

**T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
SOSYOLOJİ**

**TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİ BAĞLAMINDA BTA VE BDB
TÜRÜ BOZUKLUKLARIN SOSYOLOJİK ANALİZİ**

Gölsüm Nilay KARAŞAHİN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman: Doç. Dr. Aydın AKTAY

EYLÜL-2025

**T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİ BAĞLAMINDA BTA VE
BDB TÜRÜ BOZUKLUKLARIN SOSYOLOJİK ANALİZİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Gülsüm Nilay KARAŞAHİN

Enstitü Anabilim Dalı: Sosyoloji

“Bu tez 18/09/2025 tarihinde online olarak savunulmuş olup aşağıdaki isimleri bulunan jüri üyeleri tarafından Oybirliği ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ
Prof. Dr. Hacı Musa TAŞDELEN	Başarılı
Doç. Dr. Aydın AKTAY	Başarılı
Dr. Öğretim Üyesi Mehmet Veysel KARATAŞ	Başarılı

ETİK BEYAN FORMU

Enstitünüz tarafından Uygulama Esasları çerçevesinde alınan Benzerlik Raporuna göre yukarıda bilgileri verilen tez çalışmasının benzerlik oranının herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve Etik Kurul Onayı gerektiği takdirde onay belgesini aldığımı beyan ederim.

Etik kurul onay belgesine ihtiyaç var mıdır?

Evet ☐

Hayır ☒

(Etik Kurul izni gerektiren araştırmalar aşağıdaki gibidir:

- Anket, mülakat, odak grup çalışması, gözlem, deney, görüşme teknikleri kullanılarak katılımcılardan veri toplanmasını gerektiren nitel ya da nicel yaklaşımlarla yürütülen her türlü araştırmalar,
- İnsan ve hayvanların (materyal/veriler dahil) deneysel ya da diğer bilimsel amaçlarla kullanılması,
- İnsanlar üzerinde yapılan klinik araştırmalar,
- Hayvanlar üzerinde yapılan araştırmalar,
- Kişisel verilerin korunması kanunu gereğince retrospektif çalışmalar.)

Gülsüm Nilay KARAŞAHİN
18/09/2025

ÖNSÖZ

Yüksek lisans sürecim içerisinde akademik sürecimle ilgili zorlandığım yerlerde bana yol göstericiliğini lisans dönemimden beri esirgemeyen hem hocamız hem de ailemizden biri olarak bizi güler yüzü ile karşılayan ve asla yarı yolda bırakmayan çok kıymetli hocam sayın Doç. Dr. Aydın Aktay’a yürekten teşekkürü bir borç bilirim.

Bu süreçte akademik gelişimim kapsamında muazzam bir etkisi olan, beni tekrardan sosyolojiye yakınlaştırıp sağlam köprüler kurmamı sağlayan, ellerini hiç omuzumdan ve yüreğimden çekmeyen çok kıymetli arkadaşım, yoldaşım, meslektaşım Kaan Çoban’a teşekkürlerimi sunarım.

Yine bu süreçte ben düştüğümde yeniden kalkabileceğimi bana hatırlatan, yorulduğumda yorulmadan beni dinleyerek dinlenmemi sağlayan dostlarım Ebrar Çevik, Nilüfer Korkmaz, Selen Yavuz, Elif Sırakaya ve Ceyda Ceylan’a tüm sevgilerimle çok teşekkür ederim.

Aile sosyolojinin en kıymetli parçası. Onlar da benim kuşkusuz en kıymetli yanımdır. Bu süreçte artık bu yolu dönemezsin çok yürüdün kızım diyen canım annem Şebnem Şat’a, teyzem Didem Şat’a ve manevi teyzem Azize Çeroğlu’na gönülden teşekkür ederim.

Her şeye rağmen yürüdüğüm bu yolu sahiplendiğim ve sorumluluğunu aldığım için kendime de teşekkürü bir borç bilirim.

Saygılarımla

Gülsüm Nilay Karaşahin
18/09/2025

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR.....	vii
ÖZET.....	viii
ABSTRACT	ix
GİRİŞ... ..	1
1. BÖLÜM: KURAMSAL VE KAVRAMSAL ARKA PLAN.....	9
1.1. Toplumsal Cinsiyetin İnşası	9
1.1.1. Cinsiyetin Kavramsal Çerçevesi.....	10
1.1.2. Toplumsal Cinsiyetin Tarihsel ve Kavramsal Arka Planı	11
1.2. Toplumsal Cinsiyet ve Kadın Sağlığı.....	18
1.2.1. Kadın Bedeninin Tarihi ve Toplumsal Konumu	19
1.2.2. Post-Modern Feminizm: Modernizmin Diğer Yüzünden Tarihsel Arka Plan	25
1.2.3. Postmodernizm Bağlamında Feminist Teorinin Dönüşümü	28
1.2.4. Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliğinin Yeme ve Beden Algısı Bozukluğu Üzerindeki Kategorik Etkisi	40
1.3. Bta ve Bdb Travmaları: Fiziksel, Psikolojik, Sosyolojik Şiddet.....	46
1.3.1. Bta-Bdb-Yeme Bağımlılığı	46
1.3.2. Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu.....	52
1.3.3. Duygusal Açlık (Emotional Eating) Kavramı ve Duygusal Açlık'ın BTA ile BDB Üzerindeki Karakterizasyonu	55
1.3.4. Psikolojik Şiddet: Akran Zorbalığı ve Flört Şiddeti.....	59
1.3.4.1. Akran Zorbalığı.....	60
1.3.4.2. Flört Şiddeti.....	63
1.3.5. Duygusal Şemaların Sosyolojik Konumlanması.....	66
1.3.6. Kolektif (Sosyolojik Şiddet) Şiddet: Sosyoekonomik Şiddet/ Toplumsal Stereotipler	78
2.BÖLÜM: BTA VE BDB KAPSAMINDA KÜLTÜR ENDÜSTRİSİ.....	82
2.1. Tüketmenin ve Hazzın Bir Uzantısı: Tıkınma İdeolojisi	83
2.2. Moda Endüstrisi ve Yeni Medyanın Bedenleri	87
2.2.1. Yeni Medyanın Organizasyonu.....	92
2.2.1.1. Yeni Medya ve Kadın Bedeninin Metalaştırılması	94
2.2.1.2. İtiraflar Toplumu Olarak Sosyal Medya	98
2.3. Simgesel Sermaye ve Sanal Sınıflaşma	100
2.4. Sosyal Medyada İmajinize Edilen Kadın Bedeni	102

2.5. Tıbbi Fırsatlar Yansıması: İlaç Sektörlerinin Duruşu	106
3.BÖLÜM: TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİ BAĞLAMINDA BTA VE BDB TÜRÜ BOZUKLUKLARIN SOSYOLOJİK ANALİZİ.....	114
4.BÖLÜM: ARAŞTIRMANIN METODOLOJİSİ	126
4.1. Araştırmanın Problemi ve Alt Problemleri	126
4.2. Araştırmanın Sınırlılıkları	126
5.BÖLÜM: BULGULAR VE BULGULARIN YORUMLANMASI.....	128
5.1. Duygusal Yeme ve Kontrol: 4,5,6,7 ve 8. Sorular	128
5.2. Sosyal ve Çevresel Etkenler: 9,10,15 ve 16. Sorular	129
5.3. Beden Algısı ve Toplumsal Cinsiyet: 11,12,13,14,17,18,19 ve 20. Sorular	131
5.4. Kişisel Deneyimler ve Yeme Bozukluğu: 21,22,23,24.	133
5.5. Fenomenolojik Yaklaşım Kapsamında Bulguların Yorumlanması.....	138
5.5.1. Beslenme Düzenleri ve Gündelik Yaşam.....	138
5.5.2. Duygusal Yeme ve İçsel Çatışmalar	138
5.5.3. Sosyal Ortamlar ve Çevresel Baskılar.....	139
5.5.4. Beden Algısı ve Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliği.....	139
5.5.5. Yeme Davranışı ve Bağımlılık İfadesi	140
SONUÇ.....	141
EK.....	143
KAYNAKÇA	149
ÖZGEÇMİŞ.....	157

KISALTMALAR

YB : Yeme Bozukluğu

BTA : Başka Türlü Adlandırılmayan Yeme Bozukluğu

BDB : Beden Dismorfik Bozukluğu

TYB : Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu

DSM : Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

TDK : Türk Dil Kurumu



ÖZET	
Başlık: Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliği Bağlamında BTA (Başka Türlü Adlandırılmayan) Türü Yeme Bozukluğu ve Beden Dismorfik Bozukluğu Hakkında Nitel Bir Çalışma	
Yazar: Gülsüm Nilay KARAŞAHİN	
Danışman: Doç. Dr. Aydın AKTAY	
Sayfa Sayısı: v (ön kısım) + 142 (ana kısım) + 15 (ek)	
Kabul Tarihi: 18/09/2025	
Bu çalışma, toplumsal cinsiyet eşitsizliği bağlamında “Başka Türlü Adlandırılmayan” (BTA) türü yeme bozukluğu ile Beden Dismorfik Bozukluğu (BDB) hakkında sosyolojik bir çalışma olarak tasarlanmıştır ve irdelenmiştir. Her iki bozukluk bünyesindeki ilişki çalışmanın genel çerçevesi olarak belirleyici olmuştur. Bilhassa kadınların ve bedenlerinin toplumsal düzlemde idealleştirilmesi ve interaktif alanlar aracılığı ile metalaştırılmasına değinilmiştir. Bununla birlikte oluşan beden algıları kişilerin sosyolojik ve psikolojik durumları noktasında hayat standartları üzerindeki etkiler çalışmanın temellendirmesini oluşturmaktadır. Bu kapsamda çalışmada, kişilerin yeme tutumları ve bedenleri ile kurdukları algısal ilişkileri nasıl yapılandırdıkları; bu yapılanmanın toplumsal cinsiyet rolleri ve kültürel kodlar aracılığıyla oluşan tahakkümler ile nasıl bir bağ kurdukları sorgulanmıştır. Araştırma kapsamında nitel araştırma yöntemlerinden yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler kullanılmış, görüşmeler içerik analizi yöntemiyle irdelenmiş ve bulguların sonuçları bu kapsamda yorumlanmıştır. Çalışmanın kuramsal çerçevesi olarak postmodern feminizm tercih edilmiş ve Goffman, Bourdieu, Baudrillard gibi birçok teorisyenden faydalanılmış, karşıt görüşler ve paralel görüşlere ek kişisel yorumlar ile çalışma harmanlanmıştır. Bulgular, toplumsal cinsiyet temelinde oluşum göstermiş olan sosyal kontrollerin kişilerin bedenlerini kontrol etme, buna göre şekillendirme ve algılama ve denetleme biçimlerinde etkin olduğunu ortaya koymaktadır. Bu araştırmanın sonucunda, yeme tutumlarındaki ve beden algısı bozukluklarındaki etkinin sadece kişisel olarak değil aynı zamanda toplumsal ve kültürel saiklerle yakın bir ilişki içinde olduğu sonucuna varılmıştır.	
Anahtar Kelimeler: Toplumsal cinsiyet, Yeme bozukluğu, Beden dismorfik bozukluğu, Güzellik normları, Postmodern feminizm	

ABSTRACT	
Title of Thesis: A Qualitative Study on Other Specified Feeding or Eating Disorder (OSFED) and Body Dysmorphic Disorder (BDD) in the Context of Gender Inequality	
Author of Thesis: Gülsüm Nilay KARAŞAHİN	
Supervisor: Prof. Dr. Aydın AKTAY	
Accepted Date: 18/09/2025	Number of Pages: v (pre text) + 142 (main body) + 15 (add)
This study is designed and examined as a sociological investigation into “Other Specified Feeding or Eating Disorder” (OSFED) and Body Dysmorphic Disorder (BDD) within the context of gender inequality. The interrelation between these two disorders has been a defining framework for the overall scope of the research. Particular emphasis is placed on the idealization and commodification of women's bodies in the social sphere through interactive platforms. The study is grounded in the notion that emerging body perceptions significantly affect individuals' sociological and psychological conditions, ultimately influencing their quality of life. Within this framework, the study explores how individuals construct their perceptual relationships with their eating behaviors and bodies, and how these constructions are shaped by dominations rooted in gender roles and cultural codes. The research employs qualitative methodology, using semi-structured in-depth interviews, which were analyzed through content analysis. The theoretical framework is based on postmodern feminism and draws on the works of theorists such as Goffman, Bourdieu, and Baudrillard. The analysis integrates both opposing and parallel perspectives, enriched by personal interpretations. The findings reveal that social controls, formed fundamentally around gender, play an active role in how individuals manage, shape, perceive, and monitor their bodies. The study concludes that the effects underlying disordered eating behaviors and distorted body image are not only personal but also deeply intertwined with societal and cultural dynamics.	
Keywords: Gender inequality, Eating disorder, Body dysmorphic disorder, Beauty norms, Postmodern feminism	

GİRİŞ

Yeni dünya düzeninde beden, sadece biyolojik ve fizyolojik bir varlık olmanın çok ötesinde toplumsal, kültürel ve siyasi temelde bir temsiliyet mekanına dönüşmüştür. Bilhassa kadın ve kadın bedeni üzerinden yeni medya, moda endüstrisi ve popüler kültür kapsamında tek tip bir beden algısı, kişilerin bu yaptırım ve denetim içeren bu ideal beden düsturlarına uyum sağlamaları talep edilmektedir. Bu talep, bireylerin beden algılarında etkili bir kolektif şiddet yaratmaktadır. Bunun yanı sıra bireylerin yeme tutumlarını ve benlik imajları üretimini sağlamakta ve bu üretimin bir sonucu olarak özsaygılarını yaralamaktadır. Bu kapsamda, “Başka Türü Adlandırılmayan” (BTA) türü yeme bozukluğu ve beden dismorfik bozukluğu, toplumsal cinsiyet ve bu kavramsallaştırma üzerinden yaratımı sağlanan eşitsizliklerle birlikte sadece bireysel açıdan değil aynı zamanda toplumsal açıdan da bir anomi halini almıştır.

Araştırmanın Konusu

Bu araştırmanın konusu, toplumsal cinsiyet eşitliğinin eşitsizliğe dönüşümündeki toplumun büyük bir kesiminde yaygın olarak seyreden BTA türü yeme bozukluğu ve BDB ekseninde sosyolojik bir bakış açısıyla günümüzdeki kolektif yansımaları ele almaktır. Bu yansımaların sebepleri ve alt sebeplerini derinlemesine inceleyerek çalışmanın konusunu genişletmek elzem olmaktadır. Konu kapsamında yürütülen çalışma daha çok psikoloji ve beslenme sağlığı alanlarında ele alınmış ancak sosyoloji noktasında yeterli alan yazın portföyü oluşturulmamıştır. Bu açıdan çalışmanın konusu literatür kapsamında ve amacı bağlamında katkı sunması noktasında önem arz etmektedir.

Coğrafi temellere dayanan kültürel yapı, interaktif alanlarda üreyen sosyal medyanın iletileri ve algı etkisi, toplumsal cinsiyete dayalı kural dizgileri bireylerin bedenleri ile arasındaki ilişkileri yönlendirme noktasında önemli bir habitata dönüşmüştür. Kişilerin kendilerini algılama noktasındaki bütünlüğün oluşumunda vazgeçilmez birer unsur olmuşlardır. Özellikle estetik sektöründe oluşan popüler ağ interaktif alanların pazar yerlerine dönüşerek sürekli bir değişim ve değişimin bir aynılaşıma doğurmasına sebep olmuştur. Bu bağlamda jenerasyonlar kolektif bir değişime maruz kalmanın içerisine düşmüşlerdir. Bu sebepler ışığında çalışmanın konusu sadece ruh ve beden sağlığı alanını değil bilhassa sosyal olguların ruh ve beden üzerindeki oluşumlarına olan etkileri irdelemektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin BTA ve BDB üzerindeki etkilerini sosyolojik ve postmodern feminist kuram ve besleyici teorisyenlerin görüşleri ile birlikte değerlendirmek ve temel kolektif sorunu aydınlatmaktır. Çalışmada nitel araştırma yöntemi tercih edilmiş; yarı yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla bireylerin deneyimleri derinlemesine analiz edilmiştir. Araştırmanın kuramsal temeli, postmodern feminizm ile şekillendirilmiş ve birçok farklı görüşe yer verilmiştir. Bu açıdan çalışma, aynı zamanda bir tartışma metni haline gelmiştir. Bu yönüyle literature olan kazanımın besleyici olması ikincil düzeyde amaçlanmıştır.

Çalışmanın yegâne amaçlarından ilki BTA ve BDB teşhisli kişilerin sosyal ortamlarda kendilerini algılama biçimlerini çözümlemeye dayanmaktadır. Bunun yanı sıra teşhis yüzdesini artıran sosyolojik etkenlerin tespit edilmesi ve bireysel kimlik inşalarının sosyal koşullanmalarla ortaya çıktığının gösterilmesi amaçlanmıştır. Kişilerin bilhassa toplumsal cinsiyet rolleri üzerinden inşa ettikleri beden algıları ve bu algılardan doğan yeme tutumlarının sosyal ve ruhsal kimliklerine nasıl aktarıldığı noktasını anlamak ve aktarmak bir diğer amacı oluşturmaktadır. Bu açıdan, sosyal kontrollerin güzellik algısı üzerinde yapılanan idealist söylemlerin BTA ve BDB üzerindeki etkiler kapsamında mülakat yoluyla kişilerin deneyimleri üzerinden analiz edilmiştir.

Araştırmanın Önemi

Bu çalışmanın önemi, BTA ve BDB türü bozuklukların sadece bireysel bir sorun olmadığını bu kapsamda toplumsal, kültürel ve cinsiyet rolleri üzerinden temellenen sorunsallar olduğunu ve bu olma halinin sosyolojik birer olgu ve vakaya dönüştüğünün belirgin hatlarla gösterilmesi olduğu söylenebilir. Sosyoloji kapsamında yapılan değerlendirmeler literatüre katkı sağlayacak ve bireyler üzerinden politik bir zeminde şekillenen dinamiklerin duyarlı bir ses olacağına ve yeniden bir kolektif sorgulama süreci başlatacağı açısından buna bir temel oluşturmak hedeflenmiştir.

Bu meyanda çalışma, sağlık sektöründe bireylerin metalaşarak bir pazar alanına dönüşmesine de vurgu yapmaktadır. Bu sebeptendir ki kişilerin toplumsal rollerinin dışında, yaşam dinamiklerine dahil ettikleri özellikle sağlık sektöründe yaşanan rant eşiklerindeki sarsıntılara da dikkat çekilmektedir. Bu sarsıntıların bireylerin topluma olan aidiyetlerinde yaşadıkları anomik durumları da özellikle katılımcı yanıtlarından

anlaşılacağı üzere algılama biçimlerinin önemli düzeyde hasar aldığına dikkat çekmektedir. Kültür endüstrisinin kişisel algılar düzeyinde tartışılmaz bir etkisinin olması, sosyal medya ve benzeri tüm araçlarla geniş bir alanı işgal ediyor olması ve kişilerin birbirlerine benzemek için hasarlı algılarla rekabet etmesi bir nevi insan üzerinden yaratımı sağlanmış bir kapitalizmi açıklamaktadır. Kapitalizmin yarattığı homo sapiens artık tek başına bir bütün değil birçok bütünün küçük ve değersiz parçalarına dönüşmüştür. Tüm bu sebeplerin ışığında son olarak çalışmanın önemi, teorik kapsamda postmodern feminizmi çerçeveyerek toplumsal olayların kişilerin birer kara deliği haline geldiğini keskin çizgilerle açıklamaktadır.

Araştırma sürecinde, katılımcılara ulaşma ve görüşme ortamlarını sağlama aşamalarında özellikle de konuyu zenginleştirmesi açısından erkek katılımcılara ulaşabilme noktasında çeşitli sınırlılıklar ve zorluklar yaşanmıştır. Ancak bu sınırlılıklar ve zorluklar, elde edilen verilerin geçerliliğine zarar verecek düzeyde olmamıştır. Çalışma; kuramsal ve kavramsal arka plan, tartışma, metodoloji, bulgular ve bulguların yorumlanması, sonuç ve öneriler bölümlerinden oluşmakta; kişisel beden deneyimlerinin ve yeme tutumlarının kolektif olarak nasıl anlam kazandığını ortaya koymayı hedeflemektedir.

Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışmanın yöntemi nitel araştırma yöntemi kapsamında içerik analizi tekniğine tabi tutulmuştur. Çalışma kendi kapsam ve teorisi çerçevesinde yöntem ve teknik açıdan uygun bir zemin oluşturmaktadır. Ancak çalışmanın içeriğini anlayabilmek ve anlatabilmek için nitel uygulamaların arka planına bakmak, açıklamak, tercih edilen tekniğin teori ve konu bağlamındaki uyumlarını gösterebilmek gerekmektedir.

Sosyoloji diğer sosyal bilimlere nazaran genç bir bilim dalı olarak karşımıza çıksa da kısa sürecine rağmen birçok bilim dalını kapsayıcı bir nitelik taşımaktadır. Bu yönüyle sosyolojik bir çalışmak yapmak birçok diğer dalı bir kök haline getirebilmekten geçmektedir. Araştırma yöntemleri, teorileri, teknikleri ve süreçleri kapsamında nitel ve nicel ana başlıklarında olmak üzere birçok veriyi sağlıklı bir biçimde elde edebilmemizi sağlayan bir bilim dalıdır. Verileri elde edebilmek için birçok farklı yöntem ve teknik geliştirilmiş olsa da öncelikli olan sosyolojik perspektif ve sosyolojik düşünebilme kazanımıdır. Bu açıdan oldukça besleyici nitel veriler araştırmacıların perspektif noktasındaki doyumuna katkıda bulunmaktadır.

Esasen bu sebeplerle artık birçok araştırmacı sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemlerini tercih etmekte ve bu noktadaki yönelim artmaktadır. Artık sosyal bilimlerde araştırmaların amacı, toplumsal sorunların yeni modern dönüşümler noktasında değerlendirmeleri olduğundan nitel araştırma tasarımları amacı karşılayan nitelikler taşımaktadır. Çünkü nitel araştırmalar hem araştırmacıya hem okuyucuya katkı sunarken hem de alan yazında yenilenebilir kaynak yaratımı sağlamaktadır. Buradaki temel mesele, sosyal olguların bakış açıları kapsamında genişletici ve geliştirici rol oynamasıdır. Bu kapsamda sosyal bilimler, bilhassa sosyoloji, psikoloji, felsefe ve benzeri, nitel araştırma yöntemlerini tercih ederek yöntemlerin gelişmesi noktasında da katkılar sunmuşlardır. Bu disiplinlerin ortak amacı, bireylerin davranış biçimlerinin toplumsal alanlardaki yansımalarını geniş bir perspektiften anlamaya çalışmaktır. Bu sebeple de nitel araştırma yöntemleri yine amaca hizmet eden bir altyapıyı karşılayıcı konuma sahiptir¹.

Sosyolojik araştırma, yapılan çalışmalar kapsamında çalışmanın konusunu belirlemede, çalışmaya araç olacak nesnelerin seçilmesinde, çalışmanın tüm fonksiyonel yönlerini bir tasarım haline dönüştürmede ve bunun sonucunda toplanan verilerin analizini tutarlı bir biçimde yapılmasını sağlama ve genel çerçevelendirmeleri güncellemede oldukça güçlü bir araştırma biçimidir. Keza bu noktada amaç, nicel kapsamda karşımıza gelen verilerin içeriğinden yeni olguları tespit ederek özellikle de silik kalmış veya üzerine düşülmesi gereken kısımların gelişimi için yeni araştırmalar ve betimsel veriler ortaya koymaktır. Bu süreç araştırmacıya toplum içindeki sorunları anlama pratiği kazandırarak araştırma konusu bağlamındaki alan yazın kaynaklarının da gelişmesini ve genişlemesini sağlamaktadır².

Sosyolojik araştırmanın temelinde yer alan kaynak kuşkusuz sosyal bilimlerdir. Bilim, genel çerçevede araştırmacılara araştırma metotları noktasında yol gösteren teorik alanlar sunmakta ve konuları bir çerçeveye oturtmaktadır. Bu bağlamda bilim, araştırmacılara araştırmalara yön vermeleri için ontolojiyi, epistemolojiyi ve bilginin elde edilmesi için yöntemleri işaret ederek birçok varsayım içeren bir belirlenimci konuma sahiptir. Ontoloji ve epistemoloji, çeşitli araştırma kurgusunun hazırlanması için tercih edilen metodu ve araçlarını belirleme noktasında yol göstericidir. Ontoloji ve epistemoloji

¹ Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Akademik ve Mesleki Yayınlar.

² Suveren, Y. (2022). *Sosyolojik Araştırma Pratiği Temel Konu ve Sorunlar*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

araştırma ve araştırmacıyla tutarlı bir duruş sergilediğinde, araştırmacının kurgusallığını ve hatlarını da hazırlamaya yardımcı olmaktadır. Ez cümle ile metodoloji bir araştırmacının ve içerisinde bulunduğu sürecin epistemoloji ve ontoloji kapsamında ilkeselleşmiş bir pratiğin yansıtıcı yüzüdür³.

Nitel araştırmalarda araştırmacının bir teorik çerçeveye oturmuş olması en önemli hususlardan bir tanesidir. Araştırma konusu ve teori arasındaki uyum, araştırma sonuca ulaştığında tutarlı bir nitel veri seti ortaya koymaktadır. Bu noktada araştırmacının çalışacağı konuyu önce hangi teorik perspektiften çalışması gerektiğini, konu, sorun, alt ve temel problemlerin teori ile paralel olup olmadığını tespit etmesi gerekmektedir.

Bu çalışmada, teorik çerçeve, postmodern feminizm olarak belirlenmiştir. Çalışma kapsamında yöntemin anlaşılabilmesi için temel dayanak olan feminist yaklaşım ve yöntemini temel kaynakları ve duruşu bağlamında açıklamak gerekmektedir. Bu açıklama bağlam gereği epistemolojik ve ontolojik temellere dayanmaktadır.

Feminist teori ile çerçevelenmiş olan feminist yöntemlerin epistemiği, eleştirel yaklaşım ve yorumsamacı yaklaşımla paralel bir çizgide konumlanır. Gündelik hayat pratiklerinin yorumlanması ve bu pratiklerin yarattığı algılardan doğan bilgiler ve deneyimler kadınları anlama ve yorumlama üzerine kurulu bir yapı oluşturmaktadır.

Feminist teori, temelde, araştırmacının bakış açısı ve kadınlar noktasında edinilmiş bilgileri anlama ve algılama çabasını önemli bulur. Bu noktada araştırmacının bakış açısı kadınları anlama üzerinden birincil bir veri kaynağı olarak belirlemektedir. Yöntemin ilkesel duruşu, denetleyici ve otoriter ve yanlı bir dilsel yapılanmayı ret ederek toplum içindeki kadın bireyi empatik bir biçimde anlama çabasında olmasıdır. Bu sebeple de araştırmacının duruşu ve empatik yönelimi araştırma için oldukça önem teşkil etmektedir. Feminist araştırmacılar, sosyal olguların gerçeklik bilgisine detaylı ve geçerli bir şekilde ulaşılması gerektiğini savunur. Onlar, sosyal araştırma çalışmalarında kadın ve toplumsal cinsiyet rollerinin bir veri seti aracı olarak algılanmasını değil teorize edilmiş bir kategori olarak konumlanmasına dikkat etmektedirler. Bu sebeple feminist teori ve yöntem geleneksel ve ampirik veriye dayalı bir yaklaşımı değil bireyleri anlamaya dayalı ve odak noktasını buraya bağlayan bir özellik taşımaktadırlar.

³ Suveren, Y. (2022). *Sosyolojik Araştırma Pratiği Temel Konu ve Sorunlar*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Bu bağlamda feminist araştırmacılar araştırmaya temel olan sorunun ve bu soruna yüklenen anlamın bilginin gerçekliğinden ayrılmaz bir parça olduğunu düşünmektedirler. Onlar, bu sorunların temelinde sadece nicel bir biçimde nedenler, faktörler ve ortaya çıkan kategorik sonuçların değil anlamların, özgüllüğün ve algıların da temele dahil olduğunu savunmaktadırlar.

Sürecin devamında ise gündelik deneyimlerin göz önünde bulundurulmasına ve bu sebeple de nitel yöntemlerin tercih edilmesinde dikkat ederler. Özellikle de bu deneyimleri ve algıları anlamak ve tespit edebilmek için derinlemesine görüşmelerden faydalanmaktadırlar. Bunun temel sebeplerinden bir tanesi feminist yöntem ve teorinin kavramsal açıdan yeniden değerlendirilebilirliği savunmasıdır. Bu sebeple konu bağlamındaki toplumsal cinsiyet temellendirmesi ve bu kavramsallaştırmanın bu çalışmadan kültürel bir inşa sürecine tabi olduğunun ve çalışmanın diğer kısımlardaki yansımalarının açıklanmaya çalışılması kısmı bu çerçevede net bir uyum sergilemektedir. Feminist teori ve yöntemin bir diğer vurgusu her ne kadar kadın yanlılığı noktasına dayansa da temelde postmodern feminizm ile çalışmada ilerleniyor olmasından kaynaklı asıl amaç, kadınları bir kota veya kategoriye dönüşmeden kadın bilgisine ulaşma çabasıdır. Keza feminist yöntem ve teori de bunu vurgular ancak çalışmalar içerisindeki pratik duruşunun yanlı olduğunu inkâr etmek anlamsız olacaktır. Bu açıdan çalışma temel teoriye ve postmodern feminist teorinin temellerine uygunluk göstermektedir.

Ek olarak, feminist yönteminin ve dallarının temelden reddettiği mesele, bilimin eril bir söylem ve otoriter bir duruşu olmasıdır. Bu anlamda teori, bilimin inşa ettiği eril dili , otoriter duruşu ve denetleme mekaniğini ret etmektedir. Bu sebeple feminist araştırmacılar, katılımcıları kontrol etme ve yönlendirme, başka bir ifade ile denetim altında tutmayı ve bunu sağlayacak yöntemleri dışlamaktadırlar.

Katılımcı ve araştırmacı arasındaki empatik değer sistemine önem vermektedirler. Bu yüzden de feminist yaklaşım ve araştırmacılar geleneksel araştırma yöntemlerinin hiyerarşik olduğuna dikkat çekmektedirler. Bu hiyerarşinin paradoksal bir görüntü oluşturduğu ve sağlıklı veri sağlamadığı noktasında hemfikirdirler. Çünkü nitel yöntemler hem katılımcıların hem de araştırmacının esnek bir biçimde kendilerini ifade edebildikleri doğal ve denetimsiz bir alan sunmaktadırlar. Feminist araştırmacılar tercih dinamiklerini bu yönde açıklamayı uygun bulmaktadırlar. Keza bu çalışmada da hazırlanan sorular

katılımcıları denetlemeyen, düşündüren, sorgulayan ve anlayan bir temel üzerine yerleştirilmiştir. Bu açıdan da teori ve yöntem noktasında çalışma uyum içerisindedir⁴.

Bu çalışmada fenomenolojik yaklaşımın tercih edilmesinin temel sebebi, toplumsal cinsiyet eşitsizliği bağlamında BTA (Başka Türü Adlandırılmayan) türü yeme bozukluğu ve Beden Dismorfik Bozukluğu (BDB) gibi olguların bireylerin öznel deneyimlerine dayalı olarak anlaşılabilmesidir.

Fenomenoloji, bireylerin gündelik hayatlarını, algılama biçimlerini ve bu algıların toplumsal bağlamda kazandığı anlamları görünür kılmaya odaklanmaktadır⁵. Bu meyanda, çalışmada ele alınan beden algısı, sosyal kontroller ve kültürel pratiklerin etkisiyle inşa edilen bir olgu betimlenir ve aynı zamanda bireylerin gündelik hayat deneyimlerinin nasıl şekillendiği de anlaşılmaya çalışılır.

Fenomenolojik yaklaşım, bireylerin bedenleriyle kurdukları ilişkiyi kendi anlam dünyaları içerisinde ortaya koyabilmesi olarak da karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda, yeme bozuklukları ya da beden dismorfik bozukluğu yaşayan bireyler, çoğu zaman yalnızca tıbbi tanılar ve kategorileri üzerinden değil, aynı zamanda toplumsal ilişkiler, medya söylemleri, aile dinamikleri ve kültürel kodlar bağlamında da anlamlandırılmaktadır⁶. Bu nedenle fenomenoloji, bedenin yalnızca biyolojik bir nesne olmadığını, onun toplumsal, kültürel ve psikolojik bir özneleşme sürecinin taşıyıcısı olduğunu göstermeye olanak sağlamaktadır.

Ayrıca fenomenoloji, bireyin deneyimlerini indirgmeden ve normatif yargılarla sınırlamadan araştırmacıya aktarma fırsatı sunar⁷. Bu yaklaşım sayesinde çalışma, bireylerin yaşadığı toplumsal baskıların ve kültürel normların onların beden algıları üzerinde nasıl şekillendirici bir rol oynadığını, kendi öznel anlatıları aracılığıyla ortaya çıkarabilmektedir. Böylelikle, feminist teori, sosyal inşacılık ve fenomenolojik araştırma yöntemi bir araya geldiğinde sahadan elde edilen verilerle daha güçlü bir bağ kurma imkânı ortaya çıkmaktadır.

Sonuç olarak fenomenolojik yaklaşım, bu çalışmanın temel sorunsalı olan beden, yeme bozuklukları, toplumsal cinsiyet ve kültürel normlar arasındaki ilişkiyi anlamada en

⁴ Kümbetoğlu, B. (2019). *Sosyolojide ve Antropolojide Niteliksel Yöntem ve Araştırma*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.

⁵ Husserl, E. (2010). *Fenomenoloji Üzerine Beş Ders*. Ankara: Bilgesu Yayıncılık.

⁶ Schutz, A. (1970). *On Phenomenology and Social Relations*. . Chicago: University of Chicago Press.

⁷ Flowers, P., Larkin, M., & Smith, J. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. London: Sage.

uygun yöntemsel çerçeveyi sunmaktadır. Çünkü fenomenoloji, sadece bireylerin deneyimlerini betimlemez aynı zamanda bu deneyimlerin altında yatan toplumsal, kültürel ve psikolojik mekanizmaları da görünür kılmaktadır⁸.

Fenomenoloji, nitel araştırma yöntemleri içinde katılımcıların öznel deneyimlerini ve bu deneyimlere yükledikleri anlamları doğrudan açığa çıkarmaya odaklandığı için diğer yöntemlere kıyasla daha esnek bir yapıya sahiptir. Örneğin, kökenlenen kuram (grounded theory), verilerden sistematik biçimde soyutlamalar yaparak yeni bir kuram geliştirmeyi amaçlar⁹. Ancak bu araştırmada asıl hedef yeni bir kuram kurmak değil; bireylerin beden algısı ve toplumsal cinsiyet bağlamında deneyimlerine yükledikleri anlamları derinlemesine incelemektir. Bu nedenle grounded theory, araştırmanın amacına tam olarak uygun değildir.

Benzer şekilde etnografi, belirli bir topluluğun kültürel pratiklerini uzun süreli saha çalışmaları ve katılımcı gözlemler yoluyla incelemeye dayanır¹⁰. Oysa bu tezde amaç, geniş bir kültürel grubun yaşam biçimlerini bütünüyle ortaya koymak değil; beden algısı ve toplumsal cinsiyet eşitsizliği bağlamında bireysel deneyimleri anlamlandırmaktır. Bu nedenle fenomenoloji, etnografiye kıyasla daha uygun bir çerçeve sunmaktadır.

Vaka çalışması (case study) yöntemi ise yoğunlukla belirli bir kişi, olay ya da kurum üzerinde yoğunlaşarak ayrıntılı analizler üretir¹¹. Ancak bu araştırmada amaç tekil vakalar üzerinden genellemeler yapmak değil; farklı katılımcıların deneyimlerinden yola çıkarak ortak temaları fenomenolojik betimleme ile açığa çıkarmaktır. Dolayısıyla fenomenoloji, vaka çalışmasına kıyasla araştırmanın amacına daha uygun bir yöntemdir. Sonuç olarak fenomenolojik yaklaşım, katılımcıların bireysel deneyimlerini toplumsal bağlamıyla ilişkilendirerek çözümleme imkânı tanır. Bu özelliği ile hem feminist teori hem de sosyal inşacılık bakış açısıyla uyumlu bir metodolojik zemin sağlamaktadır.

⁸ Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Akademik ve Mesleki Yayınlar.

⁹ Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Akademik ve Mesleki Yayınlar.

¹⁰ Neuman, W. (2016). *Toplumsal Araştırma Yöntemleri: Nitel ve Nicel Yaklaşımlar*. Ankara: Yayınodası.

¹¹ Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2017). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayıncılık.

1. BÖLÜM: KURAMSAL VE KAVRAMSAL ARKA PLAN

Bir çalışmanın öncelikli hedefi anlaşılabilir olmasından geçmektedir. Bu sebeple, bir çalışmayı anlayabilmenin altın kuralı, o çalışmanın kuramsal ve kavramsal arka planını anlamaktan geçer. Bahsi geçen anahtar kavramların anlatılması çalışmanın anlaşılması için yeterli değildir. Çalışmanın anlamlandırılabilmesi için kuramsal ve kavramsal arka planı iyi aktarmak ve anlamlandırılabilir kılmak gerekmektedir.

Çalışmanın konusu ve kapsamıyla uyumlu kavramsal ve kuramsal arka plan aşağıda başlıklarda detaylı bir biçimde tartışılacaktır.

1.1. Toplumsal Cinsiyetin İnşası

Toplumsal cinsiyetin inşası kuşkusuz cinsiyet kavramının temellendirmesinden geçer. Cinsiyet kavramı daha önce iki cins düzeyinde temellendirilirken sonraları cinsiyetin tercih edilebilir olması fikri ile yaygınlaşmıştır.

Bu fikir, toplumsal düzlemde modern dünyanın popüler bir yansıması olarak nitelendirilmektedir. Biyolojik temellendirmelerle birçok kez açıklanmaya çalışılmıştır. Ancak konu ile ilgili görüş ayrılıkları son bulmamıştır.

Toplumsal cinsiyetin her ülkenin kendi kültürü içerisinde farklı biçimlerde ortaya çıkmasına modern dünya izin vermemiştir. Kavramsallaştırmanın oluşumunda, toplumun yapı taşı olan cinsiyet tartışmaları üzerinden evrensel biçimlerde kullanılmıştır. Bunun bir sonucu olarak toplumsal cinsiyet, cinsiyet tercihleri üzerinden yapılanan bir kavram bütünü olarak karşımıza çıkmaktadır.

Toplumsal tabandaki cinsi ayrılıkların eşitlik ve haklar kapsamında değerlendirilmesi kavramın inşasında ve yayılımında ikinci derecelerden nitelendirilmiştir. Modern hayatın bir getirisi olarak kültür endüstrisi gelişen teknoloji ile birlikte kendisine cinslerin ayrılığı pazarında geniş bir alan bulmuştur.

Unisex biçiminin bir yansıması olan yeni dünya, kadın ve erkek arasındaki birçok ihtilaflı konuyu sarsıcı bir ayrıntıya dönüştürmüştür. Genel cinsiyet ayrımcılığı sistemi birçok kültürde erkek egemen bir yapıdan beslenmesi sebebiyle bu ayrıntının sonuçları başarılı olmuştur.

Bu bağlamda oluşturulan alt başlıklarda cinsiyetin inşası ve toplumsal cinsiyetin gün yüzüne çıkması tarihsel ve sosyolojik bir biçimde incelenerek aktarılacaktır.

1.1.1. Cinsiyetin Kavramsal Çerçevesi

Cinsiyet kavramı, kadın ve erkeğin biyolojik özelliklerine dayanarak inşa edilmiş bir kavramsallaştırmadır. Toplumsal cinsiyet kavramı ise yaşanan toplumun kültürü, buna bağlı olan gelenekleri, siyasi yönetim şekli gibi şartlara bağlı olarak değişken bir kavrama karşılık gelmektedir.¹² “Toplumsal cinsiyet, kadınlar ile erkekler arasındaki farklılıkların toplumsal düzlemde kurulmuş yönlerine dikkat çekmektedir” (Marshall, 1999, akt.Saraç, 2013; syf.27).

Cinsiyet TDK’da kavramsal olarak kadın ve erkek rolleri üzerinden açıklanmaktadır. Biyolojik temellere dayandırılan bu tanımlama, açıkça biyolojik, fizyolojik ve genetik aktarımlar ile birlikte insan bedeninin şekillendiğini ve bunun cinsiyet mefhumunu oluşturduğunu dile getirmektedir. Tam manasıyla TDK cinsiyet kavramını “Bireye, üreme işinde ayrı bir rol veren ve erkekle dişiği ayırt ettiren yaradılış özelliği; eşey, cinslik, seks” olarak ifade etmektedir. Oysa cinsiyet, biyolojik bağlamda görsel bir çerçeveye bu tanımlama ile sıkıştırılmış olur. Cinsiyet, tek başına görsel bir çerçevede inşa edilen bir kimlik çeşidi değil kompleks bir biçimde üretilmeye maruz kalmış bir kimlik profilidir.

TDK ikinci bir anlam açıklamasında daha bulunur. Bu açıklama erillik, dişillik veya tarafsızlık olarak nitelenmektedir. Erillik ve dişillik rolleri net bir nitelemeyi ifade ederken tarafsızlık ifadesi eğreti durmaktadır ve muğlaktır. Açıklama başlığı dil bilgisi kapsamında belirtilmiş ancak tarafsızlık kavramına net bir sıfat yüklenmemiştir. Cinsiyetin seçilebilir olmasına değil eşitlikçi olmasına vurgu yapılması cinsiyet üzerindeki tahakkümün ifade edilmesinde açık bir ispat niteliği taşımaktadır.

Bireyler, aile yaşantısını temel almak üzere cinsiyet rolleri üzerinden kimliklerini inşa ettikleri süreçlerden geçerler. Bu süreçler içerisinde sosyal kontrol mekanizmaları çocukluk çağında yönelim ve seçim şansını ortadan kaldırmaktadır. Yönelim ve seçim ile demek istenilen, çocukluk çağında aile başta olmak üzere denetim ve kontrol mekanizmalarının kendilerine sadece mavi ve pembe renklerini keskin bir yargı ile seçmesinden ileri gelir. Cinsiyet eski dönemlerde, annenin içgüdüsel hissiyatına veya bilinmezlik kaygısı ile sarı renge devredilmiştir.

¹² Saraç, S. (2013). Toplumsal Cinsiyet. G. Aras, U. Belek, Ş. Erdem Tuzlukaya, C. Ertung, L. Gültekin, G. Güneş, . . . P. Yıldırım içinde, *Toplumsal Cinsiyet ve Yansımaları* (s. 27-31). Ankara: Atılım Üniversitesi Yayınları.

Cinsiyet ve eşitlik kavramlarının yan yana duruşu onların sadece temel hak ve hürriyetler üzerinden eşit olmalarını ifade etmenin ötesine geçememektedir. Cinsiyet kavramı üzerinden çok küçük yaşlarda başlatılan seçim hakkının önüne geçilmesi, geleneksel aile modern aile fark etmeksizin tüm ailelerin seçim hakkına karşı endişe duyması, kültürel bir temsili yansımasıdır. Cinsiyet, bu bağlamda açıklanacak olursa biyolojik, fizyolojik ve sosyolojik olarak seçim hakkına sahip olmadığımız, zorunlu kalınan ancak üretilebilir olması sebebiyle metalaşan bir çerçeveye dönüşmektedir.

Bu kapsamda, küresel çapta toplumsal cinsiyet kavramının ve onun eşlikçisi olan toplumsal cinsiyet eşitliğinin tam anlamıyla temellendirilmesi gerekmektedir. Cinsiyet, toplum tarafından üretilen bir kavramsallaştırma olduğuna göre toplumsal cinsiyet mefhumunun ortaya çıkması kaçınılmaz olmuştur. Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet arasında derin bağlar bulunmadığı iddiası ancak yersiz bir iddia olarak nitelenebilir. Her ikisi de sadece bireyin değil toplumun da fizyolojisinden doğmuş kavramlardır.

Toplum fizyolojisi dediğimiz kuşkusuz kültürdür. Bireylerin inşa süreçlerinde bir araya gelerek oluşturdukları topluluklar ölçeklerine göre sıralanmaktadır. Ölçekleri fark etmeksizin topluluklar, ortak bir kültürden, inanıştan veya inanmayıştan, en önemlisi de bir kurallar bütününden beslenerek vücut bulmaktadırlar. Toplumsal beden, bireysel bedene temas ederek kendi metaforik cinsini ve uzuvlarını oluşturur. Başka bir ifade ile toplumsal beden, kültürünü ve kurallarını üreterek bireye sirayet etmektedir.

Cinsiyetin biyolojik bir yapının yanında toplumsal bir ürün olduğu da açıktır. Kavram çerçevesi biyolojik bir doğuş ile gerçekleşirken, kavramın delillendirilmesi topluma bırakılmaktadır. Bu sebeple cinsiyet kavramı, rölativist bir yaklaşımla incelenen ancak rölativist bir yapı içinde olmasına izin verilmeyen bir kavram olarak varlığını sürdürmektedir.

1.1.2. Toplumsal Cinsiyetin Tarihsel ve Kavramsal Arka Planı

Toplumsal konumumuz aynı zamanda toplumun bize biçtiği rolleri ifade eder. Cinsiyet de bu rollerin en önemli parçasıdır. Sadece örfi hukuk kuralları gereği değil yazılı hukuk kuralları gereği de belirleyici konumdadır.

Toplum, kadın isek anne olmamızı, erkek isek asker olmamızı bekler. Ancak biraz derinlere indiğimizde, toplumsal cinsiyet eşitliğinin olmadığı bir yerde toplum, kadından av olmasını erkekten avcı olmasını beklemektedir. Güç ilişkileri üzerinden düzenlenen bu

yargılar, av ve avcılığın beklentisi ile yetinmez, kadına av olmayı erkeğe avcı olmayı öğretir, destekler ve ısrarla işaret eder. Bu sebeple, toplumsal roller toplumsal cinsiyet eşitliği kapsamında inşa edilememektedir.

Burada toplumsal cinsiyet eşitliğinin eşitsizlik biçimini besleyen en temel dinamik, cinsiyet ayrımcılığıdır. Kadınların erkeğe atfedilen özellikle iş ve meslek gruplarında çalışıyor olması istisna niteliği yüklenerek yok sayılmaktadır. Uygunluk ve uygunsuzluk, ayrımcılık temelinde sosyal, kültürel ve politik düzlemlerde karar mercii olarak çalışmaktadır.

Toplumsal cinsiyet kavramsallaştırması ülkemizde 1990'lı yıllarda kendisine yer edinmiştir. Türkçe karşılığında açıklaması, toplumsallaşma davranışı ile edindiğimiz başka bir ifade ile deneyimle edindiğimiz cinsiyet anlamına denk düşmektedir. Ülkemizde kabulü zor, kullanılması daha da zor olan toplumsal cinsiyet kavramının anlaşılabilmesi adına birçok çalışma gerçekleştirilmiş olup bu çalışmaların çoğu halen devam etmektedir.

Özellikle 90'lı yıllardan sonra kavramın siyasi bir nitelik kazanması kullanımını daha da zorlaştırmıştır. Kavramsal çerçevede cinsellik üzerinden yaratılan algı, cinsiyet temelinden ayrılmış, teşhirci bir yapıya büründürülmeye çalışılmıştır. Oysa toplumsal cinsiyet kavramı sadece cinsiyetin seçilebilir olmasını içermez. Cinsler arası cinsel yaşıntıyı ya da mahremiyeti ihlal etmez. Toplumsal cinsiyet ve eşitliği her alan için seçme ve seçilme hakkını temsil eder. Ancak, özgürlük ve hak terimi altında yatan başkaca mefhumlara da bakmak gerekmektedir.

Toplumsal cinsiyet ve yanındaki özgürlük kavramsallaştırması, yeni dünya düzeniyle uyumlu çalışmaktadır. Vaat edilen özgürlük adı altındaki prototip bir kimlik dayatmasını besleyici niteliktedir. Feminizm özelinde bakıldığında bu durum, kadınların gerçek sorunları üzerinden özgürleştirici ancak moda endüstrisi ve interaktif ağlar açısından özgürlüğü yanına alıp hapsedici bir kavramsallaştırmaya dönüşür.

Kişilerin her türden seçimini özgürce yapabildiği, fırsat eşitliğinin birincil savunucusu olan bu kavramsallaştırma, modern hayatın interaktif akışına kapıldığında kadın-erkek ve diğer cinsiyetlerin arasındaki sınırları kaldıran ve aynı türden karakterler inşa eden bir piyese dönüşmektedir. Özellikle kadınların, aile içi rollerinde katı bir biçimde sınırlı

tutulmalarındaki eşitsizliğe vurgu yapan kavramsallaştırma, burada bir cinsiyet ayırımının/ayırmıcılığının olmaması gerekliliğini ifade etmektedir¹³.

Buna karşılık Scott, toplumsal cinsiyet kavramının tarihsel bağlamda da incelenmesi gerektiğine ancak bunun özellikle feminizmin akademik çalışmalarının atlanmadan yapılması şartına vurgu yapar. Feministler dahil çoğu kuramcının toplumsal cinsiyeti açıklarken kurgulara ve metaforlara yönelmesi yersizdir. Ona göre, bu yönelim, kavram bağlamını kısırlaştırır. Kavramın tarihsel ve akademik bir çerçevede açıklanabilir olması, kavramın toplumsal düzlemdeki işlevselliğini açıklamaya yardımcı olur. Bunun yanı sıra kolektif algılardaki yerinin belirlenmesi ancak tarihsel determinizm ilkesiyle açıklığa kavuşabilir. Bu kapsamdaki kavram üzerinden yürütülen akademik çalışmaların daha derin bir etki yaratacağını savunur. Fransız ihtilaline katılan kadınların var olması ihtilal hakkındaki fikirlerin değiştirici bir etkisi olamayacağı örneği üzerinden net bir gözlem ortaya koyar¹⁴.

Buna istinaden Türkiye’ye baktığımızda, kadınların kurtuluş savaşına katılmış olması, seçme ve seçilme hakkının tanınmış olması da sosyo-kültürel bağlamda kadına olan, özellikle de aile içi rollerdeki dağılım üzerinden, bakış açısı büyük bir dönüşüme uğramamıştır. Şimdilerde bu dönüşüm de yalnızca dönem şartlarına uygunluk gösteren bir dizi modern normlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Analitik bir biçimde kavramın çalışılması, kavramın siyasallaşmasının önüne geçer. Analitik düzlemde tarih ve diğer sosyal bilimler bir arada çalıştıklarında, toplumsal cinsiyet ideolojik bir duruştan sıyrılmış olmaktadır. Aynı zamanda bu yol, kavramın sadece kadınlar özelinde açıklanması durumunu da ortadan kaldırmaktadır. Kavram asıl işlevselliğine geri döner ve hem kadını hem de erkeği içine alan bir kavramsallaştırma olarak alan yazında yerini almış olur.

Uluslararası düzeyde cinsiyet “gender” kavramı ile ifade edilmektedir. Ancak toplumsal cinsiyet düzleminde diğer cinsiyet eğilimleri açısından “convertible” kavramı alan yazında yer almaya başlamıştır. “Dönüştürülebilir” anlamı içeren kavram daha çok Judith Butler’ın cinsiyetin inşası açıklamalarında yer edinir. Ona göre, cinsiyet dönüştürülebilir

¹³ Ecevit, Y. (2021, Mart). Türkiye’de Katılımcı Demokrasinin Güçlendirilmesi. *Türkiye’de Katılımcı Demokrasinin Güçlendirilmesi: Toplumsal Cinsiyet Eşitliğinin İzlenmesi Projesi Faz II Toplumsal Cinsiyet Eşitliğinin Temel Kavramları Eğitim Materyali*. Ankara, Çankaya, Türkiye: CEİD Cinsiyet Eşitliği İzleme Derneği.

¹⁴Scott, J. W., Demirler, D., & Dinçer, F. (2010). Toplumsal Cinsiyet: Faydalı Bir Tarihsel Analiz Kategorisi. *Kültür ve Siyasette Feminist Yaklaşımlar*, 113-138.

ve homojen bir yapıya sahiptir. Bu sebeple onun vurgu yaptığı cinsiyet tanımlamaları gender kavramından ziyade convertible kavramına denk düşmektedir.

Butler'a göre, cinsiyet performans temelli dinamik bir kavramsallaştırma değildir. Bu sebeple de toplumsal cinsiyet kavramının altında iktidarın ürettiği kimlikler yatmaktadır. Ona göre, bir cinse ait olmak, kişinin her alandaki aidiyet duygusunun iktidar aygıtlarıyla yönetilmiş bir karar içeriyor olmasıdır. Özellikle, kadın cinsinin kategorik olmasını ataerkil düşünce sistemlerinin bir besin kaynağı olarak görmektedir. Kavrama getirdiği bu yön ile Butler, çerçeveye, özü temele alan tek tipleşmeye ve kategorize edilmeye karşı duran sıkışmış bir kimlik anlayışını reddetmiş olmaktadır¹⁵.

Butler'ın cinsiyet anlayışı temel düzeyde, özne ve temsiliyet arasındaki ilişkiye dayanır. Temsiliyet ilişkisi normatif ve eril bir dili benimsemesi nedeniyle özne olabilmeyi gerekli hatta zorunlu kılmaktadır. Bunun sonucunda kadının cinsiyeti ve varlığı kategorize edilmiş olmaktadır¹⁶.

Felsefi temellendirmeden faydalanarak ortaya konan bu sav, Scott karşısında farklı bir anlam kazanır. Scott'un kavramsal iddiaları ve açıklamaları Butler'ın savının yanında oldukça kategorik ve parçalı bir hal almıştır. Ona göre toplumsal cinsiyet kavramı, toplumsal ilişkiler ağının kurucu niteliğindeki köprü görevi gören ana kavramlardan bir tanesidir. Bu sebeple kavram, dört ayrı kategoride inşa edilmelidir. Buna göre ilk kategori, mitlere dayanan kültürel içerikli simgesel bir alanı işaret eder. İkinci kategori ise bu simgesel alanlarda oluşan ve birtakım normatif ifadelerle içerik kazanmış, metaforlarla çevrelenmiş kavramsal olasılıklar bütünüdür. Üçüncüsü ise kavramın tarihsel çerçevede analiz edilirken siyasi söylemler içerisinde alınan referanslarla açıklanması gerekliliğidir. Toplumdaki bu tip kavramsal çerçevelerin ancak iktidar güçlerinin düzenlediği siyasal örgütlenmelerin tarihi temsilleriyle ifade edilebileceğine açıkça olmasa da atıfta bulunur. Son olarak ifade ettiği kategorik ayrım ise öznel kimlik kapsamıdır. Bu kapsamda açıklanmaya çalışılan kavramsallaştırma böylece psikanalizin sularına iner ve orada kültür dinamikleriyle öz kimlik arasındaki ilişkilendirme başlar. Böylece kavram açıklanırken bütünlük arz etmesi sağlanmış olur¹⁷.

¹⁵ Aybakan Saliya, D. (2013, Temmuz 10). Judith Butler ve Postmodern Feminizm. *Yüksek Lisans Tezi*. Bursa, Türkiye: Uludağ Üniversitesi- YÖK Açık Erişim.

¹⁶ Butler, J. (2020). *Cinsiyet Belası*. İstanbul: Metis Yayınları.

¹⁷ Scott, J. W., Demirler, D., & Dinçer, F. (2010). Toplumsal Cinsiyet: Faydalı Bir Tarihsel Analiz Kategorisi. *Kültür ve Siyasette Feminist Yaklaşımlar*, 113-138.

Butler, cinsiyet temelli görüşlerinin dışında toplumsal cinsiyetin çerçevesinin belirlenmesinde de net bir duruş sergiler. Ona göre toplumsal cinsiyet ancak edimsellik üzerinden açıklanabilir. Edimsellik, Butler açısından toplumsal cinsiyet kapsamındaki davranış pratiklerinin fonsiyonelliğine değinmektedir. Bu kapsamda toplumsal cinsiyet mefhumu, homojen bir yapıya sahiptir ve bu yüzden tabii olması beklenemez. Toplumsal cinsiyet, bir kimliğin inşa süreci olduğundan sabit görünümü noktasında yanıltıcıdır. O, bu fenomenolojik yaklaşımdan yola çıkarak toplumsal cinsiyetin sosyal kontrollerin ve onların yarattığı sert mitlerin yönlendirmesiyle oluşan performanslar bütünüdür. Bu da bireyin toplum içerisindeki varoluş ve koşullarını hem etkin kılar hem de tekerrüre düşürmektedir. Söz konusu kavramsallaştırmanın homojen yapısı da buradan beslenmektedir. Bu sebeple cinsiyeti toplumsal cinsiyet kavramsallaştırmasından ayrı düşünmemiz mümkün değildir. Sonuç olarak homojen olan bu kavramsallaştırma, performanslara dayalıdır ve tarihsel çerçeveleri belirleme noktasında etkindir. Butler ın bu bağlamdaki açıklamaları toplumsal cinsiyete olan bakış açısının temellerini oluşturmaktadır¹⁸.

Özellikle Butler'ın açıklamalarında farklı görüşlere yer vermesi önemlidir. Cinsiyet kavramı tartışmalı bir kavramdır ve bu sebeple de söylemlere değinmek önem arz eder. Butler tam da burada Witting'in görüşlerine yer vermeyi tercih etmiştir. Witting, asıl olarak cinsiyetin belirleyici unsurunun dişil kimlikten geldiğini savunmaktadır. Bu dişillik, heteroseksüellik olarak belirlenebilecek üçüncü cinsiyet mefhumunu baskılamaktadır. Böylece, bu baskı unsuru, tüm cinsiyetlere siyasal bir kimlik giydirilmeye çalışılmasına yardımcı olmaktadır. Bu sebeple de Witting, tüm cinsiyet söylemlerini reddetmektedir. Ona göre, sonuç olarak tüm cinsiyetler politiktir ve iktidar güçlerinin merkezidir¹⁹.

Karşıt görüşler noktasında Zeki Bayraktar'ın açıklamaları dikkat çekicidir. Cinsiyet temelinde tercih edilebilirlik noktasını patolojik bir bozukluk olarak belirler. Buna istinaden, cinsiyet tercih edilebilir bir olgu değil tamamen kişi için bir hastalık teşkil ettiğini ifade eder. Buna da “Cinsel Kimlik Bozukluğu-CKB” adını vermektedir. Bayraktar, CKB tanısının bir bütün içerisinde ortaya çıktığına değinir. Tek yönlü bir etkileşim olmadığını savunur. CKB, sadece biyolojik temellendirmelerle saptanamaz. Bu

¹⁸ Butler, J. (2020). *Cinsiyet Belası*. İstanbul: Metis Yayınları.

