

**KADINLARDA KENDİNİ NESNELEŞTİRME
VE KENDİNİ SUSTURMANIN
DİSSOSİYATİF YAŞANTILARLA İLİŞKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ BÖLÜMÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

DENİZ SOYSALTÜRK

**İŐIK ÜNİVERSİTESİ
2020**

KADINLARDA KENDİNİ NESNELEŞTİRME
VE KENDİNİ SUSTURMANIN
DİSSOSİYATİF YAŞANTILARLA İLİŞKİSİ

DENİZ SOYSALTÖRK

Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakóltesi, Psikoloji Bölümü, 2007

IŞık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans
Programı, 2020

Bu tez, IŞık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne Yüksek Lisans
(MA) derecesi ile sunulmuştur.

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

2020

SELF-OBJECTIFICATION AND SELF-SILENCING IN RELATION TO DISSOCIATIVE EXPERIENCES AMONG WOMEN

Abstract

Objective: The purpose of this study was to examine the relation of self-objectification and self-silencing to dissociative experiences in a non-clinical sample of women.

Method: A total of 441 participants aged from 18 to 73 with a mean of 41.57 ± 12.83 was reached via the Internet. The majority of the sample consisted of women with a high school or college degree (%69.4), that are actively employed (%60.8) and reported a household income above 10000 TL (%62.4). A Sociodemographic Information Form, Body Surveillance and Body Shame subscales of the Objectified Body Consciousness Scale, the Silencing the Self Scale and Dissociative Experiences Scale were applied. The Independent Samples t-Test, Mann Whitney U test, Pearson's Correlation and Multiple Linear Regression were used for data analysis.

Results: According to our study's findings, a significant positive relationship was observed between levels of self-objectification and dissociative experiences ($r=.235$, $p<.01$) and also between self-silencing and dissociative experiences ($r=.362$, $p<.01$). It was also found that self-objectification and self-silencing significantly predicted dissociative experiences ($\beta=.122$, $p <.05$; $\beta=.295$, $p <.001$).

Conclusion: These findings indicate that, as self objectification and self silencing increased, dissociative experiences increased as well among our sample of women.

Keywords: Self-objectification, self-silencing, dissociation, dissociative experiences, gender

KADINLARDA KENDİNİ NESNELEŞTİRME VE KENDİNİ SUSTURMANIN DİSSOSİYATİF YAŞANTILARLA İLİŞKİSİ

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı klinik olmayan bir kadın örnekleme kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın dissosiyatif yaşantılarla ilişkisini araştırmaktır.

Yöntem: İnternet üzerinden yaşları 18 ile 73 arasında değişen ve yaş ortalaması $41,57 \pm 12,83$ olan 441 kadın katılımcıya ulaşılmıştır. Örneklemin çoğunluğunu lise ve üniversite mezunu (%69,4), çalışan (%60,8) ve aylık hane geliri 10.000 TL'nin üzerinde (%62,4) kadınlar oluşturmuştur. Çalışmada Sosyodemografik ve Diğer Bilgiler Veri Formu, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği'nin Beden Gözetimi ve Beden Utancı alt boyutları, Kendini Susturma Ölçeği ve Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği kullanılmıştır. Veri analizinde Bağımsız Gruplar T-Testi, Mann-Whitney U testi, Pearson Korelasyon Analizi ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmamızın sonuçlarına göre kadınlarda kendini nesneleştirme ile dissosiyatif yaşantı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki ($r=.271$, $p<.01$) kendini susturma ve dissosiyatif yaşantı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ($r=.367$, $p<.01$) saptanmıştır. Ayrıca kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın dissosiyatif yaşantıları anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ($\beta=.122$, $p <.05$; $\beta=.295$, $p <.001$).

Sonuç: Örneklemimiz olan kadın katılımcılar arasında kendini nesneleştirme ve kendini susturma arttıkça dissosiyatif yaşantıların da arttığı gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kendini nesneleştirme, kendini susturma, dissosiyasyon, dissosiyatif yaşantılar, toplumsal cinsiyet

Teşekkür

Eğitim hayatımda bana destek olan ve hem akademik hem de kişisel anlamda geçirdiğim zamanı değerli kılan insanlardan tez danışmanım Prof. Dr. Feryal Çam Çelikel'e emeği, zamanı, iletişim tarzı ve yol gösterici tavrı için teşekkür ederim. Zaman zaman yaşadığım kararsızlıklar arasında odaklanmam ve sonuca ulaşmam için her zaman motive edici oldu. Ayrıca çalışmalarımın en kritik zamanında ortaya çıkan ve tüm dünyada hayatı durma noktasına getiren salgına rağmen yoğun ilgisini benden esirgemeyip kendisine bir kez daha saygı ve hayranlık duymamı sağladı. Çalışma disipliniyle benim için unutulmaz bir örnek oldu ve olmaya da devam edecek. Ayrıca tez sürecinde değerli destekleri için Dr. Selin Karaköse ve Dr. Elif Ergüney Okumuş'a teşekkürlerimi sunarım.

Beni hayata getiren ve bugün olduğum kişi olmamı sağlayan annem Aydan Kaynak'a, bana her konuda destek olan ve tüm kalbiyle babalık eden Ali Suat Kaynak'a ve varlığıyla hayatıma neşe katan kardeşim Ege Kaynak'a sonsuz teşekkür ederim. İyi ki aileyiz.

Ayrıca, yüksek lisans eğitimimin başlangıcından itibaren, önce karnımda büyürken benimle birlikte ders dinleyerek, şimdi de dizlerimin arasında dolanarak bana eşlik eden, bana anneliği ve tarifsiz sevgiyi yaşatan oğlum Tuna'ya teşekkür ederim. Son olarak, tüm bu süreci iyisiyle kötüsüyle benimle birlikte göğüsleyen, maddi ve manevi hep yanımda olan ve bir aradayken neredeyse her şeye birlikte gülebildiğimiz sevgili kocam Tayga Soysaltürk'e teşekkür ederim. Hayatı onunla paylaştığım için çok mutluyum.

İçindekiler

ONAY SAYFASI	i
ABSTRACT	ii
ÖZET	iii
TEŞEKKÜR	iv
İÇİNDEKİLER	v
TABLOLAR LİSTESİ	vii
ŞEKİLLER LİSTESİ	vii
KISALTMALAR LİSTESİ	ix
BÖLÜM 1	1
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	2
1.2. Araştırmanın Hipotezleri.....	3
1.3. Araştırma Soruları.....	3
BÖLÜM 2	4
2. GENEL BİLGİLER.....	4
2.1. Dissosiyasyon.....	4
2.1.1. Dissosiyatif Yaşantılar.....	7
2.1.1.1. Absorbsiyon.....	9
2.1.1.2. Depersonalizasyon/Derealizasyon.....	10
2.1.1.3. Dissosiyatif Amnezi.....	11
2.1.1.4. Kimlik Karmaşası ve Kimlik Alterasyonu.....	12
2.1.1.5. Dissosiyatif Füg.....	13
2.1.2. Kendiliğin İşlevsel Bölünmesi.....	13
2.2. Kendini Nesneleştirme ve İlgili Literatür.....	15
2.3. Kendini Susturma ve İlgili Literatür.....	19

2.4. Kendini Nesneleştirme, Kendini Susturma ve Dissosiyasyon.....	24
BÖLÜM 3.....	29
3. YÖNTEM.....	29
3.1. Örneklem.....	29
3.2. Veri Toplama Araçları.....	29
3.2.1. Sosyodemografik ve Diğer Bilgiler Veri Formu.....	30
3.2.2. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği.....	30
3.2.3. Kendini Susturma Ölçeği.....	31
3.2.4. Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği.....	31
3.3. Verilerin Analizi.....	32
BÖLÜM 4.....	33
4. BULGULAR.....	33
4.1. Örneklemin İncelenmesi.....	33
4.1.1. Sosyodemografik Özellikler.....	33
4.2. Ölçeklerin İncelenmesi.....	34
4.2.1. Ölçeklerin ve Alt Boyutlarının Güvenilirlik Katsayıları.....	34
4.2.2. Ölçeklerin Puan Aralıkları ve Puan Ortalamaları.....	34
4.2.3. Ölçeklerin Normallik Dağılımları.....	35
4.2.4. Ölçeklerin Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi...36	
4.2.4.1. Ölçek Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	36
4.2.4.2. Ölçek Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması.....	38
4.2.4.3. Ölçek Puanlarının Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	39
4.2.4.4. Ölçek Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	41
4.2.4.5. Ölçek Puanlarının Aylık Gelire Göre Karşılaştırılması.....	42
4.3. Kendini Nesneleştirme, Kendini Susturma, Dissosiyatif Yaşantılar ve Yaş Arasındaki İlişkiler.....	44
4.4. Kendini Nesneleştirme ve Kendini Susturmanın Dissosiyatif Yaşantılar Üzerindeki Yordayıcı Etkisi.....	46
BÖLÜM 5.....	47

5.TARTIŞMA.....	47
BÖLÜM 6.....	56
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	56
Kaynakça.....	57
Özgeçmiş.....	69
Ekler.....	70

TABLolar LİSTESİ

Tablo 2.1. Dissosiyatif Bozuklukların Yaşam Boyu Görülme Sıklığı.....	9
Tablo 4.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklere Göre Dağılımı.....	33
Tablo 4.2. Ölçeklerin Güvenilirlik Analizi.....	34
Tablo 4.3. NBBÖ, KSÖ ve DES-II Puan Ortalamaları ve Puan Aralıkları.....	35
Tablo 4.4. Ölçeklerin Normallik Testi Sonuçları.....	35
Tablo 4.5. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması	37
Tablo 4.6. DES-II Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	37
Tablo 4.7. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması.....	38
Tablo 4.8. DES-II Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması.....	39
Tablo 4.9. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	40
Tablo 4.10. DES-II Puanlarının Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	40
Tablo 4.11. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	41
Tablo 4.12. DES-II Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	42
Tablo 4.13. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Aylık Toplam Gelire Göre Karşılaştırılması.....	42
Tablo 4.14. DES-II Puanlarının Aylık Toplam Gelire Göre Karşılaştırılması.....	43
Tablo 4.15. NBBÖ, KSÖ, DES-II ve Yaş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	44
Tablo 4.16. Kendini Nesneleştirme ve Kendini Susturmanın Dissosiyatif Yaşantılar Üzerindeki Yordayıcı Rolü.....	46

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1. Nesneleştirme Kuramının Varsayımları.....	18
--	----

KISALTMALAR LİSTESİ

- NBBÖ:** Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği
KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği
DES-II: Dissociative Experiences Scale II
ASC: Altered States of Consciousness
APA: American Psychological Association
DSM: Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı
DSÖ: Dünya Sağlık Örgütü
TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu
DIS-Q: The Dissociation Questionnaire
WBSI: White Bear Suppression Inventory
p: Olasılık değeri
r: Korelasyon katsayısı
Z: Z değeri
U: Mann Whitney U katsayısı
T: T katsayısı
SS: Standart sapma
n: Kişi sayısı

BÖLÜM 1

1. GİRİŞ

Kadın doğulmaz: Kadın olunur. İnsan dışisinin toplum içinde büründüğü biçimini belirleyen hiçbir biyolojik, ruhsal, ekonomik yazgı yoktur; erkek ile hadım edilmiş varlık arasındaki kadınsı diye nitelendirilen bu ürünü yaratan, uygarlığın bütünüdür. Birey ancak başkalarının dolayımıyla Başka olarak oluşur.

-Simone de Beauvoir, İkinci Cinsiyet

İlişkisel bir varlık olan insanın kendilik hali, içinde bulunduğu sosyal gerçeklikten fazlasıyla etkilenmektedir. Bununla birlikte kendilik ve sosyal gerçeklik daima bir çatışma içindedir ve birey toplumsallaşabilmek adına kendine ait bazı yönleri inkâr etmek zorundadır (Şar, 2017). Bu inkâr, birey ve toplum arasındaki uzlaşmayı sağlasa da bireyi öznelliğinden koparır ve onu toplum tarafından yön verilen bir varlığa dönüştürür.

Bireyin toplumsal bağlamdaki en belirgin pozisyonlarından biri olan cinsiyet, maskülenliğe ve feminenliğe atfedilen kalıpyargısal özelliklerle şekillenir. Heteroseksist ataerkil toplumlarda feminenlikle pasiflik, bağımlılık, mazoşizm gibi kavramların bağdaştırılması, kadın olmanın, bir anlamda, istismara açık olmakla bir tutulduğu algısına da ışık tutar (Howell, 2005). Cinsiyet odaklı baskının kaçınılmaz olduğu toplumlarda işlevsel düzeyde var olabilmek için içselleştirilen kalıpyargılar ile cinsiyet yeniden üretilmiş olur (Bartky, 1990). Ancak içsel düzeyde çatışma varlığını sürdürmektedir.

Dissosiyasyon, gündelik düzeyde hayale dalıp gitme, unutkanlık gibi yaşantılardan dissosiyatif bozukluklara kadar giden bir kontinuum olarak kavramsallaştırılabilir (Fischer ve Elnitsky, 1990). Sullivan, batı toplumlarında var olabilmek ve hayatta

kalabilmek için dissosiyasyonun şart olduğuna dikkat çekmiştir (aktaran Howell, 2005). Bu durumda, toplumsal cinsiyet rolleri içselleştirildikleri ölçüde, kişinin kendilik halinin baskılandığı, Ben'in yeterince yaşantılanamadığı bir yapıyı anımsatmaktadır. Kadınlara özgü cinsiyet kalıpyargılarının çoğu, kızların cinsel istismar edilmesine ve narsistik gereksinimlerin karşılanmasına yönelik bir cinsel nesne olarak algılanmasına zemin sağlayan baskıcı şartlardan türemektedir; kendisi tacize uğramamış olsa bile birçok kız çocuğu yakın çevresinden vekâleten edindiği istismar edilebilme korkusu içinde yaşamaktadır (Howell, 2005). Travmatojenik şartlar, birey için dissosiyasyon kaynağıdır.

Geçtiğimiz yüzyılda birçok feminist düşünür ve bilim insanı, cinsiyet odaklı baskının kaçınılmaz olduğu toplumlarda cinsiyet ve ruh sağlığı arasındaki çok yönlü ilişkiyi anlamaya yönelik farklı bakış açıları geliştirmiştir. Bu çalışmada ele alınacak kavramlardan ilki kendini nesneleştirme, kadını benliğinden koparıp başkalarının kullanımına ve keyfine hizmet etmesi için salt bir bedene indirgeyen bakış açısının içselleştirilmesini ifade etmektedir (Fredrickson ve Roberts, 1997). Nesneleştirmenin medya içselleştirmesi, toplumsal cinsiyetin kabulü gibi kavramların yanı sıra; taciz, istismar gibi kişilerarası cinsel nesneleştirme yaşantılarıyla da içselleştirilebildiği ve içselleştirildiği ölçüde yeme bozuklukları ve depresyon gibi patolojik sonuçlara yol açtığı bulunmuştur (Calogero, 2012).

Araştırmanın odağında yer alan kendini susturma kuramında ise kadının yetişkinlikte bağlanma gereksinimini karşılayabilmek için sesini ve dolayısıyla kendiliğini baskılamasıyla birlikte ilişkisel temelli bir benlik geliştirdiği öne sürülmektedir (Jack, 1991). Kendini susturmanın kadınlarda daha sık görülen depresyon ve bulimia gibi ruh sağlığı bozukluklarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur (Jack ve Dill, 1992; Zaitsoff ve ark., 2002).

1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışma, nesneleştirme kuramı (Fredrickson ve Roberts, 1997), kendini susturma kuramı (Jack ve Dill, 1992) ve Şar ve Öztürk'ün sosyobilişsel dissosiyasyon modelinden (2007) yararlanarak, Türkiye'de yetişkin kadınlarda kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın dissosiyatif yaşantılarla olan ilişkisini araştırmaya odaklanmıştır.

Nesneye indirgenme, sessizlik, benliğin bölünmesi gibi kavramların istismar edilme ve dissosiyasyon ile büyük ölçüde örtüşmesine duyulan ilgi ve merak, tezin araştırma odağının belirlenmesinde etkili olmuştur. 90'lardan beri ataerkil tutumların git gide arttığı Türkiye'de (Engin ve Pals, 2018), kadınların ruh sağlığına sosyokültürel bir perspektif sunan kendini nesneleştirme ve kendini susturma kavramlarının dissosiyatif yaşantılar ile ilişkisi araştırılarak literatüre katkı sağlanması hedeflenmektedir. Batı kültürü dışında kendini nesneleştirme ve kendini susturma kavramlarının incelendiği araştırmalar oldukça azdır (Yağmurcu, 2015; Kurtiş, 2010) Yazarın bildiği kadarıyla, kendini susturma ve dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişki bu tez çalışması dahilinde ilk kez araştırılacaktır.

1.2. Araştırmanın Hipotezleri

H1: Kendini nesneleştirme ve dissosiyatif yaşantılar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki beklenmektedir.

H2: Kendini susturma ve dissosiyatif yaşantılar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki beklenmektedir.

H3: Kendini nesneleştirme ve kendini susturma dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

1.3. Araştırma Soruları

1) Katılımcıların dissosiyatif yaşantı, kendini nesneleştirme ve kendini susturma düzeyleri yaş, eğitim düzeyi, medeni durum, çocuk sahibi olma durumu ve aylık gelire göre anlamlı bir fark göstermekte midir?

BÖLÜM 2

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Dissosiyasyon

Dissosiyasyon çalışmalarının literatürde uzun bir geçmişi vardır. Gmelin'in (1791) kayda geçen ilk çift kişilik vakasıyla başlayan, de Tours'un (1845) ilk kez dissosiyasyonu bugün bilinen şekliyle kullanmasıyla beraber Briquet, Charcot gibi klinisyenler, histerinin dissosiyatif doğasını gözlemlemiş ve bununla ilgili bulgularını paylaşmıştır (Van der Hart ve Dorahy, 2009). Ancak dissosiyasyon ile ilgili ilk en detaylı çalışma Pierre Janet'den gelmiştir ve Janet'nin görüşleri, günümüzde de etkinliğini sürdürmektedir.

Janet, kişinin ruhsal açıdan sağlıklı olabilmesi için bellek, bilinç, emosyon, kimlik gibi çeşitli psikolojik fenomeni entegre etme kapasitesine sahip olması gerekliliğini şart koşar (Janet'den aktaran Şar, 2014). Buna göre, travmatik anların psikopatolojiye dönüşmesinin hafıza sisteminin entegrasyonu ile ilgili bir bozulmadan kaynaklandığından söz edilmektedir. (Howell, 2005). Normal şartlarda davranış, emosyon, düşünce gibi süreçler bölünmemiş bilinçte birlik halindedir ve kontrol altındadır; ancak kişi korkutucu bir uyarana karşılaştığında bu deneyimi birlik ve bütünlük içinde var olan bilişsel şemalara entegre edemeyecek; böylece bu anıdan arta kalan kırıntılar, zaman zaman psikolojik otomatizmalarla kendine çıkış yolu bulabilecektir (Van der Kolk ve Hart, 1990). Dissosiyasyon sürecinde oluşan idfiks adı verilen bu bilinçdışı saplantılar, travmatik anının emosyonel ve bilişsel bileşenlerini muhafaza ederken, bir yandan da anıyı bilinçli farkındalığın sınırlarından uzak tutmaktadır (Şarlak ve Öztürk, 2018). Dissosiyatif bir hastanın istediğinde travmatik anıyı hatırlayamamasının

fakat aynı zamanda da otomatik ve karşı konulmaz şekilde bu anıları yeniden üretip durmasının Janet için kayda değer bir bulgu olduğundan bahsedilmiştir (Janet'den aktaran Van der Hart ve Dorahy, 2009). Janet sayısız klinik gözlemine dayanarak, kişide şiddetli duygu uyandıran bir travmatik anının entegre edilemediğinde farklı fikirlere ve işlevlere sahip dissosiyatif sistemlerin ortaya çıktığını keşfetmiştir (Van der Kolk ve Hart, 1990). Kişinin travmatizasyon şiddeti/süresi/tekrarı, psişik fragmentasyonunun ne derece şiddetli olduğuyula yakından ilişkilidir (Van der Hart ve Dorahy, 2009).

19. yüzyılın sonlarında Freud ve Breuer'in histeri üzerine yaptığı çalışmalarda dissosiyasyon, anormal bilinç durumlarına yol açan psişik bir savunma düzeneği olarak ele alınmış ve kişinin diğer düşünceleriyle bağlantı kuramamış travmatik anıların, aşağı yukarı bir organizasyonla ikincil bir bilinç (condition seconde) yarattığından bahsedilmiştir (Howell, 2005). O dönemde Freud ve Breuer travmatik anıyı bedende hala varlığını sürdüren yabancı bir maddeye benzetmiş ve kişinin ancak abreaksiyon ile anıyı ve afekti boşaltabilirse veya anıyı dile getirebilirse belirtilerde iyileşme olacağını gözlemlemiştir (Howell, 2005).

Başta Janet'nin dissosiyasyon anlayışına oldukça yakın duran Freud, kariyeri henüz başlamışken dissosiyasyonun histerik paralizde ortaya çıkan yoğun duygulanıma karşı bir savunma düzeneği olduğunu ve çocukluk çağı travmasının, özellikle cinsel istismarın, histerinin etiyolojisinde önemli rol oynadığını savunmuş olsa da çeşitli sebeplerle bu görüşlerini terk etmiş ve ilerleyen zamanlarda da bastırma modeli üzerinde çalışmaya başlamıştır (Van der Hart ve Dorahy, 2009). Freud'un sonraki çalışmalarında ise cinsel travma kavramı çocukluk çağı cinsel düşlemleriyle yer değiştirmiş; buna göre bastırılan travma değil, arzular olmuştur (Howell, 2005). Kaynağının değişmesine rağmen dissosiyasyonun operasyonu değişmemiş, ancak dissosiyasyonun parçaları artık bilinç ve bilinçdışı olarak ele alınmıştır (Howell, 2005).

Janet'nin dissosiyasyon modeli ve Freud'un infantil cinselliğine dair görüşlerinden faydalanarak travmaya ve farklı bilinçlilik hallerine dair yeni bir bakış açısı sunan Ferenczi, çocukluk döneminde yaşanan cinsel istismarın dissosiyasyon için en önemli patojen olduğundan ve klinik gözlemlerine göre en saygıdeğer ailelerde bile

tahmin edilenden çok daha sık istismar yaşantısı bulguladığından bahsetmiştir (Ferenczi, 1949). Ferenczi'nin tarif ettiği sahnede bir çocuğun günlük sevgi dolu konuşmalarını ve hassasiyetini cinselliğe atflayan istismarcı yetişkin karşısında çocuğun yaşadığı çaresizlikten bahsedilmektedir (Öztürk, 2017; Howell, 2005). Altından kalkamayacağı kaygı düzeyine erişen çocuk, saldırganın iradesinin buyruğuna girmekte, çareyi onunla özdeşim kurmakta bulmaktadır; bu sayede onu dış gerçeklikten koparıp intrapsişik hale getirecek, kontrol edebilecek ve böylece bilinç düzeyinde saldırganla günlük ilişkisini sürdürülebilecektir (Ferenczi, 1949). Ferenczi'ye göre travmada bölünen çocuğun dissosiyasyon benliklerinden biri bakımveren benliktir ve diğer benlikleri kollar; acıyı ve anıyı yaşantılamadığı için çocuğun hayatta kalışı için elzemdir (Howell, 2005).

Fairbairn'e göre kişilik, birçok olumlu ve olumsuz yaşantıdan türeyen farklı egolardan oluşmaktadır ve bakımverenle yaşanan erken gelişim dönemindeki aksamalar, dissosiyasyon için çıkış noktasıdır (Tarnopolsky, 2014). Çocuk, hayal kırıklığı yaratan bakımvereniyle bağını ne pahasına olursa olsun sürdürmek isteyecek ve bunu yapmak için nesnenin kötü yanlarını içe yansıtmakta çare bulacaktır (Howell, 2005). Böylece dış gerçeklikte kontrol edilemeyen nesne kontrol edilebilir hale getirilecek ve çocuk bağlanma figürünü sevmeye devam edebilecektir (Armstrong-Perlman, 2000). Fairbairn'in gözlemlerine göre, istismarın şiddeti arttıkça ve çocuk daha yüksek düzeyde kötülüğü içselleştirdikçe kendini suçlama da grandiyöz bir hale gelmekte ve çocuk dış dünyaya dair üzerinde kontrol sahibi olmadığı durumlardan bile kendini sorumlu tutmaktadır (Van der Hart ve Dorahy, 2009). Benzer şekilde Sullivan'ın kişilik organizasyona göre psişeyi inşa eden, bağlanma figürleriyle olan ilişkilerin içselleştirilmesidir (Howell, 2005). Bu ilişki örüntülerinin dışına çıkıldığı Ben-olmayan yaşantıları kişide tekinsiz bir hisse sebep olmaktadır; Ben-olmayan, dissosiyasyon olmuş bölümdür (Beere, 2009).

