

**T.C.**  
**DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**  
**PSİKOLOJİ PROGRAMI**  
**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ŞİDDET GÖREN KADINLARDA DÜZENLEME ODAĞI,  
BAŞAÇIKMA STRATEJİLERİ VE AKIL SAĞLIĞI**

**Gülfem ÖZÇELİK**

**Danışman**  
**Doç. Dr. İnci BOYACIOĞLU**

**İZMİR-2018**

## TEZ ONAY SAYFASI



## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Şiddet Gören Kadınlarda Düzenleme Odağı, Başačkıma Stratejileri ve Akıl Sağlığı” adlı çalışmamı tarafımdan etik değeri ön planda tutarak ve akademik kurallara bağılı kalarak yazıldığını ve yararlandığım eserlerin, gösterilenlerin dışında başka bir kaynak içermediğini belirtir bunu onurumla doğrularım.

Tarih:

.../.../2018

Gülfem ÖZÇELİK

İmza

## **ÖZET**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Şiddet Gören Kadınlarda Düzenleme Odağı, Başa Çıkma Stratejileri ve Akıl Sağlığı**

**Gülfem ÖZÇELİK**

**Dokuz Eylül Üniversitesi**

**Sosyal Bilimler Enstitüsü**

**Psikoloji Anabilim Dalı**

**Psikoloji Programı**

Önceki çalışmalar psikolojik şiddetin akıl sağlığı üzerinde olumsuz etkileri olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda mevcut çalışmanın amacı psikolojik şiddet ve psikolojik semptomlar arasındaki ilişkiyi düzenleme odağı ve başa çıkma stratejilerinin rolü çerçevesinde incelemektir. Bu amaçla Türkiye'nin farklı kentlerinde yaşayan 293 kadın katılımcı çalışmaya dâhil edilmiştir. Katılımcılar öncelikle Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğini ve ardından da Düzenleme Odağı Ölçeğini doldurmuşlardır. Bu iki ölçeğin ardından sırasıyla Psikolojik İstismar Profili Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği, Beck Kaygı Ölçeği ve Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçekleri sunulmuştur. Psikolojik şiddetin, benlik saygısı ve cinsiyetçilik türleri ile ilişki içinde olduğu saptanmıştır. Psikolojik şiddete maruz kalmanın depresyon ve kaygıyı anlamlı bir şekilde yordadığı, ayrıca psikolojik şiddetin aktif başa çıkma stratejileri ile ters yönlü anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Düzenleme odakları açısından bakıldığında kadınların kendilerine uygun olan düzenleme odağı doğrultusunda hareket etmeleri sonucu depresyon ve kaygı gibi psikolojik sorunları deneyimleme ihtimalleri düşmektedir. Sonuçlara göre gelişme odağı motivasyonu yöneliminin ve aktif başa çıkma stratejilerinin zayıf olduğu kişilerde depresyon eğilimi anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, korunma odağı motivasyonun düşük olduğu ve her iki başa çıkma stratejisinin de düşük seviyelerde olduğu koşulda kaygı düzeyinin yükseldiği gözlenmiştir. Bu sonuçlara göre, gelişme odağının

**zayıfladığı ve kadının aktif başa çıkma stratejilerini kullanmadığı örüntü ile korunma odağının zayıfladığı ve kadının hiçbir başa çıkma stratejisine yönelim göstermediği örüntü kadınların akıl sağlığı açısından bir risk faktörü olabilir.**

**Anahtar Kelimeler: Psikolojik Şiddet, Düzenleme Odağı, Başa Çıkma Stratejileri, Kadınların Akıl Sağlığı**



## **ABSTRACT**

### **Master's Thesis**

### **Regulatory Focus, Coping Strategies and Mental Health Among Women Who Are Exposed the Violence**

**Gülfem ÖZÇELİK**

**Dokuz Eylül University**

**Graduate School of Social Sciences**

**Department of Psychology**

**Psychology Program**

Previous research has demonstrated that there is a relationship between psychological violence and its negative effects on women's mental health. The aim of current research is to investigate relationship between psychological violence and psychological health by exploring moderating role of regulatory focus and mediating role of coping strategies. 293 women who are living in different part of Turkey have taken part in this research. Firstly, the Rosenberg Self-Esteem Inventory and Regulatory Focus Inventory were presented. Sequentially, the Profile of Psychological Abuse Inventory, the Ways of Coping with Stress Inventory, Beck Depression Inventory, Beck Anxiety Inventory and the Ambivalent Sexism Inventory were completed by participants. It is found that there is a relationship between psychological violence that women have exposed and sexist thoughts that they have. Moreover, depression and anxiety have predicted with psychological violence, in addition to that psychological violence has a negative relationship with active coping strategies. When regulatory focus has been taken into account it is found that people who are acting with appropriate strategies for themselves are less likely to experience depression and anxiety like symptoms. As a result of the findings, low promotion focus motivation and low active coping strategies are significantly associated with disposition to depression. However, it is observed that acting with low prevention focus motivation and if both coping strategies are chosen in a low level, anxiety level is increasing. Therefore, women with prevention focus

**choose neither active coping strategies nor passive coping strategies which is a risk factor for a women's mental health.**

**Keywords: Psychological Violence, Regulatory Focus, Coping Strategies, Women's Mental Health**



# **ŞİDDET GÖREN KADINLARDA DÜZENLEME ODAĞI, BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ VE AKIL SAĞLIĞI**

## **İÇİNDEKİLER**

|                  |      |
|------------------|------|
| TEZ ONAY SAYFASI | ii   |
| YEMİN METNİ      | iii  |
| ÖZET             | iv   |
| ABSTRACT         | vi   |
| İÇİNDEKİLER      | viii |
| TABLolar LİSTESİ | xi   |
| ŞEKİLLER LİSTESİ | xii  |
| EKLER LİSTESİ    | xiii |
| GİRİŞ            | 1    |

## **BİRİNCİ BÖLÜM**

### **KURAMSAL ÇERÇEVE VE GÖRGÜL ARAŞTIRMALAR**

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| 1.1 PSİKOLOJİK ŞİDDET                                                  | 2  |
| 1.2 PSİKOLOJİK ŞİDDETİN KADINLARIN AKIL SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ<br>ETKİLERİ | 5  |
| 1.3 KADINA YÖNELİK ŞİDDET VE BENLİK SAYGISI                            | 8  |
| 1.4 KADINA YÖNELİK ŞİDDET VE DÜZENLEME ODAĞI                           | 10 |
| 1.5 KADINA YÖNELİK ŞİDDET VE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ                   | 15 |
| 1.6 KADINA YÖNELİK ŞİDDET VE TOPLUMSAL CİNSİYET<br>ROLLERİ             | 21 |



## **İKİNCİ BÖLÜM**

### **ARAŞTIRMANIN AMACI VE BEKLENTİLER**

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 2.1. ARAŞTIRMANIN AMACI | 24 |
|-------------------------|----|

## **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

### **YÖNTEM**

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| 3.1. ÖRNEKLEM                                    | 27 |
| 3.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI                       | 29 |
| 3.2.1. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)    | 29 |
| 3.2.2. Düzenleme Odağı Ölçeği (BDOÖ)             | 29 |
| 3.2.3. Psikolojik İstismar Profili Ölçeği (PIP)  | 30 |
| 3.2.4. Fiziksel Şiddet Ölçeği                    | 30 |
| 3.2.5. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ) | 31 |
| 3.2.6. Beck Depresyon Envanteri                  | 31 |
| 3.2.7. Beck Kaygı Ölçeği                         | 31 |
| 3.2.8. Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçeği      | 32 |
| 3.3. İŞLEM                                       | 32 |

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

### **BULGULAR**

|                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.1. DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ KORELASYON KATSAYILARI                                                      | 33 |
| 4.2. BAĞIMSIZ DEĞİŞKENİN VE TEST DEĞİŞKENLERİNİN,<br>DÜZENLEYİCİ VE ARACI DEĞİŞKENLER İLE TEST EDİLMESİ | 36 |
| SONUÇ VE TARTIŞMA                                                                                       | 43 |
| KAYNAKÇA                                                                                                | 50 |
| EKLER                                                                                                   |    |

## **TABLÖLAR LİSTESİ**

|                                                                                                                    |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| <b>Tablo 1:</b> Örneklemin Demografik Özellikleri                                                                  | s. 29 |
| <b>Tablo 2:</b> Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma, Beklenen Ranj ve Cronbach<br>Alpha iç Tutarlılık Puanları  | s. 35 |
| <b>Tablo 3:</b> Alt Ölçeklerin Ortalama, Standart Sapma, Beklenen Ranj ve Cronbach<br>Alpha İç Tutarlılık Puanları | s. 36 |
| <b>Tablo 4:</b> Değişkenler Arasındaki Korelasyon Katsayıları                                                      | s. 38 |



## ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 1:** Psikolojik Şiddet, Korunma Odağı Aracı Değişken ve Pasif Başa Çıkma, Aktif Başa Çıkma Düzenleyici Değişken İken Anksiyete s. 40
- Şekil 2:** Psikolojik Şiddet, Korunma Odağı Aracı Değişken İken Aktif Başa Çıkma ve Pasif Başa Çıkma Düzenleyici Değişkenler İken Depresyon s.42
- Şekil 3:** Psikolojik Şiddet Gelişme Odağı Aracı Değişken, Aktif ve Pasif Başa Çıkma Stratejileri Düzenleyici Değişken İken Depresyon s. 43
- Şekil 4:** Psikolojik Şiddet, Gelişme Odağı Aracı Değişken, Aktif ve Pasif Başa Çıkma Stratejileri Düzenleyici Değişken iken Anksiyete s.44
- Şekil 5:** Psikolojik Şiddet Bağımsız Değişken, Gelişme Odağı Aracı Değişken, Aktif ve Pasif Başa Çıkma Stratejileri Düzenleyici Değişken iken Benlik Saygısı s.45

## **EKLER LİSTESİ**

|                                                   |         |
|---------------------------------------------------|---------|
| <b>Ek 1:</b> Katılımcı Bilgilendirme Onam Formu   | ek s. 1 |
| <b>Ek 2:</b> Kişisel Bilgi Formu                  | ek s.2  |
| <b>Ek 3:</b> Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği      | ek s.3  |
| <b>Ek 4:</b> Düzenleme Odağı Ölçeği               | ek s.4  |
| <b>Ek 5:</b> Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği   | ek s.5  |
| <b>Ek 6:</b> Psikolojik İstismar Profili Ölçeği   | ek s.8  |
| <b>Ek 7:</b> Fiziksel Şiddet Ölçeği               | ek s.12 |
| <b>Ek 8:</b> Beck Depresyon Envanteri             | ek s.13 |
| <b>Ek 9:</b> Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçeği | ek s.17 |

## GİRİŞ

Türkiye’de gün geçtikçe yaygınlaşan, sonuçları ve etkileri ile hem akıl sağlığını hem de fiziksel sağlığı tehdit eden kadına yönelik şiddet olgusu, fiziksel, cinsel, ekonomik ve psikolojik şiddet alt türleri ile birlikte tüm dünyada ciddi bir halk sağlığı problemidir. 2011’de Avrupa Konseyi Parlamenterler Meclisi’nde imzalanan İstanbul Sözleşmesi kapsamında, kadının toplum önünde ya da özel yaşamda maruz kaldığı her türlü cinsiyetçi yaklaşım, ekonomik kısıtlamalar, fiziksel ya da psikolojik yönden yaralayıcı ithamları içeren davranışlar ciddi bir insan hakları ihlali olarak da değerlendirilmektedir (Kandemirci ve Kağnıcı, 2014). Şiddetin olduğu heteroseksüel yakın ilişkilerde saldırganlık gösteren kişinin çoğu zaman erkek, mağdurun ise kadın olması tipik örüntüdür (Pence ve Paymar, 1993). Bunun temel gerekçelerinden birisi, şiddetin sıklıkla eşitsizliğin var olduğu bağlamlarda ortaya çıkmasıdır. Çoğu zaman kadının aleyhine bir eşitsizlik barındıran romantik ilişkilerde partnerlerin birbirleri üzerinde üstünlük kurma çabasını içeren psikolojik şiddet, kadın sağlığı üzerindeki etkileri, ilişkiye getirdiği dinamikler ve genel nüfus içindeki yaygınlığı gibi birçok sebepten dolayı büyük bir önem arz etmektedir. Ayrıca, psikolojik şiddet içerikli davranışların tespit edilmesi fiziksel şiddet riskinin olduğu çiftlere çatışmalarını çözmeye yönelik stratejilerin sunulması ve uyumsuz davranışların değiştirilmesi açısından önemlidir (Maiuro, 2001). Mevcut çalışmada, psikolojik şiddetin kadının psikolojik sağlığı üzerindeki etkisi benlik düzenleme odağı ve baş etme stratejileri çerçevesinde incelenerek, psikolojik şiddet içeren romantik ilişkilerdeki dinamiklere yönelik bir irdeleme yapılacaktır.

## BİRİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE VE GÖRGÜL ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde ilk olarak psikolojik şiddetin içeriği, etkileri yaygınlığı ve psikolojik sağlığa olan etkileri ele alınacaktır. Daha sonra kadına yönelik şiddet barındıran romantik ilişkilerin kadının benlik saygısı üzerindeki etkileri ve cinsiyetçiliğin bu olumsuz etkilere katkısı incelenecek ve şiddet içerikli romantik ilişkilerde kadınların davranış örüntüleri farklı başa çıkma stratejileri ile birlikte değerlendirilecektir.

#### 1.1 PSİKOLOJİK ŞİDDET

Psikolojik şiddet Türkiye’de başbakanlık bünyesinde gerçekleştirilen çalışmaların verilerine göre oldukça sık rastlanan ve farklı sosyo-ekonomik çevrelerden kadınların sıklıkla maruz kaldığı bir şiddet türüdür (KSGM, 2008). Aynı zamanda fiziksel şiddet ve psikolojik şiddetin ilişkili olduğunu ortaya koyan araştırmalar da bulunmaktadır (Arias ve Pape, 1999; Hamby ve ark., 1999). Bu açıdan psikolojik şiddet, ortaya çıkabilecek herhangi bir fiziksel şiddet davranışını önceden belirleyip tedbir alabilmek adına da tespit edilmesi ve farkındalık kazandırılması gereken bir kavramdır.

Birçok güncel çalışma, psikolojik olgunluk ve eğitim düzeyi gibi parametrelerden bağımsız olarak, şiddet davranışının arkasında sıklıkla egemenlik kurma ve bir başkasının hayatı üzerinde söz sahibi olabilme isteğinin yattığına işaret etmektedir (Örneğin, Coker ve ark., 2011; Silver ve Karakurt, 2013). Pence ve Paymar (1993) istismarcının kontrol sağlamak ve kontrolü devam ettirmek adına başvurduğu başlıca taktikler ve davranışları, “güç ve kontrol çarkı” olarak isimlendirdikleri bir model etrafında özetlemeye çalışmışlardır. Bu modele göre, güç olgusu ile yalıtma, aşağılama, duygusal istismar, çocukları kullanma, baskı ve tehdit, küçümseme, inkâr etme, suçlama, ekonomik istismar ve erkek ayrıcalığı gibi etmenlerin bir araya gelmesi sonucunda şiddet davranışı ortaya çıkmaktadır (Pence ve Paymar, 1993). Bir diğer deyişle şiddet davranışı temelini güç ve kontrol sağlama çaba ve isteğinden almaktadır. Bir başka kişinin üzerinde kontrol sağlama amacına hizmet eden birçok strateji içerisinde psikolojik şiddet merkezi bir yere sahiptir. Günümüzde araştırmacılar psikolojik şiddete giderek daha fazla yoğunlaşsa da açık

ve net bir şekilde tariflenebilir bir eylemi içermemesi sebebiyle kavramın işe vuruk tanımını yapmak ve konuya yönelik etkin araştırma desenleri oluşturmak belirli zorluklar içermektedir (Kelly ve ark., 2009). Psikolojik şiddetin işe vuruk tanımını yapmak, belirli alt davranış türleri çerçevesinde sınıflandırmak, psikolojik şiddetin kapsamı ve içeriği hakkında bilgi sahibi olabilmek adına büyük bir önem teşkil etmektedir. Buna rağmen psikolojik şiddet yine de geçerlik ve güvenilirlik kriterlerini sağlayan ölçekler yardımı ile güvenilir bir şekilde ölçülebilir (Maiuro, 2001). Gerçekten de, farklı tanımlama ve sınıflandırmalar temelinde, yeterli iç tutarlılığı olan ve ilişkili değişkenlerle sağlıklı istatistiksel bağıntılara sahip (O’Leary, 1999), kadınların psikolojik şiddet deneyimlerini ölçen birçok ölçek üretilmiştir.

Psikolojik şiddet literatüründe kullanılan kavramlardan biri olan “psikolojik veya duygusal istismar”, kişilerarası ilişkilerde kaçınılmaz bir biçimde zarar verici sonuçları olan eylemleri ifade etmektedir (Follingstad, 2009). Psikolojik istismar çalışmalarının önemli bir bölümü sözel şiddete odaklanmaktadır. Psikolojik şiddet onur kırıcı sözlü saldırganlıkları içerse de sözlü ya da sözsüz olmasından bağımsız olarak karşı tarafı incitme niyeti taşıyan tüm iletişim biçimleri kişide psikolojik olarak acı çekmeye neden olabilir (Straus ve Stets, 1990). Loring (1994) psikolojik istismarı “içsel benliğin zedelenmesi ve yok edilmesi ile sonuçlanan durum” olarak tanımlamıştır. Straus ve arkadaşları (1996) psikolojik saldırganlık ifadesini tercih etmişlerdir. Ayrıca bu kavramı sözlü ya da sözsüz eylemleri sembolik şekilde kullanarak karşısındaki kişiye tehdit yolu ile acı vermek ve duygusal açıdan incitmek olarak tanımlamıştır. Son tanımlarda da görüleceği üzere, kuramcılar sıklıkla psikolojik şiddetin sözün ötesinde sembolik bir bileşeni olduğu görüşünde birleşmektedir. Bu noktada psikolojik şiddeti alt kategorilere ayırarak inceleyen ve işe vuruk tanımını yapan Tolman literatürde önemli bir başka tartışmayı başlatmıştır. Tolman (1989) (a) örtük tehdit yolu ile şiddet, (b) açık tehdit ile şiddet, (c) davranışları kontrol etme, (d) patolojik ölçüde kıskançlık, (e) yalıtma davranışı ve (f) zihinsel aşağılama olarak altı alt kategori önermiştir. Psikolojik şiddetin alt türleri konusunda Tolman’ın önemli katkıları ile devam eden tartışma, kadına yönelik şiddet çalışmalarında önemli bir yere sahiptir. Romantik ilişkilerde kadının davranışlarını kontrol etme, kadınların benlik bütünlüğüne zarar veren temel psikolojik şiddet türlerinden birisidir. İstismarcı, kadını domine etmek ve onun üzerinde üstünlük

kurmak için kasıtlı olarak belirli davranışları sergiler. Bunun nedeni istismarcının kendini güvende hissetmek için karşısındaki kişinin hayatına korku salmak istemesidir (Murphy, 2002). Bu bağlamda, psikolojik şiddet sürekli eleştirel davranışları, sözel agresyonu, yalıtma ve baskı kurma davranışlarını, korku verici eylemleri ve benlik saygısına zarar verici davranışları içerir (O'Leary, 1999). Duygusal istismar erkeğin kadının sahip olduğu değerleri, kendine dair önemli bulduğu özellikleri değersizleştirerek kadın üzerinde egemen olma arzusunun bir yansımasıdır. İstismarcı kadının kendiliğine dair tüm olumlu özellikleri yok ederek, kendinin kazanacağını düşünür (Murphy, 2002).

Şiddet uygulayan erkek partnerlerin, sıklıkla başvurduğu kontrol araçlarından biri ailedeki finansal konulara dair kararı tek başlarına almaları ve partnerlerinin nereye gidip ne yaptıklarını sıkı bir şekilde denetlemeleridir (Heise, 1998). Psikolojik şiddetin bir alt türü olan yalıtmanın kadınlar üzerinde olumsuz etkileri oldukça güçlüdür. Yalıtma taktikleri, kadının ailesi ve arkadaşları ile olan ilişkisini kısıtlamak, fiziksel olarak hapsedmek gibi davranışları içermektedir (Silver ve Karakurt, 2013). Dolayısıyla, psikolojik şiddet sıklıkla kadının sadece benlik kaynaklarını değil, sosyal benliğini de hedef almaktadır. Psikolojik şiddetin sosyal bağlar üzerindeki yıpratıcı etkileri kadının sosyal destek almasını engelliyor ve kadını romantik ilişkisinde zayıf bir konuma itiyor olabilir. Süreklileşmiş olumsuz geri bildirim yalıtılmışlık ile bir araya geldiğinde, kadın eşi tarafından kendisine verilen “değersiz olduğu” mesajlarına inanmaya başlayabilir ve maruz kaldığı duruma dair bir normalleştirme eğilimi gösterebilir. Kadının maruz kaldığı psikolojik şiddeti anlamlandırması bilişsel, duygusal ve davranışsal süreçlerin sonucu olarak ortaya çıkar. Kadınlar eşleri tarafından onlara yöneltilen davranışları ve niyetlerini bir şekilde isimlendirerek nasıl bir tepki vereceklerine dair bir karar vermek durumunda kalırlar (Murphy, 2002). Bu anlamlandırma süreci psikolojik kavramlar çerçevesinde incelenmesi gereken bir konudur. Bu noktada, benlik düzenleme odağı gibi kalıcı benlik sistemleri ve bu benlik sistemlerine bağlı başa çıkma mekanizmaları kadının psikolojik şiddeti nasıl yaşantılayacağı ve bu yaşantının nasıl sonuçlanacağı noktasında belirleyici olabilir.



## 1.2 PSİKOLOJİK ŞİDDETİN KADINLARIN AKIL SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Romantik ilişki içerisinde eşler arasındaki ilişkilerin psikolojik şiddet içeren davranışlar çerçevesinde şekillenmesi kadınların psikolojik iyi oluş hallerini olumsuz yönde etkilemektedir (Mitchelle ve Hodson, 1983). Yakın ilişkide çiftler arasında yaşanan olumsuz deneyimler kadının benliğine dair sarsıcı etkiler yarattığı için kadının psikolojik sağlığını da olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Romantik ilişkilerde kadınlar partnerleri ve diğerlerine karşı bakım veren ve özveride bulunan, sorumluluk sahibi bireyler olarak gösterildikleri için şiddetin var olduğu bir ilişkide eşlerinden gelen herhangi bir kötü davranışın sorumlusu olarak da yine kendilerini bulmakta ve bu da onların depresyon, düşük benlik saygısı gibi durumlar ile karşı karşıya kalmasına neden olmaktadır (Kirkwood, 1993). Türkiye’de yapılan detaylı alan yazın taraması sonucu psikolojik şiddetin yol açtığı psikolojik bozuklukların ne yazık ki oldukça az ve kısıtlı bir çerçevede ele alındığı görülmektedir. Çoklukla araştırmalar fiziksel şiddet ile birlikte yürütülmektedir ve psikolojik şiddetin etkileri ve sonuçları üzerine detaylı araştırmalara rastlanılmamıştır. Kadınlar üzerinde yapılan bir araştırmanın kısa belirti analizi sonucuna göre kadınlarda ortaya çıkan depresyonun yordayıcılarından biri psikolojik saldırganlık olarak bulunmuştur (Follingstad, 2009; Saunders ve Sackett, 1999). Psikolojik şiddetin de fiziksel şiddet kadar yıkıcı hatta daha yıkıcı sonuçları olabileceğinin fark edilmesi (Sackett ve Saunders, 1999) bu alanda çalışmaların arttırılması ve daha yoğun araştırmaların yapılmasını teşvik edici olmuştur. Örneğin, Alfonso ve arkadaşları (2006) tarafından yapılan bir çalışmada iki farklı şiddet türüne maruz kalan ve hiçbir şiddet yaşantısı olmayan kadın katılımcıların yer aldığı bir araştırmanın dikkat çekici bulguları bulunmaktadır. Araştırmada, kadınların hem depresyon hem de kaygı puanları değerlendirildiğine kadınların fiziksel yakın ilişki şiddetine maruz kalmalarına kıyasla psikolojik şiddete maruz kalmalarının kaygı ve depresyonu bağımsız ve daha güçlü bir şekilde yordadığı bulunmuştur (Mechanic ve ark., 2008). Psikolojik şiddet ve bunun akıl sağlığı üzerindeki etkilerini inceleyen 145 kadın katılımcının dahil olduğu bir araştırmada psikolojik istismarın anlamlı bir şekilde psikolojik semptomlarla (anksiyete, depresyon gibi), düşük benlik saygısı ve içe

dönüklük/kaçınma ile korele olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Baldry, 2003). Yüksek düzeyde şiddetin olduğu, istismar içeren bir ilişkide kişinin benlik saygısında ve üstünlüğünde düşüş beklenmekte ve ayrıca depresyonun ortaya çıktığı bulgulanmaktadır (Mitchell ve Hodson, 1983). Yapılan araştırmalar ve çalışmalar psikolojik şiddetin en az fiziksel şiddet kadar depresyon, travma sonrası stres bozukluğu ve anksiyete gibi psikolojik bozukluklar açısından bir risk faktörü olduğuna işaret etmektedir.