¹⁹ Butler, J. (2020). *Cinsiyet Belası*. İstanbul: Metis Yayınları.

tanı daha çok psikolojik bozukluklarla saptanabilir. Ez cümle ile cinsel kimliğin bir bozukluğa dönüşmesinde çevre ve onun yarattığı ruhsal sorunların etkili olduğunu savunur. Bunun en temel sebebi erken çocukluk dönemlerinde bireylerin özdeşim yolu ile kimliklerinin inşa süreçlerini başlatmalarıdır. Çocukların sosyalizasyon dönemleri içerisinde akran gruplarında tercih ettikleri oyunlar, aldıkları roller tanının konması noktasında belirleyici karakteristik özellikler arasında yer almaktadır. CKB tanısı alan çocukların teşhis edilmesi çoğu zaman anne- babalarının sahip olduğu psikolojik ve sosyal sorunlarla belirlenmektedir. Çocuk ilk olarak anne-baba ile özdeşim kurduğundan onların cinsel yönelimlerini gözlemlemektedirler. Burada asıl mesele özellikle annenin SKB (sınırdaki kişilik bozukluğu-borderline) tanısı almış olmasıdır. Çocuk, anneyi koruma ya da anneden kaçınma psikolojisi ile cinsel kimliği noktasında bir çatışmaya düşer ve en nihayetinde CKB tanısı alır. Buna dair araştırmaların var olduğunu ve tespit edildiğini Bayraktar, kitabının ilerleyen bölümlerinde değinmektedir. Bu açıdan toplumsal cinsiyete dair bir söylemi olmasa da muhtemel bir sonuç olarak üçüncü bir cinsiyet mefhumunun olmadığını bunun bir hastalık olduğunu iddia eden bilim insanları içerisinde yerini almıştır. Ez cümle ile ona göre cinsiyet, diğerlerinin açıklamalarına karşıt bir konumda homojen bir yapı oluşturmaz. Kesin ve stabildir. Kesin ve stabil olmasının dışındaki her tür yapılanma patolojik olarak ifade edilmektedir²⁰.

Zannımca, toplumsal cinsiyet kavramını tek yönüyle açıklama çabası içerisinde olmak kavramın anlam bütünlüğünü bozar. Farklı kuramların oluşması, feminizm ve diğer akademik yapılar kavramı tüm yönleriyle ele alarak açıklamaktadırlar. Açıklama içerisindeki ihtilaflı konular başka bir kuram veya akademik bir söylemin inşasına zemin hazırlayarak geliştirici bir rol kazanır. Böylelikle, bakış açılarının çoğalması ile birlikte eleştirilebilecek alanların genişlediğini söyleyebiliriz.

Keza kavramsal ve kuramsal çerçeveye ait literal araştırmalara baktığımızda tanımlardan yola çıkılarak, teori inşa edilerek ve son olarak da eksik ya da tutarsız yanlarına vurgu yapılarak bir yön izlediğini görmüş oluruz. Bu meyanda söz konusu toplumsal cinsiyet kavramı özellikle kültürlerin sosyolojik zeminleri göz önünde bulundurularak açıklanmalıdır.

²⁰ Bayraktar, Z. (2021). *İnterseks-Hermafrodit ve Eşcinsel-Norm ve Norm Dışı Cinsellik Farklar, Nedenler, Öneriler*. İstanbul: Motto Yayınları.

Bu görüşler içerisinde ve öz fikrimce yaptığım kavramsal yorumlamada en tutarlı ve destekleyici açıklama Tina Chanter’a aittir. Chanter, toplumsal cinsiyet kavramının bütüncül bir şekilde inşa edildiğini savunur. Ona göre, kişinin davranışları, beden yansımaları, yetiştiği kültür ve tarihi çerçevesi ile birlikte oluşmuş bir kavramsal yapıdır. Bu nedenle sıkışan kişisel özün bir kesinlik arz etmesi mümkün olamaz. Kişinin kesin bir maskülenite veya feminen bir düşünce içerisinde olduğunun bilinmezliğine vurgu yapmaktadır.²¹

Kavramsal çerçevede yapılan açıklamalar kapsamında dikkat çeken en önemli nokta, güç ilişkileridir. Toplumsal cinsiyet ve güç kavramının birbiriyle ilintili kavramlar olduğunu ifade etmek yanlış olmayacaktır. Toplumsal cinsiyet kavramı, iktidar temelinde siyasi bir kimlik kazanarak bozguna uğruyorsa ki fikrimce uğramaktadır, güç ve denetim ilişkisi görmezden gelinmemelidir. Güç ve denetim mekanizmalarının siyasi, ekonomik, kültürel ve sosyal bağlamlar içindeki yetkinliği, kavramı kontrole dayalı ve kavramsal esnekliğini kısıtlayıcı bir yapı oluşturmaktadır. Son olarak esnekliğini kaybeden toplumsal cinsiyet kavramının yanına ilişkin “eşitsizlik” sözcüğü amaç edinilen anlam ile içeriğini boşaltan bir anlam bütünlüğü noktasında zoraki bir tutarsızlığa sürüklenmiş olmaktadır.

Sonuç olarak toplumsal mekanizmalarda yerini almış olan bütünsellik, bütüncüllük, eşitlik, tercih hakkı vb. kuşkusuz cinsiyetler arasındaki toplumsal tutarlılığa işaret etmektedir. Kişi hangi cinse ait olursa olsun, başka bir ifade ile hangi cinse ait hissederse hissetsin temel mesele, bir aynalama yaşadıkları gerçeğinde yatmaktadır. Bu aynalama işlevi, toplumsal düzeyde, kişinin tüm benlik anlayışına ve görüntüsüne etki etmiş çeşitli dinamik ve yaptırımların bir bileşkesi olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bu meyanda, toplumsal cinsiyet içerisindeki eşitlik mefhumu ile karşılaşmış olmaktadır. Çünkü bu aynalamadaki en önemli vurgu eksik kalmaktadır. Aynalamanın en eksik kaynağı, eşitlik mefhumunu bünyesinde barındırmayı istememesidir. Bu durum da toplumun kendi kültürü ile bireyin kendi cinsiyetini inşa ettiği süreç içerisinde tabanına erillik mi yoksa dişillik mi yerleştirdiği ile ilgili olmaktadır. Toplum cinsiyetini inşa ederken bunu yaptırımlarında vücutlandırır. İşte bahse konu bu beden, toplumun bireyler üzerindeki aynalamasında gerçeklik kazanmaktadır.

²¹ Chanter, T., & Erguvan, M. (2022). *Toplumsal Cinsiyet*. Ankara: Fol Kitap.

Toplumsal cinsiyet kavramsallaştırmasının çok da masum olmadığı iddiasını medya sektörü incelikli bir dil kullanarak yaymaktadır. Toplumsal cinsiyet kavramsallaştırması tam anlamıyla bir eşitlik sağlayıcısı değildir. Çünkü ideolojilere hapsolmuştur. Kavramsallaştırma, özellikle ülkemizde cinsiyet temelli bir yapılanmayı temsil etmesi yönünde zorlanmaktadır. Medya araçları hem modern kitleleri hem de muhafazakâr kitleleri bu yolla bilgilendirmektedir²². Modern kitleler feminizm üzerinden cinsiyet eşitliği noktasına ısrarla vurgu yaparken, etki altında kalan muhafazakâr kitleler aynı konu üzerinden kendine bir günah alanı bulmaktadır. Netice itibarıyla toplumsal cinsiyet kavramsallaştırması, bir cinsiyetin değişim özgürlüğü olarak anılıp kadın ve erkeğin arasına sıkıştırılmış olmaktadır.

Daha detaylı bakacak olursak, kavram üzerinden siyasallaştırılan güç ilişkisi toplumsal sınıfların keskinleşmesine sebebiyet verir. Bir süre sonra temel mesele cinsiyet seçimindeki özgür seçimlerden çıkarak bireylerin etnik kimliklerine kadar ulaşım sağlamaktadır. Bu durum da toplumsal düzlemde postmodernizmin birlikte ve örgütlü hareket etmeliyiz yaklaşımını bozmaktadır.

Bu sebepler ışığında toplumsal cinsiyet; ideolojik yapısı, kurduğu siyasi güç ilişkileri ve sınıfsallaşma ile birlikte temel amacını başka bir ifadeyle masumiyetini yitirmiş olmaktadır.

1.2. Toplumsal Cinsiyet ve Kadın Sağlığı

Sağlık, bireyin hayatını sürdürebilmesi için bir yapı taşıdır. Bireyin ruhsal, fiziksel ve toplumsal konumu içerisindeki sağlık durumu varoluş kapasitesini belirler.

Toplumun özellikle de bireyin varoluş kapasitesi ile alakalı birçok fikir sahibi olması, sağlık kavramını de geniş bir tanımlamanın içine dahil etmektedir. Toplumsal açıdan sağlık, bireyin fiziksel olarak güçten düşmemesi ve protestan bir ahlak içerisinde toplumsal faydayı gözetken işlevselliğinin devam etmesi olarak nitelenmektedir.

Kadınlar ve bedenleri bu toplumsal sağlığın geniş perspektifinde özel bir yer tutmaktadır. Anlaşılabilir olması açısından kadın bedeninin tarihi, toplumsal konumu başka bir ifade ile toplum karşısında kadının toplumsal sağlığı kapsama alınarak başlık altında tartışma konusu anlaşılabilir hale getirilmiştir.

²² Artar, T., & Tekdal Fildiş, A. (2021). Türkiye’de Cinsiyet Eşitliği Söylemi ve Uygulamaları: Karşılaştırmalı Analiz. *Marmara Üniversitesi Kadın ve Toplumsal Cinsiyet Araştırmaları Dergisi*, 1-18

1.2.1. Kadın Bedeninin Tarihi ve Toplumsal Konumu

Beden, temel uzuvların bulunmasıyla beraber hayat içerisindeki işlevselliği biyolojik temellerle sağlayan fiziksel bir bütünlüktür. Bedenin yekpare bu tanımı, birey ve toplum ekseninde yeterli bir anlam bütünlüğü oluşturmaz. Beden, toplumsal ve bireysel olarak hayati tüm işlevleri yerine getirme görevinin yanı sıra toplumsal ve ruhsal bir bütünlük ihtiva eder.

Beden, birçok çağda ve aydınlanma döneminde ikili karşıtlıklar sistemi içerisinde konumlandırılmıştır. Bu konumlandırma ile geline yer, bedenin ruhsal mı yoksa fiziksel bir varlık oluşumu mu olduğu noktasında kategorize edilmiştir. Bir taraftan beden ruhsal bir dinamiğin tepkisiz bir çeperi olarak ifade edilirken diğer yönden birlikte işleyiş gösterdiği, bir takım olduğunu iddia etmiştir. Bu kapsamdaki felsefi tartışmalar sosyoloji alanında bedenin her yönüyle ele alınmasının önünü açmıştır.

Bedenin toplumsal bir varlık olduğu kanısında olan sosyoloji alanı, bu bakış açısıyla parçalanmış bir beden analizini önümüze sermektedir. Keza psikanaliz ve sosyoloji bu bağlamda paralel bir düzlemde buluşmuşlardır. Bedeni özbakım sağlayanların bilinçdışı ve bilinçaltı parçacığı olarak gören psikanalize ek olarak sosyoloji; bedenin dini, kültürel, siyasi ve ekonomik parçalarını bir bütüne oturtur. Bu kapsamda toplumun en küçük birimi olan aile, her iki alan için de temel bir dayanağı oluşturmuş olmaktadır.

Descartes'in bu anlamdaki bakış açısı sosyoloji alanında bedenin tanımlanması kapsamında tutarlı bir temellendirmeye işaret eder. Ona göre beden, ruh ve beden olarak bir takım oyunu içerisinde. Ruhsuz iken bir yığın olma özelliği gösteren beden, ruh ile birlikte iken aktif hale gelir²³.

O halde ruh, bedeni harekete geçiren aktif bir özellik olarak bedenin tamamlayıcı bir parçasıdır. Bu takım oyunu içerisine arzular, istekler, duygular ve fiziksel semptomlar eklendiğinde bedenin ruhsuz bir varlık içerisinde olmayacağı çıkarımı yanlış olmayacaktır. Beden, böylelikle dinamik bir makineye dönüşerek ruhun işleyişine devam etmesi bağlamında bir döngü izlemeye başlamaktadır. Çünkü aynı zamanda toplumsal bir varlık olan beden, fiziksel ihtiyaçların doğumu ve doyurulmasıyla birlikte yaşamsal hiyerarşik yapının sürmesine yardımcı olmaktadır. Descartes'in bu açılımını göz önüne

²³ Gülkaya Timurkan, M. (2013). Tıbbi Söylem ve İktidar: Medyada “Diyet-Zayıflık-Sağlık” İlişkisi Etrafında Bedenin Denetimi . *Mediterranean Journal of Humanities*, 237-252.

aldığımızda bedenın veya ruhun biricikliğinden değil kolektif bir yapı olmasından kaynaklı çarklar halinde çalışan bir varlık olduğu okumasını yapmak yanlış olmayacaktır. Descartes'ın ardından Marx ve Weber'in gizemli açıklamaları alan yazında dikkate değerdir. Turner'a göre, sosyoloji alanında önde gelen teorisyenlerden Weber ve Marx kapsamında beden kavramı açıkça varlığı geçen bir kavram değildir. Weber'in sosyolojik analizinde biyolojik zeminde toplum içerisinde rol almış herhangi bir kavram açıklaması yapılmaz. O sadece kalvinizm kapsamındaki açıklamalarında hazzı karşıtlık içerecek şekilde bedenın duyabileceği her türlü hazzın karşısında konumlanarak imalarda bulunur. Marx'cı kuram da beden üzerinde açıkça konumlanmaz. Turner, bu durumun sebebinı materyalist düşünce sisteminin karşısında durmalarından kaynaklandığına atıf yaparak temellendirmektedir²⁴.

İçerik bağlamında genişletecek olursak, bedenın varlığını ve yerini belirlemede biyolojik unsurların yetersizliği onun aynı zamanda toplumsal bir varlık olduğunu kanıtlamaktadır. Bedenın toplumsal varlığı, onun toplum içerisindeki tüm süreçlere dahil olduğu ve bununla beraber inanç, kültür ve yaşam biçimleri noktasında yer aldığını ortaya koymaktadır. Bu sebeple beden, toplumsal düzlemde temel belirleyici etkenlerden bir tanesidir.

“Bu, beden açısından bir sınıflandırmayı, disipline edilmeyi, bütünlüğü içerisinde tabusal alanlar oluşturmayı, tabuların ifşa edildiği alanları işaretlemeyi ve nihayetinde değerli ya da değersiz olmayı beraberinde getirmektedir” (Yumul, 2012: 90; akt.Karakaya, 2021, syf.3).

Karakaya'ya göre, beden ve bedenın işlevleri üç ana kategori ile sınıflandırılabilir. Bunlardan ilki, bedenın bir iletişim aracı olarak konumlanması durumudur. Bedenın iletişim için kullandığı dil tarih boyunca insanlar arasındaki savaş ve sulh durumlarından başlayarak modern dönemde dahil olmak üzere birçok noktada belirleyici nitelikler sergiler²⁵.

Bu kategorik ayrımı bir örnekle genişletecek olursak, kentte yetişmiş bir kişinin toplum içerisindeki beden dili kırsal bölgelerde yetişmiş kişilerle aynı olmaması hasebiyle sınıfsaldır. Köyden kente göç etmiş olan her kadın ve erkeğin beden dilinde kullandığı

²⁴ Turner, B. S. (2011). *Regulating Bodies: Essays In Medical Sociology*. London: Routledge.

²⁵ Karakaya, H., & Cihan, Ü. (2017). Toplumsal Yapı, İktidar Ve Kadın Bedenın Kurgulanışı. *Munzur Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5-17.

iletişim biçimi kentin kurallarına göre dizayn edilerek tek düze bir kimlik inşasının içerisine sıkıştırılır. Bu sıkışma esasen, bedenın toplumsal ve kültürel varlığı, bir nevi kamuya mal olması ve nihayetinde metalaşması anlamını taşır. Özellikle kadın bedeni kamuya mal olma ve metalaşma noktasında oldukça uygun bir cinsiyet mefhumudur.

Bedeninin sınıfsallaşma üzerinden şekillenen iletişim dili, tarihsel süreçte kadın ve erkek arasındaki iletişimin de bir nevi etken maddesidir. Birçok toplumda erkek bedeni fiziksel bir güç unsuru olmasının yanı sıra toplumsal gücü de temsil eder bir niteliğe büründürölmüştür. Erkek ve kadın bedenindeki farklı kas yapılanmaları fiziksel iş gücü üzerinde farklılıklar ortaya koyar. Yaradılış biçimi açısından bu yadsınamaz bir gerçek olsa da siyasi ve sosyal yapılanma için ataerkil bir düzen aracına dönüştürölmüştür. Erkeğin her açıdan güç temsiliyeti oluşturması, kadının fiziksel ve zihinsel açıdan korunması düşüncesinin dünyanın dört bir köşesine yayılmasını sağlamıştır. Bu oluşum, kadın bedenin iktidar ve denetim mekanizmaları (sosyal kontrol) tarafından hükümsüz kılınmasının önünü açmıştır. Yola çıkan kadın bedeni, modern dönem öncesinde de sonrasında da taşa takılmış, iktidar ilişkileri ve sosyal kontrollerle sendeletilmiştir.

İlişkisel boyuttan kadın bedenine baktığımız zaman, kadın ve erkek arasında oluşan ilişki toplum özelinde bir denetlenme unsuru ve kadının bireyselliğini toplumsal cinsiyet üzerinden yeniden tasarlamakta ve oluşurmaktadır.

Bu noktada “Foucault’nun iktidar kavramı üzerinden yola çıkarak toplumsal yapının ayrıntılarında varlığını sezinlediğı şey, “norm” kavramı üzerinden somutlaştırılmaktadır. Bu normlar üzerinden bedenın görünürlüğü ve maddeselliğı çevrelenmekte ve bir imgeye doğru zorlanmaktadır. Hukuksal olanın soyutluğu karşısında karmaşık iktidar ilişkilerinin somutluğu bu normlar aracılığıyla toplumsal yapı ve bedenın denetimi üzerindeki gücünü ve denetimini pekiştirmektedir” (Foucault, 2012:62-63, akt. Karakaya-Cihan 2017; syf.7).

Bu durumda beden, toplum tarafından oluşturulmuş tüm denetim mekanizmalarının karşısında maddileşmiş olur. Bu maddileşme, kadın bedeni özelinde, toplumun kendi dinamikleri esas alınarak ataerkil bir denetime teslimiyeti sağlamaktadır.

Kadın bedeni üzerindeki tahakkümün ne kadar eski bir döneme ait olduğu aşıkardır. Ancak özgürleşme söylemi altındaki kısıtlama ve şekillendirme girişimleri özellikle modern dönemde daha belirgin hale gelmiştir. Kadın bedeninin bir kalıp içerisindeki ilk özgürleşmesi, korse kullanımının modern dönemde soylu olarak adlandırılan kadınların kullanımıyla başlamaktadır. Korsenin beden şekillenmesindeki işlevinde aynı topuklu

ayakkabı giyiminde olduğu gibi ince bir belin nezaketinin vurgusuna, kalçaların belirginleşmesi noktasında da doğurganlığın sembolize edilmesine yardımcı olmuştur. Ancak 19.yüzyıldan sonra kadınların beden şekillenmelerindeki tahakküm el değiştirmiş ve yerini yürüyüş egzersizine bırakmıştır.

15. ve 17. yüzyıla kadar kadın bedeni üzerinde aynı şimdiki dönemde olduğu gibi Avrupa’da oldukça keskin tahakküm çizgileri vardı. Onlara göre ideal yani dengeli bedene sahip olmayan kadınlar kasti bir sınıflaşmaya dalalet ederdi. Bu sebeple kadın bedenindeki fazla kilo çirkinlik göstergesi olarak sayılırdı. Yanı sıra, giyim tarzı ve görünüş de önem arz etmekteydi. Güzellik ve çirkinlik mefhumlarını toplum içerisinde organize eden en geçişli yol buydu. Buna istinaden Georges Vigarello bu toplumsal vurguyu en net açanlardan bir tanesidir²⁶.

“Toplumsal farklılık, kaba, gizlenmiş, kötü biçimlerde ve kontrol altında tutulan kötü alışkanlıklarda (kendini gösterir). Geniş vücut hatlarına ve halka özgü bakımsızlığa sahip kasabalı kadın, laçkalık, idame ve disiplin yokluğuyla bir arada düşünülen çirkinliği temsil eder” (Sagaert, 2017; syf.50-51).

Kadın bedeninin çok zayıf olması, çok iri ya da şişman olması, yaşlı olması gibi temsiller de tarihi kalıntılar arasındadır. Görüldüğü üzere kadının her açıdan verimliliği sürekli bir modelleme girişimine maruz kalmıştır. Kadın bedeninin tarihsel konumunda yer alan obezite ve zayıflık noktasında ise 19. yüzyılda daha çok bedenin alt kısımlarına vurgu yapılmıştır. Bu bölgelerin zayıf olması gerekliliği ile ilgili zorunluluk hali özellikle plaj kültürünün ortaya çıkmasıyla yaygınlaşmaya başlamıştır. Kadının şeklini kaybetmiş beden uzuvları zerafetsizlikle eşleştirilmiştir. Böylece, 19. Yüzyıl sonrasında dayatılan kadın bedeni modellemesi ince bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır.

Beden üzerinden üretilen ve tasarlanan her araç kadın bedeni göz önünde bulundurularak dönemlerin içerisinde kendine yer bulmuştur. Nitekim Kant’ın aydınlanma nedir isimli makalesi, başka bir şeye bağımlı olma halinin düşünme eylemine ket vurduğunu ve düşünme eylemi kısıtlandığında ise kişinin hayatına çizeceği yolun yürüme işlevinden yoksun kaldığına değinir. Kadının korse vasıtasıyla hareketlerinde daha özgür olabileceği iddiası özgürlük söyleminin bir paradoksu olarak karşımıza çıkmaktadır²⁷.

²⁶ Sagaert, C. (2017). *Kadın Çirkinliğinin Tarihi*. İstanbul: Maya Kitap.

²⁷ Sagaert, C. (2017). *Kadın Çirkinliğinin Tarihi*. İstanbul: Maya Kitap.

Kadının çirkinliği ve güzelliği hususu sadece tek bir toplumsal dinamikle politize edilmiş bir değerlendirme biçimi değildir. Kadın bedeni ve hatları tarih boyunca tüm yönleriyle sosyo-kültürel bir üretim mekanizmasıyla da eşleşir. Bu durumda toplum, kadının bir arzu nesnesine dönüşme halinin yapı taşlarını dizmeye başlar. Bir kadında arzu yaratmasının gerekli görüldüğü fiziksel unsurlar o kadının sadece doğurganlığını değil arzu yaratımını da sorguya çekmektedir.

Sanat, cinsiyetler arası gelişen streotiplerin üretimi için en etkin kullanım alanlarıdır. Kadının üreme ve besleme işlevselliğini vurgulayan göğüs, bu çerçevede kadının şehvet uyandırmakla görevli uzuvları arasında resmedilmiş ve tanımlanmıştır. Tarihsel bağlamdaki en net örnekler, genç kadınların çizimlerindeki diri göğüs görünümü ile yaşlı kadınların resmedilişinde abartılı sarkık fırça darbelerine işaret eder. Böylelikle bir kadının yaşamının sona erdiğini çünkü şehvetinin kalmadığını, bununla birlikte üretkenliğini de yitirdiği vurgulanarak kadın bedeni tedavülden kaldırılır. Özellikle ortaçağın sonlarına doğru kadın bedeni üzerinde çatışmaya başlayan ahlak ve ahlak dışı olma durumu arzu uzuvlarının üzerinde tepinmeye başlamıştır. Şehvet ve benzeri duygular vahşi hayvanlarla simgelenmiş ve kadının arzu nesneleri ile beslenerek resmedilmiştir.

Buna göre “kadın çirkinse, bu kah ukala kah dünyayı bereketlendirmeye yeteneksiz bir barbar olmaya cüret etmesindendir. Haklarına sahip çıkan, belli bir eşitlik ve toplumsal statü isteyen kadın çirkindir; çünkü şimdiye kadar erkeklerin hakkı olan rolü kendisine tahsis eder. Fiziksel olarak çirkin olmasına gerek yoktur, fakat artık kadın olmadığı için çirkindir. Sadece erkeklere ve onların isteklerine ait olan şeyden başkasıyla ilgilenmez. Böylece feminizm kadını kendi doğasından koparır ve onu çirkinliğe atar” (Sagaert, 2017; syf.106).

Buradan da anlaşılacağı üzere kadının kendi hakkını koruması, kendi işlevselliğini reddetmesi ile birlikte dişil yanını da kaybettiği iddia edilir. Dişiliğini kaybeden kadın, hak ve iktidar iddiası bağlamında arzu edilir olabilmekten de vazgeçmiştir. Oysa onlara göre, kadın ve bedeninin görevi, annelik vazifelerinin karşılanması ve erkekler nazarında arzu uyandıracak tüm güzelliklerini korumasıdır.

Sonuç olarak 17. yüzyılda Avrupa’da kadın bedeni hangi konumda ise yeni modern dünyada da aynı konumdadır. Güzeli ve itaatkar olan, bedenine iyi bakan, standardize edilmiş kadınlar ve bedenine iyi bakan kusursuz vücutlarına maskülen bir dokunuş yapan

kadınlar ve onların görselleri bu konunun sadece ufak bir güncellemeye uğradığının en belirgin örneklerindendir.

Tarihsel açıdan kadın bedeninin tarihi ve üzerindeki tahakküm bize mantıklı bir zaman çizelgesi sunmaktadır. Tarım alanlarının ve faaliyetlerinin başlangıcı, bu faaliyetlerin genişlemesi, bunun bir sonucu olarak da erkeklerin kadınların denetimi noktasında güç kazanması olarak sıralabilir. Kadınların sümerler'den bu yana küçük bir alana sıkıştırılmaları, iş gücü ve hareket alanlarının kısıtlanması erkeklerin yönlendirici konuma geçmesini kolaylaştırdı²⁸.

“Erkeklerin genelde tarla sürme ve hayvan bakma gibi işleri üstlenmesi, erkek çocukların kız çocuklarından daha fazla önemsenmesine yol açtı ki böylece erkek çocukları kamu arazilerini işleme hakkının doğal varisi haline geldi. Böylece nesiller boyunca kadınların kaynaklara erişimi azaldı ve erkek desteği olmaksızın yaşamlarını sürdürmeleri gitgide daha da zorlaştı” (Wiesner-Hanks, 2020, akt. Aksan, 2023; syf.19).

Din, siyaset, hukuk, sanat, kolektif normlar ve benzeri dinamikler göz önüne alındığında bedenin özellikle de kadın bedeninin toplumsal konumu içerisinde denetlenebilir bir meta alanı olduğu sonucuna varılmaktadır. Bahsedilen birçok alanda, farklı şekillerde kutsallaştırılarak tahrip edilen beden, toplumun ve toplumsal kontrollerin bir kamu malına dönüşmüştür. Buradaki en temel dinamik, beden ve kadın bedeni üzerindeki tahakküm algılarıdır. Tüm tarihsel dönemlerde anlam değişikliğine uğrayan ancak temelde aynı düstürlarla şekillenen yaptırımların modern dönem veya öncesi olması fark etmemektedir.

Kadının ve bedeninin bazen pür, bazen kirli, bazen geleneksel, bazen sanatsal, bazen ilahi, bazen modern, bazen sadece bir arzu nesnesi olması ya da sadece üreten, besleyen ve büyüten bir varlık olarak adlandırılması, kısaca bu kadar çok kategorize ediliyor olması korkunç bir denetim anlayışının bir sonucu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu anlayış kapsamında şekillenen bireylerin sosyal gruplar içerisindeki etkinlikleri sınırlı, benlik arayışlarındaki yolları uzun ve sancılı olmaktadır. Böylelikle kadınlar ve kadın bedeni özelinde tahakküm kurulmasının bir iddia olmadığı bir gerçeklik olduğu karşımızda durmaktadır.

²⁸ Aksan, Y. (2023). Eril Gücün Kadın Bedeni Üzerindeki Tahakkümü. *Sakarya Üniversitesi Kadın Araştırmaları Dergisi*, 16-32

1.2.2. Post-Modern Feminizm: Modernizmin Diğer Yüzünden Tarihsel Arka Plan

Kavramların inşası, sadece kişilerin deneyimleri ile değil toplumların kolektif olarak deneyimledikleri olay ve olgularla da gerçekleşir. Bu bağlamda, kavramların iç dinamikleri topluma davranışsal pratiklerle ve normlar ile yansımaktadır.

Modernlik, modernite ve modernizm gibi kavramlar da kolektif deneyimlerle oluşmuş kavramlardır. Bu kapsamda modernizm başka bir ifade ile modernite, kolektif deneyimlerin kişiler üzerindeki somut bir yansımasıdır. Tarihsel ve dönemsel olarak gelişen homojen bir kavramsallaştırma olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sosyal bilimler kapsamında modernite kavramı ilk olarak Hegel'in kullanımıyla 19. Yüzyılda hayata karışmıştır. Ona göre modernite/modernizm, 16 yüzyıldaki rönesans ve reform devrimleri ile beraber 19. Yüzyıla kadar genişleyen yeni bir zamanı ihtiva etmektedir. 18. yüzyılda pozitivist bilim anlayışının başarılarının da desteğiyle sanayi devriminin yayılması ve Batı'nın ekonomik gücünün artması, yeni bir dünya modelinin oluşumunu hızlandırmıştır. Batı'nın kendi geçmişine karşı bu eleştirel yaklaşımı, fikri ve siyasi geleneğe karşı oluşu da diğer toplumlara nitelik farkı gözetilmeksizin örnek olarak sunulmuştur. Dolayısıyla modernizm kavramı, yeni bir bilim anlayışı, yeni bir siyasal düzen, yeni bir iktisadi düşünce yapısı ve yeni bir ahlak anlayışını ortaya koymaktadır²⁹. Bu bağlamda modernizm, kamusal alanın tüm dinamiklerine kökten etki eden, onun kutsal saydığı alanları dahi aydınlanma ve ilerleme ideolojisiyle şekillendiren, eylemselliğini naif söylemler üzerinde temellendirerek gerçekleştiren bir döneme verilen isim olarak okunabilmelidir. Buna karşılık Altun, modernite tarihinin pagan dönemlerine dayandığını bu sebeple de çok daha eski bir yapı olduğunu iddia ederken modernizmin görüldüğü kadar yumuşak bir geçiş sağlamadığını, söz konusu tarihsel dönemler içerisinde toplumsal yapıyı sert bir geçişe maruz bıraktığını savunmaktadır. Modernite ile birlikte insanın öz varlığından, tanrıya olan aitliğinden ve onun insana sunduğu lütuftan koparıldığına dikkat çekmektedir³⁰.

²⁹ Demir, Ş., Sesli, M., & Yılmaz, V. (2008). Türk Modernleşmesi: Eleştirel Bir Bakış. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 77-90.

³⁰ Altun, F. (2021). Modernite ve Modernizm: Batı-İç Bir Tartışma . *İbn Haldun Çalışmaları Dergisi*, 95-120.

Kurtuluş'un tarihsel bağlamdaki savunuları ile Altun'un fikri birbirine paralel bir yol izler. Kurtuluş'a göre modernizmin çıkış noktası, eski ve pagan kültürüne dayanmakla beraber yıpranan dini, siyasi ve diğer toplumsal yapıların dönem aydınları tarafından çökertildiği fikrine dayanmaktadır. Bununla beraber modernizmin öncülük ilkelerinin halkların değil bireylerin inşa edebileceği bir egemenlik anlayışından ileri geldiğini savunur. Ona göre modernizm, inancın dünya üzerindeki etki alanını ortadan kaldıran ve toplumsal lügate laiklik, sekülerlik, eşitlik ve adalet benzeri kavramları yerleştiren materyalist bir düşünsel yıkımdır. Böylece pragmatist bir bakış açısının doğuşuna sanayi aygıtlarının teknolojik aygıtlara dönüşmesini sağlamış rasyonalist bir biçimde modernizmin kutsallaştırılması süreci tamamlanmıştır. Bu bağlamda değerlendirecek olursak bu biçimlenmenin kapitalizmi de örtük bir biçimde yoruma dahil ettiği söylenebilir. Ancak kapitalizmin modernizmden mi yoksa modernizmin kapitalizmden mi doğduğu noktası tartışmalıdır³¹.

Bu kapsamda Bulut, E. M. Wood'un iddiasının, kapitalist yapının feodal yapılanmadaki mülkiyet ilişkilerinden ve hareketliliğinden ileri geldiğini ancak modernizm ile birlikte onun bir hattı olarak karşımıza çıkmış olduğu noktasına vurgu yapmaktadır³². Modernitenin, kapitalizmin rahmi olduğunu varsayarsak üretim araçlarının çoğalması ile büyüyen ve dünyanın her detayını bir metaya dönüştüren en işlevsel parçası olduğu okumasını yapmak yanlış olmayacaktır.

Öz fikrimce aydınlanmadan bu yana inşa edilen modernizm, kolektif afetlere dayanıklı olarak pazarlanan ancak birey inşasında malzemededen çalmış, temelden dayanıksız bir toplumun müteahhididir. Bu bağlamda, insanın ve toplumun inşasının her halükârda modern dönem ve modern öncesi dönemde denetlenmediği bir alanın olmadığını söylemek yanlış olmayacaktır. Eleştirdiğimiz modernizm, her dönem varlığını hissettirmekte olup postmodernist bir anlayışla da yeni kimliğini dünyaya sunmuştur. En nihayetinde modernizm, dünyayı uçsuz bucaksız, kalabalık ve yalnız bir siteye dönüştürmüştür. Bu acımasız metaforik anlatı, postmodern görüşlere karşılık gelerek modernizmin yeni görünümünü tamamlamıştır.

³¹ Http1: Kurtuluş, B. (tarih yok). *Köklü Değişim Dergisi*. Köklü Değişim Dergisi: <https://www.kokludegisimdergisi.com/index.php?p=makaleDetay&makale=764> adresinden alındı (Erişim Tarihi: 09/08/2025)

³² Kaderoğlu Bulut, Ç. (2015). "Modernizm, Post-Modernizm ya da Kapitalizm?" Üzerine Metodolojik Notlar. *İlef Dergisi*, 227-232.

Modernizm için tarihsel bağlamda verilen çerçeve, kilise otoritesine karşılık pozitivist bilim anlayışının kazandığı bir zafer oluşumdur. Aklın ve bilimin öncülüğünde Tanrı'nın terk edildiği ve yeni tanrısal araçların yaratıldığı bir doğum süreci olarak nitelenmektedir. Yeni araçların yaratımı, tanrısallık, terk, bilim ve akıl, birey gibi kavramları çatısı altına toplayan modernizm, yeni dünya düzeninin evidir. Bu ev, her toplumun kendi normlarına göre tasarlanabilen, geçişli ve renkli bir tasavvurla karşımıza çıkar. Bu tasavvur içerisindeki homojen yapı, modernizmin işini kolaylaştırarak çeşitliliği artırır. Çeşitliliğin artması ile modernizm, çoğulluğun çıkardığı veya çıkarabileceği sorunlardan, yedek bir kimlik olarak inşa ettiği postmodern kimliği ile uzak durmayı başarmıştır. Ancak bu yeni kimliğin eleştirel tutumu, zaman içerisinde, modernizmin görünürdeki iyimser kimliğini iğdiş etmede tartışmasız birincil bir konum elde etmiştir.

Dikmen, postmodernizmi kapsayıcı bir kavram olarak tanımlar ve postyapısalcılık, postmarksizm ve postendüstriyel gibi kavramları da içerisine dahil ettiğini savunur. Ona göre, teorik bağlamdaki çoğulculuğun, kavramın özünde farklı alanlarda kendisini ortaya çıkarmasından kaynaklanır³³. Her ne kadar paradoksal bir ifade gibi görünse de öz fikrimce postmodernizm, modernizme kıyasla daha elastik bir kavramdır. Temelde modernizmin kaynak ve araçlarını eleştiren bir yapıya sahiptir. Bunu bazen modernizmin artık itibarsızlaştığını ifade ederek yaparken bazen de modernizmin bir başka yüzü olduğu noktasına dayandırarak yapmaktadır. Postmodernizmin çıkış noktası bu düşünceyi karşılar niteliktedir. Çünkü bu çıkış, modernizmin sanayi devrimi ile yayılım sağlamasının ardından paralel olarak gelişmiştir.

Bu meyanda, post modernizmin kavramsal çerçevede anılıyor olması sanayi devriminin teknolojik yansımalarından sonraki döneme denk düşmektedir. Özellikle sosyal bilimlerde Roland Barthes, Jean Baudrillard, Judith Butler, Gilles Deleuze, Luce Irigaray, Slavoj Žižek, Paul Feyerabend, Jacques Derrida, Michel Foucault, Julia Kristeva gibi öncü isimler arasından anılmaktadır. Kronolojik bağlam içerisinde ise Sarup'a göre postmodernizm tarihsel açıdan 1960'lı yıllardan New Yorklu sanatçıların 1970'lerde Avrupa'ya göçü ile ortaya çıkmıştır³⁴.

Temel düzeyde postmodern kavramı, "Post ön eki, ötesi ve sonrası manalarına gelmektedir. Bu açıdan bakıldığında postmodern; modernden sonra gelen, modernizmin

³³ Dikmen, M. (2016, Temmuz 11). Jean Baudrillard ve Postmodernizm. *Yüksek Lisans Tezi*. Bursa, Türkiye: Uludağ Üniversitesi-Yök Açık Erişim.

³⁴ Sarup, M., & Güçlü, A. (2019). *Post-yapısalcılık ve Postmodernizm*. Ankara: Ankara Kitap

kültürel ve toplumsal pratiklerini ciddi bir biçimde reddeden bir anlayış içerisindedir” (Şaylan, 2009; syf.71).

Klasik anlamı ile modernizme bir tepki olarak doğuşu ifade edilirken modernizme karşı zafer elde etmiş bir savaşın galibi gibi görülmektedir. Ancak bu bir galibiyet mi yoksa bir modernizmin bir kopyası mı kesin çizgilerle anlamak ve anlamlandırmak mümkün değildir.

Postmodern feminizm tarihsel bağlamda, 1960’larda ikinci feminist dalgaının oluşmasıyla başlamaktadır. Bu mücadelenin her şeye rağmen kadınların özgürlüklerinin elde edilmesi amacına ulaşamayan ve umutsuzluk ortamına sürüklenen dönem içerisinde doğumunu gerçekleştirmiştir. Bu durum karşısında postmodern feminizm, bunun umut kırıcı bir gelişme olmadığını, farklı düşünme biçimlerinin umutsuzluk yaratan durumlara çare olabileceği savını öne sürmektedir. Bu nedenle görüş ayrılıkları onlara göre besleyici bir nitelik taşımaktadır. Zaman zaman feminizmin düştüğü düalist dilin önüne postmodern feminizmin geçtiği okumasını yapmak yanlış olmayacaktır. Çünkü bireylerin özellikle de kadınların kamusal/özel ayrımı olmaksızın haklarının elde edilmesini savunmak postmodernler açısından önemlidir. Burada bu ayrımın gerçekleşmemesi ve fikirlerin çeşitlenmesinin kadının konumu ve hakkı olan haklarının tanımlanması noktasında öncü bir girişim olacaktır. Ancak postmodernizm için kadının tüm fiziksel ve mental uzuvlarının siyasi kurumlar aracılığıyla da denetlenebilir olması bu öncü girişimlerin önüne geçmektedir³⁵.

Sonuç olarak postmodernizm rölativist yapısıyla anlaşılamayan ve her şeyin bu yapıyla değerlendirileceği bir alan olarak görülmektedir. Bu durum toplum tabanında anlaşılmaz ve pasif bir duruş yaratarak teoriye olumsuz ve paradoksal bir görüntü vermektedir.

1.2.3. Postmodernizm Bağlamında Feminist Teorinin Dönüşümü

Postmodernist olarak geçen öncü isimler duruşları bakımından feminizm ve postmodern söylemle aynı eksende görünmeseler de bazı özelliklerini taşımış ve harmanlamışlardır. Bu kapsamda hem postmodernist hem de feminist söylemlere katkı sağlamışlardır. Her ne kadar felsefi açıdan feministlerle mutabık kalamamış olsalar da bu durumu yumuşatmaya yönelik girişimleri olmuştur. Bu durumda radikaller, marksistler gibi

³⁵ Erdem, T. (tarih yok). Postmodern Feminizm. *Postmodern Feminizm*. İstanbul Üniversitesi Kadın Araştırmaları Anabilimdalı.

toplumsal gruplardan tepki alsalar da insan hakkının toplumsal kurumları içerisindeki savunma tavırları kapsayıcı bir etki yaratmaktadır.

“Sömürge sonrası feminizm teorisiyle (en önemli ve oldukça etkili bir düşünür olan Spivak bu yönelimin temsilcisi sayılmaktadır) postmodern feminist teorisyenler arasında paralellikler ve özgün bağlantılar söz konusudur” (Demir,2006:38; akt.Toptancı, 2008; syf.55).

Bu kapsamda Butler, feminizmin ³⁶kişisel olan politiktir iddiasını eleştirir. Ona göre, kişisel deneyimler politik düzlemi tek başına düzenlemez. Bu düzenlenme hali kolektif bir içerik ve yapıya sahiptir. Burada bir dolayım söz konusudur. Sosyal kontrollerin kişisel koşulları politik hale getirmesi mümkün olduğundan tek başına politik olması mümkün değildir. Ancak politize olması mümkün olabilir. Feminizmin bu görüşü ona göre, kişisel olanın da kısmen de olsa duruma katkı sunduğu ve dolaylı yoldan gerçekleştiği noktasında tutarsız kalmaktadır.

Bir diğer önemli temsilciler olan ³⁷Nancy Fraser ile Linda Nicholson, feminizm ve postmodernizmi karşılaştırdıklarında feminizmin postmodernizmin esası niteliğinde olan özcülüğe ve temeldenciliğe yöneldiklerini ifade ederler. Buna istinaden feminist görüşün aslında postmodern olması gerektiğini söylerler.

Feminizmin cinsiyet kategorisi yapmaya yönelimli olmasını, alt metinleri belirleme noktasındaki ısrarı ve sebeplerini teorize etmeye çalışmaları, postmodern feminizmin ile aralarında derin bağlar kurulmasının önüne geçmektedir. Çünkü postmodern feminizm, teorize etme eğilim ve çabalarını baskıcı ve üstten bakan bir konumun inşasına yardımcı olduğunu öne sürer. Bu tarz üst anlatılar hem toplumu hem de kadınların toplumdaki konumu bağlamında ayrıştırıcıdır.

Feministlerin öne sürdüğü, hak arayışında temsil etmek istedikleri kadın profili evrensel bir prototip arz eder. Postmodern feminizmin bunu ayrıştırıcı, görmezden gelen ve dışlayıcı bir etkisi olduğu noktasını savunmakta ısrarcı olup bu düşünsel üslubu reddetmektedir. Oysa kadın parçalara bölünmesi gereken bir varlık teşkil etmez. Bütüncül bir yapıdır ve evrensel nitelikler yüklenemez. Evrensel nitelik atıfları, savunulan kadınları sadece beyaz ve modern bir eril tahakkümden korunması gereken beyaz ve modern

³⁶ Aybakan Saliya, D. (2013, Temmuz 10). Judith Butler ve Postmodern Feminizm. *Yüksek Lisans Tezi*. Bursa, Türkiye: Uludağ Üniversitesi- YÖK Açık Erişim.

³⁷ Kara, Z. .Küresel Cinsiyet Yapılanmasından Postmodern Feminizme. *Küresel Cinsiyet Yapılanmasından Postmodern Feminizme*.

topluma ait gösterilen kadınları kurtarma gerekliliğini işaret eder. Bu sebepler ışığında evrensel ölçütlerle feminizmi teorize etmek toplumsal faydayı samimiyeysiz kılar. Ez cümle ile feminizm bu yönüyle postmodern feminizmin nazarında sınıfta kalmıştır. Aydınlanma dönemi ile birlikte moderniteden beslenen feminist teoriler felsefi açıdan birçok temellendirmeye sahiptir. Örnek vermek gerekirse, cinsiyet mefhumu üzerinden bir değerdendirme bulunduğunda;

“Eşitliği ve özgürlüğü hedef edinen liberal ve marksist-sosyalist feminist teonin erkeklerle birlikte tahayyül ettiğı kadın özgürleşmesi projeleri ile radikal feminist teonin erkeklere karşı ve erkeklerden ayrı bir perspektiften tahayyül ettiğı ayrılıkçı kadın özgürleşmesi projesine karşıt olarak kadının tarihte her zaman tarih-dışı bir varlık olarak kaldığını, dolayısıyla kadının kendisinden bahsetmenin olanaklı olmadığını ileri sürmüş ve mevcut feminist teorilerin özgürlük projelerine üçüncü bir alternatif model önererek feminist teoride ufuk açıcı bir çizgiye erişmiştir” (Toptancı, 2008; syf.56).

Teorisyenler, modernizmin, iki cins arasındaki eşitliğin savunulmasında kadınların hikayenin en başında konunun bir parçası olamamaktan sıyrılamadığını iddia ederler. Bu yaklaşımla, iki cins arasındaki dilemmanın ortadan kalkması gerekliliğini savunurlar ve bu paralellikte bir savunma dili kullanırlar. Postmodern feministler, kadını merkeze alarak politikayı, kültürel yapılanmayı ve bundan doğan sosyal kontrol mekanizmalarını eleştirmiş ve kadının yanında konumlanan bir yaklaşım sergilemişlerdir. Aydınlanmanın kapsayıcı modern mekaniğı içerisinde ataerkil anlayışın devamlılığının muhafaza edilmesini eleştirmişlerdir. Teoriye göre, her türden fikir ve anlayış içinde kadının tarafında konumlanılmalıdır.

Modern dönemde kadına ve kadınların haklarına dair sorunlar tek yönlü değildir ve bu sebeple genellemelere karşı durmak gerekmektedir³⁸.

“İrk, sınıf, cinsiyet, etnik köken gibi farklılıklar postmodern feminizmin yaklaşımı içinde değerdendirilir. Bu yaklaşımda bireysel farklılıklar ve tekil yapı korunarak, kadınlara ait sorunlar çözümlidir. Kadınlara ait evrensel doğruların olmadığını, etnik ve yerel farklılıkların dikkate alınması gerektiğini savunurlar (Yüksel, 2001:111; akt.Kozlu, 2009; syf.8).

³⁸ Kozlu, D. (2009). Modernizm Sonrası Postmodern Hareket İçinde Kadının Yeri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Hakemli Dergisi*, 1-15.

Bilhassa eşitlik kapsamında kadınların yer edinebilmesi için evrensel modelden vazgeçmek gerekmektedir.

Eşitlik söyleminin altında şiddetin yattığını açıkça belirtmese de işaret eden postmodern feminizm, manipülasyonu şiddetten sayar ve kadınların özgüvenini yaralayan, topluma aidiyetini ve yerini sorgulatan ve konumu noktasında onu zayıflatan bir toplumsal bir uzuv olduğunu iddia etmektedir. Böylesi bir şiddet, görünmezlik pelerini içerisinde konuşlandığı için kolektif yapı tarafından görmezden gelinmektedir. Oysa bu durum tüm çıplaklığıyla ortadadır. Ancak kolektif vidan tarafından görmezden gelinmeye müsait bir şiddet biçimini oluşturmaktadır. Buradan yola çıkarak postmodern feminizm, şiddetin tüm çeşitlerini kapsamına alır ve kadın açısından bu biçimleri gözle görülür olmasını sağlamaktadır. Bu şiddet biçimleri su yüzüne çıktığında başka bir ifade ile toplumsal vicdan tarafından görünür olmaya başladığında müdahale yolları ve o yolların çeşitlendirilmesi kolaylaşmış olacaktır.

Bu bağlamda “Postmodern feminizm, kadınların seslerini duyurabilecekleri, deneyimlerini paylaşabilecekleri ve birlikte hareket edebilecekleri güvenli alanlar oluşturmayı teşvik eder” (Johnson, 2016; akt.Serpen, Kalaycı, & Demirci Aksoy, 2024, syf.306).

Möngü’ye göre postmodernizm ve postmodernistlerin amacı, dönem içi şartları korumak ya da geliştirmek değil dönem içi şartları, getirileri ve her türlü kaynağını karşıtlık içerisinde bir kaos ortamı yaratmaktır. Onların bir önerisi ya da iyileştirme çabası yoktur olamaz da³⁹. Ancak yazara karşıt biçimde ifade edebilirim ki postmodernist eleştirilerin varlığı, bir çözümün ortağı olmasalar da farkındalık ve çözüm yolu noktasında eğer mantıksal çerçeveye oturuyorsa bir pusula işlevi görebilirler. Paralel görüşte olduğumuz nokta ise postmodernizmin yeni ve farklı olanlar noktasındaki temsiliyeti ve bunun temel kaynağının yine modernizm olmasıdır. Postmodernizm, modernizmin özgürlük söylemi kapsamında yarattığı denetimi eleştirirken kendi bir özgürlük yöntemi önermese de eleştirel dilinin içerisinde bunun pranga olduğunu ve kurtulmak gerekliliğini sıkıştırmaktadır. Bu sebeple, postmodernizm modernizmin besin kaynağı değil tam tersine modernizm postmodernizmin can suyu niteliğini taşımaktadır.

³⁹ Möngü, B. (2013). Postmodernizm ve Postmodern Kimlik Anlayışı. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27-36.

Postmodern düşünme biçimi genel hatlarıyla, modernliğe karşı eleştirel bir tavır sergiler. Aydınlanma dönemi ile birlikte gelen modernitenin kullandığı dil ikirciklidir. Postmodernizme göre artık modernitenin maskesi düşmüş ve iflas bayrağını çekmiştir. Onun iflasına sebep olan yegâne söylemi düalist dil yapılanmasıdır. Postmodernizm bu yapılanmayı yapıbozumuna uğratarak düalist dilin ayrıştırıcı etkisini ortadan kaldırmaya çalışır. Modernitenin ikili karşıtlıklar sistemi, onlara göre, yapısökümcü bu girişimlerle çökmüştür.

Bunun yanı sıra modernliğin büyüklenmecî kavramlar dizisini reddederek yerel bir dil içerisindeki varoluşu desteklemektedir. Bu düşünce sistemi, eskiye dönüşün bir destekçisi ve kurgusal bir yansıma olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu yüzden de kaotik olan gerçeklik algısından sıyrılarak kendi içerisinde anlamlı bir tavır bütünlüğü oluşturmak esas alınmaktadır.

Gerçeklik, sadece modernizmin yarattığı görseller eşliğinde araçsal olarak ispatlanabilir bir nitelik taşır. Oysa gerçeklik, belirli bir alan içerisinde var olan bir algılama biçimidir. Gerçekliğin bu ispat edilemez yanı olayların doğrulanması noktasındaki işleyişi bozar. Bu sebeple de doğruluğun ispatlanabilir olması için sahip olunan toplumun dinamiklerine bakmak şarttır.

Çoğalmak ve ayrılmak durumu, toplumsal açıdan postmodernizmin lügatına dahildir. Burada önemli olan, toplumların bunu kendi içerisinde kabul etmiş olmalarıdır. Postmodernizmin bireyin hak ve özgürlükleri noktasındaki feminizm kuramına baktığımızda, kendi içerisinde paradoksal bir görüntü verse de bu açıklama bağlamında oldukça tutarlıdır. Çoğulculuk eğilimi olan postmodernizm, feminist teori ile şekillenmeye başladığında tahakküm altında kalmamış bir bireycilik savunusu yapmaktadır.

Bu bağlamda, modern araçların tahakkümüne karşı çıkarak hem çoğulcu eğilimini hem de ayrışma eğilimini bir anlamda ispat etmektedir. Bunların dışında, görelî bir düşünsel yol izlemesi, her dönemin eleştirilmesi yolunu kendi çerçevesi için açık bırakmaktadır. Postmodernizmin açık kapı anlayışı ve alternatif çözüm yöntemi sunmaması, başka bir ifade ile somut yaptırımlarla şekillenmemesi en çok eleştiri aldığı noktadır.

Postmodern feminizmin ve feminizmin ortak odak noktası, modernitenin düalist bir yaklaşım içerisinde olmasıdır. Özne ve nesne ayrımlarını bilim ve ilerleme üzerinden iyicil ve kötücül olarak kategorik ayrım kapsamında yapması, karşı durdukları bir

ortaklığı inşa eder. Yapıbozumundan yola çıkarak modernitenin kavram setini incelediğimizde ⁴⁰akıl, mantık, nesnellik, aydınlık gibi kavramlar eril yapıya atfedilmiş; doğa, beden, duygu, karanlık ve pasiflik gibi kavramlar ise kadın üzerinden inşa edilmiştir.

Postmodern feminizm, feminizin yeni dönem görüşleri içerisinde ve postmodern durumlar içerisinde konumlandığı, teori ve pratik arasındaki duruşu ifade etmektedir. Feminizm ile postyapısalcılık arafından doğmuş bir birleşimin sonucu olarak karşımıza çıkmaktadır. Cinsiyetlerin doğası, sosyal kontrol mekanizmaları, politika ve hukuk ile birlikte, günümüze kültürle beraber ulaşan aktarımların yarattığı denetimi bir yönü ile reddederken bir yönü ile de kabul edilebilir görüşler sunarak feminizmin radikal duruşunu bozar. Bu duruş içerisinde teori temsilcilerinden bazıları radikal feminizme daha yakın dursa da teori düzeyinde paradoksal bir görüntü oluşmaz.

“Postmodern bir feminist yaklaşımın olabileceği konusunda düşünürler iki farklı görüş ortaya koymuşlardır. Bunlardan birinci görüş, postmodernizmin ve feminizmin birçok uzlaşma noktası olduğunu vurgular ve varoluşçu feminizmi ve postyapısalcı feminizmi örnek gösterirler” (Demir,1997:97, akt. Toptancı, 2008; syf.44).

Ancak durum böyle olsa da feminizmin paradoksu antlaşmayı bozar.

Foucault, postmodernist oluşunu reddetmekle birlikte kavramı söylemler üzerinden değerlendirmektedir. Ona göre, örtük bir biçimde açıklanan postmodernizmin temel kaynağı, bilgi ve güç arasındaki ilişkiden gelmektedir. Bilgi ve güç birbirlerine eşlik ederek toplumsal kontrol mekanizmalarını beslemektedir. Bu doyum zaman içerisinde söylem etkisiyle bireylerin modern dünyada denetlenebilir alanlara dönüştüklerine karşılık gelmektedir.

Baudrillard ise buna dair teorisini açık ve net bir şekilde tüketim toplumu üzerinden yapar. Toplumda üretilen her şeyin bir tüketim nesnesi olacağına vurgu yaparken bu metalaşma sürecinin modernizmin araçlarıyla genişlediğini öne sürer. Ona göre, lükslerin ihtiyaca, ihtiyaçların insan bedenine olan dönüşümünde insan da tüketim toplumunun üretilebilen bir kamu malı olduğuna işaret etmektedir. Bu sebeple, üretim araçlarının sadece mal ve hizmet üretmesinin mesele olmadığını artık bu araçların kendi ekseninde insan üretimi de

⁴⁰ Erdem, T. (tarih yok). Postmodern Feminizm. *Postmodern Feminizm*. İstanbul Üniversitesi Kadın Araştırmaları Anabilimdalı.

yaptığını savunmaktadır. Metalaşan insan kendi hür iradesiyle kendisini mal ve hizmetler kategorisinin bir parçası yapmıştır.

Derrida'ya baktığımızda modernizmin tüm anlatılarını yapıbozumuna uğratarak öznenin ve nesnenin ancak dilin kendi anlatısının gerçekliği ile var olacağına vurgu yapar. Bu açıdan Derrida, insan yaşamının komünal halde bir özne-nesne ilişkisi içerisinde olduğuna ve onun varlığının metafiziksel bir anlatıya indirgenemeyeceğini ifade ettiğinin söyleyebiliriz. Bu durumda, söz konusu özne-nesne ilişkisinin insan ve toplum eksenli versiyonunu var oluşlarının gerekçelendirmesinin kendi özünde ve stabil olmalarından geldiği fikriyle okumak yanlış olmayacaktır⁴¹.

Teorisyenlerin modernizm değerlendirmeleri açısından baktığımızda postmodernizm, her ne kadar kuramsal açıdan gelenekçi ve bir nostalji savunucusu olarak konumlandırılrsa da temelde geleneğin eşitsiz yaklaşımına destek vermez. Farklı insanların veya yapıların birbirleriyle uyum içinde olabileceklerine inanmak ister.

Bu bağlamda postmodernizmin yaklaşımı, geleneğin yarattığı çoğulcu bir birlikteliğin tarafını tutmaktır. Onun nostalji vurgusu ve özlemi daha çok kişiler ve yapılar arasındaki bağların yeniden kurulmasına yöneliktir. Postmodernizm bu açıdan gelenekçi ve katıdır. Çünkü modernitenin tek tip birey ve toplum yaptırımının yıpratıcı olduğunu fark etmiştir. Bu farkındalıkla tek çözümün yeniden bir bağ kurabilmekten geçtiğini savunmaktadır. Bu üç önemli teorisyenin söylemleri altında postmodernizmi birleştirecek olursak bilgi ve gücün katı bir gelenek alan yaratımı sağlamayacağını, tüketim toplumunda hür iradenin kısıtlanması tek tip insan modeli tasarımına katkı sunacağını ve özne-nesne ilişkisi içerisindeki komün yaşamın rölativist bir yaklaşıma engel teşkil edebileceği endişenin bulunduğu okuması yapılabilmektedir.

Postmodernizm, klasik kuramsal yaklaşımlarının orta yol savunucusu Bauman için ise bir anlam olarak konumlanır. Bauman'ın genel hatlarıyla yapmak istediği, modernlikle hesaplaşmak ve bu çerçevede modern dünyanın madalyondaki diğer yüzüne ışık tutmaktır.

“Bauman'ın düşüncesinde postmodernlik ideal anlamada çoğul ve çoğulcu dünya tasarımı sunar bizlere ve bu dünyada ilke olarak bütün yaşam biçimlerine kendi özerk alanları içinde yaşama hakkı tanınmıştır. Başka bir ifade ile söylenirse

⁴¹ Toptancı, H. C. (2008). Küreselleşme Sürecinde Postfeminizm. *Yüksek Lisans Tezi*. Elazığ: Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı.

postmodern dönemde hiçbir yaşam biçimi, herhangi bir yaşam biçimini izinsiz bırakacak kadar bariz değildir: "Farklılık bir baskı olmaktan çıkıp, eylem ve çözüm gerektiren bir sorun olarak yorumlandığı zaman, farklı yaşam biçimlerinin barış içinde birlikte yaşamaları, düşman güçlerin geçici bir dengesi olmaktan başka bir anlamda mümkün hale geliyor. Bir yandan birlikte yaşama ilkesi, evrenselleştirme ilkesinin yerini alabilirken öte yandan hoşgörü önermesi ihtida ve tabiiyet önermelerinin yerine geçebilir. Özgürlük, eşitlik ve kardeşlik modernliğin sloganıydı. Özgürlük, farklılık ve hoşgörü ise postmodernliğin ateşkes formülüdür" (Bauman, 2003,131; akt. M.K. Şan, syf.80).

Bu açıdan post-modern feminizme baktığımız zaman o da yüzünü madalyonun yanıltıcı aydınlık yüzündeki eşitsiz bir biçimlenme içinde olan cinsiyetler, sosyal kontrol, politika ve hukuk temellendirmelerinde teorik çerçevelere katkı sunmaktadır.

Bu noktada söz konusu teori, kadın ve erkek olarak ikiye ayırdığı cinsiyet kategorilerine seçilebilir cinsiyet kavramlarını da dahil ederek, bu cinsiyetleri toplumsal rolleri üzerinden açıklamalarda bulunur. Bu teori, toplumun cinsiyetlere yüklediği rolleri reddeder, cinsiyetin seçilebilir olmasını kabul eder ancak bunun yanı sıra radikalize olmuş feminist hareketlerin de karşısında konumlanmayı tercih etmektedir. Bunun sebebi, kadının toplumsal rolü dışında hukuksuzca yargılandığı sosyal kontrol mekanizmalarının olduğu gerçekliğidir. Postmodern feminizm, bu açıdan birçok teorinin arasında bir çizgi gibi konumlansa da asıl sorunlara işaret edici bir perspektif sunmaktadır.