Uzunca bir süre histeri, kişilikte bölünmeler ve ayrılımlar gibi kavramlarla ilişkilendirilen dissosiyasyon alanı, 1960'ların sonuna doğru klinik olmayan dissosiyasyon ve bilinçte alterasyonları da kapsayacak şekilde genişlemeye başlamıştır (Van der Hart ve Dorahy, 2009). ASC (altered states of consciousness) olarak anılan farklı bilinç hallerinin birçok yolla ve şartta oluşabildiği öne

sürülmektedir: Dış uyaranların ve motor fonksiyonların azaldığı tecrit gibi durumlarda veya dışsal uyarlarda ve emosyonda yüksek artış yaratan eksite durumlarda açığa çıkmaktadır (Ludwig, 1966).

20. yüzyılın sonlarına yaklaşırken, Hilgard hipnoz çalışmalarında “gizli gözlemci” fenomenini literatüre katmıştır (Hilgard, 1977). Gizli gözlemci, kendiliğın hipnozdeki kısmına açık olmayan bilgiye sahiptir; örneğın hipnozdeki kişiyi acıyı hissetmezken, dissosiyeye olmuş “gizli gözlemci” bu acıyı hissedebilmektedir (Howell, 2005). Daha sonraları öne sürdüğü neo-dissosiyasyon kuramında, birbirlerinden bağımsız ancak birbirleriyle etkileşim kuran otonom çoklu paralel alt sistemler modelini sunmuştur (Howell, 2005).

Günümüzde, neyin dissosiyasyon sayılıp neyin sayılamayacağı konusunda görüş ayrılıkları bulunmaktadır. Janet iki tip insan olduğunu söylemiştir: Kronik dissosiyatif halleri olanlar ve olmayanlar (aktaran Van Der Hart ve ark., 2007). Bu görüşe göre farklı bilinç halleri ve dissosiyatif epizotlar birbirinden ayrıştırılması gereken psikolojik fenomenlerdir. Nijenhuis, Van der Hart gibi araştırmacılar, tanısal kesinlik için Janetçi görüşü, yani dissosiyasyonun birbiriyle yeterince entegre olmamış ve bilinç alanından belirgin şekilde geri çekilmiş iki veya daha fazla kişilik haliyle karakterize olduğunu savunmuştur (Van Der Hart ve Dorahy, 2009). Buna zıt şekilde, dissosiyasyonu bir kontinum olarak gören bakış açısı da yaygındır. Örneğın Ludwig (1966), farklı bilinç halleri kavramı ve dissosiyasyonun eş anlamlı olduğunu açıkça söylememiş olsa dahi adaptif veya maladaptif farklı bilinçlilik hallerinin, tüm insanlar için nihai ortak yol olduğunu belirtmiştir. Buna göre dissosiyasyon, içinde patolojik ve patolojik olmayan formlarının yer aldığı yaşantı türü olarak tanımlanmaktadır (aktaran Van Der Hart ve Dorahy, 2009).

2.1.1. Dissosiyatif Yaşantılar

Dissosiyatif yaşantılar, günlük hayatta çoğu kimsenin yaşantılayabileceği dalgınlık, unutkanlık ve hayal kurma hallerinden dissosiyatif kimlik bozukluğuna kadar çeşitlilik gösteren bir kontinum olarak ele alınmaktadır (aktaran Kılıç, 2019). Patolojik ve patolojik olmayan formlarının olduğu varsayılmaktadır. Dissosiyasyon, fenomenolojik bağlamda üç şekilde ayrıştırılabilir: 1) Kişilik özellikleri olarak sayılabilecek, otomatizmalar ve gündüz rüyalarının dahil olduğu

normatif dissosiyasyon 2) Travmaya karşı bir savunma düzeneği olarak 3) Bazı klinik bozukluklarda patolojik belirti ve sendrom olarak görülen hali (Şarlak ve Öztürk, 2018).

Dissosiyatif bozuklukların sınıflandırması tarihsel açıdan oldukça tartışmalı bir konu olmuştur. Dissosiyasyon literatürünün başlangıcı genellikle Janet olarak kabul edilse de Antik Yunan'da Hipokrat tarafından da ele alındığı bilinmektedir (Malhotra ve Gupta, 2018). 19. yüzyıl sonlarından itibaren dissosiyatif, konversif ve somatoform belirtileri açıklamak için çatı kavramı olarak histeri kullanılmış ancak zaman içerisinde bu bozukluklar ayrı kategorilerde incelenmeye başlanmıştır (North, 2015). DSM'nin ilk baskısında (APA, 1952) önceleri konversiyon histerisinin bir türü olarak ele alındığı notuyla birlikte "dissosiyatif tepki", kaygı ve depresif belirtilerin de yer aldığı psikonevrotik bozukluklar arasında yer almıştır (North, 2015). DSM-II ise dissosiyasyon ve konversiyonu, histerik nevroz kategorisi altında iki ayrı bozukluk olarak ele almıştır (APA, 1968). DSM-III ile birlikte psikiyatrik bozuklukların formülasyonunda psikodinamik yaklaşım terk edilmiş ve dissosiyatif bozukluklar kategorisi altında psikojenik amnezi, psikojenik füğ, çoklu kişilik, depersonalizasyon bozukluğu ve atipik dissosiyatif bozukluk olarak alt kategorilerde incelenmiştir (APA, 1980). Önceden dissosiyatif bozukluklarda görülen bozulmuş işlevlere (bilinçlilik, bellek ve kimlik) DSM-IV'te (APA, 1994) algısal bozukluklar da eklenmiş; psikojenik amnezi yerine dissosiyatif amnezi, psikojenik füğ yerine dissosiyatif füğ, çoklu kişilik bozukluğu yerine de dissosiyatif kişilik bozukluğu terimleri kullanılmaya başlanmıştır. APA'nın son sınıflandırma sistemi DSM-V'te ise depersonalizasyon bozukluğu depersonalizasyon/derealizasyon bozukluğu olarak adlandırılmış ve dissosiyatif füğ, dissosiyatif amnezinin bir belirteci olarak yer değiştirmiştir (APA, 2013). Ana sınıflandırmanın dışında kültüre özel bazı dissosiyatif sendromlar da klinik ilgi odağı olmuş ve bir tür cinnet hali olarak tanımlanabilecek Amok, Latah ve Ataque de Nervios bunlar arasında sayılmıştır (Malhotra ve Gupta, 2018).

Tüm psikiyatrik bozukluklar içinde en yüksek çocukluk çağı psikolojik travma sıklığı dissosiyatif hastalarda bulunmuştur ve çocukluk çağı cinsel (%57.1-%90.2), duygusal (%57,1) ve fiziksel (%62,9-82,4) istismar ve ihmal (%62,9) yaşantıları bunlar arasında sayılmaktadır (Şarlak ve Öztürk, 2018). Sivas'ta klinik olmayan bir

örnekleme yapılan bir çalışma dahilinde 628 kadınla yapılandırılmış bir tanısal görüşme gerçekleştirilmiş ve dissosiyatif bozuklukların genel toplumda görülme sıklığı %18,5 bulunmuştur (Şar ve ark., 1998). Verilerin detaylı incelemesi Tablo 2.1’de sunulmuştur.

Tablo 2.1. Dissosiyatif Bozuklukların Yaşam Boyu Görülme Sıklığı (n=628) (Şar ve ark., 1998)

Dissosiyatif Bozukluk Türü	n	%
Dissosiyatif Amnezi	49	7.8
Dissosiyatif Füg	1	0.2
Depersonalizasyon Bozukluğu	10	1.6
Dissosiyatif Kimlik Bozukluğu	7	1.1
Dissosiyatif Kimlik Bozukluğu Benzeri Durumlar	26	4.1
Dissosiyatif Trans Bozukluğu	3	0.5
Derealizasyon (Depersonalizasyon Olmadan)	7	1.1
Diğer (Karışık Belirti)	15	2.4

Bu bölümde, dissosiyatif kontinuuma ait temel yaşantılar ve DSM-V’te (APA, 2011) kategorize edildiği haliyle dissosiyatif bozukluklara verilecektir.

2.1.1.1 Absorbsiyon

Absorbsiyon, dikkatin ve bilişsel kaynakların yoğun bir şekilde arzu edilen noktaya odaklandığı, kişinin çevresine ve kendisine olan farkındalığının askıya alındığı bir yaşantı türü olarak tarif edilmektedir (Butler, 2006). Absorbsiyon günlük yaşamda sıkça karşılaşılabilecek bir durumdur; film seyrederken, pencereden dışarı bakarken veya araba kullanırken (otoyol hipnozu) kişinin zamanın nasıl geçtiğini fark etmemesi ve bilinçli farkındalığını bir süreliğine kaybetmesi absorbsiyona örnektir (Ray, 1996). Bu sırada gerçeklik ve fantezi arasındaki ayrımın silikleştiği bildirilmektedir (Ray ve ark., 1992). Absorbsiyonun ayrıca diyalogun bir kısmını kaçırmak, acıyı görmezden gelebilmek veya hayallere dalıp gitmek gibi yaşantılarla ilişkisi de ortaya konmuştur (Seligman ve Kirmayer, 2008). Kişiye keyif veren birçok yaratıcı aktivitenin absorbsiyon haline geçişte önayak olabildiği bulgulanmıştır (Butler ve Palesh, 2004). Absorbsiyon eğiliminin yaşla birlikte azaldığı bildirilmektedir (Seligman ve Kirmayer, 2008).

2.1.1.2. Depersonalizasyon/Derealizasyon

Depersonalizasyon, kişinin kendisine yabancılaştığı ve gerçek olmadığı duygusuyla birlikte birlikte bedeninden veya ruhsal süreçlerinden ayrıldığı, kendisini dışarıdan biri gibi seyrettiği bir yaşantı türü olarak tanımlanmaktadır (Steinberg ve Schnall, 2001; Öztürk, 2017). Depersonalizasyon sırasında algısal değişiklikler veya bedenle ilgili halüsinasyonlar ortaya çıkabilmektedir (Spiegel ve Cardena, 1991). Depersonalizasyon yaşantısının başlangıcına genellikle bedenin bir bölümünde karıncalanma, uyuşma gibi somatik belirtilerin eşlik ettiği bildirilmiştir (Öztürk, 2017). Depersonalizasyon hem birçok psikiyatrik bozukluğa ait tabloda, hem de genel popülasyonda rastlanabilen bir bulgudur (Aderibigbe ve ark., 2001). Derealizasyon ise, kişinin çevresine yabancılaştığı, dış dünyanın ve başka insanların ona gerçekdışı gibi geldiği bir yaşantı olarak tarif edilmektedir (Steinberg ve Schnall, 2001). Depersonalizasyon ve derealizasyonun genelde birlikte görüldüğü bulgulanmış ve buna göre DSM-V (APA, 2014) ve ICD-10'da (WHO, 2004) bir arada ele alınmıştır (Baker ve ark., 2003). Depersonalizasyon ve derealizasyonun travma sonrası stres bozukluğu, panik bozukluğu, depresyon gibi psikiyatrik rahatsızlıklarda veya kafa travması, ölüme yakın deneyimler veya bazı nörolojik bozukluklarda da görüldüğü bildirilmiştir ancak primer belirti olduğunda Depersonalizasyon/Derealizasyon bozukluğu adı altında ele alınmaktadır (Baker ve ark., 2003). Depersonalizasyon/derealizasyon belirtilerinin yaşla birlikte iyileşme gösterdiği, bununla birlikte klinik seyrinin kronik olduğu belirtilmiştir (Baker ve ark., 2003)

Depersonalizasyon/derealizasyon bozukluğu tanı kriterlerinin karşılanması için kişinin düşünceleri, duyuları, duyguları veya bedenine yabancılaşması ve dışarıdan bir gözlemci gibi seyretmesi (depersonalizasyon) ve çevredeki insanları veya nesnelere gerçek dışı olarak algılaması (derealizasyon) yaşantılarının sürekli ya da yineleyici biçimde görülmesi ve bu sırada kişinin gerçeği değerlendirme yetisinin bozulmaması gerekmektedir (APA, 2013). Türkiye'de klinik dışı kadın örnekleme yapılan bir çalışmada depersonalizasyon/derealizasyon bozukluğunun yaygınlığı %2,4 olarak bulunmuştur (Şar, 2013).

2.1.1.3. Dissosiyatif Amnezi

Kişinin belleğinde belirli bir zamana ait belirgin bir boşlukla ilişkilendirilen dissosiyatif amnezi, kişinin birçok önemli bilgiyi sıradan unutkanlıkla açıklanamayacak seviyede hatırlayamaması durumudur (Steinberg ve Schnall, 2011; Öztürk, 2017). Amnezinin dissosiyatif sayılabilmesi için, yapısal bir dissosiyasyondan bahsedilmesi; yani bilginin benliğin bir kısmına açık, diğer kısmına kapalı olması gerektiğini savunan görüşler bulunmaktadır (Van Der Hart ve ark., 2007). Çocukluğunda kronik istismara uğramış kişilerde dissosiyatif amnezi sıkça bulgulanmış, bilhassa aile veya akrabaları tarafından istismar edilenlerde amnezinin daha şiddetli olduğu belirtilmiştir (Freyd, 1996). Dissosiyatif amnezide belirli bir stres faktörüyle ilişkili ani başlangıç görüldüğü (Steinberg, 1994) görüşü olsa da bazı kişiler travmatik yaşantılardan hemen sonra dissosiyatif amnezi geliştirirken, bazısında belirli bir zaman sonra görülmektedir ve bazılarında da zaman zaman kişiliğin amnezik ve amnezik olmayan tarafları birbiriyle yer değiştirmektedir (Van der Hart ve Nijenhuis, 2001). Amnezi farklı seviyelerde görülebilir; bazısı olayı tümünden hatırlayamazken, bazısı olayı hatırlar ancak sahiplenmez; olay olmuştur ama onun başına gelmemiştir (Van der hart ve ark., 2007). Ayrıca birçok dissosiyatif hastanın unuttuğunu unutmuş olduğu (amnezi amnezisi), yani amnezisinin farkında olmadığı ancak iyileşme olduğunda arada ne kadar fazla zamanın kayıp olduğunu fark ettiği belirtilmiştir (Nijenhuis ve ark., 2004). Alt kategorilerde ele alındığında:

Lokalize amnezi: Kişi örseleyici bir olayın çevresindeki belirli bir zaman aralığında, genellikle birkaç saat, yaşananları anımsayamaktadır (APA, 1994).

Seçici amnezi: Kişi, belirli bir zaman aralığındaki olayın tümünü değil, bir kısmını hatırlamaktadır (APA, 1994).

Yaygın amnezi: Kişinin tüm yaşantılarını veya belirli kategorilere ait tüm bilgiyi unutmamasıyla karakterizedir (Van der Hart ve ark., 2007)

Sürekli amnezi: Kişinin belirli bir olaydan sonra yeni anı oluşturamaması durumudur ve oldukça nadir görülmektedir (Van der Hart ve ark., 2007).

Sistemik amnezi: Kişinin belirli kategorilere ait, ailesi gibi, bilgiyi tümünden unutmamasıyla karakterizedir (Van der Hart ve ark., 2007).

Dissosiyatif amnezinin yaşam boyu görülme sıklığı %7 olarak bulunmuş ve savaş ve doğal afet zamanlarında görülme sıklığının arttığı bildirilmiştir (aktaran Öztürk, 2017).

2.1.1.4. Kimlik Karmaşası ve Kimlik Alterasyonu

Kimlik karmaşası, kişinin kim olduğuyla ilgili tereddüt, belirsizlik veya şüphe hisleriyle ifade edilmektedir (Steinberg ve Schnall, 2011). Kişi, kimliğini oluşturan içsel yönelimleri arasında süregelen bir mücadele içindedir ve kendini tanımlayamaz haldedir (Steinberg, 1995). Kimlik karmaşası yalnızca dissosiyatif bozukluklara has değildir; sınırda kişilik bozukluğunun tanı kriterleri arasında da yer almaktadır (APA, 2013). Sınırda kişilik bozukluğu tablolarının büyük bölümüne dissosiyatif bozukluğun eşlik ettiği bulgulanmıştır (Şar ve ark., 2006) Ancak çoğu zaman dissosiyatif bir bozukluğun varlığı klinisyenler tarafından göz ardı edilmektedir (Şar, 2013). Farklı ülkelerde yapılmış epidemiyolojik çalışmalarda birbirinden oldukça farklı sonuçlar elde edilmesinin yalnızca kültürel faktörlere değil, bahsedilen eğilime de atfedilebileceği akla gelmektedir.

Kimlik alterasyonunda, kimliğin farklı parçaları akıl ve davranışın yönetici kontrolünü ele geçirmektedir ve kimlikler arasında başkaları tarafından da fark edilebilecek düzeyde geçişler olmaktadır; farklı isimleri olan, farklı ses tonlarında konuşan ve hatta bazen yazmak için farklı elini kullanan kimliklerden söz edilmektedir (Öztürk ve Şar, 2016). Bu sırada kişiliğin bir anda değiştiği veya başkasının kontrolü ele geçirdiği hissi bildirilmiştir (Steinberg ve Schnall, 2011).

Dissosiyatif kimlik bozukluğu, DSM-IV (APA, 1994) öncesinde çoğul kişilik bozukluğu adıyla bilinen, iki veya daha fazla farklı kişiliğin aynı kişide bulunduğu ve farklı zamansal aralıklarda değişerek kontrolü devraldığı, kimlik alterasyonlarının görüldüğü en ağır dissosiyatif bozukluktur (Öztürk, 2017). Dissosiyatif kimlik bozukluğu hastaları, diğer dissosiyatif hastalarla karşılaştırıldığında en yüksek seviyede dissosiyatif belirti bildirenlerdir (Van der Hart ve ark., 2007). Ayrıca bu bozukluğun erken başlangıcının daha yüksek dissosiyatif yaşantı düzeyiyle pozitif yönde ilişkisi bulunmuştur (Baker ve ark.,

2003). Kimlikteki bölünme, kendilik hissinde ve kontrol algısında belirgin bir bozulmayı kapsarken biliş, bellek veya davranışta başkaları tarafından da gözlemlenebilir değişiklikler yaratmaktadır (APA, 2013).

Dissosiyatif kimlik bozukluğunda kişinin içinde başka bir kişi varmış gibi hissettiği veya bu kişiyle karşılıklı diyalog kurduğu Schneider belirtileri sergilediği; bu kişinin psikolojik ve davranışsal kontrolünü geçici olarak ele geçirebildiği bildirilmektedir (Öztürk, 2017). Dissosiyatif kimlik bozukluğu hastaları, ilk başta kendilerini travmatize eden kişi veya sistem karşısında kimliklerini kaybetmemek için kendi kopyalarını üretmekte, ancak patolojik süreç, bu kopyaların bağımsızlıklarını kazanmış alter kişilikler haline gelmesiyle ilerlemektedir (Öztürk, 2017). Bu vakalarda genellikle zamanın büyük bölümünde kontrolü elde tutan bir evsahibi (host) kişilik bulunmaktadır (Öztürk 2017).

Dissosiyatif kimlik bozukluğunun kendine zarar verme, homisid ve suisid girişimler, madde bağımlılığı, yeme bozuklukları, cinsel işlev bozuklukları, yeniden kurban gitme yaşantıları, konversiyon belirtileri ve kişilik bozukluklarıyla ilişkisi literatürde sıkça yer almıştır (Nijenhuis, 1999).

2.1.1.5. Dissosiyatif Füg

Dissosiyatif füg, ani ve beklenmedik bir şekilde kişinin evinden ayrılması ve amnezi ve kimlik konfüzyonunun eşlik ettiği sürecin sonunda aradan geçenleri hatırlayamaması olarak tanımlanmaktadır (Steinberg ve Schnall, 2011). Kişinin dissosiyatif füg içindeyken yönelimi, gerçeklik algısı tam ve uyanıktır; genellikle füg yaşantıları sırasında yeni bir alter kişiliğin kontrolü ele almış olduğu düşünülmektedir (Öztürk, 2017). Önceden ayrı bir bozukluk olarak ele alınırken DSM-5'te dissosiyatif amnezi belirteci olarak kategorize edilmiştir (APA, 2013). Dissosiyatif füg hastalarının genellikle çocukluklarında şiddetli istismara maruz kaldığı bildirilmektedir (Loewenstein, 1993).

2.1.2. Kendiliğin İşlevsel Bölünmesi

Şar ve Öztürk (2007) dissosiyasyona dair sosyokognitif bir perspektif sundukları kendiliğin işlevsel bölünmesi modelinde Sosyolojik Kendilik kavramını tanıtmaktadır. Sosyolojik kendilik, bireyin toplumsallaşma sürecinde başkaları

tarafından yontulan bir yapıyken, psikolojik kendilik bireyin iç gerçekliğinin ta kendisidir; birinin diğerini inkâr etme eğilimi ise birey için içinden çıkılmaz bir ikilemdir (Şar ve Öztürk, 2014). Buna göre en temel dissosiyasyon, gelişimsel travmatizasyon etkisiyle sosyolojik kendilik ve psikolojik kendilik arasındaki iş birliğinin azalmasıdır (Şar, 2018). Janet'nin ruhsal sağlık için şart koştuğu bireyin entegrasyon kapasitesi, bu iki kendilik arasındaki ilişki sebebiyle bozulmuştur (Janet'den aktaran Howell, 2005). Dissosiyatif kontinumun en ileri seviyesinde yer alan dissosiyatif kimlik bozukluğunda alter kişilikler devreye girdiğinde sosyolojik kendiliğe ait olan travmatik kendilik belirtisel hale gelmiştir (Şar, 2018).

Dissosiyasyona neden olan sürecin başlangıcında kişi travmatik yaşantıyı hemen çözümleyemediğinde, psikolojik kendilik zamanda sabitlenir ve sosyolojik kendilikle iş birliği kaybolmaya başlar; kronik travmatizasyonla aradaki uçurum daha da büyümektedir (Şar ve Öztürk, 2007). Kişi çözümleyemediği travmatik anıyı işlemlerken o kadar çok güç sarf etmektedir ki aktif bellek için geçmiş travma şimdi yaşanmaktadır (aktaran Şar ve Öztürk, 2007). Normal zaman algısının geçmiş, şimdi ve gelecek olduğu göz önünde bulundurularak, travmatik olay “geçmiş”e aittir (çünkü “şimdi”de travmatik olduğunu işlemlememiştir) ve her yeniden işlemeleme çalışıldığında “şimdi”nin bir parçası haline gelir (Şar ve Öztürk, 2014). Zamanda ayrılmıştır ancak sürekli yinelenen ve birbirinden farklı versiyonlarıyla şimdiye taşınan geçmiş travma sayesinde kişinin zaman algısı bozulmaktadır (Şar ve Öztürk, 2014). Zaman ve gerçeklik algısında olması gereken sıralama Janet için şimdiki gerçeklik, yakın gelecek, yakın geçmiş, ideal, uzak gelecek, uzak geçmiş, düşünme ve fikir şeklindedir (Janet'den aktaran Van der Hart ve ark., 2007). Travmatik yaşantının yinelenmesi ile sıralama aksamaya uğrar. Ayrıca modelde, kişinin gerçeklik algısının korunmasının psikolojik ve sosyolojik kendiliğe ait olmadığı, yönetici ego gibi işlev gören moderatörden söz edilmektedir ve üç görevi vardır: Psikolojik ve sosyolojik kendiliklerin iş birliği bağlamında zaman algısı, psikobiyojik emosyonel sistemlerinin yönetimi ve emosyonların kontrolü (aktaran Şar ve Öztürk, 2014).

