), *Aşkın halleri: Aşk üzerine disiplinlerarası bir inceleme* içinde (ss. 165-189). Umag yayınları.
- BLACKPINK'in "DDU-DU DDU-DU" MV'si 1 Milyar Görüntülemeye Ulaştı. (2019, 11 Kasım). Korezin. 20 Haziran 2025 tarihinde <https://www.korezin.com/2019/11/11/blackpinkin-ddu-du-ddu-dumvsi-1-milyar-goruntulenmeye-ulasti/> adresinden erişilmiştir.
- Block, J. H. (1973). Conceptions of sex role: Some cross-cultural and longitudinal perspectives. *American Psychologist*, 28(6), 512–526. <https://doi.org/10.1037/h0035094>.

- Boğazkesen, F., Yiğit, S. ve Bulut, M. B. (2024). Parasosyal etkileşim kuramı bağlamında benlik saygısı, kişilik özellikleri (K-pop hayranları üzerine çalışma). *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, 14(2), 41-55.
- Bok-Rae, K. (2015). Past, present and future of Hallyu (Korean Wave). *American International Journal of Contemporary Research*, 5(5), 154-160.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?. *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Borazan-Karadeniz, T. (2022). K-pop, k-drama unsurlarının Türk tüketicilerin Kore ürünleri satın alma niyeti üzerine etkisi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Boschi, V., Siervo, M., D'Orsi, P., Margiotta, N., Trapanese, E., Basile, F., Nasti, G., Papa, A., Bellini, O., & Falconi, C. (2003). Body composition, eating behavior, food-body concerns and eating disorders in adolescent girls. *Annals of Nutrition & Metabolism*, 47(6), 284-293. <https://doi.org/10.1159/000072401>.
- Boylu, A., Ayan, H. ve Bilgin, İ. (2016). Toplumsal cinsiyet ve ev teknolojilerinin kullanımına etkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 955-965.
- Brunstrom, J. M., Davison, C. J. ve Mitchell, G. L. (2005). Dietary restraint and cognitive performance in children. *Appetite*, 45(3), 235-241. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2005.07.008>.
- BTS:7 Eğlenceli Adam!. (2019, 27 Ağustos). Korezin. 20 Haziran 2025 tarihinde <https://www.korezin.com/2019/08/27/bts-7-eglenceli-adam/> adresinden erişilmiştir.
- Bussey, K., & Bandura, A. (1999). Social cognitive theory of gender development and differentiation. *Psychological Review*, 106(4), 676-713.
- Butryn, M. L. ve Wadden, T. A. (2005). Treatment of overweight in children and adolescents: Does dieting increase the risk of eating disorders?. *The International Journal of Eating Disorders*, 37(4), 285-293. <https://doi.org/10.1002/eat.20098>.
- Büyüköztürk, Ş. (2023). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (30. Baskı). Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (14.Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Calogero, R. M. (2012). Objectification theory, self-objectification, and body image. T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* içinde (ss. 574-580). Elsevier Academic Press.

- Cash, T. F. (2002). Cognitive behavioral perspectives on body image. T. F. Cash, & T. Pruzinsky (Eds.), *Body images: A handbook of theory, research, and clinical practice* içinde (ss. 269-276). Guilford.
- Cash, T. F. ve Fleming, E. C. (2002). The impact of body image experiences: Development of the body image quality of life inventory. *International Journal of Eating Disorders*, 31(4), 455–460. <https://doi.org/10.1002/eat.10033>.
- Cash, T. F., Santos, M. T., & Williams, E. F. (2005). Coping with body-image threats and challenges: Validation of the body image coping strategies inventory. *Journal of Psychosomatic Research*, 58(2), 190-199.
- Cash, T. F. (2012). Cognitive-behavioral perspectives on body image. T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* içinde (ss. 334-342). Elsevier Academic Press.
- Celio, A. A., Winzelberg, A. J., Wilfley, D. E., Eppstein-Herald, D., Springer, E. A., Dev, P., & Taylor, C. B. (2000). Reducing risk factors for eating disorders: Comparison of an Internet-and a classroom-delivered psychoeducational program. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(4), 650–657.
- Cenkseven, F. (2002). Ergenlerin cinsiyet ve cinsiyet rollerinin benlik imajına etkisi. *Eğitim ve Bilim*, 27(125), 28-35.
- Chong, J. (2005). The biological and social construction of gender differences and similarities: A psychological perspective. *The Review of Communication*, 5(4), 269-271.
- Cohen, J. (1969). *Statistical power analysis for the behavioral science*. Academic Press.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum.
- Cohen, J. (2019). Parasocial interaction: A review of the literature and a model for future research. *Media Psychology*, 23(3), 358-378.
- Connell, R.W. (2002). *Gender*. Polity Press.
- Cooley, E. ve Toray, T. (2001). Body image and personality predictors of eating disorder symptoms during the college years. *International Journal of Eating Disorders*, 30(1), 28–36. <https://doi.org/10.1002/eat.1051>.
- Çakmak-Yıldızhan, Y. ve Demir, V. (2024). Spor lisesi öğrencilerinin psikolojik sağlık, algılanan sosyal destek ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi/An investigation of psychological resilience, perceived social support and life satisfaction levels among sports high school students. *Anatolia Sport Research*, 5(3), 10-21. <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliasr.65>.