Bu ayrımcı bakış açısının en net açıklaması Butler'ın tespitlerinde bulunur. Ona göre, feminizmin üreticisi siyasi söylemler ve iktidar güçleridir. Feminizm, sıkıştığı yerde, şark kültürü üzerinden ezilen bir kadın profili yaratır. Bu durum feminist hareketin özünün Batı hegemonyasının bir ürünü olduğu noktasını gözler önüne sermektedir. Bunu kullanırken benimsediği evrensel duruşu postmodern feminizm açısından kabul görmez. Feminizmin bu yaklaşımını postmodern feminizm samimiyezsiz bulmaktadır. Bu kapsamda feminizmin en büyük hatası, kendisine yöneltilen özellikle de kategorik ayrım noktasındaki eleştirilere karşı hilekâr bir temsil görüntüsü vermesi ve bunun altından kalkamamasıdır⁴².

Bunun temel dayanaklarından ve örneklerinden bir tanesi de kesişimsellik kavramıdır. Kesişimsellik tek bir açıdan ve sınırlı bir bakış açısı yaklaşımına işaret eden bir

⁴² Butler, J. (2020). *Cinsiyet Belası*. İstanbul: Metis Yayınları.

yaklaşımıdır. 20. Yüzyılın önde gelen hukukçularından olan Crenshaw bu kavramı ilk kullanan olarak tarihsel bağlamda konumlanır. Bu kavram ile anlatmak istediği, toplumsal yapı içerisindeki baskıcı kolektif kurumların siyahi kadınları marjinal bir biçimde kasti olarak işaret ettiğine dikkat çekmektir. Sosyoloji alanında ise Colins aynı dönem içerisinde piyasaya sürdüğü *Black Feminist Thought* kitabında etnik köken ve siyahi feminist grupların mücadelelerini konu edindi. Tarihsel bağlamda bu yönde konumlanan kesişimsellik kavramı esasen postmodern tavrı ile feminist teori ve akımların durması gereken lokasyona işaret etmektedir⁴³.

Bu noktada kavramsallaştırma, postmodern feminizm içerisinde bir pusula görevi görmektedir. Feminizmin evrenselci duruşu, batılı eksenden kopamadığı için radikalleşerek asıl amacını su yüzüne çıkaramamasıdır.

Bu noktada feminist yaklaşım, kadın haklarının daha çok bir erkek tarafından ev içi başka bir ifade ile aile içindeki eşitsizliklerden doğduğunu ifade eder ve bunu bir şiddet olarak niteler⁴⁴. Keza bu bir şiddet biçimidir. Fakat buradaki ayırım postmodern feminizm eşleşmesinde sadece kadının ev içi ilişkilerde uğradığı sömürü değil aynı zamanda tüm kamusal alanlardaki varoluş çabasıdır. Çünkü çalışan kadınların birçoğu cinsiyet ayrımcılığı kapsamında beyaz yaka veya mavi yaka olması fark etmeksizin ayrımcılığa uğramaktadır. Böylelikle biz postmodern feminizminin esas duruşunun kadının her alandaki ayrımcılığını ortadan kaldıracak bir çizgide olduğunu görmekteyiz.

Diğer feminist açılımlarına baktığımız zaman, liberal feminizmin kadının sınırlı alanından çıkıp kamu alanlarında erkekler ile eşit hak ve özgürlüklere sahip olması gerektiğini ileri sürer. Kadın bu eşitliği elde ettiğinde ise toplumun birçok alanında özerkleşmiş bir birey inşa etmiş olacaktır ve toplum nazarında rasyonel bir yer edinecektir. Radikal feminizme göre ise hak ve özgürlükleri eşit bir biçimde elde etmiş olmak yetersiz kalacaktır. En nihayetinden aileden devlete kadar toplumsal kurumların hepsi ataerkil bir düşün ve bakış açısı ile kadını oyun dışı bırakarak inşa edilmiştir. Ancak aile kurumu ortadan kaldırıldığında kadın özgür bir birey olarak var olabilecektir. Bu sebeple toplum, erkeğin olmadığı kurumlarla yeniden yapılandırılmalıdır.

Oysa postmodern feminizm, bu iki ucun karşısında konumlanarak kadının nasıl kategorize edildiğine dikkat çeker. Postmodern feminizme göre kadının ırk ve etnisite

⁴³ Çapar, G. (2019). Kesişimsellik: Postmodern Feminist Bir Yaklaşım. *Hukuk Kuramı*, 1-31.

⁴⁴ Çapar, G. (2019). Kesişimsellik: Postmodern Feminist Bir Yaklaşım. *Hukuk Kuramı*, 1-31.

bağlamında batısından, doğusundan, cinsel yöneliminden, ten renginden, kast sisteminin en alt tabakası atfı yapılmış olmasından konu açarak hak, eşitlik ve özgürlüklerin elde edilmesinde yol alınabileceğini savunur. Bu açıdan postmodern feminizm plüralizmle temellenir.

Bu bağlamda postmodernizmin bir diğer yanı olan pragmatizmle de paralel bir duruş sergilemektedir. Kadın ve kadınlarla ilgili sorunlar kapsamında soyut çarelerden ziyade pragmatik ve somut çareler sunmuştur. Her ne kadar postmodern teorilere yöneltile eleştiriler soyutlama ve genelleme üzerinde olsa da postmodern feminizm pragmatik yöntemi ile bu sorunu aşmıştır.

Postmodern feminizm, hiçbir cinsiyeti saf dışı bırakmaksızın karma bir kimlik oluşturmanın içselleştirilmesini ve cinsiyetten ırka kadar hiçbir fark gözetmeksizin rölativist yaklaşımdan uzaklaşılmasını savunur. Bu bağlamda postmodernizm, modernizmin, prototipleştirme anlayışına karşı çıkıyorsa, postmodern feminizm de feminizmin beyaz kadınlar üzerinde konuşlanmasını ve başkaca kadın profillerini göz ardı edişini, bunu yapmadığında da savunusunu şark kültürü ile temellendirmesini eleştirmiştir.

Bu meyanda postmodernizm ve feminizm arasındaki temel farklar, postmodern feminizmin dışında şekillenir. Topluma yönelttiği eleştirel bakış açısı kapsamında postmodernizm, zihinsel bir kurgulama yöntemini tercih etmektedir. Oysa feministler, toplumun somut adımlarla ancak tek bir kadın profili özelinde eleştirilmesi noktasını vazgeçilmez bulmaktadırlar. Buna karşılık postmodern feminizm, gerçekçi çözümler sunan ve tek bir kadın profiline odaklanmaktansa birden çok kadın profiliyle ayrımcılığın ortadan kalkması yönünde somut öneriler sunarak sorunu temele alan bir yaklaşımı oluşturmaktadır.

Postmodern feminizmin bu yaklaşımında durumu ispatlar niteliklerden bir tanesi de yine postmodern teorilerin kurgusal olmaları ve çözüm üretmiyor iddiaları temel eleştiri kaynağına bir cevap niteliği taşımaktadır.

Literatüre baktığımızda, özellikle postmodern feministlerin, dil ve yapıbozumu üzerinden cinsiyetçi ayrımların ortadan kaldırılmasını şiddetle savunduklarını, bunun çözümü için de dilde yapıbozumcu bir kategorik ayrım yöntemine başvurduklarını görürüz. Onlara göre, topluma ait özellikle atasözleri ve deyimlerin kullandığı ifadeler sıkıntı vericidir. Oradaki eril dilin ortadan kaldırılması birincil öncelik olmalıdır. Çünkü kadının hakları

ancak söylemlerin yeniden inşa edilmesiyle uygulamaya geçebilir ve bir anlam bütünlüğü oluşturabilir. Bunun yanı sıra, beden dili de teoride önemli bir yer teşkil etmektedir. Sözcüklerin yapısı değiştirilerek yeniden adlandırılabilir ve ona göre de yeniden anlamlandırılabilir. Ancak bunun bir bütünlük ihtiva edebilmesi için bireylerin, kurumların kısaca toplumun kendi tahakküm zincirini de kırması gerekir.

Dil ve davranış arasındaki çizgilerde çözümler sunan postmodern feministlerin en belirgin katkısı İngiliz dili üzerinde gerçekleşmiştir. Erkek ve insan sözcüklerine anlam bakımından aynı olarak karşılık gelen “man” sözcüğünün kullanılmasını doğru bulmayan postmodern feministler “person” sözcüğünü kullanıma sunmuşlardır.

Başka bir açıdan da postmodern feminizm, sadece kadın cinsiyeti üzerinden değil erkeklerin de farklı kategoriler üzerinden konumlanmasına karşıt bir duruş sergilemektedir. Kadın ve erkek özelinde temel bir düşünme dinamiği inşa etmek teorik düzlemde kabul görmez. Çünkü bu tarz temellendirmeler ikili karşıtlıklar sistemine tekabül eder. Hem postmodernizm hem de postmodern feminizm düalist söylemlerin yıhma ve yüceltme eylemleri içermesinden kaynaklı karşısında durmayı yeğlemektedir.

Postmodernizmin ve postmodern feminizmin cinsiyetler temelindeki bu yaklaşımı en şeffaf ortak noktalarını oluşturur. Ancak postmodernizmin feminizmin kadın üzerinden temellendirdiği kimlik siyasetine de eleştiri getirmektedir. Kadının varoluşunu tamamlamaya mahkûm, yarım bir kimlik olarak inşa edilmesi noktası feminizmin kategorik tavrıyla keskinleşmiş olmaktadır. Kadın noktasındaki sert feminizm söylemleri, kadının bir bütün değil, eril bir bütünün parçası olarak anılmasına sebebiyet vermektedir. Böylece feminizmin kullanmış olduğu dil ve benimsediği yaklaşım modern toplumlarda kadının, erkeği tamamlayan olarak anılmasına ancak bu yapılırken de kadına yarım bir kimlik atfedilmesi yolunu açmış olmaktadır.

Teoriye olan eleştirilere bakacak olursak, bunlardan ilki, postmodern feminizmin aslında radikal feminizmle aynı düsturları paylaşmasıdır. Eleştiri iddiası radikal feminizmin ivmesini kaybetmesi ile birlikte manidar bir biçimde teorinin ortaya çıkmış olmasıdır. Politik söylem yaygınlaştıkça teori popülerlik kazanmaya başlamıştır. Bu sebeple teori, radikal feminizmden doğan boşluğun doldurulması fırsatını sinsice değerlendirmiş olarak görülmektedir.

Başka bir açıdan her şeye karşıt olan duruşunun baskıcı yeni bir söylem ortamı yaratmış olmasıdır. Rölativist yaklaşımı benimseyen teorinin yeni dominant bir dil inşa etmesi en çok eleştiri alan diğer noktalardan bir tanesi haline gelmiştir.

Özellikle teorinin meta anlatıları büyüklenmeci bulması ve reddetmesi ancak aynı sertlikte kendisinin bu dili ve fiilleri kullanıyor olması büyük bir çelişkidir.

“Kesinliği olan bir şey söyleme niyetindeyseniz, bir yerde sizinle hemfikir olmayan biri muhakkak vardır. Herkesin hemfikir olduğu veya kimsenin yanlış olduğunu düşünmediği bir şey söylüyorsanız, muhtemelen statükoya (hatta hiçbir şeye) karşı çıkmıyorsunuzdur. Bununla birlikte, kendinizi sansürlemeniz gerektiği sonucuna varmak büyük bir hata olur çünkü konuşarak başkalarının konuşmasını susturursunuz” düsturu büyüklenmeci buldukları meta anlatıları kendilerinin ürettiği noktasında eleştirilmektedir. (Mantilla, 1999; syf.8)

“Meta-anlatı’nın reddedilmesinin diğer özelliği, ‘kişisel olan politiktir...’in anlamını bilfiil çarpıtmasıdır. Postmodernizmde, kişisel olan, politik olmaktan ziyade, yalnızca ve münhasıran kişisel hale gelir –ezilen kişiler arasında bağlantı kurmaya ya da bireysel deneyimlerin aslında nasıl da daha büyük toplumsal güçlerin yansıması olduğu konusunda bilinç yükseltmeye dönük her çaba, diğer sesleri susturmak olarak yeniden yorumlanır” (...) Net etkisi, kadın çalışmaları öğrencilerinin birçoğunun, en temel gerçekler hakkında bile “Aslında bunu söyleyemezsin,” demesidir. (Mantilla, 1999; syf.8-9)

Postmodern feminizm her ne kadar haklı ve yerinde girişimlerde bulunsa da literatürde birçok boşluğa sebebiyet vermiştir. Alan yazında muğlak bir biçimde açıklanıyor oluşu toplum tarafından anlaşılmaz ve silik bir teori olarak kalmaya mahkûm edilmiştir.

Feminizme yaptığı haklı eleştiriler noktasında toplumca anlaşılamaması sebebiyle halen feminizm olarak anılması sosyal gruplarda karmaşıklığa sebep olmuştur. Kendini birçok defa kadın hakları savunucusu ya da feminist olarak tanımlayan grupların temelde postmodern duruşlarını gözden kaçırmalarına sebebiyet vermiştir.

Postmodern kavramsallaştırması eril ve gelenekçi bir dil ile anıldığından feminizmin kapsayıcı bir nitelikte olduğu sanrısı sosyal gruplarda devam etmektedir. Toplum ve kadın savunucusu bu gruplar postmodern feminist temelli olsa da teorinin muğlak olarak yansıtılması bu grupları toplumla bütünleştirici değil ayrıştırıcı bir etki altında kalınmasına sebep olmuştur. Sonuç olarak, postmodern feminist teori tüm hatlarıyla

anlaşılması ve literatürde daha fazla yer edinmesi gereken bir teorik çerçeveye yerleştirilmelidir.

1.2.4. Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliğinin Yeme ve Beden Algısı Bozukluğu Üzerindeki Kategorik Etkisi

Toplumsal cinsiyet eşitsizliği, toplumdaki cinsiyetlerin sosyal bağlamlardaki eşitliğinden doğmuş bir tanımlama biçimidir. Bu tanımlamaların temellendirmelerindeki en net biçimi, toplumsal bağlamda kodlanan cinsiyetçi bir tutumdur. Cinsiyetçi tutumun yansımaları ve bireyin benlik imajlarına kuşkusuz beden algısı ve yeme tutumları da dahil olmaktadır. Böylelikle eşitsizlik ile doğan cinsiyetçi tutum hem fizyolojik hem psikolojik hem de sosyolojik bir şiddet etkisi içermektedir. Ez cümle ile yeme bozukluğu ve beden algısı bozukluğu üzerindeki etkiler üç kategoride incelenebilir. Ancak bu üç kategoriye temellendirebilmek için cinsiyetçi tavrı ve kişinin inşa ettiği benlik imajlarını anlamak ve aktarmak konu bağlamında tutarlılık arz etmektedir.

Cinsiyetçi tavır ya da cinsiyet tarafgirliği, bireylerin cinsiyetlerine dayalı bir biçimde ortaya çıkan ayrımcılık ya da yanlılık olarak nitelenmektedir. 1950 yıllarından önce bu yanlılık daha çok kadın kapsamında gelişen açık ya da örtük stereotipler çerçevesinde kendisine yer edinmiştir. Ancak bu iki tanım bağlamında Türkiye özelinde bir yorum yapmak gerekirse, 1950 yılları ve sonrasında kadınlar genel bir model üzerinde şekillendirilmiştir. Modern görünümlü çağdaş kadın portresi ülkenin özellikle kent merkezlerinden yola çıkarak yayılım göstermiştir. Bu modellemenin ana kaynakları giyim tarzı, saç stilleri, makyaj stilleri ve beden görünümü kapsamında belirlenmiştir. Bu belirlenimler üzerinden Türk kadınlarındaki modernlik eğilimi, görsel açıdan Avrupai bir tarz ihtiva ederken, düşünsel ve kültürel bağlamda gelenekçi bir yapıya sıkışmış olarak kalmıştır.

Ataerkil ve geniş aile yapısının devamlılığı ile birlikte öte yandan siyasi bağlamda laik ve cumhuriyetçi tavrın baskınlığı ve arzulanması, ailenin tüm üyelerinde sert bir şekilde var oluşunu sürdürürken kadının konumu ve gördüğü muamele, üstlendiği roller çok da değişime uğramamıştır. Kadının çalışma hayatında aktifleşmeye başlaması ya da eğitim alanında üniversite okuyan kadınların sayılarının hatırı sayılır bir biçimde çoğalması, kadına yüklenen ezici toplumsal rolün aşılmasına yardımcı olmadığını söylemek yanlış olmayacaktır.

Tam olarak bu noktada yüzümüzü eril tahakkümün görünmez yasalarına çevirmemiz gerekir. Toplum ve ailesi tarafından şehzade zihniyeti ile büyütülen erkek çocukları ve sonrasında yetişkin olmuş erkeklerin bakış açısına, cinsiyet yanlılığı bağlamında, bir düşünce daha eklenmiştir. Bu düşünce, kadının erkeğin hayatını mükemmelleştirmedeki rolünün yanı sıra kadın bedeninin kendi göz sofralarını doldurması ve erkekliklerini doyurması kapsamında yerleşmiş olmuştur. Kadının toplum tarafından atfedilmiş yüklerinin üzerine bir de mecburiyet içeren, bir şekilde kendisi ile ilgili bir madde daha eklenmiş olmaktadır. Böylelikle eski tarz cinsiyetçiliğin yerini, kadınlar üzerinden örtük bir biçimde inşa edilen cinsiyetçi tutuma sahip modern önyargılar almıştır. Bunlar, kadınlar özelinde yapılan ayrımcılıkların reddedilmesi, kadınların istek ve hayallerine karşı duyulan kin ve kadınların özel ayrıcalık istediklerine dair geliştirilen nefret söylemleri olarak sıralanabilir⁴⁵.

Cinsiyet eşitsizliğinin ve cinsiyetçi tutumun oluşumundaki önemli kavramlardan biri, bireyin kendi için ve toplum için inşa ettiği benlik imajlarıdır. Benlik kavramsal açıdan kısaca, bireyin karakterini inşa etmesini sağlayan genetik ve sosyal dinamiklerin ortak bir yansımasıdır. Bu bağlamda benlik, kişinin gelişim çağlarında şekillenmektedir. Benlik kavramı, literatürde özellikle de psikoloji alanında birçok çeşidi ile tanımlanmaktadır. Ancak bu tanımlamalar içerisinde sosyolojik bir duruş sergileyen çeşidi özne benlik, nesne benlik, olası benlik ve onlardan doğan maddesel, sosyal ve olası benlikler olarak sıralanabilir.

Kişinin benlik imajlarını inşası daha çok bilen ben kategorileriyle şekillenmektedir. Bu kapsamda özne benlik, bireyin kendisini diğer nesnelerden ve bireylerden ayırt etmesini sağlayan bir işlevselliğe sahiptir. Amacı ise daha çok deneyimlerin depolanması ve bunun karakteristik bir zamansal sürüş inşa etmesi ve bunlar arasında bir birlik duygusu oluşturmaktır.

Nesne benlik de özne benliğin aslında bir eşlenikçisi gibidir. Nesne benlik, bireyin şu andaki ve gelecek zamandaki kimliğini inşa etmesi için kendi hakkındaki bilgileri daha özenli algılamak ve bunları depolamak üzerine bireye işlev kazandırmaktadır. Ancak sosyal imajlar kapsamındaki en çarpıcı benlik kategorik ve materyal (maddesel) benlik

⁴⁵ Ecevit, Y. (2021, Mart). Türkiye’de Katılımcı Demokrasinin Güçlendirilmesi. Türkiye’de Katılımcı Demokrasinin Güçlendirilmesi: Toplumsal Cinsiyet Eşitliğinin İzlenmesi Projesi Faz II Toplumsal Cinsiyet Eşitliğinin Temel Kavramları Eğitim Materyali . Ankara, Çankaya, Türkiye: CEİD Cinsiyet Eşitliği İzleme Derneği.

olarak aktarılmaktadır. Kategorik benlik, kişinin inşa ettiği benliğin görünür olmasını sağlarken bunu bir nesne gibi sunmaktadır. Materyal benlik ise onu tamamlayacak bir biçimde fizyolojik var oluşu yani bedenimizi, kendimize ait olarak gördüğümüz çevremizdeki diğerlerini ve bunun yanı sıra da çevreden edinilmiş eşya, unvan ve benzeri dinamikleri kapsamına almaktadır⁴⁶.

Örneğin, evlenmek veya ev almak gibi davranışlar kişinin maddesel benliğini korumak amacına yönelik gösterdiği davranışlardır. Bu zinciri son halkaya taşıyan benlikler sosyolojinin kapsamı içerisinde oldukça net bir var oluş sergilemektedir. Bu kapsamda sosyal benlik, bireyin diğer kişiler tarafından nasıl algılandığı, bu algılarla sosyal gruplara dahiliyeti ve bununla beraber edindiği tüm konumları içermektedir. Bu sadece edinilen konumları içermez. Aynı zamanda kişinin bunlara dair olan istemlerini de içerir. Bu bağlamda farklı sosyal roller edinme ve bu rolleri toplumdan talep etme istemlerimiz sosyal benlik aşamasında gerçekleşmektedir. Ona yoldaşlık eden olası benlikler ise bireyin olmayı istedikleri ve aynı zamanda olmak istemedikleri noktasının belirleyicisidir. Bu belirlenim bireylerin karakteristik özelliklerinin ana hatlarını oluşturmaktadır. Olası benlik olarak ifade edilen bu benlik türü, kişinin sahip olduğu benliği anlayabilmesi açısından önem teşkil etmektedir.

Böylece karşımıza gerçek benlik ve ideal benlik kavramları çıkmaktadır. Gerçek benlik ve ideal benlik arasındaki ayrım sosyolojik bir içeriğe sahiptir. Çünkü gerçek benlik kişinin kendisine ait sandığı benlik algısını ihtiva ederken ideal benlik, kişinin kendi için istediği benliği ihtiva eder. İkisi arasındaki çatışma, duygusal bağlamda kişide hayal kırıklığı ve tatminsizlik duygularını beslerken toplum tarafından listesi çıkarılmış bir benlik inşasının doğumu gerçekleştirmiş olur. Olması gereken benlik, başka bir ifade ile toplum tarafından şekillendirilmiş ve olması gerektiğine inandırılmış benlik, bireylerin toplumsal tabandan kopuşu ve duygusal alandaki bölünmesini net bir şekilde işaret etmektedir. Buradaki çatışma, bireye korku, huzursuzluk, gerginlik olarak yansırken, toplumda çift şeritli gidiş-dönüş yolu gibi bir karmaşa üreten bir durum olarak yansımaktadır. Böylece yaşanan bu durum, bireysel çöküş ve tekrar toplumsal anomi şeklinde bir kısır döngüye dönüşmektedir.

⁴⁶ Aslan Yılmaz, H. (2016). Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar ve Tanımlamalar. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 79-89.

Özellikle bu durum, benlik ve sosyalleşme ekseninde incelendiğinde Cooley'in 'ayna benlik' kavramsallaştırması ile vücut bulmaktadır. Ayna benlik, bir başkasının düşünceleri kapsamında bireyin kendisini nasıl hissedeceği ve kendi ile ilgili nasıl bir bakış açısı kazandıracağı noktasını açıklamaktadır. Erken çocukluk döneminin çıkışında gelişen toplumsallaşma süreci ile gerçekleşmektedir. Bu sebeple çevresel etkenler ile koşullanan birey, karakteristik özellikleri bağlamını bir rutin olarak, başka bir ifade ile başkalarının bize olan bakışı üzerinden şekillenmesi olarak algılamaktadır. Bu algının yerleşimi ile birlikte Cooley'in kavramsallaştırması, Shavelson, Hubner ve Stanton kavramsallaştırmalarıyla paraleldir. Onlar, benliğin hiyerarşik olduğunu ve kompleks bir yapı ihtiva etmesi sebebiyle değişime dirençli olduğunu ifade etmektedirler.⁴⁷

Fiziksel varlığımız benlik imajlarımızı, sosyal varlığımız psikolojik ve toplumsal imajlarımızı var eder. Bu kapsamda, toplumun etkileri ve kişilerin topluma etkisi var edilmiş olmaktadır. Bu var oluş alanları toplumsal ve bireysel tutumları gün yüzüne çıkarmaktadır. Bu tutumların konu bağlamındaki temel kaynakları beden algımız ve yeme davranışlarımızdır. Toplumsal olarak belirlenen ve tahakküm altına alınan cinsiyetimiz besinleri tüketme şeklimizi, türlerini ve bunların yansıması olmaksızın bedenimize olan bakışımızı belirleyici bir rol üstlenmektedir.

Modern dönemdeki eşitsizliğin eşitlik vurgusu her alanda olduğu gibi cinsiyetler özelinde de etkin bir tavır sergilemektedir. Eşitsizce toplum tabanından hiyerarşik bir biçimde inşa edilen cinsiyet, rutin ve direnç kavramları ile karşımıza çıkmaktadır. Mantık çerçevesinde hiyerarşik olarak inşa edilen sosyal veya bireysel bir yapı liste usulüne tabi bir yapı oluşturmaktadır. Liste usulüne tabi olan bir yapı kaçınılmaz olarak direnç ve rutinleri inşa etmektedir. Buna göre, modern dönemin listesi bir ol ve ol-ma eksenine kuruludur. Bu ekseninde görünür hale gelen direnç ve rutinler kişilerin yeme tutumları ve beden algıları noktasında belirleyicidir.

Eşitsizlik, cinsiyet ve benzeri kavramlar toplumsal ve bireysel açıdan zıt anlamlı kavramlara karşı bir direnç geliştirirler. Direnç, kişilerin veya toplumların değişime karşı gösterdiği başka bir ifade ile rutinlerin bozulmasına baş kaldırdığı bir anlam bulmaktadır. Burada irdelenmesi gereken en önemli husus, cinsiyetçi tavırları ve benlik imajlarını oluşturan toplumun, bireylerin beden algısı ve yeme tutumları üzerindeki bozulmaları

⁴⁷ Aslan Yılmaz, H. (2016). Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar ve Tanımlamalar. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 79-89.

toplumsal cinsiyet kapsamında ne yönde bir rutine ve ne yönde bir dirence götürdüğünü açıklamaktır. Daha önce de vurgu yapıldığı gibi bu durum fiziksel, psikolojik ve sosyolojik şiddet etkileri olmak üzere üç kategoride incelenebilmektedir.

Cinsiyetçi tavır ve sosyal imajlar üzerinden şekillenen şiddet, sosyal kontrollerin bir yansımasıdır. Beden algısı ve yeme tutumlarının bozulmasındaki temel etkenlerden bir tanesidir. Temel anlamda ise şiddet, güçlü bir erkin bir diğerine fiziksel veya ruhsal olarak zarar verme olasılığı kapsamında tanımlanabilmektedir. Toplumsal cinsiyet kapsamında şiddet, cinsiyet üzerinden uygulanan bir şiddet biçimidir.

Toplumsal cinsiyet kapsamında temellenen bu şiddet biçimi daha çok kadın, erkek veya son dönemlerde konumlanan çeşitli diğer cinsiyet biçimleri gözetilmeksizin uygulanan ya da uygulanma olasılığı olan şiddet biçimidir. Bu şiddet olgusu oldukça sosyolojiktir. Çünkü bireyler, topluluklar ya da bir ülkenin tamamı cinsiyet temelinde şiddete maruz kalabilmektedir. Buradaki asıl temellendirme, eşitsizlik üzerinden konumlanmaktadır. Toplumsal cinsiyet kapsamında olan şiddet, toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin varlığından kaynaklı bir biçimde ortaya çıkmaktadır. Burada şiddetin kapsamı daha çok kadın ve erkek arasında gelişen fiziksel, psikolojik bir altyapı oluştururken, kolektif bağlamda erkeklere oranlara kadınlara daha fazla uygulanan bir şiddet biçimini ihtiva etmesidir.

Şiddet biçiminin kadınlar özelinde fiziksel olması vücuda zarar verici eylemleri içerir. Buradaki açıklamanın konu özelinde bağıntısız kaldığı düşünülse de kadının gördüğü fiziksel şiddet kendisine duyduğu öz saygıyı zedelediğinden yeme davranışı ve bedenine bakışı noktasında hasar verici bir hal almaktadır. Kadınlar, sadece hayatlarında iktidarını ilan etmiş bir erkeğin eşi veya sevgilisi olması bağlamında yemek yapmadıkları ya da çocuklarla ilgilenmedikleri ya da partnerlerine karşı toplumsal olarak kadınlık görevi adı altında nitelenen cinselliği yerine getirmedikleri için şiddet görmezler. Kadınlar aynı zamanda bu erkek egemen sistemin modern çarkındaki prototipe uydukları ya da uymadıkları için de fiziksel şiddet görürler.

Buradaki fiziksel şiddet, erkeğin kadını teşhir kültürünün ürettiği görseller üzerinden yaftalaması, esasen eşler arasındaki temas iletişiminin sağlanmasına amacıyla kadının bu girişimde bulunması ancak, bu arabulucu eylemin namus kavramı üzerinden kurgulanması sonucu da fiziksel şiddet görebilir. Tam tersi bir durumda kadının bunu hiç yapmaması ve erkeğini memnun etmemesi, başka bir ifade ile kadınlık görevini yerine getirmemesi, görevi olan arzuları uyandırmaması kapsamında da suçlanıp fiziksel şiddete

uğrayabilir. Tabii olarak bu suçlama haline bir de kadının bedenindeki şişmanlık ya da zayıflıktır da dahildir. Bu kapsamda kadınlara yöneltilen fiziksel şiddetin boyutları genel hatlarıyla psikolojik şiddetle ilintilidir.

Özetle, yek anlamı ile fiziksel şiddet “daha çok bedene yöneliktir ve bedensel güce dayalıdır. Kontrol etmeyi ve çeşitli acı ve korku yaşatacak eylemleri içerir” (HASUDER Toplumsal Cinsiyet; syf.43).

Psikolojik şiddet, kişinin mental sağlığına yönelik olarak gerçekleşen ve kendisini güvende hissettirmeyen bir yaptırım türü olarak tanımlanabilmektedir. Cinsiyetçi tavır ve sosyal imajlar üzerinden psikolojik şiddet, bedene yönelik ağır hakaret ve ithamların gerçekleştirilmesidir. Bu söylemler kişinin yaşam faaliyetleri içerisindeki birçok noktada yıpranmasına yol açmaktadır. Cinsiyetçi tavır, özellikle kadınlar üzerinden psikolojik bir şiddete dönüştüğünde yetersizlik duygusu ile temellenmektedir. Kadının bir erkeğin nazarında inşa edilmesi, güzellenmesi ve bu standartlara uymadığında maruz kaldığı bir şiddet biçimidir. Konu bağlamında psikolojik şiddet daha çok kadınlara partnerleri veya yasal eşleri tarafından, aileleri tarafından ve çocukluktan başlayan gelişim çağlarında akran zorbalığı olarak uygulanabilmektedir. Alanyazında body shamming olarak geçen bedensel aşağılama, konu bağlamındaki en net psikolojik şiddet biçimini oluşturmaktadır. Kolektif şiddet başka bir ifade ile sosyolojik şiddet, kültür endüstrisi bağlamında oldukça geniş bir yer kaplamaktadır. Popüler kültür araçları ve o araçlara olan erişimin ekonomik boyutları, kapitalizmin döngüsü içerisinde konumlanan bir ekonomik şiddet biçimini açıklamaktadır. Bunun yanı sıra toplumsal stereotipler dediğimiz sosyal kontroller temelinde gelişen ataerkil kültürel yapı, kişinin yeme tutumları ve beden algısı kapsamında kolektif bir şiddet biçimine maruz kaldığını açıklar niteliktedir.

Bu üç kategoride cinsiyetçi tavır ve sosyal imajın aralarında olan etkileşim kompleks bir bileşim içermektedir. Bunun sebebi beden ve cinsiyet kimliğinin iç içe geçmiş bir yapı olmasından kaynaklanır.

“Beden, toplumsal beden, cinsiyet, toplumsal cinsiyet, cinsiyetler arasındaki cinsel farklar gibi konular toplumun hem görünen hem de zorunlu bir durum olarak görünmeyen yönlerine işaret etmektedir” (Ünlü, 2023; syf.118).

Ez cümle ile bedenin ve yeme tutumlarının belirlenimi, cinsiyetçi tavrın sosyal imajları tasarlaması ile birlikte şiddet tipleri oluşturmaları kapsamında bir etki alanının içerisinde yer almaktadır.

1.3. BTA VE BDB TRAVMALARI: Fiziksel, Psikolojik, Sosyolojik Şiddet

Şiddet eylemi toplumsal düzende kaçınılmaz bir olgudur. Ancak bu eylemin gün geçtikçe birçok alana sıçraması toplum sağlığı ve ruhsal sağlık şartları açısından endişe verici bir hal almaktadır.

Toplum düzeyindeki şiddet olgusu, etiketleme/damgalama davranışlarının şiddete dönüşümünde birincil etken olmaktadır. Bireyleri yetiştiren bu toplumlar, zaman içerisinde etiketleyici söylemleri ile şiddete meyilli ilişkileri üretmektedir. Fiziksel, psikolojik ve sosyolojik şiddet özellikle kadın bağlamında ele alındığında son dönemde tehlikeli bir hal almaya başlamıştır.

Kişilerin toplumsal konumları, yetişme şartları ve ekonomik durumları bu şiddet tiplerini yüksek seviyelere ulaşmasındaki temel etkenleri oluşturmaktadır.

Konu özelinde BTA'nın yeme bağımlılığı olması ve BDB'nin beden algılarındaki bozulmayı ifade etmesi şiddetin oluşumunda yer teşkil etmeye müsait teşhisler olduğunu ortaya koymaktadır. Bu kapsamda konunun anlaşılabilir hale gelmesi için öncelikle BTA ve BDB'yi tanımlamak gerekmektedir.

1.3.1. Bta-Bdb-Yeme Bağımlılığı

Çalışmaya konu olan yeme ve bunun üzerinden şekillenen beden algısı bozukluğunu öncelikle fizyolojik ve psikolojik anlamda tanımlamak gerekmektedir. Buna göre, yeme bozukluklarının sınıflandırma ve teşhisinde başı çeken bir düzenleme olarak iki yeme bozukluğu tanımlanmaktadır: Anoreksiya ve Bulimia nevroza.⁴⁸ Bunlar için tanısal ölçütler net olarak belirlenmemiştir: BTA yeme bozukluğu ise, bunların tanı ölçütlerini karşılamayan klinik anlamda ciddi yeme bozuklukları için elde tutulan bir tanı durumundadır.

Duygusal açlık, yani yeme bağımlılığı, literal adıyla BTA, Anoreksiya nevroza ve Blumia Nevroza ile ölçüt bağlamında yakından ilişkilidir. Burada BTA teşhisli bireyler fizyolojik anlamda tanı ölçütlerini karşılamasa da davranışsal anlamda karşılayabilmektedirler. Bu nokta, kişinin teşhisinin açıklanması, tam teşhis konulması ve tedavisi kapsamında büyük önem teşkil eder. Kişilerin kullandığı ilaçlardan aldıkları danışmanlık hizmetlerine kadar

⁴⁸ 'Amerikan Psikiyatri Birliği'nin Ruhsal Bozukluklarının Tanısal ve Sayımsal El Kitabı-Dördüncü Basım' (DSM-IV), "Başka Türlü Adlandırılmayan Yeme Bozukluğu (BTA Yeme Bozukluğu)" diye adlandırılmış bir tanısal kategori ile birlikte iki tür bozukluk tanımlanmıştır. (Fairburn, 2019; syf. 23)

işleyen süreç, kişinin bir danışman veya doktor tarafından teşhis bağlamındaki örüntülerini açıklamaya yardımcı olmaktadır. Hali hazırda kişi (yeme bozukluğunun dışında) bir psikolojik destek veya danışmanlık hizmetinden faydalanyor ise burada verdiği bilgiler kişinin yeme bozukluğu tanısında önemli belirleyici faktörlerdir.

Bireyin tanı bağlamında hangi kategoride yeme bozukluğu geçirdiğini belirlemek bir erken teşhis avantajı sağlayabilmektedir. Bu sebeple anoreksiya nervroza, blumia nervroza ve diğer yeme bozukluklarının (DSM serilerine dahil edilmeyen yeme bozuklukları da dahil olmak üzere) ölçüt kriterleri hakkında bilgi sahibi olmayı gerekmektedir. Bu bağlamda bu kriterleri kısaca açıklamak yerinde olacaktır.

Anoreksiya Nervroza tanısına baktığımız zaman;

“Anoreksiya Nervroza tanısı koymak için üç özellik gereklidir:

- 1.Şekil, kilo ve kontrolü aşırı derecede değerlendirmek. Yani özdeğerini çoğunlukla ya da sadece şekil, kilo ve bunları kontrol etme becerisine göre değerlendirmek.
- 2.Gereksiz yere düşük bir kiloyu aktif olarak korumak (genellikle beklenen ağırlığın yüzde 85 inden daha az bir kiloda olmayı sürdürmesi ya da 17.5 veya daha az bir beden kitle göstergesinin olması ile tanımlanır).
- 3.(Ergenlik sonrası kadınlarda) regl kesilmesi. Bu ölçütün değeri sorgulanmaktadır ve DSM-V’ten çıkartılması olasıdır çünkü diğer iki tanı ölçütünü karşılayan kadınların çoğunluğunda regl kesilir ve regli kesilmeyenler regli kesilenlerle benzerlik göstermektedir” (Fairburn, 2019; syf. 24).

Blumia Nervroza tanısına baktığımız zaman;

“Blumia nervroza tanısı koymak için de üç özellik gerekmektedir:

- 1.Şekil ve kilo kontrolünü aşırı derecede değerlendirmek; anoreksiya nervroza da olduğu gibi.
- 2.Tekrarlayan tıknırcasına yeme. “Tıknıma”, şartlar göz önüne alındığında, nesnel olarak büyük bir miktar yiyeceğin yendiği yeme sürecidir ve bu süreçte kontrol kaybı hissi olur.
- 3.Aşırı kilo kontrol davranışı. (örn.sürekli beslenme kısıtlaması, tekrarlayan kendi kendini kusturma davranışı ya da yanlış laksatif kullanımı).

Ayrıca dışlayıcı bir ölçüt bulunmaktadır. Anoreksiya nervroza tanı ölçütlerini karşılamıyor olmalıdır. Bu ölçüt, hastaların aynı anda her iki tanıyı da almamalarını garantiye almaktadır” (Fairburn, 2019; syf. 24)

Bu ölçütler kapsamında hem BTA ve BDB tanısı almış olan (resmi olsun olmasın) bireylerin yeme karakteristiği hem de tedavi yöntemi kolaylaşmaktadır. Bu durumda belirlenen yol haritası bireyin hayat öyküsü de dahil edilerek çok yönlü bir çalışmayı gerektirmektedir.

BTA türü yeme bozukluğu, beynin ön korteksinde başka bir ifade ile ön lobunda bulunun işlevlerle yakından ilgilidir. Beynin bu kısmında duygu, planlama, problem çözme gibi işlevlerin yerine getirilmesi görevi mevcuttur. Bu durumda bireyin hem bir kişilik inşası hem de davranış örüntülerini inşa etme süreci geçirdiğini söylemek yanlış olmayacaktır. İki yönlü olarak bu durumsal ve duygusal yapılanma zor bir süreçtir. Bu süreç oldukça karmaşık olduğundan yeme tutumundaki bozulmaların da bir diğer faktörünü oluşturur. Kişilik, davranış ve kendini gerçekleştirme üçgeninde yaşanan ön lob temelli süreçte duygu işlevi bu örüntüleri inşa etme sürecinde bozulmaya uğrar. Başka bir ifade ile his bağlamında değerlendirilebilecek her duygu ve davranış bloklanmış olmaktadır. Duygu işlevinde oluşan blokajla birlikte his işlevinin uyarıcı görevini yerine getirememesi kişinin yeme tutumundaki bozulmaları tetiklemektedir. Bireylerin çoğu bu süreç içerisinde yeme bozuklukları geliştirebilmektedir. Her anlamda doyma hissi kaybolan kişi onu geri getirebilmek için yiyeceklere baş vurmaya öğrenir. Bu öğrenme süreci ve sonuçları zamanla kendi içerisinde alt kategorilere ayrılrsa da temel düzeyde bu oluşum aşamalarından geçmektedir. İşlevsel düzeydeki bu temellendirme yeme bozukluklarının genel başlangıç hikayesini oluşturmaktadır.

BTA türü yeme bozukluğunda bu temellendirme oldukça önemlidir. BTA türü yeme bozukluğu dönemsel olabilmektedir. Çocukluk ve ergenlik dönemleri oldukça kritik süreçlerdir. Bu süreçlerin yeme tutumu konusundaki öğrenmeler, davranışlar ve tercihler süreci olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Bu süreçte edinilen yeme deneyimi yetişkinlik evresinde ya tamamen kalır ya da belli başlı tutumların devam etmesi bağlamında bireyin hayatına yerleşmiş olur. Bu yerleşme durumunda BTA dan farklı olarak açıklanan diğer yemek bozukluklarına sahip olma durumu gerçekleşmemişse BTA türü yeme bozukluğu orada devreye girmektedir.

BTA, kişilerin ciddi bir yeme bozukluğu kapsamında tıbbi bir tanı almadan kendilerinin fark ettiği veya aldıkları psikolojik yardımların sonucu veya esnasında farkındalık kazandıkları bir türü ihtiva eder. Yeme bozukluklarının temel hikayesindeki işlevsel bozulma birey üzerinde birtakım travmatik kalıntılara yol açmıştır. Birey, bu zorlu sürecin

yönetimini yiyeceklere devretmeyi öğrenmiştir. Kendisinin farkına vardığı noktada kilo verme ya da alma (daha çok verme) konusundaki hizmetlerle sürekli boğuştuğu inişli çıkışlı süreçler yaşamıştır ya da yaşamaya devam etmektedir. Buradaki işlevsel bozulma bireyin yaşantısında dengesiz bir hal almaktadır. Duygu durumu, kişilik yapılanması ve bunun bir sonucu olarak davranış örüntülerinde endişe, benlik saygısında düşüş, yaşam koşulları içerisindeki stres faktörleri inişli çıkışlı bir yeme grafiği çizmektedir. Buradaki denge kaybı kişinin iç ve dış çatışmalarını besler. Bu sebeple BTA türü yeme bozukluğunun sosyolojik temellendirmesinin diğerlerine göre çok daha ileri düzeyde olduğunu söylemek mümkündür. Yeme davranışının aileden, toplumdan ve coğrafi şartlardan ileri geldiğini öne sürersek BTA türü yeme bozukluğu, psikolojik bir vaka olmasının yanı sıra toplumsal da bir sorundur. Bu yüzden toplum içerisindeki yüzdelik dilimi diğer yeme bozukluklarından daha yüksektir. BTA, her bireyde vardır fakat düzeyleri farklıdır. Tespiti ise kişinin farkındalığı ve yararlandığı destek programları ile ortaya çıkabilmektedir.

Çocuk ve ergenler yetişkinlerin sahip olduğu BTA dan çok daha farklıdırlar. Çocuk ve ergenlerin BTA türü yeme bozukluğuna sahip olmadıklarını söylemek yanlış olmayacaktır. Bunun sebebi, BTA nın temelde, oluşum sürecini ve başlangıç evrelerini burada yaşamı kapsama alacak şekilde değil temel olarak işleyişe dahil olma durumunu barındırmasından kaynaklanır. Başka bir ifade ile BTA türü yeme bozukluğu, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde temeli atılan yeme tutumu yapılanmalarının hikâye temsilcisidir. Bu süreçler kişilerin ne türde bir yeme bozukluğu geçireceğini karakterize eden, oluşturan ve belirlemeyi (teşhisi) yetişkinlik evresine bırakan yaşam dilimini oluşturmaktadır.

Temelinde endişe duygusunu barındıran BDB, kişilerin beden görünümündeki kusurlara abartılı bir biçimde takıntı geliştirmesidir. BDB sahibi olan kişilerin aşırı kilo sahibi olması akla gelse de en nihayetinde bu durumla bağlantısı olduğu görülse dahi temelde sadece bunun etki ettiğini söylemek mümkün değildir. Bölgesel olabildiği gibi tüm vücuttan eşit oradan memnuniyetsiz ve endişeli olma durumunu da içerebilir. Kişide ileri boyutta bir takıntıya dönüşen BDB, yeme bozukluklarını besleyici niteliktedir.

“Bozukluk Emil Kraepelin tarafından “kompulsif nöroz” olarak tanımlanmıştır. Pierre Janet tarafından ise bedenle ilgili utanç obsesyonu olarak adlandırılmıştır” (Çam Ray, Demirkol, & Tamam, 2012; syf.548).

BDB ile ilgili literatürde bu bozukluğun daha çok cilt, yüz, saç ve burun bölgesi olduğu bildirilmektedir. Bu bölgelerdeki dismorfik hassasiyet mükemmel görünümün simetri içerisinde olması gerektiği ve kişinin kendini bu simetriden yoksun bulması ile ilgili olmaktadır. Örneğin, erkeklerde en çok rastanan BDB kas dismorfisi adı verilen bir bozukluktur. Erkeklerin daha çok kol ve karın bölgesi ile ilişkisi bir BDB geçirdikleri ifade edilebilmektedir. Kas dismorfisinde daha çok kolların zayıflığı ya da adonis kompleksi bağlamında nitelenen karın kası takıntısı ile karşılaşılmaktadır. Bu kapsamdaki BDB kişinin fiziksel olarak böyle bir problemi olsa da olmasa da kendisini zayıf ve çelimsiz başka bir ifade ile güçsüz hissetmesinden ileri gelmektedir⁴⁹.

BDB, bireyin duyduğu endişe ve geliştirdiği takıntı bağlamında hayat kalitesini düşürmektedir. Bireyin süre gelen yaşamı içerisindeki işlevselliğinde bozulmalar meydana getirir. Bu bozulmalardan en belirgin olanı depresyon tanısıdır. Özellikle BDB'li kişilerde araştırmalar yüzde 80 gibi yüksek bir oranda majör depresyon tanısına yatkınlık ve bu tanıya sahip olma durumu tespit etmişlerdir. Majör depresyonun en belirgin semptomu olan intihar düşünceleri BDB'li kişilerde eyleme dökülmemiş olsa dahi sık sık bir seçenek olarak hayatlarında ve zihinlerinde yer etmektedir. Bunu tabii olarak etkileyen en önemli duygusal faktör çaresiz bireyin kendini birçok etkenin etkisi altında kalarak çaresiz hissetmesidir⁵⁰.

BDB'li bireylerde kabul görme şartı beden görünümündeki kusurların ortadan kalkmasına bağlıdır. Ailede, okul hayatında, iş hayatında vb. her türden toplumsal ve sosyal gruplar içerisinde kendilerini saygıdeğer görmelerindeki öncelik bedenlerindeki kusurların ortadan kalkmasıdır.

BDB'li kişilerin önemli bir kısmı psikiyatriye başvuru yapmaktan kaçınmaktadırlar. Bu nedenle ilk olarak başvurdukları tıbbi yardım estetik cerrahisi olmaktadır. BDB'li bireylerin önceliği zihinsel deformasyonları değil bedensel deformasyon olarak gördükleri bozuklukları düzeltme girişimleridir. Temelinde onaylanma kaygısı bulunduran bu kişiler, sosyalleşme alanlarında bu düşünsel ve fiziksel örüntüleri daha da açığa çıkarmaktadır. İleri düzey BDB vakalarında, bedensel görünüm bozulmaya

⁴⁹ Karamustafalıoğlu, O., & Karamustafalıoğlu, N. (2000). Beden Dismorfik Bozukluğu. *Düşünen Adam*, 107-109.

⁵⁰ Claiborn, D. J., & Pedrick, C. (2022). *Beden Dismorfik Bozukluğu Çalışma Kitabı Beden Dismorfik Bozukluğunun Üstesinden Gelin ve Beden Görüntünüz ile ilgili Takıntılarınızı Sonlandırın*. İstanbul: Psikonet Yayınları.

başladığında güvenli alanlardan ayrılmama , örneğin ev veya kendilerine ait odadan çıkmama, sosyal fobinin artması ile birlikte çevre ile yapılacak olan etkinliklere katılamama veya kökten bu tarz etkinliklerden kaçınma, okulu bırakma veya iş yerinden istifa etme gibi savunma davranışları üretmektedirler. Bunun altında yatan en belirgin neden, BDB'li kişilerin birçoğunun bedenlerindeki deformasyonun çevresindekilerin farkında olduğu fikridir. Bu sebeple öncelikli geliştirdikleri davranış örüntüsü sürekli bir biçimde aynaya bakmak ya da tam tersi olarak tüm yansıtma işlevi olan araçlardan kaçınmak olmaktadır. Kusurlu olduklarına dair inançlarının yarattığı başka bir savunma davranışı , o bölgeleri görünmez kılmak amacıyla makyaj yapmak, eğer bedeninin farklı kısımlarında ise kusurları örten kıyafetler tercih etmek, bilgi akışına ek olarak dini bir yönelim kazanmaya çabalayarak tesettüre girmek gibi biçimsel değişikliklerde bulunmaktadır⁵¹.

Birbirine zıt karakteristik özellik ve duygulanım içerisinde olan kişiler BDB sahibi olma noktasında diğer kişilere göre daha fazla risk altındadır. Bireyin utangaç ya da tam tersi olarak aşırı dışa dönük olması, erteleyici bir mükemmelliyetçi olması veya kaygılı bir yapıya sahip olmaları olarak bu risk durumu örneklendirilebilir. Çocukluk çağında sözler olarak zorbalığa uğrayan, fiziksel şiddet görmüş , sosyalleşme davranışları desteklenmemiş, cinsel istismara uğramış, bu sebeplerle yaşlılarıyla yeter düzeyde iletişim ve yakınlık kuramamış kişilerde BDB'nin görülme ihtimali daha yüksek olmaktadır. Bu çağlarda olgunlaşmaya ve düzey atlamaya başlayan sosyal öğrenme kişinin kendisine biçtiği değer bu sebeplerle fiziksel görüntüsüne bağımlı bir hale gelebilmektedir. Bu modele bağlı olarak, kişinin kendisi ile ilgili olumsuz beden deneyimleri içgüdüsel bir koşullanma uyararı ile birlikte , geçmiş deneyimlerine bağlı biçimde kendisiyle ilgili olumsuz beden algısı oluşan bireylerde olumsuz, içgüdüsel bir uyarana bağlı olarak anksiyete, iğrenme, utanma olumsuz düşünce ve davranış örüntüleri geliştirmiş olabilmektedirler. Böylelikle beden görünüşleri ile ilgili şekillenen olumsuz inanç ve pratikler kişide yerleşik bir hal almaktadır⁵².

Bu ikamet, bireylerin sosyal gruplar içerisinde giderek davranışsal ve bilişsel bozulmaları görünür hale getirmektedir. Bunun bir sonucu olarak da geliştirdikleri takıntılı

⁵¹ Çam Ray, P., Demirkol, M., & Tamam, L. (2012). Beden Dismorfik Bozukluğu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 547-565.

⁵² Çam Ray, P., Demirkol, M., & Tamam, L. (2012). Beden Dismorfik Bozukluğu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 547-565.

davranışları tolere etmek için yeni davranış başka bir ifade ile kompulsif davranış örüntüleri inşa etmektedirler. Bu kompulsif girişimler BDB’li bireyleri bir süre rahatlatırsa da daha sonra obsesif bir biçim alarak kişide yerleşik hale gelen başka bir bozulmaya dönüşmüş olmaktadır.

Kusurları görünmez kılmak amacıyla geliştirilen başkaca kompulsif davranış örüntüleri de mevcuttur. Burada bir başkasıyla bedenini kıyaslama, örneğin kendinden daha kusurlu gördüğü biriyle daha fazla yakınlık kurarak kendini avutma, cilt yolma ya da tırnak yeme gibi davranışlar örneklenebilmektedir. Alanyazında bu kişilerin terapi süreçlerinde dahi sık bir biçimde danışmana kendini ispatlama ya da üzerini sürekli halde kontrol ederek davranma gibi durumların tespit edildiği aktarılmıştır. Bunun yanı sıra bazı BDB’li bireylerin beden imgelemine odaklanmış haber ve içerik ürünlerinin takibini reddettiği gözlemlenebilmektedir. Mükemmel olmadığını ya da olamadığını düşündürecek her tür araç, kişi ve davranıştan kaçınmaktadırlar. Bu kompulsif davranışlar eşliğinde kişinin temeline yerleşen obsesyonların da varlığı birleştiğinde bireyin beden görünümüyle ilgili korku ve kaygılarının sanrısız bir düzeye erişebileceği de literatür çalışmalarında dile getirilebilmektedir⁵³.

Sonuç olarak BDB ve BTA tipi bozukluklar birbiriyle hem ilişkili hem de ayrı bir biçimde gelişmiş olabilmektedir. Görüldüğü üzere BTA sahibi kişilerde BDB teşhis ihtimali daha yüksek olup BDB sahibi kişilerde BTA teşhisi olmayabilmektedir.

1.3.2. Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu

Tıkınırcasına yeme davranışını ilk defa Albert Stunkard ortaya koymuştur. Bu bozukluğun klinik anlamda ilk anılması 20. Yüzyılın sonlarında Spitzer ve arkadaşları tarafından tanımlama kapsamına dahil edilmiştir. Tıkınırcasına yeme bozukluğu, bir kişinin eş zamanlı olarak ve eşit koşullarda tüketebileceğinden yüksek bir orandaki besinleri kısa zamanda tükettiği, yeme davranışını kontrol edemediği ve yüksek oranda bu davranışı tekrarladığı bir yeme bozukluğu tipidir. Bu bozukluğun en önemli özelliği, yeme tutumları tanıma karşılık gelen bulimia nervozanın (BN) vakalarının ayırım noktası olarak tıkınırcasına yeme ataklarının sebep olabileceği etkileri ortadan kaldırabilmek adına, vakanın kendisini istifra etmeye çabalaması, aşırı dışkılamaya sebep olan ya da idrar sökücü medikal yollara başvurusu, yeme davranışını uzun bir süre kontrol etmeye

⁵³ Aslan, S. H. (2000). Beden Dismorfik Bozukluğu: Bir gözden geçirme. *Düşünen Adam*, 33-41.

çalışması veya spor ve benzeri aktiviteleri üst düzey ve yıpratıcı bir biçimde metabolik hız kazanmak için kullanması gibi önleyici davranışların geliştirilmemiş olmasıdır⁵⁴. Tıkınırcasına yeme bozukluğu, zihnin işlevlerindeki tam bir bozulmayı karakterize eder. Tanı bağlamında TYB'ye sahip olan kişilerde aşırı bir kilo kontrol mekanizması yoktur. Başka bir ifade ile bulimiklerdeki gibi bir davranış örüntüsüne sahip değildir. Bu kapsamda DSM-IV'te BTA'nın bir uzantısı ve türü olarak açıklanmaktadır. Genel çerçevede tıkınırcasına yeme bozukluğunu üç grup içerisinde açıklamak gerekmektedir. İlk grubu anoreksiya nervroza, ikinci grubu bulimia nervroza olarak belirleyecek olursak üçüncü gruptaki tıkınırcasına yeme bozukluğu BTA'ya dahil ve diğer iki grubun tanı ölçütlerini karşılamayan kısmı oluşturmaktadır⁵⁵.

Daha detaylı bakmak gerekirse TYB ölçütleri DSM-5 tarafından aşağıda ifade edildiği şekilde belirlenmiştir:

“a) Bir tıkınırcasına yeme döneminde aşağıdakilerin her ikisi de bulunur:

1. Benzer koşullarda, benzer sürede, çoğu kişinin yiyebileceğinden açıkça daha fazla yiyeceği ayrı bir zaman diliminde (ör. herhangi bir iki saatlik sürede) yeme.

2. Bu dönem sırasında, yemek yemeye ilgili denetimin kalktığı hissinin bulunması.

b) Tıkınırcasına yeme dönemlerinde aşağıdakilerden üçü (ya da daha fazlası) görülür:

1. Alışılanın çok üstünde bir hızla yeme

2. Rahatsızlık verecek düzeyde tokluk hissedinceye kadar yeme

3. Açlık hissi duymuyorken aşırı miktarlarda yeme

4. Ne kadar yediğinden utandığı için yalnızken yeme

5. Yeme sonrası kendinden tiksime, çökkünlük yaşama ya da suçluluk duyma.

c) Tıkınırcasına yeme ile ilgili belirgin bir sıkıntı duyulur.

d) Tıkınırcasına yeme davranışları ortalama üç ay içinde, en az haftada bir kez olmuştur.

e) Tıkınırcasına yemeye, bulimia nervozada olduğu gibi yineleyen uygunsuz telafi edici davranışlar eşlik etmez ve tıkınırcasına yeme yalnızca bulimia nervroza ve

⁵⁴ Turan, Ş., Aksoy Poyraz, C., & Özdemir, A. (2015). Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 419-435.

⁵⁵ Fairburn, C. G. (2019). *Yeme Bozuklukları ve Bilişsel Davranışçı Terapi Değerlendirmeler ve Tedavi*. İstanbul: Psikonet Yayınları.

anoreksia nervozanın gidişi sırasında ortaya çıkmaz” (Turan, Aksoy Poyraz, & Özdemir, 2015; syf.424).

TYB ile obezite arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Ancak ikisi birbiriyle aynı olmadığından eş tanım yapmak mümkün değildir. Birçok obezite teşhisi almış kişide tıkanırçasına yeme nöbetleri ortaya çıkmayabilir ancak TYB teşhisi almış bireylerin kalori alımları yüksek olduğu için yaşamsal faaliyetlerinde bozulma ve kalitenin düşmesi daha yoğun bir biçimde gözlemlenebilmektedir. TYB teşhisi alan kişiler adölesan döneminden başlayan bir çizgide görünse de kişideki semptomlar ortalama 6 yaş civarında ortaya çıkmaya başlamaktadır. Teşhislendirme esnasında anne-babadan birinin veya her ikisinin de TYB sahibi olması ve bunun üzerinden gelişen güç endişesi erken çocukluk dönemlerinden başlamak üzere kişilerin beden algı bozukluğu ve yeme bozukluğu geliştirmesine sebebiyet verebilmektedir⁵⁶.

Netice itibarıyla aile, her tür yeme bozukluğunun bir tetikleyicisi konumundadır. Bireyin sahip olduğu tanı ve semptomların bir noktada ailenin temel davranış örüntülerini yansıtır ve bu örüntüler iyileştirilirse kişi de iyileşir. Ez cümle ile aile içerisindeki bir kişinin teşhisi, o aile sisteminin işlevselliğine işaret eder ve kişi ile teşhisi arasında anlamlı bir denge ortaya konmuş olmaktadır⁵⁷.

TYB tanısı almış birçok kişi diyet ve spor desteği almak ve bunu devam ettirmek için yoğun bir enerji sarfetmektedir. Ancak genel olarak başarı elde edemezler. TYB’li vakaların bir bölümü yeme davranışını düzenlemek ve kontrol altında tutmak için enerji harcamaya devam etseler de daha önce yaşadıkları olumsuz deneyimler bu çabayı bırakmalarına sebep olabilmektedir⁵⁸.

Tıkanırçasına yeme bozukluğu, bulumik vakalarda da görülen utanç duygusu ile temellenmiş bir bozukluktur. Yiyeceğin tüketimi esnasında beden görünümünü göz önünde bulundurarak yeme davranışını çevreleri içerisinde gerçekleştirmekte zorlanırlar. Yalnız olduklarında tükettikleri ürünleri (ki genelde bu eylemi yalnız olduklarında gerçekleştirirler) hızlı bir şekilde yeme davranışı ile tüketmektedirler. Yeme tutumundaki

⁵⁶ Altınsoy, C., & Yılmaz Yavuz, A. (2021). Çocuklardaki Gizli Tehlike: Tıkanırçasına Yeme Bozukluğu. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 433-448.