Sosyolojik kendilik, aslında kişinin var olan toplumsal gerçeklikte psikolojik kendiliğin bağlanma, onaylanma gibi ilişkisel gereksinimlerini karşılayabilmek ve dışarıdan gelen yeni tehditlere karşı onu bir zırh gibi koruyabilmek için

genişlemiştir (Şar, 2018). Ancak “sosyal alter” (de Mause, 1995) olarak da görülebilecek sosyolojik kendiliğin aşırı genişlemesi, sosyal bakımdan yıkıcı bir tarz yaratmaktadır (Şar ve Öztürk, 2014). Sosyolojik kendilik aşırı derecede genişlemiş olsa bile psikolojik kendilik temel düzeyde canlı tutulmaktadır (Şar, 2018). Bu iki alan birbirinden tamamen bağımsızdır. Sosyolojik kendilik travma dışındaki toplumsal etkenlerle de parçalanabilir (Şar ve Öztürk, 2014). Modelde klinik ve klinik olmayan dissosiyasyona dair temel bir mekanizmadan bahsedilmektedir. Ruhsal bölünmenin gündelik sonuçlarından birinin görünürde normallik olduğu belirtilmiştir (Öztürk, 2017). Sosyolojik kendiliğin bazı özellikleri arasında modelleme, istismar etme ve edilme, kutuplaşma, dönüşlülük (reversibility) ve çarpıtma gibi kavramlar sayılmaktadır (Şar ve Öztürk, 2007).

2.2. Kendini Nesneleştirme ve İlgili Literatür

Nesneleştirme, insanın nesneye indirgenmesidir (Kant, 1797/1996). Martha Nussbaum (1995), nesneleştirilen kişinin nesneleştirilenin gözünde, kendi amaçlarını gerçekleştirebilme özerkliği olmayan, amaçtan yoksun, gözden çıkarılabilir, kırılıp ezilip parçalara bölünebilir, bakış açısı yok sayılabilir ve sahip olunabilir bir enstrüman olduğundan bahsetmiştir.

Sosyal psikologlar tarafından daha az güçlünün ihtiyaçları ve istekleri doğrultusunda güçlü tarafından kullanılabilmesini sağlayan bir araç olarak görülen nesneleştirme (aktaran Doğan, 2013); kadının bedeni söz konusu olduğuna “başkalarının kullanımı için yalnızca beden veya beden parçaları toplamından” ibaret olmasıdır (Fredrickson ve Roberts, 1997, sf. 174).

Beden, cinsiyetleri ayırtmada temel çıkış noktasıdır (Fredrickson ve Roberts, 1997). Cinsiyetler arası farklılıklara odaklanan bakış açılarında anatomik, genetik, hormonal açıklamalar getirilirken, biyolojik olmayan perspektiflerde bedenden söz edildiğine pek rastlanmamaktadır (Calogero, 2012). Ancak geçtiğimiz yüzyılın ikinci yarısından itibaren, bedenin yalnızca biyolojik değil, sosyal bir yapı olarak ele alınması gerekliliğini savunan sosyal konstrüktivist bir perspektif güç kazanmıştır (Tiggemann ve Williams, 2012).

Nesneleştirme, günlük ve normatif düzeyde laf atılmak, taciz edercesine bakılmak, medyada aşırı cinselleştirilmiş kadın imgesine maruz kalmak gibi görece daha az invazif ama kronik gerçekleştiğinde psişe üzerinde etkili; ancak diğer yandan cinsel istismar, tecavüz gibi kişinin bütünlüğünü sarsacak düzeyde de yaşantılanabilir (Tiggemann ve Williams, 2012). Yaş ve statüden bağımsız tüm erkeklerin kadınları cinselleştirme hakkını tasdikleyen toplumsal atmosferde pek çok kadının yaşamı boyunca nesneleştirme yaşantılarına maruz kalması oldukça normal bir bulgudur; ancak her kadın eşit derecede kendini nesneleştirmeyecektir (Fredrickson ve Roberts, 1997). Bu nedenle kendini nesneleştirme, bir kişilik özelliği olarak kavramsallaştırılmıştır ve ne seviyede yaşantılandığında farklı gelişimsel öncüller ve kişilik özellikleri rol oynamaktadır (Szymanski ve ark., 2011).

Bireyin bedeniyle ilgili ataerkil beklentileri içselleştirmesi sonucunda kendini bir gözlemcinin perspektifinden görmesi olarak tanımlanabilecek kendini nesneleştirme sürecini toplumsallaşma çerçevesinden ele almak mümkündür: Kız çocukları toplumun tarif ettiği cinsiyet rollerine uygun bir şekilde davranıp karşılık vermeye yönelik toplumsallaşır; önce dışarıdan gelen baskıya boyun eğer, bir sonraki aşamada “doğru” olduğunu öğrendiği değer ve tutumların sahibi haline gelir ve benlik algısının bir parçası haline getirir (Calogero, 2012; Costanzo, 1992). Böylelikle toplumla uzlaşma içinde olabilecektir. Hatta az önce bahsedildiği gibi, nesneleştirmenin günlük formlarını normal karşılamaya başlayacak, toplum tarafından arzulanır olmanın bir göstergesi olarak algılayacaktır (Smolak ve Murnen, 2011). Kadın cinselliğinin erkeklerin erotize ettiği versiyonunun kadınlar tarafından da benimsenmesi buna bir örnektir (MacKinnon, 1989). Kendini nesneleştirme, Cooley'nin (1902) Ayna Benlik olarak bahsettiği ve başkalarının bireyi nasıl gördüğü üzerinden şekillenen sosyal benlik yapısının tanımına uymaktadır; ancak kadınlar ve cinsel nesneleştirme söz konusu olduğunda aynadan yansıyan, somut gerçeklikte olması beklenildiği gibi; fiziksel özellikler olacaktır (Fredrickson ve Roberts, 1997).

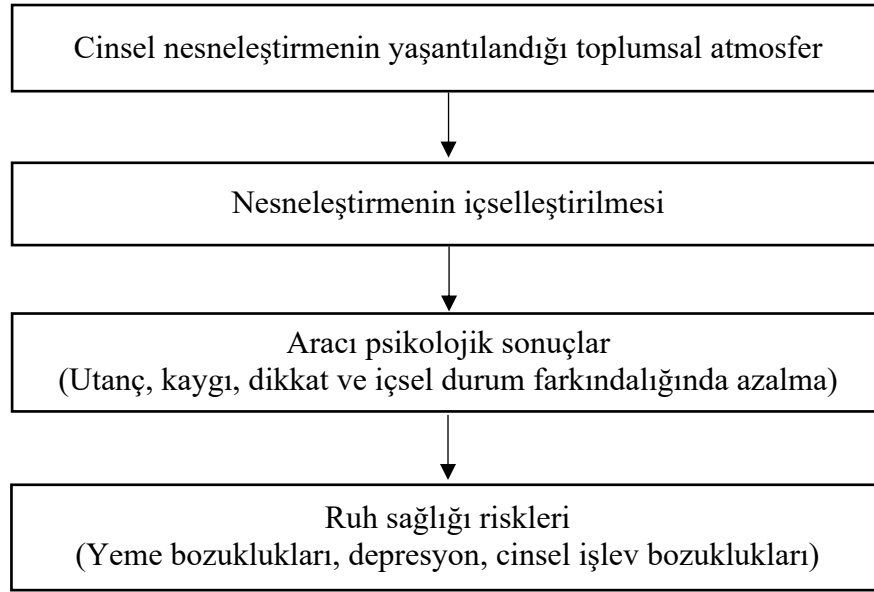
Nesneleştirme kuramı, medya içselleştirmesi (Calogero ve ark., 2005), toplumsal cinsiyetle ilgili sistemi meşrulaştırma (Doğan, 2013), kişilerarası cinsel nesneleştirme yaşantıları gibi yollarla içselleştirilen gözlemci perspektifinin bireyin ruhsal sağlığına etkisinin neler olabileceğine dair bilimsel sorular için bir çerçeve

sunmaktadır (Roberts ve ark., 2018). Kuram kendini nesneleştirmenin öncüllerinden ziyade, davranışsal, emosyonel ve bilişsel belirtilerin ve patolojik sonuçların ortaya çıkış mekanizmasını tarif etmektedir. Gözlemci perspektifi içselleştirildiğinde, birey sürekli bedenini gözetlemeye ve değerlendirmeye başlar. Bu bakışın birey için birtakım sonuçları olacaktır, bunlardan biri utançtır (Fredrickson ve Roberts, 1997). Nesneleştirme bağlamında kişi, onu nesneleştiren toplumun gözünden kendisini izleyip yargıladığı için utanç duymaktadır. Utanç duygusunun sosyal yönüyle ilgili Darwin, kişinin kendi bedenine bakmasının değil, başkasının onunla ilgili ne düşündüğünü düşünmenin utanç uyandırdığından bahsetmiştir (Darwin'den aktaran Fredrickson ve Roberts, 1997). Birçok farklı çalışmada kendini nesneleştirme ve beden utancı arasında güçlü ilişkiler bulunmuştur (Calogero ve ark., 2005; Talmon ve Ginzburg, 2018).

Gözlemci perspektifinin içselleştirilmesinin sonuçlarından bir diğeri de kişinin yaşayacağı kaygıdır (Tiggemann ve Williams, 2012). Kuramın varsayımları arasında, kişinin her an başkalarının bakışlarının hedefi olacağına dair dış görünüşüyle ilgili yaşadığı kaygı yer almaktadır, ancak madalyonun öteki yüzünde kızları ve kadınları nesneleştirmenin tasdiklendiği, hatta tecavüz söz konusu olduğunda bile “O da çok açık giyinmeseymiş” gibi seslerin duyulabildiği bir toplumsal gerçeklikte kendi güvenliğinden duyduğu kaygının da varlığıyla birlikte çift katmanlı bir yapıdan söz edilmektedir. Kendini nesneleştirmenin görünüş kaygısıyla ilişkisi ampirik olarak desteklenmiş (Tiggemann ve Williams, 2012) ayrıca cinsel nesneleştirme yaşantılarının tecavüze uğrama korkusuyla da ilişkisi ortaya konmuştur (Watson ve ark., 2015). Ancak diğer yandan, içselleştirilen bakışın etkisiyle kendini nesneleştirme ve tecavüz mitlerinin kabulü arasında da ilişki bulunmuştur (Fox ve ark., 2015).

Kişinin ruhsal sermayesini dış görünüşüne yatırmasının diğer sonuçları da Csikszentmihalyi'nin (1990) önerdiği flow durumuna, yani kişinin yaptığı işe tüm şevki, dikkati ve isteğiyle girişebildiği motivasyonel durumlara geçişin sağlanamaması ve azalmış içsel farkındalığıdır (Fredrickson ve Roberts, 1997). Flow durumuna geçişte bireyin öz bilinçliliğinden tümüyle sıyrılması gerekliliği göz önüne bulundurulduğunda, beden izleme davranışının flow önünde büyük bir engel olduğu söylenebilir ve bu varsayım çalışmalarla da desteklenmektedir

(Szymanski ve Henning, 2007). Kuramın bir diğer öngörüsü, dışsala olan yatırımın artmasının azalmış içsel farkındalıkla sonuçlanmasıdır (Fredrickson ve Roberts, 1997). Azalmış içsel farkındalık ve kendini nesneleştirme ilişkisine dair literatürde çelişen sonuçlar olmakla birlikte (Daubenmier, 2005; Muehlenkamp ve Saris-Baglana, 2002), bu çelişkinin farklı ölçüm araçlarının kullanımıyla ilgisi olabileceği düşünülmektedir (Tiggemann ve Williams, 2012).



Şekil 2.1. Nesneleştirme Kuramının Varsayımları (Roberts ve ark., 2018)

Kuramda öne sürülen ruh sağlığı riskleri ve kendini nesneleştirme arasında hem direkt ilişkilerin bulunduğu hem de iki uç arasındaki aracı mekanizmalara ışık tutan çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Fredrickson ve Roberts'ın (1997) sunduğu modeli test eden Tiggemann ve Williams'ın (2012) çalışmasında, çalışmadaki tüm değişkenlerin yeme bozuklukları varyansının %93'ünü, depresyon varyansının %59'unu, cinsel işlev bozuklukları varyansının %16'sını yordadığı bulunmuştur. Yanı sıra, kendini nesneleştirmenin kendine zarar verme davranışları, travma belirtileri, düşük yaşam doyumu, düşük benlik saygısı ile anlamlı ilişkileri literatürde yer almıştır (Muehlenkamp ve ark., 2005; Miles-Mclean ve ark., 2015; Mercurio ve Landry, 2008; Choma ve ark., 2010).

Kendini nesneleştirme düzeyinin yaş ile negatif yönde bir ilişkisi olduğu bilinmektedir (Szymanski ve Henning, 2007). Kuramın çıkarımlarına paralel olarak kendini nesneleştirmenin kendini cinselleştirme ve giysileri rahatlığından ziyade görünüşü için seçmekle de pozitif yönde ilişkileri bulunmuştur (Smolak ve ark., 2014; Tiggemann ve Andrew, 2012).

Yukarıda belirtilen örnekler, kendini nesneleştirmenin sabit bir kişilik özelliği olarak ele alındığı ilişkisel çalışmalar olsa da kendini nesneleştirmenin bazı durumlarda tetiklenen bir durum olarak kavramsallaştırıldığı deneysel çalışmalar da bulunmaktadır. Bunlardan ilki Fredrickson ve arkadaşlarının (1998) mayo deneyidir. Bu çalışmada, kadın ve erkeklerden oluşan katılımcı grubuna tüketici alışkanlıklarıyla ilgili bir deneye katıldıkları söylenmiş ve katılımcılar mayo grubu ve kazak grubu olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Araştırmacılar tarafından belirtilen giysileri giymeleri doğrultusunda yönlendirilen katılımcılar bir boy aynasının olduğu odada giysileriyle 15 dakika süreyle yalnız kalmışlar ve bu sürenin sonunda katılımcıların beden utancı ve matematik performansı düzeyleri ölçülmüştür. Sonuçlara göre yalnızca kadın katılımcılarda mayo ve kazak grubunun arasında beden utancı ve matematik performansı düzeylerinde anlamlı bir fark gözlemlenmiştir (Fredrickson ve ark., 1998).

Nesneleştirme kuramı, her ne kadar kadınların nesneleştirme yaşantılarının sonuçlarını anlamak üzere geliştirilmiş ve literatürde kadınların erkeklerden daha yüksek kendini nesneleştirme düzeylerinin bulgularına muazzam sayıda çalışma olsa da erkek örnekleriyle yapılan çalışmalar, nesneleştirmenin erkeklere de uygulanabilir bir model olduğunu göstermiştir (aktaran Oehlhof ve ark., 2009).

2.3. Kendini Susturma ve İlgili Literatür

Bireyin kendilik yaşantısı, içinde bulunduğu sosyal bağlama ve ilişkilerine sıkı sıkıya bağlıdır (Jack, 2011). Bu nedenle cinsiyetler arası eşitsizliğin yaşandığı bir ortamın, kişinin kendilik algısında birçok farklı sonucu olabileceği beklenmektedir. Kadının erkekten daha az sosyal güce ve kaynağa erişiminin olmasının bir sonucu olarak, kadınların diğerlerinin ihtiyaçlarıyla aşırı özdeşleştiği gözlemlenmektedir (Jack, 1991). Kültürlerarası bağlamda “iyi kadın”ın nasıl olması gerektiğinin tarifi çok fazla değişmemekte ve buna göre kadının erkekten daha güçsüz olduğu

varsayılmakta ancak ilişkinin kalitesinden yine de kadının sorumlu bulunduğu görülmektedir (Jack ve Ali, 2010). Kadınların ilişkisel benliğinin önemli özelliklerinin duygusal bağ kurabilmek için başkalarına yönelik yoğun ilgi ve dikkatin yanı sıra karşılıklı empatik süreç beklentisi olduğundan bahsedilmiştir (Surrey, 1985).

Chodorow'a (1975) göre, cinsiyetler arasındaki farklılıkların kaynağı anatomik değil, kadınların evrensel olarak çoğunlukla çocuk bakımından sorumlu olmasıyla ilişkilidir. Böylece feminen kişilik, başkalarıyla olan ilişkisi ve başkalarına bağlılığı üzerinden tanımlanan bir yapı olmuştur (Gilligan, 1982). Bu durum, aynı zamanda kadının bakım verme, yardım etme ve besleme kapasitesini de kapsamaktadır; kadın *her başarılı erkeğin arkasında* konumlandırılmıştır. Geçen yüzyılda uzun süre varlığını sürdürmüş görüşler cinsiyetler arası bu farkın nasıl geliştiğini gözden kaçırmıştır; bu görüşlere göre fark, kadının içgüdüsel veya sezgisel doğasının bir ürünüdür (Gilligan, 1982). Freud, Erickson ve Piaget de dahil olmak üzere birçok kuramcı, erkek davranışını norm, kadın davranışını ise bu normun dışına çıkılan bir versiyon olduğu görüşünde olmuştur (Gilligan, 1982). Örneğin Freud kızlarda adalet duygusunun erkeklere oranla daha az gelişmiş olduğunu, Piaget de ahlaki gelişimin erkeklere oranla kızlarda çok daha güdük kaldığını söylemiştir (aktaran Gilligan, 1982). Bu gözlemlerin biyolojik temellendirmeleri, cinsiyet farklılıklarına dair sosyokültürel açıklamaların hız kazanmasıyla git gide etkisini kaybetmiştir. Ancak günümüzde cinsiyet eşitsizliği hala normatiftir ve kız ve erkek çocukları cinsiyete özgü toplumsallaştıkları ölçüde yetişkinlikte birbirinden ayrı benlik algılarına ve kişilerarası oryantasyona sahip olmaktadır (Miller, 1976). Dünya Sağlık Örgütü'nün 1998'de yayınladığı raporda açık bir şekilde hiçbir toplumun kadına ve erkeğe eşit davranmadığı belirtilmiştir.

Heteroseksüel ilişkilerde kadınlara yüklenen ilişkiyi sağlama ve sürdürme görevi veya vurgulanan *yuvayı dişi kuş yapar* anlayışı, gücün erkeğin elinde olduğu durumda kadına pasif biçimde itaatkâr olmak ve aktif biçimde kendini susturmaktan başka çare tanımamaktadır (Jack ve Ali, 2010). Burada bahsedilen ses, belirli bir zaman ve mekânda kişinin pozisyonunun ona getirdiği güce işaret etmektedir; sessizlik ise var olan sesin yok oluşu veya kaybıdır (Kurtiş, 2010).

Kendini susturma kuramına göre toplumsal cinsiyet rollerine paralel olarak genişlemiş ilişkisel benlik, partnerinin memnuniyetinden ve mutluluğundan sorumlu, kendini feda etmeye meyilli, hakiki duygularına zıt biçimde düşüncelerini veya eylemlerini baskılayan bir yapıdır. Bu durum, “kendilik kaybı” hissiyle birlikte ilerlemektedir (Jack ve Dill, 1992).

Jack’in (1991) kendini susturmayı kavramsallaştırması, klinik depresyon tanısı almış 12 kadınla yaptığı kalitatif çalışmasına dayanmaktadır. Çalışma kapsamında kadınlar yaşantılarını tarif ederken kendilerini susturmanın hayatlarına getirdiği kaybolmuşluk hissinin yanı sıra yarattığı utanç, çaresizlik ve öfke hislerinden bahsetmişlerdir (Jack, 1991). Bu kadınların içsel diyaloglarında, Ben ve kültürel ve ahlaki normlarından çıkıldığında onları cezalandıran bir Başka Gözün tartışması dikkat çekmektedir. Ancak kadının toplumun tarifine harfiyen uymaya çalışması her zaman ilişkiyi sağlama alma garantisi vermemekte; üstelik psikolojik benliğe de hizmet etmemektedir. Ayrıca toplum yalnızca kadına nasıl olması gerektiğini tarif etmekle kalmamaktadır; psikolojik veya fiziksel anlamda kişiye zarar veren ilişkilerden kaçmasını da etkilemektedir. Şiddet mağduru kadınların profillerinde ilişkisel benlik, mazoşizm, itaatkârlık, bağımlılık, düşük benlik saygısı ve öğrenilmiş çaresizlik gibi özellikler karşımıza çıkmaktadır (Trivedi ve ark., 2006). Benzer bir şekilde, cinsel tacize maruz kalan ve kendini susturan kadınlar, yaşananlar ve içinde buldukları durum için kendilerini suçlama eğilimi göstermiştir (Bozzano, 1999). Tecavüz mağdurlarının da çoğu zaman sessizliği seçtiği bilinmektedir (Jack ve Ali, 2010). Jack’in (1991) kavramsallaştırmasına göre kendini susturma, dört farklı boyutta incelenmektedir:

- 1) Dışsallaştırılmış benlik algısı, kişinin kendini dış standartlara göre değerlendirme düzeyini ele almaktadır.
- 2) Fedakârlık, başkalarının ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarının öne koyarak ilişkilerini sağlama almasına karşılık gelmektedir.
- 3) Kendini susturma, kişinin kendini ifade etmeye yönelik sözel ve davranışsal tepkilerini kısıtlama yönündeki eğilimidir ve olası kayıp, çatışma ve olumsuz karşılığın önüne geçmek amaçlanmaktadır.
- 4) Bölünmüş benlik, kişinin belirli düşünceleri ve duyguları partnerinden sakladığı ölçüde içsel benlik ve dışsal “sahte” benliği arasındaki bölünmeyi ifade etmektedir.

Jack (2003) kendini susturmayı açıklarken, romantik ilişkilerin sürdürülmesine hizmet eden fedakârlık ve kendini susturma şemasının yanı sıra dışsallaştırılmış benlik ve bölünmüş benlik adıyla iki benlik yapısının yüzeye çıktığından bahsetmiştir. Buna göre, kendini susturmanın kişinin kendini toplum tarafından belirlenmiş standartlara göre değerlendirmesi ve içsel ve dışsalın arasındaki uyumsuzluğun bölünmüş bir benlik yapısıyla ilişkili olabileceği varsayılmaktadır (Jack ve Ali, 2010).

Özünde depresyonun neden kadınlarda daha sık görüldüğüne dair bir açıklama getirmeye yönelik geliştirilmiş olan kuram, depresyonun oluşmasındaki bilişsel ve sosyal faktörlerin varlığını ve etkileşimini vurgulamaktadır. Öncelikle kendini susturmanın sabit bir kişilik özelliği değil, sosyal bağlam ve belli ilişkiler üzerinden değişkenlik gösteren bir şema olduğu açıklanmaktadır. Buna bir örnek olarak, evli çiftlerin evliliklerini çatışmalı olarak algıladıklarında kendilerini susturma eğiliminin arttığı gösterilmiştir (Whiffen ve ark., 2007).

Kuramın bir diğer vurgusu ise, kadınlarda depresyonu açıklarken bireysel bir yatkınlıktan söz edilmemekte; örneğin ruminatif baş etme yolu (Nolen-Hoeksema, 1991) gibi bir çeşit bireysel eksiklik veya bağımlılık (Beck, 1987) gibi bir kişilik oryantasyonuna indirgememektedir. Birçok sosyobilişsel faktörün bir araya geldiği bütüncü bir bakış açısı sunulmaktadır.

Jack ve Dill'in (1992) kendini susturma düzeyi ve depresyon arasındaki ilişkinin üniversite öğrencileri, sığınma evinde kalan ve hamile kadınlar olmak üzere üç farklı grupta incelendiği çalışmasında, üniversite ve hamile gruplarında kendini susturma düzeyi arttıkça depresif belirtilerin anlamlı düzeyde arttığı bulgulanmıştır. Şiddet gören kadınlarda diğerlerine kıyasla daha yüksek kendini susturma düzeyi görülmüştür. Dolayısıyla kendini susturma düzeyi bağlama göre farklılık gösterebilmektedir. Ayrıca kendini susturma ve öfke bastırmanın yeme bozukluğu belirtileriyle de yüksek düzeyde pozitif yönde ilişkisi bulunmuştur (Zaitsoff ve ark., 2002).

Kendini susturma düzeyinin kişilik özellikleriyle ilişkisinin yaşları 18 ve 22 arasında değişen kadınlar arasında araştırıldığı Witte ve arkadaşlarının (2001) çalışmasında, kendini susturmanın duygusal dengesizlik ile pozitif yönde, dışadönüklük, deneyime açıklık ve uyumluluk ile negatif yönde anlamlı ilişkileri bulunmuş; duygusal dengesizliğin kendini susturmada en güçlü yordayıcı olduğu görülmüştür. Bir başka çalışmada ise kendini susturma ve sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki bulgulanmıştır (Flett ve ark., 2007). Ayrıca, kendini susturmanın özeleştirici eğilimi ve kişilerarası bağımlılık özellikleri arasında da ilişkisi kurulmuştur (Besser ve ark., 2003). Başka bir çalışmada kendini susturma düzeyi yükseldikçe kadınlara yönelik baskının pasif biçimde kabülü ve toplumsal cinsiyet rollerine bağlılığın da yükseldiği bulunmuştur (Witte ve Sherman, 2002). Kendini susturmanın reddedilme duyarlılığı ile olan ilişkisi de literatürde yer almıştır (Harper ve ark., 2006).