Psikolojik şiddetin akıl sağlığı üzerinde güçlü bir etkiye sahip olmasının bir nedeni de şiddet içerikli ilişkinin devam etmesinde rol oynamasıdır. Psikolojik şiddetin varlığından daha uzun süren romantik ilişkiler, kadının sağlığı üzerinde daha derin ve kalıcı olumsuz etkiler gösterebilmektedir. Genellikle ilişkinin erken safhalarında kişiler maruz kaldıkları olumsuz duruma karşı bir tepki gösterirler fakat bunu ilişkinin geneli hakkında olumsuz bir durum olarak değerdendirmezler (Murphy, O’Leary, 1989). Yaşadıkları durumu bağlamsal birtakım olgulara ve nedenlere bağlayan kişiler karşılaştıkları eylemleri veya davranışları adlandırmakta zorluk çekebilmektedirler. Çünkü psikolojik şiddet, kişilerin uzun süre maruz kaldığı ve bir süre sonra içinde bulundukları durumu kanıksadıkları ve en sonunda normalleştirme eğiliminde oldukları bir şiddet türüdür. Özellikle ilişkilerin başında kıskançlığı, romantik aşkın bir yansıması olarak düşünüen kadın buna dair bir şikâyetle bulunmamaktadır (Sackett ve Saunders, 1999). Ayrıca ilişkileri hakkında daha az umutsuzluk taşıyan kişiler ilişkilerinin kurtarılabılır olduğunu dair düşünelere sahip olabilirler ve bu yüzden de şiddet gördükleri ilişkiye dönme ihtimalleri de yüksek olabilmektedir (Clements ve ark., 2004). Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü (2008) tarafından yürütölen bir çalışmanın verilerine göre kadınların şiddet içeren ilişkiyi terk etmeleri ve yollarına devam etmeleri sanıldığından daha zordur. Çünkü kadının ilişkiyi sürdürmek için kendine göre türlü sebepleri vardır ve bunlardan en dikkat çekicisi ise kadının var olan durumu içselleştirmesi ve kendine yöneltölen davranış kalıplarını meşru görmesidir. Örneğin yüksek düzeyli psikolojik istismara maruz kalan kişilerin yakın ilişkilerindeki şiddet içerikli durumu daha az negatif bir şekilde değerdendirdiğine dair bulgular bulunmaktadır (Shepherd-McMullen ve ark., 2015). Sackett ve Saunders (1999), şiddetin süresi ve depresyon arasında negatif bir korelasyon olduğunu gözlemlemişlerdir. Muhtemelen kişilerin

şiddete maruz kaldıkları süre uzadıkça durumu kabullenme eğilimleri güçlenmektedir. Özetle, psikolojik şiddetin varlığına, türüne ve yoğunluğuna bağlı olarak mağdur kadının partneri ile olan ilişkisine dair edindiği genel izlenim (Bell, Cattaneo ve Goodman, 2008) kadının sağlığı açısından önemli bir konudur.

Tüm bunlara ek olarak depresyon ile ilgili en çok ilgi gören strese yatkınlık modeli kişilerin sahip olduğu bilişsel kırılganlığın olumsuz hayat deneyimleri karşısında depresif tepkiler vermeye neden olduğunu ortaya koymaktadır (Shower ve Abramson, 1998). Bazı kişiler sahip olduğu bireysel yatkınlıkları nedeniyle karşılaştıkları olaylar karşısında diğer insanlara göre daha olumsuz tepkiler verebilirler. Kişiler eğer şiddet içeren bir durumla karşılaşmadan önce bir psikolojik rahatsızlık içerisinde iseler içinde bulundukları depresif psikolojik durum kişiye uygulanan şiddetin düzeyi arttıkça artış gösterebilir ya da herhangi bir psikolojik problemi yoksa da karşılaştığı şiddet içerikli durum karşısında psikolojik bir rahatsızlık geliştirebilirler (Golding, 1999). Kişinin karşılaştığı psikolojik istismar içerikli davranış karşısında bireyde var olan temel sistematik durum ve yatkınlıkların da etkisiyle sergileyebilecekleri psikolojik semptomlar farklılaşabilir.

Psikolojik şiddete maruz kalan kadınların göstereceği psikolojik semptomlarda, benlik düzenleme odağı motivasyonları gibi bireysel farklılık değişkenleri önemli bir rol oynayabilir. Genel örüntüye göre, benlik düzenleme sonucunda hedeflerine ulaşp pozitif geri dönüşler elde edenler neşeli tepkiler verirken, olumsuz geri dönüşlerle karşılaşanlar hayal kırıklığı ve moral bozukluğu deneyimlerler. Ancak, kişinin gelişme ya da korunma odağı motivasyonu ile hareket ediyor olması olumlu ve olumsuz sonuçlar karşısında verilen duygusal tepkileri şekillendirir. Örneğin, kimi klinik çalışmalarda (örn., Scott ve O'Hara, 1993; Strauman, 1989) depresyonun sıklıkla gerçek benlik ile ideal benlik arasında çatışmalara sahip kişilerde (yani gelişme odağı olan kişilerde), kaygı sorununun ise daha çok gerçek benlik ile zorunlu benlik arasında çatışmalara sahip kişilerde (yani korunma odağı olan kişilerde) yaygın olduğuna ilişkin bulgular elde edilmiştir (akt., Higgins, 2001). Gelişme odağı kişilerin açılımcı stratejilerle ilerleme ve hedefe yönelik hareket etmeye dair sahip olduğu motivasyon iken korunma odağı ise var olanı koruma isteğinde ve daha kötü sonuçlardan korunma hedefinde olan kişilerin sahip olduğu var sayılan odak türüdür. Bu iki farklı düzenleme odağı ile ilgili detaylı

açıklamalar ilerleyen bölümlerde yer alacaktır. Gerçekten de istismar mağduru kadınlar ile yapılan bir araştırmada gelecek olan şiddeti kontrol etme isteği ile karakterize olmuş savunucu tutumlar, kaygı ile ilgili semptomların ortaya çıkma durumunu tetiklemektedir (Clement ve ark., 2004). İlerleyen bölümlerde, psikolojik şiddet ve akıl sağlığı ilişkisi benlik düzenleme odağı çerçevesinde daha detaylı irdelenecektir.

### **1.3 KADINA YÖNELİK ŞİDDET VE BENLİK SAYGISI**

Fiziksel şiddete ve diğer şiddet türlerine kıyasla görece daha yeni araştırılmaya ve ilgi çekmeye başlayan bir konu olan psikolojik şiddet ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen oldukça az çalışmaya rastlanmıştır. Benlik saygısı ve şiddet ile ilgili çalışmalar genellikle fiziksel şiddetin varlığında incelenmiş, salt psikolojik şiddet ve benlik saygısını inceleyen araştırmacılar ancak son yıllarda bu konuya eğilmişlerdir. Hâlbuki benlik saygısı kadının var olan ilişkide sahip olduğu kaynakların farkına varmasında ve onları verimli şekilde kullanmasında etkili olabileceği için, sadece psikolojik şiddet sonucunda azalan bir değişken değil, tüm sürece etki eden bir belirleyen de olabilir. Benlik saygısı kişinin birey olarak tamamıyla kendi hakkında ortaya koyduğu durağan değer yargıları değildir, aksine değişim gösterebilen ve benlik kavramı çerçevesinde işleyen benlik tanımının da etkisiyle o anda ortaya çıkan kavramlarla ilişkili bir değerdir (Markus ve Nurius, 1986). Ovara, Mcleod ve Sharpe’a (1996) göre psikolojik şiddet gören kadınlar görmeyenlere göre daha düşük öz yeterlilik puanına ve yüksek depresyon puanına ve daha düşük benlik saygısına sahiptirler. Buna benzer olarak Sacket ve Saunders (1999) psikolojik şiddetin alt türlerinden olan “özellikleri ile alay etme” davranışlarına maruz kalma ile düşük benlik saygısı arasında yüksek bir ilişkinin var olduğunu gözlemişlerdir.

Ancak benlik saygısı, psikolojik şiddet konusunda yapılan çalışmalarda her zaman bir bağımlı değişken olarak ele alınmamıştır. Örneğin, Guerro (2006) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmanın sonuçlarına göre yüksek benlik saygısı puanları alan kişilerin maruz kaldıkları psikolojik şiddetin farkına varmada daha başarılı olduğu ortaya konulmuştur. Dolayısıyla, psikolojik şiddet ve benlik saygısı

arasındaki ilişkinin iki yönlü olarak yorumlanmasında fayda vardır. Fail tarafından uygulanan şiddetin miktarı ve mağdurun şiddeti görmezden gelmesi düşük benlik saygısı ile ilişkilidir (Sackett ve Saunders, 1999). Bu bulgu, süregiden psikolojik şiddetin benlik üzerindeki zarar verici etkilerine de işaret ediyor olabilir, benlik saygısının şiddeti meşrulaştırmayı kolaylaştırıcı bir faktör olduğuna da işaret ediyor olabilir. Bu noktada, benlik saygısı konusunda temel tartışmalardan biri olan global ve durumsal benlik saygısı kavramlarına başvurmak faydalı olacaktır.

Benlik saygısı değişime dirençli bir benlik değişkeni olsa da deneysel çalışmalar benlik saygısının bağlamsal koşullara bağlı olarak kısa süreli değişim gösterebileceğini bulgulamıştır (bkz., Brown, 1997). Kadının benlik saygısı düzeyi ve bununla uyumlu benlik düzenleme stratejileri, şiddet içerikli romantik bir ilişkiye karşı üreteceği tepkide ya da bu durumla başa çıkma biçimlerinde farklılık yaratabilir. Bu bağlamda benlik psikolojisi alanında yürütülen araştırmalar düşük ve yüksek benlik saygısının farklı başa çıkma stratejilerine eğilim gösterdiğini ortaya koymaktadır. Kişi karşılaştığı stres verici bir durum karşısında kendini koruyucu bir kalkan oluşturabilir, bu durumdan uzaklaşmak adına kaçınmacı bir tutum içinde olabilir ya da sorunun çözümünü aktif stratejiler çerçevesinde arayabilir (bkz. Brown, 1997). Bazı “acıkma”, “susama” gibi temel motivasyonlar kişilerin aktif bir davranış sergilemesi için direkt harekete geçmesini sağlar. Fakat bunun dışında kalan “başarıya ulaşmak” gibi diğer motivasyonlar davranışları direkt olarak etkilemez, bunlar daha çok kişilerin neyin muhtemel olarak gerçekleşeceğine inanmaları ve ona önem atfetmeleri ile ilişkilidir (Markus ve Nurius, 1986). Geçmiş araştırma bulgularına göre, düşük benlik saygısı olanlar diğerlerine göre daha az kaynakları ve benliklerine dair daha yetersiz tanımlamaları olduğu için benlik yüceltme yapmakta güçlük çekerler (Baumeister ve ark., 1996). Aslında düşük benlik saygısı olanları diğerlerinden ayıran başlıca durum onların diğerleri gibi benlik değerini yükseltme arzusundan yoksun olmaları veya benlik değerlerinin az olması değildir. Düşük benlik saygısı, daha çok kendi benlik kaynaklarını kısıtlı algılama ve kısıtlı kaynağı da koruyup savunma konusunda güçlü bir eğilime sahip olmakla ilişkilidir (bkz., Brown, 1997). Kırılganlık modeline göre, eğer kadını şiddetin olumsuz etkilerine karşı kırılganlaştıran etkenler söz konusu ise, kadın şiddetin sonuçlarını daha çarpıcı bir şekilde deneyimleyebilir. Fail tarafından üzerinde sürekli baskı kurulan kadın

düşük benlik saygısına sahip ise genel bir korku hali içinde hissetmekte (Henning ve Klesges, 2003) ve durumun kontrolüne dair bir adım atacak öz kaynaklara ulaşmakta güçlük çekebilmektedir.

Global benlik saygısı şiddet içerikli romantik bir ilişkide kadının algılarını ve vereceği tepkileri şekillendirebileceği gibi, psikolojik şiddet sonucu dönemsel olarak azalan benlik saygısı da kadının şiddeti meşrulaştırması ve devam ettirmesinde rol oynayabilir. Bu durumda düşük global benlik saygısı veya psikolojik şiddet sonucu ortaya çıkan durumsal düşük benlik saygısı, etkisiz başa çıkma stratejilerine yönelimin ve buna bağlı psikolojik semptomların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilir. Bu nedenlerle, benlik düzenleme odağı gibi temel bireysel farklılıklar çerçevesinde psikolojik şiddetin benlik saygısını nasıl etkilediğini incelerken, benlik saygısının psikolojik şiddet ve akıl sağlığı değişkenleri ile korelatif ilişkilerini irdelemek ayrıca önem taşımaktadır.

#### **1.4 KADINA YÖNELİK ŞİDDET VE DÜZENLEME ODAĞI**

Düzenleme odağı, benlik düzenleme prensibi olarak başarılı geri dönüşlerin hangi durumda kişilerin beklentilerini arttırarak yaklaşımcı motivasyonla sonuçlanacağını ve başarısız geri dönüşlerin hangi durumda beklentiye düşürerek kaçınmacı motivasyonla sonuçlanacağını anlamamıza yardım eden bir kavramdır (Friedman ve Förster, 2001). Higgins'e göre (1997) kişilerin ihtiyaçları ile benlik düzenleme odağı arasında temel bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre iyi sonuçlara yaklaşma stratejileri gelişme odağı ile, olumsuz sonuçlardan kaçınma korunma odağı ile ilişkili benlik düzenleme stratejilerini içerir. Dolayısıyla, beslenme gibi duygusal ve fiziksel bakım ile ilintili benlik düzenlemeler çoğunlukla gelişme odağıyla, güvenlik ihtiyacı ile ilintili benlik düzenlemeler çoğunlukla korunma odağıyla ilişkilidir (Higgins ve ark., 2008). İki ayrı odak da insan varlığının devamlılığı açısından önemlidir (Higgins ve ark., 2008).

Higgins (1997) benlik düzenleme odağını aynı zamanda bir bireysel farklılık olarak tanımlamakta, erken çocukluk döneminde ilgili/kabul edici ebeveynlere sahip kişilerin hazza yaklaşma stratejilerini (yani gelişme odağı) benimsediklerini, cezalandırıcı tutumlara sahip ebeveynlere sahip kişilerin ise acıdan kaçınma

stratejilerini benimsediklerini (yani korunma odağı) iddia etmektedir. Korunma Odağı, savunmacı, güvenlik ihtiyacı yüksek olan kişilerin sahip olduğu düşünülen odak türüdür. İkinci motivasyon ise gelişme odağıdır ve temel gereksinim ilerlemek, yükselmek ve büyüme (Yalçındağ ve Özkan, 2015). İnsanlarda varlık gösteren düzenleme odağı, gelişme odağı ve korunma odağı arasındaki farkı gösteren üç unsurdan oluşmaktadır. Birincisi kişilerin ihtiyaçlarını karşılamak için arayışları, ikincisi kişilerin başarmaya ya da uyum sağlamaya çalıştıkları hedeflerin ve standartların doğası ve üçüncüsü de kişiler açısından önemli olan psikolojik durumlarıdır (Brockner ve Higgins, 2001). Bu temel farklılıklar çerçevesinde kişide var olan hazzal prensipler bireylerin eyleme yönelik motivasyonlarını şekillendirmektedir. Kişiler sahip oldukları odak doğrultusunda ya bir olaya yönelim göstermekte ve yaklaşımcı davranmakta ya da kendini uzak tutarak kaçınmacı davranmaktadırlar. Yaklaşımcı motivasyonlar ve artan beklenti başarılı geri dönüşleri ile ilgili bulunmaktadır ve bu durum, kişiler korunma odağında iken değil, gelişme odağındayken ortaya çıkmaktadır (Förster ve ark., 2001). Daha açık şekilde gelişme odağı kişinin hedefine yönelik yaklaşımcı çabalar ile harekete geçme hevesinde olduğunu göstermektedir.

Kişinin ideal benliği ile gelişme odağı ilişkili görülmekte, zorunlu benlik ise korunma odağı ile ilişkilendirilmektedir (Miller ve Markman, 2007). Brockner ve Higgins'in (2001) tanımlamalarına göre, gelişme odağı çerçevesinde betimlenen kişiler olumlu bir sonucun varlığı veya yokluğu ile sonuçlanan durumları önemli bulurlar, onlar için kazanmak ve ideal benlik doğrultusunda hareket ediyor olmak pozitif sonuçların görünürlüğünü arttırmayı sağlar. Korunma hedefini takip etmek kötü şeylerin ortaya çıkmasına engel olarak tetikte olmak ve olumsuz sonuçlara odaklanan dürtüsel bir durum anlamına gelmektedir (Klenk, Strauman ve Higgins, 2011). Bu doğrultuda korunma odağı bağlamında varlık gösteren kişiler olumsuz bir sonucun varlığı ya da yokluğu konusunda duyarlı stratejiler içinde olurlar, onlar için kayıp yaşamamak ve zorunlu benlik doğrultusunda hareket edebilmek önem arz etmektedir (Brockner ve Higgins, 2001). Bu bağlamda tercih edilen düzenleme odağı motivasyonunun kişilerin davranış kalıpları ve eylemleri üzerinde etkili olduğu söylenebilir.

Ek olarak var olan düzenleme odağı kişilerin durumsal, anlık ve dürtüsel tepkilerinden etkilenebileceği gibi kronik bir varlık da gösterebilir (Higgins, 1998). Düzenleme odağı durumsal bazı olgulardan etkilenecek tetiklenebilir, aynı zamanda kişinin sahip olduğu veya yönelim gösterdiği düzenleme odağı kişinin sosyal çevresinden edindiği ya da sahip olması muhtemel kişisel farklılıkların da bir yansıması olarak ortaya çıkabilmektedir (Miller ve Markman, 2007). Bazı kuramcılar kişilerin hayatlarında neyi başarmayı istedikleri ve ne tür bir insan olmayı istediklerinin sahip oldukları motivasyonun temelini oluşturduğuna odaklanmışlardır (Markus ve Nurius, 1986). Kişiler sahip oldukları motivasyonlar çerçevesinde yönelim gösterecekleri düzenleme odağının da varlığı ile belirli adımlar atabilirler. Bu noktada kişinin kronik düzenleme odağı motivasyonu başvuracağı başa çıkma stratejileri üzerinde etkili olabilir. Gelişme odağının etkisinde olanlar ideal benlik odaklı hareket edip pozitif sonuçların varlığına karşı duyarlı olurken bir hedefe yönelip başarıya ulaşma konusunda istekli olurlar (Higgins, 1997). Gelişme odağına yönelik olarak ilerlemeci bir algı içinde olmak ve başarmak mutluluk ve neşe ile sonuçlanırken ilerlemenin olmadığı durumlarda mutsuzluk ve hayal kırıklığı ortaya çıkmaktadır (Klenk, Strauman ve Higgins, 2011). Diğer yandan da korunmacı hedefler kişilerin korku duydukları felaketten kaçınmasını sağlarken, olumsuz durumlara ve sonuçlara karşı duyarlı olmaya teşvik eder. Olumsuz sonuç ihtimallerine karşı tetikte olan stratejiler bu noktada ön plana çıkarak kişinin kaybetme ve başarısız olma ihtimaline karşı tedbirli olmasını sağlamaktadır (Locwood ve ark., 2002). Korunma odağına sahip kişiler istenmeyen sonuçtan kaçınmada başarılıdır ve amaca ulaştıklarında tipik olarak pasiflik, rahatlama gibi duyguları deneyimlemektedirler (Klenk, Strauman ve Higgins, 2011).

Düzenleme odağının hazzal prensiplerin ötesinde insanların duygu, düşünce ve hareketlerinin üzerinde büyük bir etkisi vardır (Higgins, 1998). Kişi herhangi bir tehdit içeren durum karşısında durumu yeniden değerlendirmekte ve eğer durum tehlikeli görünüyorsa olumsuz sonuç ihtimallerine karşı tetikte olan stratejiler ile korunma odağı motivasyonuna yönelmektedir (Oyserman ve ark., 2007). İhtiyaçlar, hedefler ve standartlar, içinde bulunulan psikolojik durum gibi birçok değişken gelişme odağı ve korunma odağı yöneliminde eyleme geçenler açısından farklılık göstermektedir (Brockner ve Higgins, 2001). Bireysel açıdan hassasiyet gösteren bir



durumda bireysel farklılıklar doğrultusunda kişiler duruma ya çok dikkatli yaklaşır ve hatta o durumla karşı karşıya kalmaktan kaçınır ya da hedefe odaklanarak yöneltilecek olumsuz davranışın karşısında durup alternatif yollar bulmaya çalışır (Oyserman ve ark. 2007). Korunma Odağı, riskli görülen davranışlardan kaçınma gibi bazı durumlar ile anılırken; Gelişme Odağı, azimli olma ve var olanı geliştirme ile kuvvetli olarak ilişkili bulunmuştur (Yalçındağ ve Özkan, 2015).

Kişilerin sahip oldukları düzenleme odağı doğrultusunda farklı stratejiler belirlediği yapılan araştırmalar sonucunda bulgulanmıştır (Crowe ve Higgins, 1997). Korunma Odağı ile hareket edenler kaçınmacı ve pasif şekilde kendini olaydan uzak tutarken, gelişme odağı ile hareket edenler ise ulaşılmak istenen son duruma uygun yaklaşımcı uyuma yönelir (Higgins, 1997). Oyserman ve arkadaşları (2007) tarafından kişilerin adil olmayan muamelelere maruz kaldıkları durumlar ve benlik düzenlemesini araştırdığı bir çalışmada kişilerin sağlıkları ve hedef için çaba göstermeleri yani gelişme odağı motivasyonu ile negatif şekilde korele olduğu bulgulanmıştır. Kişiler herhangi bir tehdit içeren durum karşısında tetikte stratejilerle bilişsel kaynaklarını var olan durumdan bir başkasına yönelterek acı veren durumun etkisini azaltmaya yönelebilirler. Buna bağlı olarak kişilerin sahip olduğu zorunluluklar ve görevler doğrultusunda korunma odağı öne çıkarken, umutlar ve arzular gelişme odağı ile ilgili kavramlar ortaya çıkmaktadır (Förster ve ark., 2001). Herhangi bir sistemin aktif hale gelmesi, bu sistemlerle ilişkili hedefin erişilebilir olması ve karşılaşılan durumun yapısı ile ilişkili olup kişinin karşılaştığı herhangi bir uyararı erişime açık olan sistem doğrultusunda yorumlama ihtimalleri yüksektir (Klenk, Strauman ve Higgins, 2011). Diğer bir deyişle, kişinin karşılaştığı durumla başa çıkma yöntemi de kullanma eğiliminde olduğu odak doğrultusunda şekillenebilir. Bir olayın yıkıcı etkisini azaltmak için bir kişinin izleyeceği stratejiler pasif olarak durumun daha olumsuz bir şekle bürünmesini engellemek adına korunma odağının temel prensibi doğrultusunda sükunetle beklemek olabilir. Bir başka kişiye, yaşadığı durumun yıkıcı etkilerini azaltıp durumun iyileşebileceğine dair düşüncelere sahip olarak gelişme odağı ile uyumlu aktif ve problemi çözmeye odaklı stratejilere yönelebilir.

Düzenleme odağının başa çıkma stratejileri ile ilişkili bulunduğu dair düşüncelerin ortaya çıkmasının bir diğer nedeni de kişilerin var olan olumlu veya

olumsuz bir duruma karşı takındığı tavidir. Kişilerin geçmiş bireysel çabaları ve deneyimleri yeni karşılaştıkları bir durum karşısında aktif hale gelerek yeni karşılaşılan durumda da yönelinmesi muhtemel olan düzenleme odağının da bir belirleyicisi olabilir (Higgins ve ark., 2001). Bu bağlamda başa çıkma stratejileri gibi düzenleme odağı da durumsal deneyimlerin benzer koşullarda geri çağırılmasını desteklemektedir. Kişi kullandığı başa çıkma stratejisini işlevsel bulunduğu durumlarda karşılaştığı yeni olayda aynı stratejilerden yararlanma eğilimi göstermektedir, aynı durumun düzenleme odağı için de geçerli olabileceği düşünülmektedir. Kişilerin var olan sistemsal eğilimleri sahip oldukları hedefleri başarmak olduğunda eğer istedikleri başarıyı elde edemezlerse kişinin gelişim odağı doğrultusunda hedeflerine yönelmesinde bir azalma meydana gelebilir (Klenk, Strauman ve Higgins, 2011). Geri çekilme ya da vazgeçme benlik düzenlemenin doğal ve olmazsa olmaz bir parçasıdır. Çünkü bazı durumlarda yeni bir hedefe ulaşmak ve yeniden başlamak için çözüme kavuşmayan ve ulaşılamayan hedefleri terk etmek ve yeniden hedefe yönelmek gerekmektedir. Davranışsal inhibisyon sistemi ceza ve acıya karşı duyarlı olduğu için kişi bu tarz durumları yaşamamak adına, eyleme geçerek hedefe ulaşmaktan vazgeçebilir (Carver ve White, 1994). Kişi karşılaştığı durumun sonucuna dair bir fikir yürüterek var olan durumun yıkıcı etkilerinden uzak kalabilmek için amacını terk edip davranışını bastırabilir. Bunun tam tersi olarak, davranışsal aktivasyon sistemi ödüle, ceza almamaya, cezadan kaçmaya karşı duyarlıdır. Kişi hedefleri doğrultusunda harekete geçebilir (Carver ve White, 1994). Böyle bir durumda da kişi eyleminin olumlu sonuçlarını edinmeyi amaç edinerek davranışları konusunda aktif olmaya yönelir ve buna yönelik sistem etkin hale gelir.

Gelişme Odağı ve Korunma Odağı öznel deneyimlerden oldukça fazla etkilendiği gibi kişilerin kendi hedefleri doğrultusunda ilham aldıkları rol modellerin de etkisi altında kalabilmektedir. Kişi eğer gelişme odağının güçlü etkisi altında ise görece olarak olumlu rol modelleri daha çabuk hatırlarken, korunma odağının etkisi altında ise negatif rol modelleri daha çabuk hatırlamaktadırlar (Miller ve Markman, 2007). Bu bağlamda, farklı düzenleme odaklarına sahip olmak bir dezavantaj olarak değerlendirilmemelidir. Aksine Korunma Odağı ile hareket edenler de herhangi bir tehlikeye karşı alarında oldukları için potansiyel bir tehlikeye karşı uyum gösterebilirler (Oyserman ve ark., 2007). Kişi devamlı olarak girişimde bulunduğu

durumlarda başarısız sonuçlar elde etmeye başlayınca bu durumun tekrar etmesi sebebiyle istek ve arzusunu yitirebilir (Klenk, Strauman ve Higgins, 2011). Düzenleme odağı hem psikolojik hem de fizyolojik eşleniklere sahip hem de hedefler ve davranışlar için önemli bağlantılar sunabilmektedir (Carver ve ark.,1989; Gray, 1990; Idson ve Higgins, 2000; akt., Oyserman ve ark., 2007). Bu bağlamda kişilerin sahip oldukları odak ve tercih ettikleri başa çıkma stratejisini değerlendirmek ve uygun olan tedavi planlamasına yönlendirmek psikolojik sağlık adına atılmış önemli bir adım olabilir. Kadınlara diğer desteklerin yokluğunda sadece onları aktif olarak problem odaklı sorun çözmeye yönelik eğitim vermenin yetersiz kalacağını gösteren çalışmalar da söz konusudur (Waldrop ve Resick, 2004). Henüz alanda başa çıkma stratejileri ile olan ilişkisi arasında bir bağ olduğunu ortaya koyan araştırma bulunmasa dahi farklı düzenleme odağına sahip kişilerin farklı başa çıkma tarzları geliştirme ihtimali oldukça yüksektir. Kronik korunma stratejileri ile yüksek düzeyde tetikte olarak davranış sergileyen bireyler, sürekli olarak bir gerginlik içinde yaşadıkları ve herhangi bir durum karşısında daha kötüsü olmasın diye telaşlandıkları için ortaya çıkan davranış örüntüsü ile anksiyete bozukluğu arasında bir bağlantı olduğu söylenebilir (Klenk, Strauman ve Higgins, 2011). Depresyon gelişimci sistemin oldukça düşük düzeyde aktive olması ile ortaya çıkarken, korunma sisteminin oldukça yüksek düzeyde aktif hale gelmesi ise anksiyete ile ele alınabilir.