⁵⁷ Eltan, S., Merdan Yıldız, E. D., Kumpasoğlu, G. B., & Erden, G. (2013). Yaygın Yeme Bozukluklarında Aile Odaklı ve Farkındalık Temelli Terapiler ile Diyalektik Davranış Terapisi. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 433-451.

⁵⁸ Turan, Ş., Aksoy Poyraz, C., & Özdemir, A. (2015). Tıkanırçasına Yeme Bozukluğu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 419-435.

bu bozukluk kişiye daha çok ataklar halinde gelmektedir. Aynı zamanda bunun bir dürtü kontrol bozukluğu olduğunu ifade etmek yanlış olmayacaktır. Dürtüleri topluluk içerisinde kontrol etmekte oldukça zorlanan birey bunun baskısını ve endişesini yaşamaktadır. Özellikle yalnız kaldığında hızlıca ve tıkınırcasına bir yeme davranışı geliştirmesinin temel sebebi budur. Bunun temelinde başkaca birçok kişisel alt sebep olabilir de yargılanarak zorbalığa uğramaktan endişe etme ve bunun sonucunda da bundan kaçınma duygusu da yatmaktadır. Ek olarak nefret, tiksinti ve bunun temelinde oluşan BDB hem teşhisi belirler hem de ilişkilerde oluşan dengesiz ve melankolik tutum hayat kalitesindeki düşüşe sebebiyet vermektedir.

Sonuç olarak TYB, BTA tanısına dolaylı yoldan dahil ve obezite teşhisi ile ilintilidir. Özellikle bulumik vakalar ile de yoğun ortak özellikler taşımaktadır. Ancak birçok etken ekseninde oluşan bu yeme bozukluğu teşhisinde obez vakaların çokluğu göz ardı edilemez miktarlara ulaşmaktadır. Yeme ataklarının sıklığı ve yoğun kalori tüketimi ile alınan kilo belirleyici bir etken oluşturmuştur. Yeme ataklarının ve TYB kapsamında semptomların birçoğunu irdelediğimizde konu özelinde adı geçen duygusal açlık temellendirmesinin ortaya çıktığı ifade edilebilir bir biçim almıştır.

Bu temellendirme kapsamında özellikle çocukluk çağında semptomların ortaya çıkması ve buradaki temel belirleyicinin aile faktörü olması duygusal açlığın ilk ortaya çıkışının da bir simgesine haline gelmektedir. TYB ve duygusal açlık arasındaki bağıntı açıkça bireylerin yeme tutumları ve beden algıları noktasındaki belirleyici bir konum elde etmiş olmaktadır. Bu konumun karakteristik yapılanmaları kişilerin sosyal gruplar içerisindeki varlıklarını tehdit altında hissetmelerinden konfor alanlarına taşınan huzursuzluklara, iş ve okul hayatındaki tutumlarına kadar uzun bir liste halinde karşımıza çıkmaktadır.

1.3.3. Duygusal Açlık (Emotional Eating) Kavramı ve Duygusal Açlık'ın BTA ile BDB Üzerindeki Karakterizasyonu

“Duygusal yeme (emotional eating), yeme problemlerinden birisi olarak tanımlanmakta olup olumsuz duygulara karşılık olarak gelişen aşırı yeme eğilimini anlatan bir yeme bozukluğudur” (İnalkaç & Arslantaş, 2018; syf.71).

Duygusal açlığın aynı zamanda yeme bağımlılığı veya önlenemez yeme arzusu olarak anılmasındaki kritik etken endişedir. Kişide oluşan kilo ve beden görünümü ile yakından ilgili olan kaygı bozukluğu bu tanıların temelinde yer alır. Burada duygusal açlığın BTA

ile karakterize olması esas olarak tıbbi teşhislerin dışında kalan (anoreksiya ve bulima nervroza vb.) tıknırcasına yeme bozukluğuna daha yakın bir ana hatta konumlanmasıdır. Bu durumda BTA, bize, teşhisi resmi olarak konulmamış fakat duygusal açlıktan/yeme bağımlılığından etkilenmiş ve etkilenmekte olan birçok hasta kategorisi sunmaktadır. Tam da bu noktada duygusal açlık ve fiziksel açlık arasındaki ayrımlara hakim olmak büyük önem taşımaktadır.

Duygusal açlık, zihinde ve bedende ani bir şekilde oluşur. Oysa fiziksel açlık kademeler halinde gelmektedir. Belli bir sürece yayılarak semptomları ağır şekilde seyreder. Yine duygusal açlık belli türden bir yiyeceğe karşı yoğun arzu yaratırken fiziksel açlıkta yiyeceği seçme özgürlüğü vardır. Fiziksel açlık, zihinde ısrarcı konumunda değildir.

Duygusal açlık semptomları daha çok ağız ve beyin arasında gözlemlenirken fiziksel açlık daha çok mide bölgesindeki tepkimelerle kendini göstermektedir.

Duygusal açlık, yoğun ve kaygılı bir biçimde arzulanan yiyeceği tüketmek için aciliyet bildirirken fiziksel açlıkta böyle bir kaygı görülmemekte ve öğün sakince tüketilmekte veya beklenmektedir.

Duygusal açlık genel hatlarıyla kötü hissetme haline temas ederken fiziksel açlık bir ihtiyaç olarak duyumsanır. Duygusal açlıkla kendilik algısı ve farkındalık ortadan kalkabiliyorken fiziksel açlıkta öğün ve porsiyonlar bilinçli bir davranış biçimiyle hazırlanmaktadır. Duygusal açlıkta açlık duygusunun hissedilebilmesi bağlamında, porsiyonlar fazlasıyla tüketilmiş olsa dahi doyum duygusuna erişilmez. Fakat fiziksel açlıkta vücut yeterli besini aldığına dair beyne sağlıklı sinyaller göndermektedir.

Son olarak duygusal açlık suçluluk ve pişmanlık gibi duygularla yeme davranışını sonlandırırken fiziksel açlık, ihtiyaç ve gereklilik kapsamında bir bilinçle son bulmaktadır.

Duygusal açlık geçiren bireyler acıkma hissinin gerçek bir açlık hissi mi yoksa duygusal bir açlık hissi mi sorunsalı karşısında kesin bir duruş sergileyemezler. Stres, üzüntü , sevinç vb. duygusal faktörler noktasında bu kişiler yeme davranışlarını gerçekleştirirken hislerinden kaynaklı bir açlık içinde olduklarını fark etmekte zorlanırlar. Negatif duygular hissedildiğinde, özellikle duygusal açlık kapsamındaki yeme davranışını tetiklemek yerine iştahın kesintiye uğramasında etkili olduğu iddiası duygusal yiyiciler için geçerli değildir. Bu kişilerin yeme tutumu duyguların pozitif veya negatif olması ile ilgilenmez. Onların yeme tutumlarındaki ilgi ve yönelimler pozitif ve negatiflik ekseninde yiyeceğin

çeşitlenmesi durumu kapsamında şekil almaktadır. Yiyeceklerin içerikleri, bu içeriklerin her birinin bir duyguyu temsil etmesi olumlu ve olumsuz duygular olarak kategorize edilir. Duygusal yiyici dediğimiz kişiler, en nihayetinde BTA başka bir ifade ile yeme bağımlılığı tanısı almıştır. Özellikle alkol bağımlılığındaki gibi tüketimin hem mutluluk verici olaylarda hem de üzüntü verici olaylarda ortaya çıkması duygusal açlık kapsamında da aynıdır. Bu sebeple, duygusal açlık tanısı almış kişilerde üzüntü yaratan durumlar yiyeceklerle bastırılırken kutlama gereken anlar da yiyeceklerle ödüllendirilir.

Başka bir çalışmada “Olumlu ve olumsuz duygular arasındaki ayrım ve duygusal yemeyi tetikleyen demografik faktörler incelenmiş olup, kadınlarda olumsuz duygulara tepki olarak daha çok abur cubur yeme durumunun gözlemlendiği, erkeklerde ise pozitif duyguları korumak veya geliştirmek için keyif veren gıdaların daha çok tüketildiği bildirilmiştir” (İnalkaç & Arslantaş, 2018; syf.73).

Duygusal açlık ve fiziksel açlık arasındaki farkları gözettiğimizde, duygusal açlığın vücut tarafından psikolojik ve sosyolojik durumların birleşmesi ile fizyolojik tepkimelere yol açtığını söylemek yanlış olmayacaktır.

Duygusal açlık birkaç farklı kategoride şekillenir. Bunlardan ilki, psikolojik etkenlerdir. Bu etkenler aile ve yakın çevre gibi gruplar ile etkileşim, ruhsal hastalıklarda ise genetik yatkınlığın devreye girmesiyle oluşur. Sosyolojik etkenlerine baktığımız zaman da söz konusu grupların, coğrafi koşulların, bu koşullardan kaynaklanan ve aileden gelen kültürel aktarımın, çalışma hayatı veya eğitim hayatında karşılaşılan zorluklar veya zorbalıklar, evlilik kurumu içindeki sorunlar, toplumun tümü tarafından yeme davranışı üzerinde konumlanan olumsuz etiketler vb olarak belirtilebilir.

Doyurulmamış, eksik, tamamlanmamış, hazmedilmemiş her tür ilişkiden beslenen duygusal açlık, kişilerin bu sayılanlar üzerinden tercihte bulundukları besinlerde vücut bulur. Her yiyeceğin bir anlam ve karşılığı vardır. İçerisindeki etken maddeler her bir doyum arzusuna karşılık gelir. Örneğin, çikolata içerisinde bulunan ve duygusal ilişkileri kurduğumuz anda da salgıladığımız madde olarak bilinen feniletilamin kısaca PEA maddesi bulunmaktadır. Yoğun tüketim halinde bu madde nörotransmitterle aracılığıyla beyne taşınıp daha fazla tüketme isteği yaratmaktadır. Aynı madde sadece romantik ilişkilerin bir aracıdır olmaz. Bu madde aynı zamanda bağımlılık yapan bir uyuşturucu olan amfetamin içerisinde de bulunmaktadır⁵⁹.

⁵⁹ Virtue, D. (2020). *Duygusal Açlık*. İstanbul: Destek Yayınları.

Duygusal açlık durumunun beden görünümü üzerindeki algımız açısından değerlendirilmesi yine kişideki eksik ve doyurulmamış durumlara denk düşmektedir. Toplumsal kurumlar ve çekirdek gruplar yine duygusal açlık üzerinden beden görünümü algısını bozabilmektedir. Örneğin kişi zayıf görünümünden dolayı da BDB geçirebilir ve bu durumda yaşadığı toplumsal koşullara da göre kendini hayatta kalma yeteneğinin zayıf olmasından değerlendirebilir. Birey bu durumda beden bağlamında zayıf bir görüntüye sahip olsa da duygusal açlık durumu ile birlikte güçlü hissedebileceği yiyeceklere aşırı tüketim yönelimi sağlayabilir.

Sonuç olarak, kilo faktörünün çemberin ne kadar dışında kaldığını ve toplumsal gruplar ile çekirdek grupların böyle bir örneklendirme üzerinde ne kadar etkin olduğunu ve son olarak da beden görünümü açısından zayıf olan bireylerin daha sonrasında duygusal açlık ile birlikte gelen bir kilo problemi yaşayabileceğini, beden görünümünde bozulmalar ve algı değişimlerini tecrübe edebileceğini görmüş oluyoruz.

Duygusal açlığın tanı almamış kişiler üzerinde yoğun olarak şekillenmesinin en temel sebeplerinden biri toplumsal kurumların işleyişindeki aksak ve eksikliklerdir. Özellikle bu kurumların sadece fizyolojik problemler ile ortaya çıkmış obezite teşhisi üzerinden kişileri aydınlatma politikaları izlemesi, toplumun büyük bir kısmını oluşturan tanısız BTA ve BDB sahibi kişilerin mevcut sorunlarını fark etmemelerine veya kaçınma göstermek için bilinçli bir şekilde gözardı etmelerine sebep olmaktadır. Böylelikle BTA ve BDB geliştirmiş duygusal açlık mağduru bireyler yeterli bilgi, tecrübe ve tedaviden faydalanamamaktadır. Tanı almamış olmaları veri bağlamında toplumsal çalışma yönelimlerini olumsuz etkilemektedir.

Duygusal açlığın temelinde kontrol edebilme arzusu yatmaktadır. Baktığımız zaman toplumsal kurumlardaki kontrol zedelenmesi (ekonomik, siyasi, coğrafi, kültürel dinamiklerin aldığı hasar vb). kişinin kendisinde ve hayatında stresli durumların ortaya çıkmasına, başka bir ifade ile kontrolü kaybetmesine sebep olmaktadır. Gerilim ve korku duygusal açlık içinde yer alır. Yaşanan coğrafyanın kişi üzerinde yarattığı gerilim ve korkular anomik bir yansımayı da temsil etmektedir. Bu sebeple duygusal açlık durumu hem sosyolojik hem de psikolojik bir kavramsal yapılanmayı temsil etmektedir.

1.3.4. Psikolojik Şiddet: Akran Zorbalığı ve Flört Şiddeti

Psikolojik şiddetin temel boyutlarını anlayabilmek ve değerlendirebilmek için öncelikle şiddetin homojen yapısını incelemek gerekmektedir. Şiddet, zor kullanma ve baskı ile fiziksel veya psikolojik olarak kişiye zarar veren davranışların tamamı, içgüdüsel gelişen tutumlar ya da çevresel etkenlerden oluşan bir anlam içermektedir. Daha açık bir ifade ile bireyin bir başkasına canını yakmak, fiziksel veya mental sağlığını tehdit etmek, toplumsal düzelemede doğrudan ya da dolaylı olarak ahlaki ve manevi duruşa saygısızlık, zorlayıcı bir davranış dinamiği olarak karşımıza çıkmaktadır. Herhangi bir sebeple başvurulmuş orantısız güç kullanımı, keyfi bir biçimde kişiyi hak ve hürriyetlerinden alıkoymak gibi durumlar da şiddetin kotasına dahil edilmektedir. Eylemsel şiddet, kişinin mağdur ve kurban psikolojisine kasti olarak büründürülmesinin tatmin edici olması ve bu yönlendirmenin kişiyi kitlesel bir uyum zorunluluğuna sürüklemesi sabit bir durumdur⁶⁰. Şiddetin gerekçelendirilmesi ve meşru bir zemine oturtulması onun çeşitli biçimlerde ortaya çıkmasını sağlamaktadır. İnsan hakları ihlali suçlarından daha küçük suçlara kadar toplumsal cinsiyet temelinde şiddetin şekillenmesi bu şiddet türlerini ortaya koymaktadır. Toplumsal cinsiyet kapsamındaki şiddet, kadın , çocuk erkek demeden herkesi kapsama alanına almaktadır. Bunun sonucunda da fiziksel, psikolojik, cinsel ve ekonomik şiddet gibi şiddet biçimleri ortaya çıkmaktadır⁶¹.

Fiziksel şiddet, psikolojik şiddetin ana kaynağını oluşturmaktadır. Özellikle de kadınların fiziksel şiddete maruz kalması koruma ve yaptırım olmak üzere iki kolda konumlanmaktadır. Fiziksel şiddet, beden gücü kullanarak kişiye zarar vermek anlamını taşısa da bir kişiyi aç bırakmak ya da alması gereken ilaçları kullanmasını engellemek gibi güç kullanılmadan gerçekleştirilen fiziksel şiddet biçimleri de mevcuttur⁶².

Manipülasyon da bir şiddet biçimidir. Başka bir ifade ile kıskançlık duygusunu ele alacak olursak bu duygu günümüzdeki aşk ilişkilerinin vazgeçilmez bir ölçüt olarak aranmaktadır. Sevgi ve kıskançlık arasında bağdaşımı sağlayan olumlu davranış dinamikleri ilişkileri hastalıklı bir döngüye sürüklemektedir. Bu algı kişiler arasındaki sevgilin şiddet temelinde inşa edilmesine sebep olmaktadır. Böylelikle yaşanan ilişki tek

⁶⁰ Palabıyık, A., & Savaş, A. (2020). Şiddet Kavramı Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme. *Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi*, 1537-1546.

⁶¹ Ayhan, F., & Ak, H. (2023). Toplumsal Cinsiyet Perspektifinden Psikolojik Şiddet. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kadın ve Aile Araştırmaları Dergisi*, 139-160.

⁶² Orbay, İ. (2021). Görünmeyene Işık Tutmak: Psikolojik Şiddet. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 267-290.

bir kişi tarafından yönetilen bir ilişki biçimi almaktadır. Ek olarak kötü söz kullanımı şiddet dilini öne çıkarmaktadır. Burada özellikle son dönemde kadınların dış görünüşleri üzerinden yargılanmaları ve kadınlık mefhumu üzerinden hakaret söylemleri oluşturulması fiziksel ve psikolojik şiddetin boyunlarını arttırmaktadır. Kötü söz kullanımı sadece hakaret ve küfür söylemleri anlamını taşımaz. Kadına yöneltilen ve onu alay konusu haline getiren her tür davranış da bir şiddet biçimidir. Özellikle bedene yönelik ve benlik saygısını zedeleyici bu davranışlar kadını denetlemek ve gücünü sınırlamayı hedeflemektedir. Toplum içerisinde rencide edici hareketlerde bulunmak psikolojik şiddette gücü karşı cinsin eline teslim etmekte ve şiddetin boyutlarını arttırmaktadır. Son olarak sessiz manipölasyon da psikolojik şiddet biçimleri arasında sayılabilir bir pozisyon içerisinde olmaktadır⁶³.

1.3.4.1. Akran Zorbalığı

Yapılan çalışmalarda yeme tutumlarındaki bozuklukların fizyolojik veya genetik faktörlerin tek etken olmadığı çevresel koşulların da etkin rol oynadıkları ifade edilmektedir. Bu kapsamda, erken çocukluk dönemlerinde doyurulmamış duygusal boşlukların ve buradan doğan davranışların yüksek düzeydeki kontrolü ve bunların kabullenilmemesi, bireyde yaralayıcı düzeyde boşluğa düşme duygusu oluşturarak ve bu duygunun yiyecekler ile tanzim edilmesi mümkün olmaktadır. Bu dönemlerde yeterli bir biçimde mental sağılığı korunan çocukların, gelişim dönemleri içerisinde yeme bozukluğu geliştirme riski bağlamsal olarak düşük olmaktadır.

Psikolojik şiddette akran zorbalığı kuşkusuz aileden gelen zorbalığın bir varoluş alanıdır. Özellikle erken çocukluk döneminden itibaren başlayan ve adolesan döneminde yüksek seyrine ulaşan bir zorbalık biçimidir. Temelde akran zorbalığı ile aileden gelen zorbalığın örtüşmesi zorbalık yapan çocuğun zorbalığa sürüklenmiş olmasından ileri gelmektedir. Bu dönemdeki beden algıları ve yeme tutumları üzerinden acımasızca şekillenen söylemler, zorbalık yapan çocuğun aile içerisinde deneyimlediğı kavramsal çerçevelerden ileri gelmektedir. Deneyim ve taklit yoluyla koşullanan çocuk, konu özelinde zorbalık yapmayı önce aile içerisinde başkalarına yüklenen sıfatlardan daha sonra okul dönemindeki ya da çevresindeki diğeri çocuklarla olan sosyalizasyon süreçlerinde öğrenir.

⁶³ Orbay, İ. (2021). Görünmeyene Işık Tutmak: Psikolojik şiddet. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 267-290.

Kişilerin beden imajları ile ilgili çerçeve 6 yaş itibariyle memnun olmama ya da kilo alma endişesi yaşaması ile başlamaktadır. Bu yaş itibariyle kişiler, toplumun beden üzerinden bireylere yönelttikleri yargıları ve etiketleri anlam yüklemekte ve kendi söylemlerine de bunu yansıtmaktadır. Zaman içerisinde bireyler bu iletileri içselleştirmeye başlamaktadırlar. Bunun sebebi, söz konusu yaş aralığında kişilerin ailelerinden aldıkları bilgiye itimatlarının tam olmasından kaynaklanmaktadır. İşitilen olumsuz içerikli mesajlar sindirilerek yetişkinlik evresinde devam etmektedir ve bu noktada ailenin rolü oldukça önemlidir. Böylelikle bu dönemde oluşan olumsuz beden imajı ergenlik döneminde zirve yaparak kişide depresyon ve kaygı bozukluğu gibi ruhsal hastalıkların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Özellikle ergenler, daha çok kendi bedenleri ile dönem içerisinde yakından ilgili olduklarından kendi vücutlarına yabancılaşması tehlikesi artmaktadır⁶⁴.

“Akran zorbalığıyla ilgili yapılan ilk çalışmalarda zorbalık durumunu gerçekleştiren bireylere “zorba”, zorbalık durumuna uğrayan bireylere ise “kurban” ifadeleri kullanılmıştır. Daha sonraki çalışmalarda yerini “zorba - kurban” ifadesi almıştır. Sebebi ise kullanılan ilk terimlerin olayların aslında bu kadar basit olmamasına rağmen öyle gösterilmesidir” (Bingölbalı, Akbuğa, & Yücel, 2024; syf.18).

“Dünyada her yıl bir milyardan fazla çocuğun şiddete maruz kaldığı bilinmektedir (World Health Organization, 2020; akt. Akcan & Odabaş, 2022). Şiddetin bir türü olan zorbalık, tekrarlanan fiziksel, psikolojik veya sosyal zararı içerir, genellikle okullarda, çevrimiçi olarak ve çocukların toplandığı ortamlarda gerçekleşmektedir (World Health Organization, 2019; akt. Akcan & Odabaş, 2022). Özellikle sosyal medyanın aracılık ettiği kuşaklararası etkileşim ile günümüz ergenleri arasında zayıf bedene sahip olmak kabul kriteri haline gelmektedir” (Akcan & Odabaş, 2022; syf. 161).

Birçok araştırmacı tarafından yürütülen çalışmalarda yalnızlık, yakın arkadaş eksikliği ve obezite sahibi olmanın zorbalığından kaynaklı ortaya çıkan mağduriyetler; daha zor arkadaşlık edinme noktasında belirleyici olmuştur. Yine beden görünüm zorbalığı gören çocukların da başka bir çalışmada sözel zorbalığa maruz kalmalarının arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Son olarak başka bir çalışmada da fazla kilolu ergenlerin

⁶⁴ Kırat, M. N. (2019, Nisan). Yüksek Lisans Tezi. *Ergenlerde Sanal Zorbalık Beden İmgesi ve Duygusal Zeka Arasındaki Yordayıcı İlişki*. İstanbul, Türkiye: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

mağdur, obezite düzeyinde olanların ise hem mağdur hem zorba olma olasılıklarının yüksek olduğu tespit edilmiştir⁶⁵.

Akran zorbalığında çocuğun çocuğa uyguladığı şiddet birçok kategoriye ayrılrsa da yeni dünyada birbiriyle olan sınırları incelenmiştir. Fiziksel şiddet, sözel şiddet, sosyal şiddet gibi kategorizasyonlara bir de siber şiddet eklenmiştir. Konu bağlamından taşmamak gerekirse bu şiddet biçimlerinin birbiriyle aynı çizgide olduğu söylenebilir. Örneğin fiziksel şiddette fazla kilolu olan çocukların karın kısmı ya da yanakları aşırı derecede sıkılırken sözel şiddette bu “şişko” sözcüğüne evrilmektedir. Gözlüklü bir çocuğun gözlüğü alıp kırmak bir fiziksel şiddet ise ona “dört göz” diye hitap etmek de sözel şiddettir. Bütün bunların sonucunda şiddet türü sosyal şiddete bağlanır ve zorbalık gören çocuklar oyunlara dahil edilmez, suçlanır ve sözel olarak etiketlenmeye devam edilir. Beden imgesi ile ilgili memnuniyet ve memnuniyetsizliğin anlaşılmaya başladığı bu yaşlarda risk faktörü oldukça yüksektir⁶⁶.

Türkiye’den ve dünyadan örneklerle bakmak gerekirse, beden imgesi üzerinden aşağılanma yaşayan birçok ergen ve çocuğun kaybedilmesi intihar yoluyla gerçekleşmiştir. Birkaç tanesine değinecek olursak;

“Çanakale’de boyu kısa diye dalga geçilen ortaokul öğrencisi Eren Özgür arkadaşlarına mesaj atıp evinin penceresinden ölüme atladı. Küçük çocuğun cansız bedenini oğlunu yatakta göremeyince bahçeye koşan babası buldu... Önceki gün yatmak için odasına giden Eren, arkadaşlarına boy şakalarına daha fazla dayanamadığını yazarak 4. kattaki odasının penceresinden ayağını uzattığı fotoğrafı gönderdi. Ardından da, 'Yeter artık, ben ölmek istiyorum. Arkamdan ağlamayın' yazan küçük çocuk, kendini boşluğa bıraktı.”⁶⁷

“ABD’nin Denver kentinde yaşayan 9 yaşındaki Jamel Myles geçtiğimiz günlerde akranlarının homofobik zorbalığına sebebiyle intihar etti. Myles’in ailesi, kendisiyle barışık bir çocuk olduğunu ancak arkadaşlarının zorbalıklarıyla daha fazla başa çıkamadığı için hayatına son verdiğini belirtti”⁶⁸.

⁶⁵ Akcan, A., & Odabaş, N. (2022). Farklı Beden Kütle İndeksine Sahip Ergenlerde Akran Zorbalığı. *Halk Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 159-174.

⁶⁶ (İMDAT), Ş. Ö. (2021). *Türkiye Akranlar Arası Şiddet Raporu*. İstanbul: Şiddeti Önleme ve Rehabilitasyon Derneği (İMDAT).

⁶⁷ Http2: <https://www.egedesonsoz.com/kahreden-son-akran-zorbaligi-olune-surukledi> (Erişim Tarihi:11/08/2025)

⁶⁸ Http3: <https://kaosgl.org/haber/akran-zorbaligi-hayata-mal-oluyor> (Erişim Tarihi: 11/08/2025)

Amerika Birleşik Devletleri'nde 10 yaşındaki Sammy Teusch, okulda maruz kaldığı zorbalık nedeniyle intihar etti. Ailesi, okul yönetimine en az 20 kez şikayette bulunduklarını belirtti. Sammy'nin ailesi, zorbalığın ilkokulda başladığını ve oğullarının gözlükleri ve dişleri nedeniyle alay konusu olduğunu ifade etti. Okul müdürü, zorbalık raporlarının alınmadığını iddia etti ancak aileyle düzenli olarak görüştiklerini kabul etti⁶⁹. Görüldüğü üzere, beden imgesi veya yeme davranışı dolayısı ile oluşan algılar ailelerin kendi çocuklarını da sorgulayabilmelerinden geçmektedir. Aileler genel olarak çocuklarının zorbalığa uğrayıp uğramadığından endişe ederken çocuklarının bir zorba olmaya mı sürüklendiği noktasını kaçırmaktadırlar. Bunun sebebi, ailelerin çocukluk ve ergenlik çağından özellikle de erkek çocuklar üzerinden bunu bir güç gösterisi olarak algılamasından kaynaklanmaktadır. Bu algıdan meydana gelen zorbalanma ve zorbalama süreçlerini önemsiz gören aile ileride kurban ve zorba çocukların bir yetişkine dönüşmesine sebebiyet vermektedir. Çocuk ailenin bir temsiliyeti olarak görülürken verilen zarar ya da alınan fayda bir iktisat formülü gibi hesaplamak sakıncalı bir hal almaktadır.

Sonuç olarak, toplumsal cinsiyet ekseninde inşa edilen kimliğin bir cinsel özgürlükler değil sağlıklı ve eşit şartlarda yetişen yetişkinlerin de oluşabilmesi için bir şart olduğu gözler önüne serilmektedir. Çünkü ileri vadede zorba olan çocuk zorba bir eş, baba, anne olmaya ve kurban olan çocuk mağdur bir eş, anne ve baba olmaya itilmektedir. Buradaki kolektif algıların kökten değişmesi olumsuz durumları yok etmese de daha sağlıklı nesillerin yetişmesine imkân sağlayacaktır.

1.3.4.2. Flört Şiddeti

Flört şiddeti, eşlerin ya da partnerlerin birbirilerine karşı beden imajları ve yeme davranışları noktasındaki yaklaşımları, çocukluk dönemlerinde hatırladıkları ya da hatırlamadıkları akran zorbalığı deneyimlerinden yön kazanma olasılığı yüksek olan bir şiddet biçimidir. Kişinin zihninde yer eden zorbalık deneyimi ileriki yaşlarda sadece bir hatıra değil bir alışkanlık ve normalleşmiş bir davranış örüntüsü haline dönüşebilmektedir.

⁶⁹ Http4: <https://www.sondakika.com/3-sayfa/haber-10-yasindaki-cocuk-okulda-maruz-kaldigi-zorbalik-17334301/> (Erişim Tarihi:11/08/2025)

Özellikle çocukluk çağında ebeveynlerinden birinin veya her ikisinin de sapkın davranışlarına uğramış kişiler, çoğu zaman anoreksi ve bulimiya krizlerinden mustarıptirler. Başka bağımlılıklar geliştirme riskleri de yüksek olmaktadır⁷⁰. Flört şiddetinin besin kaynağı da esasen tam burada başlamaktadır.

“Flört; sosyal etkileşim içeren ve ilişkiye devam ya da sonlandırma niyetiyle eylemlerde bulunulan, daha sonra bir tarafın ya da iki tarafın isteğiyle sonlandırılan ya da resmi bir ilişkiyle (evlilik, nişanlılık, birlikte yaşama) devam eden bir ilişki türüdür¹. Son dönemde yapılan tanımlamalarda sadece heteroseksüel birliktelikleri değil homoseksüel birliktelikleri de kapsamaktadır. Sugarman & Hotaling’in 1989’da yaptığı flört şiddeti tanımlaması “flört ilişkisinde partnere karşı, acı verici veya yaralayıcı fiziksel veya psikolojik güç ve tehdit kullanımını içeren söz, mimik ve davranışların tümü” şeklindedir” (Baldan, 2017; syf.41).

Sözel şiddet, flört şiddetinin büyük bir bölümünü oluşturmaktadır. Sözel şiddetin yaratımı duygusal şiddeti anlamak oldukça zordur. Kişiyi sindirmek, korkuya sürüklemek, sürekli denetlemek ve denetim altında tutmak gibi davranışlar amaç edinilmektedir. Buradaki temel mesele kurbanı aşağılamak, rencide etmek, olanlardan dolayı suçlu hissetmesini sağlamak, mahrumiyet ve tehdittir. Kişiye beden imgesi üzerinden lakap takmak ve hakaret etmek bunun yanı sıra değersiz hissettirerek şiddetin uygulanmasından onu mesul tutmak sözel şiddetin vazgeçilmez unsurlarındandır⁷¹.

Flört şiddeti mağdurlarının birçoğunda alkol, sigara ve yeme bozuklukları görülmektedir. Kuşkusuz mağdurlarda oluşan bu etkilerin en temel sebeplerinden bir tanesi de toplumsal cinsiyet rolleridir. Kadın ve erkeğin sosyal rollerinde belirleyici olan toplumsal cinsiyet, kültürden kültüre değişiklik arz etse de ataerkil toplumlarda kullanılan şiddetin kadınlar tarafından içselleştirilmesi ve kabul edilmesine başka bir ifade ile normalleştirilmesine sebep olmaktadır⁷².

Flört şiddeti kadınlar tarafından sadece ataerkil toplum yapısı bağlamında normalleştirilmez. Aynı zamanda partnerinin sosyal çevresi, karakteristik özellikleri ve

⁷⁰ Hirigoyen, M.-F. (2021). *Manevi Taciz: Gündelik Hayatta Sapkın Şiddet*. İstanbul: İletişim Yayınları.

⁷¹ Gözelceoğlu, E., & Altundağ, Y. (2024). Romantik İlişkilerde Beklentiler ile Flört Şiddetine Yönelik Tutum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 558-568.

⁷² Baldan, G. A. (2017). Flört Şiddeti. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 41-44.

kendi kişisel tutumları ile de normalleştirmektedirler⁷³. Her iki durumda da şiddet devamlılık kazanmış olmaktadır.

Flört şiddetinde yaygınlık kazanan bir diğer konu siber şiddettir. Yakın ilişkilerdeki bu şiddet eylemleri dijital alanlara da taşınmıştır. Gündelik hayatın teknoloji vasıtasıyla iç içe geçmesi yakın ilişkiler için de etkisini arttırmıştır. Bağımlılık düzeyindeki interaktif alan kullanımı boş zaman etkinliklerini beslerken anlık iletişim kurabilme kolaylığı da şiddetin etkinliğini arttırıcı niteliktedir. Ez cümle ile yakın ilişkilerin perspektifinin belirlenmesinde interaktif alanlar önemli bir yere sahip hale gelmiştir.

Ancak bu durum katı geleneksel ataerkil yapıda bir sönümlenme yaratmamıştır. Örneğin, Yıldız & Özarslan (2021) 'ın yaptığı bir çalışmada⁷⁴, katılımcılardan biri flört şiddetini bu yönüyle açıkça ortaya koymaktadır. Katılımcı, partneriyle buluşacağı zaman kıyafetini onun belirlediğini, bu kıyafetin dekolte olması gerektiğini, gece geç saate kadar yanında kalması talebini ifade ederken sarsılmaz yapı çok gülmesine kızması ve bunu yapmaması gerektiği söylemi ile karşımıza çıkmaktadır. Öz cümle ile modern hayat ve dijitalleşme kadının konumunda paradoksal bir namus döngüsünün ortadan kalkmasını sağlamamakta aksine bu durumun paradoksal biçimde kalmasını sağlamış olmaktadır⁷⁵.

Amerika'da bir talk-show programına katılan çift üzerinden beden aşışılama ve flört şiddetinin aile içi şiddete dönüşümünü çok net gözlemleyeceğimiz bir örnek bulunmaktadır. Bu programda özetle kadının ifadeleri, erkek arkadaşının onu manken gibi görünmediği için beğenmediği hatta katlanamadığı yönünde olmuştur. Bunun üzerine erkeğin tavrı kız arkadaşının birçok yönden arzu ettiği gibi olmadığı daha açık bir ifade ile dişlerinin ve göğüslerinin kusurlu ayrıca da seksi ve zayıf olmadığı gibi onur kırıcı söylemlerle karşılık vermesiyle devam etmektedir. Bunun üzerine program sunucusu kadının bir mankenle kıyas konusu edilemeyeceğini ve bunun rasyonel sebeplerini sıralamasına rağmen bu mahrem konuya seyirciler de dahil olmaktadır. Günün sonunda ise seyirci ve adam kusurlarını kadına kabul ettirerek seyircilerin tavsiyeler vermesi, biraz kendine bakmalısın telkinleriyle son bulmaktadır⁷⁶.

⁷³ Eslek, D., Kızıltepe, R., & Yılmaz Irmak, T. (2021). Flört Şiddetini Anlamak: Nitel Bir Çalışma. *Türk Psikoloji Yazıları*, 53-67.

⁷⁴ Yıldız, F., & Özarslan, Z. (2022). Kadın Deneyimlerinden Dijital Flört Şiddetine Bakmak. *Üsküdar Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 72-101

⁷⁵ Yıldız, F., & Özarslan, Z. (2022). Kadın Deneyimlerinden Dijital Flört Şiddetine Bakmak. *Üsküdar Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 72-101

⁷⁶ Hirigoyen, M.-F. (2021). *Manevi Taciz: Gündelik Hayatta Sapkın Şiddet*. İstanbul: İletişim Yayınları.

Akran zorbalığı ve flört şiddetine geniş bir perspektiften bakmak gerekirse sosyoloji, Goffman'ın ahlaki kariyer olarak adlandırdığı iki temel örüntüye dikkat çeker. Ahlaki kariyerin bu örüntüleri, bir ailenin veya daha küçük raddede bir komşuluk ilişkilerinin, gençler için himaye edici bir kapsül teşkil etme kapasitesinden ileri gelir. Çocuğu değersizleştirebilecek her türlü tanımlamaya bu tılsımlı çevrede geçit verilmezken “dış toplumdan” gelebilecek diğer olumlu imgelerin önü alabildiğince açılır; Bunlar, kapsül misali sarıp sarmalanmış çocuğun, kendisini tüm nitelikleriyle herkes gibi tam bir insan evladı, yaş ve cinsiyet gibi temel mevzular bakımından da normal bir kimliğe sahip biri olarak görmesine yol açan imgelerdir. Bununla birlikte bireyin aile çevresinin onu koruyup kollayamadığı bir an elbette gelecektir; bu an, ait olunan toplumsal sınıf, ikamet edilen yer ve damga tipine göre değişkenlik gösterse de her halükarda ahlaki bir sınama anlamına gelmektedir⁷⁷.

Sonuç olarak akran zorbalığı ve flört şiddeti, ileri vadede aile içi şiddete dönüşebilecek potansiyel taşıyan, toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin diğer psikolojik şiddet alanlarını da besleyen iki toplumsal dinamik olarak karşımıza çıkmaktadır. Psikolojik şiddetin alt kümeleri olarak sıralanan her tür şiddet biçimi birbirinin tetikleyicisi ve rahmi olmaktadır. Psikolojik şiddet yapı bağlamında, dışıldır ve bu sebeple de doğurgandır. Önüne geçilmediğinde bireysel ve toplumsal olarak ciddi zararlar vermektedir. Bireysel şiddet kitlesel bir anominin tabanına harç döken bir yapı ihtiva etmektedir. Tam tersi korelasyonda kolektif şiddet bireysel şiddetin temelini hazırlanmasında etkin bir sebeptir.

1.3.5. Duygusal Şemaların Sosyolojik Konumlanması

Bireyler, toplum ve topluluklar tarafından doğan ve gelişen varlıklardır. Birey, doğumundan sonra kalıtsal özelliklerinin yanı sıra çevresi ile şekillenir. Bunun sonucunda birey olmayı başarabilmek toplum ve ait olunan aile topluluğundan doğan ortak bir yaratımın sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Bu bağlamı takip ettiğimizde birey, oluş halini, çevresindekilerin farklı birer versiyonuna dönüşerek tamamlamaya çalışır. Kişisel anlamda karakteristik yatırımlar bazen bu versiyonları bölüp parçalara ayırsa da temel bir kopuşun tam anlamıyla gerçekleşemediğini ifade etmek yanlış olmayacaktır. Tam da bu

⁷⁷Goffman, E. (2021). *Damga-Örselenmiş Kimliğin İdare Edilişi Üzerine Notlar*. Ankara: Heretik Yayıncılık.

noktada, başka bir ifade ile bireyin birey olma yolculuğunda yaşadığı çatışmalar, kayıplar, kazanımlar vb. deneyimler yeme tutumlarını da etkiler.

Kültürel bir yolculuk olan yeme tutumları hiç kuşkusuz anne sütü ile başlar. Çocuğun emzirme döneminde anne sütünden aldığı fayda, nasıl ki ileri vadede bireyin sağlık problemleri üzerinde artış veya avantaj sağlayan bir konumda ise sonrasında ailedeki yeme tutumları da aynı şekilde etkilidir.

Kültürel anlamda edinilen yeme davranışı, yemek seçimi ve yeme sıklığı BTA ve BDB üzerinde büyük bir anlam ve etki teşkil eder. Bu teşkil durumu, yeme tutumundaki travma/travmaların esaslarını oluşturan pasta payının büyük dilimlerindenidir. O halde yeme tutumundaki travma halini psikoloji literatüründe bulunan dar tanımları kapsama alarak sosyoloji bağlamında aynı düzeyde tanımlamak mümkün olmayacaktır.

Toplumun ve toplulukların yemek kültürleri, davranışları ve tarzları bazı noktalarda coğrafi düzeyde eşleşebilir. Peki ya toplumsal açıdan gerçekleşen yeme tutumu kapsamındaki kolektif travma bunun neresinde konumlanabilir?

Mikro düzlemden makro düzleme doğru meseleyi tanımlamak, konunun anlaşılması açısından anlamlı bir gidiş yolu oluşturacaktır. O halde, bireyin duygusal/duygu durumlarından yola çıkarak yapılan açıklamalar, bireyin pay aldığı kolektif travmayı tanımlar nitelikte olmalıdır. Bu kapsamda ilk olarak beden algısının konumlanış şekli yorumlanmalıdır.

Beden algısının zihinsel olarak düzenlenişi kimlik inşası süreçleri ile başlamaktadır. Bu kapsamda bizleri çevreleyen toplumsal tanımlamalar bedenlerimiz üzerinde de bir şekillenme zorunluluğu yaratır. Çoğu zaman karakteristik kimlik ile beden kimliğinin örtüşmesi gerektiği öne sürülmektedir. Beden ve karakter tutarlılığı beden algısı için vazgeçilmez bir unsur olarak yansıtılmaktadır. Karakteristik kimliğimizin temel belirleyicisi ilgi yönelimlerimizdir. Başka bir ifade ile dikkat kesildiğimiz alanlara işaret eder⁷⁸.

Tam da bu noktada dikkatimizin kendimize ait olduğu sanrısında olduğumuz, şahsımıza ait fikirlerimizin bedenimizle zihnimiz arasında adaletsiz bir paylaşırma davranışının doğuşuna sahne olmaktadır. Bu doğum, beden algılarımızın ve bedensel özelliklerimizin kapsamında bir saplantı yaratır. İnsan doğası gereği bu saplantı hali normal olsa da bile

⁷⁸ Phillips, A. (2019). *İlgi Arayışı*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

belli bir sınırı aştığında bedenimiz ile karakteristik kimliğimiz arasında oluşan tutarsızlık dismorfik bozukluğun temel taşlarından birini oluşturmaktadır. Bu bağlam altında dismorfik bozukluğun, bireyin ilgisinin başka bir ifade ile dikkat kesildiklerinin paradoksal bir biçimde bedenindeki yansımalarının bir görünümü olduğunu ifade etmek yanlış olmayacaktır.

Bu bağlamda BTA ve BDB teşhisi almış kişilerin geçtiği psikolojik tarama testlerindeki sorulara ve o sorulara istinaden belirlenen terapi yöntemlerine dikkat çekmek gerekmektedir. Özellikle yapılan testlerdeki soru içeriklerinde (hepsinde değil) aile ile olan diyaloglara, çevre etkisine (okul, iş, arkadaşlık, flört, evlilik, sevgililik vb. ilişkileri içeren çevre), değinilmektedir ve farkındalık uygulaması olarak yapılmaktadır. Bu uygulamadan sorumlu terapi yönteminin BDT (bilişsel davranışçı terapi) yöntemi olduğunu söylemek mümkündür. Bu uygulama ile hem birey hem de yardım aldığı danışman yeme tutumundaki bozulmaların nereden kaynaklandığını, başka bir ifade ile durumun hasar tespitini yapmaktadır.

Bunun yanı sıra, son dönemlerde oldukça popüler olmasının dışında etkili de olan bir terapi yöntemi olarak Şema Terapi yöntemi, bireylerin yeme tutumlarındaki bozulmaların hangi duygusal sarsıntılardan geldiğine dikkat çekecek sonuçlar vermektedir. Ancak bu durumu kavrayabilmek için kronolojik bir sırayla gitmek gerekmektedir. Bu nedenle erken çocukluk dönemlerinde oluşan yeme tutumları ve onlara eşlik eden duygusal şemaların birçoğunun aslında sosyolojik bir temelde konumlanması aşikardır.

Çocukluk ve bebeklik dönemlerinde isteklerin/arzuların talep edilmesi noktasında ısrarcılık vardır. Bu ısrar durumu oldukça keskin bir hat üzerinde konumlanır. Tahammül sınırlarının kaybolduğu ve neticesinde yine keskin bir şekilde vazgeçilen bir dönemeç içermektedir. Yetişkin bireylerde ise durum farklıdır. Yeterli kişisel olgunluk düzeylerinde bireyler ilgi duyulan şeyleri tabii olarak karşılamaktadırlar. Ancak bu durum hayat akışı içerisinde bozulmaya yol açmaya başladığında ilginin nedensel noktalarına eğilmeye karar veririz. Buradaki ilgi mefhumu çoğu zaman fobi, takıntı, sapma, bağımlılık, ideoloji ve benzeri kavramlarla tanımlanır. Nihayetinde yeme tutumlarının oluşumunun temelinde bir ilgi (her tanımı ve yönü ile) veya bu ilginin saptanması yönünde bir kişisel eğilim vardır. İlgiler kişisel sınırların içerisine dahil olurken önce toplumsal sınırların testlerini geçmek zorundadır⁷⁹.

⁷⁹ Phillips, A. (2019). *İlgi Arayışı*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Yaşanılan coğrafya, aile yapısı ve içinde bulunan çağın araçları ilgilerin yönlerini ve birden fazla şekilde açıklayabileceğimiz anlamlarının içlerini dolduran yegane unsurlardır. Bu ön açıklamadan yola çıkacak olursak erken yaş dönemlerindeki deneyimler bireylerin ileri vadede olumsuz şemalarının oluşmasına sebep olmaktadır. Bu şemalar kişilerin hayatının her alanında bozulmalara yol açan uyumsuz kavramsallaştırmalardır⁸⁰.

Yeme davranışlarımız toplumsal olduğu kadar bireysellik de içerir. Bu durumlar bireyin duygusal şemalarıyla oldukça yakın bir temas içerisindedir.

“1961 yılında ilk kez Piaget tarafından kullanılan şema kavramı; bireylerin nesneleri, algıları, düşünce ve davranışları zihninde gruplar halinde organize ettiği genel kavramdır” (Young, Klosko ve Weishaar, 2003; akt.Yıldız, Demir, & Ünübol, 2019, syf.406).

Duygusal şemalar, bireylerin gündelik hayatları içerisinde deneyim vasıtasıyla edindiği bilgileri hizalar ve durum tekrar ettiğinde olaylara anlam yükleme noktasında bir rehber işlevi görür.

Literatüre baktığımızda duygusal şemaların işlevi, bireylerin farkındalık, kabul ve duygu durumlarını düzenleme noktasında açığa çıkar. Duygusal şemalar, yeme bozuklukları noktasında işlevsellik kazanır ve söz konusu işlev süreçlerini engelleyici bir rol üstlenir. Bu engelleme, karşımıza kompleks bir yapı ortaya koyar. Başka bir ifade ile bu yapıda duygusal şemaların sosyolojik olarak konumlanması ile karşılaşırız.

Yemek yeme davranışı genel anlamda duygu durumlarının düzenlenmesine duyulan ihtiyaç kapsamında gerçekleşmektedir. Bu duygusal ihtiyaçların hangileri olduğu noktasını temel birkaç duygu üzerinden açıklamak mümkündür. Yeme tutumlarımız üzerindeki temel duygular makro ölçekte öfke, utanç, suçluluk, kaygı, yalnızlıktır⁸¹.

Öfke, genel hatları ile bireylerin birçok deneyimi kapsamında geliştirdiği tepkisel bir davranıştır. Bazı kişiler öfke temelli duyguların bir savunma mekanizması olarak kullanmayı tercih ederken bazıları ise ani bir patlama ile dışa vurarak dürtüsel davranırlar. Öfkenin çıkış noktası, bir kişi veya olay üzerinde şekillenir. Yeme bağımlılığı/bozukluğu kapsamında ise öfke, daha çok bastırılmış olarak tecrübe edilen savunma mekanizması

⁸⁰ Yıldız, B., Demir, V., & Ünübol, H. (2019). Yeme tutumunun cinsiyet değişkenine göre duygusal şemalarla olan ilişkisinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 406-407.

⁸¹ Faraji, H., & Fırat, B. (2022). Yeme Bozuklukları ve Duygular. *Fenerbahçe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 153-174.

üzerinden konumlandığı görülmektedir. Bilhassa yetersiz miktarda besin tüketimi veya tam tersi olarak ani ve ayırt etmeksizin hızlıca yeme davranışından doğan istifra atakları dürtüsel zeminden gelen bir öfkenin sonucu olarak karşımıza çıkmaktadır. Öfkenin yeme davranışı üzerindeki rolü, dürtü kontrolünün kaybında yatmaktadır. Bu durum kişinin hızlıca ve kontrolsüz bir biçimde ne yediği noktasındaki ayırım duygusunu kaybetmesiyle gerçekleşmektedir.

Öfkenin beraberinde gelen üzüntü, yeme tutumunun yöneliminde oldukça belirleyicidir. Her ne kadar üzüntü ve öfke durumu paradoksal gözükse de buradaki üzüntü duygusu daha çok bastırılan öfkenin yeme atakları eşliğinde açığa çıkmasından kaynaklı olarak pişmanlık duygusu ile eşleşmektedir. Bu durumda kişi ya çok hızlı bir şekilde öfkeden sonra gelen yeme ataklarına teslim olup hızlı bir tüketim davranışı sergileyebilir ya da ani bir şekilde yeme davranışı kesintiye uğrar.

Bunun sonucunda bazen isteyerek veya istemsiz bir biçimde kusma eylemi gerçekleşebilmektedir. Kişi eğer yeme davranışında üzüntü ile birlikte kesintiye uğramış ise uzun bir süre iştahsız kalıp bir sonraki atakta bir öncekinden çok daha fazla besin tüketme davranışı sergileyebilmektedir. Buradan da anlaşılacağı üzere öfkenin eşlenikçisi suçluluk duygusudur. Suçluluk, kişinin belli sebepler kapsamında istila edilmiş olması ve bunun yarattığı kaygı atağı ekseninde sürekli bir biçimde kendisini sorumlu görmesi kapsamında oluşan bir duygudur.

Öfke duygusu, duygusal şemaların da temel dinamiklerinden biridir. İşlevsiz yeme tutumu sergileyen kişilerdeki öfke konumu daha çok ‘birine karşı, adaletsiz bir duruma karşı, kendisine karşı, ihanete karşı (her anlamda ihanet) ve istismara (her anlamda istismara) karşı geliştirilen bir tepki olarak varolmaktadır. Öfke hissedildiğinden hızlı tüketilen yiyecekler genellikle tuzlu atıştırmalıklar olarak geçmektedir. Sesinin duyulabildiği, öfkeye eşlik eden hızlı ve hırslı bir yeme biçimi ile tüketim gerçekleşir⁸².

Duygusal şemalar kapsamında öfke ile ilintili olan en belirgin şema Yüksek Standartlar Şeması’dır. Bu şemanın temel duygusu baskıdır. Baskı, sosyolojik ve psikolojik düzlemde bastırılmak ve baskılamak anlamı taşımaktadır. Bireye uygulanan bastırma eylemi toplumun en küçük birimi olan aile kurumu ile gerçekleşir. Kişilerin ne giydiklerinden, ne yaptıklarından, nereye gittiklerinden ve tabii olarak ne yediklerinden aile sorumludur. Erken dönemlerde yapılan bu bastırma eylemi kişinin yeme bağımlılığı kapsamında etkin

⁸² Virtue, D. (2020). *Duygusal Açlık*. İstanbul: Destek Yayınları.

bir rol oynar. Özellikle temel bakım verenleri tarafından yeme davranışı noktasında bastırılmış veya kısıtlanmış kişiler yeme bağımlılığının bir semptomu olan yeme atakları geçirmeye diğerlerine göre daha yatkındır. Bastırılma eylemi sonuç verdiğinde, kişideki geri bildirim baskılama eylemine dönüşür. Birey gündelik yaşamı içerisinde öfke hissettiği her an yiyeceklerle sakinleştirmiştir. Gizli yeme davranışı öfkenin de gizlenmeye çalışması anlamına gelmektedir⁸³.

Yüksek standartlar şemasında gördüğümüz baskı kavramı bize toplum tarafından özgüvensiz olarak etiketlenen kategoriye sunmaz. Öfkenin aynadaki yansıması burada kişinin yüksek bir özgüven ile hareket etmesiyle ortaya çıkar. Çünkü yüksek özgüven sahibi olmak toplumsal taban ve aile tarafından vurulan zincirlerin kırılması anlamını taşımaktadır. Savaş, dona kal ya da kaç mekanizmasından yola çıkacak olursak bu mekanizma, kaçınan bir şekilde savaşılan bir kişilik haritasını ortaya çıkarmaktadır. Buradaki savaşılan kaçınan kişinin kaçındığı yer mutfak olmaktadır. Bu bireylerin özgürlük alanları tencereler, tabaklar, buzdolapları, parçalanmış abur cubur paketlerinin içerisinde. Görünür alanlarda mükemmel, kendine ait boş alan ve zamanlarda ise yeteri kadar mükemmel olmadığı noktası ile yüzleşme içerisinde.

Keza bu şemaya sahip olan kişilerde “yüksek tansiyon, ülser, kolit, uykusuzluk, yorgunluk, panik ataklar, kalp atışlarında düzensizlik, oburluk, sırt ağrısı, cilt sorunları, artrit, astım” (Young & Klosko, 2017; syf.386) ve birçok fiziksel sorun görünmektedir.

Yeme bağımlılığı ve beden algısı bozukluğunun öfke duygusu üzerinden aydınlatılması gerekirse, şemanın tespiti için kullanılan ölçekte puanlanması istenen birkaç ifadeye bakmak gerekir. Bu ifadeler;

“İkinci iyi olmayı kabullenemem. Yaptıklarımın çoğunda en iyi olmalıyım / her zaman çok iyi görünmeliyim/ kendimi o kadar baskı altına alıyorum ki sağlığım zarar görüyor/ zenginlik ve statü benim için çok önemlidir” (Young & Klosko, 2017; syf.385) olarak örnek olması açısından sıralanabilir.

Sırayla ve kısaca sosyolojik bakış açısıyla yorumlamak gerekirse, ilk cümlelerin ana fikri, özellikle modern aile yapıları içerisinde rekabetin bir düstur gibi kullanılmasıdır. Erken yaş dönemlerinde, modern ailelerin sosyal gruplar içerisinde çocuklarının sosyalleşmesi gerekliliği üzerine bir istismar davranışı ile karşılaşırız.

⁸³ Young, J., & Klosko, J. (2017). *Hayatı Yeniden Keşfedin*. İstanbul: Psikonet Yayınları.

Örneğin; yüzme kursuna yazdırılan çocuk hem sosyalleşmeyi hem de rekabet etmeyi öğrenmektedir. Çocuğun her ikisini de öğrenmesi noktasında bir sakınca yoktur. Ancak aile içerisindeki diyaloglarda özellikle de sofralarda konuşulan cümlelerin bir yansıması bu şemadaki ‘en iyi olma’ sorunsalını ortaya çıkarmaktadır. Çocuk, sağlıklı bir biçimde rekabet alanında bulunamaz. Çünkü kendisinden önce kendi ebeveynleri ile diğer ebeveynleri arasındaki rekabete şahit olmaktadır. Ailenin baskısı ve akran zorbalığı gibi durumları ortaya çıkaran bu tutumlar kişide rekabete dayalı baskı ve bastırılma ile soslanmış en iyi olma dürtüsü inşa etmektedir.

Hemen sonrasında gelen ve sağlık sorunlarının artışına işaret eden şema cümlesine bakmak gerekirse; rekabet ile birlikte gelen sağlıksız baskı ve baskılama ortamı, yetişkinlik döneminde toplum içerisinde sürekli kendinin göz önünde ve mükemmel derecede başarılı yüzünü gösterme çabası ile oluşur. Böylelikle öfke duygusunun toplumsal olarak açığa çıkışı, gizli yeme davranışının görünür olma çabası ve göz önünde olmanın getirdiği sorumluluk ile çatışır. Bu çatışma kişideki mental , fiziksel ve sosyal sorunları beraberinde getirmektedir. Bu bireylerin stabil bir kişilik inşa etmeleri mümkün olmadığından ürettikleri kişileri farklı alanlarda büyük bir mücadele içerisinde tüketmesi ile karşılaşmaktadır. En iyi olmalıyım, en iyi görünmeliyim ve zenginlik eşlenikçisi statü, haritanın diğer kısımlarını tamamlar niteliktedir.

Toplum bizlere hiçbir zaman sıradan olmamızı öğütmez. Toplumun yeterlilik düzeyi tepeden tırnağa kusursuz olmak üzerine inşa edilmiştir. Çoğu zaman modern ve geleneksel ailelerde bunun farklı olduğu düşünülür ancak her ikisinde vardır, aynıdır sadece versiyon değişikliğine uğramıştır.

Modern ailelerin çocukları rekabet ve mükemmel görünmek arasında sıkışırken geleneksel ailelerin çocukları da zengin ve statü sahibi olmak noktasında oldukça öfkeli. İdealize ettikleri görüntü, diğerlerine nazaran, beden görünümelerini zengin gösteren tüketim malları ile örtü altına alınması noktasında farklılaşmaktadır. Bu farkın kapandığı yer ise öfkeli geleneksel aile çocuklarının, temelden rekabetçi ve güzel görünümlü olmaya endekslenmiş modern ailelerin çocuklarıyla yarışa girmesi ve nihayetinde onların sahip olduğu rekabet ve mükemmel olma dürtüsünü edinmeleriyle son bulur. Sonuç olarak, baskılanan öfkenin neticeleri önce versiyonlara ayrılır ve sonrasında tek bir versiyonda birleşir. O versiyon da öfke ile olumlu duyguları elde etme çabası, olumsuz duyguları yok sayma davranışı olarak karşımıza çıkmaktadır.

Utanç duygusu, kişilerin kendilerini yetersiz görmesi ile birlikte başkalarının bunu açıkça belirtmesi veya gördüğü noktasında, başkalarının algısındaki kendi üzerinden bu duyguyu hissetmesi durumudur. Ek olarak utanç duygusuna sahip bireyler, kişisel veya toplumsal etiketlenme üzerinden kendilerini sürekli aşağı konumda görme hissiyatına kapılırlar. Bu durumun kronik hale gelmesi yeme atakları üzerinde oldukça etkili bir durumdur⁸⁴.

Bu duygu durumlarının içerisinde sosyolojik olarak net bir şekilde konumlanan utanç, kişilerin aileden öğrenerek başladığı ve daha sonra karakteristik özelliklerine yansıtılarak toplumsal konumunu ve toplum içerisindeki tutumunu belirleyen bir duygudur. Utanç, toplumsal damgalamanın hem sebebi hem de sonucu kapsamında oluşmaktadır.

Kişilerin patolojik bir halde sürekli kendilerini kusurlu hissetmesi yeme tutumları üzerinde aynı öfke duygusunda olduğu gibi gizlice tüketim davranışına denk düşer. Bu sefer amaç mükemmel görünmenin altındaki yetersizlikleri saklamak değil yetersizliğin görünür düzeylerine bir düzey daha eklememektir. Toplum tarafından kişiye atfedilen damgalara bir yenisini eklememek temel amaçtır. Bu kişiler genel olarak aşağılanma, kabul görmeme, sürekli bir biçimde beden görünümü üzerinden gündem olma vb. durumlarla karşılaştıklarından bu duygu kronik bir hal almaktadır.