İlginç bir klinik gözleme göre, Münchhausen by Proxy sendromu geliştiren veya geliştirmeye yatkın kadınların, sosyal olarak dayatılmış besleyen ve bakımveren rollerini sorgusuz sualsiz kabul ettiklerine rastlanmıştır (Robins, 1991). Buna göre, başkasına bakım vermektan kendisine bakım veremeyen kadının belirtisel tarafı, “sözde hasta” çocuğunu doktorlara sunmaktadır. Vidler’in (2005) çalışmasına göre de kendini susturan kadınlarda kendilerine bakım vermenin suçluluk duygusuna sebep olduğunu gözlemlemiştir.

Kendini susturma kuramı kadınlarla yapılmış bir çalışmadan ortaya çıkmış olsa da cinsiyetler arası karşılaştırmaların yapıldığı ve kendini susturmanın kadın ve erkeklerdeki farklı sonuçlarını gösteren çalışmalar bulunmaktadır: Bir çalışmada Kendini Susturma Ölçeği’nin faktör yapısı cinsiyete bağlı olarak değerlendirilmiş; grupların kendini susturma düzeyleri ve kendini susturma ve depresyon ilişkisinde cinsiyet farkı bulunamamış, ancak kendini susturmanın kadınlar için düşük benlik saygısı gibi daha fazla olumsuz sonuca sebep olduğunu bildirilmiştir (Duarte ve Thompson, 1999). Lutz-Zois ve arkadaşlarının (2013) çalışmasında ise, KSÖ’nün alt ölçekleri cinsiyete göre değerlendirilmiş ve kadınların dışsal standartlara daha yönelimli oldukları bulunmuş ve kendini susturmanın yarattığı olumsuz duyguların (öfke, acı, depresyon) farklılık gösterdiği keşfedilmiştir.

2.4. Kendini Nesneleştirme, Kendini Susturma ve Dissosiyasyon

Toplumsal cinsiyet, cinsiyetin kültür aracılığıyla anlaşılması ve biyoloji ile kültürün etkilerini ayırıştırabilmek için kullanılan bir terimdir (Howell, 2005). Gilligan (1982) kız çocuklarının ergenliğe girmeleriyle birlikte toplumsal cinsiyet normlarını içselleştirmiş olduklarından bahsetmiştir. Toplumsal baskı, toplumsallaşma için önemli bir bağlamdır ve yalnızca ekonomik sömürü, hukuksal eşitsizlik veya fiziksel yoksunluk şekillerinde değil, psikolojik şekilde de gerçekleşebilir (Bartky, 1990). Baskı içselleştirildikçe toplumsal cinsiyet yeniden üretilir ancak baskı yalnızca cinsiyetin yeniden üretilmesini sağlamaz, ayrıca ezilen grup için travmatojenik olma özelliği taşımaktadır (Howell, 2005). Bu durumda travmanın toplumsal cinsiyete dair birçok özelliğe aracı olduğu düşünülebilir. Baskı doğrudan toplumsal cinsiyeti yaratmasa da baskı ortamında yaşanan travma bunların yaratılışını ve sürdürülüşünü sağlar.

Kadına yönelik baskıdan türeyen travmatojenik topluma dair bir fikir edinmek için konuyla ilgili yapılan araştırmalar incelenebilir: DSÖ'nün (2010) verilerine göre dünyada kız çocuklarının yaklaşık %20'sinin çocukluk döneminde cinsel istismara uğradığı görülmüştür ve istismarcıların %85-95'inin erkek olduğu belirtilmiştir. Kadınların %35'i eşinden, partnerinden veya tanımadığı bir kişi tarafından fiziksel ve/veya cinsel şiddete maruz kaldığını belirtmiştir (DSÖ, 2013). Kadın cinayetlerinin %38'i kadının eşi veya birlikte yaşadığı kişi tarafından gerçekleştirilmiştir (DSÖ, 2013). Her yıl 5000 kadın namus cinayetlerine kurban gitmektedir (DSÖ, 2010). Ayrıca eşi veya hayat arkadaşının şiddetine maruz kalan kadınların %42'sinin hamile iken de şiddet gördüğü gösterilmiştir (FRA, 2014). Türkiye'de ise kadın örgütleri sadece 2010 yılında aile içi cinayetlere kurban giden kadın sayısının 1500'e ulaştığına dikkat çekmiştir (aktaran Boyacıoğlu, 2016). Ayrıca İstanbul'da 1871 lise öğrencisiyle yapılan bir çalışmaya göre, kızların 250'si (%13,4) istenmeyen yerine dokunulmak veya rızası olmadan cinsel ilişkiye girmek suretiyle cinsel istismara maruz kalmıştır (Alıkaşifoğlu ve ark., 2006). 2018'de güçlü pozisyonlardaki erkekler tarafından cinsel tacize ve cinsel saldırıya uğrayan kadınların durum hakkında farkındalık yaratmak amacıyla Twitter'da başlattığı

#metoo hareketi kapsamında 19 milyon tweet atılmıştır. Bu sayı, soruna dikkat çekilmesi anlamında etkili olmuş; ancak cinsel şiddetin normalliğinin ve sıklığının görülmesi açısından birçoğları için şok etkisi yaratmıştır.

Tıpkı travmanın nesillerarası aktarımında olduğu gibi, toplumsal cinsiyet travmayı saklarken bir yandan da sürdürülmesine katkı sağlamaktadır (Howell, 2005). Feminlenliğe atfedilen kalıpyargılar içselleştirildiğinde toplumsal cinsiyet rolü standartları haline gelir ve utanç, öfke gibi duygular aracılığıyla davranışları etkiler; kişi kendini denetlerken bulur. Kalıpyargısal özelliklere boyun eğmeyi sağlayan özdenetim mekanizması, mahkumların Panoptikon'un varlığında kendilerini denetlemeye başlamaları veya sistem tarafından gözlemlendiğinde davranışlarını değiştiren Heisenbug fenomenlerini anımsatmaktadır (Bentham, 1785/1994; Şar, 2017). Birey, bulunduğu toplum içinde adeta kendi gardiyanına ve kendi infazcısına dönüşmüştür. Topluma riayet etmenin elbette ki ödüllendirici yanları olacaktır; arzu edilen bir bedene sahip olmak veya arzu edilen bir eş olmak gibi; ancak göz ardı edilemeyecek olan, tıpkı Sartre'ın cehennem tasviri gibi, başkalarının gözünden kendini görmenin yarattığı süregelen acıdır (Sartre 1946/1989; Bartky, 1990).

Kendiliğe muhalif tutumların içselleştirilmiş temsilleri, birey için yeni kendilik yaşantıları oluşturmakta ve bu durumun bireyde kaygı, yetersizlik ve yabancılaşma hislerine ön ayak olduğu söylenmektedir (Bartky, 1990). Marx'ın yabancılaşma kuramı üretim ilişkilerinde insanın durumuna ışık tutmuş olsa da burada da benzer bir mekanizma görülmektedir: Birey parçalara bölünmekte ve tipik insan işlevlerine kısıtlama getirilmektedir (Marx'tan aktaran Bartky, 1990).

Kendini susturma ve kendini nesneleştirme aynı mekanizmanın iki farklı bağlamda ele alınmasını yansıtmaktadır: Birinde kadın toplumdaki ilişkisel beklentileri denetleyerek duygu, düşünce ve davranışlarını buna uyumlu hale getirmeye gayret ederken; diğesinde ise toplumun tarif ettiği ideal kadın olabilmek için sürekli olarak bedenini gözetlemektedir. İlişkisel veya bedensel bağlamda başkaları için ve başkaları tarafından var olma, bireyin kontrol kaybıyla ilişkilidir. Şar ve Öztürk'ün (2007) kendiliğin işlevsel bölünmesi modelinde ortaya koydukları sosyolojik kendilik kavramı bu bağ için oldukça yol göstericidir. Buna göre sosyolojik kendilik uzun süreli deneyimler, gelenekler ve koşullanmalar ile güçlenir.

Sosyolojik kendilik birey ve toplum arasındaki uzlaşma ve uyuma hizmet etse de bireyin psikolojik kendiliğinin dissosiyasyon olmasına sebep olmaktadır (Şar ve Öztürk, 2014).

Tüm bu teorik altyapıyı ve konuyla ilgili yapılmış çalışmalarını göz önünde bulundurarak, bu tez çalışmasının ana ekseninde yer alan kendini susturma ve kendini nesneleştirme yaşantılarının kadınlarda dissosiyasyonla ilişkisi olduğu öne sürülmüştür. Bu bölümde, kendini nesneleştirme, kendini susturma, dissosiyasyon ve ilişkilili kavramların arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar yer alacaktır.

Kendini nesneleştirme, kişinin kendi bedeninden psikolojik olarak uzaklaştığı ve normal bilinç akışından çıktığı bir durumu ifade etmektedir (Calogero ve ark., 2005). Beden ve psişe arasındaki bu uzaklaşmanın dissosiyatif eğilimlerle ilgili olduğu düşünülmektedir ve birkaç çalışmada aradaki bağ ampirik olarak kurulmuştur. Bunlardan ilki, Lichiello'nun (2011) kendini nesneleştirme, medya içselleştirmesi, dissosiyasyon ve kendine zarar verme davranışlarıyla ilişkisini ele aldığı ve kendini nesneleştirmenin dissosiyatif bir yaşantı olarak ele alınıp alınamayacağı sorusunu yanıtlamaya çalışan tez çalışmasıdır. Genel popülasyondan 169 kadınla yapılan çalışmada Kendini Nesneleştirme kavramı, Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği'nin Beden Utancı ve Beden Gözetimi alt ölçekleriyle ele alınmıştır. Literatürle uyumlu şekilde medya içselleştirmesinin kendini nesneleştirme düzeyleriyle pozitif yönde bir ilişkisi bulgulanmasının yanı sıra dissosiyasyonun kendini nesneleştirme ve depresyon arasında kısmi aracılık ettiği ortaya çıkmıştır. Çalışmanın bir diğer ilgi odağı, dissosiyasyonun kendini nesneleştirme ve kendine zarar verme davranışları arasında aracılık yapıp yapmadığı sorusunun yanıt olarak, bu ikisi arasında aracılık ilişkisi görülse de anlamlı bulunmamıştır ve bunun istatistiksel yöntemle ilgisi olabileceği söylenmiştir. Beden gözetimi, öngörüldüğü üzere, dissosiyasyon ile beden utancından daha yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur. Bir ilginç bulgu olarak, çalışmada kadınların kendine zarar verme davranışları ve depresif belirtileri de ölçülmüş ancak sağlıklı veya travmatik yaşantısı olmayan kadınlarda da kendini nesneleştirme ve dissosiyatif eğilimler arasında ilişki bulunmuştur. Kendini nesneleştirmenin de görüldüğünden daha karmaşık bir mekanizma olduğu; bedene bakıp beğenmemekten ibaret olmadığı ve dissosiyatif bir yaşantı olarak

kavramsallaştırılabileceği öne sürölmüştür. Yazarın bildiği kadarıyla bu çalışma, kendini nesneleştirme ve dissosiyasyon arasındaki ilişkiyi araştıran ilk çalışmadır.

Talmon ve Ginzburg'ün (2019) 500'i kadın, 766 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmasında çocukluk dönemi travmaları, kendini nesneleştirme ve narsisizm ilişkileri arasında dissosiyasyonun rolü araştırılmış ve buna göre kendini nesneleştirmenin çocukluk dönemindeki istismar edilme yaşantılarıyla ve dissosiyatif yaşantılarıyla pozitif yönde ilişkisi bulunmuştur. Aynı yazarların 2017'de yaptığı bir çalışmada da çocukluk dönemi travması ve utanç duygusu arasında kendini nesneleştirme ve bozulmuş beden sınırlarının rolü incelenmiş, kendini nesneleştirmenin tüm çocukluk travma türleriyle pozitif yönde ilişkisi bulunmuş; ayrıca kendini nesneleştirme ve iyi oluş hali arasında utanç duygusunun aracılık ettiği bulgulanmıştır. Farklı bir çalışmada, cinsel travma geçmişi olan kadınlarda kendini nesneleştirmenin travma belirtileriyle ilişkisi bulunmuş ve kendini nesneleştirme sinsi travma olarak kavramsallaştırılmıştır (Miles Mc-Lean ve ark., 2015).

Kendini nesneleştirmenin sonuçlarından biri olduğu öne sürölen ve kişinin açlık, tokluk gibi bedensel duyularının yanı sıra emosyonel durumlarına da azalmış farkındalığını ifade eden azalmış içsel farkındalık kavramının da dissosiyatif bir duruma işaret ettiği düşünölmektedir (Myers ve Crowther 2008). Bir çalışmada azalmış içsel farkındalık kavramı duyguları tanımlama güçlüğü ve aleksitimi faktörleriyle ölçölmüş, ikisinin de kadınların kendilerini nesneleştirme düzeyleriyle pozitif yönde anlamlı ilişkisi bulunmuştur (Myers ve Crowther 2008).

Literatürde kendini susturma ve dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır; ancak dissosiyasyon kendini susturmanın baskılama savunma düzeneğiyle kavramsal olarak örtüşmesinden ötürü bu kavramlarla ilişkilerini araştıran çalışmalara da yer verilecektir.

Baskılama, bireyin bazı sorunlarını, dileklerini, duygularını veya yaşantılarını düşünmekten kaçınması olarak tanımlanmaktadır (APA, 1994). Kendini susturmanın da ilişkisel bağlamda bir baskılama olduğu söylenebilir. Dissosiyatif

yaşantı düzeyleri ve baskılama arasındaki ilişki farklı çalışmalarda araştırılmıştır. Dissosiyatif bozuklukların açık otobiyografik bellek işleyişinde bozulmalara yol açtığı bilinmektedir; buna göre kişi travmatik anıyı akıllarına getiremese de objektif testler aracılığıyla bu bilginin aslında bellekte depolanmış olduğu ortaya çıkmıştır (Kihlstorm ve ark., 1993). Travmatizasyonun kişinin anıyı aktif biçimde baskılamasıyla ilgili olabileceği öne sürülmüştür (Wegner ve Zanakos, 1994). Bir çalışmada üniversite öğrencileri örnekleminde dissosiyatif yaşantılar ve düşünce baskılama arasındaki ilişki incelenmiş; Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği'nden (Bernstein ve Putnam, 1986) 30 puanın üstünde ve altında puan alan iki grup karşılaştırıldığında yüksek DES puanlı grubun anlamlı düzeyde daha çok baskılamaya başvurduğu ortaya konmuştur (Van den Hout ve ark., 1996). Aynı çalışmaya göre, kişinin travma geçmişinden bağımsız olarak bu ilişkinin varlığı gözlemlenmiştir. Bu bulgu, yalnızca kadın üniversite öğrencileriyle yapılmış başka bir çalışmada da tekrarlanmıştır (Muris ve Merckelbach, 1997).

Ayakta tedavi gören psikiyatri hastalarının genel psikiyatrik belirtileri, düşünce baskılama ve dissosiyasyon düzeylerinin incelendiği bir çalışmada dissosiyasyon ve baskılama arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş; ancak psikopatolojinin şiddeti kontrol edildiğinde, baskılama ve dissosiyasyon arasındaki ilişki anlamlılığını yitirmiştir. (Spinhoven ve Van der Does, 1998).

BÖLÜM 3

3. YÖNTEM

3.1. Örneklem

Bu çalışma, yetişkin kadınlarda kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın dissosiyatif yaşantılarla ilişkisine ışık tutmak amacıyla Ocak 2020-Şubat 2020 arasında klinik olmayan bir örnekleme yapılmıştır. Araştırmanın evrenini 18 yaş ve üstü kadınlar oluşturmaktadır. Kendini nesneleştirme ve kendini susturma kavramlarının öncelikle kadınların ruh sağlığını anlamaya yönelik geliştirilmiş olması ve Türkiye’de bu konuda yapılan çalışmaların sayıca az olması nedeniyle örneklem bu yönde seçilmiştir ve dışlama kriteri bulunmamaktadır. Çalışmada kullanılan ölçeklerin bulunduğu çevrimiçi anket, Google Forms ile hazırlanıp katılımcılara ulaştırılmıştır. Anket bağlantısı araştırmacı tarafından, veri toplama sürecinde 4500 kadın üyesi bulunan ve kadın dayanışmasını destekleyen kapalı bir Facebook grubunda ve çoğunluğu ruh sağlığı uzmanlarından oluşan Psiko-Alan mail grubunda paylaşılarak uygun örnekleme metodu ve katılımcıların yeni katılımcılar getirdiği kartopu örnekleme metoduyla örnekleme ulaştırılmıştır. Google Forms’da anket, aynı cihazdan tek anket doldurulabilecek şekilde düzenlenmiş ve böylece aynı kişinin birden fazla katılımının kısmen önüne geçilmiştir.

3.2. Veri Toplama Araçları

Katılımcılar öncelikle tez çalışmasının amacı, içeriği, araştırmacının iletişim bilgilerinin bulunduğu Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formunu (Ek-A) okuyup anladıklarına ve çalışmaya gönüllü olarak katıldıklarını onaylayan, formun sonundaki kutucuğu işaretledikten sonra ölçeklere erişmiştir.

Çalışmada örneklemin yapısının değerlendirilmesi ve araştırma sorularının yanıtlanmasını sağlayacak veriler, Sosyodemografik ve Diğer Bilgiler Veri Formu (Ek-B), Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği (Ek-C), Kendini Susturma Ölçeği (Ek-D) ve Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği (Ek-E) aracılığıyla toplanmıştır.

3.2.1. Sosyodemografik ve Diğer Bilgiler Veri Formu (Ek-B)

Katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni hali, eğitim düzeyi, toplam aldığı eğitim yılı, gelir düzeyi, çalışıp çalışmadıkları, çocuk sahibi olup olmadıkları ve şu anda psikolojik/psikiyatrik bir tedavi alıp almadıklarına yönelik bilgileri edinmek amacıyla dokuz soruluk bir form hazırlanmıştır. Formun sonunda, araştırmanın güvenilirliğini artırmak amacıyla katılımcılardan içinde buldukları seneyi yazmalarını isteyen bir yönerge eklenmiş ve yanlış yanıtları içeren anketler araştırmadan dışlanmıştır.

3.2.2. Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği (NBBÖ) (Ek-C)

NBBÖ, McKinley ve Hyde (1996) tarafından geliştirilmiştir ve 7'li likert tipinde öz bildirim dayalı bir ölçektir. Her biri 8 maddeden oluşan Beden Gözetimi, Beden Utancı ve Kontrol İnanışları alt faktörleriyle toplam 24 maddeye sahiptir. Bu tez çalışmasında bireyin kendini nesneleştirme düzeyini ölçmek için farklı çalışmalarda da kullanıldığı gibi (Lichiello, 2011) Kontrol İnanışları faktörü çıkarılarak kendini nesneleştirme yaşantısının davranışsal ve emosyonel boyutlarını ölçen Beden Gözetimi ve Beden Utancı alt faktörleri kullanılmıştır. İki alt ölçeği içerecek şekilde düzenlenen anketin Beden Gözetimi alt boyutunda (1, 3, 5, 7, 10, 12, 14, 15 numaralı maddeler), bireyin dış görünüşünü ve güzelliğe dair kültürel standartları ne sıklıkla izlediği ölçülmektedir. Beden Utancı alt boyutunda (2, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 16 numaralı maddeler), bireyin bedenini kültürel standartlara uymadığını düşündüğünde hissettiği utanç ölçülmektedir. 1, 3, 5, 7, 9, 11, 14, 15 numaralı maddeler hesaplanırken ters çevrilmektedir. Ölçeğin orijinalinde iç tutarlılık katsayıları beden gözetimi için .89, beden utancı için .75 bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları Yılmaz ve Bozo (2019) tarafından yapılmış olup iç tutarlılık katsayısı .635, test-tekrar test skoru .68 olarak bulgulanmıştır. Alt ölçeklerde iç tutarlılık katsayısı ise beden gözetimi için .61, beden utancı için .73 bulunmuştur.

3.2.3. Kendini Susturma Ölçeği (KSÖ) (Ek-D)

KSÖ, Jack ve Dill (1992) tarafından geliştirilmiş olup, 5'li likert tipi öz bildirim dayalı, toplam 31 maddeden ve Dışsallaştırılmış Benlik Algısı, Fedakârlık, Kendini Susturma ve Bölünmüş Benlik olmak üzere 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Orijinal çalışma, kadın üniversite öğrencileri grubu, hamile grubu ve sığınma evi grubu olmak üzere 3 farklı örnekleme yapılmış ve Cronbach's Alpha bu gruplar için sırasıyla .86, .89 ve .94, test-tekerrar test bağıntısı ise .88, .89 ve .93 olarak bulgulanmıştır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Doyum (2017) tarafından yapılmış olup, madde-toplam puan korelasyonları .20'nin altında olan 2 madde (1 ve 11 numaralı maddeler) çıkarılmış ve böylece ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .86 olarak bulgulanmıştır. Ölçeğin test-tekerrar test bağıntısı .74'tür. Çıkarılan maddelerden sonra yeniden düzenlenen anketin alt ölçekleri Dışsallaştırılmış Benlik Algısı (5, 6, 21, 25, 26, 29 numaralı maddeler), Fedakârlık (2, 3, 8, 9, 10, 20, 27 numaralı maddeler), Kendini Susturma (1, 7, 12, 13, 16, 18, 22, 24, 28 numaralı maddeler) ve Bölünmüş Benlik (4, 11, 14, 15, 17, 19, 23 numaralı maddeler) şeklinde sıralanmıştır. 7, 13 ve 19 numaralı maddelerin ters hesaplanması gerekmektedir.

3.2.4. Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği (DES-II) (Ek-E)

DES-II, kişilerin dissosiyatif yaşantılarını değerlendirmek amacıyla Bernstein ve Putnam (1986) tarafından geliştirilen 28 maddelik bir öz değerlendirme ölçeğidir. Orijinal çalışmada test-tekerrar test bağıntısı .84 olarak bulgulanmıştır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Şar ve arkadaşları (1997) tarafından yapılmıştır. Her madde için kişi %0 ile %100 arasında puanlama yapmakta ve puanların ortalaması alınarak sonuç elde edilmektedir. Faktör analizi (Chu, 2011, sf.277) sonucunda Amnezi (3, 4, 5, 6, 8, 10, 25, 26 numaralı maddeler), Absorbsiyon (2, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 22, 23 numaralı maddeler) ve Depersonalizasyon/derealizasyon (7, 11, 12, 13, 27, 28 numaralı maddeler) şeklinde üç faktörlü bir yapı belirlenmiştir. Farklı çalışmalarda farklı cutoff skorları 30'un üstünde alınan puan yüksek düzeyde dissosiyasyon göstermektedir. Ölçeğin Cronbach's Alpha katsayısı .97; test-tekerrar test korelasyon katsayısı .77 bulunmuştur.

3.3. Verilerin Analizi

Veriler SPSS Statistics 25 programı ile analiz edilmiştir. Öncelikle demografik değişkenlerin betimsel analizleri yapıp frekans dağılımları, ortalama ve standart sapma verileri elde edilmiştir. Bütün analizlerde .05 ve altı p değeri istatistiksel açıdan anlamlı kabul edilmiştir. Hipotezleri test etmek için Pearson korelasyon testi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmış ve değişkenler arasındaki ilişkinin anlamlı olup olmadığı, yönü ve şiddetinin yanı sıra; kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın dissosiyatif yaşantı düzeyleri üzerindeki yordayıcı etkisine dair bilgi edinilmiştir. Demografik veriler ve değişkenler arası ilişkileri belirlemek ve karşılaştırmak amacıyla Bağımsız Gruplar T-Testi, Mann-Whitney U testi ve ANCOVA kullanılmıştır.

BÖLÜM 4

4. BULGULAR

Bu çalışmada kendini nesneleştirme ve kendini susturma düzeylerinin dissosiyatif yaşantılarla ilişkisinin araştırılmasının yanı sıra, katılımcıların demografik verileri ve söz konusu değişkenlerle ilişkilerinin de araştırılması ve literatüre katkı sağlanması hedeflenmiştir.

4.1. Örneklem İncelenmesi

4.1.1. Sosyodemografik Özellikler

Çalışmada yaşları 18 ile 73 arasında değişen ve yaş ortalaması 41.57 ± 12.83 olan 441 kadın katılımcının sosyodemografik değişkenlere göre dağılımı Tablo 4.1’de sunulmaktadır.