Geçmiş araştırmalar ışığında, düzenleme odaklarının aktif veya pasif başa çıkma stratejileri ile etkileşimlerinin, psikolojik şiddet ve akıl sağlığı arasındaki ilişki açısından önemli olabileceği düşünülmektedir. Bu araştırmada psikolojik şiddetin psikolojik sağlık üzerindeki çıktıları düzenleme odakları ve başa çıkma stratejilerinin düzenleyici etkileri çerçevesinde incelenecektir.

## **1.5 KADINA YÖNELİK ŞİDDET VE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ**

Psikolojik sağlığı önemli ölçüde tehdit ettiği ve etkilediği için alan yazında birçok araştırmada psikolojik şiddet başa çıkma stratejileri ile birlikte sıkça ele alınmıştır. İnsan doğası gereği ve yaşamsal ihtiyaçları sebebiyle karşılaştığı olumsuz durumlarla başa çıkabilme bilişsel yeteneğine sahiptir. Yapılan araştırmalar çerçevesinde stres altındaki bireylerde hangi başa çıkma stratejisinin veya türünün

daha etkili olduğunu ortaya koyan çalışmalara rastlanılmaktadır (Aldwin ve Revenson, 1987). Başa çıkma, kişinin yaşamsal baskı ve zorlantılarından ve içsel duygusal yaşantı durumlarından ayrılmaz birer olgu olarak ele alınmaktadır (Pearline ve Schooler,1978). Başa çıkma kişinin karşılaştığı duruma dair anlam arama, nedenine yani yol açtığı problemlere dair cevap bulma isteği kişinin olaya dair üstünlük kurma çabasının bir sonucudur. Kişi karşılaştığı duruma dair bir üstünlük kurabildiği sürece yeni fakat benzer bir durumla karşılaştığında bir önceki benzer durumda ne yaptığına dair var olan bilgisi, kişinin olumsuz durum karşısında savunmasız hissetmesini engeller ve üstünlük kurmasını sağlar (Taylor, 1983).

Başa çıkma, kişilerin karşılaştıkları herhangi bir olumsuz sosyal yaşam deneyiminin psikolojik açıdan zarar vermesini engelleyen ve toplum içindeki kişilerin davranışlarını düzenleyici bir etkisi olan davranışlar şeklinde tanımlanabilir (Pearlin ve Schooler,1978). Adapte olma süreçlerinden biri olan tehdit oluşturan durum üzerinde kontrol sahibi olabilme duygusu yaşanan durumu nasıl yöneteceğini bilmeyi ve yeniden ortaya çıkmasını engellemeyi sağlayacağı için gereklidir (Taylor, 1983). Şiddetin türü ne olursa olsun kişinin yaşantısında olumsuz duygulara sebep olması nedeniyle ve duruma neden olan kişinin kadının duygusal bir bağlılık içinde olduğu partneri tarafından gelmesi sebebiyle kadının psikolojik dünyası zarar görür ve aynı zamanda ekonomik kaynağı olan eşinden gelen bu zarar kadını çaresizliğin içine sürükleyebilir (Kandemirci ve Kağnıcı, 2014). Kadınlar sıklıkla istismarcı eşi terk etmek yerine duruma adapte olma ve ilişkiyi sürdürme eğilimindedirler. Ayrılık kararı alıp almamak ise daha çok şiddete uğrayan kadının kullandığı başa çıkma yöntemlerine göre farklılık göstermektedir (Page ve İnce, 2008). Bu açıdan kadının şiddet içeren ilişkiyi bitirip sonlandıramaması seçmiş olduğu başa çıkma stratejilerinin de bir yansıması olarak ele alınabilmektedir.

Psikolojik şiddetin yol açtığı duygusal örselenmenin sonuçları ile başa çıkmada kişilerin başa çıkma stratejileri ne olursa olsun, sosyal desteğin en etkili yollardan biri olduğu birçok çalışma sonucu ile desteklenmiştir. Sosyal destek, kişinin, benlik saygısını yücelten, yaşadığı stres içerikli olaya karşı algısını ve başa çıkma stratejilerine dair farkındalığını ortaya çıkaran önemli bir kalkan görevi görmektedir (Carlson ve ark., 2002). Güven duyduğu sosyal desteği tarafından tavsiye ve cesaretlendirici söylemler alan kişi daha fazla mantıksal analize eğilir ve

gerekli bilgilerin arayışına girer ve bu da kişiyi aktif problem çözmeye yönlendirir (Valentiner, Holahan ve Moos, 1994). Bu açıdan kadının yönelim gösterdiği başa çıkma stratejisi kişinin içinde bulunduğu çevresel koşulların da etkisindedir denilebilir.

Waldrop ve Resick'e göre (2004) başa çıkma tarzları açısından birçok düzlem söz konusudur fakat iki temel olgu başa çıkma stratejileri açısından önemli bulunmaktadır. Bunlardan birincisi kaçınmacı başa çıkma ve ikincisi ise yaklaşımçı başa çıkma, bir diğer deyişle bilişsel veya davranışsal stratejilerden herhangi birine yönelmektir. Lazarus ve Folkman (1984) ise problem odaklı başa çıkma ve duygu odaklı başa çıkma olarak iki farklı stratejinin var olduğu görüşünü savunmuştur. Bu bağlamda bakıldığında bu iki farklı başa çıkma stratejisi, maruz kalınan stresin yol açması muhtemel olumsuz etkilerine karşı koyabilmek adına farklı yollar izlemenin gerekliliğini ortaya çıkarmıştır. Duygu odaklı başa çıkma eylemsel olarak stres içeren duruma karşı duyguların düzenlenmesi şeklinde yapıcı bir çabayı içerse de stresin kaynağından kaçınmayı merkeze almaktadır ve bu şekilde yüzeysel bir çözümü içermektedir (Holahan ve Moos, 1987). Lazarus'a göre (1996), problem odaklı başa çıkma tarzı hayatın içindeki şartların yarattığı stres içerikli duyguları açığa çıkarmaya yönelir. Eğer kişi bir zarar gördüyse bunun yol açtığı zararı tamir etmeye odaklanır. Zarar görmemiş ve sadece tehdit aldıysa kişi bu sefer de tehdit ile ortaya atılan potansiyel zararın açığa çıkmaması için bu durumu engellemeye odaklanır. Bu açıdan bakıldığında stresin kaynağına yönelik çözümçül bir çabanın varlığı problem odaklı başa çıkmayı karakterize edebilir. Başa çıkma ve depresyon arasındaki ilişkiler daha çok laboratuvar düzleminde yapılan araştırmalarda incelenmiştir. Bu şekilde yürütülen bir araştırmaya göre depresif kişilerin daha az problem odaklı başa çıkmaya başvurduğu ve daha çok kendilerini suçladıkları sonucu elde edilmiştir (Coyne, Aldwin ve Lazarus, 1981).

Diğer yandan duygu odaklı başa çıkma ise duygusal reaksiyonların yönetilmesi ile ilgilidir. Bireyler bunu duyguların dışavurumunu düzenleyerek yapmaktadırlar. Böyle bir durumda kişinin deneyimlediği duygu tehdit içeriyorsa bu duyguların değişim geçirmesi ya da düzenlenmesi gerekmektedir. Böyle bir durumda kişinin bütüncül düşünmesini engelleyecek dışsal etkenlerin olduğunu söylemek mümkündür (Lazarus, 1996). Var olan durumun kişide yarattığı duygusal sonuçların

düzenlenip işlevsel bir hal alması duygu odaklı başa çıkmayı tanımlayan en doğru karakteristik özellik olabilir.

Sosyal bilimler başa çıkmayı genellikle durumsal olgularla kısıtlı tuttuğu için kaçınmacı tutumları ve bunlara karşı olan yaklaşımları genellikle klinik çalışmacılar incelemektedir. Bu yüzden de başa çıkma tarzları kişilerin oldukça kişisel durumlarda oluşan tehdide karşı verdikleri oldukça kişisel tepkiyi incelemekle sonuçlanmıştır (Pearlin ve Schooler,1978). Hâlbuki kişilerin karşılaştığı psikolojik semptomları azaltmada başa çıkma stratejilerinin başarılı olup olmaması o duruma özgü kullanılan stratejinin etkililiğine oldukça bağlıdır (Aldwin ve Revenson, 1987). Aktif ve pasif başa çıkma stratejileri psikolojik işleyiş ile bağlantılı bulunmaktadır ve terapötik müdahale üzerine muhtemel bir vurgu yapmaktadır. Fakat bireyin seçmekte meyilli olduğu başa çıkma stratejisini değiştirmek için durumun gerçekleştiği bireysel ve çevresel bağlamı da anlamak gerekir (Holahan ve Moos, 1987). Problem odaklı başa çıkma psikologlar tarafından daha etkili veya daha sağlıklı olarak ele alınırken, duygu odaklı başa çıkma bir tür savunma, kendini kandırma ya da patoloji olarak görülmektedir. Fakat Folkman ve Lazarus (1984), duygu odaklı başa çıkmanın kendini kandırmanın ötesinde bir durum olduğu gerçeğini savunmuştur. Çünkü kişi eğer çözümü olmayan bir durum karşısında ısrarcı bir biçimde problem odaklı başa çıkmaya yönelirse, kişide kronik stres ve işlev bozukluklarının ortaya çıkmasına neden olabilir (Collin, Baum ve Singer, 1983). Lazarus ve Folkman (1984) tarafından, yaşanan stres içerikli durumun kontrol edilebilirliğine dair algı problem odaklı başa çıkma stratejisini kullanabilme, eyleme geçmek için plan geliştirme ile ilişkili bulunmuştur. Diğer yandan duygu odaklı başa çıkma ise güzel şeylerin olacağına dair boş umutlar üretmek olarak görülmemektedir ve daha etkili stratejiler olarak ortaya atılmıştır. Arias ve Pape'in bir çalışması (1999), katılımcıların ortalama bir şekilde şiddet uygulayan partnere karşı ortalama bir değerde başa çıkma stratejilerine yöneldiklerini ve bunun eşit olarak hem duygusal hem de problem odaklı başa çıkma stratejilerinden oluştuğunu göstermektedir. Bazı araştırmacılara göre bireysel kontrolün söz konusu olduğu durumlarda problem odaklı stratejilerin, duygusal odaklı başa çıkma stratejisine göre daha iyi psikolojik fayda sağladığı yönündedir (Clements ve ark., 2004). Fakat bunun dışında durumun kontrol altına

alınamaz olduğu durumlarda ise duygu odaklı başa çıkmanın daha büyük psikolojik yarar sağladığı bulgulanmıştır (Valentiner ve ark., 1994).

Bir kadının seçtiğı başa çıkma stratejisini tam anlamı ile irdeleyebilmek için durumsal faktörlerin başa çıkma stratejileri üzerindeki etkisini göz ardı etmemek gerekmektedir. Bu açıdan bir kadının iş yerinde strese verdiği tepki yaklaşımıcı iken kadının kendine yönelik gelen şiddete karşı verdiği tepki kaçınmacı olabilir (Waldrop ve Resick, 2004). Kadın yaşadığı şiddet içerikli durum karşısında bir başa çıkma stratejisi belirler ve seçtiğı stratejinin işlevsel olup olmaması durumunu da değerlendirerek bir sonraki benzer bir deneyimde ya başka bir strateji belirler yaklaşımıcı olur, yardım çağrısında bulunur ya da kaçınmacı bir tutum ile ilişkiye devam eder (Page ve İnce, 2008). Yoshihama (2002), tarafından Japon ve Amerikan katılımcılar ile yapılan bir araştırmada şiddete maruz kalanların başvurduğu başa çıkma stratejileri arasında %81 oranında partnerle yüzleşme, %74 oranında ise arkadaşlardan yardım çağrısında bulunma olduğu görölmektedir. Farklı kültürlerin de kişilerin seçtiğı stratejiler üzerinde etkili olduğu söylenebilir. Bazı araştırmalara göre de bireylerin şiddetin yoğun olduğu durumlarda daha aktif ve daha az pasif başa çıkma stratejilerine yöneldikleri bulunmuştur. Bu açıdan farklı kültürlerden olmanın yanında maruz kalınan şiddetin de kişinin başvuracağı başa çıkma stratejisini belirleyebileceğini söylemek mümkündür. Walker'a (1984) göre de kontrol edilemeyen ve beklenmedik bir şiddete uğrayan kadınlar öğrenilmiş çaresizliğe benzer belirtiler gösterirler. Şiddet içeren duruma karşı farklı tepkiler ortaya çıkmaktadır. Kadının öğrenilmiş çaresizlik benzeri bir davranış örüntüsü sergilemesi, karşılaştığı olumsuz durumlarla başa çıkma yeterliliğini destekleyen unsurlar olan benlik saygısı, üstünlük kurabilme hissi gibi değerleri olumsuz yönde etkileyerek, kişiyi adım atmak ve var olan durumu değiştirmek için çaba sarf etmekten alıkoyabilir (Mitchelle ve Hodson, 1983). Bu tür bir süreç kadının aktif bir şekilde değişim için adım atmasını engeller üstünlük ve benlik saygısına dair hislerini kötü yönde etkiler ve bu da var olan döngünün devamlılığına bir çıkış yolu bulamamaya neden olur. Kişi durumun etkisi ile ilk başta hissizlik içeren bir tutumu benimseyebilir ve bunu kişinin geleceğe dair kaygısını tetikleyen korku izler (Page ve İnce, 2008). Kadın başa çıkmak ve var olan olumsuz durumdan kaçmak için bir çıkış yolu aramadığından değil fakat var olan durumu nasıl sonlandırabileceğine dair

olan bilgisinin yetersizliğinden dolayı aktif bir çaba içine girmekten sıklıkla çekinir (Walker, 1984). Psikolojik kaynaklar bağlamında düşünüldüğünde aktif başa çıkma kişisel ve çevresel kaynakları fazla bulunması ile ilişkili bulunurken kaçınmacı ya da pasif başa çıkma ise daha az kişisel ve çevresel kaynakların olması ile ilişkili bulunmuştur (Holahan ve Moos, 1987). Şiddet artış gösterdikçe kadının sosyal temasta bulunmasına kısıtlama gelmektedir ve kadın başkalarına ulaşmak için daha az çaba sarf etmektedir çünkü suçu kendisinde aramaya başlamaktadır (Lewis ve ark., 2006). Bu açıdan kişinin sahip olduğu sosyal ağlar oldukça önemlidir, şiddet gören kadın, belirli başa çıkma stratejilerini kullanarak aile-içi şiddetin yarattığı olumsuz etkilerin üstesinden gelmeye çalışmaktadır, seçtiği başa çıkma stratejisi de alacağı desteği belirleyici bir etki yaratabilir (Mitchelle ve Hodson, 1983). Kadınlar, şiddet içerikli yakın ilişkinin yol açtığı olumsuz durumla sosyal desteğin oluşturduğu koruyucu kalkan ile başa çıkmaya çalışmaktadırlar ve bu da kadının iyi olma halini destekleyen unsurlardandır (Beeble ve ark., 2009). Kişi sosyal çevresi ile olan bağıni yitirince destek göremez ve yaşadığı psikolojik sorunlarla başa çıkma stratejilerinin farkına varamaz ya da bir arayış içinde olmaz.

Görülmektedir ki başa çıkma ile ilgili yapılan birçok araştırma aile içi şiddet ve fiziksel şiddet üzerine olmakla birlikte etkileri ve psikolojik çıktılarının kadınlar üzerindeki benzerliği göz önünde bulundurularak psikolojik şiddetin etkileri sonucunda da benzer başa çıkma stratejileri kullandıkları ve psikolojik sağlığa benzer etkileri olabileceği düşünülebilir. Psikolojik sağlık alanında çalışan profesyoneller bazen yalnız kişinin ilişkiyi devam ettirecek kişilik özelliklerine odaklanmaktadır. Fakat araştırmalar psikolojik istismarın olumsuz psikolojik hastalıklar ve etkisiz başa çıkma stratejileri ile ilişkilendirilmektedir (Arias ve ark., 1996). Bu açıdan davranışları destekleyen sosyal, ekonomik faktörleri görmezden gelmektedirler, hâlbuki kadının zarar veren ilişkiyi devam etmesine neden olan faktörler sosyo-ekonomik faktörler olabilir (Mitchelle ve Hodson, 1983). Var olan kaynakların etkisi kadını belirli stratejileri seçmeye yönleltebilmektedir. Psikolojik sağlık ve başa çıkma stratejileri arasında bir ilişki olduğu birçok araştırmanın ışığında ortaya konulmuştur. Fakat kişinin yöneldiği başa çıkma stratejileri ve düzenleme odağı motivasyonları ile ilgili çalışmalara, bizim araştırmalarımız doğrultusunda rastlanılmamıştır. Bu bağlamda yapılan araştırmaların kişilerin sahip olduğu bireysel farklılıklar ve farklı



psikolojik deneyimleri çerçevesinde başa çıkma stratejilerini ele almadıkları kuramsal açıdan bir eksiklik içermekte olduğu da göze çarpmaktadır. Tüm bu tanımlamalar ve değişkenler bağlamında psikolojik şiddetin kadınların akıl sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerini ortaya koymak ve kişiye özgü başa çıkma stratejilerini görünür kılarak kişiye en uygun başa çıkma stratejisini belirleme aşamasında destek olmak öncelikli hedeftir.

## **1.6 TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİ**

Şiddet gibi çok boyutlu nedenler sonucu ortaya çıkan ve oldukça fazla yıkıcı sonucu olan bir olgu, şiddetin tüm alt türlerini de kapsayarak toplumsal birçok bağlam veya tutumdan köklenebilir. Bu açıdan psikolojik şiddetin söz konusu olduğu romantik ilişkilerde toplumsal değerler sonucu yerleşen birtakım yargılar önemli roller oynayabilir. Toplumsal cinsiyetçilik, kadının birçok farklı alanda yaygınlaşmış tutumların davranışsal olarak kadınlara yöneltilmesi ve erkeğe kıyasla görece daha düşük konumlandırılarak ayrımcılığa maruz kalmaları ile kavramsallaştırılabilir (Sakallı- Uğurlu, 2002). Bu bağlamda toplumsal cinsiyet rolleri olarak bilinen cinsiyetçi söylemlerin varlığı psikolojik şiddet içeren ilişkide önemli bir unsur olarak ele alınmalıdır. Glick ve Fiske (1996) tarafından ortaya atılan çelişik duygulu cinsiyetçilik kavramı iki tür cinsiyetçilik alt türünü içermektedir. Kadının erkekten daha alt kademede ve yetersiz olarak görüldüğü cinsiyetçilik türü, düşmanca cinsiyetçilik iken, olumlu bir anlam içerdiği düşünülse de modernite ile birlikte daha örtük bir şekilde sunulan cinsiyetçilik türü ise korumacı cinsiyetçiliktir. (Sakallı- Uğurlu, 2002). Bu iki farklı cinsiyetçilik tutumunun kişide aynı anda varlık göstermesi çelişik duygulu cinsiyetçiliğin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Kadınların bu farklı türden cinsiyetçilik tutumuna karşı olan algıları kültürel anlamda farklılık gösterebilmektedir (Sakallı, 2002). Erkekler ve kadınlar cinsiyet rollerinin eşit olduğuna dair bir tutum içinde olduklarında kadına yönelik şiddetin kabul edilemez olduğunu belirtmektedirler ve şiddeti/istismarı daha geniş bir boyutta tanımlamaktadırlar bu doğrultuda da kurbanı suçlamamaktadırlar (Flood ve Bob, 2009).

Cinsiyetçi tutumlar tarihsel ve sosyokültürel değişimlere duyarlıdır ve günümüzde cinsiyetçi tutumların daha örtük hale geldiği görülmektedir (Sakallı, 2002). Namus kültürünün hüküm sürdüğü Türkiye gibi ülkelerde toplumsal cinsiyet rollerine atfedilen önem ve değerin kadınların ilişkilerdeki boyun eğici davranışlarına temel oluşturduğu söylenebilir. Türkiye’de kadına yönelik gerçekleştirilen şiddet türleri kökenini büyük oranda namus kavramından almaktadır (Sakallı-Uğurlu ve Işık, 2009). Cinsellik ile ilgili geleneksel yapıdan temelini alan namus kavramı, erkeklere erkekçe davranma gerekliliğini; kadınlara ise cinsellikten sakınma ile ilgili baskıcı davranış ve tutumları benimseme gerekliliğini getirmektedir (Bilgili ve Vural, 2011). Yakın ilişkilerdeki normlar yüksek oranda cinsiyetçidir, geçmişten günümüze değişim geçirse de kökleri ataerkil gelenekten gelmektedir ve erkeğin gücünü meşru kılan bir ideoloji içermektedir (Johnson, 2006). Tarihsel olarak sosyalleşme süreci içinde cinsiyet rolleri kapsamında erkeklerin gerçekleştirmesi gereken davranışlar belirli kalıplar halinde çizilmiştir. Örneğin, saldırganlık, kadınları başkalarından özellikle de karşı cinsten korumaları gerektiğine dair bazı kalıp yargılar sonucu şekillenen davranış örüntüleri gibi. Öte yandan kadınlar açısından ise daha az saldırgan olmak, daha az entellektüelite, erkeklerin ve çocukların bakım ihtiyaçlarının kendi kişisel ihtiyaçlarının önünde olduğuna dair görüşleri içermektedir (Walker, 1994). Bu tür düşünce kalıplarının kadınların kendilerini ikincil bir varlık olarak hissetmesine neden olan başlıca nedenler olduğu söylenebilir. Yakın ilişkilerdeki şiddet, etkileşimci toplumsal cinsiyet rollerine göre erkeklerin çevresindekilere ne kadar erkek olduğunu ve nasıl erkekçe davrandığını kanıtlamak için şiddeti bir araç olarak kullanması ile ilişkilidir (Anderson, 2005).

Ataerkil kültürü anlamak ve toplumsal cinsiyet rollerini incelemek, erkeklerin neden kadınlara yönelik duygusal istismar içeren davranışlar sergilediklerini ve kadınların bu duruma boyun eğiyor görünmesini açıklamaya yardımcı olabilecektir (Lammers ve ark., 20015). Erkeğin kadın üzerinde erk sahibi olmak istemesi ve bunu bir şekilde kanıtlama çabası içinde olması şiddeti öncülleyen nedenler arasında bulunmaktadır (Page ve İnce, 2008). Cinsiyetçi basmakalıp düşünce ve söylemlerin kabul edildiği durumlarda fiziksel şiddetin yüksek oranda rastlanıldığını gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Nabors ve Jasinski, 2009). Buna paralel olarak şiddetin meşrulaştırılması ile geleneksel cinsiyet rollerinin kabul edilmesi arasında güçlü

ilişkiler mevcuttur (bkz., Boyacıoğlu, 2016). Türkiye çapında gerçekleştirilen bir çalışmada yüzde 43 oranında kadın, “kadın herhangi bir konuda eşiyle aynı fikirde değilse tartışmamalı ve susmalıdır” söylemine, yüzde 42 oranında da “kadının tavır ve davranışlarından ailenin erkekleri sorumludur” söylemine katıldığını ifade etmiştir (Yüksel- Kaptanoğlu ve Çavlin, 2015). Şiddeti meşrulaştırma eğilimi ise şiddetin uygulayıcısı veya mağduru olmayı kolaylaştırmaktadır (bkz., Boyacıoğlu, 2016).

Erkekler genellikle kendilerine atfedilen kültürel roller gereği fiziksel olarak sahip oldukları gücü uygulayabilme hakkını kendilerinde bulurlar. Erkeklerin rolleri bu bağlamda sosyalleşme süreci içinde baskı kuran, kadınları ise itaat eden olarak şekillenir (Pence ve Paymar, 1993). Erkeklerin erkek oldukları için arzularını istedikleri şekilde yönlendirmeleri ve özel ilgi ile bakılmaları gerektiğine dair bir beklenti içinde olmaları sonucu kadınların insan olarak sahip oldukları bireysel haklarını dahi inkâr etmelerine neden olabilmektedir (Lammers ve ark., 2005). Buna benzer tutum ve davranışlar çerçevesinde yetişmiş bir kadının karşılaştığı şiddet davranışına yönelik tavrı da belirli kalıpların dışına çıkamamaktadır. Erkeğin güç sahibi olduğu ve kontrolü elinde tuttuğu bir ilişkide psikolojik istismar, toplumsal değer yargıları ile daha da güçlenmektedir (Murphy, 2002).

Cinsiyetler arası yapılan araştırmalarda kadınların erkeklere kıyasla daha çok duygu odaklı başa çıkmayı kullandığı ortaya konulmaktadır (Lazarus, 1996). Toplumsal cinsiyet rolleri romantik ilişkilerindeki sorunlar karşısında kadına sabretmek gibi daha pasif başa çıkma stratejileri önerirken, psikolojik şiddetin kadının benliği üzerindeki aşındırıcı etkisi kadını bir kısır döngüye ve çaresizliğe itebilmektedir. Belki de bu sebeplerle, birçok kadın evlilik kurumu içerisinde kendileri için belirlenen rollerin dışına çıkarlarsa karşılaştıkları şiddet içerikli durumu hak ettiklerini düşünmektedir (Kandermirci ve Kağnıcı, 2005). Bazı durumlarda kadınlar kendilerine yönelik uygulanan cinsel istismar davranışlarını ve aile içi şiddeti anlayışla karşılayabilmekte ve şiddeti destekleyici tutumlar gösterebilmektedir (Flood ve Bob, 2009). Bu bağlamda polise ya da diğer yetkililere durumu bildirmekten ziyade suçu kendilerinde bulmaktadırlar. Türkiye’de kişilerin çoğunlukla psikolojik, ekonomik ve/veya cinsel şiddeti şiddet olarak tanımlamama eğilimi (Gülçür, 1999), şiddet gören kadınların yüzde 90-95 gibi büyük bir bölümünün bunu resmi makamlara bildirmekten kaçınması (Karal ve Aydemir, 2012;

Yıldırım, 1998); ev işi, yemek, çocuk gibi toplumsal cinsiyet rollerini yerine getirmeyen bir kadının şiddeti hak ettiğine yönelik yaygın görüşler (Naçar ve ark. 2009) vb. bulguların birçoğu kadına yönelik şiddetin toplumsal yönü ile ilişkili görünmektedir. Bu kültürel ve tarihsel bağlamda, kadına yönelik şiddetin daha ağır tablolar gösterme ve şiddetin kadın üzerinde psikolojik ve duygusal açıdan ürkütücü sonuçlar (örn., intihar eğilimi ve intihar oranları; Mor Çatı, 1996) doğurma ihtimali bulunmaktadır.