Utanç duygusunu patolojik düzeyde yaşayan kişiler, sosyal gruplar içerisinde görünmezlik giysilerini giymeyi tercih etmenin yanı sıra kabul görme çabaları ile de tutarsızlardır. Bu tutarsızlık, yeme davranışı üzerinden topluluklar içerisinde hiçbir şey yememe davranışını tetiklerken yemek istediklerini temel duygulardan olan öfkenin bastırılmış bir yüzü olarak gizlice yeme eylemi gerçekleştirmektedirler. Onların sosyal gruplara hatta tüm topluma olan kabulü, sadece bedenlerinin standart ölçülere uyması ile gerçekleşebilir. Bazı bireyler asosyal bir biçimde çaba göstermeden kendini güvenli alanına hapsederken bazıları ise tutarsız bir biçimde kişisel iradesiyle savaş halindedir. Utanmak ve kusurlu olmak, utanmak ve başarısız hissetmek arasındaki kişisel ve toplumsal döngülere sıkışıp kalmışlardır. Bu kişileri toplum içerisinde ya çok fazla ve üst düzey bir noktada görürüz ya da varlıklarından bir haber oluruz. Başka bir ifade ile bize sundukları görsel, özgüven yokluğu ya da yüksek düzeyde özgüvendir. Bir nevi bu bireylerin varlıkları toplumsal olarak iki uçlu bozukluk içerisinde seyreder. Başka bir

⁸⁴ Faraji, H., & Fırat, B. (2022). Yeme Bozuklukları ve Duygular. *Fenerbahçe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 153-174.

ifade ile utanç duygusundan mustarip olan yeme bağımlılığına sahip kişiler toplumsal bipolar doğurmaktadırlar.

Bu noktada utanç duygusunun iki temel duygusal şeması vardır. Bunlardan ilki kusurluluk şeması olarak geçmektedir. Şemaya ait ölçekte sosyolojik etkiyi kapsayan pek çok cümle seçeneği bulunmaktadır. Bunlardan bazıları;

“Bana en yakın insanlarla bile paylaşmak istemeyeceğim sırlarım var/ gerçek kendimi saklarım. Gerçek olan ben kabul edilemez. Gösterdiğim kendim sahtedir. / en büyük korkularımdan biri kusurlarımdan ortaya çıkmasıdır” (Young & Klosko, 2017; syf.275-276) olarak sıralanabilir.

Genel hatlarıyla baktığımız zaman sır, kendini saklama, kabul edilememe, sahtelik, kusur ve ifşa cümle içeriklerinde dikkat çekmektedir. Bireyin sürekli bir şekilde sır taşıyıcısı olması yine erken dönemde aile etkisi ile öğretilir. Bilinmemesi gerekenleri bir yerlerde açıkça konuşursanız hem toplum hem aileniz tarafından dedikoducu veya ispiyoncu olarak damgalanırsınız. Bu etiketleyici söylemler, toplumsal tabanda örfi hukuk kurullarına ters bir durum oluşturmaktadır. Toplum, kişileri böyle durumlarda kınanacağı, dışlanacağı noktasında örfi olarak tehdit eder. Kınanan veya dışlanan kişi teknik olarak suçludur ve yine suçlu olmak teknik olarak utanç duyma gerekliliğini doğurur.

Yeme bozuklukları kapsamında utanç içerisinde olmak, toplumsal tabanda kabul görmeyen ve görmeyecek olan yeme davranışlarını (tıkınırcasına yemeyi) doğurur. Kabul görmeyen yeme davranışı içerisinde olan kişiler, en küçükten en büyüğüne bütün kurumlarda etiketlenir ve oyun dışı bırakılmaktadır. Herkesin aynı olduğu ancak kendini özel hissettiği dünyada tıkınırcasına yiyenler kusurlu, suçlu, çirkin olarak yaftalanır ve cezalandırılır. Bu düzene uyum sağlamayan kişiler artık toplum için müebbet bir utanç duygusuna mahkûm edilmiştir. Bu mahkûmiyet, ancak ve ancak kişilerin kendilerini toplum önünde sahte bir kimlikle ispat edebildiklerinde son bulabilir.

Sahte bir benlik inşa etmek, kusurlardan ve onların getirebileceği sonuçlardan kaçınmaktır. Beden algısı ve yeme bağımlılığı kapsamında kaçınma davranışının yeme davranışını gerçekleştirmek için özel alanlar ve zamanlar oluşturularak kazanıldığını görmüş oluruz. Utanç duygusuna sahip kişilerin genelde sofralarda yavaş yedikleri, aile bireyleri ile birlikte oturulan sofralarda, eğer aile tarafından bu konuda bir zorbalığa uğramışlarsa daha rahat olduklarını, bunların dışındaki tüm sosyal grupların içerisinde

uzun süreler yemeyi reddettiklerini ya da eser miktarda tüketimde bulunduklarına dikkat çekmek yanlış olmayacaktır.

Utanç duygusu ile hareket eden kişilerde yaygın olarak gözlemlenebilen başarısızlık şemasına da bakmak gerekmektedir. Bu şemada özellikle uygulanan ölçekte “diğer insanların yanında kendimi mahcup hissediyorum çünkü başarılarım konusunda onlarla aynı düzeyde değilim” cümlesi oldukça çarpıcıdır. Çünkü zayıf olmak ve sağlıklı beslenebilmek bir başarı düzeyidir. Mükemmel olmanın yegâne merdivenidir.

Sosyoloji kapsamında toplum bu konuyla ilgili ciddi bir paradoksa düşer. Bu paradoks kişilere, utanırsan başaramazsın ve başaramazsan utanmalısın ve utancın olmaz ise başarın bir ölçüt olamaz. Bu negatif toplumsal üçlemeye takılan benlik, kendini var etme çabası içerisindeki tüm davranış biçimlerini sorgulamaktadır. Bu sorgulama ekinde gelen suçluluk duygusu, yeme tutumlarındaki düzensizliği arttırmaktadır. Beden görünümünün bozulmasına sebep olan obezite, kusurluluk ve suçluluk duygularına çanak tutan bir kolektif şiddettir.

Öfke, utanç ve suçlulukların sonucunda karşımıza sürekli kaygı hisseden duygusal yiyecekler çıkmaktadır. Ancak öncelikle kaygı ve anksiyete arasındaki temel farka değinmek gerekir. Kişilerin yaşadıkları ruhsal problemlerin tümünün temelinde kaygı ya da onun bir benzeri olarak anksiyete olduğu söylenebilir. Ancak ikisi aynı tanı kategorisinde değildir. İkisinin ayrı olarak nitelendirilmesi şuradan gelir:

Kaygı, daha çok, kişinin takıntılı bir şekilde endişe duyduğu ama eyleme veya fiziksel semptomlara dökülmemiş bir duygu durumu olarak seyredebilir. Anksiyete ise bunların fiziksel olarak eyleme dökülmesiyle gerçekleşmektedir. O halde, yeme tutumlarındaki en yaygın faktörlerinden birinin de kaygı olduğunu söylemek mümkündür.

Buna göre, tıknırcasına yeme bağlamında yeme atağı geçiren kişiler, temelde kaygılarını örselemek için oldukça hızlı ve yüksek oranda yeme davranışında bulunmaktadır. Yüksek oranda besin tüketimi ile birlikte bireyde kilo alımı ve bunun bir sonucu olarak fiziksel görüntüsünde değişiklikler olmaktadır. Bu meyanda, kişinin dışsal görüntüsünden duyduğu kaygıya duygusal olarak taşıdığı kaygıda eşlenikçi olmaktadır. Sosyal beden algısındaki bozulma, bedenini negatif bir biçimde değerlendirme ile ilişik hale gelerek kaygı düzeyini arttırmakta ve yeni yeme ataklarına zemin hazırlamaktadır.

Kaygı, duygusal şemaların sosyolojik konumlanması noktasında kapsayıcı bir kavramsallaştırmadır. Öfke, utanç, suçluluk ve yalnızlık kapsamında ele alacak olursak;

kişi toplumdan ve birimlerinden öfkesini bastırmayı, utancın paradokslarını, suçlu hissetme zorunluluğunu ve yalnız kalma korkusunu içselleştirmektedir. Bu içselleştirme, kişinin toplumda sahte bir şekilde var olması noktasındaki kaygı ile toplumdan izole olup yok olma korkusuna ait kaygıları aynı derecede beslemektedir. Toplumsal dinamikler içerisinde gelecek kaygısı, ekonomik kaygı, eğitim kaygısına modern hayatın bir getirisi olarak başarılı olmak kaygısı, güçlü olma kaygısı, statü kaygısı ve en nihayetinde ideal güzelliğe ulaşma kaygısı eklenir.

Kaygı, temelde bulaşıcı bir duygudur ve kolektif kaygı artık daha kolay bir bulaşma alanı yakalamıştır. Bu kaygılar üzerinden kişilerin edindiği toplumsal konumlar pamuk ipliğine bağlıdır ve böylelikle kişi kaybetme kaygısına ulaşmış olmaktadır. Kaybedilmeyen tek haz, yiyeceklerin sakinleştirici etkileri ve bu etkiler ile birlikte gelen yeme ataklarının artmasıdır.

Her ne kadar kaygı kapsayıcı bir kavramsallaştırma olsa da yalnızlık duygusu bir sonuç niteliği taşımaktadır. Yalnızlık, duygular ve yeme davranışı arasındaki korelasyonda özellikle de obezite teşhisi almış kişilerde yeme davranışlarındaki tutarsız geçişlere kapı aralayan en belirgin duygulardan bir tanesidir. Bu bağlamda hem sosyal açıdan hem de mental açıdan yalnız olmak düşüncesi yeme tutumlarını etkisi altına almaktadır.

Buradaki doğru soru kimlerin yalnız hissedebileceğidir. Cevap ise oldukça net bir tablo çizer. Bastırılan, utandırılan, suçlanan, tehdit edilen, başarısız gösterilen, belirsizliğe sürüklenen... liste oldukça uzundur. Bu durumda en başa dönmek gerekir. Bastırılmak, utandırılmak, suçlanmak... İkinci doğru soru, bu eylemleri kimin gerçekleştirdiğidir. Cevap ise bu eylemlerin toplum tarafından kolektif bir biçimde gerçekleştirildiğidir. Kişi, bunun sonucunda ister özgüvenli gözüksün ister toplumdan izole olsun toplumsal anominin bir parçası konumundadır.

Duygusal şemalar içerisinde duygusal yoksunluk şeması bu duruma destekleyici bir duruş sunmaktadır. Keza şema ölçeğinde yer alan bazı cümleler izole olma durumunu farklı açılardan açıklar.

“Kimse beni gerçekten anlamıyor/ sevdiğim insanlardan hiçbiri duygularını benimle paylaşmak istemedi ve bana ne olacağıyla derinden ilgilenmedi/ insanların beni yönlendirmesine ve korumasına izin vermem çok zor, içimden bunu istesem bile” (Young & Klosko, 2017; syf.156) cümlelerinden anlaşılacağı üzere burada bir toplumsal sorun mevcuttur.

Temel ihtiyaçlar hiyerarşisinden payına düşeni alamamış kişiler, yetişkin olduklarında maruz kaldıkları etiketleri baz alarak bir kimlik oluştururlar. Anlamak, dinlemek ve konuşma eylemleri sadece kişisel eylemleri oluşturmaz. Aynı zamanda anlamak, dinlemek ve konuşma eylemleri toplumsal bir eylem içerir. Aile içerisinde dinlenilmeyen, anlaşılmayan ve konuşturulmayan kişinin yalnızlık hissetmesi kaçınılmazdır. Yalnızlık, bu yüzden sebeplerin tekrar sebeplere bağlanacak sonuçlarını inşa eder. İçten içe kabul ve korunma talep eden kişi, insan olmanın getirdiğı doğal bir sonuçla bu ihtiyaçları önce aileden, sonra toplumdan ve onun tüm birimlerinden talep eder.

Karşılanmayan bu üç ana eylemin karşılandığı alanlardan biri de yeme tutumlarıdır. Anlaşılması, dinlenmesi ve konuşması gerçekleştirilmeyen birey, toplum içerisindeki yerini araması esnasında sosyal gruplar içerisinde savrulur. Bu savrulmanın kaçınılmaz sonucu ödöl mekanizmasının çalıştırılmasıdır. Ödüllendirilmeye koşullanan kişi, her girişiminde kabul göreceğine olan inancıyla bedenine tutunur. Diyet yapmak, spor yapmak gibi eylemler kişisel olarak yalnız bir çaba gerektirdiğinden yalnızlığın giderilmesi, diğeriyle aynı olabilmek amacından geçer. Amaçlar çoğaldıkça kişinin gruplar içerisindeki yalnızlığı çoğalır. Böylelikle kişi, bir hak ediş girişiminin daha başarısız olduğı kanısına varır. Yalnızlık bir terk edilme, ait olmak ise bir hak ediş olarak konumlanır.

Edinilen onlarca kimlik ve rol, kişi için, günün sonunda yapay bir varoluşa dönüşür. Bu var olma hali kendisini hayatta kalma mücadelesine iter. Bu dürtüyü edinen kişi, birçok bağımlılık geliştirebileceğı gibi yeme bağımlılığını da geliştirmiş olur. İstediginde ulaşabildiğı, yanında bulundurabildiğı ve kendisine hayatta kalma karşılığını veren (içerik olarak örneğın karbonhidratlar) yegâne şey yemektir. Bu yüzden duygusal yiycilerin yalnızlık duygusu daha çok yalnız kalmamak, ait olabilmek, bir topluluğun parçası olabilmek ihtiva eder.

Ayrıca yalnızlık duygusuna eşlik eden duygusal yoksunluk şemasına sahip kişilerin temel sorunları doyum noktasıyla da ilgilidir. Bu kişiler genelde tüm ilişkilerinde alıcı konumdadırlar. Buradaki temel sorunu oluşturan boşluk hissi yiyeceklerle doldurulmaya çalışılır.

Sonuç olarak, toplum içerisinde varoluş çabası veren kişilerin patolojik düzeydeki boşlukları yeme bağımlılığını ve beden algısı bozukluğunu tetikleyicisidir. Buradaki

temel mesele, bireylerin toplumsal örgütlenmeden bağımsız bir şekilde sadece kişisel zihinsel aktiviteleriyle bu konuma düşmediklerini okuyabilmektir.

1.3.6. Kolektif (Sosyolojik Şiddet) Şiddet: Sosyoekonomik Şiddet/ Toplumsal Stereotipler

Popüler kültür kapsamında kültür endüstrisinin hızla değişim ve yenilenmesini göz önüne alırsak bireylerin birbirleri hakkında birtakım yargılara varmaları önceki dönemlere göre daha pratik ve kolay hale gelmiştir. Bu kapsamda oluşan toplumsal stereotipler, daha keskin ve hızlı bir biçimde kolektif olarak bir yayılma göstermektedir. Bu durum topluma dil bağlamında yeni kavramlar yüklerken kişilerin kendine ve topluluklara yabancılaşmasını da beraberinde getirmektedir.

Bu yabancılaşma ile birlikte gelen yalnızlık duygusu ve hızla yayılan yalnızlaşma kurgusunun normalleştirilmesi hem bireysel hem de toplumsal bağlamda bir anomi yaratır. Kolektif bir halde anti-sosyal semptomların ortaya çıkması yine toplu halde bir sözlü ve fiziksel şiddetin etkin olmasına yol açmaktadır. Bu nokta, anarşizmden farklı olmakla birlikte daha çok bireylerin toplum tarafından meta haline getirilmesi sonucu ortaya çıkan bir zarar verme davranışını içermektedir. Bu anomi hali, kişilerde entelektüel bir anlam kazanmakta ve toplum nazarında bir statü sahibi olduklarına ikna olmalarını kolaylaştırmaktadır.

Bunların dışında, toplumda anomi oluşturduğunu iddia edebileceğimiz farklı insan grupları da ortaya çıkmaktadır. Bu durum, bazen bireylerin kaçınma eğilimlerini artırarak kolektif bir sosyal fobi, bir diğer ifade ile kitlesel bir histeri halini alabilmektedir. Bu histeri hali, tanımının aksine bir dinamik hareketi temsil etmez. Kaygılı ve çökkün bir dinamizmi temsil etmektedir.

Bunun üzerine Gençtan, bireylerin bir başkasına zarar vermemek adına ilgisini geri çekmeyi tercih ettiğini ve çarelerin tek başına bir biçimde aranması gerektiğine vurgu yaparak buradan doğan yalnızlık duygusuna dayanma gücü gösteremeyenlerin birçok şeye bağımlı hale gelebildiğine ve bu anlamsızlık içerisinde bir biçimde bunlarla kurtulmaya çalıştığına ancak bu durumun git gide daha derin bir hal aldığına vurgu yapmaktadır⁸⁵. Buradan da anlaşılacağı üzere, kişilerin bağlanma problemlerine eşlik eden bağımlılık durumu, toplumsal düzeyde bir yalnızlaşma mefhumunu ortaya

⁸⁵ Gençtan, E. (2018). *İnsan Olmak*. İstanbul: Metis Yayınları

çıkarmaktadır. Yeme bağımlılığının da bu bağımlılıklar arasında sayılarak üstelik kolektif bir şiddet halinde insanlar üzerinde yalnızlaşmanın ve yabancılaşmanın etkilerini ciddi derecede arttırdığını ifade etmek yanlış olmayacaktır.

Sosyoekonomik şiddet, kolektif şiddetin temel besin kaynaklarından bir tanesidir. Onun eşlenikçisi ise toplumsal stereotiplerdir. Toplumsal önyargılar diyebileceğimiz bu gerçeklik, sosyoekonomik şiddet ile karşılıklı bir doğum ve yenilenme hali içindedirler. Bu doğuş ve yenilenme süreçleri bireylerin ve toplumların temel ihtiyaçlar piramidinin oluşmasını sağlar.

“Her zaman aynı örtük tez: “Ne denli kazanılırsa, o denli daha çok ve daha iyisi istenir”; bu, ayırım gözetmeksizin herkes için ve bireysel olarak geçerlidir; çünkü herkes rasyonel bir en yüksek refah noktasını hedefler” (Baudrillard, 2017; syf.69).

Bu piramidin en tepesinde ve en temelinde güvenlik, beslenme ve barınma ihtiyaçları bulunmaktadır. Güvenlik ihtiyacını modern dönem içerisinde ve çalışmanın konusu kapsamında ele alacak olursak; temelde bireylerin ve toplumların tüketim mallarındaki tüketme aşamalarını takip etmek gerekmektedir.

Konu kapsamındaki temel güvenlik kişinin sağlığıdır. Doktorların ve diğer sağlık personellerinin etik kurallar içerisinde sağladıkları tedavi, yöntem ve teşhisleri içerir. Bu durumun temel ihtiyaçtan, ihtiyaçlaşma konumuna geçmesi ise küresel pazardaki ürünler ile sağlanmaktadır. Buna istinaden diyebiliriz ki sosyoekonomik şiddet, daha çok statü kavramı ile ilişkilidir ve kişiler ile toplumların modern sağlık yaşamlarını işaret eder.

Kişilerin özel hastane, devlete bağlı hastaneler veya muayenehanelere gitmesi kapsamında bir sınıflaşma oluşur. Sınıf kavramı öncelikle hizmet alınan kurumun ismi ve sağladığı avantajlar kapsamında ortaya çıkmaktadır. Devamında, söz konusu şiddet türüyle oluşan markalaşma politikası kişiler üzerinden avantajlar, kalite ve tedavinin devamı döngüsüyle işlemeye devam eder. Kişinin sağlık ihtiyaçları güzellik, estetik, popülerlik, en çok da beden görünümü üzerinde yoğunlaşmaya başlar. Bu yoğunluk, oluşan sağlık sınıflarının arasında toplum tabanında bir çatışma oluşturur. Devlet tarafından sağlanan tedavi amaçlı ilaçlar ile özel üretim ilaçlarının kullanımı arasında içeriksel olarak bir uçurum olmasa da sınıf farkı, statü ve markalaşmanın doğması nihai görevini çoktan tamamlamıştır. Bu sıralama bahsettiğimiz güvenlik ihtiyacının ihtiyaçlaşması durumunun temel denklemini oluşturur.

Beslenme ve barınma ihtiyacı, güvenlik ihtiyacının içinde konumlanmış iki eşit alt küme gibidir. Beslenme, sağlık ihtiyaçları kapsamında özel ürünler, organik ürünler, paketli ürünler, marketlerin markası gibi hatlarda hitap ettiği sınıfların üzerine yeni sınıflaşmalar doğurur. Cinsiyet bağlamında kadın ve erkeğin arasındaki kültür etkisinde oluşmuş toplumsal farklar baki iken markalaşma politikasında bu farklar yok olarak unisex bir ürün pazarına dönüşmektedir. Bu pazar, barınma ihtiyacının estetik bir beden, sınıfsal ürünlerin tüketimi ve dergi tasarımlarından çıkan ev modellerinin hayata geçmesi ile bireyleri toplum içinden ayırıyormuş gibi görünen ancak toplumun kadrajına tüm hatlarıyla dahil eden bir piramit sistemine dönüştürür.

Toplumun her kesiminde bu ihtiyaçlaşma görülürken aradaki tek fark sosyoekonomik sınıflaşmadan doğan stereotipler olur. Kişilerin yaşadıkları ülke, il, ilçe hatta mahalleler arasında kentleşme ile derin yarıklar halinde hem keskin hem de karmaşık bir sınıflaşma modeli ile karşı karşıya kalınmıştır. Aradaki emniyet sibobu görevi gören orta sınıf yok olmuş, toplum iş dünyasındaki gibi mavi ve beyaz yaka olarak iki ana kategoriye ayrılmıştır. Sosyoekonomik şiddetin en temel sebeplerinden biri de bu keskin sınıfsal ayrımın doğmuş olmasıdır.

Her kesim için yaygın ve eşitlikçi, ancak her kesim için ulaşılabilir olmayan tüketim ürünleri sınıflar arasındaki rekabeti güçlendirir. Eli güçlenen piyasa, sunulan değer altında üretim değerinin üzerinde yeni ürünler üreterek sınıflar arası bu şiddeti yok etmeye çalışır gibi görünür. Ancak bu çatışma azalmadığı gibi güçlenmektedir. Kadınlar özelinde üretilen ürünlerin güzellik, dekorasyon ve tekstil alanlarında yayılım göstermesi, sınıf farkı olsa da rekabetin temelini değiştirememektedir. Ürünlerin fahiş fiyat politikası markalaşma üzerinden belirlendiği gibi kadınların markalaşma politikası da kullandıkları ürünlerin estetik kalitesi üzerinden şekillenmektedir.

Özellikle “Duygusal ve toplumsal olarak küçümsenmiş çirkin kadın, en ufak bir suç işlememiş olsa da suçludur. Cezalandırma olmadan onun kişiliğine zarar verilebilir, o tüm aşağılamaların nedeni olabilir. Ayrıca çirkin kadın, bu serzenişleri, görünüşünden ötürü özür dileyecek ve suçlamaları haklı görecektir kadar benimser. Paradoksal bir şekilde, çirkinliğe katlanırken, ondan kendisini sorumlu tutar” (Sagaert, 2017; syf.116).

İşte tam da bu noktada toplumsal stereotiplerin büyük bir getirisi olarak damgalama/etiketleme davranışları ile karşı karşıya kalınmaktadır. Özellikle damga teorisinin yaratıcısı olan Evring Goffman üç tür damga tipinden bahseder:

İlki, “bedenin korkunçlukları-muhtelif fiziki deformasyonlar” olarak adlandırılır. İkincisi ise “zayıf irade, baskıya müstahak ya da doğal olmayan tutkular, sapkın ve katı inançlar ve ahlaksızlık olarak algılanan bireysel karakter bozuklukları” ve son olarak da “ırk, ulus ve din gibi etnolojik damgalar” olarak sıralanmaktadır (Goffman, 2021; syf.31).

Bu bağlamda Bauman da aynı yönde bir yorum sezinlenir. Bauman, modernlik eleştirisini Holocaust üzerinde konumlandırır. Bu açıdan baktığımızda Holocaust’un yapılması için bir dine, ırka vb. kimliklere sahip olunması gerekmez. Kadın olunması ve mitlerin desteğiyle kadının kusurlu adledilmesi yeterlidir. Toplumsal faşizmin dine veya kimliklere ihtiyacı kalmamıştır. Onun temel kaynağı, cinsiyetler ve standartları (olması gereken özellikleri) üzerine inşa edilmiştir.

Teknolojik nimetlerle donanmış yeni dünyanın Holocaust’u, beden üzerinde şekillenmiş ve tüm çıplaklığıyla interaktif alanlarda oluşan kadına yönelik bir yağmacılık olarak modernlik temeline kazınmış sosyolojik ve psikolojik bir Holocaust’tur. Böylelikle onun kavramsallaştırması ile bir “kusursuz toplum imgesi”⁸⁶ yaratılmış olur. Bu imge, kişinin sosyal gruplar içerisinde uyumlanmak mecburiyeti ile örgütsel çalışma biçimlerinde katli vacip bir biçimde kişisel sorumlulukları ortadan kaldıracak bir sistem inşa eder. Bu sistem ile kişi, sorumluluklarının kaybolması ile birlikte otomatik olarak gerçekleştirdiği eylemleriyle üreyen zehri toplum içerisine zerk etmekte bir sakınca görmez.

Bu durum, farkındalık dışı geliştiği ve sistemin bir parçası olduğu için de iyilik kisvesinin altına yerleşir. Bir sorumluluk, iyilik ya da tırnak içinde olması gereken şey kapsamında muazzam bir şekilde modellenmiş olarak toplumsal bir form biçiminde karşımıza çıkar.

Böylece, “modernlik insanları daha zalim yapmaktan çok basit bir şekilde sadece zalim olmayan, normal yaşamında belki bir böceği bile ezemeyecek olan insanlardan zalimce işler yapabilmenin yolunu açmıştır. Modernliğin bayrağı altında kötülük artık kötü insan gerektiren bir iş olmaktan çıkmıştır” (Bauman, 2001: 258; akt. M.K. Şan, syf.78).

⁸⁶ Şan, M. K. -. *Zygmunt Bauman: Modernlik ve Postmodernlik ARASINDA Bir Sosyolog*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü.

2.BÖLÜM: BTA VE BDB KAPSAMINDA KÜLTÜR ENDÜSTRİSİ

Kültür endüstrisi, modern toplumlarda kişilerin düşünce ve davranış örüntülerinin iletişim araçları ile şekillendirildiğini vurgulamaktadır. Adorno ve Horkheimer’a göre kültür endüstrisi, bireyleri pasif bir tüketici konumuna yerleştirerek onları standartlaşmış kalıplara uymaya zorlamaktadır⁸⁷. Bu bağlamda BTA ve BDB, kültür endüstrisinin beden üzerinden yarattığı baskıların somut göstergelerinden bir tanesidir.

Baudrillard bu kapsamda, modernitenin yarattığı tüketim kültüründe bedenin yalnızca biyolojik değil, aynı zamanda simgesel bir tüketim nesnesi haline geldiğini ifade etmektedir⁸⁸. Buna göre; reklam, moda ve medya aracılığıyla kişiler süreklilik halinde “ideal beden” imgesiyle karşı karşıya bırakılmaktadır. Bu durum, özellikle kadınlar için bedenin sadece biyolojik bir gerçeklik değil, aynı zamanda toplumsal kabulün ve arzunun nesnesi haline gelmesine yol açmasına sebep olmaktadır. BTA ve BDB gibi bozukluklar da ideal beden imgelerinin ulaşılamaz algısının karşısında yaşanan kırılmaların birer ifadesi halini almıştır.

Bordo ise bedenin modern kültürün taşıyıcısı olarak işlev gördüğünü, özellikle kadın bedeninin toplumsal iktidar ilişkilerinin merkezinde bulunduğunu vurgulamaktadır⁸⁹. Kültür endüstrisinin ürettiği bedenler, kadınların kendi beden algıları üzerinde baskı yaratmakta, body shamming ve flört şiddeti gibi pratiklerle de ilişkisel düzlemde yeniden üretilmektedir. Dolayısıyla BTA ve BDB, yalnızca bireysel patolojiler olarak değil, aynı zamanda kültür endüstrisinin toplumsal cinsiyet eşitsizliğini yeniden üretme araçları olarak da değerlendirmeye alınmalıdır.

Kültür endüstrisinin ürettiği ideal beden miti, özellikle de romantik ilişkilerde ve flört süreçlerinde bedenin bir kabul veya reddetme ölçütü haline gelmesi ile kadınları derinden etkileyen bir şiddet biçimine dönüşmektedir. Flört şiddeti kapsamında bedene yönelik eleştiriler, aşağılama, partnerin bedenini küçümseyici ifadeler kullanması ya da idealize edilen görünüme yaklaşması için baskı yapması, görünmez ancak yıpratıcı bir şiddet biçimidir. Bu durum, yalnızca psikolojik bir travmaya yol açmakla kalmamakta; aynı zamanda BTA ve BDB yi tetikleyen bir unsura da dönüşmektedir.

⁸⁷ Adorno, T. W. & Horkheimer, M. (2010). *Aydınlanmanın Diyalektiği*. İstanbul: Kabalcı Yayınları.

⁸⁸ Baudrillard, J. (2010). *Tüketim Toplumu*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

⁸⁹ Bordo, S. (2003). *Unbearable Weight: Feminism, Western Culture, and the Body*. Berkeley: University of California Press.

2.1. Tüketmenin ve Hazzın Bir Uzantısı: Tıkınma İdeolojisi

Tüketim ve haz yüzyıllar boyunca birlikte anılan iki yapışık karakter olarak karşımıza çıkmaktadır. Modern dünyanın “mutlu olmak zorundasın” mesajı tüketmenin ve hazzın birçok kola yayılmasında öncülük etmiştir. Bu noktadaki öncüllerden bir tanesi de kolektif yapı içerisine sızan tıkınma ideolojisi.

Doyumsuz küresel dünyanın doyumsuzluğa sürüklediği toplumlar haz ve tüketimi bir arada barındırmak isterler. Bu istenç, toplumdan bireye olacak şekilde sirayet etmektedir. Etik açıdan hazzın sadece cinsellik üzerine temellendirilmesi artık ortadan kalkmıştır. Haz kültürü teoride tüketimle birleşerek kendisini temize çıkarmayı başarmıştır.

Temel olarak hazzın ve tüketimin birleştiği yolculukta, küresel dünya dinamiklerinin amacı, toplumları dengede tutmak değil onları kendi ağırlık merkezine çekmektir. Bu ağırlık merkezi alanyazında Baudrillard’ın hipergerçeklik tanımlamasında hayata geçer. Post modern dönemde tüketim toplumunu doğuran ve besleyen simulakrallar, simülasyon ve hipergerçeklik kavramları (özellikle de hipergerçeklik) imajların, imajlarının imajları olarak karşımıza çıkar. Bu meyanda rasyonalite ve illüzyon birbirine geçerek insanların ve toplumların zihninden ayırt etme gücünü koparmış olur. Bu kopma hali de rasyonalite ve illüzyon arasındaki stresi boşaltır ve olması gereken temel rasyonalite ortadan kaybolur. Bunun sonucunda da toplum ve insan birbiri arasındaki temel işlevsel farklılıkları algılama yeteneklerini kaybeder. Her şey bir görsel kaosa dönüşür. Bu karmaşa imajların yerini aldığında söz konusu küresel ağırlık merkezi de hakimiyet kazanmış olmaktadır.

Bu hakimiyetle birlikte toplumun görsel hafızası kısa süreli bellek işlevi görür ve kişilerin algılanışı topluma mal edilerek mahremiyeti ortadan kaldırır. Mahremiyetin ortadan kalkması olağanlaşarak toplum içerisinde imajın değişiminin göze batmasının önüne geçer. Çünkü bu durum aynı hızda ve aynı anda kamusal alanda gerçekleşen bir devinimdir. Bu durumda “devinim kavramı küresel dünyanın merkez üssüdür” çıkarımını yapmak yanlış olmayacaktır.

Tüketen toplum, metalaşma süreçlerine imaj yanlısı bir karakteristik yansıtarak durumu bir tanıtım etkinliğine dönüştürür. Simge değeri moda üretimi içerisinde yayılım kazanarak zaman ve mekân algısının daralmasıyla manipülatif bir tavır sergilemeyi seçmekte ve tüketiciyi güdülemiş olmaktadır. Tüketim sadece bireylerin metalaşmasını değil aynı zamanda yeme tutumlarının da bir moda olarak pazarlanmasını sağlamaktadır.

Böylece doyumsuzlaşan zihin ve beden kapitalizmin yarattığı bir çılgınlığın somut bir sonucu olarak karşımıza çıkmaktadır. Kapsayıcı bir biçimde üretilen yapı hızla tüketilir ve tüketilen yapı teşhis alır. Yapının aldığı bu teşhis obur bir sosyal imajinist dünya yaratımının gerçekleşmesine öncülük etmiştir⁹⁰.

Bu kapsamda yine Baudrillard'ın gündelik hayat sosyolojisine atfen sunduğu örnekler tıknama ideolojisini anlamamız açısından anlamlıdır. Ona göre, cinsel işlevsellik ile koleksiyon yapmak arasında bir bağlantı vardır. Cinsel bir uzvun veya cinsel bir aktivitenin yarattığı eksik hissi diğer alanlarda büyüme ve çoğalma arzusu yaratmaktadır. Bu sebeple, koleksiyon olarak kendimize neyi seçtiysek önce eksik parçaları tamamlamaya sonrasında daha fazlasını yaratmaya çabalarız. Ulaştığımız kusursuz yapı ve onun yarattığı haz, bize başardığımızı ve mutluluğu elde edebildiğimizi gösterir⁹¹.

Daha açık bir ifade ile mutluluk, çabanın yarattığı hazzın sonucu satın aldığımız birçok parçaya denk düşmektedir. Giderek çoğalma istenci gösterdiğimizde ise sürekli bir eksiklik görme eylemine düşüşümüz başlar. Sürekli bir biçimde tamamlama/tamamlanma çabası içerisinde olduğumuzda ise artık tamamlanmış hiçbir şeyin olmadığını fark ederiz. Onun örneğinden yola çıkarak söyleyecek olursak, koleksiyonun eksik parçaları artık ileriye doğru seyreden sonsuz bir döngünün içerisine sıkışmıştır. Ez cümle ile sonu yoktur, koleksiyon hep yarım yani eksiktir.

Baudrillard'ın esasen değindiği nokta, tüketimin insanlık tarihinde geniş bir yer kapladığı ve kaçınılmaz olduğu noktasıdır. Ancak modern dönemde ideolojik bir duruşa dönüşmesi toplumları tüketime zorlayıcı bir konuma getirmiştir. İdeolojik olarak tüketimin temellenmesi ile birlikte artık pazar yerleri bir kişilikler tezgahına dönüşmüştür. Kendisini özel hissetmek isteyen herkesin kendisi gibi olan diğerlerini görmezden geldiği bir alışveriş alanı bizi karşılamaktadır.

“Başka bir deyişle piyasada satışa sunulan ve bununla doğru orantılı olarak kitlelerce de talep edilen şey kişilik olmaya başlamıştır” (Özgan, 2020; syf.68).

Tüketim birey ve toplum arasında bir köprü görevi görmektedir. Bu sebeple de tüketim, kültürel bir sistem ihtiva eder. Bu noktada tüketmenin sadece bir nesne olmasına gerek olmadığı durumu ile karşı karşıya kalırız. Baudrillard için bu durum bir nevi sistem

⁹⁰ Ersöz, A. G. (2010). Tüketim Toplumunda “Sıfır Beden” Söylemi: Neden ve Sonuçları Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme. *Edebiyat Fakültesi Dergisi* , 37-53.

⁹¹ Özgan, A. (2020). İlk Dönem Çalışmalarında Jean Baudrillard'ın Tüketim İdeolojisi. *Modern Leisure Studies*, 63-76.

güncellemesidir. Çünkü tüketim sadece bir eşyanın parçası olmaktan çıkmıştır. Tüketmek artık tüm istek ve arzuları başka bir ifade ile somut ve soyut tüm eylemlerimizin karşılanması için sürece dahil olmuştur. Hatta bu dahil olma durumu artık bir zorunluluk arz etmeye başlamıştır.

“Başka bir deyişle somut bir halden öteye geçemeyen bir nesne kolay tüketilir, biter. Ancak psikolojik ve duygusal bir hal alan tüketim isteği bitmez, sürekli tatmin edilmek ister. Tatmin edildikçe kendini yeniden üretir. Düşününürün burada kısaca değindiği husus tüketilen şeyin nesne değil nesne ile arasında kurulan ve zihinsel olarak var olan bir ilişki biçimi olduğudur (Baudrillard, 2010, s. 242.akt. Özgan, 2020; syf.71).

“O halde klasik tüketim ideolojisi yerini sürekli tüketme açlığı çekilmeye bırakmakta, tüketim ideolojisi kapitalist sistem içinde yeni bir tür tüketim ideolojisine evirilmektedir” (Özgan, 2020; syf.71).

Bu açıdan, günümüze sirayet eden “modern tüketimcilik” kavramına değinmek gerekmektedir. Bu kavramsallaştırma esasen tıknıma ideolojisi bağlamında sosyal bir zarar olarak literatürde yerini almıştır. Başka bir ifade ile toplumların yüzeleşme eylemi içerisinde planlı bir dinamik oluşturma zorunluluğuna tekabül eder. Aşırı tüketimciliğe denk düşen bu kavram hem bireysel hem toplumsal bağlamda tedavi edilmesi gereken bir durumdur. Modern tüketimcilik kapitalist sistemin ilerleyişi ile birlikte Avrupa’dan başlamış ve daha sonra tüm dünyaya yayılmıştır. Bu yayılım günümüzde de hızla devam etmektedir⁹². Doğuşuna zemin bulan modern tüketimcilik patolojik bir toplumsal sarmal olarak günümüze dahil olmaya devam etmektedir.

Bu bağlamda tıknıma ideolojisi, tüketim toplumu ekseninde şekillenen bir ideoloji halini almıştır. Baudrillard’ın kapitalist sistemin bir ürünü olarak tanımladığı tüketim toplumları aynı zamanda ideolojik hale gelmiştir. İdeolojik bir hal alması tüketen toplumların bir “Hyperconsumerism” atak geçirdiği kanısını yaygınlaştırmaktadır.

“Hyperconsumerism” ın Türkçe karşılığı Aşırı Tüketimcilik olarak geçmektedir. Aşırı tüketimcilik, modern toplumlarda yaygın olan, aşırı miktarda mal ve hizmet tüketimini teşvik eden sosyal ve ekonomik bir fenomendir. Tüketim, sadece ihtiyaçların ötesine

⁹² Jansiz, A. (2014). The Ideology of Consumption: The Challenges Facing a Consumerist Society. Journal of Politics and Law, 77-

geçerek kimlik, statü ve yaşam tarzı ile ilişkilendirilir. Kavram, genellikle tüketim toplumlarıyla, özellikle de kapitalist ekonomilerle ilişkilidir⁹³.

Histerik bir biçimde kolektif “Hyperconsumerism” atağının geçirilmesinin en büyük göstergesi tüketmenin bir ihtiyaç eylemi değil arzuların bir karşılığı olarak ilişkilenebilmesinden kaynaklanmaktadır. “Hyperconsumerism”da artık bireyler toplu bir biçimde markalaşma üzerinden sosyal statü edinebilmenin pençesine düşmüştür. Bu da tıknıma ideolojisinin acı bir özetini oluşturmaktadır. Tüketmenin ideolojisi ve ihtiyacın ihtirasa dönüşmesi kolektif bir oburluğun çıkış noktasını bizlere sunmaktadır.

Bu duruma şeffaf bir örnek olarak Rosenthal’ın tanımı ve Ackerman, MacInnis ve Folkes’in yaptığı bir çalışma verilebilir. Rosenthal’a göre, hızla artan tüketim hedonik bir motivasyon içerisinde genişler. Bu durumda kişilerin memnun olma düzeylerini tatmin etmek için sürekli çoğalan bir tüketme eylemi açığa çıkmaktadır. Onun açısından bu durum artık toplumda bir bağımlılık niteliği taşımaktadır. Ackerman, MacInnis ve Folkes’in çalışmalarında ise katılımcılar, birinin kendilerinden daha kaliteli bir ürün aldığı bir olayı anımsamaları istendiğinde, sahip oldukları üründen memnun olmayarak olay içerisindeki kişinin ürünlerine benzer ürünlere sahip olma istenci geliştirdiklerini gözlemlemişlerdir⁹⁴.

Tıknıma ideolojisinin yaratımını sağlayan tüketim kültüründe şimdiki zaman odaklı olma gereklerden biridir. Bu anlık zaman odaklılığı dürtüsel eğilimlerle bağıntılıdır. Başka bir ifade ile anlık düşünme ve anlık eylemsellikle sonuçlar üzerine düşünmeden hareket etme durumu açığa çıkmıştır. Dürtüsellik, en nihayetinde tüketimciliğin ve yarattığı kültürün temel düsturlarındandır. Bunun sebebi, tüketim sarmalının işlemlerini sağlayan davranışları üretmesidir⁹⁵.

Böylece bireysel ve toplumsal dürtüsellik tüketimciliği ve teknolojiyi yanına alarak hızlı ve doyumsuz bir eylemselliğin öğreticisi olmaktadır. Tüketim toplumları, bireylerin düşünme alanlarını işgal etmektedir. Bireylere yaptıkları şeyler üzerinde düşünme alanı bırakmaz. Bireyler, bu işgal ile birlikte sonuç odaklı olmaktan uzaklaşarak bir anda hız almaya odaklanmış olmaktadır.

⁹³ Http5: Wikipedia, <https://en.wikipedia.org/wiki/Hyperconsumerism> (Erişim Tarihi: 14/07/2025)

⁹⁴ Passini, S. (2013). A binge-consuming culture: The effect of consumerism on social interactions in western societies. *Culture & Psychology*, 369-390.

⁹⁵ Passini, S. (2013). A binge-consuming culture: The effect of consumerism on social interactions in western societies. *Culture & Psychology*, 369-390.

“Örneğin Kacen & Lee (2002; akt. Passini, 2013; syf.378), yüksek düzeyde dürtüsel tüketicilerin genellikle düşünmeden hareket ettiklerini, anında haz arayışında olduklarını ve davranışlarının olumsuz sonuçlarını göz ardı ettiklerini ortaya koymuştur” (Passini, 2013; syf.378).

“Sharma, Sivakumaran & Marshall ise, dürtüsel tüketicilerin yalnızca dış görünüşlerine dikkat ettiklerinde (yani kendilerini başkalarının gözünde sorumlu göstermeye çalıştıklarında) dürtülerini kontrol edebildiklerini göstermiştir. Bu da dürtüsellik, bireyin eylemlerinin sosyal sorumluluğunu hissetmemesiyle yakından ilişkili olduğunu gösterir” (Passini, 2013; syf.378).

Ancak yeni dünya düzenindeki sorumluluk algısı, kişilerin hem kendisine hem de topluma karşı duyduğu ispat zorunluluğudur. O yüzden tüketen dünya ne diyorsa ispatın niteliği o yönde genişler. Böylece, dürtüsellikle gelen tüketme eylemi kolektif bir biçimde normalleştirilmektedir.

2.2. Moda Endüstrisi ve Yeni Medyanın Bedenleri

Modanın yegâne amaçlarından biri dünyanın devingen yapısının devamlılığını sağlamaktır. Moda, önceki dönemlerde yazılı basın aracılığı ile tekstil sektörü üzerinden şekillendirilmiş bir endüstri alanı olarak görülmektedir. Özellikle kadınların giyim tarzları üzerinden şekillenen bu pazar, teknoloji devrimi ile birlikte kapsayıcı bir niteliğe taşınmıştır.

Günlük rutinler sahasında kültür ile birlikte bir dönüşüm alanı oluşturan moda, oldukça işlevsel bir duruş oluşturmaktadır.

“Moda, yaşamın bir tezahürü olarak uzam ve zaman içinde evrensellik taşıyan toplumsal ve psikolojik bir fenomen oluşturur” (Waquet ve Laporte, 2011:9, akt.Yağlı, 2013; syf.40).

Moda endüstrisi ve kavramsallaştırması, bilhassa, 17. yüzyılın sonlarında bir varoluş alanı ve giyim tarzı olarak anlaşılmaktadır. Tekstil alanında moda, endüstrinin temel alanlarını betimleyen bir nitelik taşımaktadır⁹⁶.

Sosyal karakteristik özellikler ve beğeni algılarındaki tercihleri süreklilik arz eden bir değişim döngüsünden besleyen moda kavramsallaştırması, tercih ettiğimiz kıyafetler ve

⁹⁶ Yağlı, S. (2013). Gündelik Hayatın Bir Alanı Olarak Moda Aracılığıyla Kültürün Yeniden İnşası. *İletişim Çalışmaları Dergisi*, 37-62.

bedenlerimiz üzerinde görsel bir ispat alanı yaratmaktadır. Böylece görünür olmaya başlayan kavram, kimliğimiz, bedenimiz ve giydiklerimiz ile yakın bir temas içerisinde. Moda, yarattığı alanlar itibariyle bireylerin karakterlerini inşa etmelerine yardımcı olduğu iddiasıyla hareket eder ve oldukça etkin bir role bürünür. Bu durum nesneleşen insan bedenlerinin hem fiziksel hem zihinsel alanları ile iletişim kurarak bireylerin kıyafetleri aracılığı ile bedenleri üzerinden bağ kurmasını sağlamaktadır. Böylece beden, maddesel bir hal alır ve sektörün bir hizmetkarı kimliğini kazanır. Bu kazanım, kişilerin nesneleşen bedenleri üzerinden derin bağlar geliştirdikleri noktaları kullanmakta ve yayılım kazanmaktadır. Burada gelişen sahip olma duygusu dürtüsel bir biçimde kimliklerin oluşumunu etki altına almaktadır. Böylelikle moda endüstrisi her oluşumdan kazançlı çıkmakta ve güç elde etmektedir⁹⁷.

Bireylerin ve toplumların kimlik inşalarında önemli bir yere sahip olan moda bu davranış biçimini ilk olarak tekstil alanlarında sergilemektedir. Toplum içerisinde bireylerin sosyal statülerini oluşturma noktasında belirleyici konumdadır. Bu belirlenimci tavrın ilk şartı kişilerin giyim tarzlarında ortaya çıkmaktadır. Bu durum doğal bir biçimde toplumsal cinsiyetin inşasını da kapsayıcı bir niteliğe dönüşmektedir. Sektörün ilk olarak giyim kuşam alanında genişlemesi özellikle de kadın kimliği üzerinden yapılanması bir ispat olarak önümüze çıkmaktadır. Burada toplumsal cinsiyet dinamiği ayrı dönemler içerisinde toplumsal dinamiklerin algılarına ve sınırlarına göre değişkenlikler göstermektedir. Kişinin giyimi toplum içerisinde ve kendi içerisinde statüsünü, cinsiyetini, sembolleşen sınırlarını oluşturmaya yarayan bir araç olarak yerini almıştır. Giyimin bu denli araçsallaştırılması kişilerin toplum içerisindeki sınırlarını belirlediği kadar yıkıcı bir ekti sahibi de olabilmektedir⁹⁸.

Böylelikle moda, 19 yüzyıl itibariyle hayatımızdaki etkinliğini arttırmış ve toplumsal cinsiyet bağlamında kadınların sınıflaşmasının önünü açan bir konuma erişmiştir. Dönemsel olarak kadın, modanın yarattığı gündelik dinamikleri daha muhafazakâr bir yapıdan liberal bir yapıya geçiş sağlamıştır. Günümüzdeki süreçlerde toplum düzlemindeki dönüşümler git gide kadın üzerinden şekillenmiş ve sosyo-kültürel bir

⁹⁷ Dündar, S. K. (2023). Dijital Moda: Endüstri 4.0 çağında kimlik, beden ve kıyafet etkileşimindeki dönüşüm ve kültürel devrim. *Journal of Arts*, 317-324.

⁹⁸ Yağlı, S. (2013). Gündelik Hayatın Bir Alanı Olarak Moda Aracılığıyla Kültürün Yeniden İnşası. *İletişim Çalışmaları Dergisi*, 37-62.

bağlam içerisinde unisex bir yapının ifşa kültürü kapsamında otoriter bir alanını gözler önüne sermiştir⁹⁹.

Toplum tabanlı kültürel dinamiklerimizin temel yapısı moda kavramı ile sanayi devrimin yeniliklerini harmanlamış ve endüstri alanına büyük bir girdap kazandırmıştır. Bu noktada özellikle son sanayi devrimi interaktif sanal alanlar ile bir iş birliğine imzasını atmıştır. Karşımıza dikilen bu dijital devrim moda endüstrisinin can suyu olmuştur. Kültür tabanlı dijital devrimin yarattığı dönüşüme kapital sistem çanak tutmuş olmaktadır. Böylelikle ürün, hizmet ve talep dengesi yeni dijital devrimin şartlarına göre şekillenmiştir.

Bu durumda kapital sistem öncelikle kültürel alt yapının değişimi sağlamaktadır. Bunun sonucunda kültürel dinamikler metalaşır ve artık üretilen ürün sadece arz talep dengesinin de üretilmesi olarak şekillenmektedir. Metalaşma kültürün bir maddi araca dönüşmesini sağlar ve kapitalist toplum yapısı böylelikle inşa edilmiş olur. Ürün piyasası bu sürecin içerisinde alan ve satan arasındaki alışverişin gerçekleştiği mekânsal çizgiyi oluşturmaktadır. Bir nesneye dönüşen kültür, maddi kazanç sağlanması bağlamında bir üretim bandına yerleşmiş olmaktadır. Yeni dünyada bu ticari alanı medya sektörü oluşturur ve kültür meta pazarında üretilen ve satılan somut bir dinamik haline gelmektedir¹⁰⁰.

Moda, bireylerin değer, duygu ve arzularını kıyafetleri aracılığı ile kendisini ifade etme biçimini tasarlamaktadır. Bu katmana bir de dijital moda sektörü eklenmiştir. Bu durum, modanın kişilerin kendilerini ifade edebilmeleri noktasında etkin bir rol oynamaktadır. Sanal dünya, bedenler üzerinden tecrübe ve düşünceleri ile yeni kimlikler ve tarzların denenebilmesine olanak tanıyan bir yapı inşa etmiştir. Dijital moda bu tasarımı ve teknik tercih ayrıntılarını düzenlemekle kalmayıp yeni bir kimlik ve beden oluşumuna da bir temsil görüntüsü vererek oluşturulan yapıyı desteklemiştir. Sarmal bir işleyiş içerisinde olan moda, böylelikle bir izleyici topluluğuna ihtiyaç duymakta, geriye sadece bu alanı oluşturmak kaldığını görmektedir. Bunun en kolay yolu ise yeni medya ile şekillenen sosyal medya alanlarıdır. Bu alanlarda paylaştıkça artan arz ve talep döngüsü bir dengeye gelmemekte artarak devam etmektedir. Tam olarak moda endüstrisinin kültürü

⁹⁹ Yağlı, S. (2013). Gündelik Hayatın Bir Alanı Olarak Moda Aracılığıyla Kültürün Yeniden İnşası. *İletişim Çalışmaları Dergisi*, 37-62.

¹⁰⁰ Ertürk, N., & Ruşan, T. (2018). Moda Endüstrisinin Alt Kültürel Referanslı Tasarımlarında Metalaşma ve Anlam Kaybı. *İdil Dergisi*, 163-174.

metalaştırması ile birlikte hedeflediği yol ve arzu ettiği sonuç budur. Pazar yerleri artık alabildiğine somutlaşmış ve yayılım alanı kolay bir mekanizmanın kurulmasına müsait hale gelmiştir¹⁰¹.

Bunun bir sonucu olarak da küreselleşmenin son hızda ilerlediği görülmektedir. Bu hızla ve oluşuma en uygun kavramsallaştırma zannınca yeni medyanın temel taşıyıcılarından biri olan hiper-küreselleşme'dir.

“Hiper-küreselleşme, sosyal medyanın kullanıcıları gerçek zamanlı olarak küresel çapta birbirine bağladığı, eşzamanlılık ve yüksek hız ile karakterize edilen bir olgudur. Sistematik yenilenme ve kamusal teşhire dayanan moda, hiper-küreselleşmeden kat ve kat daha fazla etkilenmektedir” (Dündar, 2023; syf.320-321).

Tüm iletişim dinamiklerini kullanan modanın yeni medya kolu, bireyler arasında hızla yayılım kazanır. Bu yayılma politikası sadece ürünlerin pazar yerlerine ev sahipliği yapmaz. Aynı zamanda bireylerin de aynı pazar alanı içerisinde metalaşma süreçlerini işler ve geliştirir. Bunların başında vazgeçilmez olan ilk işlerlik şartı iletişimi sağlamaktır. İletişim, tüm metalaşma süreçlerinin şah damarını oluşturur. Sözlü iletişim ve fiziksel iletişim toplumsal tabanda belirleyici bir role sahiptir. Toplum içerisinde kurulan iletişim ağı, kişilerin fiziksel ve sözel ifadelerinin üzerinde konumlanır. Bu sebeple, bireylerin edindikleri toplumsal roller iletişimin kapısından geçer. Burada toplumun belirlediği roller belli iletişim kalıplarını da kişilere sunar. Bu kalıplar üzerinden edinilen hem fiziksel hem zihinsel statü bireylerin hayat boyu edindikleri ya da edinecekleri deneyimlerin kapısını aralamaktadır.

Toplumun iletişim üzerinden inşa ettiği roller denetlenerek bireylere biçilen rol ve iletişimleri, gösteri dünyasındaki ilk seçimleri ve bunların oluşumundan sonra edindiği maskeleme davranışdır¹⁰². Buradaki denetim modelleri kuşkusuz gelenek ve görenekler üzerinde konumlanırken bu noktada belirleyici yeni alan da interaktif iletişim ağları olmuştur. Özellikle sosyal medya üzerinde temellenen interaktif iletişim artık kişilerin modern dünyada toplumsal kontrollerden daha hızlı, etkin ve anlık olmak üzere rolleri inşa etmektedir.

¹⁰¹ Dündar, S. K. (2023). Dijital Moda: Endüstri 4.0 çağında kimlik, beden ve kıyafet etkileşimindeki dönüşüm ve kültürel devrim. *Journal of Arts*, 317-324.

¹⁰² Goffman, E. (1963). *Damga-Örselenmiş Kimliğin İdare Edilişi Üzerine Notlar*. Ankara: Heretik Yayınları.

Bireyler, toplum içerisinde bir hizmet ürünü gibi rolleri üzerinden sahne ve dekorları yeniden organize etmeye başlarlar. Bu organizasyon içerisindeki süreçte yeni imajlara her gün bir yenisi eklenerek kışkacın halkalarını genişletir. Bu durum, toplumsal bir halüsinasyon yaratmaya başlar ve kişilerin gerçeklik ve gündelik yaşamdaki benlik anlamları kaybolur. Sunum sürekli değişir, statüler kazançsız hale gelir ve toplum sahnesinin perdeleri bir başkaları için açılır ve diğerleri için kapanır.

Modern dünya, bireylere bu sahnede halen var olduklarını ispatlamak adına perde üzerine perde çekmeyi amaç edinmektedir. Onların perdelerini gözlerinin önünde tutup diğerlerinin perdelerini farklı yönlerle asarak geride kalanları asimile eder. Buradan da anlaşılacağı gibi kadın bedeni gündelik yaşam sosyolojisi içerisinde var olduğu konusunda ikna edilmiş, pazara çıkarılmış, başarmış, elde etmiş ve tavizsiz bir yaşam kurduğuna ikna edilerek metalaştığına dair farkındalığı kör bir noktaya konulmuştur. Modern dünya kör noktaları sahnelerin dekoru olarak kullanmıştır.

Kör nokta dekorlarının en kullanışlı alanı olarak, şüphesiz izle ve ilerle davranışını pekiştiren, duygudan duyguya geçişin sert bir biçimde gerçekleştiği sanal ağlardır. Bu alanlar, kişiler arasındaki iletişimde, süreçlerin hızlı ve kısa olmasına özen gösterir. Böylelikle sadece bireyler arasındaki görüş mesafesi kısalmaz. Toplumsal rollerin temelinde yer alan statüler arasındaki mesafeler de azalır.

“Zamansal/mekânsal mesafelerin teknoloji vasıtasıyla sınıflanması, insanlık durumunu homojenleştirmekten çok, kutuplaştırma eğilimindedir” (Bauman, 1999; syf.26).

Modern dünyanın inşa ettiği toplumlar, bu kanallar üzerinden bireylere bir katalog sunar. Bu katalog içerisinde birbirinden farklı görünen ancak dikkatli bakıldığında temelde aynı olan karakteristik duruşlar vardır. Bu durum, bireyler arasındaki statü farklarını her alanda sıfır noktasına yaklaştırır. Kadın bedenin işlevselliği, kadının zekası ya da kişisel bakımı üzerinden bir ürün hizmet anlayışı içerisinde yerleştirilir. Böylelikle kadınlar arasında kısalan statü mesafeleri, toplumda görünürde bir birleştirme, özelinde ise bir kutuplaştırma sonucunu ortaya koyar.

Farkında olmadan görev bilinci ile hareket eden bireyler, özellikle kadın grupları arasında destek görünümlü destekten uzak varoluş savaşlarının yaklaşık onbeş ila altmış saniye arasında değişen bir akışın parçası haline gelirler. Bu meyanda, akış içerisindeki yarış bir meydan okumadan ziyade boş sandalyeye oturmak ve görünür olmak üzerinedir. Rekabet

vardır ancak adil değildir. Rekabetin temelinde en iyi görevi ve görevin bilincini en mükemmel biçimde elde etmiş olmak ve varoluşunu buna bağlamak vardır.

Bu nedenle “Walter Benjamin’e göre “kült görevi” üstlenen nesnelerde önemli olan “görölmelerinden ziyade mevcudiyetleri”dir. “Kült değerleri” teşhir edilmelerinden değil mevcudiyetlerinden kaynaklanır... Sergi değeri doruğuna ulaşmış kapitalizmin ifadesidir ve kullanım değeri ile değişim değeri arasındaki Marksist çelişkinden türetilemez. Kullanım alanından çıkmış olduğu için kullanım değeri, hiçbir emek gücü yansıtmadığı için de değişim değeri taşımaz. Varlığını sadece ilgi üretmeye borçludur” (Han, 2020; syf.25-26).

Bu haksız rekabetin temelinde ilginin bir ürün ve hizmet gibi üretilmesi amacı yerleşiktir. İlginin üretim kaynakları, başlangıcı tarihsel çerçevelendirme üzerinden belirlenmiş ve sonu değişken bir yapı içerisinde sonsuz seçenek dünyasının bir parçası olarak tasarlanmıştır. Kadınlara, kendilerinden başka her şey olabilecekleri ve olduklarında talep görebilecekleri ve bu taleplerin kabul görmenin masum bir parçası olduğu akdedilmiştir. Bu akdin garanti gösterir belgeleri de kuşkusuz mobil uygulamalar aracılığı ile günümüzde basit bir biçimde ulaşılabilen, beden ve yüz özelinde geliştirilmiş tasarım programlarıdır.

Başka bir ifade ile artık “Face “bakışın aurası”ndan yoksun, teşhir edilen bir yüzdür. “İnsan siması”nın meta biçimidir” (Han, 2020; syf.26).

2.2.1. Yeni Medyanın Organizasyonu

Yeni medyanın pratikte benimsediği ve uyguladığı birtakım niteliksel yaklaşımlar bulunmaktadır. Toplumsal bir çığır açan yeni medya herkesi kapsayıcı birkaç ana başlık belirlemiştir. Neticede pazar herkes içindir ve her müşteri için aynı ve ayrı bir kod belirlenmelidir. Modern insanın üretimi için pazar açısından stratejiye bağlı kalmak önemlidir. Ne de olsa bir sonraki aşamada üretilen ürün bireyin kendi kimliği olacaktır. Bu durumun medya alanlarında nasıl bir organizasyon içerisinde tasarlandığı alanyazında karşımıza çıkmaktadır. Bu organizasyon dört kriter ekseninde inşa edilmektedir. Bunlar; Algılanan uygunluk (perceived relevance), etkileşim (interactivity), eğlence (entertainment) ve bilgilendiricilik (informativeness)¹⁰³ olarak sıralanmaktadır.