Tablo 4.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklere Göre Dağılımı (n=441)

		Kişi Sayısı (n)	Yüzde (%)
Yaş	40 ve Altı	228	51.7
	40 Üstü	213	48.3
Eğitim Düzeyi	Lise ve Üniversite	306	69.4
	Lisansüstü	135	30.6
Medeni Durum	Evli	192	43.5
	Evli Değil	249	56.5
Çocuk Sahibi Olma Durumu	Olan	215	48.8
	Olmayan	226	51.2
Çalışma Durumu	Çalışıyor	268	60.8
	Çalışmıyor	173	39.2
Aylık Toplam Hane Geliri	10000 TL ve Altı	275	62.4
	10000 TL Üstü	166	37.6

Tablo 4.1’de yer alan bulgulara göre katılımcıların 228’i 40 ve altı (%51.7), 213’ü 40 üstü (%48.3) yaşında; 306’sı (%69.4) lise ya da üniversite mezunu, 135’i (%30.6) lisansüstü mezunu; 192’si (%43.5) halen evli, 249’u (%56.5) evli değil; 215’inin (%48.8) çocuğu bulunmakta, 226’sının (%51.2) bulunmamakta; 268’i (%60.8) çalışmakta, 173’i (%39.2) çalışmamakta; 275’inin (%62.4) aylık toplam geliri 10000 TL’nin altında, 166’sının (%37.6) ise 10000 TL’nin üzerindedir. Ayrıca katılımcıların 94’ü (%21.3) psikolojik ya da psikiyatrik tedavi alırken, 347’si (%78.7) almamaktadır.

4.2. Ölçeklerin İncelenmesi

4.2.1. Ölçeklerin ve Alt Boyutlarının Güvenilirlik Katsayıları

Araştırmada kullanılan bütün ölçeklerin ve alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları Tablo 4.2’de verilmiştir.

Tablo 4.2. Ölçeklerin Güvenilirlik Analizi

	Cronbach’s Alpha	Madde Sayısı
NBBÖ-Toplam	0.826	16
NBBÖ-Beden Gözetimi	0.760	8
NBBÖ-Beden Utancı	0.746	8
KSÖ-Toplam	0.934	29
KSÖ-Dışsallaştırılmış Benlik Algısı	0.739	6
KSÖ-Fedakârlık	0.800	7
KSÖ-Kendini Susturma	0.882	9
KSÖ-Bölünmüş Benlik	0.843	7
DES-II-Toplam	0.945	28
DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon	0.853	6
DES-II-Amnezi	0.867	8
DES-II-Absorbsiyon	0.878	9

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği; DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

4.2.2. Ölçeklerin Puan Ortalamaları ve Puan Aralıkları

Çalışmada kullanılan ölçeklerin ve alt boyutlarının betimleyici istatistikleri Tablo 4.3’te sunulmuştur.

Tablo 4.3. NBBÖ, KSÖ ve DES-II Puan Ortalamaları ve Puan Aralıkları (n=441)

	Ortalama±SS	Puan Aralığı
NBBÖ-Toplam	50.12±15.52	17-98
NBBÖ-Beden Gözetimi	27.85±8.91	8-52
NBBÖ-Beden Utancı	22.27±8.94	8-52
KSÖ-Toplam	62.30±21.10	29-141
KSÖ-Dışsallaştırılmış Benlik Algısı	13.88±5.09	6-30
KSÖ-Fedakârlık	14.65±5.61	7-35
KSÖ-Kendini Susturma	18.83±7.82	9-45
KSÖ-Bölmüş Benlik	14.95±6.25	7-35
DES-II-Toplam	12.97±12.60	0-83
DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon	9.12±14.08	0-80
DES-II-Amnezi	7.24±10.67	0-84
DES-II-Absorbsiyon	18.03±15.95	0-90

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği; DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

4.2.3. Ölçeklerin Normallik Dağılımları

Araştırma sorularının test edilmesinden önce ölçek verilerinin normal dağılımda olup olmadığı incelenmiştir. Ölçek verilerinin normal dağılımda olup olmadığını test etmek için Kolmogorov Smirnov testi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.4'te görülmektedir.

Tablo 4.4. Ölçeklerin Normallik Testi Sonuçları

Ölçekler	Z	p
NBBÖ-Toplam	0.064	.000
NBBÖ-Beden Gözetimi	0.048	.016
NBBÖ-Beden Utancı	0.079	.000
KSÖ-Toplam	0.100	.000
KSÖ-Dışsallaştırılmış Benlik Algısı	0.086	.000
KSÖ-Fedakârlık	0.103	.000
KSÖ-Kendini Susturma	0.137	.000
KSÖ-Bölmüş Benlik	0.137	.000
DES-II-Toplam	0.186	.000
DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon	0.259	.000
DES-II-Amnezi	0.249	.000
DES-II-Absorbsiyon	0.173	.000

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği; DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

Tablo 4.4'te görüldüğü gibi tüm ölçek ve alt boyutlarının dağılımları normal dağılıma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p < .05$). Diğer yandan, normallığın değerlendirilmesi için bağımsız değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerleri ile normal dağılım eğrisine olan uygunluğu da incelenmiştir. Elde edilen verilere göre NBBÖ ve alt boyutları ile KSÖ ölçeği ve alt boyutlarının basıklık ve çarpıklık değerlerinin -2.0 ve +2.0 arasında yer aldığı görülmüştür. Basıklık ve çarpıklık değerlerin bu aralıkta yer alması durumunda ölçek puanlarının dağılımı, normal dağılıma uygun olarak kabul edilmektedir (George ve Mallery, 2010). DES-II ve alt boyutlarının normal dağılım özelliklerini göstermemesi nedeniyle çoklu doğrusal regresyon analizi için DES-II Toplam, DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon, DES-II-Amnezi ve DES-II-Absorbsiyon puanlarına yapılan Log10 dönüşümü sonucunda normal dağılıma uygunluk sağlanmıştır. Örneklem büyüklüğü de göz önünde bulundurularak, normal dağılım gösteren NBBÖ ile alt boyutları ve KSÖ ile alt boyutları için ikili grup karşılaştırmalarında bağımsız gruplar için T-Testi; normal dağılım göstermeyen DES-II ve alt boyutları için Mann-Whitney U testi; değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi için ise Pearson Korelasyon testi ve Çoklu Doğrusal Regresyon analizleri kullanılmıştır.

4.2.4. Ölçeklerin Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

Bazı kategorik değişkenlerin alt gruplarında kişi sayısının az olması nedeniyle gruplar arası birleştirme yoluna gidilmiştir. Böylece aylık gelir, 10000 TL ve altı ve 10000 TL üstü olarak iki grupta incelenmiştir. Benzer şekilde, eğitim seviyesi kategorisi lise ve üniversite ile lisansüstü olmak üzere iki grupta toplanmıştır.

4.2.4.1. Ölçek Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların ölçek puanlarının lise ve üniversite ile lisansüstü olmak üzere iki eğitim düzeyi kategorisinde incelenmesi amacıyla NBBÖ ve alt ölçekleri ile KSÖ ve alt ölçekleri için bağımsız gruplar için T-Test analizinden; DES-II ve alt ölçekleri için ise Mann Whitney U testinden yararlanılmıştır. Bulgular, Tablo 4.5 ve Tablo 4.6'da verilmektedir.

Tablo 4.5. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Eğitim Düzeyi	Ort(\bar{x})	SS	df	t	p
NBBÖ-Toplam	Lise ve Üniversite (n=305)	49.77	15.27		-0.722	.471
	Lisansüstü (n=135)	50.93	16.10	439		
NBBÖ-Beden Gözetimi	Lise ve Üniversite (n=305)	27.52	8.89		-1.193	.233
	Lisansüstü (n=135)	28.61	8.95	439		
NBBÖ-Beden Utancı	Lise ve Üniversite (n=305)	22.25	8.93		0.988	.949
	Lisansüstü (n=135)	22.31	8.99	439		
KSÖ-Toplam	Lise ve Üniversite (n=305)	61.43	19.91		-1.300	.194
	Lisansüstü (n=135)	64.27	23.56	439		
KSÖ-Dışsal Benlik Algısı	Lise ve Üniversite (n=305)	13.61	4.85		-1.672	.095
	Lisansüstü (n=135)	14.49	5.57	439		
KSÖ-Fedakârlık	Lise ve Üniversite (n=305)	14.66	5.55		0.084	.933
	Lisansüstü (n=135)	14.61	5.77	439		
KSÖ-Kendini Susturma	Lise ve Üniversite (n=305)	18.43	7.53		-1.597	.111
	Lisansüstü (n=135)	19.72	8.40	439		
KSÖ-Bölenmiş Benlik	Lise ve Üniversite (n=305)	14.73	5.97		-1.108	.268
	Lisansüstü (n=135)	15.44	6.85	439		

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği

Tablo 4.5'te incelenebileceği üzere NBBÖ ve alt boyutları ile KSÖ ve alt boyutlarının puanlarının katılımcıların eğitimine göre anlamlı düzeyde farklılaşmamıştır.

Tablo 4.6. DES-II Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Eğitim Düzeyi	Ort(\bar{x})	SS	Sıra Ort.	U	p
DES-II-Toplam	Lise ve Üniversite (n=305)	13.43	12.78	225.83	19176.50	.231
	Lisans Üstü (n=135)	11.92	12.18	210.05		
DES-II-Depers/Dereal	Lise ve Üniversite (n=305)	9.85	14.30	229.28	18122.00	.036*
	Lisans Üstü (n=135)	7.47	13.48	202.24		
DES-II-Amnezi	Lise ve Üniversite (n=305)	7.69	11.10	222.97	20051.50	.624
	Lisans Üstü (n=135)	6.22	9.59	216.53		
DES-II-Absorbsiyon	Lise ve Üniversite (n=305)	18.41	16.21	227.23	18747.50	.119
	Lisans Üstü (n=135)	17.19	15.37	206.87		

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

*p<.05

Tablo 4.6'da görüldüğü gibi yalnızca DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon puanlarında gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (U=18122.00, p<.05). Lise ve üniversite mezunlarının DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon puanlarının lisansüstü mezunlarının puanlarına oranla anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir.

4.2.4.2. Ölçek Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların ölçek puanlarının medeni duruma göre karşılaştırılması amacıyla NBBÖ ve alt ölçekleri ile KSÖ ve alt ölçekleri için bağımsız gruplar için T-Test analizinden; DES-II ve alt ölçekleri için ise Mann Whitney U testinden yararlanılmıştır. Bulgular, Tablo 4.7 ve Tablo 4.8’de verilmektedir.

Tablo 4.7. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Medeni Durum	Ort.(\bar{x})	SS	df	t	p
NBBÖ-Toplam	Evli (n=192)	49.29	15.29		-0.987	.324
	Evli Değil (n=249)	50.76	15.70	439		
NBBÖ-Beden Gözetimi	Evli (n=192)	27.08	9.07		-1.605	.109
	Evli Değil (n=249)	28.45	8.77	439		
NBBÖ-Beden Utancı	Evli (n=192)	22.21	8.64		-0.116	.908
	Evli Değil (n=249)	22.31	9.18	439		
KSÖ-Toplam	Evli (n=192)	59.55	19.22		-2.415	.016*
	Evli Değil (n=249)	64.42	22.26	439		
KSÖ-Dışsal Benlik Algısı	Evli (n=192)	13.24	4.93		-2.311	.021*
	Evli Değil (n=249)	14.37	5.17	439		
KSÖ-Fedakârlık	Evli (n=192)	14.67	5.47		0.077	.939
	Evli Değil (n=249)	14.63	5.73	439		
KSÖ-Kendini Susturma	Evli (n=192)	18.21	7.28		-1.445	.149
	Evli Değil (n=249)	19.30	8.19	439		
KSÖ-Bölünmüş Benlik	Evli (n=192)	13.42	5.56		-4.603	.000***
	Evli Değil (n=249)	16.12	6.51	439		

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği

*p<.05, ***p<.001

Tablo 4.7’de görüldüğü gibi NBBÖ puanları, katılımcıların evli olup olmama durumlarına göre istatistiksel bir fark göstermemiştir. KSÖ-Toplam puanları medeni duruma göre incelendiğinde gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($t(439) = -2.415, p<.05$); evli olmayanların evli olanlara oranla KSÖ-Toplam puanları anlamlı olarak daha yüksektir. Benzer şekilde KSÖ-Dışsallaştırılmış Benlik Algısı ve KSÖ-Bölünmüş Benlik puanları da puanları medeni duruma göre karşılaştırıldığında gruplar arasında anlamlı fark görülmüştür ($t(439) = -2.311, p<.05$; $t(439) = -4.603, p<.001$). Yaş kontrol edildiğinde medeni durumun KSÖ puanları üzerinde anlamlı etkisi sürmektedir ($F(1, 438) = 4.255, p<.05$).

Tablo 4.8. DES-II Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Medeni Durum	Ort(\bar{x})	SS	Sıra Ort.	U	p
DES-II-Toplam	Evli (n=192)	10.10	10.17	190.20	17989.50	.000***
	Evli değil (n=249)	15.17	13.82	244.75		
DES-II-Depers/Dereal	Evli (n=192)	5.90	10.94	189.91	17934.50	.000***
	Evli değil (n=249)	11.60	15.66	244.97		
DES-II-Amnezi	Evli (n=192)	5.48	7.96	206.72	21162.00	.037*
	Evli değil (n=249)	8.60	12.20	232.01		
DES-II-Absorbsiyon	Evli (n=192)	15.01	13.89	195.37	18982.50	.000***
	Evli değil (n=249)	20.37	17.03	240.77		

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

*p<.05, ***p<.001

Tablo 4.8’de sunulduğu gibi, evli olmayanların DES-II-Toplam, DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon, DES-II-Amnezi ve DES-II Absorbsiyon puanları, evli olanlara oranla anlamlı olarak daha yüksektir (U=17989.50, p<.001; U=17934.50, p<.001; U=21162.00, p<.05; U=18982.50, p<.001). Yaş kontrol edildiğinde medeni durumun DES-II puanları üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür (F(1, 431) = 8.525 p<.01).

4.2.4.3. Ölçek Puanlarının Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alınan puanların çocuk sahibi olup olmama durumlarına göre incelenmesi amacıyla NBBÖ ve alt ölçekleri ile KSÖ ve alt ölçekleri için bağımsız gruplar için T-Test analizinden; DES-II ve alt ölçekleri için ise Mann Whitney U testinden yararlanılmıştır. Bulgular, Tablo 4.9 ve Tablo 4.10’da verilmektedir.

Tablo 4.9. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Çocuk Sahibi Olma Durumu	Ort.(\bar{x})	SS	df	t	p
NBBÖ-Toplam	Olan (n=215)	48.06	14.34		-2.741	.006*
	Olmayan (n=226)	52.08	16.36	439		
NBBÖ-Beden Gözetimi	Olan (n=215)	26.41	8.74		-3.344	.001**
	Olmayan (n=226)	29.22	8.88	439		
NBBÖ-Beden Utancı	Olan (n=215)	21.65	8.12		-1.430	.153
	Olmayan (n=226)	22.86	9.63	439		
KSÖ-Toplam	Olan (n=215)	60.65	19.90		-1.605	.109
	Olmayan (n=226)	63.87	22.12	439		
KSÖ-Dışsal Benlik Algısı	Olan (n=215)	13.08	4.89		-3.257	.001**
	Olmayan (n=226)	14.64	5.18	439		
KSÖ-Fedakârlık	Olan (n=215)	14.81	5.47		0.587	.558
	Olmayan (n=226)	14.50	5.75	439		
KSÖ-Kendini Susturma	Olan (n=215)	18.89	7.78		0.165	.869
	Olmayan (n=226)	18.77	7.87	439		
KSÖ-Bölünmüş Benlik	Olan (n=215)	13.87	5.77		-3.563	.000***
	Olmayan (n=226)	15.97	6.53	439		

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği
*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 4.9’da görüldüğü üzere NBBÖ toplam ve NBBÖ-Beden gözetimi puanları çocuk sahibi olanlara oranla çocuk sahibi olmayanlarda anlamlı olarak daha yüksektir ($t(439) = -2.741, p<.05$; $t(439) = -3.344, p<.01$). Ayrıca çocuk sahibi olmayanların KSÖ-Dışsallaştırılmış benlik algısı ve KSÖ-Bölünmüş benlik puanları da çocuk sahibi olanlara göre anlamlı olarak daha yüksek çıkmıştır ($t(439) = -3.257, p<.01$; $t(439) = -3.563, p<.001$). Ancak yaş kontrol edildiğinde çocuk sahibi olma durumunun KSÖ ve NBBÖ puanları üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür ($F(1, 438) = .043, p = .835$; $F(1, 438) = .849, p = .357$).

Tablo 4.10. DES-II Puanlarının Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Çocuk Sahibi Olma	Ort(\bar{x})	SS	Sıra Ort.	U	p
DES-II-Toplam	Olan (n=215)	9.63	8.97	187.26	17040.50	.000***
	Olmayan (n=226)	16.14	14.60	253.10		
DES-II-Depers/Dereal	Olan (n=215)	5.34	9.45	184.57	16463.50	.000***
	Olmayan (n=226)	12.71	16.62	255.65		
DES-II-Amnezi	Olan (n=215)	5.66	7.80	208.67	21643.00	.046*
	Olmayan (n=226)	8.74	12.65	232.73		
DES-II-Absorbsiyon	Olan (n=215)	13.73	11.89	187.61	17116.50	.000***
	Olmayan (n=226)	22.13	18.12	252.76		

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği
*p<.05, ***p<.001

Tablo 4.10’da görülebileceği gibi çocuk sahibi olmayanların çocuk sahibi olanlara oranla sırasıyla DES-II-Toplam, DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon, DES-II-Amnezi ve DES-II-Absorbsiyon puanları anlamlı olarak daha yüksektir (U=17040.50, p<.001; U=16463.50, p<.001; U=21643.00, p<.05; U=17116.50; p<.001). Ancak yaş kontrol edildiğinde çocuk sahibi olma durumunun DES-II puanları üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür (F(1, 431) = 3.103, p = .079).

4.2.4.4. Ölçek Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların ölçek puanlarının çalışma durumuna göre incelenmesi amacıyla NBBÖ ve alt ölçekleri ile KSÖ ve alt ölçekleri için bağımsız gruplar için T-Test analizinden; DES-II ve alt ölçekleri için ise Mann Whitney U testinden yararlanılmıştır. Bulgular, Tablo 4.11 ve Tablo 4.12’de sunulmaktadır.

Tablo 4.11. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Çalışma Durumu	Ort.(\bar{x})	SS	df	t	p
NBBÖ-Toplam	Çalışıyor (n=268)	51.32	15.78		2.019	.044*
	Çalışmıyor (n=173)	48.27	14.98	439		
NBBÖ-Beden Gözetimi	Çalışıyor (n=268)	28.14	8.82		0.832	.403
	Çalışmıyor (n=173)	27.41	9.06	439		
NBBÖ-Beden Utancı	Çalışıyor (n=268)	23.18	9.16		2.677	.008**
	Çalışmıyor (n=173)	20.86	8.42	439		
KSÖ-Toplam	Çalışıyor (n=268)	62.10	21.76		-0.253	.800
	Çalışmıyor (n=173)	62.62	20.11	439		
KSÖ-Dışsal Benlik Algısı	Çalışıyor (n=268)	13.99	5.15		0.578	.563
	Çalışmıyor (n=173)	13.71	5.02	439		
KSÖ-Fedakârlık	Çalışıyor (n=268)	14.62	5.80		-0.153	.879
	Çalışmıyor (n=173)	14.70	5.32	439		
KSÖ-Kendini Susturma	Çalışıyor (n=268)	18.60	7.78		-0.763	.446
	Çalışmıyor (n=173)	19.18	7.88	439		
KSÖ-Bölünmüş Benlik	Çalışıyor (n=268)	14.89	6.42		-0.234	.815
	Çalışmıyor (n=173)	15.03	6.00	439		

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği

*p<.05, **p<.01

Ölçek puanları katılımcıların çalışma durumuna göre karşılaştırıldığında NBBÖ-Toplam ve NBBÖ-Beden Utancı ölçeklerinde anlamlı fark görülmüştür. Çalışanların çalışmayanlara oranla NBBÖ-Toplam ve NBBÖ-Beden Utancı puanları anlamlı olarak daha yüksektir (t(439) = 2.019, p<.05; t(439) = 2.677, p<.01).

Tablo 4.12. DES-II Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Çalışma Durumu	Ort.(\bar{x})	SS	Sıra Ort.	U	p
DES-II-Toplam	Çalışıyor (n=268)	12.76	11.93	223.48	22518.50	.612
	Çalışmıyor (n=173)	13.29	13.61	217.16		
DES-II-Depers/Dereal	Çalışıyor (n=268)	8.94	13.22	226.18	21792.50	.278
	Çalışmıyor (n=173)	9.40	15.35	212.97		
DES-II-Amnezi	Çalışıyor (n=268)	6.76	10.20	216.07	21860.00	.308
	Çalışmıyor (n=173)	7.98	11.34	228.64		
DES-II-Absorbsiyon	Çalışıyor (n=268)	17.94	15.41	223.55	22498.00	.600
	Çalışmıyor (n=173)	18.19	16.78	217.05		

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

Tablo 4.12’de görüldüğü gibi, DES-II ve alt ölçeklerinin puanları çalışma durumuna göre karşılaştırıldığında gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

4.2.4.5. Ölçek Puanlarının Aylık Gelire Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların ölçek puanlarının aylık toplam gelire göre incelenmesi amacıyla bağımsız gruplar için T-Test analizi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 4.9’da sunulmuştur.

Tablo 4.13. NBBÖ ve KSÖ Puanlarının Aylık Toplam Gelire Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Aylık Toplam Gelir	Ort.(\bar{x})	SS	df	t	p
NBBÖ-Toplam	10000 TL ve Altı (n=275)	49.27	14.64		-1.488	.137
	10000 TL Üstü (n=166)	51.54	16.83	439		
NBBÖ-Beden Gözetimi	10000 TL ve Altı (n=275)	27.40	8.39		-1.363	.174
	10000 TL Üstü (n=166)	28.60	9.70	439		
NBBÖ-Beden Utancı	10000 TL ve Altı (n=275)	21.87	8.75		-1.223	.222
	10000 TL Üstü (n=166)	22.94	9.23	439		
KSÖ-Toplam	10000 TL ve Altı (n=275)	62.92	21.84		0.792	.429
	10000 TL Üstü (n=166)	61.28	19.86	439		
KSÖ-Dışsal Benlik Algısı	10000 TL ve Altı (n=275)	14.11	5.16		1.237	.217
	10000 TL Üstü (n=166)	13.49	4.97	439		
KSÖ-Fedakârlık	10000 TL ve Altı (n=275)	14.52	5.75		-.619	.536
	10000 TL Üstü (n=166)	14.86	5.37	439		
KSÖ-Kendini Susturma	10000 TL ve Altı (n=275)	19.03	8.02		0.704	.482
	10000 TL Üstü (n=166)	18.49	7.47	439		
KSÖ-Bölünmüş Benlik	10000 TL ve Altı (n=275)	15.26	6.41		1.343	.180
	10000 TL Üstü (n=166)	14.43	5.97	439		

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği

Tablo 4.13’te görülebileceği gibi NBBÖ, KSÖ ve alt ölçeklerinden alınan puanlar aylık gelire göre karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Tablo 4.14. DES-II Puanlarının Aylık Toplam Gelire Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	Aylık Toplam Gelir	Ort(\bar{x})	SS	Sıra Ort.	U	p
DES-II-Toplam	10000 TL ve Altı (n=275)	14.22	13.46	234.30	19168.00	.005**
	10000 TL Üstü (n=166)	10.89	10.75	198.97		
DES-II-Depers/Dereal	10000 TL ve Altı (n=275)	10.52	15.05	234.60	19086.00	.003**
	10000 TL Üstü (n=166)	6.81	11.99	198.48		
DES-II-Amnezi	10000 TL ve Altı (n=275)	7.95	11.71	223.97	22009.00	.526
	10000 TL Üstü (n=166)	6.07	8.57	216.08		
DES-II-Absorbsiyon	10000 TL ve Altı (n=275)	19.55	16.76	234.07	19231.00	.006**
	10000 TL Üstü (n=166)	15.53	14.19	199.35		

DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

**p<.01

Tablo 4.14'te incelenebileceği üzere DES-II ve alt ölçeklerinden alınan puanlar aylık gelire göre karşılaştırıldığında, aylık geliri 10000 TL ve altında olanların 10000 TL üstü olanlara oranla DES-II-Toplam, DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon ve DES-II-Absorbsiyon puanları anlamlı olarak daha yüksektir (U=19168.00, p<.01; U=19086.00, p<.01; U=19231.00, p<.01).