- Çelik, A., Pasinlioğlu, T., Tan, G. ve Koyuncu, H. (2013). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet eşitliği tutumlarının belirlenmesi. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 21(3), 181-186.
- Çelik-Demirtaş, S. (2019). *Ergenlerde toplumsal cinsiyet algısı* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Çınar, H. ve Keskin, N. (2015). Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının öğrenim yeri tercihlerine etkisi. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 14(4), 457-464.
- Çifçi, S., Saka, G. ve Akın, A. N. (2022). Gender perception and affecting factors: Example of Mardin. *Turkish Journal of Public Health*, 20(1), 1-13. <https://doi.org/10.20518/tjph.944284>.
- Çubukçu, H. ve Sivaslıgil, P. (2007). 7. sınıf İngilizce ders kitaplarında cinsiyet kavramı. *Dil Dergisi*, (137), 7-19.
- Danış, M. Z., Yüce, O., Büber, Ö., Gültaş, M. ve Korkut, O. (2019). Üniversite öğrencilerinin negatif beden algısıyla içe kapanma yalnızlık durumunun analizi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(63), 1000-1011.
- Danilova, A. (2021). Characteristics of body image as a structural component of subjective well-being. *E3S Web of Conferences*, 273, 10021. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202127310021>.
- Davis, C. (1997). Normal and neurotic perfectionism in eating disorders: An interactive model. *International Journal of Eating Disorders*, 22(4), 421-426. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(199712\)22:4<421::AID-EAT7>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(199712)22:4<421::AID-EAT7>3.0.CO;2-O).
- Demir, B. D. (2006). *Liseye devam eden kız öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ve beden algısını etkileyen etmenler* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi*, 63, 19-21.
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Doğan, T. (2021). *İnternet ve sosyal medya kullanım sıklığının yeme bozuklukları, beden algısı ve yeme davranışı ile ilişkisinin değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi.
- Dökmen, Z.Y. (2009). *Toplumsal cinsiyet sosyal psikolojik açıklamalar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Dunkley, T. L., Wertheim, E. H. ve Paxton, S. J. (2001). Examination of a model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence*, 36(142), 265–279.
- Durkin, S. J., Paxton, S. J. ve Wertheim, E. H. (2005). How do adolescent girls evaluate body dissatisfaction prevention messages?. *The Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine*, 37(5), 381–390. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2004.08.006>.
- Dündar, Ö. Z. (2012). Toplumsal cinsiyet rollerinin televizyon reklamlarına yansması. *Ethos: Felsefe ve Toplumsal Bilimlerde Diyaloglar*, 5(1), 121-136.
- Dwiputeri, L., & Maulina, V. V. R. (2015). Kontribusi body comparison dengan artis K-pop perempuan terhadap body dissatisfaction (Studi pada remaja perempuan Indonesia fans K-pop). *Jurnal Perkotaan*, 7(1-2), 58-76. <https://doi.org/10.25170/perkotaan.v7i1-2.271>.
- Dwyer, J. T., Feldman, J. J., & Mayer, J. (1967). Adolescent dieters: who are they? Physical characteristics, attitudes and dieting practices of adolescent girls. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 20(10), 1045–1056. <https://doi.org/10.1093/ajcn/20.10.1045>.
- Eagly, A. H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social-role interpretation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Eagly, A. H., & Wood, W. (1999). The origins of sex differences in human behavior: Evolved dispositions versus social roles. *American Psychologist*, 54(6), 408-423.
- Eagly, A. H., & Wood, W. (2012). Social role theory. *Handbook of Theories of Social Psychology*, 2(9), 458-476.
- Earvolino-Ramirez, M. (2007). Resilience: A concept analysis. *Nursing Forum*, 42(2), 73–82. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6198.2007.00070.x>.
- Ecevit, Y. (2021). *Toplumsal cinsiyet eşitliğinin temel kavramları*. CEİD Yayınları.
- Eminağaoğlu, N. (2006). *Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (sağlamlık)* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ege Üniversitesi.
- Eryiğit, M. (2021). *İlkokul ve lise öğrencilerinin toplumsal cinsiyet algısının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi.
- Esen, E., Öztürk, B. ve Siyez, D. M. (2018). Toplumsal cinsiyet algısı ölçeği ergen formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 6(12), 144-173.
- Evrin, S. (1972). *Şahsiyet alanında psikososyolojik bir kavram olarak rol sorununa giriş*. İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi.

- Fausto-Sterling, A. (1993). The five sexes: Why male and female are not enough. *The Sciences*, 33(2), 20-24. <https://doi.org/10.1002/j.2326-1951.1993.tb03081.x>.
- Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health*, 26(1), 399-419.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS* (4. Baskı). Sage Pub.
- Flach, F. (1988). *Resilience: Discovering a new strength at times of stress*. Ballantine Books.
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Higgitt, A., & Target, M. (1994). The Emanuel Miller memorial lecture 1992 the theory and practice of resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35(2), 231-257.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173-206.
- Freedman, J. J., Sears, D. O., Carlsmith, J.M. (1989). Cinsiyet rolleri. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 22(2), 687-724. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000001414.
- Garcia-Dia, M. J., DiNapoli, J. M., Garcia-Ona, L., Jakubowski, R., & O'Flaherty, D. (2013). Concept analysis: Resilience. *Archives of Psychiatric Nursing*, 27(6), 264-270. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2013.07.003>.
- Geun, L. (2009). A soft power approach to the “Korean wave”. *The Review of Korean Studies*, 12(2), 123-137.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129-142.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Harvard University Press.
- Gilligan, C. (1996). The centrality of relationship in human development: A puzzle, some evidence, and a theory. K. Fischer & G. Noam (Eds.), *Development and vulnerability in close relationships* içinde (ss. 97-118). Lawrence Erlbaum.
- Gilligan, C., Brown, L., & Rogers, A. (1990). Psyche embedded: A place for body, relationships, and culture in personality theory. A. Rabin, R. Zucker, R. Emmons, & S. Frank (Eds.), *Studying persons and lives* içinde (ss. 86-147). Springer.

- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(28), 113-128.
- Gizir, C. ve Aydın, G. (2006). Psikolojik sağamlık ve ergen gelişim ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(26), 87-99.
- Glare, P. G. W. (1968). *Oxford latin dictionary*. London: Oxford University.
- Glick, P., & Fiske, S.T. (1996). The ambivalent sexism inventory: Differentiating hostile and benevolent sexism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 491-512.
- Gökçe, G. (2017). *Lise öğrencilerinde benlik saygısı ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.
- Gökçe, Ş. I. (2024). *Ergenlerde psikolojik sağamlık düzeyinin yordayıcısı olarak aile içi iletişim kalıpları* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gaziantep Üniversitesi.
- Gökoğlu, S. (2022). Türkiye’de toplumsal cinsiyet algısı. *SOCIAL SCIENCES STUDIES JOURNAL (SSSJurnal)*, 7(82), 2049-2058.
- Greene, R.R., & Conrad, A.P. (2002). Basic assumptions and term. R.R. Greene (Ed.), *Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research* içinde (ss. 29-62). NASW Press.
- Grogan, S., & Richards, H. (2002). Body image: Focus groups with boys and men. *Men and Masculinities*, 4(3), 219-232.
- Gülmez, Ö. Ö. (2022). *Cinsiyetsizleştirme ve BTS örneği* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-88.
- Gürkan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Güven, G. ve Solmaz, D. Y. (2022). Kadın ve erkek bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 8(2), 24-38.
- Güvendi, N. (2023). Toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında Türk kültüründe kadın: Kuramsal bir tartışma. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 27(3), 551-564.