Bu çalışmada, psikolojik şiddetin, benlik saygısı ve akıl sağlığı ile ilişkileri bireysel düzlemde ele alınsa da test değişkenlerinin cinsiyetçilik ile olan ilişkisi kontrol edilmek istenmiştir.



## İKİNCİ BÖLÜM

### ARAŞTIRMANIN AMACI VE BEKLENTİLER

Bu bölümde araştırmanın amacı ve bu doğrultuda oluşturulan beklentiler sunulacaktır.

#### 2.1. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu çalışmada, farklı şiddet türleri arasında günlük hayatta en sık karşılaşılan şiddet türü olan psikolojik şiddet üzerine odaklanılmıştır. Çalışmanın amacı psikolojik şiddet ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide benlik düzenleme odakları ve başa çıkma stratejilerinin rolünü belirlemektir. Geçmiş araştırmalar, psikolojik şiddetin kadınların psikolojik ve fiziksel sağlığı üzerinde oldukça fazla olumsuz etkiye sahip olduğunu göstermektedir (bkz: Marshall, 1999, Sackett ve Saunders, 1999). Psikolojik şiddetin kadınların akıl sağlığı üzerindeki etkilerinin bireysel farklılıklar açısından incelenmesi, kadınların süregiden psikolojik şiddetten ne tür mekanizmalar aracılığı ile etkilendiğinin belirlenmesi, aile içi şiddet dinamiklerinin anlaşılması ve yapılacak bireysel ve toplumsal müdahale programlarına bilimsel temeller sağlanması açısından değerli katkılar sunabilir. Benlik Düzenleme Odağı Kuramı (Higgins, 1997) bireysel farklılıklara ilişkin güncel ve güçlü sosyal psikolojik yaklaşımlardan birisidir. Romantik ilişkiler kısa süreli ve uzun süreli birçok amaç barındırır. Mutlu bir romantik ilişkiye sahip olmak veya romantik ilişkideki yapısal sorunların çözülmesi gibi uzun dönemli hedeflerin yanı sıra; ilgi, onay, fiziksel temas gibi bakıma yönelik ihtiyaçların karşılanması veya ilişkide stres yaratan olay ve uyaranlardan kurtulmak gibi o ana yönelik kısa süreli hedefler aslında benlik düzenleme süreçleri açısından zengin bir çalışma konusudur. Higgins (1997) kişilerin istenilen sonuçlara ulaşma, istenilmeyen sonuçlardan kaçınma amacına hizmet eden yaklaşma ve kaçınma stratejileri arasından birine yönelik gösterdiği ağırlıklı eğilimin bir bireysel farklılık kaynağı olduğunu ve kişilerin benlik düzenleme odaklarının Gelişme ve Korunma Odağı olarak ayrıştırılabileceğini iddia etmiştir. Psikolojik şiddet içeren bir romantik ilişkide kişilerin şiddetten kaçınmak ve/veya mutlu bir ilişkiye ulaşmak amacıyla kullandıkları baş etme stratejilerinin sahip oldukları düzenleme odağı ile ilişkili olması çok muhtemeldir. Ancak, kişilerin kendi benlik düzenleme odaklarından bağımsız olarak, psikolojik şiddetin doğası kadınları belirli baş etme stratejilerini (örn. sabretmek, yok saymak vb) uygulamaya

zorluyor da olabilir. Bu araştırmada, benlik düzenleme odakları ve baş etme stratejilerinin birlikte psikolojik şiddet ile akıl sağlığı arasındaki ilişkiyi nasıl ve ne yönde etkilediği incelenecektir.

Ayrıca, benlik düzenleme odağı ve baş etme stratejilerinin düzenleyici etkilerine ek olarak psikolojik şiddetin benlik saygısı üzerindeki olası olumsuz etkisini ne yönde etkileyeceği de araştırılacaktır. Ancak benlik saygısının bir bireysel farklılık olarak test değişkenleri üzerinde de etkili olabileceği düşünülerek, ilişkili değişkenler arasındaki korelatif ilişkiler önem taşımaktadır. Son olarak, araştırmanın sadece bireysel düzlemdeki değişkenleri kapsamasının önemli bir sınırlılık yaratabileceği, kadına yönelik şiddet gibi toplumsal bir sorunda sosyokültürel bağlamın da göz önüne alınmasının yürütülecek tartişmaları derinleştirebileceği düşünülmüştür. Kadına yönelik şiddet konusunda temel sosyal psikolojik değişkenlerden birisi olan cinsiyetçilik,  elişik Duygulu Cinsiyetçilik Kuramı (Glick ve Fiske, 1996)  er evesinde bu tezin kapsamı içerisine dahil edilmiştir. Araştırmanın temel değişkenleri psikolojik şiddet (bağımsız değişken), kaygı ve depresyondur (test değişkenleri). Farklı düzenleme odağı motivasyonları olan gelişme odağı ve korunma odağı aracı değişkenler, farklı başa çıkma stratejileri olan aktif başa çıkma stratejileri ve pasif başa çıkma stratejileri düzenleyici değişkenlerdir. Önerilen bu modelde, aslında ilişkilerin farklı yönde kurgulanması da mümkündür. Buna göre, analizler gelişme ve korunma odaklarının bağımsız değişken, psikolojik şiddetin ise aracı değişken olduğu, psikolojik belirtilerin yine test değişkeni olduğu bir model için de yürütülebilir. Bireysel farklılık kaynağı olan ancak dönemsel koşullara veya benliğin odaklandığı görevin doğasına bağlı olarak değişkenlik gösterebilen düzenleme odaklarının süregiden psikolojik şiddetten etkilendiğini varsaymak kuramsal olarak uygundur. Diğer taraftan, kişilerin kronik olarak kullanmaya eğilimli oldukları benlik düzenleme stratejilerinin psikolojik şiddeti azaltıcı veya artırıcı bir etki göstermesi de muhtemeldir. Kuramsal olarak modelin her iki şekilde yapılandırılması uygun olsa da bu araştırmada ideolojik bir tercih yapılmıştır. Daha açık bir ifade ile, kadının kişilik özelliklerini  ne çıkararak “mağduru suçlayıcı” bir söyleme dönüşebilecek ikinci model yerine; bağlamı  ne çıkaran, benliğin değişkenliğini ve adaptif özelliklerini temel alan, dolayısıyla

kadının şiddet dolu bir ilişkiden güçlenerek de çıkabileceği varsayımını içeren ilk model kullanılmıştır.

Araştırmanın temel değişkenlerine ek olarak, benlik saygısı, korumacı ve düşmanca cinsiyetçiliğin test değişkenleri ile ilişkileri de incelenecektir.

Araştırmanın yukarıda sayılan amaçlarına bağlı olarak şekillenen beklentileri aşağıda sıralanmıştır. Ancak, benlik düzenleme odaklarının kadına yönelik şiddetle ilişkisi bilğimiz dahilinde daha önce çalışılmamış bir konudur ve bu nedenle gelişme odağının aktif ve pasif başa çıkma stratejileri ile etkileşiminin oluşturacağı örüntüye yönelik net hipotezler geliştirilememiştir. Gelişme odağının pasif başa çıkma stratejileri ile birlikteliği, benlik düzenlemede temel stratejiler ile problemin çözümüne özel baş etme stratejileri arasında bir uyumsuzluk barındırıyor olabilir ve bu uyumsuzluk psikolojik belirtileri artırıyor olabilir. Öte yandan, gelişme odağının aktif başa çıkma stratejileri ile birlikteliği, uzun süreli psikolojik şiddetin varlığında başarısızlıkla sonuçlanmış birçok deneme anlamına da gelebilir. Kadın aktif başa çıkma stratejiler kullansa dahi psikolojik şiddetin devam etmesi başarısızlık ve çaresizlik duyguları getirebilir ve psikolojik semptomları artırıyor olabilir. Özetle, gelişme odağı ve başa çıkma stratejilerinin ortak etkisinin ortaya çıkaracağı örüntü kimi belirsizlikler taşımaktadır ve net hipotezlerin kurulması mümkün olmamıştır.

H<sub>1</sub>: Psikolojik şiddet arttıkça depresyon ve kaygı belirtileri artar, benlik saygısı düşer.

H<sub>2</sub>: Korunma odağı psikolojik şiddet ile psikolojik semptomlar arasındaki ilişkide aracılık rolü oynar. Daha spesifik olarak psikolojik şiddete maruz kalan kadınların var olan görece olumlu koşulları koruma eğilimleri güçlenir ve koruma odağı güçlendikçe, psikolojik semptom düzeyleri artar.

H<sub>3</sub>: Psikolojik şiddet ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkide düzenleme odaklarının aracılık etkisinde baş etme stratejileri düzenleyici rol oynar. Daha açık bir ifadeyle, psikolojik şiddet korunma odağını güçlendirirken, kadınlar yine de aktif başa çıkma stratejilerini tercih ediyorlarsa korunma odağı psikolojik semptomları güçlendirmeyecek, ama korunma odağının pasif başa çıkma stratejileri ile birlikteliği psikolojik semptomları güçlendirecektir.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 3.1. ÖRNEKLEM

Araştırma iki farklı şekilde yürütülmüştür. Örneklemenin bir kısmını (130 kişi), %42.76 farklı kent merkezlerinde yaşayan 18 yaş üzeri herhangi bir romantik ilişkisi olan kadın katılımcılar oluşturmaktadır. Bu katılımcılara kâğıt kalem testi ile ulaşılmıştır. Kâğıt kalem testi kolaylıkla ulaşılabileni örnekleme yöntemi ile farklı mesleklerden, farklı yaşlardan ve çalışma durumu dikkate alınmadan uygulanmıştır. Kâğıt kalem testi dışında internetteki web anket hazırlama programı yardımıyla geniş katılımlı bir web anket oluşturulmuş ve katılımcıların bir diğer kısmına (174 kişi) internet aracılığı ile ulaşılmıştır. Web ankete dâhil olma kriterleri kâğıt kalem testi ile aynı olup 18 yaş ve üzerinde olan herhangi bir romantik ilişkisi olan kadınların katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Toplanan 304 anket, araştırma sonunda incelenmiş ve soruları büyük ölçüde boş bırakmış, gelişigüzel cevaplar vermiş ve araştırma kriterlerini sağlamadığı düşünülen 11 katılımcı araştırmaya dâhil edilmemiştir. Yapılan değerlendirmelerin ardından araştırmaya 293 kadın katılımcıdan alınan yanıtlar ile devam edilmiştir. Araştırmaya katılan kadınların yaş ortalaması 33.47'dir ( $S = 11.611$ ).

Fiziksel şiddete maruz kalmanın araştırmanın test değişkenleri ile olası ilişkilerinin karıştırıcı bir değişken olabileceği düşünülerek katılımcılardan fiziksel şiddet ölçümü alınmıştır. Katılımcılardan fiziksel şiddete maruz kaldığını ifade eden kadınlar, dışarıda bırakılarak analizlere alınmamıştır. Bu katılım kriterini sağlamak adına katılımcılara bir ölçek sunulmuştur. Ölçeğe dair ayrıntılı bilgilere veri toplama araçlarının yer aldığı kısımda değinilecektir. Araştırmanın bir diğer amacı romantik ilişki içindeki psikolojik şiddet durumunu ölçmek olduğu için katılımcıların halihazırdaki ilişki statüsü hakkında sorular sorulmuştur. Buna dair bilgiler şu şekildedir. Katılımcılardan 180 kişi evli (%61.4), 93'ü flört ilişkisi içinde (%31.7), 20'si nişanlı (%6.8) olmak üzere araştırma çoğunluğu evli olan katılımcılardan oluşmaktadır. Katılımcıların 195'i (%66.6) romantik partneri ile aynı evi paylaşırken, 98'i (%33.4) ise farklı evlerde oturmaktadır. Kadınların en uzun süreyle ikamet ettiği yerlere göre sınıflandırıldığında 138 kişinin (%47.1) büyükşehirde, 134 kişinin (%45.7) şehirde, 21 kişinin (%7.2) kırsal yerleşimde ikamet ettiği bilgisine



ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan kadınların 133'ü üniversite mezunu (%45.4), 76'sı lise mezunu (%25.9), 40 'ı yüksek lisans mezunu (13.7), 20'si yüksek okul mezunu (%6.8), 11'i ilkokul mezunu (%3.8), 8'i ortaokul mezunu (%2.7), ve 5'i doktora mezunudur (%1.7). Kadınların çalışma hayatında yer alıp almadıklarını öğrenmek adına sorulan soruya verilen cevaplar kadınların 146 kişinin ise çalışmadığını (%49.8), 135'inin (%46.1) çalıştığını, 12'sinin düzensiz gününbirlik işlerde çalıştığını (%4.1) ortaya koymaktadır. Katılımcıların bireysel gelirlerine dair sorulan soruya verilen yanıtlara göre 99 kişi (%33.8) hiçbir geliri olmadığını bildirmiştir, 194 kişinin ise bireysel gelirleri 1.000 TL ve 15.000 TL arası değişim göstermektedir. Bu açıdan örneklemin farklı sosyo-ekonomik kesimlere ulaştığını söylemek mümkündür.

**Tablo 1:** Örneklemin Demografik Özellikleri

| Değişkenler     | %     | N   |
|-----------------|-------|-----|
| Yaş             | 33.47 | 293 |
| Medeni hal      |       |     |
| Evli            | 61.4  | 180 |
| Nişanlı         | 6.8   | 20  |
| Flört           | 31.7  | 93  |
| Eğitim Durumu   |       |     |
| İlkokul         | 3.8   | 11  |
| Ortaokul        | 2.7   | 8   |
| Lise            | 25.9  | 76  |
| Yüksek Okul     | 6.8   | 20  |
| Üniversite      | 45.4  | 133 |
| Yüksek Lisans   | 13.7  | 40  |
| Doktora         | 1.7   | 5   |
| Yerleşim Birimi |       |     |
| Kırsal          | 7.2   | 21  |
| Şehir           | 47.1  | 138 |
| Büyükşehir      | 45.7  | 134 |

### 3.2 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Veri toplama araçları sırasıyla şu şekilde sunulmuştur:

- Demografik Bilgiler
- Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği,
- Düzenleme Odağı Ölçeği,

- iv. Psikolojik İstismar Profili Ölçeği,
- v. Fiziksel Şiddet Ölçeği,
- vi. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği,
- vii. Beck Depresyon Envanteri,
- viii. Beck Kaygı Ölçeği,
- ix. Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçeği

Farklı eğitim basamaklarından araştırmaya katılan katılımcıların veri toplama setinde yer alan soruları kolaylıkla cevaplayabilmesi için her ölçeğin başında ölçeğe ait yönergeler sunulmuştur. Uygulanan ölçeklere dair bilgiler aşağıda verilmiştir.

### **3.2.1. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)**

Rosenberg (1965) tarafından global benlik saygısını ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek, benlik ile ilgili 5 olumlu 5 olumsuz olmak üzere toplamda 10 ifadeden oluşmaktadır. Türkçe uyarlaması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır. Katılımcıların bu 10 ifadeye 4'lü Likert tipi (Çok yanlış-Çok doğru) ölçekte katılım düzeylerini belirtmeleri beklenmektedir. “Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.” gibi 5 olumlu yargı ve “Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.” gibi 5 olumsuz yargı yer almaktadır. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği benlik ölçümleri için alanda sıklıkla kullanılan ölçeklerdendir ve pek çok farklı ülke ve bağlamda güvenilirlik ve geçerliliği test edilmiştir. Araştırmamızda bu ölçeğin Cronbach alpha değeri .83 olarak bulunmuştur ve yüksek bir iç tutarlılığı temsil etmektedir. Ölçeğin tamamı Ek 3’ te yer almaktadır.

### **3.2.2. Düzenleme Odağı Ölçeği (BDOÖ)**

Higgins ve arkadaşları (2001) tarafından geliştirilen Düzenleme Odağı Ölçeği 2015'te Yalçındağ ve Özkan tarafından Türkçe’ ye uyarlanmıştır. Ölçek kişinin iki temel motivasyon dahilinde hareket ettiğini varsayan gelişme ve korunma odaklarını içermektedir. Ölçeğin güvenilirlik ve geçerliği iki ayrı örnekleme test edilmiştir, biri üniversite öğrencilerini içeren 285 kişi, diğeri yetişkinleri içeren 382 kişiden oluşmaktadır. Ölçek sonuçları her iki örnekleme için de paralel sonuçlar vermiştir. Faktör analizi sonucu ölçeğin iki farklı faktörden oluştuğunu göstermektedir. Ölçek

11 maddeden oluşmakta ve 6 madde Gelişme Odağı'na ait maddeler içerirken, 5 madde ise Korunma Odağına dair maddelerden oluşmaktadır Ölçek maddeleri 5'li likert olarak düzenlenmiştir (1 = “Hiçbir zaman/nadiren”, 5 = “Çok Sık”). “Çoğu insana kıyasla, hayattan istediklerini genelde alamayan kişilerden olduğumu düşünürüm.” gibi “Gelişme Odağını ifade eden 6 cümle ve “Yeterince dikkatli olmadığım için başımın ağrıdığı zamanlar olmuştur.” gibi “Korunma Odağı”nı temsil eden 5 farklı cümle yer almaktadır. Bu çalışmada, bütün ölçeğin Cronbach alpha değeri .54 olarak bulunmuştur. Gelişme odağı için Cronbach alpha değeri .51 iken Korunma odağı Cronbach alpha değeri .69 olarak bulunmuştur. Yapılan faktör analizi sonrası 9. ve 11. maddeler .40 altında faktör yüküne sahip olmaları nedeni ile çıkarılmıştır. Bu haliyle Gelişme odağı Cronbach alpha değeri .64'ye yükselmiştir. Ek 4'te ölçeğin tamamı görülebilir.

### 3.2.3. Psikolojik İstismar Profili Ölçeği (PIP)

Sackett ve Saunders (1999) tarafından psikolojik şiddeti araştırmak amacıyla geliştirilen ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Boyacıoğlu, Erduğan ve Uysal (2017) tarafından yapılmıştır. Ölçek 21 maddeden oluşmaktadır ve 4 farklı alt boyutu içermektedir: Kıskançlıkla Kontrol Etme, Yok Sayma, Kişilik Özellikleri ile Alay Etme ve Davranışlarını Eleştirme şeklindedir. Ölçekte yer alan maddeler, “Onunla değil de başkalarıyla olmak istediğinizde öfkelenir ya da keyfi kaçır.” gibi “Kıskançlıkla Kontrol Etme”, “Bir televizyonun, derginin, gazetenin ya da diğer insanların sizden daha önemli olduğunu hissettirir.” gibi “Yok sayma”, “Kendinizde en çok beğendiğiniz veya değer verdiğiniz özelliklerinizle alay eder.” gibi “Özellikleri ile Alay Etme”, “Yaptığınız işi kontrol eder ve aşırı eleştirel yorumlarda bulunur.” gibi “Davranışlarını Eleştirme” alt boyutlarını temsil etmektedir. Ölçeğin tüm maddelerinden elde edilen toplam puan kişinin maruz kaldığı genel psikolojik şiddet düzeyini vermektedir. 7 dereceli likert tipi olan ölçekte “1” = asla, “2” = ayda bir defadan az, “3” = ayda bir defa, “4” = ayda 2-3 defa, “5” = haftada 1 defa, “6” = haftada 2-3 defa ve “7” = her gün olarak derecelendirilmiştir. Ölçeğin bu çalışmada yüksek bir iç tutarlılığa sahip olduğu, Cronbach alpha değerinin .92 bulunması ile desteklenmiştir.

### 3.2.4. Fiziksel Şiddet Ölçeği

Bu çalışmada, Çatışmaların Çözümüne Yaklaşım Ölçeği'nden yalnızca fiziksel şiddet ile ilgili alt ölçek kullanılmıştır. İlk olarak 1979'da Straus, Hamby, Boney-McCoy ve Sugarman tarafından geliştirilen ölçek, daha sonra 1996'da yeniden düzenlenmiştir. 2008'de Aba ve Kulakaç tarafından uyarlaması yapılan ölçek 8'li likert tipidir ve "0" cevabı fiziksel şiddetin hiç yaşanmadığı anlamına gelmektedir. Ölçek, "Eşim nefes alamamam için ağzımı burnumu kapattı.", "Eşim beni duvara çarptı.", "Eşim bana dayak attı." gibi yargılardan oluşan toplamda 10 maddeden oluşmaktadır. Araştırmaya yalnızca tüm sorulara 0 cevabı veren kişiler dâhil edilmiştir.

### 3.2.5. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ)

Lazarus ve Folkman (1984) tarafından stresle başa çıkma tekniklerini değerlendirmek amacıyla geliştirilen ölçek, Şahin ve Durak (1995) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. 30 maddeden oluşan ölçek probleme yönelik/aktif yollar ve duyguya yönelik/pasif yollar olarak 2 alt boyut içermektedir. Yapılan faktör analizleri doğrultusunda "Kendine Güvenli", "İyimser", "Çaresiz", "Boyun Eğici", "Sosyal Destek Arama" olarak ölçeğin 5 faktörlü yapıya da uygun olduğu rapor edilmiştir. Ölçek, "Sorunumu kimsenin bilmesini istemem." gibi "Sosyal Destek Arama", "İyimser olmaya çalışırım." gibi "İyimser", "Sakin kafayla düşünmeye, öfkelenmemeye çalışırım." gibi "Kendine Güvenli Yaklaşım", "Kendimi kapana sıkışmış gibi hissederim." gibi "Çaresiz Yaklaşım" ve "İş olacağına varır diye düşünürüm." gibi "Boyun Eğici Yaklaşım" alt boyutlarını temsil eden maddelerden oluşmaktadır. Yapılan geçerlik güvenirlik araştırmaları sonrası ölçeğin sağlıklı psikometrik özelliklere sahip olduğu görülmüştür. Ölçek 4'lü likert tipi bir ölçektir "1", "Hiç Uygun Değil'i temsil ederken "4", "Tamamen Uygun'a karşılık gelmektedir. Ölçeğin yönergesi çalışmaya göre yeniden uyarlanmıştır. «Aşağıdaki soruları ilişkinizdeki sorunlar karşısında davranışlarınızı düşünerek cevaplayınız» şeklinde bir bilgilendirme yapılmıştır. Ölçek sonunda katılımcılara «İlişkinizdeki sorunlarla başa çıkarken kullandığınız stratejilerde ne derecede başarılı olduğunuzu düşünüyorsunuz?» şeklinde bir soru yöneltmiştir. Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach alpha değeri .73 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerden aktif yolları içeren alt

boyutların Cronbach alpha değeri .83 olarak bulunmuş iken pasif yolları içeren alt boyutun Cronbach alpha değeri .85 olduğu tespit edilmiştir.

### **3.2.6. Beck Depresyon Envanteri**

Beck tarafından 1961’de depresyonu ölçmek için geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması ve psikometrik çalışmaları Hisli (1989) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 21 maddeden oluşmakta olup 4’lü derecelendirme ile değerlendirilmektedir. Ölçek, “Gelecekte umutsuz değilim.”, “Gelecek konusunda umutsuzum.”, “Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.”, “Benim için bir gelecek olmadığı gibi bu durum değişmeyecek.” gibi yargılarla tek bir soru içerisinde kişinin içinde bulunduğu durumu derecelendirerek ifade etmesini istemektedir. Yetişkinlerde depresyon düzeyi ve şiddetini ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek sağlıklı psikometrik özelliklere sahiptir. Envanterin bu çalışmadaki Cronbach alpha değeri .90 olarak bulunmuştur.

### **3.2.7. Beck Kaygı Ölçeği**

Beck ve arkadaşları tarafından 1988 yılında anksiyete sıklığını değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmaları Ulusoy, Şahin ve Erkmen (1988) tarafından gerçekleştirilmiştir. 4’lü derecelendirme ile değerlendirilen ölçek 21 maddeden oluşmakta olup kişinin aldığı puan yükseldikçe anksiyete seviyesinin yükseldiğine işaret etmektedir. Ölçek, “Çok kötü şeyler olacak korkusu”, “Baş dönmesi veya sersemlik”, “Kalp çarpıntısı” gibi birtakım şikayetlere dair bilgileri derecelendirerek kişinin anksiyete düzeyini ölçmektedir. Ölçeğin araştırmamızda Cronbach alpha değeri .94 olarak bulunmuştur.

### **3.2.8. Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçeği**

Glick ve Fiske (1996) tarafından geliştirilen ölçek Sakallı-Uğurlu (2002) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçek, Korumacı ve Düşmanca Cinsiyetçilik olarak iki alt boyuttan oluşmaktadır. 22 maddeden oluşan ölçeğin 11 maddesi düşmanca, diğer 11 maddesi ise korumacı cinsiyetçilik ile ilgili maddeler içermektedir. Ölçek, “Bir felaket durumunda kadınlar erkeklerden önce kurtarılmalıdır.” gibi “Korumacı Cinsiyetçilik” ile ilgili farklı cümleleri kapsayan maddeler ve “Kadınlar erkekler üzerinde kontrolü sağlayarak güç kazanmak

hevesindeler.” gibi “Düşmanca Cinsiyetçilik” ile ilgili farklı cümleleri içeren maddelerden oluşmaktadır. 6 dereceli likert tipi olan ölçekte,”1” =” Tamamen Katılmıyorum”a karşılık gelirken “6”, “Tamamen Katılıyorum” şeklinde karşılık bulmaktadır. Türkçe güvenirlik geçerliğine ilişkin istatistiksel veriler ölçeğin uygun ve uygulanabilir olduğunu göstermektedir. Ölçeğin çalışmamızdaki Cronbach alpha değeri.92 olarak bulunmuştur. Korumacı cinsiyetçilik alt boyutu Cronbach alpha değeri.88, düşmanca cinsiyetçilik Cronbach alpha değeri. 88 olarak bulunmuştur.