4.3. Kendini Nesneleştirme, Kendini Susturma, Dissosiyatif Yaşantılar ve Yaş Arasındaki İlişkiler

Ölçekler ve alt boyutlarının birbirleriyle olan ilişkisi Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 4.15’te verilmiştir.

Tablo 4.15. NBBÖ, KSÖ, DES-II ve Yaş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 Yaş	1.00											
2 NBBÖ-Toplam	-.207**	1.00										
3 NBBÖ-Beden Gözetimi	-.272**	.869**	1.00									
4 NBBÖ-Beden Utancı	-.088	.870**	.512**	1.00								
5 KSÖ-Toplam	-.069	.405**	.317**	.387**	1.00							
6 KSÖ-Dışsal. Benlik Algısı	-.219**	.441**	.370**	.397**	.813**	1.00						
7 KSÖ-Fedakârlık	.060	.230**	.136*	.263**	.819**	.588**	1.00					
8 KSÖ-Kendini Susturma	.032	.288**	.217**	.284**	.895**	.594**	.665**	1.00				
9 KSÖ-Böлінmüş Benlik	-.150**	.440**	.375**	.391**	.860**	.659**	.558**	.692**	1.00			
10 DES-II-Toplam	-.333**	.271**	.228**	.244**	.367**	.376**	.270**	.248**	.381**	1.00		
11 DES-II-Depers/Dereal	-.323**	.254**	.207**	.235**	.330**	.365**	.221**	.225**	.338**	.773**	1.00	
12 DES-II-Amnezi	-.165**	.213**	.127*	.243**	.311**	.297**	.250**	.218**	.312**	.796**	.579**	1.00
13 DES-II-Absorbsiyon	-.342**	.240**	.207**	.209**	.317**	.334**	.238**	.206**	.328**	.932**	.654**	.671**

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği; DES-II: Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği

*p<.05, **p<.01

Tablo 4.15'te görüldüğü gibi araştırmada kullanılan tüm ölçeklerin toplam puanları, alt boyutlarının puanları ve yaş değişkeninin birbiriyle ilişkisi incelenmiştir. DES-II-Toplam puanının hem NBBÖ-Toplam puanıyla pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi ($r=.271$, $p<.01$); hem de KSÖ-Toplam puanıyla pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi bulunmuştur ($r=.367$, $p<.01$). Buna göre kendini nesneleştirme ve kendini susturma düzeyi arttıkça dissosiyatif yaşantıların da arttığı bulgulanmış ve araştırmada öne sürülen iki hipotez doğrulanmıştır. Detaylı incelemeye göre diğer bulgular aşağıdaki gibidir:

NBBÖ toplam puanı ve DES-II arasındaki ilişki incelendiğinde NBBÖ-Toplam ile DES-II-Toplam, DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon, DES-II-Amnezi ve DES-II absorpsiyon ölçekleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.271$, $p<.01$; $r=.254$, $p<.01$; $r=.213$, $p<.01$; $r=.240$, $p<.01$). Buna göre kadınların kendini nesneleştirme düzeyi arttıkça genel dissosiyatif yaşantı düzeylerinin yanı sıra alt boyutlarından depersonalizasyon/derealizasyon, amnezi ve absorpsiyon düzeyleri de artmaktadır.

KSÖ toplam puan ve DES-II'den alınan puanların arasındaki ilişki incelendiğinde KSÖ-Toplam ile DES-II Toplam, DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon, DES-II-Amnezi ve DES-II absorpsiyon ölçekleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.367$, $p<.01$; $r=.330$, $p<.01$; $r=.311$, $p<.01$; $r=.301$, $p<.01$). Bu verilere göre kadınların kendini susturma düzeyleri arttıkça genel dissosiyatif yaşantı düzeyi, depersonalizasyon ve derealizasyon, amnezi ile absorpsiyon düzeyleri de artış göstermektedir.

Yaş ile NBBÖ-Toplam, NBBÖ-Beden gözetimi, KSÖ-Dışsallaştırılmış benlik algısı, KSÖ-Bölünmüş benlik, DES-II-Toplam, DES-II-Depersonalizasyon/Derealizasyon, DES-II-Amnezi ve DES-II-Absorpsiyon puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.207$, $p<.01$, $r=-.272$, $p<.01$, $r=-.219$, $p<.01$; $r=-.150$, $p<.01$; $r=-.333$, $p<.01$; $r=-.323$, $p<.01$; $r=-.165$, $p<.01$; $r=-.342$, $p<.01$). Bu bulgulara göre kadınların yaşı arttıkça kendini nesneleştirme düzeyi, beden gözetimi davranışı, dışsallaştırılmış benlik algısı, bölünmüş benlik ile birlikte toplam dissosiyatif yaşantı düzeyi, depersonalizasyon/derealizasyon, amnezi ve absorpsiyon düzeyleri azalma eğilimi göstermektedir.

4.4. Kendini Nesneleştirme ve Kendini Susturmanın Dissosiyatif Yaşantılar Üzerindeki Yordayıcı Etkisi

Dissosiyatif yaşantıların yordanan değişken, kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın yordayıcı değişkenler olarak ele alındığı modeli test etmek amacıyla doğrusal çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

Tablo 4.16. Kendini Nesneleştirme ve Kendini Susturmanın Dissosiyatif Yaşantılar Üzerindeki Yordayıcı Rolü

	B	Standart Hata	β	t	p	İkili r	Kısmi r
(Sabit)	.420	.072	-	5.862	.000	-	-
NBBÖ	.003	.001	.122	2.483	.013	.239	.119
KSÖ	.006	.001	.295	6.036	.000	.344	.279

R=.361 R2=.131
F(2, 431) p=.000

Not: Analiz, Log10 ile dönüştürülmüş DES-II puanları ile yapılmıştır.

NBBÖ: Nesneleştirilmiş Beden Bilinci Ölçeği; KSÖ: Kendini Susturma Ölçeği

Tablo 4.16’da görülebileceği üzere kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın bir arada dissosiyatif yaşantılardaki değişimin %13’ünü açıkladığı bulunmuştur (F(2, 431)= 32,380, p<.001). Ayrıca kendini nesneleştirmenin ($\beta=.122$, p <.05) ve kendini susturmanın ($\beta=.295$, p <.001) dissosiyatif yaşantıları pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür.

BÖLÜM 5

5. TARTIŞMA

Hiçbir kız çocuğu, doğası gereği toplumun ideal kadın tarifine uygun bir şekilde dünyaya gelmez (Beauvoir, 1949/2019). Toplumsal cinsiyete dair kalıpyargıları içeren roller, sosyalizasyon sürecinde toplumda hayatta kalmak için içselleştirilen ancak bireyin kendiliğiyle çelişmesine neden olabilen özelliklerdir. Toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkili kavramların kadınların ruh sağlığı üzerindeki etkilerini anlamaya yönelik çalışmalar, geçen yüz yılın sonlarına doğru hız kazanmıştır. Bu kuramlardan ikisi; kendini nesneleştirme ve kendini susturma, kadınlarda depresyon, cinsel işlev bozuklukları gibi patolojik durumların neden daha sık görüldüğüne dair zengin bir anlayış sunmaktadır. Bu iki kuramın da özünde, patriyarkanın denetleyen gözünü içselleştiren kadının özüne yabancılaşıp sosyolojik gerçekliğe tüm içsel kaynaklarıyla uyum sağlamaya çalıştığı bir durumdan söz edilmektedir. Kendini nesneleştirmede kadının toplumsal güzellik idealleriyle boy ölçüşmek için sürekli bedeninin dışından başka bir gözle kendini denetlediği; kendini susturmada ise romantik ilişkisini sürdürmek için sessizliği seçtiği ve git gide kendiliğinin bölündüğü bir durumdan bahsedilmektedir (Fredrickson ve Roberts, 1997; Jack, 1991).

Bu çalışmada, kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın, dissosiyatif yaşantılar ile ilişkili olabileceği ileri sürülmüş ve bu varsayımın test edilmesi amacıyla yaşları 18 ile 73 arasında değişen 441 kadına ulaşılmış ve çevrimiçi anketler aracılığıyla veri toplanmıştır. Örneklemin çoğunluğunu lise ve üniversite mezunu (%69.4), çalışan (%60.8) ve aylık geliri 10000 TL'nin üstünde olan (%62.4) olan kadınlar oluşturmaktadır.

Çalışmanın ilk hipotezi olan kendini nesneleştirme ve dissosiyatif yaşantı düzeyleri arasında beklenen anlamlı ilişki, elde edilen bulgularla doğrulanmıştır. Bu sonuç, literatürde bu kavramlar arasındaki ilişkiyi saptamış diğer iki çalışmayla da uyumludur (Lichiello, 2011; Talmon ve Ginzburg, 2019). Bu çalışmalardan ilkinde, katılımcıların kendini nesneleştirme düzeylerini ölçmek için bu çalışmadaki gibi NBBÖ'nün beden gözetimi ve beden utancı alt ölçekleri kullanılmış ve bu sayede alt ölçekler arasındaki ilişkilerin de karşılaştırılması mümkün olmuştur. Hem Lichiello'nun (2011) çalışmasında, hem de bu tez çalışmasında, katılımcıların beden gözetimi ve beden utancı düzeylerinin arttıkça dissosiyatif yaşantılarının da arttığı görülmüştür. Talmon ve Ginzburg'ün (2019) çalışmasında kendini nesneleştirmenin düzeylerinin anlaşılması için görünmezlik ve otonomi eksikliği alt boyutlarına sahip ayrı bir ölçek kullanılmış (Talmon ve Ginzburg, 2016) olması, kendini nesneleştirmenin dissosiyatif yaşantılarla pozitif yöndeki ilişkisi olduğu sonucunu değiştirmemiştir. Bu çalışmaların yanı sıra, Miles-McLean ve ark. (2015) çalışmasında gösterilen travma semptomları ve kendini nesneleştirme düzeyi arasındaki pozitif ilişkinin varlığıyla da uyumlu bir sonuç bulunmuştur. Ancak çalışmada kullanılan ölçek TSC-40'ın (Elliot ve Briere, 1992) dissosiyasyonu da içeren alt boyutları araştırmaya teker teker dahil edilmediğinden kendini nesneleştirmenin dissosiyasyon alt boyutuyla anlamlı bir ilişkisi olup olmadığı kesin olarak bilinmemektedir.

Çalışmanın ikinci hipotezinde kendini susturma ve dissosiyatif yaşantı düzeyleri arasında beklenen pozitif yönde anlamlı ilişki de sonuçlarca doğrulanmıştır. Bu tezin, yazarın bildiği kadarıyla literatürde bu iki kavramın ilişkisinin araştırıldığı ilk çalışma olması nedeniyle karşılaştırmalı bir yoruma gidilememektedir; bununla birlikte kendini susturma ve baskılama arasındaki kavramsal örtüşme göz önüne alındığında, sonuçlar baskılama ve dissosiyasyon arasında anlamlı ilişki bulan diğer çalışmalarla uyumludur (Van den Hout ve ark., 1996; Muris ve Merckelbach, 1997; Giesbrecht ve ark., 2006). Ancak göz önünde bulundurulması gereken nokta, White Bear Baskılama Envanteri'nde (Wegner ve Zanakos, 1994) soruların çoğunluğunun düşünce baskılamadan çok düşünce intrüzyonlarını ölçmesi ve ikisinin farklı mekanizmalar olması (Rassin, 2003) nedeniyle sonuçlar arasında sağlıklı bir karşılaştırma yapılmasının pek de mümkün olmadığıdır. Sonuçlar detaylı incelendiğinde KSÖ'de yer alan ve her ikisinin de dissosiyatif bir duruma işaret ettiği düşünülen bölünmüş

benlik ve dışsallaştırılmış benlik algısı boyutlarının dissosiyatif yaşantı düzeyleri ile olan ilişkisi, fedakârlık ve kendini susturma alt ölçeklerinin dissosiyasyon ile olan ilişkisinden daha güçlü bulunmuştur.

Çalışmanın son hipotezinde öne sürüldüğü gibi kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın dissosiyatif yaşantılar üzerindeki yordayıcı etkisi anlamlı bulunmuştur. Bu sonuçlar, toplumsal cinsiyet rollerine ait bazı kavramların, kız çocuklarının ve kadınların istismar edildiği veya istismar edilmeye açık olduğu cinsiyet eşitsizliğinden türeyen travmatik atmosferle yakından ilişkili olduğu görüşüyle paralellik göstermiştir: Femininlikle bir tutulan pasiflik, sessizlik, mazoşizm, bağımlılık gibi özelliklerin aynı zamanda toplumda ezilen ve istismar edilen topluluklara da atfedilen özellikler olması tesadüf değildir (Howell, 2005). Bu özellikler göz önünde bulundurulduğunda, toplumsal baskı ve cinsiyet eşitsizliğinin kadınlar için ortak bir yaşantıya zemin olabileceği ve travmanın kollektif bellekte saklandığı akla gelmektedir. Travmatik anı bellekte varlığını gizlice sürdürürken, utanç ve kaygı ona doğrudan ulaşılmasını engellemekte, ancak kişi yine de kendini travmayı karşı konulmaz biçimde gerçekleştirirken bulmaktadır. Janet'nin yaklaşık 120 yıl önce dissosiyatif hastalarda gözlemediği; travmatik anının istendiği zaman anımsanamaması ancak otomatik biçimde yeniden gerçekleştirilmesi durumu (Janet'den aktaran Van der Hart ve ark., 2007), istismar ile yakından ilişkili olan toplumsal cinsiyet döngüsünün kırılmadığı cinsiyetin yeniden üretimi mekanizmasıyla büyük benzerlik taşımaktadır. Ayrıca sosyolojik kendiliğin (Şar ve Öztürk, 2007) model alma, taklit etme, istismar etme ve edilme, olanı muhafaza etme, saplanma ve uyma gibi özellikleri de bahsedilen mekanizmayı anlamak için zengin bir bakış açısı sunmaktadır. Buna göre sosyolojik kendilik, kendiliğin travmatize olmuş bölümünü korumak ve topluma uyum sağlayabilmesini sağlamak için hayati önem taşımakta ancak psikolojik kendilik ve sosyolojik kendilik birbirinden uzaklaştıkça, bu birey için dissosiyasyon kaynağı haline gelmektedir.

Çalışmanın ana odağında yer alan hipotezlerin yanı sıra, katılımcıların paylaştığı sosyodemografik veriler ve araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkiler de yazar için merak konusu olmuş ve araştırma sorularına dahil edilmiştir. Yapılan analizlerde ilk olarak yaş ve kendini nesneleştirme düzeyi arasındaki ilişkiye bakıldığında iki değişken arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş ve literatürle uyumlu

sonuç elde edildiği görülmüştür (Szymanski ve Henning, 2007). Yanı sıra, Tiggemann ve Lynch'in (2001) çalışmasında kadınlarda kendini nesneleştirmenin yaşla birlikte azaldığı ancak beden imgesi memnuniyetsizliğinde bir fark görülmediği sonucu; bu çalışmada elde edilen sonuçla da paralellik göstermektedir: Yaş ilerledikçe beden gözetimi davranışı azalsa da beden utancında bir düşüş görülmemiştir. Buna göre kadınların yaşamları boyunca toplumsal güzellik ideallerine yenik düşen bedenleriyle ilgili utanç yaşasalar dahi kendilerinden daha genç kadınlara oranla ideal güzellik tarifine uyum sağlamak konusunda daha az baskı hissettikleri ve bedenlerini denetlemekle daha az meşgul oldukları söylenebilir.

Katılımcıların yaşı yükseldikçe kendini susturmanın azaldığı da çalışmada elde edilen veriler arasındadır. Alt ölçeklerle ilişkiye bakıldığında dışsallaştırılmış benlik algısı ve bölünmüş benlik boyutları yaşla birlikte anlamlı düzeyde düşüş göstermiş ancak kendini susturma ve fedakârlık boyutlarında bir fark gözlemlenmemiştir. Bu sonuç, Finlandiya'da yetişkin kadınlar ve annelerinin kendini susturma düzeylerinin karşılaştırıldığı ve yaşla birlikte bölünmüş benlik ve kendini susturma boyutlarından alınan puanların anlamlı düzeyde azaldığı çalışmayla kısmi olarak farklılık göstermiştir (Hautamäki, 2010). Bu farkın, Finlandiya ve Türkiye'nin sosyokültürel yapısının farklılığıyla ilgili olabileceği ve kolektivist toplumlarda sıkça görülen grubun uyumu için kendi mutluluğunu feda etme eğilimiyle açıklanabileceği düşünülmüştür.

Çalışmada ayrıca yaş ve dissosiyatif yaşantı düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgu literatürdeki diğer sonuçlarla uyumludur (Ross ve ark., 1990; Ray, 1996). Akyüz ve ark. (1999) çalışmasında gösterildiği şekilde, yaşla birlikte özellikle depersonalizasyon ve absorbsiyonun azaldığı bulgusuna paralel olarak, bu çalışmada da özellikle depersonalizasyon/derealizasyon ve absorbsiyon alt boyutları yaşla birlikte azalmıştır. Amnezi de yaşla birlikte azalma gösterse de diğer iki boyutta olduğu kadar yüksek bir bağ saptanmamıştır. Bunun sebebinin, dissosiyatif amneziye sahip kişilerin amnezinin farkında olmayışıyla ve verilen yanıtların gerçek durumu tam olarak yansıtmamasıyla ilişkili olabileceği düşünülmüştür (Yargıç, Tutkun ve Alyanak, 1998).

Katılımcılarının eğitim seviyeleri göz önünde bulundurulduğunda, lise ve üniversite ile lisans üstü gruplarında anlamlı bir fark görülmemiştir. Bu bulgu, Rollero ve ark. (2018) beden gözetiminin eğitim seviyesiyle birlikte arttığı bulgusundan farklılaşmıştır. Kendini susturma puanları da gruplar arası anlamlı bir fark olmadığı göstermiş ve bu bulgu Polonyalı kadınlar arasında yapılan ve dışsallaştırılmış benlik algısı, kendini susturma ve bölünmüş benlik düzeylerinin eğitim seviyesiyle negatif yönde anlamlı ilişkinin bulunduğu araştırmayla farklılık göstermiştir (Drat-Ruszczak, 2010). Sonuçlar arasındaki bu fark, bu çalışmadaki örneklem grubunda ilköğretim ve altı seviyede eğitime sahip olan herhangi bir katılımcı olmaması ve grubun genel olarak yüksek seviyede eğitim almış olmasından ötürü karşılaştırmaya olanak tanımamasıyla açıklanabilir.

Farklı eğitim seviyesi gruplarında DES-II'nin yalnızca depersonalizasyon ve derealizasyon yaşantılarının ölçüldüğü alt boyutunda anlamlı bir fark gözlemlenmiş ve lise ve üniversite mezunlarının puanlarının lisansüstü mezunlara oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuç, Akyüz ve ark. (1999) çalışmasında dissosiyasyon seviyesinin eğitim seviyesiyle anlamlı bir ilişkisi olmadığı bulgusundan farklılaşmıştır.

Medeni duruma göre kendini nesneleştirme düzeyleri incelendiğinde gruplar arası bir fark olmadığı görülmüştür. Bu sonuç, genç ve bekar kadınların romantik ilişki motivasyonunun yol açtığı düşünülen dış görünüşleriyle daha meşgul oldukları kanısıyla (Sanchez ve Kwang, 2007) uyumsuzdur. Ancak bu çalışmada medeni durumun evli ve bekar olmak üzere ikiye ayrıldığı ve evli olmayıp da romantik bir ilişkisi olan kadınların da bekar kategorisi altında yer aldığı göz önünde bulundurulduğunda, karşılaştırma için uygun verilere sahip olunmadığı düşünülmektedir.

Diğer yandan, evli olmayan kadınların evli olanlara oranla kendini susturma düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Yaş kontrol edildiğinde de gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Evli kadınların, bekar kadınlara oranla daha olumsuz ruh sağlığı sonuçlarına açık olduğunun bulunduğu çalışmalar (Stoppard, 2000) incelendiğinde bu çalışmada elde edilen sonuç araştırmacı için beklenmediktir. Bu durum, yukarıda bahsedildiği gibi evli olmayan kadınlar arasında romantik bir ilişkisi olanların da dahil

edilmesiyle ilgili olabilir. Ayrıca evli kadınların, bekarlara oranla ilişkilerinde reddedilme veya ilişkilerini kaybetme korkusu yaşamadan duygularını daha rahatça ifade edebilmeleri nedeniyle kendine susturma düzeylerinin düşük bulunması varsayımlar arasındadır.

Bekar kadınlar genel dissosiyatif düzeylerinin yanı sıra amnezi, absorpsiyon ve depersonalizasyon/derealizasyon boyutlarında evli kadınlardan daha yüksek puanlar almıştır. Yaş kontrol edildiğinde de gruplar arası fark anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç bazı çalışmalarla paralellik göstermiş (Akyüz ve ark., 1999); bazısıyla da uyumlu bulunmamıştır (Vanderlinden ve ark., 1993). Aradaki fark, dissosiyasyon düzeylerinin ölçülmesi amacıyla Akyüz ve ark. (1999) çalışmasında bu çalışmada olduğu gibi DES kullanılması; Vanderlinden ve ark. (1993) çalışmasında ise DIS-Q (Vanderlinden ve ark., 1993) kullanılmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların kendini nesneleştirme düzeyleri, çocuk sahibi olup olmama durumuna göre incelendiğinde çocuk sahibi olmayanların kendini nesneleştirme düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Alt ölçekler incelendiğinde, gruplar arasında beden utancında bir fark bulunamamış ancak beden gözetimi davranışında yüksek bir fark görülmüştür. Bu veri, McKinley'nin (1999) çalışmasında, anneler ve çocuk sahibi olmayan kızlarının kendini nesneleştirme düzeylerinin karşılaştırıldığı ve annelerin daha düşük düzeyde kendini nesneleştirdiği sonucuyla uyumludur. Her ne kadar yeni anne olan kadınlarda bedenlerinin eski haline dönmesi için büyük baskı hissettikleri farklı çalışmalarda ortaya çıkmış olsa da (Gjerdingen ve ark., 2009) bu çalışmadaki yaş medyanının 40 olduğu göz önünde bulundurulduğunda çocuk sahibi olduğunu belirten birçok katılımcının yaşa bağlı olarak toplumsal nesneleştirme odağından çıkmış olabilecekleri düşünülmektedir. Yapılan analizde yaş kontrol edildiğinde çocuk sahibi olup olmamanın katılımcıların kendini nesneleştirme düzeylerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür.

Çocuk sahibi olma durumu kendini susturma düzeyleri açısından incelendiğinde, yalnızca dışsallaştırılmış benlik algısı ve bölünmüş benlik boyutlarında çocuk sahibi olmayanların puanının anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuç, toplumda annelere yüklenen fedakârlık, ailenin uyumu adına kendi duygularını saklama gibi rollerle çelişmiştir (Bateman, 2011). Ancak bu durum, KSÖ'nün

romantik ilişki bağlamındaki fedakârlık ve kendini susturma düzeylerini ölçmesinden kaynaklanıyor olabilir. Aynı şekilde, çocuk sahibi kadınların yaşça daha büyük olduğu varsayımı üzerinden, sonucun yaş ilerledikçe bireylerin daha bütünleşmiş bir benlik algısı olmasıyla ilgili olabileceği düşünülmüştür. Benzer şekilde çocuk sahibi olmayan kadınların dissosiyatif yaşantı düzeylerinin olanlara oranla daha yüksek olmasının da benzer şekilde yaşa bağlı olduğu düşünülmektedir. Bu varsayımları test etmek için yapılan analizde yaş kontrol edildiğinde katılımcıların kendini susturma ve dissosiyatif yaşantı düzeyleri arasındaki anlamlı fark kaybolmuştur.