¹⁰³ Hanaysha, J. R. (2022). Impact of social media marketing features on consumer’s purchase decision in the fast-food industry: Brand trust as a mediator. *International Journal of Information Management Data Insights*, 1-10.

Algılanan uygunluk (perceived relevance), bireyin ilgi alanlarını, ihtiyaçlarını ve bunlarla bir bütünlük teşkil eden yaşam tarzını içine alan içerik ve mesajların erişebilirliğini açıklar. Etkileşim (interactivity), bireylerin sosyal medya alanlarını kendine ait olduğunu düşündüğü kararlarla içselleştirip özelleştirmesini sağlar. Örneğin, beğeni ve tekrar gönderi yayınlamak gibi özellikler bu kategoriye dahil edilmektedir. Eğlence (entertainment), bireyin sosyal medya mecralarını kullanırken haz odaklı çalışan merkezleri uyarıcı nitelik taşır. Duygusal geçişler ve etkileşimi arttıran davranış dinamikleri burada gelişmektedir. Son olarak bilgilendiricilik (informativeness), fayda zarar analizine hitap eder. Bireyin sosyal medyayı kullanımı esnasında ürün veya içeriği yansıtan bilgilerin doğru ve güvenilir kaynaklar oluşturması gerekliliğine vurgu yapmaktadır¹⁰⁴.

Yeni medyanın dört kriterden oluşan bu yaklaşımı, modern bir biçimde kadını idealize eder ve bir sermaye oluşturur. Kriter sırasıyla gidecek olursak algılanan uygunluk (perceived relevance), kadınların ilgi alanlarını bedenleri üzerinden moda endüstrisi ile kombinlemektedir. Sonrasında etkileşim kriteri ile kadınların beden görünimleri üzerinden sosyal bir statü edinmeleri hedeflenmekte müzik ve görsel itemlerle kadın bedeni bir eğlence sermayesine dönüştürülmektedir. Son olarak bilgilendirici olma kriteri, kadınların bedenlerinin ürüne dönüşmesini ve bu ürünün güvenilir bir kaynak alanı olup olmadığını denetleyerek yeni pazar alanlarına kapı aralamaktadır.

Bütün bu organizasyon sonucunda kadının kategorize edilmesi kaçınılmazdır. Yeni medyanın düz dünyasında karşımıza çıkan bu durum basitçe şöyle ifade edilebilir. Algılanan uygunluk sosyoloji düzleminde kadınlar için bir demografik profil oluşturur. Yaş, yaşanan bölge, o bölgedeki ilgi alanları ve ihtiyaçlar için bir pota oluşturulur. Eşik tamamlandıktan sonra bölgenin etkileşim alanları ve oradan tüm nüfusa yayılma hızı tasarlanır. Böylece benzer olan kadınlar bir kategoride toplanır ve bunlara göre belirlenen eğlence alanlarına dönüştürülür. Aynı kadınlar aynı alanlara sanki farklı yerlere bir sıçrayış yaşadıkları algısı verilerek hapsedilir. Son olarak, buradaki güvenilirlik kriteri kadınların toplumdan gelen önyargılarına dijital biçimde teslim edilir. Eğlenilecek kadın algısı ve imajı da evlenilecek kadın algısı ve imajı da doğru bilgi niteliğine eşitlenir. Yanlışlanma şansı kalmayan kadın, dipsiz görünen ancak döngüsel bir akışın içerisine

¹⁰⁴ Hanaysha, J. R. (2022). Impact of social media marketing features on consumer's purchase decision in the fast-food industry: Brand trust as a mediator. *International Journal of Information Management Data Insights*, 1-10.

kısıtılır. Oysa bu alan düz dünyadır, çünkü kadın erkek fark etmeksizin herkes aynıdır. Fabrika çıkış noktası küçük renkli bir ikonun imdat çekicine dönüşümünü sağlamaktadır.

2.2.1.1. Yeni Medya ve Kadın Bedeninin Metalaştırılması

Özel olma durumu kitle iletişim araçlarındaki mutluluk/haz uyarılmalarının birincil önceliğidir. Bu uyarılma kişileri toplum veya çekirdek gruplar içerisinde farklılığı olduğuna dair bir yanılsamaya düşürmektedir. Bireyler böyle bir modelleme ile kabul gördüklerini, farklı olduklarını, özel olduklarını, en güçlü, başarılı vb olduklarını iddia etseler de rekabet ettikleri şey ve yetismeye çalıştıkları hız diğerleri ile aynı olmak üzerinedir. İnteraktif alanlarda bunun farkında olmama durumu ise bu alanların tüketiciye ulaşırken kurguladığı kitle/birey psikolojisi ve sosyolojisi bağlamında ürettikleri kapsamlı reklam senaryolarıdır.

Reklamların sizi iyileştirdiği bir kusurunuz, diğer kusurlarınızı kapatmaya odaklanmış bir biçimde oluşturulurken kısa bir zaman sonra karşınıza çıkan reklam, kapatılan diğer kusurlarınızın giderilebileceğine açıklama getirerek tutarsızlık yaratmaktadır. Böylelikle zihnin farkındalığı kısıtlanmış olur. Neticede birbirinden farklı olduğunu düşünen ancak birbirinin aynısı olan toplumsal bir yapılanma ortaya çıkar.

Tüm bu yapılanmanın daha açık bir biçimde anlaşılabilmesi için “yeni medya” kavramsallaştırması önemlidir. Enformasyon çağının hız kazanması ile birlikte çağ atlayan kitle iletişim modelleri yeni medya ortamlarını bizlere sunmuştur. Bu gelişmeler ile birlikte bireyler/toplumlar ürettiklerini paylaşma noktasında birleşmek bağlamında kavramsal çerçevenin içini doldurmaktadır. Küreselleşmenin bir getirisi olan bu sıçrayış ve gözler önüne serdiği kolektif dönüşüm, medya alanyazınında yeni kavramların doğmasına öncülük etmiştir. Yeni medyanın önemli bir kolu olan “sosyal medya” kavramsallaştırılması böylelikle hayatların merkezinde yerini almıştır¹⁰⁵.

Böylece kitle iletişim araçlarındaki kullanılabilirlik kolaylığı özellikle sosyal medyadaki kadın kullanıcıların kendilerini ifade etmek biçimlerini etkisi altına almıştır. Bu iletişim biçiminin başkaca, özellikle tanınmayan insanlara da ulaşması fikri, yayılımı hızlandırmış ve arttırmıştır. Kadınların birbirine rakip veya destek olma koşulları kısa akışlar içerisinde belirleyici bir kelebek etkisi yaratmaktadır.

¹⁰⁵ Avcılar, E. G. (2022). Sosyal Medyada Kadın Bedeninin İdealize Edilmesi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kadın ve Aile Araştırmaları Dergisi, 445-464.

“Sosyal medya, aynı zamanda ideal kadın bedenini, mutlu evlilikleri, erkeğin beğenisini kazanan kadınları, erkeklerin ürünü alması için cinsel obje olarak erkek tüketim ürünlerinde yer almasını sağlayan bir başka rolü de ifade etmektedir” (Derya Ertürk, 2020; akt.Avcılar, 2022; syf.451). “Bu bağlamda reklamlarda sunulan kadın bedenlerinin temsil edildiği biçimler, tüketim toplumunu oluşturan toplumsal mekanizmanın başlıca bir projesi olarak değerlendirilebilir” (Avcılar, 2022; syf.451).

Kuşkusuz sosyal medyanın kadın bedeni üzerinden yaptığı propaganda kadının cinsel bir uyarıcı niteliğinde değerlendirilmesinden kaynaklanmaktadır. Özellikle yeni medya kollarında kadınların bu derece ürün ve hizmet standardına tabi tutulması, cinsel obje temsillerinden kaynaklanmaktadır. Temel belirleyici olan erotizm, özellikle son dönemlerde sosyal medya içerisinde kullanılan işlevsel uygulamaları gündeme getirmektedir. Bu uygulamalarda bulunan birçok özellik her kadından ideal bir kadın bedeni yaratımı sağlamaktadır.

“İdeal bedenler kadın üzerinde genellikle düşük vücut yağ oranı, ince bir bel ve geniş kalçalar önerirken erkekler için ise kaslı bir vücutla karakterize edilmektedir. Dayatılan bu ideal beden karakteristiği ise genellikle ergenlik dönemindeki bireyler tarafından ciddiye almakta ve bu beden ölçülerine sahip olmayanlar tarafından büyük bir hoşnutsuzluk duyulmaktadır” (Mahon & Hevey, 2021; akt.Avcılar, 2022; syf.451).

Yeni medya öncesi geleneksel medya döneminde de kadının bedeninin metalaştırılması oldukça yaygın bir pazarlama tekniğidir. Ancak o dönemlerdeki reklam oyuncularındaki tercihler ünlü simalardan meydana gelmekteydi. Yeni medya ile birlikte sosyal medyanın hayatımıza dahil olmasından sonra özellikle ergenlik dönemi itibarıyla bir kadınsılaştırma politikası izlenmektedir. Bu politikada, kız çocukları birer kadın olarak tasarlanmakta, ünlü olabilme hayalinin artık çok zor olmadığı aşılarda ve de halktan olmaları sebebiyle bir statü eşitliğini kulaklara fısıldamaktadır¹⁰⁶.

İşte bu yönüyle beden imajlarının inşası sosyal medyada örtük bir biçimde var edilmektedir. Birkaç aşamada inceleyecek olursak, öncelikle, sosyal medyada bedenin kamusallaşması kısmına değinebiliriz. Sosyal medya araçları için oluşturulan ve filtre adı verilen görsel seçenekler bedenin sergilenmesindeki ilk araçları oluşturmaktadır. Bu

¹⁰⁶ Çakır, H. (2020). “Sosyal Medyada Bedensel Dış Görünüm Söyleminin Kadın Bedenini İnşası: Sosyolojik Bir Değerlendirme”. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 3 (2), 261-272.

alandan insanlar kendilerini beğendikleri ya da olmak istedikleri halde görüntüleyebilmektedir. BTA ve BDB sahibi olan bir bireyin de böylelikle dijital statüsünde tek tip beden görüntüsüne ulaşma şansı bulunmaktadır. Sadece sosyal medya üzerinde kullanılan filtreler değil, fotoğraf düzenleyici, yapay zekâ görünümüleri gibi birçok uygulama da akıllı cihazlarda kullanılabilir durumdadır ve söz konusu amaca hizmet etmektedir.

Bir başka açıdan TV programları halen günümüzde ilgi çekici bir alan olarak yerini korumaktadır. Bu programlarda, dizilerde, filmlerde baş karaktere hayat veren kadın oyuncular mükemmellik tablosu çizmektedirler¹⁰⁷. Senaryo bağlamında köyde ya da fakir bir mahallede yaşayan bir kadını canlandıran karakterler “güzellik ideali” ile inşa edilir. Ancak böyle olmasına rağmen stabil şartlarda yaşayan aile üyelerine “bakınız hayatınız burada, size ne kadar da benziyor” mesajını vermeye çabalamaktadır. Çok geçmeden aile evinin özellikle kadın üyeleri orada gördükleri ile kendi hayatlarındaki tutarsızlığı fark ederler. Ancak örtük mesaj çerçeveleri o kadar derine işlemiştir ki, ailenin kadınları bu dizileri ve filmleri eksiklikleri gidermek üzerine taşıdıkları umutla izlemeye devam etmektedirler. Bu bağlamda kadın üzerinden yaratılan toplumsal imgelemler, birbirine benzer bir biçimde etki altında bırakmaya ve çoğalmaya devam eder.

Bu reklam havuzunun bir başka boyutu ise mükemmel bedene ulaşamamış bireyler üzerinden kurulmaya başlanmasıdır. Son dönemlerde özellikle sosyal medyada bilhassa da kadınlar üzerinden bu durumun gerçekleştiğini söyleyebiliriz. Genel güzellik algısı prototipine bağımlı olarak, güzel kilolu kadınlar ve albeniden yoksun olduğu iddia edilen sadece zayıf olan kadınların bir araya getirilerek eğlenceli videolar yayınlanması tam olarak bu sebeptendir. Aslında modernizmin dayattığını yıkma amacı taşıyan bu girişimler, modernizmin dayatacağı başka kapılar açmaktadır. Böylece sektör hem zayıf diye yücelttiği hem de bu kategoriye uymuyor diye yediği kadınların üzerinden iki koldan kaynak yaratarak kazanmaya devam etmektedir.

Sosyal medya cinsiyet ayrımı yapmaksızın kozmetik ve estetik alanlarda kataloglarını geniş tutmaktadır. Böylece herkese dokunabilen sanal pazar, ideal güzelliğin en etkili üreticisi olma noktasında oldukça işlevseldir.

¹⁰⁷ Avcılar, E. G. (2022). Sosyal Medyada Kadın Bedeninin İdealize Edilmesi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kadın ve Aile Araştırmaları Dergisi, 445-464.

“Örneğin, 2021 yılı itibariyle dünya üzerinde ortalama olarak 1 milyar kullanıcısı bulunan Instagram gibi sosyal medya platformları mükemmel güzellik anlayışına ait kusursuz beden anlayışını, fotoğraf ve video gibi gönderilerle topluma aktarmaktadır. Böylelikle güçlü etkilere sahip olan sosyal medyada yansıtılan mükemmel ve ideal beden algısı kadınların zihinlerine zorunlu bir hedef olarak yerleşmektedir” (Çakır, 2020; akt. akt.Avcılar, 2022; syf.459).

Bu bağlamda Türkiye gündüz kuşağında yayınlanan programlara da dikkat kesilmek gerekmektedir. Örneğin; kilolu kadınlar üzerinden konseptlendirilmiş bir moda programı döneminin izlenme rekorlarını kırmıştır. Programda, sözde jüri üyeleri, katılımcılara bedenlerine göre nasıl giyinmeleri gerektiğini öğretmektedir. Bu açıdan bakınca durum zararsız gibi görünüyordur olabilir. Fakat programın ilerleyen dakikalarında dehşet sahneleri gelmeye başlamaktadır. Eğer katılımcı sözde jürinin istediğini başaramamışsa birçok kişinin izlediği televizyon ekranlarında olması gereken buymuşçasına, doğal bir biçimde aşağılanmaktadır. Burada verilen kitlesel mesaj, o kadınların damgalarını gözler önüne sererek örtbas etmektir. Başka bir ifade ile damgasını herkese karşı görünür kılarak “sende normal olabilirsin ama yerini de bileceksin” mesajı vermesi olarak açıklanabilir. Bu noktada Goffman’ın teorisi tekrar önümüze çıkar ve bu normalleştirme çabası, dijital ortamlarda sergilenmesi için kendine yer açar.

Aynı formatta başka bir program bu sefer ideal bedenler üzerinden yayınlanmaya başlamıştır. Burada da izleyici kitlesine “güzel ancak aptal olursan, güzel ancak sürekli ağlayan olursan, güzel ancak sürekli kavgacı olursan... bizimle olabilirsin.” ve daha nice örnek cümlelere kısa film çekecek dehşet sahneleriyle karşılaşırız. Başka bir ifade ile artık kabul gören ideal kadın çizgisinin “bir şey olmana gerek yok güzel ol yeter” seviyesine getirilmesidir. Üstelik burada uygulanan aşağılayıcı davranış biçimlerinin en korkunç bir diğeri yanı, kadınların birbirlerine takındıkları düşmanca tavrıdır.

Sonuç olarak bu program, son dönemde toplumsal bir anominin yansıtıcı örneğini gözler önüne sermiştir. Bu programda yarışmacı olanlardan Nihal Candan isimli genç bir kadın, daha önce verdiği bir röportajda “Beni hayatta tutan tek şey aç kalmaktı” ifadesini kullanmıştır. Bu genç kadın yakın bir zaman dilimi içerisinde Anoreksiya Nevroza teşhisi alarak hayatını kaybetmiştir.

Yabancı TV programlarında da durum farksızdır. Fakat sağlık açısından daha ibret verici şekilde sunulur. Bu noktada “Ağır Yaşamlar” ismiyle yayınlanan ve obez bireyleri konu alan program örnek oluşturabilir. Söz konusu programda obez bireylerin yaşamlarındaki

zorluklar, hangi sosyal koşullar sebebiyle bu hale geldikleri gibi konular bölüm boyunca işlenir. Bölümün sonunda sağlığına kavuşmaya karar veren bireyi bu konudaki en ünlü doktorun odasında seyretmeye başlarız. İşte tam olarak bu kısımda programın vermeye çalıştığı ibret mesajı amacından taşmaktadır. Hali hazırda bulunduğu durumdan ötürü sağlıklı bir psikolojiye sahip olmayan bireyin tüm travmalarıyla yüzleştiği kısım burasıdır. İlk muayenelerde başarılı olamayan birey doktor tarafından acımasızca eleştirilir ve aşağılanır.

Özetle, toplum bireyleri maruz bırakarak iyileştirir. Önce yeni medya ile birlikte kolektif takıntı alanları oluştur. Bireyin zihnine “özel olduğu” düşüncesi ile işler. Bu durum davranışlara yansıdığı anda işlevsel hale gelir ve takıntıya dönüşür. En nihayetinde takıntılar kolektif düzeyde kusur veya başarı gibi zıt kutuplarda normalleştirilir. Son kertede normalleştirilen takıntı modanın yarattığı yeni dinamiklere uymuyor ise yine yeni medya bunun aslında normal olmadığı mesajını ileterek bireyi bir tedavi alanına davet eder. Maruz bırakarak iyileştirme yalanı bir alandan diğerine taşınmış olmaktadır. bu bir sarmaldır ve sarmalın her iki ucunda da toplumun inşa ettiği bireyler vardır. Uçlar uzak noktaları temsil ettiğinden bu durumun döngüsel bir alan yarattığı fark edilemez hale gelmektedir.

2.2.1.2. İtiraflar Toplumu Olarak Sosyal Medya

Frankfurt Okulu’nun kitle kuramına büyük katkıları olan Z.Bauman, modern kimliğe atfen ve tamamlayıcı bir açıdan, kültür endüstrisinin akıllıca bir biçimde toplumun ve insanın hücrelerine yayıldığına vurgu yapar. Bu kapsamda kültür endüstrisinin ortaya çıkış dinamiği faşizmdir. Burada üretilenler ‘barbarca bir anlamsızlık, benzerlik ve can sıkıntısı’ olarak karşımıza çıkmaktadır¹⁰⁸.

Anlamsızlık, benzerlik ve can sıkıntısının üretimi kitle iletişim araçları ile ve yeni dünyada sosyal medya aracılığı ile üretilmektedir. Bu üretim Bauman’ın işaret ettiği ve öncelikli gördüğü ilk kalıba karşılık gelir: İtiraflar toplumu...

İtiraflar toplumu aynı zamanda akışkan, sınırları esnek bir toplum tasavvurudur. Bu bağlamda, akışkan modern dünyanın kamusal alanı ile özel alanı arasındaki sınır yok olmaktadır. Bu akışkanlık içerisinde toplum, kamu alanlarında göze değer olmayı

¹⁰⁸ Şan, M. K. (Tarih Yok). Zygmunt Bauman: Modernlik Ve Postmodernlik Arasında Bir Sosyolog. *Zygmunt Bauman: Modernlik ve Postmodernlik Arasında Bir Sosyolog*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü.

amaçlamış ve özel alanlar kimsesiz kalmıştır. Bu toplum tasavvurundan önce mahremiyet içerdiği düşünülen her şey artık bireylerin onayını almadan her yerde akışın bir parçası veya kendisi olabilmektedir. Modern dönemin yarattığı sorunları yok etme noktasındaki umut tacirliği ile ortaya çıkan akışkan modernizm, mahrem unsurlar da dahil olmak üzere her şeyi bulanıklaştırmış anlam yitimine ön ayak olmuştur¹⁰⁹.

İtiraf toplumunda araçların etkin güç gösterisi, özgürlük kavramının yorumlanması düzeyinde gerçekleşir. Özgürlük kavramının yorumlanmasındaki hata payı arttıkça itiraf toplumunun kitlesi genişler. Temel açıdan baktığımızda özgürlük kavramı, tekil düzeyde özgünlük ve özerklik kavramları ile doğar. Özgünlük, kişilerin veya toplumların yaratıcı yönlerini ve güçlerini üretebilmesi ve ortaya koyabilme yetenekleri ile şekillenir. Özerklik ise bunların güç ve şekli ile birlikte ortaya çıkan bir otonomi başka bir ifade ile karar alma yetisinin sağlıklı bir düzeyde konumlanmasıdır.

Özgürlük kavramı bu çerçevede, kişilerin veya toplumların yaratıcı güçleri vasıtasıyla karar alma kapasitelerinin gelişmesi sonucu ortaya çıkan, bireysel/kitsel davranışların oluşturduğu anlamlı bir bütündür. Bu kapsamda özgürlük ve doğuşunu sağlayan özgünlük ile özerklik kavramlarının sisteme uygun bir biçimde yorumlanması, ilk olarak yakın dönemde televizyon ile sağlanmıştır. İçinde tüm renkleri barındıran bu büyümlü kutu, sistemin yaratmak istediği mükemmel kitlesel uyumun sürdürülebilir olmasına öncülük etmiştir¹¹⁰.

İtiraf toplumu, savaş açtığı mahremiyet kavramına, tüm duyu organları ile algılanabilir düzeyde lakin sinsice yok hükmü vermeye çalışır. Bu hükmün oluşabilmesi için en gerekli araç, slogan içeren bir dil kullanmaktır. Bu slogan dili, halk şeytanlığı yapan kitle iletişim araçlarının içerisinde yayılarak mahremiyet ve ayıp arasındaki kalın ve anlaşılabilir çizgiyi önce inceltir sonra yok eder. En büyük silahı ise reklam araçlarıdır. Yeni dünyada sosyal medya üzerinde sürekli halde gözümüze takılan döngüsel reklamlar, esasen bize zerk edilmiş, tek düze bir özgürlük kavramının üretimidir. Tek tipleştirilmiş zevkler, tercihler, ilişkilerin yanı sıra her şeyin tüketilebilir hale getirilmesi ile tüm bunların hepsi tek bir potada eritilerek önümüze sunulmaktadır. Eriyen bu özgürlük araçlarının topluma

¹⁰⁹ Çimen, Ü. (2024). İtiraf Toplumunda Mahremiyetin Kamusallaşması ya da Akışkan Modern Dünyada Mahremiyetin Anlam Yitimi. *Türkiye İletişim Araştırmaları Dergisi*, 29-51.

¹¹⁰ Çimen, Ü. (2024). İtiraf Toplumunda Mahremiyetin Kamusallaşması ya da Akışkan Modern Dünyada Mahremiyetin Anlam Yitimi. *Türkiye İletişim Araştırmaları Dergisi*, 29-51.

verdiği mesaj, “sizin için tüm isteklerinizi tek bir kapsül haline getirdik, onu yut ve özgür ol” kapsamında bir slogan yaratır.

Sloganın son kısımdaki eşliklikçileri, özgür ol, mutlu ol, güzel ol, zayıf ol, sağlıklı ol, başarılı ol ya da başarısız , çirkin, içine kapanık, soyut olma gibi kalıplardan oluşabilmektedir. Burada mahremiyetin yıkımı, toplumun ol ve ol-ma düsturlarının modern bir biçimde kişiler üzerine konfeti gibi yağdırılması yoluyla gerçekleştirilir. Böylelikle, tüm pozitif puanları toplayan kişiler alkışla ödüllendirilirken diğerleri uyumsuz bulunur ve dışlanır. Ez cümle ile alkışlarla mahremiyet alanının işgali normalleştirilmiştir.

2.3.Simgesel Sermaye ve Sanal Sınıflaşma

Görünür olan her şey “Simgesel sermaye” niteliği kazanmıştır. Bu kavram, bireyin yaşam faaliyetleri ve onun toplumsal kökeni kapsamında belirlenimci bir konum sergilemektedir. Bu belirlenimci tavır, bireyin bedeni, kilosunu, jest ve mimikleri, tutumları ve buna ek olarak bedeni üzerinden hissettiği huzuru veya huzursuzluğu ifade etmektedir. Simgesel sermaye, yaklaşım bağlamında kültürün bir bedene dönüşmesine işaret etmektedir. Çünkü sınıfsallaşma dinamiği sermaye üretiminde kaçınılmaz bir bedeldir. Kişi bedeni ile sınıfsal sermayesinin toplayacağı takdirleri ve oanyları somutlaştırmış olmaktadır. Bedenin takdir ve beğenisi sınıfsal yapılanmanın vücut bulmuş halidir.

Sınıflaşma ile birlikte kişinin toplum karşısında bedenini kabul etmesi ya da duyduğu huzursuzluktan kaynaklı veto etmesi ortaya çıkmaktadır. Bu da keskin bir sınıfsal farklılaşmaya işaret etmektedir. Üst sınıfa mensup kişiler bedenlerini kabul ederken alt sınıfa mensup kişiler ise bedenlerini veto etmektedir. Üst ve alt sınıfların başka bir ifade ile sınıflaşmanın keskin hatları artık yeni medya ile belirlenmektedir.

Bu bağlamda, bireylerin giyim tarzları ve tüketim mallarındaki tercihlerinin sınıfsal bir gösterge olduğunu ifade etmek yanlış olmayacaktır. Bu göstergeler, kişiler ve gruplar arasında bir iletişim aracıdır ve kişinin tüm dinamikleri ile örtüşmek zorundadır. Bunun son dönemdeki en net örneği de interaktif alanlardaki yapay sınıfsal kategorilerin ortaya çıkmasıdır. Böylelikle toplumsal bir kabul gerçekleşir ve kişi kendisini beğenmesi ya da kabul etmesi yönünde sistematik bir avantuya maruz bırakılır. Çünkü bu sisteme göre kişi ancak kendini beğenirse, başka bir ifade ile kabul edebilirse hayatta kalabilmekte ve

varoluşunu tamamlayabilmektedir. Tüketim kültürü toplumsal tabana narsist olması gerektiğini fısıldamaktadır¹¹¹.

Yeni medya araçları özellikle de sosyal medya bireylerin görünür olmalarına ve sosyal statü kazanmalarına alan açmaktadır. Bu durum simgesel sermaye kapsamında dönüştürücü ve inşacı bir biçimde kişisel bir mecra yaratmaktadır.

Bourdieu'nün simgesel sermaye kavramı yeni medya ve modernleşme ile entegre bir kavramsallaştırmadır. Bu kavram, statü ve prestij kazanımında sembolik değerlerin önemine vurgu yaparak; bedenin sermayeleşmesi ve sosyal medya alanlarında yeniden üretimesi meselesini katkı sunmaktadır. Özellikle bu mecra, kadınlar için sanal sınıflaşmada etkin bir araca dönüşmektedir. Somutlaştıracak olursak, Instagram gibi görsel odaklı platformlarda paylaşılan estetik beden temsilleri, takipçi sayısı, beğeni ve yorum üzerinden ölçülen bir sermaye birikimine dönüşerek, bireylerin dijital mecrada görünürlüklerini ve popülerliklerini şekillendirdiğini ifade etmek yanlış olmayacaktır¹¹². Simgesel sermayenin kazandırdığı görülebilirlik ve sosyal statülerin kaçınılmaz bir sonucu olarak sektörde yeni meslek kimlikleri açığa çıkmaktadır. Açığa çıkan bu kimlikler sektör içerisinde beden imgesi üzerinden yeniden tanımlanmakta ve kendilerine temsil alanları üretmektedir. Örneğin, Influencer ya da mikro-influencer olarak tanımlanan kadınlar, sektörlerine göre idealize edilmiş bedenin taşıyıcıları haline gelmektedir. Hem kendisinin hem de hitap ettiği tüm kitlelerin bir temsilcisi olarak konumlanmaktadır. Moda, güzellik, fitness gibi sektörlerde özellikle "ideal beden" olarak görülen prototipi benimseyen paylaşımlar, bu kadınları dijital hiyerarşide üst sıralara taşır ve bunun bir sonucu olarak da görünürlük temelinde yeni bir sınıflaşma dinamiği yaratılmış olmaktadır¹¹³.

Sanal sınıfların hiyerarşi geleneği diğer toplumsal alanları özellikle de geleneksel toplumsal sınıfları tamamlayan ancak bu sınıflardan bağımsız olan dijital hiyerarşilerin yaratmak üzerine kuruludur. Sosyal medya aracılığıyla şekillenen sınıflar, estetik ve görünürlük ekseninde şekillenir ve kadınların mesleki statülerini yeniden tanımlamak için bir fırsat yaratmış olmaktadır. Daha net ifade edecek olursak bu sınıflar, medya alanı

¹¹¹ Öztaş, F., & Özbolat, A. (2019). Sekülerleşme Perspektifinden Bedenin Tüketim Bağlamında Araçsal Konumlanışı. *Siirt Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 279-299.

¹¹² Nevzat, R., Rebge, S., Mis, C., & Akyol, Z. (2023). İtibar Sermayesinin Dijitale Dönüşümü: "Instagram'da Gösterişçi Tüketim. *Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi*, 85-112.

¹¹³ Akyüz, E. (2024). Simgesel Sermaye Olarak Güzelliğin Yüceltilmesi: "Şahane Hayatım" Dizisi Örneği. *Yeni Yüzyıl'da İletişim Çalışmaları Dergisi*, 89-99.

içinde influencer olarak tanınmak, görünür olma ve popülerlik üzerinden alınan bir statü şeklinde elde edilmektedir. Dijitalleşen kapital düzen, fiziksel sermayeden farklı olarak, paylaşılan içeriklerin algı yaratımına dayalı bir kimlik ve kariyer mekanizması üretmektedir¹¹⁴.

2.4. Sosyal Medyada İmajinize Edilen Kadın Bedeni

Sosyal medya bu pazarın en üst düzey bilişim yönetim sistemidir. Bu kriterler ile birlikte kadın bedeninin sermayeleşmesi yeni medya aracılığı ile önce idealize bir beden görünümü inşa etmekle başlamaktadır.

Tüketen bir dünyanın gerçekliği noktasında doğallaşmış bir dünyaya dönüşümün kaynağı olarak gördüğü ve önem verdiği Değiş-tokuş sistemine vurgu yapan Baudrillard'ın, üretim değerleri sistemindeki oluşumlar dahilinde bu geleneksel ticari pratiğe rastlama biçimimiz ilkel toplumlardaki gibi bir anlam bardırılmaz¹¹⁵.

Zannımca, modern dünyadaki değiş-tokuş (takas) pratiği, üretilen ürünlerin ve kültür endüstrisi tarafından üretilen statülerin, imajların, bir alt segment ile benzerlikleriyle beraber bir üst segmente taşınmasıdır. Başka bir ifade ile herkesin mahremiyetini sergileme imkanı bulduğu bir sosyal medya uygulamasının benzer özelliklerinin estetik tasarımlarla birlikte ücretli olarak bir üst segmente ve konfora taşınması ve böylelikle de bu hizmetin ekonomik standartlar ile elde edilmesi; bunun da farklılık, ayrıcalık ve ayrımcılık gibi kavramları besleyerek kitleden bireye ve tekrar bireyden kitleye doğru bir yol izlemesi ile birlikte ortaya çıkmaktadır. Bu denklemi, bireyin birey olabilme yetisini diğer bireyler gibi olabilme fırsatı ile değiş-tokuş etmesi bağlamında okumak yanlış olmayacaktır.

Sosyal medya kullanımlarının artışıdaki bir diğer sebep ise sergi değeri ile eş zamanlı ilerleyen boş zaman etkinliklerine statü kazandırma çabalarıdır. Bu kazanım, beden kavrayışı üzerinden görevleştirilerek interaktif kanallara yayılım göstermektedir. “Boş zaman etkinlikleri konusunda da denilebilir ki: “Zamanımız olduğunda, bu daha şimdiden artık zamanın serbest olmadığı anlamına gelir.” Ayrıca çelişki terimlerde değil, temeldedir. Tüketime trajik paradoksu buradadır” (Baudrillard, 2017; syf.196).

¹¹⁴ Dikkol, S. (2020). Sosyal Medya Alanına Bourdieücü Bir Yaklaşım: Facebook Üzerine Bir İnceleme. *Erciyes İletişim Dergisi*, 169-188.

¹¹⁵ Baudrillard, J. (2017). *Tüketim Toplumu*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları

Toplum, bireylere sosyal medya ile birlikte boş zamanlarının kalitesi kapsamında bir değer atfeder. Bu değerler, kişilerin kendi özel alanlarını kendilerinin ihlal etmesi yönünde bir bireysel tüketim pratiği oluşturur. Böylelikle, boş zaman etkinlikleri toplumsal olarak tüketilebilen somut bir kavrayış haline gelmektedir. Bu somut kavrayış, kişilerin ve grupların sosyoekonomik düzeyine göre değişmektedir. Tüketim nesnesi haline getirilen boş zaman etkinlikleri, toplum baskısı ile bir mesai içerisine dahil edilmiş olmaktadır.

Haftanın geri kalan günlerinde çalışan kişiler, Pazar günleri kendi hayatlarının nasıl görüldüğüne dair tüm gün süren bir mesai içerisinde dahil olur. Bu mesai, kişilerin toplum tarafından etkin veya edilgen olma durumunda belirleyici role sahiptir. Kişilik hakları, özel yaşam ve boş zaman etkinlikleri kişilerin rızası dahilinde toplum tarafından ele geçirilmiştir. Böylelikle yayılım hızı kazanan teşhir kültürü, özneliğini pazarlaştırmış ve sergileme değeri atfetmiştir. Bu kültürde her şey görünür olmak zorundadır ve şeffaf olmayan her şeye şüpheli yaklaşılmalıdır. Bu yaklaşım teşhir kültürünün şiddetini açıklamaktadır¹¹⁶.

Başka bir gözden Bauman, bireyin temelde toplum baskısı ile kendi iç çatışması arasında kaldığına vurgu yapar. Toplum, bireyi iç çatışması ile başbaşa bırakırken birden fazla alternatif sunmayı göz ardı etmez. Bunu tek bir kavram çatısında “özgürlük” kavramı altında toplar ve baskı ile iç çatışmanın bir sonucu olarak özgürlüğe olan erişimi mümkün gösterir. Birey, bu mümkün dünya içinde sürekli bir paradoksal çatışma eğilimi göstererek bireyleşme ile bireyselleşme arasındaki sınırları kaybeder. Başka bir ifade ile birey çatışmanın gölgesinde iyiyi, güzeli, doğruyu ya da kötüyü, çirkini ve yanlışını aynı mekanda birbirlerine çok benzemelerinden kaynaklı bir yanılsama olarak tecrübe eder. Ona göre bu kapsamda bir özgürlük anlayışı da modern bireyler için kaderseldir¹¹⁷.

Bu bağlamda, bireyin kadersel bir biçimde kendi kimliğini inşa etmesi inanç pratiklerine benzetilebilir. İnanç temelli kadersellik, yaratıcının varlığını bilmek ve protestan bir ahlakla bir işten diğer işe hızla geçiş yapmak gibidir. Bu sebeple, kadersel olan aynı zamanda modern dünyada görevseldir. Bu görevlerin yerine getirilmesi somut bir zorunluluktur. Ancak görevlerin yerine getirilmiş olmasının başka bir ifade ile görev ahlakı kapsamında benliğin inşasının onayını almak soyut bir imkansızlık içermektedir.

¹¹⁶ Han, B.-C. (2020). *Şeffaflık Toplumu*. İstanbul: Metis Yayıncılık

¹¹⁷ Bauman, Z. (2015). *Özgürlük*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları

Böylelikle artık pazar yerinde herkese arz olan şey kimlik sembollerinin sergilenerek diğerleri tarafından seçilmesinin sağlanmış olmasıdır. Ulaşılmayı beklenen hayat bir hedef, ona giden yol da pazar yerinde her şeyin mübah olduğu şartları inşa etmektir. Sosyal medya kanalları bu hayatın çizgilerinin, sınırlarının, hedeflerinin ve birçok özelliğinin belirlenmesi konusunda oldukça nettir.

Bu netliğin içinden çıkılmaz bir hal almasının sebebi, Bauman'ın da değindiği gibi alternatif hayal evrenlerinin kartelasının çok geniş olmasıdır¹¹⁸. Bu kartela, bazen dekorları, bazen bedeni bazen de mental sağlığı çeşitlendirmek üzere renklendirilmiştir. Bu dünyada, kategoriler çok sayıda içerikler ise sınırsız olarak tasarlanmıştır. Bu bağlamda sosyal medya ağları, kişilerin kendilerinin (özkimlikleri de dahil) ticari bir mal olarak sunulması için uygun bir zemin oluşturmuştur.

Buradaki en önemli nokta, modern dünya içerisinde uzmanlar tarafından verilen tavsiyeleri kötünden iyiye doğru bir sıralama ile usulca takip ediyor olmaktır. En nihayetinde vaad edilen özgün özgürlük, bireyin kendisine ait büyük bir ödül olarak bahşedilecektir. Toplumsal kontrolün doğurduğu birey, yeni bir doğumla diğerlerinin bir klonu olduğunu fark etmeden kendini tüm amaç ve sonuçlara ulaşmış sayacaktır.

Bir şeyin metalaşabilmesi için soyuttan somut bir duruşa geçmesi gerekliliği vardır. Bu kapsamda kadın önce soyutlaştırılır ve metalaşma ile somut hale getirilir. Bu soyutlama sürecine değinmek gerekirse, toplumsal kontrollerin etkililiği ifade edilebilir.

Toplumsal kontroller metalaşma öncesinde kadına belli çizgiler içerisinde düşük rütbeli bir konum atfeder ve onu önemsizleştirir. Toplumsal kontrollerin dinamikleri modernleştikçe bu soyutlama hali somutlama evresine geçiş yapar. Kadının somutlaştırılması, bir ürünün güncel bir versiyonunun piyasaya sunulması gibi organize edilir. Bu organizasyonda artık somutlaşan kadın sergilenmeye hazırdır.

Bu bağlamda “Sergi değeri her şeyden önce güzel görünüşe bağlıdır. Sergileme zorlaması böylelikle güzellik ve dinçlik (fitness) zorlamasını ortaya çıkarır. Operasyon güzellik* (yazar burada estetik ameliyatları askeri bir hareketa benzetme göndermesi yapar) sergilenme değerini en yüksek düzeye getirmeyi hedefler...Sergileme zorlaması görünür olanın ve dışsalın mutlakaştırılmasına yol açar. Görünmez olan, hiçbir sergi değeri, hiçbir ilgi yaratmadığı için yoktur” (Han, 2020; syf.29).

¹¹⁸ Bauman, Z. (2015). *Özgürlük*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Sergi değerinin yaratıcılığı, bireyleri toplum karşısında düşebileceği durumlardan kaynaklı mesafeli ve kaygı temelli bir çekingenlik durumuna sürüklemektedir. Böyle bir durum, kişinin kendini aldatıcı görünüm elde ederek bunu ifşa etmesinin de dışında başka dinamiklerle de gerçekleşmektedir. Bu dinamik kişinin, bir zorbalıkla karşılaşması halinde, toplumdan soyutlanma davranışı barındıran aldatıcı görünüm maskesini takmasına sebep olmaktadır. Sosyal medya dediğimiz interaktif yaşam alanı, bağlam çelişkisinin ana kaynağını oluşturur.

Çelişkilerin tutarlı olarak yansıtılması gerekliliği doğmuştur. Bu bağlamda imaj kavramı, sosyolojik açıdan BTA ve BDB üzerindeki en temel kavramlardan bir tanesidir. Öncelikle bu etkinin bir temellendirmesini yapmak gerekir.

En temel anlayış, ilk etapta, Baudrillard'ın açıklamalarında tatmin edicidir. Ona göre, üretim ve tüketim bir meta veya eşya üzerinden değil dil üzerinden de gerçekleştirilir. Bu durumda, bireyin toplum içerisinde kendini inşa etme sürecine dil dinamiği hâkim olmaktadır. Özellikle toplum tarafından dilin kullanım tarzı ile imaj dediğimiz kavram yakından ilişkilidir. Simgesel değiş tokuş yerini dil kapsamında bir değiş tokuşa bıraktığı zaman orada toplumsal stereotipler sertleşmeye ve açığa çıkmaya başlar. Kişiler arası yapılamayan meta ve eşya değiş tokuşunun fikirler ve önyargılar kapsamında yapılıyor olması küresel dünyanın dengesini bozmaz aksine güçlendirir¹¹⁹.

İmaj, küreselleşme kavramının yegâne taşıyıcısıdır. Küreselleşme, kapitalizmin modern dünyada ehlileştirilmiş bir portresine karşılık gelir. Küreselleşme, eşitlik ve özgürlük ilkeleri üzerinden kapitalist tüketim tarzının yayılımını ve devamlılığını sağlamaktadır. Küreselleşme, eşitlik ve özgürlük kavramları kapsamında hukuki ve sosyal haklar üzerinde bir belirleyici olarak gösterilse de beden ve bedenin reklamı, reklamların getirileri, bu reklamların hitap edeceği kitleleri, etki altında bırakılan kitlelerin hem ekonomik hem siyasi düzlemde nasıl yönetileceği ve bunun sonucunda dünya vatandaşı olabilmenin (hem maddi hem manevi açıdan) barışçıl, özgür ve özgünlüğü vaat etmesi olarak tanımlanabilir. Bu tanımla birlikte kitlelerin eleştirdiği ve teslim olmak istemediği kapitalizm, küreselleşmenin iyicil ifade ve uygulamalarıyla canavarlaştırılır. Bunun sonucunda da kapitalizme teslim olmamış her kitle/birey küreselleşmenin renkli ve görünürde bir o kadar tutarlı dünyasına teslimiyet gösterir.

¹¹⁹ Baudrillard, J. (2017). *Tüketim Toplumu*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları

Kişinin imajı sadece beden görünümünü ile ortaya çıkan bir yapılanmayı ifade etmez. İmaj enformasyon çağının toplumsal dinamikleri içerisinde aynı zamanda statüyü ve kabul görmeyi de temsil eden bir kavramdır. İnteraktif ağların bireyler ve toplumlar üzerinde yarattığı etki tek tip bir imaj sağlama politikası kapsamında gelişmektedir.

İmajlar üzerinden tek tipleştirme son dönem içerisinde kadın ve erkeğin her açıdan rollerinin birbirine benzemesi unisex bir toplum tasavvuru olarak ileri sürülmektedir. Bu durum, tasavvur açısından tutarlı olsa da sadece cinsiyet kimlikleri üzerinden değerlendirilemez. Modern birey öncelikle modern dünya içerisinde prezantabl yani zayıf, temiz, bakımlı, entelektüel vb şartlar altında görünür olabilmektedir. Modern dünya bireylerden bu imajı talep ederken kişisel bir prototip ortaya çıkardığı gibi görsel bir prototip de talep eder.

İmaj, dünyanın istedikleri değil yekten emrettiği kurallar altında tasarlanır ve bireylere sunulur. Bu imajı kabul eden bireyler, irili ufaklı tüm toplumsal grup ve kurumlarda kabul görürken diğerleri bu çemberin dışına itilmektedir. Öz cümle ile dünyanın yarattığı evrensel imaj, kabul görmeyi temsil etmeye denk düşmektedir. Böylelikle kitlesel/bireysel iyileşme yerine kitlesel/bireysel olarak iyileşmeye hızlıca sahip olma ve tüketme durumuyla karşı karşıya kalınmaktadır.

2.5. Tıbbi Fırsatlar Yansıması: İlaç Sektörlerinin Duruşu

Tüketim toplumu, toplumsal bir üretimden ziyade tüketim odaklı bir şekilde, bireylerin ve toplulukların birleşmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Günümüzde bu toplumda, beden mefhumunun hedeflenmiş olması kapitalizmin çarklarına uyumlu bir biçimde toplumsal tüketim davranışının süreklilik kazanması ve genişlemesini öğütlemesi ve bunun bireysel hazzın etki ve üretiminden doğan bir başarı veya statü vaat ediyor olmasından kaynaklanmaktadır¹²⁰.

Böylelikle günümüz şartlarında sağlık sektörü sadece tedavi amaçlı hizmetlerle sınırlı bir yapı olarak kalmayıp büyük bir pazarında temellerini oluşturmaktadır. Özellikle beslenme, zayıflama ve yaşam tarzı uygulamaları üzerinden geliştirilen ürün ve hizmetler, bireylerin ihtiyaçlarının ötesinde tüketim kültürünün bir parçası haline gelmiştir.

¹²⁰ Ersöz, A. G. (2010). Tüketim Toplumunda “Sıfır Beden” Söylemi: Neden ve Sonuçları Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme. Edebiyat Fakültesi Dergisi , 37-53.

Bu pazarın istihdam yaratıcı etkileri yetersiz eğitimlerin sözde eğitmenleri ortaya çıkarttığı sektörel alanlar oluşturmıştır. Böylece, beslenme eğitiminin devlet tarafından sistematik biçimde sunulmaması ortaya çıkmış bu alandaki boşluğun özel kurumlar ve sermaye gruplarınca doldurulmasına yol açılmıştır. Nitekim beslenme biliminin tarihsel gelişimi, diyetisyenlik mesleğinin giderek profesyonelleştiğini ortaya koysa da uygulamadaki denetim eksiklikleri ciddi sorunlara neden olmaktadır¹²¹. Bugün MEB onaylı sertifika programları aracılığıyla beslenme uzmanlığı unvanı verilmekte; ancak bu sertifikalar halk sağlığı açısından yeterince denetlenmemektedir. Böylece, sermayenin yönlendirdiği ücretli eğitimler kapitalist pazarın bir parçası haline gelirken, mesleki standartlar yetersiz ve belirsiz bir portre çizmektedir¹²².

Çok benzer bir tablo gıda sektöründe de görülmektedir. Türkiye’de gıda güvenliği ve denetim süreçleri üzerine yapılan çalışmalar, denetimlerin daha çok üretim tesislerine odaklandığını, toplu tüketim alanlarında ise daha zayıf kaldığını göstermektedir¹²³. Bu durum, tüketicilerin tüketme bilincine ulaşmasını zorlaştırmakta ve piyasada güvenliği tartışmalı ürünlerin dolaşımında kalmasına zemin hazırlamaktadır. Özellikle aşırı protein içerikli zayıflama mamaları veya “bitkisel” adı altında pazarlanan ilaçlar, böbrek fonksiyonları ve karaciğer sağlığı üzerinde ciddi riskler doğurabilmektedir.

Sonuç olarak, sağlık ve ilaç sektörünün yalnızca tedavi edici bir alan değil, aynı zamanda ekonomik çıkarlar doğrultusunda şekillenen bir pazar olduğu görülmektedir. Devletin denetim eksiklikleri ile sermaye odaklı eğitim ve ürün politikaları birleştiğinde, birey sağlığının korunması ikincil plana itilmekte, kapitalist tüketim ilişkileri öncelik kazanmaktadır.

Kapitalist sistemin pazarları mutluluk üretmeyi amaçlamaktadır. Mutluluğun üretimi ancak eşitlik kavramının piyasaya sürülmesiyle sağlanabilir. Nasıl bir çelişkidir ki mutluluk ve eşitlik kavramları aynı anda ve aynı iddiayla pazara çıktığında ayrımcılık/ayrıcalık kavramlarının potasına yerleşir. Böylece söz konusu eşitlik ve mutluluk bu potada eritilmiş olmaktadır.

¹²¹ Kutluay Merdol, T. (2016). *Beslenme ve Diyetetik Biliminin Dünü, Bugünü ve Geleceği*. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 1–5

¹²² Çöp, S. (2021). *Helal Gıda Sertifikalarına Yönelik Bir Araştırma*. Helal ve Etik Araştırmalar Dergisi, 54–70.

¹²³ Beykaya, M. (2019). *Türkiye’de Gıda Güvenliği ve Denetim: Iğdır İli Örneği*. Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 451–467.

Baudrillard'ın bu yöndeki çıkarımları isabetlidir. Ona göre, bu durum, mutluluğun görünür ölçütlerini doğurur¹²⁴. İlaç sektörü ve pazarlar, toplumsal ve bireysel sağlığı ölçülebilir bir mutlulukla elde etmeyi reklam kuşağına dahil eder. Bu reklam kuşaklarında, kişiler satın aldıkları mutluluk ile hem eşitlik hem ayrıcalık elde etmiş olurken hem de satın alamayan tüketiciye karşı ayrımcı bir tavrı elde etmiş olmaktadır.

Mutluluğu satın almayı başarmış tüketici, toplum içerisinde bolluk ve refah kavramlarının içini dolduran ekonomik büyümenin birer neferi haline gelmiştir. Modern dünya, dengesizlik ve eşitsizlik arasındaki duvarı yıkar ve bunu bir denge ve eşitlik ambalajıyla toplumlara servis eder. Toplumun tabağına servis edilen denge ve eşitliğin somut veya soyut olmasının bir önemi yoktur. Aslolan bunun temsili olmasıdır.

Bu durumda pazarlar, mutluluğun ticareti, statü ve sınıf sisteminin şubesidir. Baudrillard da buradan yola çıkarak, siyasi yönetim biçimi fark etmeksizin kast sisteminin varlığına vurgu yapar. Ona göre bu sistem değişmez, güncellenir. Bu güncellemeyi gerçekleştiren veya doğuştan belirleyici olma rolünü üstlenen şey statüdür¹²⁵. Buna göre, statü, kuşkusuz pazarın en güçlü askerlerinden bir tanesidir.

Beck'in risk toplumuna dair emniyette tutma hali iddiası; bunun bir tutum olarak benimsenmesinin temel sebebi, toplumun yaşam alanlarında oluşturduğu üst düzey emniyetsizlikten kaynaklanmaktadır. Bu noktada toplumların açlık, kıtlık gibi durumları görmeleri halinde önemli olan aç kalmaları değil, tüketim halinde olduklarında zehirlenmemeleridir. İşte tam da bu nedenle, özellikle ilaç sektörü pazarında ve bilhassa üretilen bakım ve zayıflama ürünlerinde böyle bir teorik risk yapılanması olduğu ifade edilebilir.

Bu denklemin bir diğer parçası ise Bauman'dır. Ona göre, beden algısının ve imajının temel dinamiklerinden biri de fitness'tır. Sağlık ve yemek kitaplarının eskimez oluşu bu bağlamın belirgin göstergelerinden bir tanesidir. Bedene yüklenen anlam zaman içerisinde en eğlenceli ancak aynı zamanda en saplantılı toplumsal bir davranış örüntüsü oluşturmıştır.

Bauman, sağlıklı olmak ile fit olmak arasında bir çizgi çeker ve fit olma düsturlarının sağlık alanındaki normlara sahip olmamasına vurgu yapmaktadır. Sağlık sınırlı ve sürekli refere edilen kurumsallaşmış bir yapıyı temsil etmektedir. Ancak fit olma ve fitness

¹²⁴ Baudrillard, J. (2017). *Tüketim Toplumu*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

¹²⁵ Baudrillard, J. (2017). *Tüketim Toplumu*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

herhangi bir sınır içermez ve refere edilmez. Bir amacı yoktur çünkü her bir amaç yeni bir amacın sıfır noktasını oluşturmaktadır. Başarı gösterilen her beden, görsel olarak güncellenir ve daha iyisinin gerçekleştirilmesi için temel referans noktası olarak anılmaktadır. O, sonsuz bir çabanın ürünüdür ve bedene olan memnuniyetsizliği artırmaktadır. Bu artış kişilerin özsaygılarını kaybetmelerine sebep olmaktadır. Oysa daha önceleri sağlıklı olma tanımı fiziksel bir sağlamlık ihtiva etmekteydi. Fiziksel olarak sağlam olmak beden kullanımını gerektiren ağır işlerde çalışmak anlamını taşımaktaydı. Modern döneme ve sonrasına baktığımızda ise bu özelliklerin ifadesiz ve anlamsız kalmasıyla karşılaşmış oluyoruz. Bu karşılaşmadan sonraki süreçler bedenin tüketilebilir ve üretilebilir bir nesne konumuna gelmesiyle bedendeki anlam kaybını tasdik etmiş olmaktadır¹²⁶.

“Bedenin simgesel değerinin giderek arttığı bir ortamda, idealize edilmiş bedenler, tüketim kültürünün politikalarının da içselleştirildiği semboller haline dönüyor” (Ecevit ve Elçik, 2013:141).

“Böylece her ne kadar sosyal, ekonomik ve siyasal hayatta meydana gelen değişimler eşliğinde aile yapısı ve kadının konumunda birtakım değişiklikler meydana getirir de kadın bedeni toplumun farklı açılardan oluşturduğu denetim kısılcısından çıkamamaktadır” (Costa, 2014:143).

Bu yönüyle kadın bedeni hem bir tüketim objesi hem de çok yönlü bir denetimin görünmez normlarına teslim olmuştur. Kadın bedeni, "olması gereken" beden görünüşüne kavuşmak -gözüaltı çizgileri gibi yaşılan ilerlemesiyle oluşan "olumsuzluklardan" veya kalçalarında biriken yağlardan kurtulmak- için bedenlerini kozmetik sanayinin ellerine bırakabilirler. Başlarda ayrıcalıklı üst sınıflara sunulan bir hizmet olan kozmetik ürünler ve hatta estetik cerrahi, bugün orta sınıf kadınların ulaşabileceği tüketim unsurları arasındadır.

Örneğin “Tene ilişkin olarak, orta çağda ve Rönesans’ta olduğu gibi, Barbey d’Audrevilly’e göre, bembeyaz ve gül gibi genç bir kızın ten rengi çiçek açmış bir elmanın rengine olduğu vakit güzelliği ışık saçır. Dahası, ten rengini açmak için bazı kadınlar, sağlık için risk taşımaya rağmen, çoğunlukla tebeşir, arduvaz ve öğütülmüş çay gibi şeyleri yemekte tereddüt etmezler. Öyleyse, tenin

¹²⁶ Çimen, Ü. (2024). İtiraf Toplumunda Mahremiyetin Kamusallaşması ya da Akışkan Modern Dünyada Mahremiyetin Anlam Yitimi. *Türkiye İletişim Araştırmaları Dergisi*, 29-51.

beyazlaştırılması, çirkinliğin sembolü olan kararmış bir yüzden açıkça ayrılır” (Sagaert, 2017; syf.117).

Bu ayrıntının ne net örneğini güzellik merkezlerinin cilt bakımı reklamlarında görebiliriz. Paris ışıltısı, Red Carpet Ready, Gençlik ışıltısı ve birçok örneğini sayabileceğimiz paketler ile sektör donatılmıştır.

19. yüzyılda “henüz fazla kiloların çok fazla konuşulmadığı dönemler olsa da aşırı şişmanlığa karşı mücadele etmek için, Cardina tabletleri sayesinde ilk diyetlerin ortaya çıktığını görüyoruz. O dönemde kilo ölçümleri, 20. Yüzyılda olduğu gibi banyolarda bulunan bir aletle sağlanmıyordu. Buna rağmen, o zaman da kilo takibi söz konusuydu ve ovalayarak yuvarlak hatları ortadan kaldırmak suretiyle hızlı bir incelme sağlamak için masaj öneriliyordu. Hatta masaj rulolarının, titreşimli elektronik cihazların, yağ eritici aletlerin ve sağlık rejenaratörlerinin icat edildiğine tanık oluyoruz. Böylece zayıflık alışkanlıklar arasına girmiştir” (Sagaert, 2017; syf.119).

Bu bağlamda “Foucault, bio-iktidarın kapitalizmin gelişiminin vazgeçilmez bir ögesi olduğu kanısındadır. Ona göre, bedenlerin denetimli bir biçimde üretim aygıtına sokulması ve nüfus olaylarının ekonomik süreçlere göre ayarlanması üretim ilişkilerinin sürekliliği açısından önem taşıyordu. Ekonomik olarak üretilenin değil, tüketilenin ekonomik değer olduğu tüketim kültüründe, temel amaç ihtiyaçların karşılanması yerine kar olduğundan dolayı sistem içine dahil olan her şey bir ekonomik değer olarak algılanır” (Ecevit ve Elçik, 2013:149).

“Dolayısıyla insan birikiminin sermaye birikimine uygun kılınması, bedenin bir yatırım aracı olması, giderek zorunlu bir hal almaktadır” (Foucault, 2015:101 akt.Karakaya & Cihan, 2017, syf.12-13).

Tıp dünyasının bir bioiktidar merceği ile tüketim kültürüne olan esareti sadece sosyolojik atıflar içinde sınırlı kalmamaktadır. Somutlaştıracak olursak, mide küçültme ameliyatı gibi uygulamalar sadece sağlığımızı tehdit etmekle kalmamaktadır. Bunun yanı sıra estetik operasyonlar da son zamanlarda oldukça yaygınlaşmıştır. Burası da tıp alanında oluşan farklı bir pazar alanını göstermektedir. Özellikle yaşlanma karşıtı adı altında satılan ve oral yoldan kullanılan birçok ilaç da sağlığımızı tehdit etmektedir. Esasen hepsinin organize bir şekilde çalıştığını söylemek mümkün diyebiliriz. Sağlık sektörünün birer metası haline gelen bireyler bir yandan sağlığına kavuşturulurken diğer yandan mevcut sağlık durumlarında bozulmalar sağlanmaktadır. Başka bir ifade ile bireyleri

topluma fiziksel ve biyolojik olarak uyumlu olma yolundan önce ilaç ve gıda sektörüyle koparıp daha sonra panzehrini üretip tekrar bağlamaktadır.

Özellikle gıda sektöründeki popülerleşen gıdalar üzerinden gerçekleşen yayılım, obezite teşhisinde en ön saflarda yerini almaktadır. Doktorlar ve diyetisyenler tarafından bilhassa altın öğün olarak nitelenen kahvaltı, hızlı tüketimin kurbanı olmuş durumdadır. Kahvaltı öğünü veya zayıflamak için piyasaya sürülen ve zengin vitaminlerle donatıldığı söylenen cornfleks ve pirinç patlağı atıştırılmalıkları birçok koruyucu madde içermektedir. Bu ürünler etrafında oluşturulan pazarın iki kitlesi vardır. Bunlardan ilki çocuklar ikincisi ise yoğun iş yaşamına sahip çalışanlardır. Birinde amaç sağlık adı altında gelişim çağındaki çocukları bu ürünlere bağımlı kılmak iken diğesinde ise zamandan tasarruf adı altında yetişkinlikleri alıştırarak obezite teşhisli yeni müşteriler bulmaktır. Çünkü ne kadar çok obez birey olursa birçok sektör o kadar çok müşteri sahibi olmaktadır. Özellikle sağlık sektöründeki bu ticarileşme bunun en büyük göstergesidir.

Büyük tehlike altında olan ve üzerinde oldukça yoğun çalışılan gruplardan birisi de 0-2 yaş grubu bebekleri kapsamaktadır. Son zamanlarda bebeklerin aldığı anne sütünün faydalarının yanı sıra popüler bir ‘yetersizlik’ üretilmiş durumdadır. Yıllardır yapılan çalışmalar anne sütünün getirileri değil mevcut bağışıklığı sağlayamadığı üzerine yapılmaya reklam sektörü araçlığı ile yönlendirilmiştir. Bu durumda özellikle modern ailelerdeki hazır mama kullanımı oldukça artmış vaziyettedir.

Bu tehlikelerin ve pazarın farkında olan üreticiler ise oldukça akılcıca reklamlar kullanmaktadırlar. Birkaç örnek verecek olursak, özellikle her üründe vurgu yaptıkları vitaminleri gösterebiliriz. Bunları faydalı bulan aileler ya da yetişkinler olduğu gibi tam tersi düşünenler de var. Fakat onların seçtikleri yöntemlerde bu etik dışı pazarı saf dışı bırakmaya yetmemektedir. Çünkü onlar da en sağlıklıısını bulabilmek adına özel hastanelerde yüzlerce tetkikten geçerek check-up sisteminin bir parçası olmaktadır.