### **3.3. İŞLEM**

Araştırmaya dair veri araçlarını sunmadan önce katılımcılara Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu sunulmuştur. Bu form ile katılımcılar araştırmanın gönüllü katılıma göre düzenlendiği, araştırma sırasında herhangi aşamada sebep göstermeksizin araştırmadan ayrılacakları ve araştırma sonunda elde edilen bilgilerin tamamen gizlilik esasına bağlı kalınarak analiz edileceği konularında bilgilendirilmişlerdir. Araştırmaya katılımlarını onayladığını bildiren ve çalışmanın gerekliliklerini karşılayan 293 kişi ile devam edilmiştir. Daha sonra demografik bilgilerin yer aldığı Kişisel Bilgi Formu sunulmuştur. Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu ve Demografik Formun ardından sırasıyla, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Düzenleme Odağı Ölçeği, Psikolojik İstismar Profili Ölçeği, Fiziksel Şiddet Ölçüm Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri, Beck Kaygı Ölçeği, Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçeği uygulanmıştır. Ölçeklerin sıralamasında psikolojik şiddet veya akıl sağlığına ilişkin sorulardan etkilenebilecek benlik ölçümlerinin ilk elden verilmesine yönelik bir ilke işletilmiştir.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Araştırma sonunda elde edilen veriler SPSS 20 programı yardımıyla analiz edilmiştir. Betimsel istatistiklere dair analizlerin ardından PROCESS Makro ile uygun model aracılığı ile araştırmanın hipotezleri test edilmiştir. İlk aşamada veri seti, doğruluk ve kayıp veriler bakımından incelemenden geçirilmiştir. Kayıp veri oranları bütün değişkenler için %5'lik sınırın üzerinde bulunmuştur. Araştırmada yer alan tüm değişkenlerin aritmetik ortalamaları hesaplanılmış ve analizlere bu şekilde devam edilmiştir.

**Tablo 2:** Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma, Beklenen Ranj ve Cronbach Alpha iç Tutarlılık Puanları

| Değişkenler<br>N=293 | $\bar{x}$ | S     | Ranj | Alfa |
|----------------------|-----------|-------|------|------|
| <b>Yaş</b>           | 33.47     | 11.61 | -    | -    |
| <b>RBSÖ</b>          | 3.07      | .58   | 1-4  | .83  |
| <b>DOÖ</b>           | 3.64      | .57   | 1-5  | .56  |
| <b>PİP</b>           | .58       | .82   | 0-6  | .92  |
| <b>SBTÖ</b>          | 2.62      | .26   | 1-4  | .73  |
| <b>BDE</b>           | .52       | .43   | 0-4  | .90  |
| <b>BAE</b>           | .50       | .53   | 0-3  | .94  |
| <b>ÇDCÖ</b>          | 2.15      | 1.13  | 0-5  | .92  |

**RBSÖ:** Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği **DOÖ:** Düzenleme Odağı Ölçeği **PİP:** Psikolojik İstismar Profili Ölçeği **SBTÖ:** Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği **BDE:** Beck Depresyon Envanteri **BAE:** Beck Anksiyete Ölçeği **ÇDCÖ:** Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçeği

**Tablo 3:** Alt Ölçeklerin Ortalama, Standart Sapma, Beklenen Ranj ve Cronbach Alpha İç Tutarlılık Puanları

| Değişkenler                   | $\bar{x}$ | S    | Ranj | Alfa |
|-------------------------------|-----------|------|------|------|
| N=293                         |           |      |      |      |
| <b>Korunma Odağı</b>          | 3.66      | .81  | 1-5  | .69  |
| <b>Gelişme Odağı</b>          | 3.62      | .82  | 1-5  | .64  |
| <b>Aktif Başa çıkma</b>       | 3.02      | .39  | 1-4  | .83  |
| <b>Pasif Başa çıkma</b>       | 2.16      | .48  | 1-4  | .85  |
| <b>Korumacı Cinsiyetçilik</b> | 2.40      | 1.29 | 0-5  | .88  |
| <b>Düşmanca Cinsiyetçilik</b> | 1.87      | 1.19 | 0-5  | .88  |

#### 4.1. DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ KORELASYON KATSAYILARI

Tüm değişkenlere ilişkin korelasyon katsayıları Tablo 3'te sunulmuştur. Tabloda yer alan değerlere ilişkin bilgiler detaylandırılarak aşağıda sunulmuştur.

Çalışmanın temel değişkenlerinden olan ve dört alt boyuttan oluşan psikolojik şiddet ve diğer değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek adına Pearson korelasyon analizine başvurulmuştur. Psikolojik şiddet, aktif başa çıkma stratejileri ( $r = -.192, p < .05$ ) ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki gösterirken, pasif başa çıkma stratejileri ( $r = .336, p < .05$ ) ile pozitif yönlü anlamlı ilişki göstermektedir. Psikolojik şiddet, hem korunma odağı ( $r = -.186, p < .05$ ) hem de gelişme odağı ( $r = -.199, p < .05$ ) ile negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Buna göre, kadınların korunma veya gelişme odağı fark etmeksizin belirgin ve güçlü bir benlik düzenleme eğilimi göstermesi, azalan psikolojik şiddet düzeyi ile ilişkilidir. Bir diğer olasılık, psikolojik şiddet arttıkça kadınların hem gelişme odağı hem korunma odağı motivasyonları düşmektedir. Psikolojik şiddet ile aktif başa çıkma arasındaki negatif yönlü, pasif başa çıkma arasındaki pozitif yönlü ilişki aktif başa çıkma stratejilerinin koruyucu yönüne işaret ediyor olabileceği gibi, psikolojik şiddetin doğası kadınları pasif başa çıkma stratejilerine de zorluyor olabilir.

Psikolojik şiddet depresyon ( $r = .589, p < .05$ ) ve anksiyete ( $r = .288, p < .05$ ) ile pozitif yönlü anlamlı ilişkiye sahip bulunmuştur. Psikolojik şiddet benlik



saygısı ile ( $r = -.113, p < .05$ ) negatif yönlü anlamlı bir ilişki içinde bulunmuştur. Buna göre, psikolojik şiddet düzeyi arttıkça kişilerin depresyon ve kaygı belirti düzeyleri güçlenmekte, benlik saygıları ise düşmektedir.

Başa çıkma stratejileri ve düzenleme odağı motivasyonları arasındaki ilişkiler şu şekilde gözlenmiştir: Aktif başa çıkma stratejileri, hem korunma odağı ( $r = .121, p < .05$ ) ile, hem de gelişme odağı ( $r = .458, p < .05$ ) ile pozitif yönlü bir ilişki gösterse de, gelişme odağı ile daha güçlü bir korelasyona sahiptir. Pasif başa çıkma stratejilerinin ise korunma odağı ile anlamlı bir ilişkisi saptanmasa da, gelişme odağı ile negatif yönde bir ilişkiye sahip olduğu bulgulanmıştır ( $r = -.251, p < .05$ ). Buna göre, romantik ilişkilerde aktif başa çıkma stratejileri hem korunma odağı hem gelişme odağı motivasyonlarına sahip bireylerce kullanılabilir, ancak pasif başa çıkma stratejilerinin romantik ilişkilerde kullanılmasına ilişkin örüntü bu kadar net değildir. Gelişme odağı motivasyonları arttıkça, kadınların romantik ilişkilerinde pasif başa çıkma stratejilerini kullanma eğilimi azalıyor görünmektedir.

Psikolojik semptomlar ile başa çıkma stratejileri ve düzenleme odağı motivasyonları arasındaki ilişkiler yine Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Aktif başa çıkma stratejileri ile depresyon ( $r = -.409, p < .05$ ) ve anksiyete ( $r = -.250, p < .05$ ) puanları arasında negatif yönlü ilişkiler gözlenirken; pasif başa çıkma stratejileri ile depresyon ( $r = .529, p < .05$ ) ve anksiyete ( $r = .274, p < .05$ ) arasında pozitif yönlü ilişkiler gözlenmiştir. Buna göre, romantik ilişkilerde pasif başa çıkma stratejilerinin kullanımı kadının akıl sağlığı açısından bir risk faktörü olarak öne çıkmaktadır. Ancak, aktif başa çıkma stratejileri kadının lehine bir avantaj yaratıyor görünmektedir. Düzenleme odağı motivasyonlarına ilişkin bulgulara göreyse, düzenli ve güçlü bir benlik düzenleme eğilimi yine kadının lehine bir avantaj yaratıyor görünmektedir. Korunma odağı ile depresyon ( $r = -.226, p < .05$ ) ve anksiyete ( $r = -.165, p < .05$ ) arasında gözlenen negatif yönlü ilişkiler gelişme odağı ile depresyon ( $r = -.351, p < .05$ ) ve anksiyete ( $r = -.209, p < .05$ ) arasında da gözlenmiştir.

**Tablo 4:** Değişkenler Arasındaki Korelasyon Katsayıları

|                           | 1 | 2    | 3      | 4       | 5       | 6        | 7       | 8       | 9        | 10       |
|---------------------------|---|------|--------|---------|---------|----------|---------|---------|----------|----------|
| 1. Psikolojik şiddet      | - | ,113 | ,177** | ,156**  | -,192** | ,336***  | -,186** | -,199** | ,589***  | ,288***  |
| 2. Benlik Saygısı         |   | -    | -,041  | -,032   | ,425*** | -,361**  | ,073    | ,367*** | -,385*** | -,249*** |
| 3. Korumacı cinsiyetçilik |   |      | -      | ,707*** | -,018   | ,178**   | -,063   | -,051   | ,138*    | ,006     |
| 4. Düşmanca cinsiyetçilik |   |      |        | -       | -,050   | ,199**   | ,041    | -,054   | ,109     | ,023     |
| 5. Aktif başa çıkma       |   |      |        |         | -       | -,246*** | ,121*   | ,458*** | -,409*** | -,250*** |
| 6. Pasif başa çıkma       |   |      |        |         |         | -        | -,063   | -,251** | ,529***  | ,274***  |
| 7. Korunma odağı          |   |      |        |         |         |          | -       | -,043** | -,226*** | -,165**  |
| 8. Gelişme odağı          |   |      |        |         |         |          |         | -       | -,351*** | -,209*** |
| 9. Depresyon              |   |      |        |         |         |          |         |         | -        | ,517***  |
| 10. Anksiyete             |   |      |        |         |         |          |         |         |          | -        |

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

Cinsiyetçiliğe ilişkin analizler de ilginç sonuçlar göstermektedir. Psikolojik şiddet, hem korumacı cinsiyetçilik ( $r = .188, p < .05$ ), hem de düşmanca cinsiyetçilik ile ( $r = .156, p < .05$ ) pozitif yönde bir ilişkiye sahip bulunmuştur. Başa çıkma stratejileri incelendiğinde, aktif başa çıkma stratejilerinin hem korumacı cinsiyetçilik hem de düşmanca cinsiyetçilik ile ilişkileri anlamsızdır. Fakat her iki cinsiyetçilik türü de pasif başa çıkma stratejileri ( $r = .178, p < .05$ ;  $r = .199, p < .05$ , sırasıyla) ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki içindedir. Akıl sağlığı açısından da, korumacı cinsiyetçilik ve depresyon arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r = .138, p < .05$ ). Bu sonuçlara göre, cinsiyetçiliğin her iki türü de psikolojik şiddeti kolaylaştırıyor görünmektedir. Ayrıca, cinsiyetçi tutumlar arttıkça kadınlar ilişkilerindeki sorunların çözümünde pasif başa çıkma stratejilerine yöneliyor görünmektedir.

#### 4.2. BAĞIMSIZ DEĞİŞKENİN VE TEST DEĞİŞKENLERİNİN, DÜZENLEYİCİ VE ARACI DEĞİŞKENLER İLE TEST EDİLMESİ

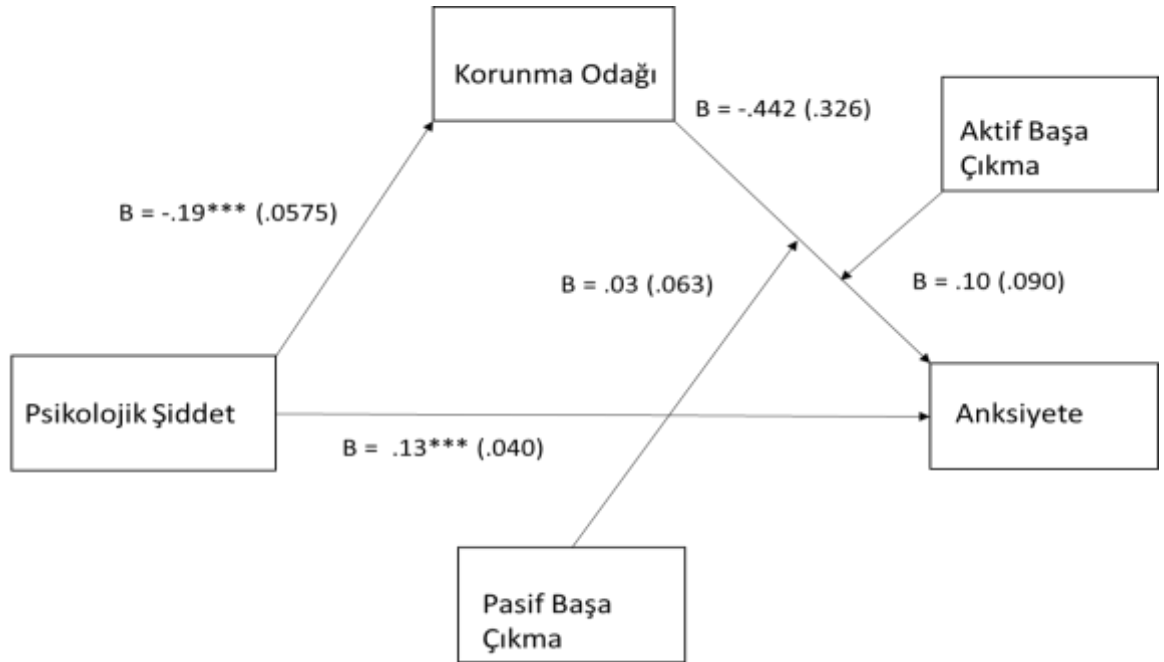
Mevcut çalışmada kullanılan PROCESS Makro analizlerine ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur. Araştırmanın bağımsız değişkeni ve bağımlı değişkenleri arasındaki ilişki, düzenleyici ve aracı değişkenlerin varlığında incelenmiştir. Bu araştırmanın hipotezleri doğrultusunda model on altının (a mediated moderation with two moderators) uygun olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın bağımsız değişkeni psikolojik şiddet, bağımlı değişkenler ise depresyon, kaygı ve benlik saygısıdır. Gelişme ve korunma odağı motivasyonları aracı değişken iken, aktif ve pasif başa çıkma stratejileri ise düzenleyici değişkenlerdir.

##### **Psikolojik şiddet ve anksiyete: Korunma Odağının aracılık rolü**

Psikolojik şiddetin yol açtığı anksiyete ilişkisinde korunma odağının aracı rolünü incelemek amacıyla başvurulmuş analiz sonuçları şu şekildedir. Psikolojik şiddetin korunma odağı üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur ( $B = -.19$ ,  $SE = 0.575$ ,  $p = .0014$ ). Psikolojik şiddetin anksiyete üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir ( $B = .13$ ,  $SE = .0396$ ,  $p = .0015$ ). Korunma odağı ve anksiyete arasında ise anlamsız bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $B = -.442$ ,  $SE = .3265$ ,  $p = .20$ ). Korunma odağı aracı etkisi üzerinde pasif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici etkisini anlamak için yapılan analize göre herhangi bir anlamlı ilişkiye rastlanılmamıştır ( $B = .03$ ,  $SE = .0633$ ,  $95\% \text{ CI } [.0979, .1513]$ ). Korunma odağının aracı etkisi üzerinde aktif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici etkisinin de anlamsız olduğu ilgili değerlere bakılarak tespit edilmiştir ( $B = .10$ ,  $SE = .0895$ ,  $95\% \text{ CI } [-.0771, .2753]$ ). Bu model toplam  $\%16$  varyans açıklamıştır;  $R^2 = .016$ , ( $F_{(6,286)} = 9.0026$ ,  $p < .005$ ). Bir bütün olarak model çalışsa da, araştırmada beklenen düzenleyici etkiler tespit edilmemiştir. Burada ilk analizlerin sonuçlarının anlamsız olmasına rağmen koşullu etki analizlerine başvurmak analizin doğruluğunu sorgulamaya neden olabilir. Fakat, analizlerin ışığında daha detaylı bir sonuca varabilmek adına koşullu etkileri incelemenin mümkün olduğuna dair bilgiler mevcuttur (Hayes, 2013). Çünkü X'in Y üzerindeki etkisinin M'nin hangi koşullarında etkili olabileceğini belirlemek önem arz etmektedir. Bu çalışmada benzer durumlarda ne yapılması gerektiğini ortaya koyan Hayes'in önerilerinden yola çıkılmıştır. Etkileşimler anlamsız çıktığında dahi

değişkenlerin farklı koşullarındaki etkilerin incelemesine devam edilebileceği şeklindeki açıklaması tam ifadeyle şu şekildedir: “X” ve “Y” arasındaki ilişkide M’nin düzenleyici etkisinin sıfır olması gerçekte anlamsız olduğu anlamına gelmemektedir” (Hayes, 2013, s.317). Bu açıdan düzenleyici değişkenin, X ve Y arasındaki ilişkiye olan etkisini, daha detaylı irdelemek güçlü sonuçlara ulaşmamızı destekleyecektir. Hayes’e göre (2013), iki şeyden biri anlamlı bir şekilde sıfırdan farklıyken diğeri anlamlı bir şekilde sıfır ise bu ikisinin farklı olduğu anlamına gelmez. Bu bilgidan hareketle bu çalışmada sırasıyla yapılan analizlerin sonuçları dahilinde değişkenlerin farklı koşullardaki etkileri incelenerek rapor edilmiştir. Buna göre korunma odağının farklı düzeyleri ile başa çıkma stratejilerinin farklı düzeylerinin düzenli bir örüntü gösterip göstermediği incelendiğinde, korunma odağı motivasyonunun düşük koşulunda, pasif ve aktif başa çıkma stratejilerinin yine düşük koşullarında anksiyete belirti düzeyinin arttığı saptanmıştır. Buna göre, romantik ilişkilerde zayıflayan korunma odağı motivasyonuna zayıf başa çıkma stratejileri eşlik ettiğinde, kadınların anksiyete düzeyleri artmaktadır. Modeli ve değerlerini Şekil 1’de görebilirsiniz.

**Şekil 1:** Psikolojik Şiddet, Korunma Odağı Aracı Değişken ve Pasif Başa Çıkma, Aktif Başa Çıkma Düzenleyici Değişken İken Anksiyete

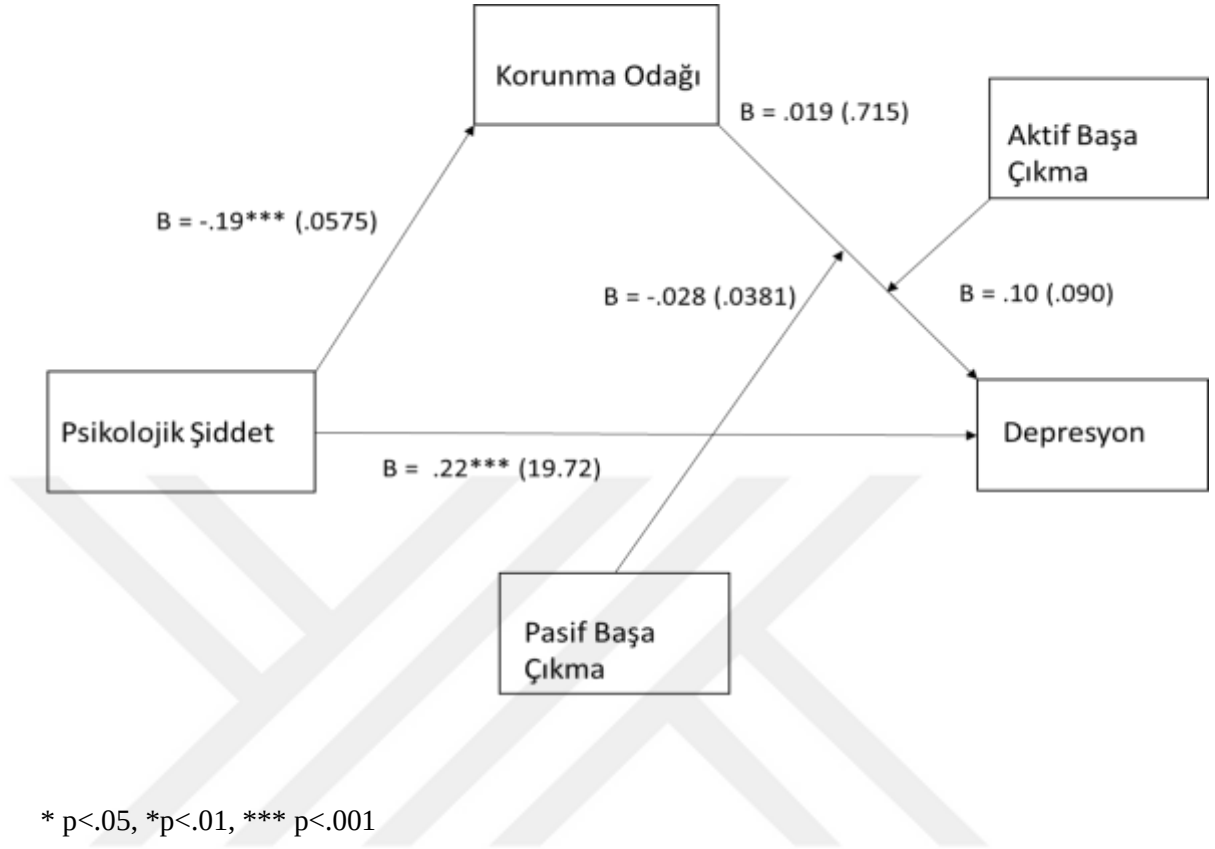


\* p<.05, \*p<.01, \*\*\* p<.001

### **Psikolojik şiddet ve depresyon: Korunma Odağının aracılık rolü**

Bağımlı değişkenin depresyon olarak değiştirildiği ilişkili modelde yine psikolojik şiddet bağımsız değişken ve korunma odağı ise aracı değişkendir. Psikolojik şiddetin yine korunma odağı üzerinde negatif yönde anlamlı etkisi olduğu tespit edilmiştir ( $B = -.19$ ,  $SE = .0575$ ,  $p = .0014$ ). Anksiyete sonuçları ile benzer olarak, psikolojik şiddetin depresyon üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı ilişkisi görülmektedir ( $B = .22$ ,  $SE = .1972$ ,  $p = .0000$ ). Korunma odağı ve depresyon arasındaki ilişki ise anlamsız bulunmuştur. ( $B = .019$ ,  $SE = .715$ ,  $p = .92$ ). Korunma odağının aracılık etkisi üzerinde pasif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici etkisini anlamak için yapılan analize göre herhangi bir anlamlı ilişkiye rastlanılmamıştır ( $B = -.028$ ,  $SE = .0381$ , 95 % CI  $[-.1028, .0478]$ ). Korunma odağının aracılık etkisi üzerinde aktif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici etkisinin de anlamsız olduğu ilgili değerlere bakılarak tespit edilmiştir ( $B = .10$ ,  $SE = .0541$ , 95 % CI  $[-.0968, .1161]$ ). Bu model toplam %54 varyans açıklamıştır;  $R^2 = .54$ , ( $F_{(6,286)} = 55.2853$ ,  $p < .005$ ). Bir bütün olarak model çalışıyorsa da beklenen düzenleyici etkiler yakalanamamıştır. Korunma odağının farklı düzeyleri ile başa çıkma stratejilerinin farklı düzeyleri incelendiğinde de anlamlı bir örüntü gözlemlenmemiştir. Modeli ve değerlerini Şekil 2’de görebilirsiniz.