Katılımcıların çalışma durumlarının kendini nesneleştirme düzeyine olan etkisine bakıldığında, çalışanların bedenlerini daha sık gözetledikleri ve bedenlerinden daha yüksek düzeyde utanç duydukları bulunmuştur. Fiziksel çekiciliğin daha yüksek işe alım oranları ve daha yüksek maaş gibi somut getirilerle ilişkili olduğu (Watkins ve Johnston, 2000) düşünüldüğünde bu sonuç şaşırtıcı değildir. Ancak diğer yandan, çekici bir dış görünüşün “erkek işi” olarak adlandırılan bir işe başvurulduğunda ters etki yaptığı da çalışmalarda gösterilmiştir (aktaran Watkins ve Johnston, 2000). Mesajlar birbiriyle çelişse de kadınların iş ortamında daha fazla beden-öz bilinçliliği yaşaması beklenen bir durumdur.

Kadının kendini susturma düzeyleri ve çalışma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Literatürde kadınlarda işsizliğin daha yüksek düzeyde negatif mental risklerle ilişkisi bulunmasına rağmen (McKee-Ryan ve ark., 2015), farklı bulgulara göre de ekonomik ihtiyacı az olan ve çalışmak için daha düşük düzeyde psikososyal ihtiyacı olan kişilerin (iyi kazanan bir partnerle yaşayan ve iş dışında aktivitelerle güçlü bağı olan) işsizliği bir sorun olarak görmedikleri; hatta tercih ettikleri de düşünülebilir (Watkins ve Johnston, 2000). Bu çalışmada sonuçların bundan etkilenmemesinin sebebi, çoğu katılımcının Türkiye şartları için yüksek gelir seviyesi bildirmiş olması ve genel popülasyonu yansıtmıyor olması olabilir.

Katılımcıların dissosiyasyon düzeylerinin de çalışma durumlarından etkilenmediği görülmüştür. Bu bulgu literatürle uyumludur (Ross ve ark., 1990; Vanderlinden ve ark., 1993).

Katılımcıların kendini nesneleştirme düzeylerinin aylık gelirden etkilenmediği görülmektedir. Bu Rollero ve De Piccoli'nin (2017) bulgularıyla da uyumludur. Bunun sebebi, nesneleştirme yaşantılarının kadınlar için normatif bir bulgu olduğu (Fredrickson ve Roberts, 1997); günümüzde nesneleştirmeye sıkça maruz kalınan sosyal medyanın çoğu kişi tarafından ulaşılabilir olduğu göz önüne alındığında sonuçlar şaşırtıcı değildir.

Gelir düzeyi ve kendini susturma arasında kayda değer bir ilişki olmadığı görülmüştür. Bir çalışmada ekonomik düzeyi daha yüksek olan kişilerin fedakârlığa daha az meyilli olduğu bulunmasıyla (Johnson ve ark., 2019) çelişmiştir ancak örneklemin yüksek sosyoekonomik düzeyinin karşılaştırma yapmak için uygun olmaması göz önünde bulundurulmalıdır.

Aylık gelir seviyesinin değişkenler üzerindeki etkisi incelendiğinde, yalnızca genel dissosiyatif düzeyleri, depersonalizasyon/derealizasyon yaşantıları ve absorpsiyon düzeylerinde bir fark görülmüştür. Buna göre aylık hane gelirinin 10000 TL'nin altında olduğunu belirten katılımcılarda daha yüksek dissosiyatif yaşantı düzeyi bulunmuştur. Bu bulgu, literatürde dissosiyatif belirtiler ve sosyoekonomik düzey arasında ilişkinin bulunmadığı çalışmalarla çelişmiş (Vanderlinden ve ark., 1991; Akyüz ve ark., 1999); ancak dissosiyatif bozukluğu olan ve olmayanların karşılaştırıldığı ve normal grubun gelir düzeyinin dissosiyatif bozukluk grubundan biraz daha yüksek olduğu bulunduğu (Şar ve ark., 1997) çalışmayla paralellik göstermiştir.

Son olarak; bu çalışma bazı kısıtlılıklara sahiptir. İlk olarak, değişkenler arasındaki ilişkileri ölçen çalışma sayısı oldukça azdır ve veri karşılaştırması için yetersiz kalmıştır. Bir diğeri, örneklemin yüksek yaş ortalaması ve yüksek sosyoekonomik düzeyinin genel popülasyonu tam olarak yansıtmamasıdır. Ayrıca, neden-sonuç ilişkisine dair bir çıkarım yapılamamaktadır.

Tüm kısıtlılıklara rağmen, çalışmanın güçlü yönleri de vardır: Öncelikle, yazarın bildiği kadarıyla kendini susturma ve dissosiyatif yaşantılar arasındaki ilişkinin araştırıldığı ilk çalışma olma özelliği taşımaktadır. Ayrıca genel popülasyondan 441

kadından oluşan geniş bir örnekleme sahiptir. Bir diğer artısı, çoğunlukla üniversite öğrencileri örneklemlerinde yapılan kendini nesneleştirme çalışmalarına örneklemin geniş yaş aralığıyla (18-73) katkı sağlamasıdır.

BÖLÜM 6

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonucunda kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın dissosiyatif yaşantılarla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu bulgular ile toplumsallaşma sürecinde edinilen roller içselleştirildiği derecede genişleyen sosyolojik kendilik (Şar ve Öztürk, 2007), sosyal alter (de Mause, 1995) ve benzer şekilde toplumsal cinsiyetli psişenin (Howell, 2005) dissosiyatif bir yapıya işaret edebileceği görülmüştür.

Bu çalışma yalnızca kadın katılımcılarla yapılmıştır. Kendini nesneleştirme ve kendini susturmanın erkeklere de uygulanabilir modeller olduğunu gösteren çalışmalara dayanarak (Oehlhof ve ark., 2009; Duarte ve Thompson, 1999) Türkiye’den erkek örnekleme de çalışılması önerilmektedir. Benzer şekilde, bu çalışmanın klinik olmayan bir örnekleme yapıldığı göz önünde bulundurularak, dissosiyatif bozukluk tanısı almış hastalarla çalışmalar yapıp dissosiyatif kontinumun patolojik boyutundaki toplumsal içselleştirme süreçleri incelenebilir. Bunların yanı sıra, katılımcıların gelişimsel travma geçmişine ve şiddetine dair bilgi edinerek, dissosiyasyonun ve içselleştirmenin şiddetiyle ilişkisi de araştırılabilir. Ayrıca kendini nesneleştirme ve kendini susturma ile ilişkili depresyon, yeme bozuklukları, cinsel işlev bozuklukları (Tiggemann ve Williams, 2012; Piran ve Cormier, 2005) gibi ruh sağlığı bozukluklarında dissosiyasyonun rolünün araştırılması, bahsedilen kavramlar ve patoloji arasındaki mekanizmanın işleyişine ışık tutabilir. Son olarak, toplumsal cinsiyet rollerinin içselleştirilmesiyle ilişkili olabilecek şiddete ilişkin tutumlar, içselleştirilmiş cinsiyetçilik gibi farklı kavramların da dissosiyasyonla ilişkisi araştırılıp, toplumsal cinsiyet ve dissosiyasyon ilişkisine daha geniş bir zeminde katkı sağlanabilir.

Kaynakça

- Aderibigbe, Y., Bloch, R., Walker, W. (2001). Prevalence of depersonalization and derealization experiences in a rural population. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 36, 63–69. <https://doi.org/10.1007/s001270050291>
- Akyüz, G., Doğan O., Şar, V., Yargıç, İ., Tutkun H. (1999) Frequency of dissociative identity disorder in the general population in Turkey. *Comprehensive Psychiatry*, 40(2), 151-159.
- Alikaşifoğlu, M., Erginöz, E., Ercan, O., Albayrak-Kaymak, D., Uysal, O., İlter, O. (2006) Sexual abuse among female high school students in Istanbul, Turkey. *Child Abuse and Neglect*, 30, 247-255.
- American Psychiatric Association (1952). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. Washington DC.
- American Psychiatric Association (1968). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (2nd Edition) (DSM-II). Washington DC.
- American Psychiatric Association (1980) *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3rd Edition) (DSM-III). Washington DC.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). American Psychiatric Publishing, Inc.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed., text rev.).
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).
- Armstrong-Perlman, E. M. (2000). The allure of the bad object. In: *Fairbairn and the Origin of Object Relations*, ed. J. S. Grotstein ve D. B. Rinsley. NewYork: Other Press, sf. 222–233.
- Baker, D., Hunter, E., Lawrence, E., Medford, N., Patel, M., Senior, C., David, A. (2003) Depersonalization disorder: Clinical features of 204 cases. *British Journal of Psychiatry*, 182(5), 428-433.

- Bartky, S. (1990). *Femininity and domination: Studies in the phenomenology of oppression*. New York, NY: Routledge.
- Bateman., J. K. (2011). Living Liminality: Maternal Subjectivity in the Context of Raising Children with Autism. *Publicly Accessible Penn Dissertations*. 331.
- Beauvoir, S. D. (2019). *İkinci Cinsiyet*. Koç Üniversitesi Yayınları. (Orijinal çalışma 1949)
- Beck, A. T. (1987). Cognitive models of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1(1), 5–37.
- Beere, D. (2009). The self-system as mechanism for the dissociative disorders: An extension of the perceptual theory of dissociation. In P. F. Dell ve J. A. O’Neil (Eds.), *Dissociation and the dissociative disorders: DSM-V and beyond* (pp. 277–285). New York: Routledge.
- Bentham, J. (1995). *The Panopticon Writings*. Ed. Miran Bozovic (London: Verso, 1995). (Orijinal çalışma 1785).
- Bernstein, E. M., Putnam F. W. (1986). Development, reliability, and validity of a dissociation scale. *Journal of Nervous and Mental Disorders*, 174(12): 727-35. doi:10.1097/00005053-198612000-00004. PMID 3783140.
- Besser, A., Flett, G. L., Davis, R. A. (2003). Self-criticism, dependency, silencing the self, and loneliness: A test of a mediational model. *Personality ve Individual Differences*, 35, 1735-1752.
- Boyacıoğlu, İ. (2016). Dünden bugüne Türkiye’de kadına yönelik şiddet ve ulusal kadın çalışmaları: Psikolojik araştırmalara davet. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19 (Özel sayı), 127-146.
- Bozzano, S. F. (1999). The relationship between self-silencing and sexual harassment. Yayınlanmış doktora tezi. Depaul University.
- Butler, L. D., ve Palesh, O. (2004). Spellbound: Dissociation in the movies. *Journal of Trauma and Dissociation*, 5(2), 61–87.
- Butler, L. D. (2006). Normative Dissociation. *Psychiatric Clinics of North America* 29(1), 45-62, <https://doi.org/10.1016/j.psc.2005.10.004>.
- Calogero, R. M., Davis, W. N., Thompson, J. K. (2005). The Role of Self-Objectification in the Experience of Women with Eating Disorders. *Sex Roles*, 52, 43–50. <https://doi.org/10.1007/s11199-005-1192-9>
- Calogero, R. M. (2012) Objectification theory, self-objectification, and body image. In: Cash, Thomas, ed. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*. Academic Press, sf. 574-580. ISBN 978-0-12-384925-0. doi:10.1016/B978-0-12-384925-0.00091-2

- Chodorow, N. J. (1975). Family structure and feminine personality: The reproduction of mothering. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 36(1-A), 565.
- Choma, B. L., Visser, B. A., Pozzebon, J. A., Bogaert, A. F., Busseri, M. A., Sadava, S. W. (2010). Self-objectification, self-esteem, and gender: Testing a moderated mediation model. *Sex Roles: A Journal of Research*, 63(9-10), 645-656. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9829-8>
- Chu, J. (2011). *Rebuilding Shattered Lives: Treating Complex PTSD and Dissociative Disorders*. John Wiley ve Sons Inc. Hoboken, New Jersey.
- Cooley, C.H. (1902). *Human nature and the social order*. New York. Charles Scribner's Sons.
- Costanzo, P. R. (1992). External socialization and the development of adaptive individuation and social connection. In D. N. Ruble, P. R. Costanzo, ve M. E. Oliveri (Eds.), *The social psychology of mental health: Basic mechanisms and applications* (p. 55–80). Guilford Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York, NY:Harper.
- Daubenmier, J. J. (2005). The Relationship of Yoga, Body Awareness, and Body Responsiveness to Self-Objectification and Disordered Eating. *Psychology of Women Quarterly*, 29(2), 207–219. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2005.00183.x>
- De Mause, L. (1995) *Social Alter*. Uluslararası Psicotarih Birliği Konvansiyonu, New York.
- Doğan, G. (2013). Üniversite öğrencilerinde kendini nesneleştirme ve bazı değişkenlerle ilişkisi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi.
- Doyum B. (2017). Kendini Susturma Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Okan Üniversitesi.
- Drat-Ruszczak, K. (2010). The meaning of self-silencing in Polish women. In D. C. Jack ve A. Ali (Eds.), *Silencing the self across cultures: Depression and gender in the social world* (p. 203–225). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195398090.003.0010>
- Duarte, L. M., Thompson, J. M. (1999). Sex differences in self-silencing. *Psychological Reports*, 85, 145-161.
- Dünya Sağlık Örgütü. (1998). *Dünya Sağlık Raporu*. https://www.who.int/whr/1998/en/whr98_en.pdf adresinden erişildi

- Dünya Sağlık Örgütü (2010). *Dünya Sağlık İstatistikleri*. https://www.who.int/whosis/whostat/EN_WHS10_Full.pdf?ua=1 adresinden erişildi
- Dünya Sağlık Örgütü. (2013). *Global and regional estimates of violence against women: Prevalence and health effects of intimate partner violence and non-partner sexual violence*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/85239/9789241564625_eng.pdf?sequence=1 adresinden erişildi
- Elliott, D. M., Briere, J. (1992). Sexual abuse trauma among professional women: Validating the Trauma Symptom Checklist-40 (TSC-40). *Child Abuse ve Neglect*, 16(3), 391–398. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(92\)90048-V](https://doi.org/10.1016/0145-2134(92)90048-V)
- Engin, C., Pals, H. (2018). Patriarchal attitudes in Turkey 1990-2011: The influence of religion and political conservatism. *Soc. Politics Int. Stud. Gen. State Soc.*, 25(3), 383-409.
- European Union Agency for Fundamental Rights. (2014). Violence against women: An EU-wide survey. https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2014-vaw-survey-main-results-apr14_en.pdf adresinden erişildi
- Ferenczi, S. (1949). Confusion of tongues between the adult and the child. *The International Journal of Psychoanalysis*, 30, 225–230.
- Fischer, D. G., Elnitsky, S. (1990). A factor analytic study of two scales measuring dissociation. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 32(3), 201–207. <https://doi.org/10.1080/00029157.1990.10402825>
- Flett, G. L., Besser, A., Hewitt, P. L., Davis, R. A. (2007). Perfectionism, silencing the self, and depression. *Personality and Individual Differences*, 43, 1211-1222.
- Fox, J., Ralston, R. A., Cooper, C. K., Jones, K. A. (2015). Sexualized Avatars Lead to Women’s Self-Objectification and Acceptance of Rape Myths. *Psychology of Women Quarterly*, 39(3), 349–362. <https://doi.org/10.1177/0361684314553578>
- Fredrickson, B. L., Roberts, T.-A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173–206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Fredrickson, B. L., Roberts, T.-A., Noll, S. M., Quinn, D. M., Twenge, J. M. (1998). That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 269–284. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.269>
- Freyd, J. J. (1996). *Betrayal Trauma*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Ghent, E. (1994), Empathy—whence and whither? Commentary on papers by Kiersky and Beebe, Hayes, and Feiner and Kiersky. *Psychoanal. Dial.*, 4, 473–486.

- Giesbrecht, T., Merckelbach, H., Smeets, E. Thought suppression, dissociation, and context sensitivity. *NEJP* 62, 71–77 (2006).
<https://doi.org/10.1007/BF03061053>
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Harvard University Press.
- Gjerdingen, D., Fontaine, P., Crow, S., McGovern, P., Center, B., Miner, M. (2009) Predictors of Mothers' Postpartum Body Dissatisfaction. *Women ve Health*, 49(6-7), 491-504.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Harper, M. S., Dickinson, J. W., Welsh, D. P. (2006). Self-silencing and rejection sensitivity in adolescent romantic relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 459-467.
- Hautamäki, A. (2010). Silencing the Self across generations and gender in Finland. In D. C. Jack, ve A. Ali (Eds.), *Silencing the Self across cultures: Depression and gender in the social world* (pp. 175-201). Oxford, New York etc.: Oxford University Press.
- Hilgard, E. R. (1977) The problem of divided consciousness: A neodissociation interpretation. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 296, 48-59.
doi:10.1111/j.1749-6632.1977.tb38160.x
- Hilgard, E. (1984) The hidden observer and multiple personality. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 32(2), 248-253.
- Howell, E. F. (2005). *The dissociative mind*. The Analytic Press/Taylor ve Francis Group.
- Jack, D. C. (1991). *Silencing the self: Women and depression*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Jack, D. C., Dill, D. (1992). The Silencing the Self Scale: Schemas of intimacy associated with depression in women. *Psychology of Women Quarterly*, 16(1), 97–106. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1992.tb00242.x>
- Jack, D. C. (2003). Relational Therapy for Depressed Women. *Psychology of Women Quarterly*, 27(2), 191–191. https://doi.org/10.1111/1471-6402.00098_5
- Jack, D. C., Ali, A. (Eds.). (2010). *Silencing the self across cultures: Depression and gender in the social world*. Oxford University Press.
- Jack, D. C. (2011). Reflections on the Silencing the Self Scale and Its Origins. *Psychology of Women Quarterly*, 35(3), 523–529.
<https://doi.org/10.1177/0361684311414824>

- Johnson, M.D., Horne, R.M., Neyer, F.J. (2019). The Development of Willingness to Sacrifice and Unmitigated Communion in Intimate Partnerships. *Fam Relat*, 81, 264-279. doi:10.1111/jomf.12544
- Kant, I. (1797/1996). *The Metaphysics of Morals*. Cambridge University Press.
- Kılıç, B. (2019). Obsesif kompulsif belirtilerin çocukluk çağı travma türleri ve dissosiyatif yaşantılarla ilişkisi. (Yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi.
- Kihlstrom, J. F., Barnhardt, T. M. (1993). The self-regulation of memory: For better and for worse, with and without hypnosis. In D. M. Wegner ve J. W. Pennebaker (Eds.), *Century psychology series. Handbook of mental control*. Prentice-Hall, Inc.
- Kurtiş T. (2010). Self-silencing and well-being among Turkish women (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). University of Kansas.
- Lichiello, S. C., "Self-Objectification as a Dissociative Experience: Making the Connection between Media Internalization and Self-Harm" (2011). *Student Research Submissions*. 25. https://scholar.umw.edu/student_research/25
- Loewenstein, R. J. (1993). Psychogenic amnesia and psychogenic fugue: A comprehensive review. In D. Spiegel (Ed.), *Dissociative disorders: A clinical review* (p. 45–78). The Sidran Press.
- Ludwig, A. M. (1966). Altered states of consciousness. *Archives of General Psychiatry*, 15, 225–234.
- Lutz-Zois, C. L., Dixon, L. J., Smidt, A. M., Goodnight, J. A., Gordon, C. L., Ridings, L. E. (2013) An examination of gender differences in the construct validity of the Silencing the Self Scale. *Personality and Individual Differences*, 55(1), 35-40.
- MacKinnon, C. A. (1989). *Toward a feminist theory of the state*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Malhotra, N., Gupta, N. (2018) Dissociative disorders: Reinvention or reconceptualization of the concept?. *Indian Journal of Social Psychiatry*, 34, 44-8.
- McKee-Ryan, F., Song, Z., Wanberg, R.C., Kinicki, A.J (2005) Psychological and physical well-being during unemployment: a meta-analytic study. *Journal of Applied Psychology*, 90(1), 53–76.
- McKinley N. M., Hyde J. S. (1996) The objectified body consciousness scale: Development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20, 181-215.

- McKinley, N. M. (1999). Women and objectified body consciousness: Mothers' and daughters' body experience in cultural, developmental, and familial context. *Developmental Psychology*, 35(3), 760–769. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.35.3.760>
- Mercurio, A. E., Landry, L. J. (2008). Self-objectification and well-being: The impact of self-objectification on women's overall sense of self-worth and life satisfaction. *Sex Roles*, 58, 458-466.
- Miles-McLean H., Liss M., Erchull M. J., Robertson C. M., Hagerman C., Gnoleba M. A., Papp L. J. (2015). “Stop looking at me!”: Interpersonal sexual objectification as a source of insidious trauma. *Psychology of Women Quarterly*, 39(3), 363-374.
- Miller, J. B. (1986) *Toward a New Psychology of Women*. Boston, MA: Beacon Press. (Original çalışma 1976).
- Muehlenkamp, J. J., Saris-Baglama, R. N. (2002). Self-objectification and its psychological outcomes for college women. *Psychology of Women Quarterly*, 26(4), 371–379. <https://doi.org/10.1111/1471-6402.t01-1-00076>
- Muehlenkamp, J. J., Swanson, J. D., Brausch, A. M. (2005), Self-objectification, risk taking, and self-harm in college women. *Psychology of Women Quarterly*, 29, 24-32. doi:10.1111/j.1471-6402.2005.00164.x
- Muris, P., Merckelbach, H. (1997) Suppression and dissociation. *Personality and Individual Differences*, 23(3), 523-525. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)80019-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(97)80019-0).
- Myers, T. A., Crowther, J. H. (2008). Is Self-Objectification Related to Interoceptive Awareness? An Examination of Potential Mediating Pathways to Disordered Eating Attitudes. *Psychology of Women Quarterly*, 32(2), 172–180. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2008.00421.x>
- Nijenhuis, E. R. S. (1999). *Somatiform dissociation: Phenomena, measurement and theoretical issues*. Assen: Van Gorcum. Reprint: New York: Norton, 2004.
- Nijenhuis, E. R. S., Matthess, H., Ehling, T. (2004). *Psychobiological studies of structural dissociation*. Proceedings of the 21st International Society for the Study of Dissociation.
- Nijenhuis, E., Van der Hart, O., Steele, K. (2010). Trauma-related structural dissociation of the personality. *Activitas Nervosa Superior*, 52(1), 1–23.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 569–582. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.4.569>

- North, C. S. (2015). The Classification of Hysteria and Related Disorders: Historical and Phenomenological Considerations. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 5(4), 496–517. <https://doi.org/10.3390/bs5040496>
- Nussbaum, M. C. (1995), Objectification. *Philosophy ve Public Affairs*, 24, 249-291. doi:10.1111/j.1088-4963.1995.tb00032.x
- Oehlhof, M. E., Musher-Eizenman D. R., Neufeld J. M., Hauser J. C. (2009). Self-objectification and ideal body shape for men and women. *Body Image, Volume 6*(4), 308-310. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.05.002>.
- Öztürk, E., Şar, V. (2016). Formation and functions of alter personalities in dissociative identity disorder: A theoretical and clinical elaboration. *Journal of Psychology and Clinical Psychiatry*, 6(6).
- Öztürk, E. (2017) *Travma ve Dissosiyasyon: Dissosiyatif Kimlik Bozukluğunun Psikoterapisi ve Aile Dinamikleri*. Nobel Tıp Kitabevi, İstanbul.
- Piran, N., Cormier, H. C. (2005). The Social Construction of Women and Disordered Eating Patterns. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 549–558. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.549>
- Putnam, F. W. (1989). Pierre Janet and modern views of dissociation. *Journal of Traumatic Stress*, 2, 413-429. doi:10.1002/jts.2490020406
- Rassin, E. (2003), The White Bear Suppression Inventory (WBSI) focuses on failing suppression attempts. *Eur. J. Pers.*, 17: 285-298. doi:10.1002/per.478
- Ray, W. J., June, K., Turaj, K., Lundy, R. (1992). Dissociative experiences in a college age population: A factor analytic study of two dissociation scales. *Personality and Individual Differences*, 13, 417–424.
- Ray, W. (1996). Dissociation in Normal Populations. In: Michelson L, Ray W, editors. *Handbook of Dissociation*. New York: Plenum Press; 1996.
- Roberts, T.-A., Calogero, R. M., Gervais, S. J. (2018). Objectification theory: Continuing contributions to feminist psychology. In C. B. Travis, J. W. White, A. Rutherford, W. S. Williams, S. L. Cook, ve K. F. Wyche (Eds.), *APA handbooks in psychology®. APA handbook of the psychology of women: History, theory, and battlegrounds* (p. 249–271). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000059-013>
- Robins, P. M., Sesan, R. (1991). Munchausen syndrome by proxy: Another women's disorder? *Professional Psychology: Research and Practice*, 22(4), 285–290. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.22.4.285>
- Rollero, C., De Piccoli, N. (2017). Self-Objectification and Personal Values. An Exploratory Study. *Frontiers in psychology*, 8, 1055. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01055>