Son olarak obeziteye sebep olan bir diğere husus sporcular için geliştirilen ürünler olduğu söylenebilir. Hazırlanan türlü içecekler sadece spor yapanlara değil yaş sınırı olmaksızın birçok yerde satışa sunulmaktadır. Özellikle bu ürünleri kullanma eğilimini daha çok ergenlik evresinde olanlar oluşturuyor. Bu ürünler doğru şekilde kullanılmadığında obezite de dahil olmak üzere birçok hastalığa yol açıyor.

Bunların dışında, piyasanın en tehlikeli alanını kuşkusuz zayıflama ürünleri oluşturmaktadır. Burada en kayda değer olanlar ise zayıflama ilaçları olarak geçen ciddi

anlamda tıbbi bileşenler içeren ilaç grupları olmaktadır. Sektörde "bitkisel içerikli" olarak tanıtılan bazı zayıflama ürünleri, gizli etken maddeleri nedeniyle ciddi anlamda sağlık riskleri taşımaktadır. Örnek verecek olursak, sibutramin içeren "Lida" benzeri ürünler, FDA tarafından kalp krizi ve inme riski gerekçesiyle toplatılmıştır¹²⁷. Aynı şekilde başka ilaçların da uzun süreli kullanımda ve aşırı protein tüketiminde böbreklerde hiperfiltrasyon, glomerüler hasar ve proteinüriye yol açarak kronik böbrek hastalığı riskini arttırmaktadır¹²⁸.

Piyasa içerisinde mental sağlığı korumak ve ideal bedene ulaşmak amacıyla tüketilen psikotrop ilaçlar farklı bir risk alanı yaratarak, antidepresanlar (örneğin fluoksetin veya sertralin), depresyon tedavisinin dışında, zayıflama veya "rahatlama" amacıyla yanlış kullanılmaktadır. Ez cümle bu durum da tıbbi ve etik sınırlarda bulanık alanların oluşmasına ve sağlık alanındaki risklerin artmasına yol açmaktadır¹²⁹.

Zayıflama çayları, ilaç, takviye vb satış vaad ve içerikleri yoz bir popüler kültür aracı olarak konumlanmıştır. Böylelikle güzellik kavramı zayıf olmak ve şişman olmak kapsamından çıkartılmış, estetik olmak üzerinde konumlandırmıştır. Estetik kavramı, beden statüsü ve sosyal statüler üzerinden oluşan rekabetin başarıyla sonuçlanması durumunu ortaya koyan bir kavram olarak pazarlarda yerini almıştır. Popüler kültürle yaratılmış olan beden imgesi, kültür endüstrisi ile bir zehirlenme emniyeti sağlayan kapitalizm, gerçek sağlık şartlarını toplumdan tahliye etmiştir.

Kültür endüstrisi ile iş birliği içinde olan tıp sektörü temelde endüstrinin amacını besleyici kaynaklar oluşturmaktadır. Kültür endüstrisi için amaç, bireylerin bedensel özellikleri üzerinden kâr üretme potansiyelini sürekli besleyen bir mekanizma inşa etmektir. Bu mekanizma, özellikle tıbbi ürünler ve hizmetler alanında, kişisel sorunları tıbbi çözümlerle "hızlı sonuca" bağlayarak yeni bir pazar yaratmaktadır.

Örneğin, antidepresan kullanımındaki artış, bir yandan depresyonun yaygın tıbbi bir sorun olarak tüketim kültürüne dahil edilmesine, diğer yandan ilaç firmalarının kâr temelli pazarlamalarına zemin hazırlanmasına sebep olmaktadır. Türkiye

¹²⁷ Http6: FDA, F. D. (2010). Recommends Against the Continued Use of Meridia (sibutramine). *Recommends Against the Continued Use of Meridia (sibutramine)*. USA: FDA Drug Safety Communication: FDA. <https://shorturl.at/Y0vY8> (Erişim Tarihi: 10/09/2025)

¹²⁸ Jee Ko, G., M Rhee, C., Kalantar Zadeh, K., & Joshi, S. (2020). The Effects of High-Protein Diets on Kidney Health and Longevity. *Journal of the American Society of Nephrology*, 1667-1679.

¹²⁹ Evans, E., & Sullivan, M. (2014). Abuse and Misuse of Antidepressants. *Journal of Public Health*, 107-120.

Psikofarmakoloji Derneği'nin verilerine göre, antidepresan reçeteleri 2007-2012 arasında %50 oranında artış göstermiş, aile hekimlerinden psikiyatriste kadar farklı düzeylerde geniş bir reçeteleme pratiği oluşmuştur—bu durum klinik bir gereklilikten çok kültürel tahakkümün yansımasıdır¹³⁰.

Benzer bir tüketim mantığı, “zayıflama” alanında da kendini göstermektedir. Özellikle yüksek protein içerikli, “hızlı sonuç vaat eden” zayıflama mamaları, bilhassa sosyal medya ortamında yoğun bir şekilde pazarlanmaktadır. Bu ürünler, çoğunlukla sağlık profesyonellerinin onayından bağımsız, influencer’lar aracılığıyla tüketiciye ulaşarak açıkça “sertifikalı uzman” olma hedefiyle, kısa süreli “diyetisyenlik hizmeti” sunan sosyal medya danışmanları yaygınlaşmasına sebep olmaktadır. Bu, beden üzerindeki denetimi tıbbileştirmeden ticarileştirmeye taşıyan bir dönüşüm olarak görülmelidir¹³¹.

Sonuç olarak, kültür endüstrisinde tıbbi fırsatlar, bireylerin ruhsal ve bedensel kırılganlıklarının ticarileştirilmesine imkân vermektedir. “Akıl sağlığı”, “zayıf beden”, “beslenme sertifikası” gibi kavramlar sağlık söylemi adı altında, estetik ve performans odaklı talep üreterek bu durumu, beden politikalarının medikal ve ticari birleşimini yansıtmak suretiyle kişinin sürekli bir müdahale nesnesine dönüşmesine neden olmaktadır¹³².

¹³⁰ Aydın, N. (2013). Psikofarmakoloji Derneği Türkiye’de Psikotrop İlaç Tüketimi ve Mevcut Uygulamaların Tıbbi, Etik ve Ekonomik Sonuçları Raporu. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 390-402.

¹³¹ Gür Omay, E. (2023). Dijital Platformlar ve Gazetecilik Mesleği: Influencer Gazetecinin Yükselişi. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, 99-110.

¹³² Ulaş, D. H. (2009, Ekim 19). Türkiye Psikiyatri Derneği Bülteni. *Artan İlaç Kullanımı ve İlaç Endüstrisi*. Ankara, Türkiye: Türkiye Psikiyatri Derneği Bülteni.

3. BÖLÜM: TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİ BAĞLAMINDA BTA VE BDB TÜRÜ BOZUKLUKLARIN SOSYOLOJİK ANALİZİ

“Kusursuzluk düzeyine ulaşan bir biçim, insanı kendi gücünü hayranlıkla seyretmeye mahkûm eder gibidir” (Baudrillard, 2010, s.70).

Toplumsal hayata karışmanın ilk basamaklarından biri olan aile içerisinde cinsiyetler ve birey olabilme üzerinden beden inşasının gerçekleşmeye başlamaktadır. Bu inşa sürecinde aile bireyleri ve yakın çevre beden üzerindeki tahakkümünü gözler önüne sermektedir. Ne giyileceğinden ne yenileceğine kadar karar ve komut süreçleri başlar. Toplum içerisinde var olabilmenin ilk şartı karar ve komut süreçlerine uyum sağlamaktır. Ailede sağlanan ve görgü veya nezaket kuralları adı verilen bu komutlar aynı zamanda cinsiyet temelli bir varoluşu inşa etmektedir. Bu komutların devam niteliğini üstlenen ikincil kurum ise eğitim-öğretim hayatıdır. Okullar, öncelikle bireylere beden temizliği noktasında bir eğitim biçimi uygulamaktadır. Bir kısmı gereklilik bir kısmı şart içeren bu eğitimler de kişileri toplumsal hayata kabul edilmeleri noktasında kuralcı bir uyarıcı görevini üstlenmiştir.

Son olarak kişi, yetişkin olduğunda edindiği iş veya iş çevreleri tarafından statüsü kapsamında bir beden görünümü inşa etmesi komutu verilir. Bu komutlar, bedenin ait olması gereken sınıfların sınırlarını çizen. Statü üzerinden sınıflaşan ve inşa edilen beden, toplumun ve tüm kurumlarının karşısında bir stigmataya dönüşür. Bireyin tüm sosyal gruplar karşısında kazanmak zorunda tutulduğu, denetlendiği ve komut aldığı her rol bedenine eklenen bir çiviye temsil eder duruma gelmektedir. Böylelikle birbirine tutturulan bedenin ilişkisel ağları, onun toplum içi ilişkilerindeki yerinin sosyal, ekonomik, siyasal, dini vb. alanlarda denetlenen bir bütünün parçası haline almıştır. Toplum kendi denetimini, bedenlerin kamusal alanlardaki duruşları üzerinden denetleyerek konu dışı bırakmaya çalışmıştır. Ancak toplum da hem denetleyen hem de denetlenen bir mekanizmadır. Ulus devletler bedenler üzerinde söz sahibi olmayı, onları ehli birer mekanizmaya dönüştürmeyi bu ilişkiler ağını kurarak toplum üzerinden öğrenmekte ve sağlamaktadır.

Sosyal kontroller olarak adlandırdığımız ve bir norm olarak hayatımıza giren kurallar bütünü için bedenin işlevselliği önemlidir. Buna göre beden işlevselliği amacına uygun,

pratikte fayda getiren temel bir uzuv gibi görülmektedir. Böylelikle bedenın doğal olarak geçirdiği inşa süreci toplum tarafından görmezden gelinerek onun bir sosyo-kültürel varlık olması konusunda ısrarcı davranmaktadır. Tarihin tüm alanlarında mekanikleşen beden ihtiyaçların karşılanması üzerine dizayn edilir. Temel ihtiyaçlar üzerinden tasarlanmış olan inşa süreci, bedenın kendisine ait bir anlam bütünlüğü taşıdığını reddetmiş olmaktadır. Oysa beden, hareketleri ile anlamları arasında paradoksal bir sürüncemeye girdiği dönemlerde sosyal hayatın içerisinde kendini var ettiğinde tutsaklıktan kurtulmaktadır. Burada bahsi geçen tutsaklık, bedenın işlevlerinin bir bütün içerisinde anlamlı bir şekilde kabulünün toplum tarafından karşı çıkılmasından ileri gelmektedir. Tabii olarak beden işlevseldir. Ancak bu işlevsellik noktasının açıkça anlaşılması gerekmektedir.

Beden üzerinde uygulanan denetim modern dönemde tepeden inme bir şekilde bireye nüfuz etmez. Onun denetlenmesi daha çok sosyal normların güncel versiyonlarında hayat bulur. Popüler kültürün hız kazanması ile birlikte verilen ol ve ol-ma mesajları beden denetiminin sakince ve farkına varılmadan gerçekleşmesini sağlamaktadır. Gelenek ve görenekler adını verdiğimiz sosyal kontrol mekanizmaları bu noktada birer pekiştireçtir. Böylelikle beden denetlenirken karşımıza normal ve anormal kategorileri çıkmaktadır. Toplumsal düzeye hitap eden anormallikler anomik, bireysel düzeye hitap eden anormallikler patolojiktir. Bu modern etiket söylemi neticeye bakıldığında tartışmasız toplumsaldır. Bu sebeple, ilk denetim mekanizmasının toplumsal etiketlemeden doğduğunu söylemek ve bedenın bu etiketler doğrultusunda kendine yer edinmeye çabaladığını sağlamak zorunda kaldığını ifade etmek yanlış olmayacaktır.

Bedenın iletişimi, kişiler arasındaki iletişimden ziyade toplumsal iletişimdeki kadın ve erkek rollerinde de belirleyicidir. Kadının erkekten daha nezaketli bir dil kullanması gerekliliği, kadının erkekten daha fazla argodan kaçınması gerekliliği, kadının bir alanda otururken kıyafetlerinin düzenine dikkat etmesi gerekliliği, kadının bir topluluk içerisinde daha saygılı olması ve bunun için göz teması kurmaması gerekliliği ve benzeri gereklilikler silsilesi özellikle kadın bedeni ve iletişimi noktasında sınırlandırıcı bir çizgi oluşturur.

Toplumsal kurallar gereği eşit parçalara bölünmesi gereken bu gereklilikler kadın bedeni üzerinden inşa edilerek kadının beden varlığının bir gereklilik büstü olmasını sağlamıştır. Bu büstte, erkek kadından daha elastik davranamayacak kadar sınırlı bir iletişim içine

hapsedilmiştir. Beden dilinin bu meyanda, kişinin toplumsal konumları ve sınıflaşmaları, belirleyici keskin bir hat olduğuna dikkat çekmek yanlış olmayacaktır.

Kadın bedeni, toplumsal ve kültürel olarak yadsınır ve üzerinde kararlar alınan ve bu kararlar doğrultusunda varlığını sürdüren bir tüketim nesnesine dönüşmeye başlar. Buradaki tüketim nesnesi meselesi, kadın bedeninin kamusal pazarlarda yer almada daha hızlı bir reklam etkinliği kazandırıyor olmasıdır. Ne var ki kamusal alanda reklam etkinliği kazandırılan kadın bedeni, kültürel alanda ateşten bir gömlek olarak tasarlanmaktadır. Kadınlar, kültür düzeyinde bedenleri üzerinden iki ana kategoriye ayrılır. Bunlardan ilki kamuya mal olan yani metalaşan ve metalaştığı için ahlaki düzeydeki yorumlara kapatılan kadın bedeni, bir diğeri ise aile içerisinde yerini anne, kız çocuk, abla, hala, teyze ve benzeri isimlerle almış olan ve her türden beden varlığı denetlenen, kolayca ahlaki düzeyde eleştirilene maruz kalabilen, aile içerisinde bir kalıba konarak kamusal olmayan ancak metalaşan kadın profilidir. Buradan anlaşılacağı üzere bedenin biçimlendirilebilir bir denetim nesnesi olması son kategori ve konunun özünü oluşturmaktadır.

Bu kapsamda Foucault'un beden ve iktidar kapsamındaki tespitlerine devlet, hapishaneler ve akıl hastaneleri gibi mekânsal analizlerden başlaması onun, tarihsel çerçevede bireyin bedeninin bir patoloji alanı olduğuna işaret ettiğinin bir ispatıdır. Bu yaklaşıma istinaden beden bir biyolojik unsur olarak detaylandırılmaya uygun hale gelmiş ve analizi kolaylaştırmıştır. Bu tespite göre beden bir üretim aracına dönüşmüştür. Sosyal ve siyasal ekseninde metalaşan beden, iktidar kapsamında müdahale edilebilir ekonomik bir araç özelliği de kazanmış ve bu yönde koşullanmıştır. Bu bakış açısıyla beden, üretici ve bu üretime boyun eğici faydacı bir güç nesnesi olarak konumlanmıştır. Bedenin kurallara uyum sağlayan ve itaatkâr bir kimliğe bürünmüş olması en büyük gücü oluştururken bununla beraber beden yeniden inşa edilen ve iktidar mekanizmalarına mal olmuş bir metaya dönüşmüştür.

Foucault'un önemli bir kavramsallaştırması olan biyoiktidar da bu çarka dahildir. Ona göre biyoiktidar kavramı kolektif bağlamda bir beden bütünlüğünü ihtiva eder. Onun şiddeti ılımlı görüntüsünün altına gizlenmiştir. Oysa kolektif bedenin sahibi biyoiktidar, denetleyici ve viral bir salgın gibi yayılcı bir yol izlemektedir. Bu salgınla ele geçirilen ve denetlenen bedenden talep edilenler fiziki bir güç ve tehditkâr tavırla değil, arzuların üretilmesiyle sağlanmaktadır. Bunun sonucunda denetim ve önyargı unsurları bizzat bireyin

kendi iradesiyle ürettikleri bir kurallar bütünü inşâ etmektedir. Böylelikle beden zorla alıkoyulmaktan ziyade yapay bir öz irade ile denetlenebilir bir unsura dönüşmektedir¹³³. Kadın bedeni ve toplumsal konumu noktasında ağır basan bir kategori daha vardır. Kültür endüstrisi içerisinde metalaşan kadın bedeni din ekseninde de toplum tarafından belli kalıpların içerisine sıkıştırılmıştır. Kaçınılmaz olarak toplumun kültürel dinamikleri bir diğer ifade ile gelenek ve görenekleri inanılan dinin fiziki pratikleriyle inşâ edilir. Bu kapsamda özellikle kitabi dinler kadın ve kadın bedeninin sınırlarını keskin ve ortak hatlarla çizmiştir. Bu durum toplumsal cinsiyet ekseninde ayrıştırıcı bir etki yaratmış, aile kurumunun erkeğe mal edilmesini kolaylaştırmıştır. Erkeğin aile içerisindeki fiziki güç atfı yine ailenin zihinsel oluşum ve işlevselliğine aktarılmış ve böylelikle kadın ve kadın bedenine şekil verilmesi, denetlenmesi, üstün kurulacak bir yapı olmasının önünde bir engel kalmamıştır.

Modernleşmeden önce din eksenine dahil ettiğimiz bedenin modernleşme sonrası üzerindeki denetim ve kontrol boyutları güncellenmiştir. Beden artık din ve modernizm açısından iki farklı bağlamda ele alınmaya başlanmıştır. Yanı sıra yeni anlamlarına uyum sağlamaya çalışan beden kimlik üzerinden de kendisine yer edinebilmek zorunda kalmıştır. Bu bağlamda bedenler, modernizmin özgürlük çağrısı üzerinden kimlikleri içerisinde merkezi bir lokasyon hissiyatına kapılırken denetim noktasını sosyal kontrollere bırakan, bu kontrollerle anlam kazanan bir yapıya dönüşmüştür. Modernleşme ile birlikte değişim geçiren sosyal kontrol mekanizmaları, bedenin her yönüne temas etmiş ve bu kapsamda görsel işlevsellik noktasında yeniden yapılanmış ve beden üzerinden çoğalmıştır.

Tezat bağlamda Demir'e göre, İslam dini eksenindeki beden algısı Batı'daki seküler beden algısı noktasında farklılaşır. İslam dininde beden tasavvuru dokunulmaz olma kapsamında tanımlanır. İnsan en yüce mahluk görülür ve onun en kıymetli parçası ise bedendir. Bunun kutsallıkla değil değerlilikle belirlenen bir görüş olduğunu öne sürerken, sonrasındaki Batı'nın sanatsal anlamda ortaya koyduğu özellikle heykel ve portrelerin İslamiyet'te put anlayışı taşıması sebebiyle reddedildiğini savunur¹³⁴. Ancak tüm bu

¹³³ Bingöl, O. (2019). Foucault'da İktidar, Beden ve Özne Üçlüsü. *Asia Minor Studies*, 327-334.

¹³⁴ Demir, T. (2018). Kutsaldan Sekülere Değişen Beden Algısı. *Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 311-325.

açıklamaları yaparken bedene kutsiyet atfetmeyi de es geçmez. Bu sebeple bedenin kutsal ve biricik olduğunu, ancak kişiye aitliğinin olmadığını üstü kapalı bir şekilde öne sürer. Beden dokunulmaz olan ise bu bağlamda kişinin kendisinin bir hükmünün olmadığı bedenin denetim altında olduğunu ifade etmek kaçınılmaz olmuştur. Bu tartışma içerisinde en makul gerekçe seküler bedenin artık kendini modern üretim araçlarına teslim etmiş olmasıdır. Bu teslimiyetin eski çağlardan günümüze sadece şekil değiştirdiğini ancak sürdüğünü de ifade ederek en azından tutarlı bir yan sergilenmiştir ve bedeninin seküler bedene dönüşümü içerisinde dinin tekeli olma halinden modern hayatın bir tekeline girdiğine vurgu yapmıştır. Ancak dokunulmaz olma, denetim, tahakküm, biriciklik ve değer gibi kavramlar ekseninde tutarsız bir yol izlenmiştir.

Toplum ve aile bir iş birliği içerisinde, cinsiyetin belirlenimindeki üstün görevlerini önlemler olarak sürdürmeye devam etmeyi tercih etmişlerdir. Oysa ki cinsiyetin seçim yükümlülüğü, bireylerin başarılı olabileceği alanları belirlemede pozitif bir rol oynamaktadır. Çünkü burada esas mesele, cinsiyetlerin sadece tercih edilebilir bir mefhumla dönüştürülmesi değildir. Kişilerin seçim ve eğilimleri kendi üzerlerinde özgüven deposu yaratır. Bu depodan kullanılan öz kimlik inşasının başarılı alanlarında aktif olma özelliğinde de yardımcı konumdadır. Buna istinaden, kişilerin seçim ve yönelim noktasında özgür bırakılmaları aynı zamanda kendilerine eşit alanlar yaratabilecekleri anlamını taşımaktadır. Eşit alanlar, eşit şartları ve tabii olarak fırsat eşitliği yaratımını sağlamaktadır. Özellikle sosyalizasyon sürecinin en önemli aygıtı olan eğitim, kariyer planlamalarında önemli bir yer tutan statü konumları fırsat eşitliklerinin öne çıkması gereken alanlardır.

Kadın bedenindeki cinsel uzuvların, erkek bedenindeki cinsel uzuvlara oranla daha ilgi çekici ve erotik olması üzerinde farklı denetimler ve etiketler oluşturulmuştur. Buna göre, birçok toplumda kadın bedeni inançta günah, ahlakta çeldirici olarak bir kalıba sıkıştırılmıştır. Özellikle geleneksel toplumlar, kadın bedenini örf ve adetler nazarında bir utanç kavramı içerisine yerleştirerek cinsiyetçi bir kısıtlama yaratır. Kadının bu yönleriyle kısıtlara maruz kalması, kendi ve kendi bedenine ait kararları almasındaki özgürlüğü darp eder. Burada bahse konu özgürlük modernizmin denetimli serbestlik ilkesiyle sunduğu bir özgürlüğe değil hür irade meselesine dahildir.

Modern dönemde bağımsızlaşmaya başlayan kadın ve kadın bedeni, robotik bir kalıba sokularak merkeze alınmaktadır. Böylelikle kadın bedeni, ehlileştirilecek fakat aynı

zamanda mental güç ve yetenekleri arttırılarak bu kapsamda ekonomik bir denetime tabi tutulmak suretiyle toplum içerisine servis edilecektir. Diğer bir açıdan biyolojik faktörleri ve fiziksel özellikleri ile kamuya mal edilen kadın bedeni, kabul görebilme şartına bağlanmış olacaktır. Modern toplum tarafından veto edilmeyen kadın, bedeni ile bireysel varlığını tasdik ettirmiş olacaktır.

Kadın ve erkek arasında geçen amansız çekişme esasen erkeklerin kendi içlerinde süren, kadınların hali hazırda bu meselesinin bir öznesi olmaması durumunu ispat eden bir çekişmedir. Erkek, toplum tarafından üretilen her şeye karşı aldığı eril tutumları kadınlar üzerinden de sürdürmüştür. Erkek için diğerleri ile olan ilişkilerinde kadın bir tampon bölge görülür. Ancak kadının herhangi bir açıdan güç kazanması halinde bu tampon bölge işe yaramaz ve zarar verici bir mekân olarak algılanmaya başlar. Bunun üzerine artık kadın, erkeğin diğer ilişkileri içerisinde bir anahtar olma özelliğini yitirerek bir kilide dönüşür. Irigaray, Oedipus kompleksinde öldürülmüş olan karakter baba gibi görünse de bunun bir annenin katli olduğunu savunur ve bu savunuya annenin bir parça dahlinin olmadığını eklemektedir¹³⁵.

Bu meyanda beden dili, erkeklerin ve kadınların bir arada bulundukları ortamlarda rahatça gözlenebilir. Erkeklerin kadınlarla konuşurken göz teması kurmaması, yanlarından yürüdüklerinde bir adım önden yürüme isteği içerisinde olmaları ve benzeri durumlar örnek verilebilir. Buna karşılık kadınların kendi davranışlarını erkeklerin bulunduğu ortamlarda sürekli denetim altında tutma zorunluluğu hissetmeleri ve bu kapsamda oturma düzeni, kıyafet dikkati ve benzeri durumları zarafet adı altında bastırmaya çalışmaları örnek gösterilebilir.

Keza iş dünyasında da kadının konumu bedeni üzerinden bir alan yaratması gerekliliğine zorlanmaktadır. Bu sebeple kadın ve erkek cinsiyetleri kapsamında toplumsal iş bölümü cinsiyetlerin mental ve fiziksel farkları üzerinden konumlanmıştır. Toplumun en küçük birimi olan aile içerisindeki rollerden kamusal alanlarda bulunan iş tercihleri veya iş yükü noktası iki cinsiyet arasındaki fark kapsamında inşa edilmiştir. Tarihsel süreç içerisinde ilk dönemlerden bu yana erkeklerin fiziksel gücü üzerinden şiddet içerikli tüm işler ve eylemler ona atfedilmiş kadına ise üreme ve ev üzerinden keskin sınırlar çizilmiştir. Doğanın kadın bedeninde can bulmuş işlevsellikleri yok sayılmıştır. Doyma eylemi erkek

¹³⁵ Toptancı, H. C. (2008). Küreselleşme Sürecinde Postfeminizm. *Yüksek Lisans Tezi*. Elazığ: Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı.

tarafından avlanan hayvanların varlığına bağlanmışken, yenebilir hale getirilmesi yok sayılmaktadır. Kadın ve kadın bedeni bir kutu içerisinde erkeğin kurduğu tahakküm ve tahakküm mekanları içerisine sıkıştırılarak önüne bir yapılacaklar listesi eklenmiştir. Böylece önce aile içerisinde sonra da kamusal alanlarda görev paylaşımı yapılmış ve bu paylaşımın eşit olduğu dayatılmıştır. Oysa burada sonuçlanan cinsiyet denklemi erkeği iktidar erki yaparken kadını emir komuta zincirinin parçası haline getirmiştir. Kalıplara indirgenen kadın ve beden bağlılık ve bağımlılık arasındaki mental çizgiyi kaybetmek zorunda bırakılmıştır.

Beden görünümü üzerinden sosyal statülerin inşası güzellik ideali kapsamında oluşturulduğu süreklilik anlatısı karşımıza çıkmaktadır. Ancak bunun tam tersi olarak kolektif şiddet başka bir ifade ile etiketleyici söylemler bize durumun tam tersi bir şekilde işlediğini göstermektedir. Çirkinlik, bir kusur bir damga olarak karşımıza dikilirken, tarihsel bağlamda kadınların karakteristik özellikleriyle harmanlama çabasına da girilmiştir.

Bir kadının bedeninin çirkin olması onun kusurlu ve itaatkâr olmaması ile bağdaştırılmıştır. Toplum için kadının bedenin sadece mükemmel olması yetmez. Kadın ancak mükemmel bedeni kullanabilecek kabiliyette ise güzeldir. Eğer böyle bir kabiliyeti yok ise kadın zaten uzuvları bağlamında ahlakın sarsıcı bir unsurudur, bu yüzden de kısa zamanda topluma göre tanrı tarafından sahip olduğu güzellikten mahrum bırakılacaktır. Ancak toplumun burada unuttuğu, esasen, kendisinin tanrıya ne yapacağını söylemekten vazgeçemiyor oluşudur. Bu nedenle, kolektif tüm yapıların dahil olduğu bir mahkeme kurulur ve kadın bedeni dar ağacına teslim edilir. Toplum, bedenin altındaki sandalyeyi tanrının ittiğine kendini ikna eder ve kolektif vicdan törensel bir biçimde rahatlatılır. Başka bir ifade ile bir kadının, kariyer hayatını tercih etmesi, evliliği farklı sebepler çerçevesinde reddetmesi, geleneksel yapıdan düşünce ve davranış çerçevesinde uzak olması, zaman zaman bu bağlamda tepki göstermesi ve bu yapılar içinde etkin rol alması dar ağacına giden yolda geçerli bir günahıdır. Bu kadınların bedeni, kadın olmanın bütün gereklerini reddettiğinden çirkin bir görüntü alır. Şehvetini kaybeder, erkeksileşir, çok şişmanlar ya da kurur. O kadınların bedeninin ideal düzeyde kalması toplumsal olarak mümkün değildir.

Böylelikle toplumun doğrularına göre “Üretken olmayan bir varlık gibi topluma bir faydası olmayan ve kendi seçimi ile bekar ya da kız kurusu olan kadın ister istemez ahlaken çirkindir” (Sagaert, 2017; syf.94).

Böylelikle kadının adı toplum tarafından keyfi bir biçimde anlamlandırılan rölativist bir yaklaşımın ürünü haline getirilmiştir. Kuşkusuz bu ürünün vazgeçilmez yanı etiketlemeler olarak karşımıza çıkmaktadır. Goffman’ın ‘toplumsal damgalanma’ dan yola çıkarak gündeme getirdiği maskeleme davranışının özü toplumun makro ve mikro alanlarındaki kişi temsillerinden kaynaklanmaktadır. Daha detaylı açıklamak gerekirse maskeleme, bireyin sürekli içtenlik ile kiniklik arasında sürüklenmesinin aldatma davranışını pekiştirici bir rol oynamasıdır. Burada bahsedilen aldatma, kişilerin dış dünya için inşa ettiği kimlikleri temsil etmektedir. Bu sürüklenme ve aldatma davranışının başrolü kişinin kendisidir.

Kiniklik, kişinin sorgulama anlayışını toplumsal düzen içerisinde diri tutan ancak sorgulama ile beraber gelen olumsuz toplum tahayyülleri de yaratan bir durumdur. Her ne kadar olumsuz bir bakış açısı işlevine sahip olsa da kiniklik, modern dünyanın kabulleri listesi arasında olamaz. Modern dünya, sorguyu ve eleştiriyi kabul etmez ancak kinikliğin temelinden gelebilecek olan toplumsal rekabet dürtüsünü kullanır¹³⁶.

Kadınlar özelinde kinikliğin rekabet dürtüsü kolayca yayılmaktadır. Çünkü artık modern dünyada hızlı ve etkili olan iletişim ağları ile birlikte rekabet temelli bir sosyal kimlik inşa etmektedir. Toplumdan kişiye doğru olan eksende böylelikle kendine yer edinmiş olmaktadır.

Kişinin kendini aldatması hususuna dönecek olursak, bu durum ilaç ve plasebo etkisinin ölçüldüğü deney gruplarına benzetilebilir. Bireyler üzerinde özellikle de kadınlar ve bedenlerinde kurulan bu tahakküm, plasebo etkisindeki kadın grupların vazgeçilmez iletişim ağlarını oluşturur. Plasebo etkisinin ortaya çıkması, bir sihir bir hile efekti vermesi toplum içerisinde kabul görme ve bu kabul görme için diğer izleyicileri ikna etme süresini kısaltır. İletişim ağlarının genişlemesi üzerine kurulu sahne ve dekorlar rolleri tek alanda fark yaratmış bireyler iddiasıyla kışkacına alır. Hilenin, sihrin bitişi bir anlamda plasebo etkisinin ortadan kalkması ortaya çıkacak olan yeni nesil imajlarla gerçekleşir.

¹³⁶ Goffman, E. (1963). *Damga-Örselenmiş Kimliğin İdare Edilişi Üzerine Notlar*. Ankara: Heretik Yayınları.

Goffman, toplumsal etkilerin belirleyici konumunun ne kadar sarsılmaz olduğunu ifade etmek için damga teorisinde damgalanmış bireyin öğrenme aşamalarından geçtiğini öne sürmektedir. Bu aşamaların ilk üçü kişinin kendi düşüncelerinin farkına varması ile başlar, yetersizliğini kabul etmesiyle devam eder ve artık ait olduğu kişiliği kabullenerek onu idare etme bilincine ulaşmasıyla bir inşa süreci geçirilir. Öğrenme pratiğindeki son süreç ise aldatıcı görünüm sergileme olarak tanımlanmaktadır¹³⁷.

Burada teorisyenin dikkat çekmek istediği nokta, bireyin toplum tarafından damgasının ifşasına maruz kalmasıdır. Fakat toplumsal dönüşüm, bireyin ifşaya maruz kalmasından ziyade kendini bir ifşa unsuru olarak kullanmasının önünü açmıştır. Goffman'ın teorisi damga sahibi kişilerin maruziyeti ve draması kapsamında bir değerlendirme içeriyorken, modernite bunu normalleştirmek suretiyle ifşa, maruziyet ve drama kavramlarından oluşan anlam kaymalarını beslemektedir.

Kadın üzerinden organize edilen sosyal statüler, sosyoloji literatründe sıkça kullanılan statü kavramını netleştirmektedir. Sosyal bilimler içerisinde birçok çalışmada değinilen statü, ekonomik ve kültürel büyüme ile birlikte endüstriyel açıdan bireyler ve toplumlar üzerinde özlem duygusuna yoğunlaşmaya çalışılması ile temellenmektedir. Bunun birincil sebebi, modern dünya üzerinde üretim ve tüketim paralel bir doğrultuda ilerlememesinden ve denge sahibi olmamasından kaynaklanır. Pazarlar, bu nedeni göz önünde bulundurarak talebin değişmesi veya kalite kapsamında bir üst düzeye çıkarılmasını amaçlar. Bunun olmasıyla kadın ve erkek arasındaki hem fiziksel hem zihinsel makas daralmış hatta yok olmuş gibi gösterilse de fark açılmaktadır.

Buna istinaden, pratik ihtiyaçlardan ziyade statü arzusuna hitap edecek ve üretimde oluşan zararları azaltacak; kitleleri ve bireyleri Baudrillard'ın vurgu yaptığı “özlem”e başka bir ifade ile ayrımcılığı/ayrıcalığın farklılaşma vaadi ile sağlayacağı refaha odaklanarak ekonomik büyüme sağlanmaktadır. Böylelikle, ölçülebilir hale getirilen “özlem” üretilir ve toplumsal tabanda belirleyici role sahip diğer dinamiklerin yanına konuşlanmış olur. Ekonomik refah ve büyüme toplumsal cinsiyet bağlamında sınıflaşma yaratımını özlem ve statü arasındaki köprünün kurulmasından sağlamaktadır.

¹³⁷ Goffman, E. (2021). *Damga-Örselenmiş Kimliğin İdare Edilişi Üzerine Notlar*. Ankara: Heretik Yayıncılık.

Ulrich Beck'in risk toplumu modellemesi, Baudrillard'ın sistemin sürekli bir şekilde güncellendiği ve varoluşunun hiçbir alanda sonlanmadığı savını destekler ve bu yönde sosyolojik olarak bir kategorik sunumu yapar. Ona göre, sınıflı toplum ve risk toplumu iki ayrı kategori barındırır. Risk toplumunda sınıf hali yoktur, emniyet ön plana çıkmaktadır. Sınıflı toplum ise her türden fırsat eşitliğini savunan bir yapılanma içerisindedir. Beck'e göre, sınıflı toplumun bu istemi oldukça ütopiktir. Risk toplumu, modern dünyanın bir sonucu olarak ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte emniyet hususunu benimsemiş olması, sınıflı toplumun fırsat eşitliği talep etmesini ütöpik hale getiren nedendir¹³⁸. Kapitalizmin koşulları, risk toplumunun özellikle siyasi yapılanmasında yerini bulmuş olduğundan, sınıflı toplumda görülen kapitalist politika- fikrimce- bu bağlamda tam bir gerçeklik yansıtmaz.

Netice itibariyle, rasyonel ve temel ihtiyaçlar eğitim, kültür, sağlık, ulaşım, boş zaman etkinlikleri olarak sıralanacak olursa; bunlar, pazarlar tarafından sistemin büyümesi için özel tüketimin artması üzerine tasarlanır ve “büyüme” potasında eritilerek üretilir. Böylelikle bireylerin temel ihtiyaçları toplumsal anlamlarından arındırılır fakat “toplum yararına” sloganı ile pazarlanır. En nihayetinde, Baudrillard'ın duyguların somut üretimi ve sınır iddiası ile Beck'in risk toplumu ifadelerindeki sınıflaşma birbirini tamamlayıcı bir denklem içerisine oturmaktadır.

Çalışmanın konusu bağlamında sosyolojik etkiler açıkça görülmektedir. BTA türü yeme bozukluğu, yalnızca yeme davranışının patolojik bir örüntüsü değil; aynı zamanda bireyin toplumsal normlarla kurduğu çatışmalı ilişkinin bir dışavurumudur. Tıkınırcasına yeme eylemi, çoğunlukla bireyin kendisini bedensel ve estetik ölçütlere göre yetersiz hissetmesi, bu hissi bastırmak ya da dengelemek için yeme üzerinden bir tür tatmin ve gevşeme aramasıyla ortaya çıkmaktadır. Bu noktada beden, sadece biyolojik bir varlık olmanın ötesinde, toplumsal beklentilerle sürekli olarak sınava tabi edilmiş ve bununla değerlendirilmiş bir alan haline gelmektedir¹³⁹.

Bu nokta da şeffaf bir açılımı Bourdieu'nün habitus kavramında görürüz. Habitus kavramı dönüşüm olarak ifade edilebilecek bu durumu açıklamak için güçlü bir analitik araç sunmaktadır. Habitus, toplumsal normların bireyin gündelik pratiklerine sinmesiyle oluşur; yemek yeme, diyet yapma ya da kilo kontrolü gibi davranışlar bu içselleştirilmiş

¹³⁸ Beck, U. (2019). *Risk Toplumu*. İstanbul: İthaki Yayınları.

¹³⁹ Bordo, S. (2003). *Kültürel İmgeler ve Beden: Kadın, Erkek ve Bakış*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

pratikler arasında yer almaktadır. Ancak bu pratikler, bireyde süreklilikten çok çatışma yaratımına sebep olmaktadır. Çünkü birey, bir yandan güzellik idealine yaklaştırmaya çalışırken, diğer yandan bu normları içselleştirdiği ölçüde kendi bedenini sürekli “kusurlu” ve “yetersiz” olarak algılamaktadır. Bu kırılma noktası, BTA’dan BDB’ye doğru ilerleyen süreci başlatır¹⁴⁰.

Beden Dismorfik Bozukluk (BDB), bireyin bedenine dair algısal sapmalarının merkezde olduğu bir bozukluktur. Burada mesele yalnızca psikolojik bir yanılsama değildir; aksine, toplumsal iktidar mekanizmalarının bireyin özneleşme sürecinde oynadığı rolle yakından bir ilişki içerisindedir. Foucault’nun *biyoiktidar* kavramı nokta atışı bir açıklama sunmaktadır. Kavramsallaştırma, modern toplumlarda beden, medya, moda endüstrisi ve güzellik söylemleri aracılığıyla sürekli disipline edilmekte ve denetlenmektedir. Bu iktidar biçimi, bireyin kendi bedenini gözetlemesine, kontrol etmesine ve düzeltmesine yol açmaktadır¹⁴¹. Dolayısıyla BTA’daki kontrolsüz yeme davranışı ile başlayan süreç, BDB’de bireyin kendi bedenini obsesif biçimde “düzeltmeye” çalıştığı saplantılı bir döngüye dönüşümü gözler önüne sermektedir.

Sosyoloji bağlamsal çerçevelerde geniş bir alanın tepe noktasını oluşturur. Bu tepe noktası bizi Goffman’ın dramaturjik yaklaşımına da götürmektedir. Goffman’ın dramaturjik yaklaşımı BDB’nin anlaşılmasında önemli bir çerçeve sunmaktadır. Goffman’a göre birey, sosyal yaşamda kendini sürekli bir performans aracılığıyla sunar. Bedensel görünüş bu performansın en belirgin unsurlarından biridir. BDB yaşayan bireyler için, “sahneye çıkmadan önce” yani gündelik sosyal etkileşimlere katılmadan önce kendi bedenlerini defalarca kontrol etme, makyaj, kıyafet seçimi ya da saklama davranışları, bu dramaturjik çerçevede anlaşılabilir¹⁴². Böylece BTA’da ‘yemek üzerinden’ hissedilen toplumsal baskı, BDB’de ‘görünüş üzerinden’ mutlak bir kontrol arzusuna evrilmiş olmaktadır.

Sonuç olarak, BTA ve BDB birbirinden bağımsız iki bozukluk değil, aynı toplumsal bağlamda şekillenen farklı tezahürlerdir. Birincisi bedenin içsel işleyişine (yeme pratiklerine) yönelik kontrol kaybını, ikincisi ise dışsal görünüme dair obsesif kontrolü öne çıkarır. Bu bağ hem feminist teori hem de sosyal inşacılık perspektifleriyle ele

¹⁴⁰ Bourdieu, P. (2015). *Pratik Nedenler / Eylem Kuramı Üzerine*. İstanbul: Hil Yayınları.

¹⁴¹ Foucault, M. (2003). *Cinselliğin Tarihi*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

¹⁴² Goffman, E. (2021). *Günlük Yaşamda Benliğin Sunumu*. İstanbul: Metis Yayıncılık.

alındığında, modern güzellik ideolojisinin bireyin öznel deneyiminde nasıl kırılmalara yol açtığını görünür kılmaktadır. Bu kırılmaların temel sebeplerini tek bir noktaya bağlı kılmak sosyolojinin fitratına ters bir görüntü oluşturmaktadır. Bireylerin zihinsel süreçleri üzerinden tutarsızlıklarını tespit ediyor olmak aynı zamanda toplumsal tutarsızlıkları da su yüzüne çıkarmaktadır. Başka bir ifade ile birey, tekelleşen dünyanın bir ürüne haline gelmiş ise bunun içerisinde kolektif çatışmalar, tutarsızlıklar, aile dinamiklerindeki dengesizlikler, toplumsal cinsiyet eşitsizliği, her sektörün içine inşa edilmiş cam tavanlar da bireyin tüm sağlık şartlarından sorumlu olmaktadır.



4. BÖLÜM: ARAŞTIRMANIN METODOLOJİSİ

4.1. Araştırmanın Problemi ve Alt Problemleri

Araştırmanın temel problemi, toplumsal cinsiyet eşitliği bağlamında oluşan eşitsizliğin bireyler, özellikle kadınlar üzerinde BTA ve BDB kapsamında toplumsal olarak nasıl bir etki altında kaldıklarıdır.

Buna göre alt problemler;

- Toplum tarafından idealize edilen güzellik standartları kişilerin beden algıları üzerinde nasıl bir rol oynamaktadır?
- Toplumsal cinsiyet rollerinin BTA ve BDB kapsamında kişiler üzerinde nasıl bir etki olarak konumlanmaktadır?
- BTA ve BDB toplumsal cinsiyet bağlamında deneyimlendiğinde sonuç olarak aralarında nasıl bir fark oluşmaktadır?
- İdealleştirilmiş beden imgeleri interaktif alanlarda (medya, sosyal medya, vb.) bireylerde özellikle beden algıları üzerinde nasıl etkiler yaratmaktadır?
- BTA ve BDB teşhisi almış kişiler bedenlerini ifade ederken onları nasıl kurgulamaktadır?
- Bireyler yeme davranışları veya beden görünüşleri üzerinden kabul gördüklerinde ya da dışlandıklarında yaşadıkları deneyimlere nasıl reaksiyon vermişlerdir?
- Bireyler, kontrol edilemeyen yeme arzularının bir bağımlılık olduğunu nasıl deneyimliyorlar?

4.2. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışma, fenomenolojik yaklaşım çerçevesinde yürütülmüştür. Bu kapsamda, bireylerin öznel deneyimlerine odaklanması sebebiyle belli sınırlılıklar içermektedir.

İlk olarak, çalışma örnekleminin belirli bir toplumsal kültür dinamiği ile sınırlı olması elde edilen bulguların genellenebilir olma özelliğini sınırlandırmaktadır. Ayrıca, yöntem gereği araştırmacının yorumlayıcı konumda bulunması elde edilen verilerin araştırmacının bakış açısından bağımsız bir şekilde yansıtılabilmesini güçleştirmiştir.

Araştırmaya katılan kadın katılımcıların çalışmayı destekler nitelikte kolayca ulaşılabilir olması ancak erkek katılımcıların katılım gösterme noktasında isteksiz olması araştırma sürecini zorlayan sınırlılıklardan birini oluşturmaktadır. Araştırma esnasında erkek

katılımcıların konu bağlamında çekimser bir tavır sergilemeleri araştırmanın veri analizini noktasını zorlayıcılığını temsil etmektedir.

Mülakat tekniği ve derinlemesine görüşmelerin uygulandığı çalışma, kişilere ulaşma noktasında zamansal ve mekânsal olarak bazı zorluklar teşkil etmiş olsa da en kolay çözümlenebilir sınırlılık kısmını oluşturmaktadır.

Çalışmanın konusunun toplumsal cinsiyet eşitsizliği ile temellenmesi katılımcıları çekimser bırakmamış ancak yorumlama noktasında akademik anlamda zorlamıştır. Ancak araştırmacının, yorumcu bir kimlik taşıması ve derinlemesine görüşmeler ile süreci desteklemesi aşılabilir bir sınırlılık olarak çalışmada yerini almaktadır.



5. BÖLÜM: BULGULAR VE BULGULARIN YORUMLANMASI

5.1. Beslenme Alışkanlıkları ve Günlük Rutin: 1,2 ve 3. Sorular

Erkek katılımcıların ağırlıklı olarak öğünlerinin düzensiz bir şekilde tüketildiği göze çarpmaktadır. Günlük rutin içerisinde düzensiz olarak tüketilen yiyeceklerin daha çok karbonhidrat, yağ ve protein ağırlıklı olduğu gözlemlenmiştir.

Spesifik olarak erkek katılımcılardan ikisinin alkol bağımlılığı, bir tanesinin de uyuşturucu bağımlılığı geçmişi bulunmaktadır. Doydukları halde yemeye devam etme davranışları kendi ifadeleriyle durdurulamaz bir şekilde devam etmektedir. Derinlemesine görüşmelerden elde edilen bulgu kapsamında E9, E10 ve E14'in bu yeme tutumlarındaki bu eğilim bağımlılık tedavilerini tamamladıktan sonra ortaya çıktığı gözlemlenmiştir.

Diğer katılımcılardan yeme tutumlarında karma biz beslenme düzeni olması ve doyuma ulaşmalar dahi yeme davranışını devam ettirmeleri noktası sevilen yemekler ve Türk sofralarına hâkim olmuş olan ikram edilenin geri çevrilmemesi gerektiği mantığı ile devam etmesinden kaynaklanmaktadır.

Kadın katılımcıların çoğu günlük beslenme rutinlerini 2 ana öğün ve 1 ara öğün olarak bildirmişlerdir. Birçoğu diyet yapma deneyiminden yeni çıkmış ya da halen diyet süreci içerisindeyler.

Kadın katılımcıların hepsi ağırlıklı olarak şeker ve karbonhidrat ağırlıklı beslendiklerini bildirmişlerdir. Genel eğilim özellikle şekerli yiyeceklerle hassasiyet duydukları şeklindedir. Burada özellikle çikolataya olan düşkünlüklerini her katılımcı bildirmiştir.

Ancak spesifik olarak K11 ve K12 gluten intoleransı sebebiyle şeker ve karbonhidratı glutensiz olarak tükettiklerini bildirmişlerdir.

Derinlemesine görüşmelerden elde edilen bilgilere göre kadın katılımcılar kendilerini ikram edilen yiyecekleri geri çeviremedikleri noktasında çok zorlandıklarını ifade etmişlerdir.

5.2. Duygusal Yeme ve Kontrol: 4,5,6,7 ve 8. Sorular

Erkek katılımcılar özellikle sevdikleri yiyeceklerden uzak kaldıklarında özlem ve öfke duygularına kapıldıklarını ifade etmişlerdir. Ancak yine spesifik olarak E9,E10 ve E14'in

bu durum için verdikleri duygusal tepki kaygı olmuştur. Genellikle bu katılımcılar yeme ataklarını durdurmak noktasında başarısız olmuş ve birçok denemede bulunmuşlardır.

Yeme davranışından sonra da yoğun düzeyde pişmanlık ve suçluluk duygularının hâkim olduğunu bildirmişlerdir.

15 erkek katılımcıdan stres ve sıkıntı anlarında yemeğe yönelme durumu 10 katılımcıda tespit edilmiştir.

Kadın katılımcıların hepsi stres anında yeme davranışına yöneldiklerini bildirmişlerdir. Hepsi kontrolsüzce yeme davranışlarının özellikle bu duygu durumuyla tetiklendiğini ifade etmişlerdir. Hepsi suçluluk ve pişmanlık duygusu içerisinde aşırı yemeden sonra kaldıklarını ifade etmişlerdir.

Uzun süre tüketmedikleri yiyeceklerle karşı daha çok özlem duygusu barındırdıklarını ve bu durumun kendilerini oldukça mutsuz ettiğini, moral bozukluğu yaşadıklarını bildirmişlerdir.

15 kadın katılımcının sadece 3 tanesi K9, K4 ve K13 kendilerini kontrol etme ve yeme tutumlarını iyileştirme noktasında başarılı olmuşlardır. Üçünün de ortak özelliği problem yaşadıkları dönemde düzenli beslenmeye geçmeleri ve terapi desteği almaları olmaktadır.

5.3. Sosyal ve Çevresel Etkenler: 9,10,15 ve 16. Sorular

Birçok erkek katılımcı arkadaş ve sosyal çevrelerinde yemek yerken baskı altında hissetmediklerini ancak özellikle aile yemeklerinde doysalar dahi yemeye devam ettiklerini ve aile tarafından buna zorlandıklarını bildirmişlerdir.

Sosyal medya üzerinde yaratılan ideal bedenler noktasında hiçbir erkek katılımcı imrenme, kıskanma gibi duygular bildirmemişlerdir. Bu alanları daha çok spor ağırlıklı plan ve program oluşturma amaçlı kullandıklarını ifade etmişlerdir. Sosyal medyada sergilenen erkek beden temsillerini samimiyetsiz bulmuşlardır.

Sağlık problemleri noktasında spesifik olarak E1 katılımcı şunları bildirmiştir:

-Yeme davranışınızın sağlığını ve hayatınızın diğer alanlarındaki rutinlerinizi etki altına aldığını düşünüyor musunuz?

Kesinlikle evet. İnanılmaz bir hantallık tembellik yaratıyor. Yapacağım işleri de yapamaz hale geliyorum. Sağlık konusunda da 160 kiloluk bir insan olarak tahmin edersiniz ki şeker hastası olmama ramak kalmış durumda ve bunu kan testlerine vs gerek olmadan söylemek mümkün diye düşünüyorum. Yemek yedikten sonra fark ettiğim şeyler oluyor.

Uykum geliyor, çöküyorum, modum düşüyor... Yatağa gidip yarım saat 1 saat arası dinleniyorum bazı zamanlar uyuyorum 2-3 saat kadar. Sonra kendime gelebiliyorum. Tabi bu tek başıma tıka basa yerken oluyor. Sosyal çevremde yarı yarıya düştüğü için bu durum böyle bir problem yaşamıyorum.

Kadın katılımcıların birçoğu arkadaş çevrelerinde aşırı yeme davranışından kaçındıklarını. Özellikle arkadaş ortamı içerisinde veya flört randevularında asla rahat edemediklerini ve utandıklarını bildirmişlerdir. Yalnızken aşırı yeme davranışlarını ortak olarak “özgürlük” temasıyla bildirmişlerdir.

Arkadaş çevrelerinden genel hatlarıyla duydukları ilk şeyin “sen kilo mu aldın” sorusu olduğunu ifade etmişlerdir. Sosyal aktivitelerini en çok da bu sebeple kilo aldıkları dönemlerde bu aktivite sayılarını azalttıklarını bildirmişlerdir. Daha çok kadın arkadaşlarından böyle bir yaklaşıma maruz kaldıklarını ifade etmişlerdir.

Özellikle 15 ve 16. Sorulara en açık tepkiyi K3 katılımcı vermiştir:

-Yeme davranışınızın üzerindeki etkilerde medyanın, ailenizin ya da arkadaş çevrenizin etkili olduğunu düşünüyor musunuz? Bu etkiyi nasıl değerlendiriyorsunuz?

Kesinlikle etkili oluyor. Çünkü beden algısı olarak medyada gördüklerimiz hepsi taş bebek manken gibi. Klasik 90 60 90 ölçüleri, herkesin bir sağlıklı yaşam kategorisi içerisinde sözde yer alıyor olması bana sık sık kendimi sorgulattırıyor. Ya onlar insan ben değilim ya da tam tersi. Bu insanlar hiç mi yemek yemiyor da böyle 90 60 90 boyutlarında kalıyor diye kendimi düşünmekten alıkoyamıyorum.

Aile ve arkadaş etkisinden bahsedecek olursam, yemek yiyorsunuz diye yargılayıcı gözlerle bakmak, sen daha doymadın mı yeme artık gibi sözler duymak bazen yaralayıcı ve kendini sorgulayıcı bir düşünceye sokabiliyor, özellikle toplum içerisinde bunlar size söyleniyorsa. Bunu da en çok arkadaşlarım yapıyor ne yazık ki.

-Sosyal medyada gezinirken karşılaştığınız ideal bedenler hakkında ne düşünüyorsunuz? Bu temsillerle karşılaşmak sizde nasıl duygular uyandırıyor?

Evet, oldukça karşılaşıyorum. İdeal beden zayıf olmalıymış. Bu temsillerle karşılaşmak kendimi dışlanmış gibi hissettiriyor.

Sadece sosyal medyadaki beden temsilleri değil aile içerisinde de yediklerinin sürekli bir halde kontrol edildiğini bildirmişlerdir. Bu kontrollerin daha çok özbakım sağlayan ebeveynler tarafından gerçekleştiğini ifade etmişlerdir.

K2 katılımcı açık ve net bir ifade ile anlatmaktadır:

Annemin sürekli sesini duyuyorum hala. Çok yedin... Bir komut gibi sürekli kafamın içinde yankılanıyor. Bana hala sen kilolu olduğun için erkekler sana bakmıyor şeklinde cümleler kuruyor. Bazen bu söylediklerine dayanamıyorum. Babam ise tam tersi. Sürekli bana ye kızım afiyet şifa olsun deyip duruyor. Ben de annemden kaçmak için babamın dediğini yaptım uzun süre. Hızlı ve aşırı yiyerek kalktım sofradan.

K9 katılımcı da ise durum tam tersi işlemektedir. Kendi ifadeleriyle şöyle aktarmıştır:

Babam aşırı kontrolcü bir adamdı. Sadece yediklerimizi kontrol etmezdi ama ben kilolu bir çocuk olduğum için sanırım bana en çok uyguladığı tarife yemek yemem üzerinden olmuştur. Yetişkin olup terapi almaya başladığımda git gide artan kilomun “yersem büyürüm, büyürsem güçlenirim, büyüyüp güçlendiğimde babamdan kurtulmuş olurum” düşüncesiyle olduğunu fark ettim.

Birçoğu sağlıklarında daha çok kadın hastalıklarında problem yaşadıklarını bildirmişlerdir. En sık karşılaşılan problem regl döngülerinin gecikmesi ve insülin direnci olmuştur.

5.4. Beden Algısı ve Toplumsal Cinsiyet: 11,12,13,14,17,18,19 ve 20. Sorular

Erkek katılımcıların birçoğu beden algılarının toplumsal temsillerden etkilenmediğini bildirmiştir. Daha çok güçlü kuvvetli bir çocuk olarak nitelenmelerinden, çocukluk döneminde sevimli bulunarak sevilmelerinden bahsetmişlerdir.

Ancak E1 katılımcı beden görünümünü noktasında şu şekilde açıklamalar yapmıştır:

-Gündelik hayatınızda beden görünümünüzle ilgili nasıl ifadelerle karşılaşıyorsunuz? Bu ifadeler sizde nasıl bir etki yaratıyor?

Küçüklüğümden beri aşırı kilolu bir insan olduğum için çok fazla zorbalığa maruz kaldım. O yüzden şu an aklımda nasıl bir ifade sorusuna cevap yok ama genelde zorbalanıp dışlanan kişi oldum. Tabi yaş büyüdükçe böyle bir sorun pek kalmasa da bazen halen bunu yaşayacakmışım gibi endişelendiğim oluyor. Anaokulundan bütün öğrenim hayatımın sonuna kadar en uzun boylu ve en kilolu çocuktum. Bir de genetik olarak çenemde sürekli bir titreme hali var. Benim görünüşüme göre çenemin sanki korkuyormuşum gibi titremesi bir zıtlık oluşturuyordu. Bu durum arkadaşlarımdan benimle dalga geçmesine birçok defa sebep oldu.

Feminist söylemler ve toplumsal cinsiyet noktasında birçok katılımcı farkındalık kazanmış olsa da etki altında kalan katılımcı sayısı çok az olmakla beraber bu girişimleri samimiyetsiz bulduklarını ifade etmektedir.

Beden temsilleri noktasında spesifik olarak imrenme ve kıskanma duygularını bildiren tek katılımcı E6 olmuştur. Derinlemesine görüşmelerde bildirdiği bu durum şöyledir:

Ben çok uzun süre futbol oynadım. Bildiğiniz profesyonel futbolculuk yaptım yıllarca. Ancak daha sonra sakatlandım ve futbolu bırakmak zorunda kaldım. Bu durum beni çok yıprattı. Kendimi her şeyimi kaybetmiş gibi hissettim. Bu olay ilk olduğunda çok gergin ve öfkeliydim. Daha genç zamanlarımda bu öfkeyi kavga ederek ya da bir şeyleri vurup kırarak bastırıyordum. Ancak sonra iş insanı oldum, evlendim, çocuklarım oldu... Durum böyle olunca vurup kırmak gibi davranışlar yapmamaya dikkat ettim. En sonunda bütün öfkemi yemek yemeye yönelttim. Öfkemi tabağıma doldurdum özetle... Bütün bunlara baktığımda, özellikle futbolculara hala çok kıskanıyorum, çok imreniyorum. Ben de böyle olabilirdim, başarılı ve iyi görünebilirdim diyorum. Bir şeylerim çalınmış gibi hissediyorum hala.

Kadın katılımcılar özellikle cinsiyet ayrımı noktasında erkeklerden daha fazla ortak ifade ile “zorbalık” bildirmişlerdir. Geleneksel aile yapısı içerisinde iyilik kisvesi altında öğüt verme davranışını kadın katılımcıların birçoğu eleştirmektedir.

K1 katılımcı kendi ifadesi ile en net örneği vermektedir:

"Çok güzelsin ama biraz zayıflasan daha sağlıklı olursun. Ben senin iyiliğin için söylüyorum." Böyle oldukça kendimi hep daha fazla açıklamak ve anlaşılmadığımı düşünmek gibi kaygılar taşırdım. Yaptığım ya da söylediğim şeylerde iyi niyetli olduğumu, kötü niyetli olmadığımı anlatmak zorunda hissedirdim."