- Habibah, N. U., Tsani, A. F. A., & Sumarni. (2021). The effect of Korean wave on body image and eating disorders among female adolescents in Yogyakarta, Indonesia. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 18(2), 78-85. <https://doi.org/10.22146/ijcn.63151>.
- Hacıoğlu, M. (2017). Üniversite öğrencilerinin beden imgesi hoşnutluğu ve iletişim becerilerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 1-16.
- Hamurcu, P. (2014). *Obez bireylerde benlik saygısı ve beden algısının değerlendirilmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Bilim Üniversitesi.
- Hanley, F. (2004). *The dynamic body image and the moving body: A theoretical and empirical investigation* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Victoria University.
- Harper, D. (2025,10 Haziran). *Origin and history of resilience*. Online Etymology Dictionary. <https://www.etymonline.com/word/resilience>.
- Harris, D.V. (1987). The female athlete. J. R. May & M. J. Asken (Eds.), *Sport psychology: The psychological health of the athlete* içinde (ss. 99-166). New York: PMA.
- Hassamancıoğlu, U. ve Ceylan, Ş. (2023). Beden algısı ile ilgili kuramlar. M. Kale (Ed.), *Beden Algısı* içinde (ss. 17-53). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Heilman, M. E. (2001). Description and prescription: How gender stereotypes prevent women's ascent up the organizational ladder. *Journal of Social Issues*, 57(4), 657-674.
- Helvacıoğlu, F. (1996). *Ders kitaplarında cinsiyetçilik*. Kaynak Yayınları.
- Henderson, N., & Milstein, M. M. (2003). *Resiliency in schools: Making it happen for students and educators* (Updated ed.). Corwin Press.
- Hill, J. P., & Lynch, M. E. (1983). The intensification of gender-related role expectations during early adolescence. J. Brooks-Gunn & A. C. Petersen (Eds.), *Girls at puberty: Biological and psychosocial perspectives* içinde (ss. 201-228). Springer.
- Hoffman, L. W. ve Kloska, D. D. (1995). Parents' gender-based attitudes toward marital roles and child rearing: Development and validation of new measures. *Sex Roles*, 32(5), 273-295.
- Hong, S. (2013). Hallyu as a digital culture phenomenon in the process of globalization: A theoretical investigation on the global consumption of Hallyu seen in France. *Journal of Communication Research*, 50(1), 157-192.

- Huang, L. (2024). I can fix him: A mixed-method analysis of psychological effects of parasocial relationships in adolescent K-Pop fans. *Young Researcher*, 8(1), 120-134.
- Hunter, A. J., & Chandler, G. E. (1999). Adolescent resilience. *Image: The Journal of Nursing Scholarship*, 31(3), 243-247.
- Işık, Ş., Kararımak, Ö., Aydoğan, D., Üzbe Atalay, N., Mutlu Çaykuş, T., Demir, Ö. O. ve Yaşar, S. M. (2021). Psikolojik sağlamlık. M. Ağar ve E. Aydın (Eds.), *Psikolojik sağlamlık: Psikolojik danışman/rehber öğretmenler için içinde* (ss. 5-25). T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Gazi Mesleki Eğitim Merkezi Matbaası.
- İçingür, A. (2019). *Beden algısının yeme davranışları ve yaşam tarzına etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Okan Üniversitesi.
- İkiz, F. E. ve Eriş, Y. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish of Turkic*, 8(6), 179-193.<http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.4726>.
- İriyari, M. (2022). *Yumuşak güç ve popüler kültür bağlamında Kore dalgası: K-Pop hakkında bir değerlendirme* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi.
- Jang, G., & Paik, W. K. (2012). Korean Wave as tool for Korea's new cultural diplomacy. *Advances in Applied Sociology*, 2(3), 196-202.
- Jin, F., Kim, S. H., Choi, Y. K., & Yoo, B. K. (2024). A study on the impact of hallyu (Korean Wave) on Korea's consumer goods exports to China: Panel analysis using big data and provincial-level Data. *Sustainability*, 16(10), 4083.
- Johnson, J. L., & Wiechelt, S. A. (2004). Introduction to the special issue on resilience. *Substance Use & Misuse*, 39(5), 657-670.
- Jung, E. (2019). *Türkiye'de Kore dizilerinin popüler olmasının nedenleri: Uyarlanan Kore dizileri çerçevesinde bir analiz* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Jung, S. (2010). Chogukjeok Pan-East Asian soft masculinity: Reading boys over flowers, coffee prince, and shinhwa fan fiction. D. Black, S. Epstein & A. Tokita (Eds.), *Complicated currents: Media flows, soft power and East Asia içinde* (ss. 8.1–8.16). Monash University ePress.
- Kalafat T. (2006). Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi (Tez No. 204900) (Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale On sekiz Mart Üniversitesi). YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>.

- Kalafat, T. ve Kıncal, R. Y. (2008). Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (23), 41-47.
- Kale, M., Akyol-Köksal, A. ve Karagöz, S. (2023). Beden algısı tanımı, tarihçesi ve beden algısıyla ilgili kavramlar. M. Kale (Ed.), *Beden Algısı* içinde (ss. 1-17). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kantoğlu, A., Çetin, N. Y. ve Erdoğan, A. (2018). Ergenlerde toplumsal cinsiyet algılarının sosyodemografik özelliklere göre değerlendirilmesi. *Konuralp Medical Journal*, 10(2), 175-187.
- Karadeniz, N. (2024). *Sosyal medya kullanan genç yetişkin bireylerde ruhsal belirti profilleri ile beden algısı, görünüş kaygısı ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Nişantaşı Üniversitesi.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(26), 129-142.
- Karakaya, H. (2018). Toplumsal cinsiyet algısı, din ve kadın. *Journal of Analytic Divinity*, 2(2), 36-62.
- Karaman, H. ve Özmen, Z. (2023). Kayseri’de K-pop ve K-dizilerinin popülerlik düzeyi: Gençler arasındaki ilginin değerlendirilmesi ve kültürel etkilerinin analizi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (15), 159-189.
- Karasar, N. (2022). *Bilimsel araştırma yöntemi* (37. Baskı). Nobel Yayın Dağıtım.
- Kaya, S. (2022). *Bağımlılık benzeri yeme davranışının algılanan romantik ilişki kalitesi, beden memnuniyeti, kişilik eğilimleri ve hedonistik yeme ile ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.
- Keskin, A. (2020a). Bts veya âşık olunacak erkeklik: YouTube’da netnografik bir analiz. *Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Medya ve İletişim Araştırmaları Hakemli E-Dergisi*, (6), 4-22.
- Keskin, A. (2020b). Parasosyal etkileşim açısından K-Pop fanlığı: Army hayran kültürü üzerinde bir inceleme. *İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi (İNİF E-Dergi)*, 5(1), 25-38.
- Keskin, A. (2022a). Gündelik hayat ve popüler kültür yaklaşımları çerçevesinden “K-Pop”. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 32(2), 783-794.
- Keskin, A. (2022b). *Güney Kore K-pop popüler kültürü ve Türkiye’deki yansımaları: Sosyolojik bir inceleme* (Tez No. 721412) [Doktora Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>.