**Şekil 2:** Psikolojik Şiddet, Korunma Odağı Aracı Değişken İken Aktif Başa Çıkma ve Pasif Başa Çıkma Düzenleyici Değişkenler İken Depresyon

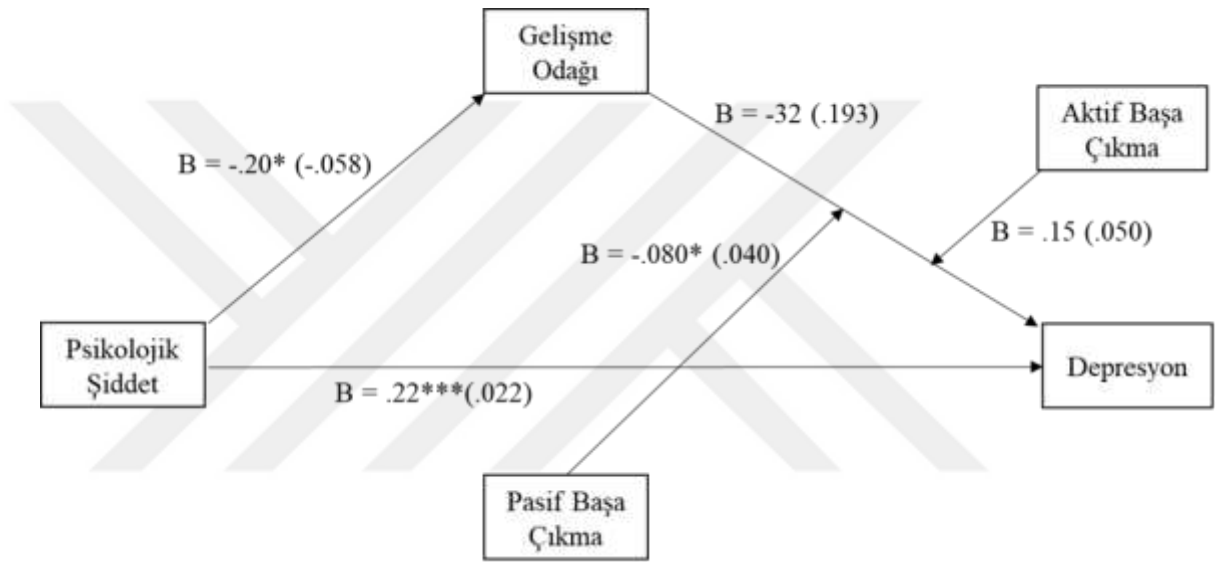


### Psikolojik şiddet ve depresyon: Gelişme Odağının aracılık rolü

Aracı değişken olarak gelişme odağı seçilerek aynı model ile yapılan analiz sonuçları şu şekildedir. Psikolojik şiddetin gelişme odağı üzerinde negatif yönde anlamlı etkisi olduğu tespit edilmiştir ( $B = -.20$ ,  $SE = .058$ ,  $p = .006$ ). Psikolojik şiddetin yine depresyon üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkisi olduğu gözlenmiştir ( $B = .22$ ,  $SE = .022$ ,  $p = .0000$ ). Gelişme odağı ve depresyon arasındaki ilişkinin ise anlamsız olduğu bulunmuştur ( $B = -.32$ ,  $SE = .193$ ,  $p = .095$ ). Gelişme odağının aracılık rolü üzerinde pasif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici etkisi negatif yönde anlamlı bulunmuştur ( $B = -.080$ ,  $SE = .040$ , 95 % CI  $[-.1604, -.007]$ ). Gelişme odağının aracı etkisi üzerinde aktif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici rolünün de anlamlı olduğu ilgili değerlere bakılarak tespit edilmiştir ( $B = .15$ ,  $SE = .050$ , 95 % CI  $[.0496, .2461]$ ). Bu model toplamda %56 varyans açıklamıştır,  $R^2 = .55$ , ( $F_{(6,286)} = 60.2787$ ,  $p < .005$ ). Dolayısıyla, gelişme odağı motivasyonunun her iki başa çıkma stratejisi ile ortak etkisi anlamlıdır. Gelişme

odağının ve başa çıkma stratejilerinin farklı düzeyleri incelendiğinde, düşük gelişme odağı motivasyonuna düşük aktif başa çıkma stratejisinin eşlik etmesi ile depresyon düzeyinin arttığı görülmüştür. Ancak pasif başa çıkmanın düşük veya yüksek olması, düşük gelişim odağı düşük aktif başa çıkma stratejileri örüntüsüne yeni bir bilgi eklememiştir. Modeli ve değerlerini Şekil 3'te görebilirsiniz.

**Şekil 3:**Psikolojik Şiddet Gelişme Odağı Aracı Değişken, Aktif ve Pasif Başa Çıkma Stratejileri Düzenleyici Değişken İken Depresyon



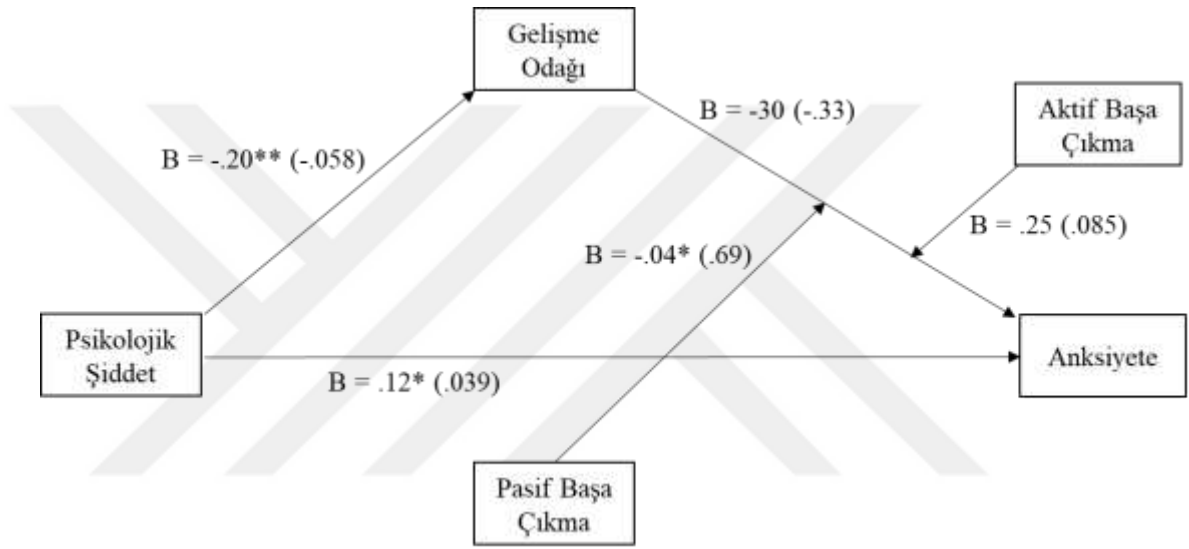
\*  $p < .05$ , \* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

### Psikolojik şiddet ve anksiyete: Gelişme Odağının aracılık rolü

Psikolojik şiddetin yine gelişme odağı üzerinde negatif yönde anlamlı etkisi olduğu belirlenmiştir ( $B = -.20$ ,  $SE = .0577$ ,  $p = .006$ ). Depresyon analizlerindeki ile benzer olarak, psikolojik şiddetin anksiyete üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı ilişkisi olduğu bulunmuştur ( $B = .12$ ,  $SE = .0381$ ,  $p = .0016$ ). Gelişme odağı ve anksiyete arasındaki ilişkinin ise anlamsız olduğu bulunmuştur ( $B = -.30$ ,  $SE = -.3282$ ,  $p = .363$ ). Gelişme odağının aracılık etkisi üzerinde pasif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici etkisini incelemek üzere başvurulmuş analiz sonucuna göre ilişkinin anlamsız olduğu görülmüştür ( $B = -.04$ ,  $SE = -.0689$ , 95 % CI [-.1745,-.0966]). Gelişme odağının aracılık etkisi üzerinde aktif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici

etkisinin de anlamsız olduğu bulgulanmıştır ( $B = .25$ ,  $SE = .0848$ , 95 % CI  $[-.0543, .2793]$ ). Model toplamda %16 varyans açıklamıştır.  $R^2 = .16$ , ( $F_{(6,286)} = 8, 8165$ ,  $p < .005$ ) olduğu sonucuna varılmıştır. Buna göre, modelin tümü çalışsa da beklenen düzenleyici etkiler gözlenmemiştir. Gelişme odağının ve başa çıkma stratejilerinin farklı düzeylerine yönelik incelemelerde de anlamlı bir örüntü tespit edilememiştir. Modeli ve değerlerini Şekil 4’te görebilirsiniz.

**Şekil 4:**Psikolojik Şiddet, Gelişme Odağı Aracı Değişken, Aktif ve Pasif Başa Çıkma Stratejileri Düzenleyici Değişken iken Anksiyete



\*  $p < .05$ , \* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

#### Psikolojik şiddet ve benlik saygısı: Gelişme Odağının aracılık rolü

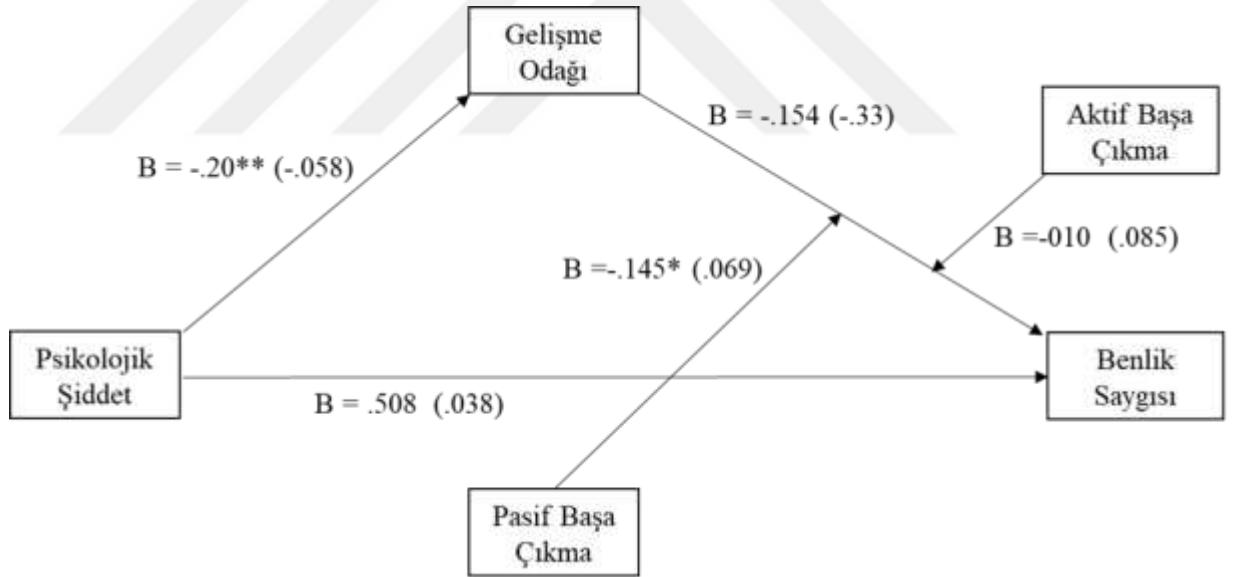
Bağımlı değişkenin benlik saygısı olarak alındığı modelde psikolojik şiddet bağımsız değişken ve gelişme odağı ise aracı değişken olarak test edilmiştir. Psikolojik şiddetin gelişme odağı üzerinde negatif yönde anlamlı etkisi ( $B = -.20$ ,  $SE = .058$ ,  $p = .0006$ ) olduğu sonucuna varılmıştır. Psikolojik şiddetin benlik saygısı üzerindeki etkisi anlamsız bulunmuştur ( $B = .050$ ,  $SE = .038$ ,  $p = .19$ ). Gelişme odağı ve benlik saygısı arasında ise anlamsız bir ilişki olduğu bulgulanmıştır ( $B = -.154$ ,  $SE = .3303$ ,  $p = .640$ ). Gelişme odağı aracı etkisi üzerinde aktif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici etkisini incelemek için yapılan analiz sonucuna göre herhangi bir anlamlı ilişkiye rastlanılmamıştır ( $B = -.010$ ,  $SE = .085$ , 95 % CI  $[-.1780,$



.1578]). Gelişme odağının aracı etkisi üzerinde pasif başa çıkma stratejilerinin düzenleyici etkisinin anlamlı olduğu ilgili değerlere bakılarak bulgulanmıştır (B = .15, SE = .069, 95 % CI [.0093, .2821]). Bu model toplam %29 varyans açıklamıştır;  $R^2 = .29$ , ( $F_{(6,286)} = 19.4868$ ,  $p < .005$ ). Ancak, gelişme odağının farklı düzeyleri ile başa çıkma stratejilerinin farklı düzeyleri birlikte incelendiğinde, anlamlı bir örüntü gözlenememiştir. Dolayısıyla bir bütün olarak modelin çalıştığına ilişkin kimi istatistiki veriler elde edilmişse de gelişme odağı ve başa çıkma stratejilerinin ortak etkisi benlik saygısı üzerinde farklılık yaratmamaktadır. Modeli ve değerlerini Şekil 5'te görebilirsiniz.

Korunma odağı ve başa çıkma stratejilerinin ortak etkisinin benlik saygısı üzerindeki etkisini inceleyen benzer modelde hiçbir ilişkinin anlamlı çıkmaması nedeni ile bu analize ilişkin bilgiler rapor edilmemiştir.

**Şekil 5:** Psikolojik Şiddet Bağımsız Değişken, Gelişme Odağı Aracı Değişken, Aktif ve Pasif Başa Çıkma Stratejileri Düzenleyici Değişken iken Benlik Saygısı



\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

## SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu çalışmada Türkiye’de yaşayan ve farklı sosyo-ekonomik çevrelerden gelen herhangi bir romantik ilişki içinde olan kadınların maruz kaldıkları psikolojik şiddet ile depresyon ve anksiyete belirtileri arasındaki ilişki, düzenleme odağı ve başa çıkma stratejilerinin bu ilişki üzerindeki ortak etkisi gözetilerek incelenmiştir.

Araştırmanın amacı dahilinde ortaya atılan hipotezlerden birincisi korelatif ilişkilere bakılarak test edilmiştir ve psikolojik şiddet ile depresyon ve kaygı belirtileri ve benlik saygısı arasındaki negatif yönlü anlamlı ilişkiler birinci hipotezin doğrulandığını göstermektedir.

Bunun yanında hipotez iki olarak ortaya atılan ve psikolojik şiddet sonucu, korunma odağı güçlendikçe, psikolojik semptom düzeylerinin artacağı yönünde ortaya atılan hipotez kısmen doğrulanmıştır. Fakat en azından bu çalışmada yer alan katılımcıların psikolojik şiddet sonucu benlik düzenleme ile ilgili bir adım atmadığı ve var olan döngünün devamlılığı sonucu var olan sistemde bir çöküntü oluştuğu ve kişinin herhangi bir çaba gösteremediğini söylemek mümkün olabilir. Beklenilenin aksine psikolojik şiddetin korunma odağı üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Çünkü kadının ne gelişme ne de korunma odağı motivasyonu ile hareketi sonucu herhangi bir başa çıkma stratejisine yönelmediği var olan bilgiler ışığında söylenebilir.

Araştırmanın en temel bulgularından birisi, psikolojik şiddetin etkisi ile zayıflayan korunma odağı motivasyonuna eğer güçlü başa çıkma stratejileri eşlik etmiyorsa kadınların anksiyete belirti düzeylerinin artmasıdır. Geçmiş araştırma bulguları, kronik korunma stratejilerinin süreklileşmiş bir gerginliğe ve pesimizmden kaynaklı kaygılara yol açtığı için anksiyete ile bağlantılı olabileceğini ortaya koymaktadır (Klenk, Strauman ve Higgins, 2011). Ancak, kişilerin yaşadığı problemin doğasının ve kullanılan başa çıkma stratejilerinin dahil edilmediği incelemelerin yanlış sonuçlar doğurması muhtemel görünmektedir. Oyserman ve arkadaşlarının (2007) ifade ettiği gibi düzenleme odaklarından birisini diğerine göre topyekûn dezavantajlı olarak düşünmek sağlıklı bir yorum değildir. Burada gözlenen sonuçlara göre, psikolojik şiddet gibi stres veren koşulların olduğu bir durumda zayıf korunma odağının da zayıf baş etme stratejileri ile birlikte anksiyete ile ilişkili olabilmektedir. Belki de kendilerini ilişkilerine adayan kadınlar var olan duruma dair

bir adım atmanın onları kaybettireceğine inanmaktadırlar. Bu bağlamda kadın yaşadığı duruma dair içine düştüğü bilişsel uyuşmazlığı azaltmak adına maruz kaldığı istismarı azımsamayı deneyebilir (Herbert, Silver ve Karakurt, 1991). Sonuç olarak şunu söylemek mümkündür ki kişilerin durumsal olarak yönelim gösterdiği ya da kronik olarak sahip olduğu düzenleme odağı motivasyonu eğer kişi için uygun stratejilerin seçimini kolaylaştırıyor ise işlevseldir. Buna bağlı olarak kişinin o dönem içerisinde belirginleşen düzenleme odağının belirlenmesi ve kişiye özgü stratejilere yönlendirilmesi psikolojik sağlığını koruyucu bir unsur olabilir. Özetle, psikolojik şiddete maruz kalan kadınların süre giden ilişki içerisinde çaresizleştiği ve her iki başa çıkma stratejisini de yoğunluklu şekilde kullanmadıkları bir örüntüde kadınların anksiyete düzeyleri artabilmektedir. Ancak sonuçlar, korunma odağının hangi koşullarda kadının akıl sağlığını koruyucu bir işlev görebileceğine ilişkin bilgiler vermemiştir.

Araştırmanın bir diğer temel bulgusu, psikolojik şiddetin etkisi ile zayıflayan gelişme odağı motivasyonlarına zayıf aktif başa çıkma stratejilerinin eşlik etmesinin depresyon düzeyini artırmasıdır. Korelasyon ilişkileri de aktif başa çıkma stratejilerinin kadınların lehine birçok avantaj sağladığı yönünde bilgi sağlamıştır. Psikolojik şiddetin artması veya sürmesine karşı koruyucu bir unsur olma ihtimali taşıdığı gibi, depresyon ve anksiyeteyi de önleyici etkilere sahip olması da olasıdır. Model testine göre, özellikle psikolojik şiddete bağlı olarak gelişim odağı motivasyonlarının zayıflaması ve bu örüntüye zayıf aktif başa çıkma stratejilerinin eklenmesi kadınların depresyon düzeylerini artırabilmektedir. Ancak, yine gelişme odağı ve aktif başa çıkma stratejilerinin hangi koşullarda kadınların akıl sağlığını koruyucu etkiler gösterebildiği saptanamamıştır. Yine de bulgular tersten okunarak kimi olasılıklar tartışılabilir. Psikolojik şiddetin varlığında gelişme odağı motivasyonun aktif başa çıkma stratejileri ile birlikteliği depresyona karşı koruyucu işlev görebilir. Belki de gelişme odağı ve aktif başa çıkma stratejileri bir araya geldiğinde kadınların çaresizlik duyguları geliştirmesini engelliyordur. Kadına yönelik şiddet konusundaki çalışmalar kadının duygusal ve davranışsal tepkilerinde çaresizlik duygusunun merkezi bir rol oynadığına işaret etmektedir (Öztunalı-Kayır, 1996; Gülçür, 1999).

Her iki bulgu birlikte düşünöldüğünde hem korunma hem gelişme odağı motivasyonlarının zedelenmesi ve bunların güçlü ve belirgin başa çıkma stratejilerinden yoksun kalması kadın sağlığı açısından bir risk faktörü olarak görönmektedir. Tüm bu bulgulara ek olarak düzenleme odağı motivasyonları ve psikolojik semptomlar arasında ters yönlü anlamlı bir ilişki söz konusudur. Kadınların durumsal olarak yönelim gösterdiği ya da kronik olarak sahip olduğı düzenleme odağı motivasyonlarının korunma veya gelişim odağı fark etmeksizin güçlü olmasının psikolojik sağlık sorunlarını engelleyebildiğı söylenebilir. Gelecek araştırmalarda psikolojik şiddete maruz kalan kadınların psikolojik sağlıkları açısından düzenleme odakları ve başa çıkma stratejilerinin rollerinin daha detaylı incelenmesi, bu etkileşimleri etkileyebilecek başka etkenlerin araştırmalara dahil edilmesi veya ağır psikolojik şiddet (ataerkil terör gibi) ile yaygın psikolojik şiddet arasında ayrımlara gidilmesi faydalı olabilir.

Benlik saygısına ilişkin analizler benlik saygısı ile psikolojik şiddet arasında negatif bir ilişkiye işaret etse de aracı ve düzenleyici etkilerin test edildiğı modellerde bu korelasyonlar yordayıcı ilişkilerle sonuçlanmamıştır. Geçmiş araştırmalar psikolojik şiddetin benlik saygısı üzerinde yıpratıcı etkilerini ortaya koysa da (Guerrero, 2006) bu araştırmada bu etki çok zayıf düzeyde gözlenmiştir. Bunun olası bir sebebi, ağır aile içi şiddeti gören vakaların (örn. fiziksel şiddete maruz kalanlar) örnekleme dahil edilmemesi olabilir. Burada elde edilen sonuçların sıklıkla eşler arasında karşılıklı uygulanabilen yaygın psikolojik şiddet vakalarına ilişkin olduğı söylenebilir. Gelecek araştırmalarda, farklı örneklemlerle ile bu ilişkilerin yeniden irdelenmesi gerekmektedir. Yine de benlik saygısı puanı yüksek kimselerin psikolojik sorunlar yaşaması ihtimali düşmesi umut verici bir bulgudur. Kadının var olan benlik bilgisinin yeterliliğı karşılaştığı durumlar karşısında önemli bir koruyucu etki yaratabilir. Bu açıdan kendi benliğine dair önemli bulduğı özelliklerinin farkında olması kadının psikolojik sağlığının olumsuz etkilenmesini engelleyebilecek bir unsurdur. Güncel ve merak uyandıran çıktıları sahip olan benlik düzenleme odağı bu çalışmada önemli bilgilerin yeniden desteklenmesine yardımcı olmuştur. Benlik saygısı yüksek olan kişilerin gelişme odağı motivasyonu ile hareket etmesi beklenen bir bulgu olarak bu çalışmada da göze çarpmaktadır. Gelişme odağı, ilerleme, hedefe yönelik istekli adımlar atmayı içerdığı için bu bulgu var olan

bilgileri destekler niteliktedir. Mevcut çalışmada da görüldüğü gibi benlik düzenleme bilinçli bir düzeyde gerçekleşebileceği gibi bilinçdışı bir şekilde de değişik hedeflerin soyutlanması şeklinde ortaya çıkabilir (Klenk, Strauman ve Higgins, 2011). Bu hedeflerin soyutlanması bağlamında bireyde, bir ideal benlik diğer anlamıyla ulaşmayı hedeflediği benlik bir de olmak istemediği kaçındığı bir benliğin varlığı söz konusudur (Lockwood ve ark., 2002). Empirik araştırmaların önemli bir kısmı bireylerde varlık gösteren benlik düzenleme odağının kişilerin duygularının doğasını ve kapsamını etkilediğini göstermektedir (Brockner ve Higgins, 2001). Düzenleme odağı çerçevesinde ortaya çıkan duygular bazı kişilerde umutsuzluk, çaresizlik şeklindeyken bazılarında ise iyimser ve daha güven dolu olmayı teşvik edici olabilir. Fakat her durumda öne çıkan duygu belirli kalıplardaki eylemlerin desteklenmesi şeklinde olmayabilir.

Araştırmanın ikincil fakat önemli bulgularından birisi de psikolojik şiddete maruz kalma sıklığının iki tür cinsiyetçilik ile de ilişki içinde olmasıdır. Ayrıca kadınların cinsiyetçilik puanları arttıkça pasif başa çıkma stratejilerine olan eğilimleri de güçlenmektedir. Bu bağlamda toplumsal cinsiyet rolleri olarak bilinen cinsiyetçi söylemlerin varlığı psikolojik şiddet içeren ilişkide önemli bir unsur olarak ele alınmalıdır. Glick ve Fiske'nin (1996) öne sürdüğü çelişik duygulu cinsiyetçilik kavramı iki tür cinsiyetçilik alt türünü içermektedir. Kadının erkekten daha alt kademedeki ve yetersiz olarak görüldüğü cinsiyetçilik türü düşmanca cinsiyetçilik, olumlu bir ifade içermekte olan fakat kadını korunması gereken bireyler olarak toplumun dışında tutan korumacı cinsiyetçilik de geleneksel tutumu pekiştiren bir diğer cinsiyetçilik türüdür (Sakallı, 2002). Bu iki farklı cinsiyetçilik tutumunun kişide aynı anda varlık göstermesi çelişik duygulu cinsiyetçiliğin ortaya çıkmasına neden olurken kadınların tutum ve davranışlarını belirleyici unsurlar içerebilmektedir. Bu çalışmadaki bulgular hem düşmanca hem korumacı cinsiyetçiliğin kadına yönelik şiddet açısından temel belirleyenlerden biri olduğu yönündeki literatür ile uyumludur (Sakallı, 2002). Dolayısıyla kadınların bireysel olarak hangi benlik düzenleme odağı motivasyonlarına sahip olduğu veya hangi başa çıkma stratejilerine başvurduğu önemli olsa da bireysel faktörler toplumdaki yaygın cinsiyetçi tutumlardan bağımsız düşünülmemelidirler. Cinsiyetçiliğin pasif başa çıkma stratejilerine yönelik zorlayıcı etkisi bunun önemli göstergelerinden birisidir.

Hatta korumacı cinsiyetçiliğin tek başına depresyonla ilişki göstermesi anlamlı bir bulgudur. Kadınların modern cinsiyetçilik tuzağına düşerek kadının zayıf ve korunması gerektiği yönündeki tutumları sahiplenmesi onları depresyon karşısından daha kırılgan hale getiriyor olabilir.

### **Ölçümlemedeki Sınırlılıklar**

Veri toplama setinde yer alan ölçeklerin uzun olması ve kısıtlı süre zarfında kadınların kendilerini açma yönünde isteklerini tetikleyecek iletişimin kurulamaması nedeniyle toplanan verilerde bir yanlılık olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca yapılan analizler sonucu ortaya çıkan düşük ortalamalar sosyal beğenirlik etkisiyle de ortaya çıkmış olabilir. Bir diğer önemli ve dikkat çeken unsur da yüz yüze görüşme ile toplanan verilerde, eğitim düzeyi düşük katılımcıların, soruları anlayamayacaklarına dair ifadeler vererek araştırmaya katılmayı istememeleri veya araştırmadan erken ayrılmak istemeleridir. Ayrıca çalışmada yer verilen Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin kullanılan özel yönergeye rağmen ne derece ilişkide kullanılan başa çıkma stratejilerini ölçtüğünün belirsiz olduğunu söylemek mümkündür. Bu açıdan psikolojik şiddet mağduru kadının karşılaştığı olumsuz durumlarla nasıl baş ettiğini ölçmek amacıyla özel bir ölçek geliştirilmesi faydalı olabilir. Bir diğer önemli sınırlılık ise yüksek derecede psikolojik şiddete maruz kalan kadınların sayısının bu örnekleme oldukça az olması psikolojik şiddetin genel etkilerinin yordanmasını engelleyici bir tablo sergilenmesine neden olmuş olabilir. Bu çalışma büyük oranda çiftler arasında yaygın psikolojik şiddet vakalarını kapsamaktadır. Psikolojik şiddet alt ölçeklerinden alınan düşük ortalamalar ve alınan en yüksek puan sınırları bunu gösterir niteliktedir. Bu nedenle çalışmanın psikiyatri kliniklerine başvuran, psikolojik destek alan veya sığınma evinde kalan kadın örneklem üzerinde yeniden yapılması gerekmektedir. Daha sonra geliştirilecek olan araştırmalar fiziksel şiddetin etkileri kontrol edilerek sığınma evlerinde yaşayan kadınlar ile gerçekleştirilirse yoğun psikolojik şiddete maruz kalan kadınların başa çıkma yöntemleri ve tercih ettikleri düzenleme odağı motivasyonu hakkında daha derinlikli bir bilgiye ulaşmamızı sağlayabilir.