K2 katılımcı ise toplumsal kontrol mekanizmalarındaki yaratımı kendi ifadeleriyle şöyle anlatmaktadır:

Örneğin genelde evlenirken kadınların zayıf gelin olması. Ya da genelde bekar kızlar zayıf olur evlenip çocuk yapan kadınlar kilo alır gibi bir algı olduğunu düşünüyorum. Zayıf ve çocuklu kadınları gördüğümde zihnimde sürekli bak o çocuk bile doğurmuş ama ne kadar fit ya da insanlar ne kadar iradeli şeklinde düşünceler dönüyor. Kadınlar zayıf olur, ince bacaklı kadınlar dikkat çeker sarışın kadın şöyle, esmer kadın böyle gibi standartlar var. Erkekler içinde bu standartların olduğunu düşünüyorum. Kaslı ve uzun boylu daha yapılı erkeklerin standart olduğunu düşünüyorum. Zihinsel olarak da kısmen

aynı durum geçerli bence genelde erkeklerin zeki oldukları mühendislik ya da matematiksel olanda daha başarılı işler yapabileceği kadınların ise daha çalışkan ama daha zihinsel aktivite gerektirmeyen işler yapabileceği algısı olduğunu düşünüyorum. Bunun etkisinde kaldığımı düşünüyorum. Çünkü toplumun bedensel algılarından dolayı bir ortamda kilolu olduğum için insanların beni güzel ya da çekici bulmayacağını ya da benden hoşlanmayacaklarını düşünüyorum. Bu da beni bedenime karşı hep olumsuz bir tutumda hissettiriyor. En çok karşı cinsle olan tutumlarımı etkiliyor yani onların düşüncelerinin yönünü böyle düşünüyorum ve bu düşünce beni hep mutsuz ediyor. Sürekli bu konuyu kurcalıyorum zihnimde ve karşı cinsle bir ilişki kurmanın güzel olmakla, zayıf ve güzel bir bedene sahip olmakla ilişkili olduğunu düşünüyorum. Feminist söylemlerin yarattığı etki noktasında kadın katılımcılar etki yarattığını çoğunluk olarak düşündüklerini ifade etmişlerdir. Ancak derinlemesine görüşmelerde bu söylemlerin samimiyeti noktasının sorgulandığı gözlemlenmiştir.

5.5. Kişisel Deneyimler ve Yeme Bozukluğu: 21,22,23,24.

Erkek katılımcılar yeme tutumunu daha çok haz ve konfor alanı olarak tanımlamışlardır. Özellikle E1, E9, E10 ve E14 katılımcılar durumlarının bir yeme bağımlılığı durumu olduklarından emin olduklarını aktarmışlardır. Fakat spesifik bir durum bildirmemişlerdir. Cevapları kısa tutmuşlar ve derinlemesine görüşmelerden elde edilen gözlemlere bakacak olursak da açıklama yapmaktan kaçınmışlardır.

Birçoğu psikolojik destek almadığını ancak dönem dönem diyetisyen desteği aldıklarını ifade etmişlerdir. Bunun bir bağımlılık olup olmadığı noktasında kesinlikleri olmamakla birlikte özellikle psikolojik yardım almayı reddettikleri görülmüştür.

Kesinlikle bağımlılık olduğunu düşünen katılımcıların deneyimleri çalışma kapsamında önem teşkil etmektedir. Bu sebeple, özellikle 21 ve 22. Sorulara verilen yanıtların çalışmanın kapsamını tamamlayan verileri oluşturmaktadır.

Kesinlikle bağımlılık olduğunu ifade eden kadın katılımcılar 21 ve 22 no'lu sorulara şu şekilde yanıt vermişlerdir:

Katılımcı K1;

-Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isterseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?

Evet anlatmakta bir sakınca olmadığını düşünüyorum. Kendi iç dünyamda yaşadığım birçok acı tatlı anılar, kaygılı, korkutucu ve üzücü tecrübeler oldu, bazılarının etkisinin hiç farkında değildim. Bazılarının etkisini ise sonuna kadar hissediyordum. Farkındalığım çoğu zaman yüksekti ama profesyonel destek aldığımda çok daha derinlerde olan kaygılarımın ve üzüntülerimin, bunların da yeme bozukluğuna yol açtığına dair farkındalığım oluştu. Çevremdeki bazı yakınlarım yaşadıklarımı ve bu durumları bilmesine rağmen, uzun yıllar beni iradesizlikle ve tabiri caizse boğazımı tutmamakla eleştirdi. Kilo verdiğimde takdir edenler, tekrar kilo aldığımda irdeledi. Ancak; elbette kimse içimde yaşadıklarımı ve bedensel olarak ya da sağlık olarak verdiğim tepkileri fark etmedi. Yaşadığım sağlık sorunları ve en sınırlı olarak bedensel çığlık olarak gördüğüm anksiyete atakları - gece terlemeleri, uykusuzluk, tırnak yeme, diş gıcırdatma gibi- beni artık tam teşekküllü bir şekilde hem tıbbi, hem psikolojik hem de beslenme yönünden destek almak zorunda olduğumu anlamamı sağladı. Artık; sadece destek aldığım uzmanların görüşleri ve yönlendirmesi ile hareket etmeyi öğrenmeyi, bilir bilmez insanların söylediklerinden etkilenmemeyi ve tedavi sürecim hakkında çok detaylı bilgiler paylaşmamayı seçiyorum.

-Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?

Çikolata ya da çikolatalı tatlılara bağımlılığım olduğunu düşünüyordum.

Katılımcı K2;

-Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isterseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?

Yeme bozukluğu sürecim çok uzun aslında hala bununla savaştığımı düşünüyorum. Sürekli kendini yeniliyor ve kendimi hep başarısız hissetmeme sebep oluyor. Bunu atlatamadığım için kendimle savaş halindeyim ve sürekli yeniliyorum. O yeme arzumu yenip o süreci yönetemediğim için kendime çok kızıyorum ama gün sonunda yine başa sarıyorum. Yiyorum- pişman oluyorum- yarın sağlıklı beslenip diyet başlıyorum. Fakat sonrasında ertesi gün yine döngü tekrar esebiliyor. Ama irademi koruyamadığım tüm anlarda aynı his oluyor. Pişmanlık. Kendimle kavgalar neden başaramıyorum söz yarın böyle yapmayacağım yeni başlangıç yapacağım diyorum. Bazen başarılı oluyor özellikle evde değilsem bazen de o gün evde kaldıysam sabah yine anlık bir atak geliyor ve aşırı sağlıksız fast food, hamur işi, kızartmalar yerken buluyorum kendimi. Bedenimle olumsuz bir algı oluyor tabi ki bunu söylemeye bile gerek yok. Yediğim zaman önce

karnım şişiyor. Ertesi sabah ellerim yüzüm ve onu fark ettiğim an kendimden nefret ediyorum aşırı mutsuz ve depresif oluyorum. İnsanların beni çok çirkin bedenen kötü gördüklerini düşünüyorum. Sosyal medyadaki fotoğraflarıma bakıp ne kadar kilo aldığımı konuştuklarını düşünüyorum. Aslında bu böyle akıp gider.

-Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?

Evet kesinlikle böyle olduğunu düşünüyorum ve bununla baş etmek için bir girişimde bulundum fakat kendim adına bunun başarısızlıkla sonuçlandığını ve aksine bundan kurtulamayıp daha da kilo aldığım için bu süreçte olumsuz bir duruma geldi benim açımdan.

Katılımcı K3;

-Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isterseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?

Yeme bozukluğum tıknırcasına yeme şeklinde ortaya çıkıyor. Özellikle yalnız olduğumda dolaptaki tatlı tuzlu ne varsa yiyiyorum. Örneğin tatlı yedim midem bulandı, midemi bastırmak için tuzlu yiyorum sonra o çok aşırı tuzlu geliyor tatlı yiyiyorum. Ve bu böyle dolaptaki her şey bitene kadar devam ediyor. Sonra midem çok kötü oluyor ara ara kendimi kusturmayı deniyorum fakat kolay kolay kusabilen biri olmadığım için sadece denemede kalıyor. Sonra ayna da kendime bakıyorum göbeğime bakıyorum. Kendimi çok çirkin buluyorum. Sonra aynada kendime hakaretler başlıyor. Sonra çok sinirleniyorum bu kadar nasıl aciz olabilirsin diye düşünüyorum. Yemeğe bağlılığın neden? Sen bunu yapacak biri değilsin neden bu kadar güçsüzsün diyorum. Sonra artık yavaş yavaş öğrenemeye başladım. O sarkan göbekte benim zayıf kaslı göbekte benim. Bu arada yine öğrensem de yine de bazen düşmeler kalkmalar oluyor. Hayat da böyle değil mi zaten...

-Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?

Evet bence kesinlikle bağımlılık.

Katılımcı K4;

-Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isterseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?

Bir dönem kendimden nefret ettiğim bile oldu. Bedensel memnuniyetsizlik çok yıpratıcı bir şey.

-Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?

Evet, özellikle kontrolsüz yeme krizleri yaşadığım dönemlerde bu soruyu çok sordum kendime. Bağımlılık gibi davranış döngüleri vardı.

Katılımcı K6;

-Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isterseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?

Hastalıklarla boğuşan bir çocukluk dönemi geçirdim ben. Farklı sebeplerden birçok kez ameliyat oldum. Sonrasında da bu ameliyatlardan dolayı çok yalnızlaştığım zamanlar geçirdim. Boş kalan tüm duygularımı yemek ile doldurmayı seçtim.

-Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?

Bunu gerçekten çok düşündüm. Kabullenmem uzun bir zamanımı aldı ama evet, bağımlılık olduğunu düşünüyorum.

Katılımcı K8;

-Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isterseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?

Sanırım biraz kilo üzerime yapışmış gibi hissediyorum ve her mücadelede insülin direnci rahatsızlığımdan ötürü çok yavaş ilerlediğim için çok çabuk pes ediyorum. Anlatacak tecrübeden ziyade eskiye özlem var. S beden değildim ama M bedenim ile çok mutluydum...

“Büyük beden” kıyafetler aramak zorunda kalmak hatta bu bedende yeni kıyafetler almaya bile kapalı olmak üzücü. Siyah rengi ile adeta bir bağ oldu aramda eski kiloma dönersem dolabımda ki bütün siyahları yakmak istiyorum.

-Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?

Kesinlikle bağımlılık, nasıl olsa kalabalıkta yiyorum da bir bahane. Sonuçta her bağımlının kendini ve çevresini kandırmak istediği bir bahanesi hatta birçok bahanesi vardır.

Katılımcı K9;

-Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isterseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?

Ben huzursuz bir ailede büyüdüm. Yeme bozukluğumun nedeni bedenimi geliştirmek, güçlü olmaya çalışmaktı. Dönemsel olarak kendimi güvende hissetmediğim zaman kilo hala kilo alabiliyorum. Eskisi kadar olmasa da bu üzerimde bir kaygı yaratıyor.

-Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?

Kesinlikle evet. Danışmanlık aldığım için zaten sonunda teşhis aldım. Tıkınırcasına yeme sendromu olarak.

Katılımcı K13;

-Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isterseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?

Benim yeme bozukluğu iki farklı hayatı yaşamaktan oldu diye düşünüyorum. Annem ve babam ben çok küçükken boşandılar. Annem normal bir yeme tutumu aşılammaya çalışırken beni boşanmadan sonra babaannem büyüttüğü için her istediğimi aldı, yedirdi, içirdi... Zaten ailedeki kadınlar da öyle çok zayıf değiller. Birçoğu halk arasında balık etli olarak tabir edilen cinsten.

Ancak terapi aldığım süreçte kesinlikle ailemin farklı kültür yapılarına ait olmalarından kaynaklı bunu yaşadığımı düşünüyorum. Anne tarafım geleneksel, mahalle içi komşuluk vs gibi bir ekonomik ve sosyal yapıya sahipti. Baba tarafım ise herkesin eğitilmiş olduğu, lüks hayatlar yaşadığı bir ekonomik sosyal çevre içerisindeydi. Terapi sürecimden geçerken aslında tam olarak nereye ait olduğumu bilemediğimden ben de tabağıma her gün biraz daha aittik doldurdum.

Sanırım bu şekilde özetleyebilirim.

-Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?

Kesinlikle evet. Aittik hissinin ben de yarattığı haz ve mutluluk beni yiyeceklerden kopmam noktasında zorladı.

Katılımcı K15;

-Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isterseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?

Ben çok zayıf bir çocuktum. Yemek yemem konusunda özellikle annem tarafında sürekli zorlanırdım. Çok büyük bir baskı vardı üzerimde. Kesinlikle ölümcül bir hastalığım varmış ve kilo almazsam bu iyileşmeyecekmiş gibi davranılırdı. Halbuki ben doymak istediğim kadar yer ve bütün gün de sokakta oynardım. Birgün beni bir doktora götürdüler. Önemli vitaminlerim eksikmiş sanırım. O zaman benim anlamadığıma ama ailemin burnumu tıkayıp içirdiği bir sürü acı şurup içtim. Şurupları içtikçe iştahım katlanıyordu. Sonra birdenbire yaklaşık 10 yaşındayken kilo aldım ve bir daha asla tam istediğim gibi zayıflayamadım. Evlendim kilo aldım, doğum yaptım yine aldım. Mutsuzum ama sanırım bu hayata artık kendimi alıştırdım.

-Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?
Kesinlikle evet. Herkes sussun diye yedim ben ne yediysem.

5.6. Fenomenolojik Yaklaşım Kapsamında Bulguların Yorumlanması

Bu çalışmada elde edilen veriler, bireylerin beslenme alışkanlıkları, duygusal yeme davranışları, sosyal etkiler, beden algısı ve toplumsal cinsiyet bağlamında değerlendirilmiştir. Fenomenolojik yaklaşım, bireylerin öznel yaşantılarını ve bu yaşantıların anlam boyutlarını görünür kılmayı amaçladığı için, yeme davranışlarını salt biyolojik bir gereksinim olarak değil, sosyal ve kültürel olarak inşa edilen bir deneyim olarak ele almamıza olanak tanımaktadır¹⁴³.

5.6.1. Beslenme Düzenleri ve Gündelik Yaşam

Katılımcıların günlük beslenme pratikleri incelendiğinde, erkeklerin genellikle düzensiz ve doyum odaklı, kadınların ise daha çok diyet deneyimlerine dayalı, şeker ve karbonhidrat tüketimine eğilimli oldukları görülmektedir. Bu bulgu, toplumsal cinsiyet rollerinin yeme alışkanlıkları üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Kadın katılımcılar arasında “diyet yapma” pratiğinin sık görülmesi, bedenini sürekli bir kontrol ve disiplin alanı olarak deneyimlendiğini göstermektedir. Erkek katılımcılarda ise “doymak için yemek” daha öne çıkan bir tema olmuştur.

Fenomenolojik açıdan bu durum, toplumsal cinsiyetin gündelik pratiklere nasıl sirayet ettiğini anlamamıza yardımcı olur. Kadınların ikram edilen yiyecekleri reddetmekte zorlanmaları, yalnızca kişisel bir tercih değil, toplumsal kabul görme ihtiyacıyla ilişkili bir deneyimdir. Türkiye’de “ikram kültürü” ve sofranın toplumsal birlikteliği, yeme davranışlarını bireysel olmaktan çıkararak kolektif bir deneyime dönüştürür¹⁴⁴.

5.6.2. Duygusal Yeme ve İçsel Çatışmalar

Katılımcıların çoğu stres, kaygı veya üzüntü anlarında yeme davranışına yöneldiklerini belirtmiştir. Özellikle kadın katılımcılar bu durumun ardından suçluluk ve pişmanlık hissettiklerini ifade etmiştir. Bu bulgu, duygusal yeme davranışının bir “rahatlama”

¹⁴³ Kuş, E. (2012). *Nitel Araştırma Teknikleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.

¹⁴⁴ Arslan, H. (2020). Yeme Davranışları ve Toplumsal Normlar: İkram Kültürü Üzerine Bir İnceleme. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 45-62.

mekanizması işlevi gördüğünü, fakat kısa süreli bu doyumun ardından gelen olumsuz duygularla bireyde bir çatışma yarattığını göstermektedir.

Fenomenolojik açıdan bu deneyim, bedenle kurulan ilişkinin sadece fizyolojik değil, aynı zamanda duygusal ve toplumsal olduğunu ortaya koyar. Yeme eylemi bir taraftan “kendi kontrolünü yeniden kazanma” girişimi iken, diğer taraftan “beden üzerinde başarısızlık” algısını güçlendirir¹⁴⁵. Katılımcıların “kontrolü kaybetme” ve ardından gelen “pişmanlık” döngüsü, yeme davranışının öznel yaşantılarla nasıl anlamlandırıldığını göstermektedir.

5.6.3. Sosyal Ortamlar ve Çevresel Baskılar

Veriler, aile ve sosyal çevrenin yeme tutumlarını şekillendirmede güçlü bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Erkek katılımcılar özellikle aile sofralarında “ısrarla yedirilme” deneyiminden söz ederken, kadın katılımcılar sosyal çevrede bedenlerine yönelik eleştirilerle sık karşılaştıklarını aktarmıştır. Bu bulgular, yeme davranışlarının bireysel tercihlerden çok, sosyal kontrol mekanizmalarının etkisi altında geliştiğini göstermektedir.

Katılımcıların yalnızken yemek yemenin bir “özgürlük” deneyimi olduğunu dile getirmeleri, fenomenolojik olarak bireyin toplumsal baskıdan uzaklaştığında kendi beden deneyimini daha rahat kurabildiğini göstermektedir. Burada “topluluk içinde yemek” ile “tek başına yemek” arasındaki farklılık, bedenin toplumsal alanda sürekli denetime maruz kaldığını, yalnızken ise bireyin kendiliğini yeniden inşa ettiğini düşündürmektedir¹⁴⁶

5.6.4. Beden Algısı ve Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliği

Çalışmada kadın katılımcılar, bedenlerine yönelik sosyal çevreden gelen eleştirilerin, medya aracılığıyla pompalanan “ideal beden” imgeleriyle birleştiğinde, üzerlerinde ciddi bir baskı oluşturduğunu belirtmiştir. Erkek katılımcılar ise daha çok güç, dayanıklılık ve fiziksel performans üzerinden tanımlanan bir beden idealiyle ilişkilendirilmiştir.

Bu farklılık fenomenolojik analiz açısından önemlidir; çünkü beden yalnızca biyolojik bir gerçeklik değil, aynı zamanda toplumsal bir semboldür. Kadınlar için ince, fit, estetik; erkekler için güçlü ve dayanıklı beden, toplumsal normların yeniden üretildiği bir alan

¹⁴⁵ Özdemir, M. (2019). Duygusal Yeme Davranışlarının Psikososyal Temelleri. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 75-93.

¹⁴⁶ Sancar, S. (2011). *Erkeklik: İmkânsız iktidar*. İstanbul: Metis Yayınları

haline gelir. Susan Bordo'nun belirttiği gibi modern toplumlarda beden, kültürel ideallerin taşıyıcısı ve disiplin alanıdır¹⁴⁷.

Ayrıca feminist teori açısından bakıldığında, beden algısının toplumsal cinsiyet eşitsizliği bağlamında yeniden üretildiği görülmektedir. Katılımcıların büyük bölümü “beden üzerinden değer görme” ve “toplumsal rollerin dayattığı standartlara uyum sağlama” baskısını deneyimlemektedir.

5.6.5. Yeme Davranışı ve Bağımlılık İfadesi

Bazı katılımcılar, yeme alışkanlıklarını doğrudan “bağımlılık” olarak nitelendirmiştir. Bu deneyim, yeme davranışlarının yalnızca biyolojik değil, psikolojik ve toplumsal bağlamda da kontrol kaybı olarak yaşandığını göstermektedir. Özellikle kadın katılımcıların geçmiş travmalarla ilişkili yeme tutumlarını ifade etmesi, yeme davranışının bir tür baş etme mekanizması olarak işlev gördüğünü düşündürmektedir.

Fenomenolojik bakışla, bağımlılık ifadesi bireyin kendi deneyimini nasıl anlamlandırıldığını doğrudan görünür kılar. Katılımcıların bir kısmı profesyonel destek aldığını, bir kısmı ise destek almayı düşündüğünü ifade etmiştir. Bu durum, yeme bozukluklarının yalnızca bireysel değil, toplumsal destek mekanizmalarıyla ilişkili olduğunu da ortaya koymaktadır¹⁴⁸.

Fenomenolojik analiz, bu çalışmada elde edilen verilerin katılımcıların öznel deneyimleri üzerinden nasıl anlam kazandığını ortaya koymuştur. Yeme davranışları sadece biyolojik bir süreç değil; duygusal, sosyal ve kültürel faktörlerle şekillenen çok boyutlu bir deneyimdir. Kadın katılımcıların beden algısında toplumsal cinsiyet normlarının ve medya temsillerinin etkisi güçlü biçimde hissedilirken, erkek katılımcıların daha çok güç ve doyum odaklı bir beden anlayışı benimsediği görülmektedir.

Sonuç olarak fenomenolojik yaklaşım, yeme bozukluklarını bireysel bir sorun olarak değil, toplumsal eşitsizlikler, kültürel normlar ve bireyin öznel deneyimlerinin kesişiminde ele alarak derinlemesine anlamamıza katkı sunmaktadır.

¹⁴⁷ Bordo, S. (2014). *Bedenin Dayanılmaz Ağırlığı*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

¹⁴⁸ Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Akademik ve Mesleki Yayınlar.

SONUÇ

Bu çalışmanın bulguları, toplumsal cinsiyet eşitsizliği ile yeme davranışları ve beden algısı arasındaki ilişkinin görmezden gelinemeyecek kadar güçlü olduğunu ortaya koymuştur. Kadın katılımcıların büyük bir kısmı, bedenlerinin sürekli denetlendiği, sosyal ortamlarda beden üzerinden değer gördükleri ve ideal beden söylemlerinin baskısı altında olduklarını ifade etmiştir. Erkek katılımcılar ise daha çok doyum odaklı yeme pratikleri ve güç üzerinden tanımlanan bir beden anlayışı ile dikkat çekmiştir. Bu fark, toplumsal cinsiyetin yeme alışkanlıklarını nasıl belirlediğini göstermektedir.

Çalışmanın en dikkat çekici sonuçlarından biri, yeme davranışlarının yalnızca bireysel tercihlerle değil, aynı zamanda sosyal çevre, medya ve kültürel normlarla şekillenmesidir. Özellikle “ikram kültürü” ve aile içindeki yeme pratikleri, bireylerin seçimlerini sınırlayan ve onları belirli bir davranış kalıbına zorlayan önemli mekanizmalar olarak karşımıza çıkmaktadır. Katılımcıların yalnızken yemek yemeyi bir özgürlük alanı olarak tanımlamaları ise toplumsal baskının yoğunluğunu göstermektedir.

Araştırmada duygusal yeme ve kontrol kaybı, kadın katılımcılarda daha yoğun bir şekilde ifade edilmiştir. Yeme eylemi stres, kaygı ya da üzüntü anlarında bir kaçış veya rahatlama yolu olarak işlev görmek; ancak hemen ardından gelen suçluluk ve pişmanlık duygusu, bireylerin beden algısını olumsuz etkilemektedir. Bu bulgu, yeme davranışlarının psikolojik boyutunun göz ardı edilemeyeceğini açıkça göstermektedir.

Sonuç olarak, beden algısı ve yeme davranışları toplumsal cinsiyet normları, sosyal çevre ve medya aracılığıyla sürekli yeniden üretilmektedir. Bu bağlamda bireylerin deneyimlerini anlamak, yeme bozukluklarını yalnızca tıbbi değil, aynı zamanda sosyal bir olgu olarak değerlendirmeyi zorunlu kılmaktadır.

Çalışmanın sonunda birkaç öneride bulunmak gerekirse bu konu ile ilgili farkındalık artırıcı seminerlerin çoğaltılması ve özellikle beden algıları üzerindeki baskının azaltılması yönünde bir çalışma geliştirilmelidir.

Bunun yanı sıra medya okur yazarlığı büyük bir önem taşımaktadır. Sosyal medya tarafından dayatılan tek tip ideal beden ve güzellik söylemlerine karşı daha kapsayıcı ve çeşitliliği arttıran yeni temsiller ve temsil alanları üretilmelidir.

Psikososyal Desteğin sağlanması toplum sağlığı içerisinde kuşkusuz en önemli yeri kaplamaktadır. Yeme bozukluğu riski taşıyan bireyler için erişilebilir psikolojik danışmanlık ve destek mekanizmaları güçlendirilmelidir.

Görünen o ki mesele sadece biyolojik ya da fiziksel değildir. Bireyin zihin haritaları toplum tarafından şekillendirilir. Buradaki en önemli husus aile içi rollerin dağılımında gizlenmektedir. Ailelerin yeme davranışlarını şekillendiren kültürel pratikleri gözden geçirmeleri ve bireylerin seçim özgürlüklerini desteklemeleri önemlidir. Bu sebeple, aileler ile birlikte grup çalışmaları yapılması konu özelinde verimli olacaktır.

Toplumsal tabanda son dönemde oluşan ve gelişen sosyal hareketler feminist yaklaşımlar başı çekmektedir. Bu noktada da bilinçlendirme seminerleri oldukça önemlidir. Ancak topluma dokunması ve ulaşması açısından bu seminerlerin bir kültür merkezi ya da spor salonu sahnesine hapsedilmemesi gerekir. Geniş bir sosyolojik saha çalışması ile birlikte kadınların beden deneyimlerini görünür kılmaya yönelik feminist söylemler ve toplumsal hareketler desteklenmelidir.

Bu çalışma, bireysel deneyimlerin toplumsal yapılarla olan güçlü bağını ortaya koymuş ve özellikle beden, toplumsal cinsiyet ve yeme davranışlarının kesişim alanına dair yeni tartışma kapıları aralamıştır. Gelecek araştırmaların farklı toplumsal gruplar ve kültürel bağlamlarla bu tartışmayı daha da derinleştirmesi faydalı olacaktır. Bu fayda gerek literatür taramasında çalışma konusunun tüm akademik kollarına değinerek sağlanmaya çalışılmıştır. Gelecek çalışmalar için verimli bir kaynak oluşturması çalışmanın sonuna kadar büyük önem arz etmiştir.

EK

Ek-1: Mülakat Soruları ve Kategorizasyonu

Soru setinde 24 soru bulunması ve soru setinin kendi içerisinde kategorilere ayrılması araştırmanın kolay veri toplama yanını destekleyici kılmıştır.

Aşağıda bulunan sorular sırasıyla;

Beslenme Alışkanlıkları ve Günlük Rutin: 1,2,3. Sorular

Duygusal Yeme ve Kontrol: 4,5,6,7,8. Sorular

Sosyal ve Çevresel Etkenler: 9,10,15,16. Sorular

Beden Algısı ve Toplumsal Cinsiyet: 11,12,13,14,17,18,19,20. Sorular

Kişisel Deneyimler ve Yeme Bozukluğu: 21,22,23,24. Sorular şeklinde sıralanmıştır.

Katılımcıların yanıtlarından elde edilen bulgular ve bulguların yorumlanması bu kategorizasyona göre yapılmıştır.

Sorular

- 1.Günlük beslenme düzeninizi nasıl tanımlarsınız?
- 2.Belirli bir besin türüne karşı aşırı düşkünlük hissediyor musunuz? Örneğin, şekerli ya da yağlı yiyecekler?
- 3.Yemek yerken doduğunuzu hissettiğiniz halde yemeye devam ediyor musunuz?
- 4.Stres, üzüntü ya da sıkıntı anlarında yemek yemeye yönelir misiniz?
- 5.Yemek yedikten sonra suçluluk ya da pişmanlık hissettiğiniz oluyor mu?
- 6.Vazgeçilmez olarak varsaydığınız yiyecekleri uzun süre tüketmediğinizde nasıl hissediyorsunuz? En yoğun hissettiğiniz duygular hangileri?
- 7.Yemek yerken ne sıklıkla kontrolünüzü kaybettiğinizi hissediyorsunuz?
- 8.Yeme davranışınızda kontrolü kaybettiğiniz zamanlarda kontrol etmek için çabaladığınız oldu mu? Bu kontrol durumunda nasıl zorluklarla karşılaştınız?
- 9.Yalnızken takındığınız yeme tutumunuzla sosyal çevreniz içerisindeki yeme tutumunuz arasında bir fark olduğunu düşünüyor musunuz? Bu durumun sosyal aktivitelerinizi engelleyici bir hal aldığı oluyor mu?
- 10.Yeme davranışınızın sağlığını ve hayatınızın diğer alanlarındaki rutinlerinizi etki altına aldığını düşünüyor musunuz?
- 11.Gündelik hayatınızda beden görünümünüzle ilgili nasıl ifadelerle karşılaşıyorsunuz? Bu ifadeler sizde nasıl bir etki yaratıyor?

- 12.Bedeninizle aranızdaki ilişki nasıldı? Süreç içerisinde değişim gösterdi mi yoksa sürekli stabil halde miydi? Bu değişimin ya da stabil kalma halinin önemli noktaları sizce nedir/nelerdir?
- 13.Sosyal kontroller olarak adlandırdığımız gelenek ve görenekler bedeninize olan bakış açınızı şekillendirdiğini düşünüyor musunuz?
- 14.Kendinizi ifade etme şeklinizde toplumsal kontrollerin ya da beden görünümünüzün bir baskı unsuru olduğunu hissettiğiniz oluyor mu?
- 15.Yeme davranışınızın üzerindeki etkilerde medyanın, ailenizin ya da arkadaş çevrenizin etkili olduğunu düşünüyor musunuz? Bu etkiyi nasıl değerlendiriyorsunuz?
- 16.Sosyal medyada gezinirken karşılaştığınız ideal bedenler hakkında ne düşünüyorsunuz? Bu temsillerle karşılaşmak sizde nasıl duygular uyandırıyor?
- 17.Toplumsal cinsiyet ve güzellik idealleri arasında nasıl bir bağlantı olduğunu düşünüyorsunuz?
- 18.Cinsiyet kimliğine yönelik oluşturulmuş bedensel, zihinsel vb. standartlar hakkında ne düşünüyorsunuz? Siz bu durumu nasıl tecrübe ediyorsunuz?
- 19.Toplumsal cinsiyet eşitsizliği bağlamında beden algınızın etki altında kalıp kalmadığı noktasında nasıl düşünüyorsunuz? Bedeninizle olan ilişkinizde bu durum size nasıl hissettiriyor?
- 20.Feminist girişimlerde anılan beden görünümüne ait protesto ve söylemler sizde bir etki yarattı mı? Yarattı ise bu size özellikle ilk etapta nasıl hissettirdi?
- 21.Yeme bozukluğu veya beden algınızla ilgili tecrübelerinizi açıklamak isteseniz bunu nasıl anlatırdınız? Anlatmayı ister miydiniz?
- 22.Yemek yeme alışkanlıklarınızın bir bağımlılık olabileceğini düşündünüz mü?
- 23.Bu durumu değiştirmek için herhangi bir profesyonel destek, terapi veya rehberlik aldınız mı?
- 24.Yeme bağımlılığı konusunda sizi motive edebilecek veya teşvik edebilecek şeyler nelerdir?

Ek-2: Uzman Görüşleri

Doç. Dr. Barış Önen Ünsalver

2002 yılında psikiyatri ihtisasına başladım, 2006 yılında uzman oldum, 2009-2022 yılları arasında bir özel psikiyatri merkezinde ve 2022 Kasım'dan bu yana da serbest hekim olarak muayenehanemde birebir hasta görüşmeleri yapıyorum. Her zaman için hasta popülasyonumun %60-70'ini kadınlar oluşturmuştur. Günlük seans sayım 5-8 arasında değişmekle birlikte ortalama 6 seans denebilir. 18 yaş-80 yaş aralığında hasta görürüm. Hastaların yığıldığı yaş dönemleri 25-35-45 denebilir. Tüm bu meslek deneyimimde yeme bozukluğu ve beden imajı sorunu yaşayan erkek hasta sayısı 10'u geçmez.

Beden Dismorfik Bozukluğu tanısını DSM-5'e göre koyarsak gerek kadın gerek erkek olguların sayısı oldukça az. Ancak tanı kriterlerini gevşetir ve bedenle meşguliyet, bedenden memnun olmama, bedeni kozmetik ve cerrahi yöntemlerle düzeltmeye ihtiyaç duyma durumu benim karşılaştığım kadın olguların en az %30'unda var olan bir durum. Kilodan memnun olmama ve yemekle zihinsel meşguliyet ve çeşitli diyetlerle uğraşma ise erkek hastalarımın belki %30'unda, kadınların ise muhtemelen %50'sinde olan bir sıkıntı.

Son yıllarda her iki durum da özellikle kadınlarda 18-25 yaş aralığında daha da sık karşılaştığım sorunlar ve aynı yaş grubunda erkeklerde de daha ileri yaştaki erkeklere göre daha sık getirilen bir sorun haline gelmeye başladı. Başka bir deyişle önceden kadınlar daha ince bir bedene sahip olma ve daha genç ve kabul edilen güzellik anlayışına uyumlu olma ihtiyacı içerisindeyken artık erkekler için de belirlenen beden biçimleri ve fiziksel özellikler kaygı kaynağı olmakta.

Cinsiyet eşitsizliği açısından bakıldığında kadın hastalarımın bir kısmı eş ya da partnerlerinin beklentilerini karşılamak, bir kısmı ailesinin eleştirilerini gidermek, bir kısmı da iş hayatında veya sosyal hayatta statülerini koruyabilmek için bu beden konularıyla uğraşmak zorunda kalıyorlar. Bir kadın olarak nasıl görünmeleri gerektiğine dair yaygın söylemi sorgulamadan kabullenme eğilimindedir. Bu söylemleri özellikle daha genç yaş grubu içselleştirmiş durumda. Gençlerde “bir kadın şöyle olmalı böyle olmamalı” gibi özellikle cinsiyete referans veren açık bir söylem yok, muhtemelen cinsiyetlerine dair bir beklentinin farkında dahi değiller. Çoğu kendi işini yapan, eğitim hayatlarında başarılı ve mükemmeliyetçi özelliklerde olan bu genç kadınlar hayatın

sorumluluklarını ele alıp hayatı yaşadıkları için kadınlık rollerinin baskısı ya da cinsiyet eşitsizliğinin baskısını görmüyorlar. Zaten böyle olması beklenendir gibi bakıyor olabilirler.

Uzm. Diyetisyen Aslı Zengin

Diyetisyen olarak 5 yıldır danışan kabulünde bulunmaktayım. Mesleki hayatımda; psikolojik, hormonal, fizyolojik, sosyal veya kişisel nedenlerle kilo almış olup, zayıflama ve kilo verme amacıyla ofisime başvuran ve beslenme tedavisi süreci boyunca çok sayıda yeme bozukluğu davranışı gösteren danışanlarım oldu.

En belirgin ortak özellikleri ise duygusal yeme atakları sonrası derin bir üzüntü ve pişmanlık duygusu yaşamalarıydı. Bu pişmanlık hissinin sonrasında ise tekrar aynı yanlış yeme davranışı sergilediklerini analiz etme fırsatı buldum; çünkü obez bireylerde -ya hep ya hiç diyet – düşüncesi yaygın olmakla beraber, diyet tedavisi sonuçlarını bir başarı ya da başarısızlık adı altında sınıflıyorlardı.

Obez bireylerin toplum tarafından -iradesiz- olarak damgalanması ve sosyal medyanın yarattığı mükemmel vücut algısı bireylerin yeme davranışlarını olumsuz yönde etkilediğini bir kez daha gözlemlemiş bulunuyorum. Kliniğime başvuran çoğu danışanımın ilk anamnezlerindeki bulgulara, besinlere karşı bakış açısının; besinlerin sadece kilo aldırıcı ya da zayıflatıcı etki göstermesi yönündeydi. Bireyler için yemek yeme yaşamsal bir ihtiyaç olduğu halde; uygunsuz yeme tutumları, beden imajı, emosyonel süreçleri ve kendi bedeni üzerindeki düşüncelerinde ciddi birtakım bozukluklar görülmektedir. Duygusal durumları tüketilen besin ve miktarını etkilemektedir.

Diyetisyen Ebrar Çevik

Diyetisyen olarak danışanlarımla yaptığım görüşmelerde en sık karşılaştığım iki temel sorun, duygusal açlık ve beden algısı bozukluğudur. Bu iki olgu çoğu zaman birbirini besler ve kişinin hem yeme davranışını hem de yaşam kalitesini olumsuz etkiler.

Danışanlarımların büyük bir kısmı, stres, yalnızlık, üzüntü veya öfke gibi duygularla başa çıkmakta zorlandığında yemeğe yöneliyor. Fiziksel açlıkları olmamasına rağmen, yemek onlar için geçici bir rahatlama ve kaçış yöntemi haline geliyor. Ancak bu geçici rahatlama çoğunlukla pişmanlık, suçluluk ve öz-değer kaybıyla sonuçlanıyor.

Gözlemlerime göre duygusal açlığın en önemli işaretleri:

- Tok olmasına rağmen yemek yemeye devam etmek
- Belirli yiyeceklere (özellikle tatlı, hamur işi, fast food) karşı yoğun istek duymak
- Duygusal dalgalanmalarda yemeği bir 'ilaç' gibi görmek

Duygusal açlığın sık yaşandığı bireylerde, zamanla beden algısında bozulmalar da ortaya çıkıyor. Kimi danışan kilo kaybetmesine rağmen kendini hâlâ 'kilolu' hissediyor; kimisi ise kilosunun yarattığı sağlık sorunlarını görmezden geliyor.

Danışanlarımdan edindiğim gözlemler:

- Bedenine dair olumsuz yorumlar, kişinin yeme davranışlarını daha da tetikliyor.
- Sosyal medya ve toplumsal güzellik kalıpları, bireyin bedenine dair algısını baskı altına alıyor.

- Kimi danışan, bedeniyle barışmak yerine sürekli 'kusur arama' eğilimine giriyor.

Bu noktada sadece beslenme listeleri vermek yeterli olmuyor. Benim amacım, danışanlarıma şu farkındalığı kazandırmak:

- Fiziksel açlık ile duygusal açlık arasındaki farkı ayırt etmek
- Bedenine objektif bir gözle bakabilmek
- Gerçekçi hedefler koymak ve kendini toplumun dayattığı kalıplarla kıyaslamamak

Beslenme sürecinde sık sık açlık-tokluk günlüğü tutturuyorum .Kişinin kendini gözlemlemesini sağlıyorum. Ayrıca danışanlarıma, bedenlerinin yalnızca 'görünüm' değil, aynı zamanda sağlık ve işlevsellik açısından değerli olduğunu hatırlatıyorum.

Duygusal açlık ve beden algısı bozukluğu birbiriyle bağlantılıdır. Bu sorunların üstesinden gelmek, sadece 'diyet' değil, aynı zamanda psikolojik farkındalık, öz-şefkat ve sosyal destek gerektirir.

Aile & Bağımlılık Danışmanı Gülsüm Nilay Karaşahin

3 yıldır meslekte aktif danışan gören bir danışman olarak şunu söyleyebilirim ki kadınlar özelinde psikolojik şiddet uygulamaları yeme bozukluğu ve beden algı bozukluklarına doğrudan veya dolaylı olarak etki etmektedir.

Erkek danışanlarda ise en çok gözlemlediğim şey durumu bir güç temsili olarak görmeleri ve başka bağımlılıklardan sonra yeme tutumlarıyla ilgili bozulmalara maruz kalmış olmalarıdır.

Genelde en çok gözlemlediğim şey ise yeme bağımlılığın başka bir bağımlılığı yenmek isterken yerine koyma davranışı ile geliştirilmiş bir kaza bağımlılığı olduğudur.

Bu araştırma boyunca elde edilen deneyimlerin bana gösterdiği en önemli nokta ise yeme davranışlarının yalnızca biyolojik bir ihtiyaç değil, toplumsal ve kültürel katmanlarla örülü bir olgu olduğudur.

Katılımcıların aktarımları, özellikle toplumsal cinsiyet bağlamında bedenin nasıl denetlenen, şekillendirilen ve zaman zaman baskı altına alınan bir alan olduğunu net biçimde ortaya koymuştur.

Bireylerin kendi beden algıları ile toplumsal beklentiler arasında sıkıştıkları, bu sıkışmanın ise zaman zaman duygusal yeme davranışlarına ve kontrol kaybına yol açtığı görülmüştür. Bu noktada, bedenin sadece dışarıdan bakan gözler için değil, aynı zamanda kişinin kendi varoluşunu inşa ettiği bir mekân olduğunu vurgulamak önemlidir. Araştırmanın sağladığı en önemli farkındalık, bireysel deneyimlerin aslında toplumsal yapılarla ne kadar iç içe olduğudur. Bu durum hem akademik hem de kişisel açıdan bakıldığında, toplumsal cinsiyet eşitsizliklerinin ne denli gündelik ve sıradan pratikler aracılığıyla yeniden üretildiğini anlamak açısından kıymetlidir.

KAYNAKÇA

- (İMDAT), Ş. Ö. (2021). Türkiye Akranlar Arası Şiddet Raporu. İstanbul: Şiddeti Önleme ve Rehabilitasyon Derneği (İMDAT).
- Akcan, A., & Odabaş, N. (2022). Farklı Beden Kütle İndeksine Sahip Ergenlerde Akran Zorbalığı. Halk Sağlığı Hemşireliği Dergisi, 159-174.
- Aksan, Y. (2023). Eril Gücün Kadın Bedeni Üzerindeki Tahakkümü. Sakarya Üniversitesi Kadın Araştırmaları Dergisi, 16-32.
- Akyüz, E. (2024). Simgesel Sermaye Olarak Güzelliğin Yüceltilmesi: "Şahane Hayatım" Dizisi Örneği. Yeni Yüzyıl'da İletişim Çalışmaları Dergisi, 89-99.
- Altınsoy, C., & Yılmaz Yavuz, A. (2021). Çocuklardaki Gizli Tehlike: Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu. Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi, 433-448.
- Altun, F. (2021). Modernite ve Modernizm: Batı-İçi Bir Tartışma . İbn Haldun Çalışmaları Dergisi, 95-120.
- Arslan, H. (2020). Yeme Davranışları ve Toplumsal Normlar: İkrâm Kültürü Üzerine Bir İnceleme. Sosyoloji Araştırmaları Dergisi, 45-62.
- Artar, T., & Tekdal Fildiş, A. (2021). Türkiye’de Cinsiyet Eşitliği Söylemi ve Uygulamaları: Karşılaştırmalı Analiz. Marmara Üniversitesi Kadın ve Toplumsal Cinsiyet Araştırmaları Dergisi, 1-18.
- Aslan Yılmaz, H. (2016). Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar ve Tanımlamalar. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 79-89.
- Aslan, S. H. (2000). Beden Dismorfik Bozukluğu: Bir gözden geçirme. Düşünen Adam, 33-41.
- Avcılar, E. G. (2022). Sosyal Medyada Kadın Bedeninin İdealize Edilmesi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kadın ve Aile Araştırmaları Dergisi, 445-464.
- Aybakan Saliya, D. (2013, Temmuz 10). Judith Butler ve Postmodern Feminizm. Yüksek Lisans Tezi. Bursa, Türkiye: Uludağ Üniversitesi- YÖK Açık Erişim.
- Aydın, N. (2013). Psikofarmakoloji Derneği Türkiye’de Psikotrop İlaç Tüketimi ve Mevcut Uygulamaların Tıbbi, Etik ve Ekonomik Sonuçları Raporu. Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 390-402.

- Ayhan, F., & Ak, H. (2023). Toplumsal Cinsiyet Perspektifinden Psikolojik Şiddet. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kadın ve Aile Araştırmaları Dergisi*, 139-160.
- Baldan, G. A. (2017). Flört Şiddeti. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 41-44.
- Baudrillard, J. (2017). *Tüketim Toplumu*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Bauman, Z. (1999). *Küreselleşme*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Bauman, Z. (2015). *Özgürlük*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Bayraktar, Z. (2021). *İnterseks-Hermafrodit ve Eşcinsel-Norm ve Norm Dışı Cinsellik Farklar, Nedenler, Öneriler*. İstanbul: Motto Yayınları.
- Beck, U. (1996). *Risk Toplumu*. Frankfurt: Shurkamp Verlag Frankfurt am Main.
- Beck, U. (2019). *Risk Toplumu*. İstanbul: İthaki Yayınları.
- Berger, P., & Huntington, S. (2003). *Bir Küre Binbir Küreselleşme-Çağdaş Dünyada Kültürel Çeşitlilik*. İstanbul: Kitap Yayınevi.
- Beykaya, M. (2019). Türkiye’de Gıda Güvenliği ve Denetim: Iğdır İli Örneği. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 451-467.
- Bingöl, O. (2019). Foucault’da İktidar, Beden ve Özne Üçlüsü. *Asia Minor Studies*, 327-334.
- Bordo, S. (2003). *Kültürel İmgeler ve Beden: Kadın, Erkek ve Bakış*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Bordo, S. (2014). *Bedenin Dayanılmaz Ağırlığı*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Bourdieu, P. (1998). *Eril Tahakküm*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Bourdieu, P. (2015). *Pratik Nedenler / Eylem Kuramı Üzerine*. İstanbul: Hil Yayınları.
- Butler, J. (2020). *Cinsiyet Belası*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2017). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Chanter, T., & Erguvan, M. (2022). *Toplumsal Cinsiyet*. Ankara: Fol Kitap.
- Claiborn, D. J., & Pedrick, C. (2022). *Beden Dismorfik Bozukluğu Çalışma Kitabı Beden Dismorfik Bozukluğunun Üstesinden Gelin ve Beden Görüntünüz ile ilgili Takıntılarınızı Sonlandırın*. İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Çam Ray, P., Demirkol, M., & Tamam, L. (2012). *Beden Dismorfik Bozukluğu. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 547-565.
- Çapar, G. (2019). *Kesişimsellik: Postmodern Feminist Bir Yaklaşım. Hukuk Kuramı*, 1-31.

- Çimen, Ü. (2024). İtiraf Toplumunda Mahremiyetin Kamusallaşması ya da Akışkan Modern Dünyada Mahremiyetin Anlam Yitimi. Türkiye İletişim Araştırmaları Dergisi, 29-51.
- Çimen, Ü., & Çimen, Ö. (2024). Sağlık İletişiminden Fitness İletişimine: Postmodern Dönemde Sağlığın Anlam Yitimine Zygmunt Bauman Yaklaşımı. Kronotop İletişim Dergisi, 169-189.
- Çöp, S. (2021). Helal Gıda Sertifikalarına Yönelik Bir Araştırma. Helal ve Etik Araştırmalar Dergisi, 54-70.
- Demir, Ş., Sesli, M., & Yılmaz, V. (2008). Türk Modernleşmesi: Eleştirel Bir Bakış. Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi, 77-90.
- Demir, T. (2018). Kutsaldan Sekülere Değişen Beden Algısı. Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 311-325.
- Dikkol, S. (2020). Sosyal Medya Alanına Bourdieucü Bir Yaklaşım: Facebook Üzerine Bir İnceleme. Erciyes İletişim Dergisi, 169-188.
- Dikmen, M. (2016, Temmuz 11). Jean Baudrillard ve Postmodernizm. Yüksek Lisans Tezi. Bursa, Türkiye: Uludağ Üniversitesi-Yök Açık Erişim.
- Dündar, S. K. (2023). Dijital Moda: Endüstri 4.0 çağında kimlik, beden ve kıyafet etkileşimindeki dönüşüm ve kültürel devrim. Journal of Arts, 317-324.
- Ecevit, Y. (2021, Mart). Türkiye’de Katılımcı Demokrasinin Güçlendirilmesi. Türkiye’de Katılımcı Demokrasinin Güçlendirilmesi: Toplumsal Cinsiyet Eşitliğinin İzlenmesi Projesi Faz II Toplumsal Cinsiyet Eşitliğinin Temel Kavramları Eğitim Materyali . Ankara, Çankaya, Türkiye: CEİD Cinsiyet Eşitliği İzleme Derneği.
- Eltan, S., Merdan Yıldız, E. D., Kumpasoğlu, G. B., & Erden, G. (2013). Yaygın Yeme Bozukluklarında Aile Odaklı ve Farkındalık Temelli Terapiler ile Diyalektik Davranış Terapisi. Nesne Psikoloji Dergisi, 433-451.
- Erdem, T. (tarih yok). Postmodern Feminizm. Postmodern Feminizm. İstanbul Üniversitesi Kadın Araştırmaları Anabilimdalı.
- Ersöz, A. G. (2010). Tüketim Toplumunda “Sıfır Beden” Söylemi: Neden ve Sonuçları Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme. Edebiyat Fakültesi Dergisi , 37-53.
- Ertürk, N., & Ruşan, T. (2018). Moda Endüstrisinin Alt Kültürel Referanslı Tasarımlarında Metalaşma ve Anlam Kaybı. İdil Dergisi, 163-174.

- Eslek, D., Kızıltepe, R., & Yılmaz Irmak, T. (2021). Flört Şiddetini Anlamak: Nitel Bir Çalışma. *Türk Psikoloji Yazıları*, 53-67.
- Evans, E., & Sullivan, M. (2014). Abuse and Misuse of Antidepressants. *Journal of Public Health*, 107-120.
- Fairburn, C. G. (2019). Yeme Bozuklukları ve Bilişsel Davranışçı Terapi Değerlendirmeler ve Tedavi. İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Faraji, H., & Fırat, B. (2022). Yeme Bozuklukları ve Duygular. *Fenerbahçe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 153-174.
- FDA, F. D. (2010). Recommends Against the Continued Use of Meridia (sibutramine). Recommends Against the Continued Use of Meridia (sibutramine). USA: FDA Drug Safety Communication: FDA. <https://www.fda.gov/drugs/drug-safety-and-availability/fda-drug-safety-communication-fda-recommends-against-continued-use-meridia-sibutramine> adresinden alındı
- Flowers, P., Larkin, M., & Smith, J. (2009). Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research. London: Sage.
- Foucault, M. (2003). Cinselliğin Tarihi. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Gençtan, E. (2018). İnsan Olmak. İstanbul: Metis Yayınları.
- Goffman, E. (1963). Damga-Örselenmiş Kimliğin İdare Edilişi Üzerine Notlar. Ankara: Heretik Yayınları.
- Goffman, E. (2021). Damga-Örselenmiş Kimliğin İdare Edilişi Üzerine Notlar. Ankara: Heretik Yayıncılık.
- Goffman, E. (2021). Günlük Yaşamda Benliğin Sunumu. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Gözelceoğlu, E., & Altundağ, Y. (2024). Romantik İlişkilerde Beklentiler ile Flört Şiddetine Yönelik Tutum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 558-568.
- Gülkaya Timurkan, M. (2013). Tıbbi Söylem ve İktidar: Medyada “Diyet-Zayıflık-Sağlık” İlişkisi Etrafında Bedenin Denetimi . *Mediterranean Journal of Humanities*, 237-252.
- Güneş, Y. D. (2013). Michel Foucault'ta Söylem ve İktidar. *Kaygı Uludağ Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Felsefe Dergisi*, 55-69.
- Gür Omay, E. (2023). Dijital Platformlar ve Gazetecilik Mesleği: Influencer Gazetecinin Yükselişi. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi* , 99-110.

- Han, B.-C. (2012). Şeffaflık Toplumu. Berlin: Matthes & Seitz Berlin.
- Han, B.-C. (2020). Şeffaflık Toplumu. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Hanaysha, J. R. (2022). Impact of social media marketing features on consumer's purchase decision in the fast-food industry: Brand trust as a mediator. International Journal of Information Management Data Insights, 1-10.
- Hirigoyen, M.-F. (2021). Manevi Taciz: Gündelik Hayatta Sapkın Şiddet. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Husserl, E. (2010). Fenomenoloji Üzerine Beş Ders. Ankara: Bilgesu Yayıncılık.
- İllich, I. (1976). Sağlığın Gaspı. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- İnalkaç, S., & Arslantaş, H. (2018). Duygusal Yeme-Emotional Eating. Arşiv Kaynak Tarama Dergisi, 70-82.
- Jansiz, A. (2014). The Ideology of Consumption: The Challenges Facing a Consumerist Society. Journal of Politics and Law, 77-84.
- Jee Ko, G., M Rhee, C., Kalantar Zadeh, K., & Joshi, S. (2020). The Effects of High-Protein Diets on Kidney Health and Longevity. Journal of the American Society of Nephrology, 1667-1679.
- Kaderoğlu Bulut, Ç. (2015). "Modernizm, Post-Modernizm ya da Kapitalizm?" Üzerine Metodolojik Notlar. İlef Dergisi, 227-232.
- Kara, Z. (tarih yok). Küresel Cinsiyet Yapılanmasından Postmodern Feminizme. Küresel Cinsiyet Yapılanmasından Postmodern Feminizme.
- Karakaya, H. (2021). Dinlerin Beden Algısı Ve Kadın Bedeninin Denetimi. Fırat Üniversitesi. İİBF Uluslararası İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 1-22.
- Karakaya, H., & Cihan, Ü. (2017). Toplumsal Yapı, İktidar Ve Kadın Bedenin Kurgulanışı. Munzur Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 5-17.
- Karamustafalıoğlu, O., & Karamustafalıoğlu, N. (2000). Beden Dismorfik Bozukluğu. Düşünen Adam, 107-109.
- Kırat, M. N. (2019, Nisan). Yüksek Lisans Tezi. Ergenlerde Sanal Zorbalık Beden İmgesi ve Duygusal Zeka Arasındaki Yordayıcı İlişki. İstanbul, Türkiye: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Kozlu, D. (2009). Modernizm Sonrası Postmodern Hareket İçinde Kadının Yeri. Süleyman Demirel Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Hakemli Dergisi, 1-15.

- Kurtuluş, B. (tarih yok). Köklü Değişim Dergisi. Köklü Değişim Dergisi: <https://www.kokludegisimdergisi.com/index.php?p=makaleDetay&makale=764> adresinden alındı
- Kuş, E. (2012). Nitel Araştırma Teknikleri. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kümbetoğlu, B. (2019). Sosyolojide ve Antropolojide Niteliksel Yöntem ve Araştırma. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Merdol, T. K. (2016). Beslenme ve Diyetetik Biliminin Dünyası, Bugünü ve Geleceği. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 1-5.
- Möngü, B. (2013). Postmodernizm ve Postmodern Kimlik Anlayışı. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 27-36.
- Neuman, W. (2016). Toplumsal Araştırma Yöntemleri: Nitel ve Nicel Yaklaşımlar. Ankara: Yayınodası.
- Nevzat, R., Rebge, S., Mis, C., & Akyol, Z. (2023). İtibar Sermayesinin Dijitale Dönüşümü: "Instagram'da Gösterişçi Tüketim. Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi, 85-112.
- Orbay, İ. (2021). Görünmeyene Işık Tutmak: Psikolojik Şiddet. Toplum ve Sosyal Hizmet, 267-290.
- Özarslan, O. (2023). Modernliğin Bedenlerinden, Geleceğin Bedenlerine Sosyolojik Bedenin Transformasyonu. İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 241-260.
- Özdemir, M. (2019). Duygusal Yeme Davranışlarının Psikososyal Temelleri. Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 75-93.
- Özgan, A. (2020). İlk Dönem Çalışmalarında Jean Baudrillard'ın Tüketim İdeolojisi. Modern Leisure Studies, 63-76.
- Öztaş, F., & Özbolat, A. (2019). Sekülerleşme Perspektifinden Bedenin Tüketim Bağlamında Araçsal Konumlanması. Siirt Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 279-299.
- Palabıyık, A., & Savaş, A. (2020). Şiddet Kavramı Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme. Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi, 1537-1546.
- Passini, S. (2013). A binge-consuming culture: The effect of consumerism on social interactions in western societies. Culture & Psychology, 369-390.

- Phillips, A. (2019). İlgi Arayışı. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Sagaert, C. (2017). Kadın Çirkinliğinin Tarihi. İstanbul: Maya Kitap.
- Sancar, S. (2011). Erkeklik: İmkânsız iktidar. İstanbul: Metis Yayınları.
- Saraç, S. (2013). Toplumsal Cinsiyet. G. Aras, U. Belek, Ş. Erdem Tuzlukaya, C. Ertung, L. Gültekin, G. Güneş, . . . P. Yıldırım içinde, Toplumsal Cinsiyet ve Yansımaları (s. 27-31). Ankara: Atılım Üniversitesi Yayınları.
- Sarup, M., & Güçlü, A. (2019). Post-yapısalcılık ve Postmodernizm. Ankara: Ankara Kitap.
- Schutz, A. (1970). On Phenomenology and Social Relations. . Chicago: University of Chicago Press.
- Scott, J. W., Demirler, D., & Dinçer, F. (2010). Toplumsal Cinsiyet: Faydalı Bir Tarihsel Analiz Kategorisi. Kültür ve Siyasette Feminist Yaklaşımlar, 113-138.
- Serpen, A. S., Kalaycı, E., & Demirci Aksoy, A. (2024). Postmodern Feminizmin Kadına Yönelik Şiddete İlişkin Çözümlemesi. Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi (ASEAD), 302-309.
- Suveren, Y. (2022). Sosyolojik Araştırma Pratiği Temel Konu ve Sorunlar. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Şahin, Y. (2017). Michel Foucault'ta Söylem Analizi. Sosyal ve Kültürel Araştırmalar Dergisi (SKAD), 119-135.
- Şan, M. K. (tarih yok). Zygmunt Bauman: Modernlik Ve Postmodernlik Arasında Bir Sosyolog. Zygmunt Bauman: Modernlik Ve Postmodernlik Arasında Bir Sosyolog. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü.
- Toptancı, H. C. (2008). Küreselleşme Sürecinde Postfeminizm. Yüksek Lisans Tezi. Elazığ: Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı.
- Turan, Ş., Aksoy Poyraz, C., & Özdemir, A. (2015). Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 419-435.
- Turner, B. S. (2011). Regulating Bodies: Essays In Medical Sociology . London: Routledge.
- Ulaş, D. H. (2009, Ekim 19). Türkiye Psikiyatri Derneği Bülteni. Artan İlaç Kullanımı ve İlaç Endüstrisi. Ankara, Türkiye: Türkiye Psikiyatri Derneği Bülteni.
- Virtue, D. (2020). Duygusal Açlık. İstanbul: Destek Yayınları.

- Yağlı, S. (2013). Gündelik Hayatın Bir Alanı Olarak Moda Aracılığıyla Kültürün Yeniden İnşası. *İletişim Çalışmaları Dergisi*, 37-62.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Seçkin Akademik ve Mesleki Yayınlar.
- Yıldız, B., Demir, V., & Ünübol, H. (2019). Yeme tutumunun cinsiyet değişkenine göre duygusal şemalarla olan ilişkisinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 406-407.
- Yıldız, F., & Özarslan, Z. (2022). Kadın Deneyimlerinden Dijital Flört Şiddetine Bakmak. *Üsküdar Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 72-101.
- Young, J., & Klosko, J. (2017). Hayatı Yeniden Keşfedin. İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Http1: Kurtuluş, B. (tarih yok). *Köklü Değişim Dergisi*. Köklü Değişim Dergisi: <https://www.kokludegisimdergisi.com/index.php?p=makaleDetay&makale=764> adresinden alındı (Erişim Tarihi: 09/08/2025)
- Http2: <https://www.egedesonsoz.com/kahreden-son-akran-zorbaligi-olume-surukledi> (Erişim Tarihi: 11/08/2025)
- Http3: <https://kaosgl.org/haber/akran-zorbaligi-hayata-mal-oluyor> (Erişim Tarihi: 11/08/2025)
- Http4: <https://www.sondakika.com/3-sayfa/haber-10-yasindaki-cocuk-okulda-maruz-kaldigi-zorbalik-17334301/> (Erişim Tarihi: 11/08/2025)
- Http5: Wikipedia, <https://en.wikipedia.org/wiki/Hyperconsumerism> (Erişim Tarihi: 14/07/2025)
- Http6: FDA, F. D. (2010). Recommends Against the Continued Use of Meridia (sibutramine). *Recommends Against the Continued Use of Meridia (sibutramine)*. USA: FDA Drug Safety Communication: FDA. <https://shorturl.at/Y0vY8> (Erişim Tarihi: 10/09/2025)

ÖZGEÇMİŞ

Ad Soyad: Gülsüm Nilay KARAŞAHİN	
Eğitim Bilgileri	
Lisans	
Üniversite	Sakarya Üniversitesi
Fakülte	İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi
Bölümü	Sosyoloji
Makale ve Bildiriler	
1. Karavaşahin, G. N. (2025). Obezite Söylemi ve Toplumsal Damgalanma. <i>Erzurum 1. Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi</i> (s. 227-240). Erzurum: Academy Global Conferences & Journals.	