- Keskin, A. (2023). Sosyolojik açıdan BTS'in müzik sahnesi: "Life Goes On" performansının analizi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(2), 800-816.
- Keskin, A. ve Binark, M. (2021). Türkiye'de K-Pop karşıtı söylem ve K-Pop hayranlarının taktiksel mücadelesi. *Moment Dergi*, 8(1), 144-167. <https://doi.org/10.17572/mj2021.1.144167>.
- Kılıç, N., Mammadov, M., Koçhan, K. ve Aypay, A. (2018). Üniversite öğrencilerinde genel öz yeterlik inancı ve beden imajının psikolojik sağlamlık düzeyini yordama gücü. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(4), 904-914. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2018044245>.
- Kim, Y. (2012, 31 Ocak). *BoA seonggong bigyeol: 3nyeongan hyuil eopsi 10siganssik yeonseup* [The success secret of BoA: Trained 10 hours a day for 3 years without rest]. *Star Today*. <http://media.daum.net/entertain/enews/view?newsid=20120131145127442>.
- Kirby, L.D., & Fraser, M. W. (1997). Risk and resilience in childhood. M. Fraser (Ed.), *Risk and resilience in childhood* içinde (ss.10-11). NASW Press.
- Knafo, A., & Schwartz, S. H. (2001). The role of parenting in the development of gender roles in children. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(2), 183-209.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>.
- Koenig, A. M., & Eagly, A. H. (2014). Evidence for the social role theory of stereotype content: observations of groups' roles shape stereotypes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(3), 371-392.
- Kohlberg, L. (1966). A cognitive-developmental analysis of children's sex-role concepts and attitudes. E. E. Maccoby (Ed.), *The development of sex differences* içinde (ss. 82-173). Stanford, CA: Stanford University Press.
- Korkmaz, M. (2024). *Kadınlarda toplumsal cinsiyet algısı ile sindirella sendromu arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Köroğlu, N. (2018). *Psikoloji öğrencilerinde depresyonun yordayıcısı olarak öz yeterlik ve beden algısı* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.
- Köse, E. (2024). *Lise öğrencilerinde toplumsal cinsiyet algısının gelişmesinde ebeveyn tutumlarının rolünün incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Kulaksızoğlu, A. (2020). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi.

- Kütükçü, Ö. (2023). Yeni hayran kültürü ekseninde Kore pop müziğinin Türkiye’deki 10 yaş grubu kız çocukları üzerindeki etkisi. *Medya Okuryazarlığı Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 1-23.
- Lawler, M., & Nixon, E. (2011). Body dissatisfaction among adolescent boys and girls: the effects of body mass, peer appearance culture and internalization of appearance ideals. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(1), 59-71.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lee, J. J., Lee, R. K. Y., & Park, J. H. (2020). Unpacking K-pop in America: The subversive potential of male K-pop idols’ soft masculinity. *International Journal of Communication*, 14, 5900–5919.
- Lee, J., & Yi, H. (2020). Ssen-Unni in K-Pop: The makings of ‘Strong Sisters’ in South Korea. *Korea Journal*, 60(1), 17-39.
- Lee, S. J. (2011). The Korean Wave: The Seoul of Asia. *The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications*, 2(1), 85-93.
- Levine, M. P., & Piran, N. (2004). The role of body image in the prevention of eating disorders. *Body Image*, 1(1), 57–70. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00006-8](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00006-8).
- Li, X. (2024). “Yea I’maf* Tomboy”: “girl crush,” postfeminism, and the reimagining of K-pop femininity. *Social Semiotics*, 34(4), 576-592. <https://doi.org/10.1080/10350330.2022.2150542>.
- Lie, J. (2012). What is the K in K-pop?. *Korean Observer*, 43(3), 339–363.
- Liebenberg, L., Ungar, M. & LeBlanc, J. C. (2013). The CYRM-12: A brief measure of resilience. *Canadian Journal of Public Health*, 104(2), 131-135.
- Lin, A., Vlasceanu, D., & Vlasceanu, M. (2021). An experimental assessment of the effects of K-Pop music video exposure on teenagers’ negative body image. *Open Journal of Social Sciences*, 9(8), 40-46. <http://dx.doi.org/10.4236/jss.2021.98004>.
- Lou, S. R. (2024). K-Pop as a stress-relief mechanism exploring its emotional impact on Filipino youth. *Journal of Research in Social Science and Humanities*, 3(12), 1-10.
- Lucal, B. (1999). What it means to be gendered me: Life on the boundaries of a dichotomous gender system. *Gender & Society*, 13(6), 781-797.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12(4), 857-885.

- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Maccoby, E. E. (2002). Gender and group process: A developmental perspective. *Current Directions in Psychological Science*, 11(2), 54-58. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00167>.
- Madrid-Morales, D., & Lovric, B. (2015). Transatlantic connection: K-pop and K-drama fandom in Spain and Latin America. *Journal of Fandom Studies*, 3(1), 23-41.
- Malik, Z., & Haidar, S. (2023). Online community development through social interaction—K Pop stan twitter as a community of practice. *Interactive Learning Environments*, 31(2), 733-751. <https://doi.org/10.1080/10494820.2020.1805773>.
- Maqsood, S., & Bano, T. (2025). The psychological impact of BTS ARMY fan culture on children's emotional well-being and development in the new millennium. *Synergy: International Journal of Multidisciplinary Studies*, 2(1), 80-87.
- Marshall, G. (1999). *Sosyoloji sözlüğü* (O. Akınhay ve D. Kömürcü, Çev.). Bilim ve Sanat Yayınları.
- Martin, C. L., Ruble, D. N., & Szkrybalo, J. (2002). Cognitive theories of early gender development. *Psychological Bulletin*, 128(6), 903-933.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238. DOI: 10.1037//0003-066X.56.3.227.
- Masten, A. S., & Powell, J. L. (2003). A resilience framework for research, policy, and practice. S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* içinde (ss. 1-28). New York: Cambridge University Press.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205-220. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.2.205>.
- Masten, A. S., & Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. *Handbook of Positive Psychology*, 74(2), 74-88.
- Masten, A. S., & Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* içinde (ss. 74-88). Oxford University Press.
- Matz, P. E., Foster, G. D., Faith, M. S., & Wadden, T. A. (2002). Correlates of body image dissatisfaction among overweight women seeking weight loss. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70(4), 1040-1044.