## **Diğer Sınırlılıklar**

Çalışmanın temel değişkenlerinden olan psikolojik şiddet görece yeni ölçeklendirilmeye ve tanımlanmaya çalışılan bir konudur. Kadının yaşadığı durumu psikolojik şiddet olarak belirleyebilmesi açısından farkındalık kazanması öncelikli hedeflerdendir. Psikolojik şiddetin tanımı üzerindeki tartışmaların bir parçası olarak, konuyu farklı temel boyutlarda düzey ve sıklıklarına bağlı olarak kavramsallaştırmalara giden yaklaşımlar da bulunmaktadır. Hamby ve arkadaşlarının (1999) öne sürdüğü üzere ileri boyutta kötü psikolojik şiddet üç karakteristik özelliği paylaşmaktadır. Bunlardan birincisi sözsüz davranışları yani bağırıp kişiyi huzursuz etmek gibi olumsuz durumları içerir. İkinci karakteristik özellik ise kişiyi kötücül bir niyet ile şiddet uygulayarak sarsıp baltalama girişimidir. Etkileri en ağır olan üçüncü karakteristik özellik ise kişiyi ima yolu ile değil doğrudan şiddet ile tehdit etmeyi içerir. Follingstad (2007) ise psikolojik şiddetin fiziksel şiddet gibi ölçülmesi mümkün olmadığı için daha derinlemesine çalışılıp farklı kavramsallıklar ve ölçme biçimleri eklenerek çalışılması gerektiğini savunmuştur. Çünkü Rogers ve Follingstad'a (2014) göre psikolojik şiddet kapsamında yer alan her eylem aynı güce sahip değildir. Örneğin kişinin yaptığı işleri eleştirmek, tartışma esnasında bağırıp çağırmak ile kişinin başkaları ile görüşmesini engellemek ve bir mekâna isteği dışında hapsetmek farklı niteliklere sahiptir. Hatta kişiyi sadece bir kez ölümle tehdit etmenin etkisi, yüzlerce kontrol edici davranıştan çok daha yıkıcıdır (Follingstad ve Rogers, 2012). Feminist psikoloji çalışmalarında, çiftler arasında karşılıklı uygulanan yaygın şiddet ile kadını sindirmeyi hedefleyen şiddet arasında ayrıma gidilmesi önerilmekte, ikinci türdeki şiddet "ataerkil terör" olarak isimlendirilmektedir (Johnson, 1995). Bu açıdan çalışmaya katılan katılımcıların maruz kaldığı psikolojik şiddet türünün sonuçlarını gözlemlemek de önem taşımaktadır.

Araştırmada eksik kalan bir diğer husus, kişilerin ilişkilerine yönelik değerlendirmelerinin etkisidir. Kişilerin gelecekte ortaya çıkması muhtemel olan durumu kontrol edebileceğine dair algı, kişide depresyon ve umutsuzluk benzeri davranış örüntülerinin ortaya çıkmasını belirli bir noktaya kadar olumlu yönde etkileyebilir (Clements ve ark., 2004). Bu durumda kişinin yaşadığı olaylara karşı sahip olduğunu varsaydığı gücü veya durumun kontrol edilebilirliğine dair algısı önemli bir etken olabilir. Kadın yaşadığı şiddet içerikli ilişkinin kontrolünü elinde

tutarak ileride düzelecek umuduyla durumun olumsuz etkilerini bertaraf etme yanlılığını gösterebilir.

Sackett ve Saunders, (1999), şiddetin süresi ve depresyon arasında negatif bir korelasyon olduğunu bulgulamışlardır, kişiler şiddete maruz kaldıkları süre uzadıkça durumu kabullenmeye yönelik bir tablo çizmektedirler. Psikolojik şiddetin bir çıktısı olarak ortaya çıkan depresyonunun türü ve şiddeti ne olursa olsun depresyondaki kişiler depresif olmayanlara kıyasla daha fazla başa çıkma stratejisi denerler. Başvurdukları stratejilerden birinde başarısız olurlar ise bir diğerine yönelme eğiliminde olurlar (Lazarus ve Folkman, 1988). Bu açıdan bakıldığında psikolojik şiddetin kişide yaratacağı olumsuz etkiyi görünür kılmak onu bu durumdan kurtaracak alternatifleri görmeye teşvik edeceği için önemli bir adım olacaktır. Literatürdeki bilgilere paralel olarak psikolojik şiddet mağduru kadın şiddet düzeyi arttıkça daha çok pasif başa çıkma stratejilerine yönelme eğilimindedir. Ancak araştırma analizlerinde ilişkinin süresi ve psikolojik şiddet görülen süre göz önüne alınmamıştır.

Kişinin yönelim gösterdiği uyumsuz ve etkili olmayan başa çıkma stratejileri de psikolojik rahatsızlıklara olan yatkınlığı arttırabilir. Bu yüzden her bireye tek bir başa çıkma strateji doğrultusunda tavsiyeler sunmak ve destek sağlamak o kişiye yararlı olmanın ötesinde olumsuz sonuçların ortaya çıkmasına neden olabilir. Bu çalışmada ortaya çıkan bilgiler ve veriler ışığında düzenleme odaklarının etkisinin görüldüğü fakat daha detaylı sonuçların elde edilmesi için bu çalışmada yer verilmeyen fakat önemli etkileri olan diğer değişkenlerin tespit edilmesi gereklilik arz etmektedir. Sonuç olarak klinik alanda çalışan psikologların şiddetin doğuracağı muhtemel olumsuz durumların etkisini azaltmaya yardım sağlayacak ve kişinin bireysel farklılıklarının ön plan tutulduğu terapi yöntemlerini kullanmasının önemi bu çalışma ile bir kez daha vurgulanmış bulunmaktadır. Daha da önemli olarak, kadına yönelik şiddeti önleyici müdahale programları öneren yaygın uygulamalarda bireysel farklılıklara ve şiddetin getirdiği dönemsel değişikliklere duyarlı teknikler kullanılması, müdahale programlarının etkililiğini arttıracaktır.



## KAYNAKÇA

Aba, Y. A., ve Kulakaç, Ö. (2008). Çatışmaların çözümüne yaklaşım ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Bakırköy Tıp Dergisi*. 12 (1), 33-43.

Aldwin, C. M., ve Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337-348.<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.53.2.337>

Arias, I., Street, A. E., ve Brody, G. H. (1996). Depression and alcohol abuse: women's responses to psychological victimization. Paper Presented at the American Psychological Association's National Conference on Psychosocial and Behavioral Factors in Women's Health: Research, Prevention, Treatment, and Service Delivery in Clinical and Community Settings, Washington, DC.

Anderson, K. L. (2005). Theorizing gender in intimate partner violence research. *Sex Roles*. 52 (12), 853-865.

Arias, I., ve Pape, K., T. (1999). Contribution of psychological abuse to psychological adjustment and relationship stability among battered women. *Violence and Victims*, 14(1): 55-67.

Avrupa Konseyi İstanbul Sözleşmesi (2011). [http://kadincinayetlerininidurduracagiz.net/uploads/İstanbul\\_sozlesmesi](http://kadincinayetlerininidurduracagiz.net/uploads/İstanbul_sozlesmesi). Pdf

Baldry, A. C. (2003). Sticks and stones hurt my bones, but his glance and words hurt more": The impact of psychological abuse and physical violence by current and former partners on battered women in Italy. *International Journal of Forensic Mental Health*, 2(1), 47-57.

Baumeister, R. F., Smart, L., ve Boden, J. M. (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression: the dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, 103, 5-33.

Beeble, M.L., Bybee, D., Sullivan, C.M., ve Adams, A.E. (2009). Main, mediating, and moderating effects of social support on the well-being of survivors of intimate partner violence across 2 years. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77(1), 718–729.

Bell, M. E., Cattaneo L. B., Goodman, L. A., ve Dutton, M. A. (2008). Assessing the risk of future psychological abuse: predicting the accuracy of battered women's predictions, *Journal of Family Violence*, 23(1), 69-80.

Boyacıoğlu, İ., Uysal, M. S. ve Erdugan, C. (2017). *Psikolojik Şiddetin Ölçümü: Psikolojik İstismar Profili'nin Türkçe'ye Uyarlanması* (s. 660- 669). D. Kökdemir ve Z. Yeniçeri (Eds.), I. Sosyal Psikoloji Kongresi Tam Metin Kitabı içinde. Ankara: Başkent Üniversitesi Geliştirme Vakfı İktisadi İşletmesi.

Boyacıoğlu, İ. (2016). Dünden bugüne Türkiye'de kadına yönelik şiddet ve ulusal kadın çalışmaları: Psikolojik araştırmalara davet. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19, 126-145.

Brockner, J., ve Higgins, E. T. (2001). Regulatory focus theory: implications for the study of emotions at work. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 86, 35– 66. doi:10.1006/obhd.2001.2972

Brown, J. D. (1997). *The self*. New York: Psychology Press.

Calvete, E., Corral, S., ve Estévez, A. (2008). Coping as a mediator and moderator between intimate partner violence and symptoms of anxiety and depression. *Violence Against Women*, 14(8), 886–904. doi: 10.1177/1077801208320907.

Carlson, B. E., McNutt, L. A., Choi, D. Y., ve Rose, I. M. (2002). Intimate partner abuse and mental health the role of social support and other protective factors. *Violence Against Women*, 8(6), 720-745.

Carver, C. S., Scheier, M. F., ve Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.

Carver, C. S., ve Scheier, M. F. (1998). On the self-regulation of behavior. New York: Cambridge University Press

Carver, C. S., ve White, T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(2), 319-333.

Clements, C. M., Saborin, C., M. ve Spiby, L. (2004). Dysphoria and hopelessness following battering: the role of perceived control, coping and self-esteem. *Journal of Family Violence*, 19(1), 25-36.

Coker, A. L., Williams, C. M., Follingstad, D. R., ve Jordan, C. E. (2011). Psychological, reproductive and maternal health, behavioral, and economic impact of intimate partner violence. *Violence Against Women and Children*, 1, 265-284.

Collins, D. L., Baum, A., ve Singer, J. E. (1983). Coping with chronic stress at three mile island: Psychological and biochemical evidence. *Health Psychology*, 2(2), 149-166.

Coyne, J. C., Aldwin, C., ve Lazarus, R. S. (1981). Depression and coping in stressful episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 90(5), 439-447. <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.90.5.439>

Crowe, E. ve Higgins, E. T. (1997). Regulatory focus and strategic inclinations; promotion and prevention in decision making. *Organizational Behavior and Human Decision Process*, 69, 117-132.

Çuhadaroglu, F. (1986). *Adolesanlarda Benlik Saygısı*. Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilimdalı, Ankara.

Dutton, D. G. (1994). Patriarchy and Wife Assault: The Ecological Fallacy. *Violence and Victims*, 9(2). 167-82.

Finn, J. (1985). *The stresses and coping behavior of battered women*. Social Casework, 66:341-349.

Flood, M. ve Pease, B. (2009). Factors influencing attitudes to violence against women. trauma, *Violence and Abuse*. 10(2). 125-142.

Follingstad, D. R. (2007). Rethinking current approaches to psychological abuse: conceptual and methodological issues. *Aggression and Violent Behavior*, 12(4), 439-458.

Follingstad, D. R. (2009). The impact of psychological aggression on women's mental health and behavior: The status of the field. *Violence, and Abuse*, 10, 271–289.

Friedman, R. S., ve Förster, J. (2001). The effects of promotion and prevention cues on creativity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(6), 1001-1013.

Frisch, M.B., ve Mackenzie, C. J. (1991). A comparison a formerly and chronically battered women on cognitive and situational dimensions. *Psychotherapy*, 28, 339-344.

Glick, P., ve Fiske, S. T. (1996). The ambivalent sexism inventory: differentiating hostile and benevolent sexism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 491-512.

Golding, J.M. (1999). Intimate partner violence as a risk factor for mental disorders: a meta-analysis. *Journal of Family Violence*, 14(2), 99-132.

Gray, J. A. (1990). Brain systems that mediate both emotion and cognition. *Cognition and Emotion*, 4(3), 269-288.

Guerrero, D.L. (2006). The relationship between self-concept and the recognition of psychological abuse. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 67 (2-B), 1148.

Gülçür, L. (1999). A study on domestic violence and sexual abuse in Ankara, Turkey. *Women for women's human rights reports* No.4. içinde (1-22). [http://www.kadinininsanhaklari.org/static/yayin/makale-rapor/3\\_7.pdf](http://www.kadinininsanhaklari.org/static/yayin/makale-rapor/3_7.pdf)

Hamby, S. L., ve Sugarman, D. B. (1999). Acts of psychological aggression against a partner and their relation to physical assault and gender. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 959–970.

Hayes, A. F. (2013). Introduction to mediation, moderation and conditional process analysis: A regression- Based approach. New York, NY: Guilford Press.

Heise, L. L. (1998). Violence against women: an integrated, ecological framework. *Violence Against Women*, 4, 262- 290.

Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52, 1280-1300.

Higgins, E. T. (1998). Promotion and prevention: regulatory focus as a motivational principle. M. P. Zanna (Eds.), *Advances in Experimental Social Psychology* içinde, 30,1-46. New York: Academic Press.

Higgins, E. T., Pierro, A. ve Kruglanski, A. W. (2008). Re-Thinking culture and personality: how self-regulatory universals create cross-cultural differences. Sorrentino R. (Ed.), *Handbook of Motivation and Cognition within and Across Cultures* içinde (161-190). New York, NY: Guilford Press.

Higgins, E. T., Förster, J., Grant, H. ve Idson, L. C., (2001). Success/Failure feedback, expectancies, and approach/avoidance motivation: How regulatory focus moderates classic relations. *Journal of Experimental Social Psychology* 37,253–260.

Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.

Holahan, C. J., ve Moos, R. H. (1987). Personal and contextual determinants of coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 946-955.

Idson, L. C., Liberman, N., ve Higgins, E. T. (2000). Distinguishing gains from non-losses and losses from non-gains: A regulatory focus perspective on hedonic intensity. *Journal of Experimental Social Psychology*, 36, 252-274.

Jansen, H. A. F. M., Yüksel, İ. ve Çağatay, P. (2009). Kadına yönelik şiddetin yaygınlığı. Türkiye’de kadına yönelik şiddet içinde (45-69). T.C. Başbakanlık Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü, Ankara: Elma Teknik Basım Matbaacılık.

Johnson, M. P. (1995). Patriarchal terrorism and common couple violence: two forms of violence against women. *Journal of Marriage and Family*, 57(2), 283- 294.

Johnson, M. P. (2006). Conflict and control: Gender symmetry and assymetry in domestic violence. *Violence Against Women*, 12(11), 1003-1018

Kandemirci, D. ve Kağnıcı, D. Y. (2014). Kadına yönelik aile içi şiddetle baş etme: Çok boyutlu bir inceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 17(33), 1-12.

Karakurt, G., ve Silver, K. E. (2013). Emotional abuse in intimate relationships: The role of gender and age. *Violence and Victims*, 28, 804-821.

Kelly, V. A. (2004). Psychological abuse of women: A review of the literature. *The Family Journal*, 12, 383-388.

Kirkwood, C. (1993). Leaving abusive partners: from the scars of survival to the wisdom for change. Newbury Park, CA: Sage.

Klenk, M. M., Strauman, T. J., ve Higgins, E. T. (2001). Regulatory focus and anxiety: a self-regulatory model of gad-depression comorbidity. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 935-943.

Lammers, M., Ritchie, J. ve Robertson, N. (2005). Women's experience of emotional abuse in intimate relationships. *Journal of Emotional Abuse*, 5(1), 29-64.

Lazarus, R. S., ve Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*, Springer, New York.

Lewis, C. S., Griffing, S., Chu, M., Sage, R. E., Madry, L., ve Primm, B. J. (2006). Coping and violence exposure as predictors of psychological functioning in domestic violence survivors. *Violence Against Women*, 12(4). 340- 354.

Lockwood, P., Jordan, C.H., ve Kunda, Z. (2002). Motivation by positive and negative role models: regulatory focus determines who will best inspire us. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 854-864.

Loring, M. T. (1994). Emotional abuse. New York: Lexington Books.

Maiuro, R. D. (2001). Sticks and stones may break my bones, but names will also hurt me: psychological abuse in domestically violent relationships. O'Leary, K., D., ve Maiuro, R., D. *Psychological abuse in violent domestic relations* içinde. (ss: 19–20). New York: Springer Publishing Co.

Markus, H., ve Nurius, P. S. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954-969.

Marshall, L.L. (1999). Effects of men's subtle and overt psychological abuse on low-income women. *Violence and Victims*, 14(1), 69-81.

Mechanic, M. B., Weaver, T. L., ve Resick, P. A. (2008). Mental health consequences of intimate partner abuse: A multidimensional assessment of four different forms of abuse: *Violence Against Women*, 14(6), 634-654.

Miller, A. K. ve Markman, K. D. (2007). Depression, regulatory focus and motivation, *Personality and Individual Differences*, 22, 427-436.

Mitchell, R. E., ve Hodson, C. A. (1983). Coping with domestic violence: social support and psychological health among battered women. *Journal of Community Psychology*. 11(6), 629-54.

Mor Çatı Kadın Sığınağı Vakfı (1996). *Evdeki terör: Kadına yönelik şiddet*. İstanbul: Mor Çatı Yayınları. <https://www.morcati.org.tr/tr/yayinlarimiz/izleme-raporlari>

Murphy, C. M. (2002). Women coping with psychological abuse: Surviving in the secret world of male partner power control. (Yüksek lisans tezi). The University of Waikato.

Murphy, C. M., ve Cascardi, M. (1993). Psychological aggression and abuse in marriage. *Family Violence and Treatment*, 1, 86-112.

Murphy, C. M., ve O'Leary, K. D. (1989). Psychological aggression predicts physical aggression in early marriage. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 579–582.

Nabors, E. L., ve Jasinski, J.L. (2009). Intimate partner violence perpetration among college students: the role of gender role and gendered violence attitudes. *Feminist Criminology*, 4(1), 57-82.

Naçar, M., Baykan, Z., Poyrazoğlu, S. ve Çetinkaya, F. (2009). Kayseri ilinde iki sağlık ocağı bölgesinde kadına yönelik aile içi şiddet. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(2), 131-138.



O’Leary, K., D. (1999). Psychological abuse: a variable deserving critical attention in domestic violence. *Violence and Victims*. 14 (1): 3-23

Ovara, T. A., McLeod, P. J., ve Sharpe, D. (1996). Perceptions of control, depressive symptomatology, and self-esteem of women in transition from abusive relationships. *Journal of Family Violence*, 11, 167–186.

Oyserman, D., Uskul, K. A., Yoder, N., Nesse, R. M., ve Williams, D. R. (2007). Unfair treatment and regulatory focus. *Journal of Experimental Psychology*, 43, 505-512.

Öztunalı Kayır, G. (1996). Kadınlar ve psikolojik şiddet. *Evdeki terör: Kadına yönelik şiddet içinde* (93-95). İstanbul: Mor Çatı Yayınları.  
<https://www.morcati.org.tr/tr/yayinlarimiz/izleme-raporlari>

Page, A. Z. ve İnce, M. (2008). Aile içi şiddet konusunda bir derleme, *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 81-94.

Pearlin, L. I., ve Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 2-21.

Pence, E., ve Paymar, M. (1993). *Education groups for men who batter: The Duluth Model*. New York: Springer Publishing Company.

Pico-Alfonso, A. M., Garcia-Linares, M. I., Celda-Navarro, N., Blasco-Ros, C., Echeburúa, E., and Martinez, M. (2006). The impact of physical, psychological, and sexual intimate male partner violence on women's mental health: depressive symptoms, posttraumatic stress disorder, state anxiety, and suicide. *Journal of Women 's Health*, 15(5), 599-611.

Rogers, M. J., ve Follingstad, D. R. (2014). Women experiencing psychological abuse: Are they a homogenous group? *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 21(8), 891-916.

Rogers, M. J., ve Follingstad, D. R. (2014). Women's exposure to psychological abuse: does that experience predict mental health outcomes? *Journal of Family Violence*, 29(6), 595-611.

Sackett, L. A., ve Saunders, D. G. (1999). The impact of different forms of psychological abuse on battered women. *Violence and Victims*, 14, 105-117.

Sakallı-Uğurlu, N. (2002). Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 47-58.

Sakallı-Uğurlu, N., ve Işık, R. (2009). Namusa ve namus adına kadına uygulanan şiddete ilişkin tutumlar ölçeklerinin öğrenci örneklemiyle geliştirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*. 12 (24), 16-24.

Scott, L., ve O'Hara, M. W. (1993). Self-discrepancies in clinically anxious and depressed university students. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(2), 282-287. <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.102.2.282>

Scheier, M. F. Weintraub, J. K., ve Carver, C. S. (1986). Coping with stress: divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1257-1262.

Shepherd-McMullen, C., Mearns, J., Stokes, J.E., ve Mechanic, M.B. (2015). Negative mood regulation expectancies moderate the relationship between psychological abuse and avoidant coping. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(9), 1553-1566.

Shower, C. J., Abramson, L. Y., Hogan -Michael, E. (1998). The dynamic self: how the content and structure of the self-concept change with mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(2), 478-493.

Stets, J. E. (1991). Psychological aggression in dating relationships: The role of interpersonal control. *Journal of Family Violence*, 6(1), 97–114. doi: 10.1007/bf00978528.

Stets, J. E., ve Straus, M. A. (1990). The marriage license as a hitting license: a comparison of dating, cohabiting, and married couples. Straus, M. A. ve Gelles, J. *Physical violence in American families, risk factors and Adaptations to Violence* İçinde Families, 8(145), 227-244.

Straus, M. A., Hamby, S. L., Boney-Mccoy, S., ve Sugarman, D. B. (1996). The revised conflict tactics scales (CTS2) *Development and preliminary psychometric Data. Journal of Family Issues*, 17(3), 283- 316.

Strauman, T. J. (1989). Self-discrepancies in clinical depression and social phobia: Cognitive structures that underlie emotional disorders? *Journal of Abnormal Psychology*, 98(1), 14-22.

Şahin, N. H. ve Durak, A. (1995). Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 56-73.

Taylor, S. E. (1983). Adjustment to threatening events: A theory of cognitive adaptation. *American Psychologist*, 38(11), 1161-1173.

Tolman, R. M. (1989). The development of a Measure of Psychological Maltreatment of Women by their male partners. *Violence and Victims*, 4(3), 159–177.

Ulusoy, M., Sahin., N. H. ve Erkmen, H. (1998), Turkish Version of the Beck Anxiety Inventory: Psychometric Properties. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, Int Q, 12, 163-172.

Valentiner, D. P., Holahan, C. J., ve Moos, R. H. (1994). Social support, appraisals of event Controllability, and Coping: An Integrative Model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 66(6), 1094-1102.

Waldrop, A. ve Resick, P. (2004). Coping among adult female victims of domestic violence. *Journal of Family Violence*, 19(5), 291-302

Walker, L. E. (1979). *The battered woman*. New York: Harper and Row.

Walker. J. S. ve Bright. J. A. (2009). False inflated self-esteem and violence: A systematic review and cognitive model, *The Journal of Forensic Psychiatry and Psychology*, 20(1), 1-32.

Winstok, Z., ve Sowen- Basheer, W. (2015). Does psychological violence contribute to partner violence research? A historical, conceptual and critical review. *Agression and violent Behavior*, 21(1), 5-16.

World Health Organization (2002). Gender and Mental Health.

Yalçındağ, B., Özkan, T. (2015). Düzenleme Odağı Ölçeği (DOÖ), Sebat ve Risk Alma Ölçeklerinin Türkçe'ye uyarlanması ve DOÖ'NÜN psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*. 18(36). 49-68.

Yıldırım, A. (1998). *Sıradan şiddet: Kadına ve çocuğa yönelik şiddetin toplumsal kaynakları*. İstanbul: Boyut Kitapları.

Yoshihama, M. (2002). Battered women's coping strategies and psychological distress: differences by immigration status. *American Journal of Community Psychology*. 30(3), 429-452.

Yuksel-Kaptanoğlu, İ., ve Cavlin, A. (2015). Kadına yönelik şiddet yaygınlığı. *Türkiye'de kadına yönelik aile içi şiddet araştırması* İçinde (s. 81–122). Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Ankara: Elma Teknik Basım Matbaacılık



**EKLER**

## **Ek 1: Katılımcı Bilgilendirme Onam Formu**

Değerli katılımcı,

Bu çalışma Dokuz Eylül Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde yüksek lisans öğrencisi olan Gülfem Özçelik'in tezi kapsamında gerçekleştirilmektedir. Çalışmanın temel amacı psikolojik şiddet ve etkilerini incelemektir. Çalışmamıza sadece kadınlar katılabilmektedir. Ayrıca, katılım şartı olarak 18 yaşından büyük olmalısınız ve devam eden bir romantik ilişki (flört, sevgililik, nişanlılık, evlilik vb) içinde olmalısınız.

Bu çalışmada sizden anket olarak hazırlanmış bazı sorulara cevap vermeniz istenmektedir. Her anketin nasıl cevaplanacağı konusunda, o anketin başında bilgi verilmiştir. Tüm soruların cevaplanması yaklaşık 20-25 dakika sürmekte olup, herhangi bir süre kısıtlaması bulunmamaktadır.

Bu araştırmaya katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmada yer almayı reddedebilirsiniz. Eğer katılmaya karar verirsiniz, ancak araştırma esnasında fikrinizi değiştirirseniz hiçbir neden göstermeksizin araştırmadan ayrılabilirsiniz. Eğer isterseniz, sizden elde edilen tüm bilgiler imha edilecektir. Bu araştırma esnasında elde edilen kişisel bilgiler gizli kalacak, verdiğiniz bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır. Toplanan veriler toplu olarak değerlendirilecek, kişiye özel analiz ya da bireysel inceleme yapılmayacaktır. Araştırma hakkında daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacı ile iletişime geçebilirsiniz.

Araştırmacının iletişim bilgileri aşağıda verilmiştir.

**Psk. Gülfem Özçelik**

Dokuz Eylül Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

Tınaztepe Yerleşkesi, Buca İzmir

e-posta: gulfemozcelik1@gmail.com

Danışman **Doç. Dr. İnci Boyacıoğlu**

**Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Toplanan verilerin bilimsel amaçlı yayımlanmasını kabul ediyorum.**

**TARİH**

**İMZA/PARAF**

## Ek 2: Kişisel Bilgi Formu

Yaşınız:.....