- Milyon Satan" Albümlere Sahip 11 K-Pop Grubu.* (2020, 4 Ağustos). Korezin. 20 Haziran 2025 tarihinde <https://www.korezin.com/2020/08/04/milyon-satan-albumlere-sahip-11-k-pop-grubu/> adresinden erişilmiştir.
- Mirza, N. M., Davis, D., & Yanovski, J. A. (2005). Body dissatisfaction, self-esteem, and overweight among inner-city Hispanic children and adolescents. *The Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine*, 36(3), 267.e16–267.e20. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2004.02.033>.
- Mischel, W. (1966). A social learning view of sex differences in behavior. E. E. Maccoby (Ed.), *The development of sex differences* içinde (ss. 57–81). Stanford, CA: Stanford University Press.
- Mund, P. K. (2016). Concept of hardiness: A study with reference to the 3Cs. *International Research Journal of Engineering, IT & Scientific Research*, 2(1), 4-7.
- Murray, C. (2003). Risk factors, protective factors, vulnerability, and resilience: A framework for understanding and supporting the adult transitions of youth with high-incidence disabilities. *Remedial and Special Education*, 24(1), 16-26.
- Newell, R. J. (1999). Altered body image: A fear-avoidance model of psycho-social difficulties following disfigurement. *Journal of Advanced Nursing*, 30(5), 1230–1238. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.1999.01185.x>.
- Ninggalih, R. (2011, 4 Ekim). *Waspada! Demam Idola*. Majalah 1000guru. <http://majalah1000guru.net/2011/10/waspada!-demam-idola/>.
- Oğuz-Akay, Ş. (2019). *Sosyal medya paylaşımlarının kişisel beslenme alışkanlıklarına ve beden algısı üzerine etkisinin değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Bilim Üniversitesi.
- Oh, C. J., & Chae, Y. G. (2013). Constructing culturally proximate spaces through social network services: the case of "Hallyu"(Korean wave) in Turkey. *Uluslararası İlişkiler/International Relations*, 77-99.
- Oh, C., & Oh, D. C. (2017). Unmasking queerness: Blurring and solidifying queer lines through K-Pop cross-dressing. *The Journal of Popular Culture*, 50(1), 9-29.
- Oh, I., & Park, G. S. (2012). From B2C to B2B: Selling Korean pop music in the age of new social media. *Korea Observer*, 43(3), 365-397.
- Okan, S. ve Kara, C. (2024). Ortaokul öğrencilerinin uzak doğu kökenli müzik gruplarına hayranlık duymalarında geçirmiş oldukları yaşantılar. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(1), 745-767. <https://doi.org/10.37217/tebd.1373514>.

- Öğülmüş, S. (2001, Mart 29–30). *Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık* [Bildiri (Sunu)]. I. Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmaları, Ankara.
- Öngen, B. ve Aytaç, S. (2013). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve yaşam değerleri ilişkisi. *Istanbul Journal of Sociological Studies*, (48), 1-18.
- Öngen, D. (1993). Ergenlikte zihinsel gelişim. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 26(1), 287-302.
- Öngören, B. (2015). Sosyolojik açıdan sağlıklı beden imgesi. *Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 16(34), 25-45.
- Öz, F. (2010). *Sağlık alanında temel kavramlar* (2. Baskı). Mattek Matbaacılık.
- Özaltın, P. D. G. (2003). Beden imgesi değişimine yaklaşımlar. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 13(51), 3-14.
- Özbay, H ve Öztürk, E. (1992). *Gençlik*. İletişim Yayınları.
- Özcan H., Subaşı B., Budak B., Çelik M., Gürel Ş.C. ve Yıldız M. (2013). Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve anksiyete ilişkisi. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-113. <https://doi.org/10.5455/jmood.20130507015148>.
- Özdemir, H. (2019). Toplumsal cinsiyet perspektifinde erkeklik ve kadınlık algısı: Bir alan araştırması. *Asya Studies*, 4(10), 90-107.
- Özgür, G., Gümüş, A. ve Palaz, C. (2008). Obez bireylerin depresif belirti düzeylerinin ve etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(3), 77-85.
- Özkan, B. ve Gündoğdu, A. E. (2011). Toplumsal cinsiyet bağlamında Türkçede atasözleri ve deyimler. *Electronic Turkish Studies*, 6(3), 1133-1147. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.2653>.
- Özkaya, P. (2020). *Z kuşağı ile iletişimde popüler kültür öğeleri: K-pop örneği* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Özmete, E. ve Zubaroğlu- Yanardağ M. (2016). Erkeklerin bakış açısıyla toplumsal cinsiyet rolleri: Kadın ve erkek olmanın değeri. *Turkish Journal of Social Research/Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 20(1), 91-107. <https://doi.org/10.20296/tsad.12106>.
- Öztürk, E. (2009). Din kültürü ve ahlak bilgisi kitaplarında toplumsal cinsiyet rolleri. *Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi*, 20, 159-196.
- Parmaksız, E. (2022). *Küreselleşme ve yeni medyada dijital izler kitle: K-pop Türkiye örneği* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.

- Parmaksız, G. (2020). *İrrasyonel inanışlar ile yeme tutumu ve beden algısı ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Paxton, S. J., & McLean, S. A. (2010). Treatment for body-image disturbances. C. M. Grilo & J. E. Mitchell (Eds.), *The treatment of eating disorders: A clinical handbook* içinde (ss. 471–486). The Guilford Press.
- Person, E. S., & Ovesey, L. (1983). Psychoanalytic theories of gender identity. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 11(2), 203-226.
- Phyo, P. (2025). *The influence of K-Pop fan engagement on interpersonal relationships: Exploring the role of K-Pop in cultivating friendships amongst K-Pop enthusiasts in Myanmar* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Bangkok University.
- Pirol, M. ve Gedik, C. A. (2025). Sex-typing of gender identity: A cultural perspective to K-Pop idols' portrayals of perceived masculinity. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27(2), 605-632.
- Presnell, K., Bearman, S. K., & Stice, E. (2004). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent boys and girls: A prospective study. *The International Journal of Eating Disorders*, 36(4), 389–401. <https://doi.org/10.1002/eat.20045>.
- Prinstein, M. J., & Dodge, K. A. (2010). Current issues in peer influence research. K. A. Dodge & M. J. Prinstein (Eds.), *Understanding peer influence in children and adolescents* içinde (ss. 3–13). New York, NY: Guilford Press.
- Putri, A. H. A. (2021). The representation of non-heterosexuality in YouTube: Study on K-Pop girl group music video. *MUHARRIK: Jurnal Dakwah Dan Sosial*, 4(02), 201-218.
- Rainey, A. B., & Rust, J. O. (1999). Reducing gender stereotyping in kindergartners. *Early Child Development and Care*, 150(1), 33-42.
- Rew, L., Taylor-Seehafer, M., Thomas, N. Y., & Yockey, R. D. (2001). Correlates of resilience in homeless adolescents. *Journal of Nursing Scholarship*, 33(1), 33-40.
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321.
- Richardson, G. E., Neiger, B. L., Jensen, S., & Kumpfer, K. L. (1990). The resiliency model. *Health Education*, 21(6), 33-39.
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., Bowker, J. C., & Menzer, M. (2011). Social withdrawal and shyness. P. K. Smith & C. H. Hart (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of childhood social development* içinde (2nd ed., ss. 434–452). Wiley-Blackwell.

- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 1-12.
- Sadker, M., & Sadker, D. (1994). The gender gap in education: A review of the literature. *Journal of Educational Research*, 87(5), 273-281.
- Safithri, N. A., Sahrani, R., & Basaria, D. (2020). Quality of life of adolescent (Korean Pop fans). *Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2019)* içinde (ss. 771-777). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200515.124>.
- Saguy, T., Reifen-Tagar, M., & Joel, D. (2021). The gender-binary cycle: The perpetual relations between a biological-essentialist view of gender, gender ideology, and gender-labelling and sorting. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 376(1822), 1-9. <https://doi.org/10.1098/rstb.2020.0141>.
- Sağar, M. E. (2022). Ergenlerde duygu düzenleme, psikolojik sağlamlık ve okulda öznel iyi oluşun akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki yordayıcı rolü. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(83), 926-944.
- Sağar, M. E. ve Sağar, S. (2022). Ergenlerde internet bağımlılığının yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 81-95.
- Santanu, A. M., Kumalasari, I., Astuti, W., & Rosydiana, A. (2024). Body image and eating behaviour in adolescents loving korean wave culture. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 7(5), 1088-1097.
- Santrock, J.W. (2014). *Ergenlik* (14. Baskı). (D. M. Siyez, Çev. Ed.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Savaş, G. (2018). Türkiye’de yaşayan bireylerin toplumsal cinsiyet eşit (siz) liği algısı-Gender (In) equality perception of individuals living in Turkey. *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi*, 1(2), 101-121.
- Saylan, E. (2020). *Ergenlerde beden imajı, reddedilme duyarlılığı ve öz-yeterlik arasındaki ilişkiler: Bir ölçek geliştirme çalışması ve uygulaması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Trabzon Üniversitesi.
- Schilder, P. (1950). *The image and appearance of the human body*. International Universities Press.
- Schmid, K. L., Phelps, E., & Lerner, R. M. (2011). Constructing positive futures: Modeling the relationship between adolescents’ hopeful future expectations and intentional self regulation in predicting positive youth development. *Journal of Adolescence*, 34(6), 1127-1135.
- Secades, X. G., Molinero, O., Salguero, A., Barquín, R. R., de la Vega, R., & Márquez, S. (2016). Relationship between resilience and coping strategies in competitive sport. *Perceptual and Motor Skills*, 122(1), 336-349.

- Seçgin, F. ve Tural, A. (2011). Sınıf öğretmenliği bölümü öğretmen adaylarının toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları. *Education Sciences*, 6(4), 2446-2458.
- Segal, L. (1992). *Ağır çekim değişen erkeklikler değişen erkekler* (V. Ersoy, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Sessiz, A. (2020). *Lise öğrencilerinde beden algısının, beslenme alışkanlıklarına ve yaşam kalitelerine etkisi* (Tez No. 649122) (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi). YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>.
- Seven, N. (2021). *Lisede öğrenim gören kız öğrencilerin toplumsal cinsiyet algısı ile benlik saygısı ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Nişantaşı Üniversitesi.
- Sezgin, A. (2020). *Ergenlerde problemli internet kullanımı ile empatik eğilim, beden algısı ve akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Shaikh, A., & Kauppi, C. (2010). Deconstructing resilience: Myriad conceptualizations and interpretations. *International Journal of Arts and Sciences*, 3(15), 155-176.
- Sharifi, S. M., Omid, A., & Marzban, B. (2016). The impact of instagram use on body image concerns among Iranian University female students: A phenomenological approach. *International Journal of Academic Research In Psychology*, 3(1), 26-36.
- Siswanti, A. (2014). Body in consumer culture: An analysis on Korean pop (K-pop) songs. S. Erliana & M. Z. Miftah (Eds.), *The Multifaceted Dimensions of English Linguistics, Literature and Education- Proceedings of International Conference on the 2nd English Linguistics, Literature and Education (ELITE)* içinde (ss. 317-325). State Islamic College (STAIN) Palangka Raya.
- Siti, A. I., & Hazim, H. (2025). The relationship between self esteem and fear of missing out (FOMO) in Kpop fandom social media users. *Proceeding of International Conference on Social Science and Humanity*, 2(3), 40-54.
- Skrove, M., Romundstad, P., & Indredavik, M. S. (2013). Resilience, lifestyle and symptoms of anxiety and depression in adolescence: The Young-HUNT study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 48(3), 407-416.
- Soares Filho, L. C., Batista, R. F. L., Cardoso, V. C., Simões, V. M. F., Santos, A. M., Coelho, S. J. D. D. A. C., & Silva, A. A. M. (2020). Body image dissatisfaction and symptoms of depression disorder in adolescents. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research = Revista Brasileira de Pesquisas Dedicadas e Biologicas*, 54(1), e10397. <https://doi.org/10.1590/1414-431X202010397>.

- Sobur, A., Darmawan, F., Kusumalestari, R. R., Listiani, E., Ahmadi, D., & Albana, M. A. (2018). The meaning of K-Pop and self-concept transformation of K-Pop fans in Bandung. *MIMBAR: Jurnal Sosial dan Pembangunan*, 34(2), 414-422.
- Song, G. (2016, 26 Haziran). Changing masculinities in East Asian pop culture. *East Asia Forum Quarterly* (Vol. 8, No. 2, ss. 3-5).
- Song, H. S. (2011, 25 Mart). *Simcheung chwijae: Aidol geudeuli saneun sesang, I & II* [In-depth report: The world idol groups live in, I & II]. *Sindonga*.
- Sözen, M. (2022). *Lise öğrencilerinde beden memnuniyeti ile sosyal medya bağımlılığı ve sosyal medya tutumu ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Starr, C. R., & Zurbiggen, E. L. (2017). Sandra Bem's gender schema theory after 34 years: A review of its reach and impact. *Sex Roles*, 76(9), 566-578.
- Striegel-Moore, R. H., Franko, D. L., Thompson, D., Barton, B., Schreiber, G. B., & Daniels, S. R. (2004). Changes in weight and body image over time in women with eating disorders. *The International Journal of Eating Disorders*, 36(3), 315-327. <https://doi.org/10.1002/eat.20053>.
- Stuckey, R. (2015). *Sexual orientation and gender identity*. Crabtree Publishing Company.
- Şentürk E. (2017). Sosyal medya bağımlılığının, depresyon, anksiyete bozukluğu, karışık anksiyete ve depresif bozukluk hastaları ile kontrol grubu arasında karşılaştırılması ve kullanıcıların kişilik özellikleriyle ilişkisinin araştırılması (Tez No. 480883) (Tıpta uzmanlık tezi, Gazi Üniversitesi). YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>.
- Taşdan, T. (2020). *Ergenlerde özgüven düzeyi beden algısı ve yalnızlık arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yakın Doğu Üniversitesi.
- Tatarer, Z. (2020). *Çocuk ve ergenler için psikolojik sağlık programının baba kaybı yaşamış çocukların psikolojik sağlık düzeyine etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İbn Haldun Üniversitesi.
- Tezcan, M. (2003). Gizli müfredat eğitim sosyolojisi açısından bir kavram çözümlemesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1), 53-59.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10312-000>.
- Tiggemann M. (2004). Body image across the adult life span: Stability and change. *Body Image*, 1(1), 29-41. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00002-0](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00002-0).

- Tiggemann, M. (2011). Sociocultural perspectives on human appearance and body image. T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* içinde (ss. 12–19). The Guilford Press.
- Tiggemann, M., & Zaccardo, M. (2015). "Exercise to be fit, not skinny": The effect of fitspiration imagery on women's body image. *Body Image*, 15, 61–67. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.06.003>.
- Torlak, M. ve Demir, G. (2025). Kore dalgasının toplumsal etkisi açısından fan meetinglerin incelenmesi: Ankara Kızılay örneği. *Kültür Araştırmaları Dergisi*, (24), 307-337.
- Tresna, K. A. A. D., Sukanto, M. E., & Tondok, M. S. (2021). Celebrity worship and body image among young girls fans of K-pop girl groups. *Humanitas Indonesian Psychological Journal*, 18(2), 100-111. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v18i2.19392>.
- Turan, F. (2018). Türkiye’de Kore ve Kore kültürü algısı. *Uluslararası İpek Yolu Sempozyumu*, 2-3.
- Turgut, Ö. ve Eraslan-Çapan, B. E. (2017). Ergen psikolojik sağlamlık düzeyinin yordayıcıları: Algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (44), 162-183.
- Türk Dil Kurumu. (t.y.). Cinsiyet. *Sozluk.gov.tr Güncel Türkçe Sözlük* içinde. 20 Haziran, 2025, tarihinde <https://sozluk.gov.tr/?ara=bilim> adresinden erişilmiştir.
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). The body appreciation scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body Image*, 12(1), 53-67.
- Tylka, T. L., Russell, H. L., Neal, A. A. (2015). Self-compassion as a moderator of thinness related pressures' associations with thin-ideal internalization and disordered eating. *Eating Behaviors*, 17, 23-26. <http://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.12.009>.
- Uğurlu, N. ve Akın, H. (2008). Muğla sağlık yüksekokulu öğrencilerinin beden-benlik algısı ve psikolojik sıkıntı belirtileri ile ilişkisi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokul Dergisi*, 11(4), 38-47.
- Ulupınar, S. ve İnce, İ. (2021). Spor bilimlerinde etki büyüklüğü ve alternatif istatistik yaklaşımları. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 1-17. <https://doi.org/10.33689/spormetre.794015>.
- Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *British Journal of Social Work*, 38(2), 218-235.

- Utami, R. N. (2019). The relationship between celebrity worship and body image adolescent who idolize K-Pop. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 3(2), 137-150. <https://doi.org/10.17509/JOMSIGN.V3I2.20963>.
- Ünlü, D. G. (2019). Kişilerarası iletişim sürecinde toplumsal cinsiyet kimliği kalıp yargılarının belirlenmesi: İletişim kaynağının beden dili üzerinden bir inceleme. *Erciyes İletişim Dergisi*, 6(1), 243-262.
- Ünlü, T. T. (2021). Hallyu'nun yükselen yıldızı K-pop'un Türkiye'de etkenliği hakkında bir içerik analizi. *Atatürk İletişim Dergisi*, (Özel Sayı), 5-24.
- Van den Berg, P., Thompson, J. K., Obremski-Brandon, K., & Coover, M. (2002). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation testing the mediational role of appearance comparison. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(5), 1007-1020.
- Vatandaş, C. (2007). Toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rollerinin algılanışı. *Istanbul Journal of Sociological Studies*, (35), 29-56.
- Vella, S. L. C., & Pai, N. B. (2019). A theoretical review of psychological resilience: Defining resilience and resilience research over the decades. *Archives of Medicine and Health Sciences*, 7(2), 233-239.
- Viktoriya, M. (2024). Exploring the psyche: Social comparison and K-pop idolization. *Collection of scientific papers «ΛΟΓΟΣ»*, (March 1, 2024; Paris, France), 373-377. <https://doi.org/10.36074/logos-01.03.2024.083>.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1 (2), 165-178.
- Wagnild, G., & Young, H. M. (1990). Resilience among older women. *Image: The Journal of Nursing Scholarship*, 22(4), 252-255.
- Ward, L. M. (2002). Does television exposure affect emerging adults' attitudes and assumptions about sexual relationships? Correlational and experimental confirmation. *Journal of Youth and Adolescence*, 31(1), 1-15.
- Wardle, J., & Cooke, L. (2005). The impact of obesity on psychological well-being. *Best Practice & Research Clinical Endocrinology & Metabolism*, 19(3), 421-440.
- Wasyłkiw, L., Mackinnon, A. L., Maclellan, A. M. (2012). Exploring the link between selfcompassion and body image in university women. *Body Image*, 9(2), 236-245. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.01.007>.
- Wen, J. (2024). *The construction of K-pop female idol groups in documentaries: a gender analysis* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Uppsala Universitet.

- Werner, E. E. (1989). High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, (59), 72–81.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (2001). *Journeys from childhood to midlife: Risk, resilience, and recovery*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
- West, C., & Zimmerman, D.H. (1987). Doing gender. *Gender & Society*, 1(2), 125-151.
- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21(2), 152-169.
- Wolin, S., & Wolin, S. (1993). *The resilient self: How survivors of troubled families rise above adversity*. Villard Books.
- Yalçın, H. ve Mutlu, K. (2020). Evaluation of hallyu fanship among youngsters in Turkey. *Asya Studies*, 4(14), 107-118.
- Yalvaç-Arıcı, H. ve Çetin, H. (2022). K-Pop'un ergenlerde dini değerlere etkileri. *Tasavvur: Tekirdag Theology Journal/Tekirdag İlahiyat Dergisi*, 8(1), 561-598. <https://doi.org/10.47424/tasavvur.1090786>.
- Yanarca-Uras, B. (2004). *Body satisfaction and depression symptoms relationship among university students: The mediating role of self esteem* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Middle East Technical University.
- Yegen, C. (2013). Demokratik ve yeni bir kamusal alan olarak sosyal medya. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(2), 119-135.
- Yıldırım, M. (2021). *Romantik ilişkisi olan ve olmayan bekar kadınlarda beden algısının psikopatolojik semptom düzeyleri açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.
- Yılmaz, D. V., Zeyneloğlu, S., Kocaöz, S., Kısa, S., Taşkın, L. ve Eroğlu, K. (2009). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin görüşleri. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 775-792.
- Yoo, J. (2019). *The powers of war and peace: The Constitution and foreign affairs after 9/11*. University of Chicago Press.
- Yorulmaz, M. (2015). *Popüler kültür bağlamında beden algısı* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi.
- Yorulmaz, M. ve Kurutçu, Ş. (2019). Vücut algısı ve sosyal görünüş kaygısı ilişkisinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 195-208.