Cinsiyetiniz: Kadın ☐ Erkek ☐

Medeni Haliniz:

Evli ☐ Nişanlı ☐ Boşandım ☐ Bekar ☐

Diğer ☐ (Lütfen verilen boşluğa yazınız) \_\_\_\_\_

Eğitim durumunuz nedir? (En son mezun olduğunuz eğitim basamağını işaretleyiniz)

İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Yüksek Okul ☐

Üniversite ☐ Yüksek Lisans ☐ Doktora ☐

Yaşamınız boyunca en uzun süreyle bulunduğunuz yerleşim birimini işaretleyiniz.

Kırsal ☐ Büyük şehir ☐ Şehir ☐

Şu an yaşadığınız şehri yazınız: .....

Çalışıyor musunuz?

Evet, çalışıyorum ☐

Düzensiz, gününbirlik işlerde çalışıyorum ☐

Hayır, çalışmıyorum ☐

Mesleğinizi yazınız (şu an çalışmıyor bile olsanız):

Aylık ailenizin geliri ne kadar, yazınız: \_\_\_\_\_ TL

Aylık sizin geliriniz ne kadar, yazınız: \_\_\_\_\_ TL

Din hayatınızda ne kadar yer tutmaktadır? Kendinizi dindarlık düzeyi açısından nasıl değerlendiriyorsunuz?

Hiç Dindar Değil ☐ Biraz Dindar ☐ Orta Düzeyde Dindar ☐ Çok Dindar ☐

Devam eden romantik ilişkinizin süresini yazınız: ..... (Yıl, ay veya hafta olarak)

Romantik ilişkinizde erkek arkadaşınızla/eşinizle aynı evi mi paylaşmaktasınız?

Evet ☐ Hayır ☐

**Ek 3: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği**

**Aşağıdaki anlatımlarla ilgili olarak size en uygun seçeneği işaretleyiniz.**

**1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ

**2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ

**3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ

**4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ

**5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ

**6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ

**7. Genel olarak kendimden memnunum.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ

**8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ

**9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ

**10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.**

- a. ÇOK DOĞRU      b. DOĞRU      c. YANLIŞ      d. ÇOK YANLIŞ



**Ek 4: Düzenleme Odağı  l eği**

Aşağıdaki bir grup soru, belli olayların hayatınızda **NE SIKLIKLA** olduğunu sormaktadır. Lütfen her bir sorunun yanıtını ilgili sorunun altındaki size uyan rakamı daire içine alarak belirtiniz.

|                                                                                                                                      | <b>1</b><br><b>Hiçbir</b><br><b>zaman/</b><br><b>nadiren</b> | <b>2</b> | <b>3</b><br><b>Bazen</b> | <b>4</b> | <b>5</b><br><b> ok sık</b> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------|--------------------------|----------|----------------------------|
| 1. Çoğu insana kıyasla, hayattan istediklerini genelde alamayan kişilerden olduğumu düşünürüm.                                       | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 2. Büyürken, anne-babamın müsamaha göstermeyeceği şeyler yaparak “ izgiyi aştığım” olmuştur.                                         | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 3. Beni “gaza getirip” / “kamçılayarak” daha da çok çalışmaya iten şeyleri şimdiye kadar sıklıkla başardım.                          | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 4. Büyürken, anne-babamın sabrını sık sık zorladım.                                                                                  | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 5. Anne-babamın koyduğu kurallara ve yaptığı düzenlemelere sıklıkla uyarım.                                                          | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 6. Büyürken, anne-babamın karşı olduğu hareketlerde bulundum.                                                                        | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 7. Denediğim farklı şeyleri genellikle iyi yaparım/beceririm.                                                                        | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 8. Yeterince dikkatli olmadığım için başımın ağrıdığı zamanlar olmuştur.                                                             | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 9. Benim için önemli olan şeyleri başarmak söz konusu olduğunda, normalde gösterebileceğim kadar iyi performans g steremediğim olur. | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 10. Hayatımda başarılı olmaya yönelik ilerleme kaydetmiş gibi hissediyorum.                                                          | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |
| 11. Hayatımda, ilgimi çeken veya beni çaba sarf etmem için motive eden çok az sayıda hobi veya etkinlik bulmuşumdur                  | 1                                                            | 2        | 3                        | 4        | 5                          |

**Ek 5: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği**

Burada verilen sorular, kişilerin yaşamlarındaki sıkıntılar ve stresle başa çıkmak için neler yaptıklarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Aşağıdaki soruları cevaplarken erkek arkadaşınızla/eşinizle **ilişkinizdeki sorunlar karşısında kendi davranışlarınızı** düşünün **ve her maddeninsizi tanımlama ya da size uygunluk derecesini (X) koyarak işaretleyin.**

|                                                                       | Hiç Uygun<br>Değil | Uygun Değil | Uygun | Tamamen<br>Uygun |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------|-------|------------------|
| 1. Sorunumu kimsenin bilmesini istemem.                               |                    |             |       |                  |
| 2. İyimser olmaya çalışırım.                                          |                    |             |       |                  |
| 3. Bir mucize olmasını beklerim.                                      |                    |             |       |                  |
| 4. Olay(lar)ı büyütmeyip, üzerinde durmamaya çalışırım.               |                    |             |       |                  |
| 5. Başa gelen çekilir diye düşünürüm.                                 |                    |             |       |                  |
| 6. Sakin kafayla düşünmeye, öfkelenmemeye çalışırım.                  |                    |             |       |                  |
| 7. Kendimi kapana sıkışmış gibi hissederim.                           |                    |             |       |                  |
| 8. Olay(lar)ın değerlendirmesini yaparakeniyikararıvermeye çalışırım. |                    |             |       |                  |
| 9. İçinde bulunduğum kötü durumu, kimsenin bilmesini istemem.         |                    |             |       |                  |
| 10. Ne olursa olsun direnme ve mücadele etme gücünü kendimde bulurum. |                    |             |       |                  |
| 11. Olayları kafama takıp, sürekli düşünmekten kendimi alamam.        |                    |             |       |                  |
| 12. Kendime karşı hoşgörülü olmaya çalışırım.                         |                    |             |       |                  |
| 13. İş olacağına varır diye düşünürüm.                                |                    |             |       |                  |

|                                                                      | Hiç Uygun<br>Değil | Uygun Değil | Uygun | Tamamen<br>Uygun |
|----------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------|-------|------------------|
| 14. Mutlaka bir yol bulabileceğime inanırım bunun için uğraşırım.    |                    |             |       |                  |
| 15. Problemin çözümü için adak adarım.                               |                    |             |       |                  |
| 16. Her şeye yeniden başlayacak gücü kendimde bulurum.               |                    |             |       |                  |
| 17. Elimden hiçbir şeyin gelmeyeceğine inanırım.                     |                    |             |       |                  |
| 18. Olay(lar)dan olumlu bir şey çıkarmaya çalışırım.                 |                    |             |       |                  |
| 19. Her şeyin istediğim gibi olmayacağına inanırım.                  |                    |             |       |                  |
| 20. Problem(ler)i adım adım çözmeye çalışırım.                       |                    |             |       |                  |
| 21. Mücadeleden vazgeçerim.                                          |                    |             |       |                  |
| 22. Sorunun benden kaynaklandığını düşünürüm.                        |                    |             |       |                  |
| 23. Hakımı savunabileceğime inanırım.                                |                    |             |       |                  |
| 24. Olanlar karşısında “kaderim buymuş” derim.                       |                    |             |       |                  |
| 25. “Keşke daha güçlü bir insan olsaydım” diye düşünürüm.            |                    |             |       |                  |
| 26. Birkişilerakıyiyöndedeğiştiğimi ve olgunlaştığımıhissediyorum.   |                    |             |       |                  |
| 27. “Benim suçum ne?” diye düşünürüm.                                |                    |             |       |                  |
| 28. “Hep benim yüzümden oldu” diye düşünürüm.                        |                    |             |       |                  |
| 29. Sorunun gerçek nedenini anlayabilmek için başkalarına danışırım. |                    |             |       |                  |

|                                                                        |  |  |  |  |
|------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 30. Bana destek olabilecek kişilerin varlığını bilmek beni rahatlatır. |  |  |  |  |
|------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

**İlişkinizdeki sorunlarla başa çıkarken kullandığınız stratejilerde ne derecede başarılı olduğunuzu düşünüyorsunuz?**

**Her zaman** ☐

**Bazen** ☐

**Hiçbir zaman** ☐



**Ek 6: Psikolojik İstismar Profili Ölçeği**

Şimdi lütfen hayatınızdaki romantik ilişkinizi (flört, sevgililik, evlilik gibi), eğer şu an romantik bir ilişki içinde değilseniz en son yaşadığınız ilişkinizi düşününüz ve aşağıdaki her soruyu bu ilişkiyi düşünerek cevaplayınız. Aşağıdaki her bir davranışı eşinizden/erkek arkadaşınızdan ne sıklıkla gördüğünüzü göstermek için “asla”, “ayda bir defadan az”, “ayda bir defa”, “ayda iki-üç defa”, “haftada bir”, “haftada iki-üç defa” ya da “her gün” seçeneklerinden birini seçiniz. Eğer bu davranışın ne sıklıkla gerçekleştiğinden emin değilseniz, en iyi tahmininize göre cevap veriniz.

|                                                                                                                                                                         | <b>Asla</b> | <b>Ayda 1 defadan az</b> | <b>Ayda 1 defa</b> | <b>Ayda 3-4 defa</b> | <b>Haftada 1 defa</b> | <b>Haftada 2-3 defa</b> | <b>Her gün</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|--------------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|----------------|
| 1-Onunla değil de başkalarıyla olmak istediğinizde öfkelenir ya da keyfi kaçır.                                                                                         | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 2-Her şeyin eksiksiz olmasını ister, aksinin onun için kabul edilemez olduğunu söyler.                                                                                  | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 3-Mektuplarınıza ve telefonlarınıza engel olur veya sizi kimin aradığına, size kimin mektup yazdığına ya da hangi konu hakkında konuştuğunuza dair başınızın etini yer. | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 4- Ayrı geçirdiğiniz her dakikanın hesabını sorar.                                                                                                                      | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 5- Onunla sohbet etmeye başladığınızda sizi duymazdan gelir.                                                                                                            | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 6- Deli ya da aptal olduğunuzu iddia eder.                                                                                                                              | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |

|                                                                                                                    | <b>Asla</b> | <b>Ayda 1 defadan az</b> | <b>Ayda 1 defa</b> | <b>Ayda 3-4 defa</b> | <b>Haftada 1 defa</b> | <b>Haftada 2-3 defa</b> | <b>Her gün</b> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|--------------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|----------------|
| 7- Sizi arkadaşlarınızdan, ailenizden ya da evcil hayvanlarınızdan kıskanır.                                       | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 8-Üzgün olduğunuzda ya da duygusal destek istediğinizde söylenir ya da sizinle alay eder.                          | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 9- Size berbat bir sevgili olduğunuzu, değersiz ve işe yaramaz olduğunuzu söyler.                                  | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 10- Her saat yaptıklarınızın detaylı raporunu ister.                                                               | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 11- Hastalandığınız, yorulduğunuz ya da fazla çalıştığınız zamanlarda yardıma ihtiyaç duyduğunuzu görmezden gelir. | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 12- Yemek veya temizlik yaptığınızda beğenmez ve o beğenene kadar tekrar tekrar yapmanızı ister.                   | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 13- Kendinizde en çok beğendiğiniz veya değer verdiğiniz özelliklerinizle alay eder.                               | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 14- Yaptığınız işi kontrol eder ve aşırı eleştirel yorumlarda bulunur.                                             | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |

|                                                                                                                                                        | <b>Asla</b> | <b>Ayda 1 defadan az</b> | <b>Ayda 1 defa</b> | <b>Ayda 3-4 defa</b> | <b>Haftada 1 defa</b> | <b>Haftada 2-3 defa</b> | <b>Her gün</b> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|--------------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|----------------|
| 15- Sizi gün boyu kontrol eder (örneğin 15 dakikada bir arar, işten eve erken gelir, nerede olduğunuza dair başkalarından bilgi alır ve benzeri).      | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 17- Onun isteklerine boyun eğmezseniz sizi değerli bir eşyanıza, evcil hayvanlarınıza, arkadaşlarınıza veya akrabalarınıza zarar vermekle tehdit eder. | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 18- Size "sürtük" veya "orospu" gibi cinsel imalar içeren isimler takar.                                                                               | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 19- Sizi başkasıyla ilişki yaşamakla veya başka şeylerle suçlayarak geç saatlere kadar uyutmaz.                                                        | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 20- Seks yapma isteğinizi görmezden gelir ya da sizi heyecanlandıracak veya tatmin edecek şeyleri yapmaz.                                              | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |
| 21- Zaferlerinizle dalga geçer, planlarınızla ilgili cesaretinizi kırar veya başarılarınızı küçümser.                                                  | 1           | 2                        | 3                  | 4                    | 5                     | 6                       | 7              |

**Erkek arkadaşınız/eşiniz yukarıdaki davranışlardan en az birini bile gösteriyor ise (yani 1 dışında işaretlediğiniz cevabınız/cevaplarınız varsa) aşağıdaki soruları cevaplayınız.**

**Erkek arkadaşınız/eşiniz ilişkinizin kaçınıcı ayında, kaçınıcı yılında bu davranışı/davranışları göstermeye başlamıştır? .....**

**Erkek arkadaşınızın/eşinizin bu davranışı/davranışları zamanla artma eğilimi göstermekte midir?**

**Evet ☐**

**Hayır ☐**





**Ek 7: Fiziksel Şiddet Ölçeği**

Eşinizle/erkek arkadaşınızla ayrı düştüğünüzde aranızda olabileceklere ilişkin bir liste aşağıda verilmiştir. Lütfen geçen yıl aşağıdakilerden her birini kaç kez yaptığınızı veya eşinizin/erkek arkadaşınızın size kaç kez yaptığını işaretleyiniz. Eğer siz veya eşiniz/erkek arkadaşınız bunlardan birini geçen yıl yapmamış fakat daha önce yapmışsa lütfen “7” rakamını işaretleyiniz.

| <b>Son 1 yılda kaç kez oldu?</b>                    | <b>1 kez</b> | <b>2 kez</b> | <b>3-5 kez</b> | <b>6-10 kez</b> | <b>11-20 kez</b> | <b>20'den fazla</b> | <b>Son 1 yılda olmadı fakat daha önce oldu</b> | <b>Bu asla olmadı</b> |
|-----------------------------------------------------|--------------|--------------|----------------|-----------------|------------------|---------------------|------------------------------------------------|-----------------------|
| 1-Eşim bana incitecek bir şey fırlattı.             | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |
| 2- Eşim benim elimi kolumu büktü veya saçımı çekti. | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |
| 3- Eşim beni itti veya dirsek attı.                 | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |
| 4- Eşim bana bıçak veya silah çekti.                | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |
| 5- Eşim nefes alamamam için ağzımı burnumu kapattı. | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |
| 6- Eşim beni duvara çarptı.                         | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |
| 7- Eşim bana dayak attı.                            | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |
| 8- Eşim beni tutup sıktı.                           | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |
| 9- Eşim bana tokat attı.                            | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |
| 10- Eşim bana tekme attı.                           | 1            | 2            | 3              | 4               | 5                | 6                   | 7                                              | 0                     |

### **Ek 8: Beck Depresyon Envanteri**

Aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, **BUGÜN DÂHİL GEÇEN HAFTA** içinde kendinizi nasıl hissettiğinizi en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Eğer bir grupta durumunuzu, duygularınızı tarif eden birden fazla cümle varsa her birini daire içine alarak işaretleyiniz. Sorulara vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplar araştırmanın bilimsel niteliği açısından son derece önemlidir.

1. a) Kendimi üzgün hissetmiyorum.  
b) Kendimi üzgün hissediyorum.  
c) Her zaman için üzgünüm ve kendimi bu duygudan kurtaramıyorum.  
d) Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum.
2. a) Gelecekten umutsuz değilim.  
b) Gelecek konusunda umutsuzum.  
c) Gelecekten beklediğim hiçbir şey yok.  
d) Benim için bir gelecek olmadığı gibi bu durum değişmeyecek.
3. a) Kendimi başarısız görmüyorum.  
b) Herkesten daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır.  
c) Geriye dönüp baktığımda, pek çok başarısızlıklarımın olduğunu görüyorum.  
d) Kendimi bir insan olarak tümüyle başarısız görüyorum.
4. a) Her şeyden eskisi kadar doyum (zevk) alabiliyorum.  
b) Her şeyden eskisi kadar doyum alamıyorum.  
c) Artık hiçbir şeyden gerçek bir doyum alamıyorum.  
d) Bana zevk veren hiçbir şey yok. Her şey çok sıkıcı.
5. a) Kendimi suçlu hissetmiyorum.  
b) Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor.  
c) Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum.  
d) Kendimi her an için suçlu hissediyorum.
6. a) Cezalandırılıyormuşum gibi duygular içinde değilim.  
b) Sanki bazı şeyler için cezalandırılabilmişim gibi duygular içindeyim.  
c) Cezalandırılacakmışım gibi duygular yaşıyorum.  
d) Bazı şeyler için cezalandırılıyorum.
7. a) Kendimi hayal kırıklığına uğratmadım.  
b) Kendimi hayal kırıklığına uğrattım.  
c) Kendimden hiç hoşlanmıyorum.  
d) Kendimden nefret ediyorum.

8. a) Kendimi diğer insanlardan daha kötü durumda görmüyorum.  
b) Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum.  
c) Kendimi hatalarım için her zaman suçluyorum.  
d) Her kötü olayda kendimi suçluyorum.
9. a) Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.  
b) Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum ama böyle bir şey yapamam.  
c) Kendimi öldürebilmeyi çok isterdim.  
d) Eğer bir fırsatını bulursam kendimi öldürürüm.
10. a) Herkesten daha fazla ağladığımı sanmıyorum.  
b) Eskisine göre şimdilerde daha fazla ağlıyorum.  
c) Şimdilerde her an ağlıyorum.  
d) Eskiden ağlayabilirdim. Şimdilerde istesem de ağlayamıyorum.
11. a) Eskisine göre daha sinirli veya tedirgin sayılmam.  
b) Her zamankinden biraz daha fazla tedirginim.  
c) Çoğu zaman sinirli ve tedirginim.  
d) Şimdilerde her an için tedirgin ve sinirliyim.
12. a) Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim.  
b) Eskisine göre insanlarla daha az ilgiliyim.  
c) Diğer insanlara karşı ilgimin çoğunu kaybettim.  
d) Diğer insanlara karşı hiç ilgim kalmadı.
13. a) Eskisi kadar rahat ve kolay kararlar verebiliyorum.  
b) Eskisine kıyasla şimdilerde karar vermeyi daha çok erteliyorum.  
c) Eskisine göre karar vermekte oldukça güçlük çekiyorum.  
d) Artık hiç karar veremiyorum.
14. a) Eskisinden daha kötü bir dış görünüşüm olduğunu sanmıyorum.  
b) Sanki yaşlanmış ve çekiciliğimi kaybetmişim gibi düşünüyorum ve üzülüyorum.  
c) Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan ve beni çirkinleştiren değişiklikler olduğunu hissediyorum.  
d) Çok çirkin olduğumu düşünüyorum.
15. a) Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.  
b) Bir işe başlayabilmek için eskisine göre daha fazla çaba harcıyorum.  
c) Ne olursa olsun, yapabilmek için kendimi çok zorluyorum.  
d) Artık hiç çalışamıyorum.

16. a) Eskisi kadar kolay ve rahat uyuyabiliyorum.  
b) Şimdilerde eskisi kadar kolay ve rahat uyuyamıyorum  
c)Eskisine göre bir veya iki saat erken uyanıyor, tekrar uyumakta güçlük çekiyorum  
d) Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.
17. a) Eskisine göre daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum.  
b) Eskisinden daha çabuk ve kolay yoruluyorum.  
c) Şimdilerde neredeyse her şeyden kolayca ve çabuk yoruluyorum.  
d) Artık hiçbir şey yapamayacak kadar yorgunum.
18. a) İştahım eskisinden pek farklı değil.  
b) İştahım eskisi kadar iyi değil.  
c) Şu sıralarda iştahım epey kötü.  
d) Artık hiç iştahım yok.
19. a) Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi/aldığımı sanmıyorum.  
b) Son zamanlarda istemediğim halde iki buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım.  
c) Son zamanlarda beş kilodan fazla kaybettim/aldım.  
d) Son zamanlarda yedi buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım.
20. a) Sağlığım beni pek endişelendirmiyor.  
b) Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sıkıntılarım var.  
c) Ağrı, sızı gibi bu sıkıntılarım beni çok endişelendiriyor.  
d) Bu tür sıkıntılar beni öylesine endişelendiriyor ki, başka bir şey düşünemiyorum.
21. a) Son zamanlarda cinsel yaşantımda dikkatimi çeken bir şey yok.  
b) Eskisine göre cinsel konularla daha az ilgileniyorum.  
c) Şimdilerde cinsellikle pek ilgili değilim.  
d) Artık cinsellikle hiçbir ilgim kalmadı.

### Ek 9: Beck Anksiyete Envanteri

Aşağıda insanların kaygılı oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir, Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin **BUGÜN DAHİL SON BİR HAFTADIR** sizi ne kadar rahatsız ettiğini aşağıdaki ölçekten yararlanarak maddelerin yanındaki cevabı yuvarlak içine alarak belirleyiniz.

| Sizi Ne Kadar Etkiledi?                                      | Hiç<br>0 | Hafif<br>Derecede<br>1 | Orta<br>Derecede<br>2 | Ciddi<br>Derecede<br>3 |
|--------------------------------------------------------------|----------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| 1) Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karıncalanma | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 2) Sıcak / ateş basmaları                                    | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 3) Bacaklarda halsizlik, titreme                             | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 4) Gevşeyememe                                               | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 5) Çok kötü şeyler olacak korkusu                            | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 6) Baş dönmesi veya sersemlik                                | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 7) Kalp çarpıntısı                                           | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 8) Dengeyi kaybetme duygusu                                  | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 9) Dehşete kapılma                                           | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 10) Sinirlilik                                               | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 11) Boğuluyormuş gibi olma duygusu                           | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 12) Ellerde titreme                                          | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 13) Titreklik                                                | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 14) Kontrolü kaybetme korkusu                                | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 15) Nefes almada güçlük                                      | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 16) Ölüm korkusu                                             | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 17) Korkuya kapılma                                          | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 18) Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi               | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 19) Baygınlık                                                | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 20) Yüzün kızarması                                          | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |
| 21) Terleme (sıcağa bağlı olmayan)                           | 0        | 1                      | 2                     | 3                      |

**Ek 9: Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçeği**

Aşağıda verilen yargılara **ne ölçüde** katıldığınızı 1’den 6’ya kadar derecelendirerek cevap veriniz. “1”, “hiç katılmıyorum” olarak nitelendirilirken “6” ise “tamamen katılıyorum” olarak nitelendirilmektedir. Uygun bulduğunuz yargıya göre **derecelendirme** yapınız.

|                                                                                                                                      | <b>Hiç<br/>Katılmıyorum<br/>1</b> |   |   |   |   | <b>Tamamen<br/>Katılıyorum<br/>6</b> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---|---|---|---|--------------------------------------|
| 1- Ne kadar başarılı olursa olsun bir kadının sevgisine sahip olmadıkça bir erkek gerçek anlamda bütün bir insan olamaz.             | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 2- Gerçekte birçok kadın “eşitlik” istiyoruz maskesi altında işe alınmalarda kendilerinin kayrılması gibi özel muameleler arıyorlar. | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 3- Bir felaket durumunda kadınlar erkeklerden önce kurtarılmalıdır.                                                                  | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 4- Birçok kadın masum söz veya davranışları cinsel ayrımcılık olarak yorumlamaktadır.                                                | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 5- Kadınlar çok çabuk alınırlar.                                                                                                     | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 6- Karşı cinsten biri ile romantik bir ilişkide olmaksızın insanlar hayatta gerçekten mutlu olamazlar.                               | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 7- Feministler gerçekte kadınların erkeklerden daha fazla güce sahip olmalarını istemektedirler.                                     | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 8- Birçok kadın çok az erkekte olan bir saflığa sahiptir.                                                                            | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 9- Kadınlar erkekler tarafından el üstünde tutulmalı ve korunmalıdır.                                                                | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 10- Birçok kadın erkeklerin kendileri için yaptıklarına tamamen minnettar olmamaktadır.                                              | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |

|                                                                                                                                                                      | <b>Hiç<br/>Katılmıyorum<br/>1</b> |   |   |   |   | <b>Tamamen<br/>Katılıyorum<br/>6</b> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---|---|---|---|--------------------------------------|
| 11- Kadınlar erkekler üzerinde kontrolü sağlayarak güç kazanmak hevesindeler.                                                                                        | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 12- Her erkeğin hayatında hayran olduğu bir kadın olmalıdır.                                                                                                         | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 13- Erkekler kadınsız eksiktirler.                                                                                                                                   | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 14- Kadınlar işyerlerindeki problemleri abartmaktadırlar.                                                                                                            | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 15- Bir kadın bir erkeğin bağlılığını kazandıktan sonra genellikle sıkı bir yular takmaya çalışır.                                                                   | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 16- Adaletli bir yarışmada kadınlar erkeklere karşı kaybettikleri zaman tipik olarak kendilerinin ayrımcılığa maruz kaldıklarından yakınır.                          | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 17- İyi bir kadın erkeği tarafından yüceltilmelidir.                                                                                                                 | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 18- Erkeklere cinsel yönden yaklaşılabilir olduklarını gösterircesine şakalar yapıp daha sonra erkeklerinin tekliflerini reddetmekten zevk alan birçok kadın vardır. | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 19- Kadınlar erkeklerden daha yüksek ahlaki duyarlığa sahip olma eğilimindedirler.                                                                                   | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 20- Erkekler hayatlarındaki kadın için mali yardım sağlamak için kendi rahatlarını gönüllü olarak feda etmelidirler.                                                 | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |
| 21- Feministler erkeklere makbul olmayan istekler sunmaktadırlar.                                                                                                    | 1                                 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6                                    |

|                                                                                  |   |   |   |   |   |   |
|----------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 22- Kadınlar erkeklerden daha ince bir kültür anlayışına ve zevkine sahiptirler. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|