- Zeybekoğlu, Ö. (2009). *Toplumsal cinsiyet bağlamında erkeklik olgusu* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Akdeniz Üniversitesi.
- Zeyneloğlu, S. (2008). *Ankara'da hemşirelik öğrenimi gören üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Zhao, Y. (2022). Analysis of the social impact of fandom culture in “Idol” context. *Advances in Journalism and Communication*, 10(04), 377–386. <https://doi.org/10.4236/ajc.2022.104022>.



EKLER

Ek-1. Bedeni beğenme ölçeği kullanım izni

BEDENİ BEĞENME ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ



SEMANUR HACIOĞLU

Sayın hocam, merhabalar. Ben Semanur Hacıoğlu. Recep Tayyip Erdoğan



AHMET AKIN

Kullanabilirsiniz iyi çalışmalar Gönderen: SEMANUR HACIOĞLU <semar

Ek-2. Çocuk ve genç psikolojik sağamlık ölçeği (ÇGPSÖ-12) kullanım izni

Çocuk ve Genç Psikolojik Sağamlık Ölçeği Kullanım İzni



SEMANUR HACIOĞLU

Sayın hocam, merhabalar. Ben Semanur Hacıoğlu. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Psikolo



Gökmen Arslan

Merhaba ölçekleri kişisel web adresinden erişebilirsiniz selamlar 14 Kas 2023 Sal, saat 16:36 t



Ek-3. Toplumsal cinsiyet algısı ölçeği ergen formu kullanım izni

Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği Ergen Formu Kullanım İzni Harici



SEMANUR HACIOĞLU

Sayın hocam, merhabalar. Ben Semanur Hacıoğlu. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Psikolojik Danışmanlık ve



erol esen

Ölçme aracı ektedir. Kolaylıklar Erol ESEN Subject: Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği Ergen Formu Kullanım İzni



Ek-4. Kişisel bilgi formu

ANKET FORMU

1.) Cinsiyetiniz:

2.) Sınıf Düzeyiniz:

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ 5.sınıf | ☐ 9.sınıf |
| ☐ 6.sınıf | ☐ 10.sınıf |
| ☐ 7.sınıf | ☐ 11.sınıf |
| ☐ 8.sınıf | ☐ 12.sınıf |

3.) Yaşınız:

4.) Okul Türü:

- Anadolu Lisesi ()
- İmam Hatip Lisesi ()
- Anadolu İmam Hatip Lisesi ()
- Sosyal Bilimler Lisesi ()
- Fen Lisesi ()
- Güzel Sanatlar Lisesi ()

Ortaokul ()

İmam Hatip Ortaokulu ()

5.) Kore Pop Müziği (K-Pop) dinler/müzik videolarını izler misiniz?

- ☐ Evet ☐ Hayır

Ek-5. Bedeni beğenme ölçeği (örnek maddeler)

Aşağıda bazı ifadeler yer almaktadır. Her sorunun karşısında bulunan; **(1) Asla (2) Nadiren (3) Bazen (4) Sık sık ve (5) Her zaman anlamına** gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. Sizi tanımlayan en uygun yanıtı vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.

1	Bedenime saygı duyarım.	1	2	3	4	5
2	Bedenimle ilgili olumlu hislere sahibim.	1	2	3	4	5
3	Bedensel olarak en azından birkaç olumlu özelliğe sahibim.	1	2	3	4	5
4	Bedenime yönelik olumlu bir tutuma sahibim.	1	2	3	4	5
5	Bedensel ihtiyaçlarıma karşı duyarlıyım.	1	2	3	4	5

Ek-6. Çocuk ve genç psikolojik sağlamlık ölçeği (ÇGPSÖ-12) (örnek maddeler)

		Beni tanımlıyor	Çok az tanımlıyor	Biraz tanımlıyor	Oldukça tanımlıyor	Beni tamamen tanımlıyor
1.	Hayatımda saygı duyabileceğim insanlar var.	1	2	3	4	5
2.	Eğitim almak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
3.	Ailem benim hakkımda birçok şeyi bilir (örneğin, arkadaşlarımla kim olduğumu, nelerden hoşlandığımı) .	1	2	3	4	5
4.	Başladığım faaliyetleri/işleri bitirmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
5.	Bir şeyler istediğim şekilde gitmediğinde, diğer insanlara ve kendime zarar vermeden bu durumu çözebilirim (örneğin, şiddete başvurmadan veya kötü şeyler söylemeden)	1	2	3	4	5

Ek-7. Toplumsal cinsiyet algısı ölçeği ergen formu (örnek maddeler)

	Tamamen katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1. Evlilik, kadının çalışmasına engel olmaz.					
2. Kadın sadece ailesinin ekonomik sıkıntısı varsa çalışmalıdır.					
3. Çalışan kadın da çocuklarına yeterinde zaman ayırabilir.					
4. Kadınlar anne olduktan sonra çalışmamalıdır.					
5. Kadınlar evlendikten sonra çalışmamalıdır.					



Ek-8. Millî Eğitim Bakanlığı araştırma uygulama izni belgesi



T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
ARAŞTIRMA UYGULAMA İZNİ BELGESİ



Başvuru No:

T.C. Kimlik No:

Adı Soyadı: SEMANUR HACIOĞLU

Araştırmanın Adı: ERGENLERDE BEDEN MEMNUNİYETİ, TOPLUMSAL CİNSİYET ALGISI VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞIN K-POP HAYRANLIĞINA GÖRE İNCELENMESİ

Araştırmanın Niteliği: Yüksek Lisans Tezi

Araştırmanın Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Veri Toplama Aracının Başlığı: BEDENİ BEĞENME ÖLÇEĞİ, ÇOCUK VE GENÇ PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ (ÇGPSÖ-12), TOPLUMSAL CİNSİYET ALGISI ÖLÇEĞİ ERGEN FORMU, ANKET FORMU

Araştırma Uygulama İzninin Kabul Tarihi: 06.12.2024

Araştırma Uygulama İzninin Bitiş Tarihi: 06.12.2025

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup aşağıda ifade edilen bilgiler kapsamında araştırma uygulama izni Millî Eğitim Bakanlığı ilgili birimleri tarafından onaylanmıştır.



ETİK KURUL KARARI



T.C.

RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU

DEĞERLENDİRME RAPORU

Toplantı Tarihi :
Toplantı K. Sayısı : 2024/023

Semanur HACIOĞLU'nun "Ergenlerde Beden Memnuniyeti, Toplumsal Cinsiyet Algısı ve Psikolojik Sağlamlığın K-Pop Hayranlığına Göre İncelenmesi" isimli proje çalışması kapsamında yürütülecek çalışmalar için izin talebi kurulumuzca değerlendirilmiş olup;

- ☒ Etik açıdan uygun bulunmuştur.
- ☐ Etik açıdan uygun bulunmamıştır.
- ☐ Etik açıdan önerilen değişikliklerin yapılmasıyla uygun bulunmuştur.

Prof. Dr. Nebi GÜMÜŞ

Başkan