- Rollero, C., Gattino, S., De Piccoli, N., Fedi, A. (2018). Protective versus risk factors for self-objectification in different age and gender cohorts. *Psihologija*, 51(1), 17–30. <https://doi.org/10.2298/PSI161222008R>
- Ross, C. A., Joshi, S., Currie, R. (1990). Dissociative experiences in the general population. *The American Journal of Psychiatry*, 147(11), 1547–1552. <https://doi.org/10.1176/ajp.147.11.1547>
- Sanchez, D. T., Kwang, T. (2007). When the Relationship Becomes Her: Revisiting Women’s Body Concerns from a Relationship Contingency Perspective. *Psychology of Women Quarterly*, 31(4), 401–414. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2007.00389.x>
- Sartre, J. P. (1946/1989). No exit and other plays. New York: Vintage International.
- Seligman, R., Kirmayer, L. J. (2008). Dissociative Experience and Cultural Neuroscience: Narrative, Metaphor and Mechanism. *Cult Med Psychiatry* 32, 31–64. <https://doi.org/10.1007/s11013-007-9077-8>
- Smolak, L., Murnen, S. K. (2011). Gender, self-objectification and pubic hair removal. *Sex Roles: A Journal of Research*, 65(7-8), 506–517. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9922-z>
- Smolak, L., Murnen, S. K., Myers, T. A. (2014). Sexualizing the Self: What College Women and Men Think About and Do to Be “Sexy.” *Psychology of Women Quarterly*, 38(3), 379–397. <https://doi.org/10.1177/0361684314524168>
- Spiegel, D., Cardeña, E. (1991). Disintegrated experience: The dissociative disorders revisited. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(3), 366–378. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.3.366>
- Steinberg, M. (1995). Handbook for the assessment of dissociation: A clinical guide. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Steinberg, M., Schnall, M. (2001). The stranger in the mirror: Dissociation—the hidden epidemic. New York: Harper Collins.
- Stoppard, J. (2000). *Understanding depression: Feminist constructionist approaches*. London, New York: Routledge.
- Surrey, J. (1985). *Self-in-relation: A theory of women's development*. Work in Progress, No. 13. Wellesley, MA: Stone Center Working Paper Series.
- Szymanski, D. M., Henning, S. L. (2007). The role of self-objectification in women's depression: A test of objectification theory. *Sex Roles: A Journal of Research*, 56(1-2), 45–53. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9147-3>
- Szymanski, D. M., Moffitt, L. B., Carr, E. R. (2011). Sexual Objectification of Women: Advances to Theory and Research. *The Counseling Psychologist*, 39(1), 6–38. <https://doi.org/10.1177/0011000010378402>

- Şar, V., Kundakçı, T., Kızıltan, E. (1997). Disosiyatif yaşantılar ölçeği'nin (DES-II) geçerlik ve güvenilirliği. 33. *Ulusal Psikiyatri Kongresi Bildiri Tam Metin Kitabı*, 55-64.
- Şar, V., Akyüz, G., Kundakçı, T. (1998) Frequency of dissociative disorders in the general population: an epidemiological study in Turkey. Paper submitted to the 15th Fall Conference of the International Society for the Study of Dissociation, Seattle.
- Şar, V., Akyüz, G., Kuğu, N., Öztürk, E., Ertem-Vehid, H. (2006) Axis-I dissociative disorder comorbidity of borderline personality disorder and childhood trauma reports. *Journal of Clinical Psychiatry*, 67(10), 1583-1590.
- Şar, V., Öztürk, E. (2007). Functional dissociation of the self: A sociocognitive approach to trauma and dissociation. *Journal of Trauma ve Dissociation*, 8(4), 69-89.
- Şar, V. (2013) Dissosiyatif bozukluklar. Psikiyatri Ders Kitapları Serisi. 1. Baskı. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- Şar, V., Öztürk, E. (2014). Sosyolojik kendilik. <https://www.vedatsar.com/sosyolojik-kendilik/>
- Şar, V. (2014). Otomatizm ve Dissosiyatif Bozukluklar. 7. *Nöropsikiyatri Günleri & 100. Yıl Sempozyumu*. 30 Ekim-1 Kasım 2014. İstanbul.
- Şar, V. (2017). Parallel-Distinct Structures of Internal World and External Reality: Disavowing and Re-Claiming the Self-Identity in the Aftermath of Trauma-Generated Dissociation. *Frontiers in Psychology*, 8. 10.3389/fpsyg.2017.00216.
- Şarlak, D., Öztürk, E. (2018). Dissosiyatif Bozuklukların Epidemiyolojisi. Öztürk E, editör. *Ruhsal Travma ve Dissosiyasyon*. Ankara: Türkiye Klinikleri, 14-9.
- Şar, V. (2018). Büyük Resim. https://www.researchgate.net/publication/337919956_Buyuk_Resim adresinden erişildi.
- Talmon, A., Ginzburg, K. (2016) The nullifying experience of self-objectification: The development and psychometric evaluation of the Self-Objectification Scale. *Child Abuse ve Neglect*, 60, 46-57, <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.09.007>.
- Talmon, A., Ginzburg, K. (2017). Between Childhood Maltreatment and Shame: The Roles of Self-Objectification and Disrupted Body Boundaries. *Psychology of Women Quarterly*, 41(3), 325–337. <https://doi.org/10.1177/0361684317702503>
- Talmon, A., Ginzburg, K. (2018). Between childhood maltreatment and shame: The roles of self-objectification and disrupted body boundaries. *Psychology of Women Quarterly*, 41(3), 325-337.

- Talmon, A., Ginzburg, K. (2019) The intricate role of dissociation in the relations between childhood maltreatment, self-objectification, and narcissism. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*.
- Tarnopolsky, A. (2003). The Concept of Dissociation in Early Psychoanalytic Writers. *Journal of Trauma ve Dissociation*, 4(3), 7-25, DOI: 10.1300/J229v04n03_02
- Tiggemann, M., Lynch, J. E. (2001). Body image across the life span in adult women: The role of self-objectification. *Developmental Psychology*, 37(2), 243–253. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.37.2.243>
- Tiggemann, M., Andrew, R. (2012). Clothing choices, weight, and trait self-objectification. *Body Image*, 9(3), 409-412. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.02.003>.
- Tiggemann, M., Williams, E. (2012). The role of self-objectification in disordered eating, depressed mood, and sexual functioning among women: A comprehensive test of objectification theory. *Psychology of Women Quarterly*, 36(1), 66–75. <https://doi.org/10.1177/0361684311420250>
- Trivedi, M. H., Rush, A. J., Wisniewski, S. R., Niernenberg, A. A., Warden, D., Ritz, L. (2006). Evaluation of outcomes with citalopram for depression using measurement-based care in STAR*D: Implications for clinical practice. *American Journal of Psychiatry*, 163, 28–40.
- Van der Hart, O., Nijenhuis, E. R. S. (2001). Loss and recovery of different memory types in generalized dissociative amnesia. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 35(5), 589-600.
- Van der Hart, O., Nijenhuis, E. R. S., Steele, K. (2007). *The Haunted Self: Structural Dissociation and the Treatment of Chronic Traumatization*. W W Norton & Co.
- Van der Hart, O., Dorahy, M. J. (2009). History of the concept of dissociation. In P. F. Dell ve J. A. O'Neil (Eds.), *Dissociation and the dissociative disorders: DSM-V and beyond* (p. 3–26). Routledge/Taylor ve Francis Group.
- Van den Hout, M., Merckelbach, H., ve Pool, K. (1996). Dissociation, reality monitoring, trauma, and thought suppression. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 24(2), 97–108. <https://doi.org/10.1017/S1352465800017367>
- Van der Kolk, B., Hart, O. (1990). Pierre Janet and the breakdown of adaption in psychological trauma. *The American journal of psychiatry*, 146, 1530-40. 10.1176/ajp.146.12.1530.
- Vanderlinden, J., Van Dyck, R., Vandereycken, W., Vertommen, H., Jan Verkes, R. (1993). The dissociation questionnaire (DIS-Q): Development and characteristics of a new self-report questionnaire. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 1, 21-27. doi:10.1002/cpp.5640010105

- Vanderlinden, J., Vandereycken, W., Van Dyck, R., Vertommen, H. (1993). Dissociative experiences and trauma in eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 13, 187-193.
- Vidler, H. C. (2005). Women making decisions about self-care and recovering from depression. *Women Studies International Forum*, 28, 289-303.
- Watkins, L.M., Johnston, L. (2000), Screening Job Applicants: The Impact of Physical Attractiveness and Application Quality. *International Journal of Selection and Assessment*, 8, 76-84. doi:10.1111/1468-2389.00135
- Watson, L. B., Marszalek, J. M., Dispenza, F. (2015). Understanding the Relationships Among White and African American Women's Sexual Objectification Experiences, Physical Safety Anxiety, and Psychological Distress. *Sex Roles*, 72, 91–104. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0444-y>
- Wegner, D. M., ve Zanakos, S. (1994). Chronic thought suppression. *Journal of Personality*, 62(4), 615–640. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1994.tb00311.x>
- Whiffen, V. E., Foot, M. L., Thompson, J. M. (2007). Self-silencing mediates the link between marital conflict and depression. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24, 993-1006.
- Witte, T., Sherman, M. F., Flynn, L. (2001). Silencing the self and the big five: A personological profile of silent women. *Psychological Reports*, 88, 655-663.
- Witte, T. H., Sherman, M. F. (2002). Silencing the self and feminist identity development. *Psychological Reports*, 90, 1075-1083.
- World Health Organization. (2004). *ICD-10: international statistical classification of diseases and related health problems: tenth revision*, 2nd ed. World Health Organization.
- Yargıç, İ., Şar, V., Tutkun, H., Alyanak, B. (1998). Comparison of dissociative identity disorder with other diagnostic groups using a structured interview in Turkey. *Comprehensive Psychiatry*, 39, 345-351.
- Yağmurcu, Y. (2015). Nesneleştirme kuramı, sistemi meşrulaştırma kuramı ve çelişik duygulu cinsiyetçilik perspektiflerinden kendini nesneleştirmenin incelenmesi (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi.
- Yılmaz, T., Bozo, Ö. (2019). Turkish adaptation of the objectified body consciousness scale and the self-objectification questionnaire. *Düşünen Adam The Journal Of Psychiatry and Neurological Sciences*, 32, 214-226.
- Zaitsoff, S. L., Geller, J., Srikameswaran, S. (2002), Silencing the self and suppressed anger: relationship to eating disorder symptoms in adolescent females. *European Eating Disorders Review*, 10, 51-60. doi:10.1002/erv.418

ÖZGEÇMİŞ

Deniz Soysaltürk 1 Ağustos 1984'te İzmir'de dünyaya geldi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Psikoloji bölümünden 2007'de mezun oldu. 2007-2016 arasında Publicis, McCann Erickson, Grey Worldwide gibi uluslararası reklam ajanslarında yaratıcı yazarlık yaptı. 2017'de Fransız Lape Hastanesi'nde klinik psikoloji stajını tamamladı. 2017'de Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programına başladı ancak yatay geçişle eğitimine Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programında devam etti. 2018'de Prof. Dr. Gonca Soygüt'ten Şema Terapi temel düzey eğitimi aldı. 2019'da Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde staj yaptı. 2017-2019 arasında Prof. Dr. Tefrika İkiz Tunaboylu'dan aldığı Rorschach Testi ve TAT (yetişkin) eğitimini tamamladı.

EK-A: BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

“Kadınlarda Kendini Nesneleştirme ve Kendini Susturmanın
Dissosiyatif Yaşantılarla İlişkisi”
Başlıklı Tez İçin

12.12.2019

Bu araştırma tarafımda yapılmakta olup Prof Dr. Feryal Çam Çelikel danışmanlığında yürütülen Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans bitirme tezidir. Çalışmanın amacı, yetişkin kadınlarda kendini susturma ve kendini nesneleştirmenin dissosiyatif yaşantılarla olan ilişkisini araştırmaktır.

Araştırma sürecinde sizden beklenen, ekranda karşınıza gelecek her soruyu tek tek okuyarak size uygun yanıtları vermeniz ve yönergeleri takip etmenizdir. Çalışma toplamda 25-30 dakika sürecektir. Araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Katılmanız halinde kişisel bilgilerinizin gizliliğine saygı gösterilecek, araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında da özenle korunacaktır. Araştırma sırasında vermiş olduğunuz bilgiler koruma altına alınarak farklı araştırmalarda kullanılabilir.

Çalışmaya katılmama veya istediğiniz anda çalışmayı bırakma hakkına sahipsiniz. Sorunuz varsa denizsoysalturk@gmail.com adresi üzerinden iletişime geçebilirsiniz.

-Açıklamayı okudum ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum ()

EK-B: SOSYODEMOGRAFİK VE DİĞER BİLGİLER VERİ FORMU

1) Cinsiyetiniz

A) Kadın B) Erkek

2) Yaşınız

()

3) Eğitim durumunuz

A) İlköğretim B) Lise C) Üniversite D) Lisans üstü

4) Şimdiye kadar eğitim aldığınız toplam sene sayısı

()

5) Medeni haliniz

A) Halen evli B) Evli değil

6) Aylık toplam hane geliriniz

A) 1500 tı altı B) 1500-3000 C) 3000-10000 D) 10000 ve üzeri

7) Halen çalışıyor musunuz?

A) Evet B) Hayır

8) Çocuk sahibi misiniz?

A) Evet B) Hayır

9) Şu anda psikolojik/psikiyatrik bir ilaç veya tedavi alıyor musunuz?

A) Evet B) Hayır

10) Lütfen içinde bulunduğumuz yılı seçiniz.

EK-C: NESNELEŞTİRİLMİŞ BEDEN BİLİNCİ ÖLÇEĞİ (NBBÖ)

Aşağıdaki sayfalarda bulunan ifadelere ne derecede katıldığınıza karşılık gelen numarayı daire içine alınız.

		kesinlikle katılmıyorum			ne katılmıyorum ne katılmıyorum			kesinlikle katılmıyorum
		1	2	3	4	5	6	7
1	Nasıl görüldüğüm hakkında nadiren düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
2	Kilomu kontrol edemediğimde bende mutlaka bir sorun var diye düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
3	Kıyafetlerimin üzerimde iyi görünmesinden ziyade rahat olması daha önemlidir.	1	2	3	4	5	6	7
4	İnsanların doğuştan gelen görünümüne mahkûm olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
5	En iyi şekilde görünmek için çaba sarf etmediğimde kendimden utanırım.	1	2	3	4	5	6	7
6	Formda olmak için öncelikle bu tip bir bedenle doğmak gerekir.	1	2	3	4	5	6	7
7	Vücudumun sağlıklı olup olmadığını nasıl gördüğünden daha çok düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
8	Elimden gelenin en iyisi gibi görünmediğimde “herhalde kötü bir insanım” diye düşünürüm	1	2	3	4	5	6	7
9	Nasıl görüldüğümü diğer insanların görüntüsü ile nadiren karşılaştırırım	1	2	3	4	5	6	7
10	Bence üzerinde uğraşmaya istekli olduğu sürece, bir insan arzu ettiği gibi görünebilir.	1	2	3	4	5	6	7
11	İnsanlar gerçekte kaç kilo olduğumu bilseler utanırım.	1	2	3	4	5	6	7
12	Bedenimin görünümüyle ilgili çok da kontrole sahip olduğumu düşünmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
13	Kilomu kontrol edemesem de bence iyiyim.	1	2	3	4	5	6	7
14	Gün içerisinde nasıl görüldüğüm konusunda çok kere düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
15	Gerektiği kadar egzersiz yapmadığımda, kendimde ters giden bir şeyler vardır diye asla endişelenmem.	1	2	3	4	5	6	7
16	Giydiklerimin beni iyi gösterip göstermediği konusunda sık sık endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
17	Yeteri kadar egzersiz yapmadığım zaman yeterince iyi olup olmadığını sorgularım	1	2	3	4	5	6	7
18	Başkalarına nasıl görüldüğümle ilgili olarak nadiren endişelenirim.	1	2	3	4	5	6	7
19	Kişinin kilosunun büyük ölçüde genleri tarafından belirlendiğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
20	Bedenimin nasıl görüldüğünden çok işlevselliği ile ilgilenirim.	1	2	3	4	5	6	7
21	Kilomu değiştirmek için ne kadar çabaladığımı bir önemi yok, muhtemelen hep aynı kalacak.	1	2	3	4	5	6	7
22	İdealimdeki beden ölçülerine sahip olmazsam utanırım.	1	2	3	4	5	6	7
23	Yeteri kadar çabalarsam ideal kiloma ulaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
24	Dış görünüşünüzü ağırlıklı olarak genleriniz belirler.	1	2	3	4	5	6	7

EK-D: KENDİNİ SUSTURMA ÖLÇEĞİ (KSÖ)

Lütfen aşağıda sıralanan durumlarla ilgili nasıl hissettiğinizi en iyi ifade eden sayıyı yuvarlak içine alınız. Eğer şu anda bir yakın ilişkiniz yoksa en son yakın ilişkinizde nasıl hissettiğinize ve davrandığınıza göre yanıtınızı belirtiniz.		Kesinlikle	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1.	Önceliği kendime vermenin en iyisi olduğunu düşünürüm. Çünkü kendimden başka kimse beni düşünmez.	1	2	3	4	5
2.	Çatışmaya neden olacağını bilirsem, romantik ilişkimde duygularımı dile getirmem.	1	2	3	4	5
3.	Birini önemsemek demek, onun ihtiyaçlarını kendiminkilerin önüne koymaktır.	1	2	3	4	5
4.	Kendi ihtiyaçlarımı sevdiğlerimin ihtiyaçları kadar önemli saymak bencilliktir.	1	2	3	4	5
5.	Yakın ilişkideyken kendim gibi olmayı, yalnızken kendim gibi olmaktan daha zor bulurum.	1	2	3	4	5
6.	Diğer insanlar beni nasıl görüyorsa ben de kendimi öyle görme eğilimindeyim.	1	2	3	4	5
7.	Günümüzde insanlardan yapması beklenen şeyleri yaptığım takdirde kendimden memnun olurum.”	1	2	3	4	5
8.	Sevgilimin/eşimin ihtiyaçları ve duyguları benimkilerle ters düştüğünde, kendi ihtiyaç ve duygularımı her zaman açıkça ifade ederim.	1	2	3	4	5
9.	Yakın ilişkide benim sorumluluğum, diğer kişiyi mutlu etmektir.	1	2	3	4	5
10.	Birine değer vermek demek, ben farklı bir şey yapmak istesem bile, onun istediğini yapmayı seçmek demektir.	1	2	3	4	5
11.	İyi hissetmek için, özgür ve kendime yeterli hissetmem gerekir.	1	2	3	4	5
12.	Yapabileceğim en kötü şeylerden biri, bencil olmaktır.	1	2	3	4	5
13.	Sevgilimi/eşimi memnun etmek için, belli bir şekilde davranmam gerekmiş gibi geliyor.	1	2	3	4	5
14.	Yakın ilişkilerde yüzleşmeyi göze almaktansa sessiz kalmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
15.	Sorunlara ya da anlaşmazlığa yol açacağımı bilsem bile duygularımı sevgilime/eşıme dile getiririm.	1	2	3	4	5
16.	Dışardan bakıldığında genellikle mutlu görünürüm ama kendimi içten kızgın ve isyankâr hissederim	1	2	3	4	5
17.	Sevgilimin/eşimin beni sevmesi için ona, kendimle ilgili bazı şeyleri söylemem.	1	2	3	4	5
18.	Sevgilimin/eşimin ihtiyaçları ya da fikirleri benimkilerle çeliştiği zaman, kendi görüşümü ortaya koymak yerine genellikle onunla hemfikir olup, konuyu kapatırım.	1	2	3	4	5
19.	Yakın ilişkide olduğum zaman, kim olduğum hissini kaybederim.	1	2	3	4	5

20.	İlişkide benim için önemli bazı ihtiyaçlarım karşılanamayacak gibi görüldüğünde, aslında o ihtiyaçlarımın o kadar da önemli olmadığını düşünürüm.	1	2	3	4	5
21.	Sevgilim/eşim, beni ben olduğum için sever ve takdir eder.	1	2	3	4	5
22.	Kendim için bir şeyler yapmak, bencilliktir.	1	2	3	4	5
23.	Karar verirken, kendi düşüncelerimden ve görüşlerimden ziyade diğer insanların düşünce ve görüşleri, beni daha fazla etkiler.	1	2	3	4	5
24.	Öfkemi yakınlarıma nadiren açığa vururum.	1	2	3	4	5
25.	Sevgilimin/eşimin, “gerçek beni” bilmediğini hissederim.	1	2	3	4	5
26.	Sevgilimin/eşiminkilerle ters düştüğü zaman, duygularımı kendime saklamanın daha iyi olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
27.	Çoğunlukla diğer insanların duygularından sorumlu olduğumu hissederim.	1	2	3	4	5
28.	Diğer insanların nasıl hissettikleriyle ilgili daha fazla düşündüğüm için, kendimin ne düşünüp ne hissettiğimi bilmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
29.	Yakın ilişkide, karşımdaki mutlu olduğu sürece, genellikle ne yaptığımızı önemsemem.	1	2	3	4	5
30.	Yakın ilişkilerimde sorun yaratmaması için, duygularımı bastırmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
31.	Kendime koyduğum standartları hiçbir zaman karşılayamayacağım gibi geliyor.	1	2	3	4	5

Eğer son soruyu 4 ya da 5 puanla cevapladıysanız lütfen karşılayamayacağınızı hissettiğiniz 3 standardı sıralayınız.

1)

2)

3)

EK-E: DISSOSİYATİF YAŞANTILAR ÖLÇEĞİ (DES-II)

Bu test günlük hayatınızda başınızdaki geçmiş olabilecek yaşantıları konu alan 28 sorudan meydana gelmektedir. Sizde bu yaşantıların ne sıklıkta olduğunu anlamak istiyoruz. Yanıt verirken, alkol ya da ilaç etkisi altında meydana gelen yaşantıları değerlendirmeye katmayınız. Lütfen her soruda, anlatılan durumun sizdekine ne ölçüde uyduğunu 100 üzerinden değerlendiriniz ve uygun olan rakamı seçiniz.

Örnek: %0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

SORULAR

1. Bazı insanlar, yolculuk yaparken yol boyunca ya da yolun bir bölümünde neler olduğunu hatırlamadıklarını birden farkederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

2. Bazı insanlar zaman zaman, birisini dinlerken, söylenenlerin bir kısmını ya da tamamını duymamış olduklarını birden farkederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

3. Bazı insanlar kimi zaman, kendilerini nasıl geldiklerini bilmedikleri bir yerde bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

4. Bazı insanlar zaman zaman kendilerini, giydiklerini hatırlamadıkları elbiseler içinde bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

5. Bazı insanlar zaman zaman eşyaları arasında, satın aldıklarını hatırlamadıkları yeni şeyler bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

6. Bazı insanlar, zaman zaman, yanlarına gelerek başka bir isimle hitabeden ya da önceden tanıştıklarında ısrar eden, tanımadıkları kişilerle karşılaşır. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

7. Bazı insanlar, zaman zaman, kendilerinin yanbaşıda duruyor ya da kendilerini birşey yaparken seyrediyor ve sanki kendi kendilerine karşıdan bakıyormuş gibi bir his duyarlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

8. Bazı insanlara, arkadaşlarını ya da aile bireylerini, zaman zaman tanımadıklarının söylendiği olur. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

9. Bazı insanlar, yaşamlarındaki kimi önemli olayları (örneğin nikah ya da mezuniyet töreni) hiç hatırlamadıklarını farkedebilirler. Yaşamınızdaki bazı önemli olayları hiç hatırlamama durumunun sizde ne oranda olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

10. Bazı insanlar zaman zaman, yalan söylemediklerini bildikleri bir konuda, başkaları tarafından, yalan söylemiş olmakla suçlanırlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

11. Bazı insanlar kimi zaman, aynaya baktıklarında kendilerini tanıyamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

12. Bazı insanlar kimi zaman, diğer insanların, eşyaların ve çevrelerindeki dünyanın gerçek olmadığı hissini duyarlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

13. Bazı insanlar, kimi zaman vücutlarının kendilerine ait olmadığı hissini duyarlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

14. Bazı insanlar, zaman zaman geçmişteki bir olayı o kadar canlı hatırlarlar ki, sanki o olayı yeniden yaşıyor gibi olurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

15. Bazı insanlar kimi zaman, olduğunu hatırladıkları şeylerin, gerçekte mi yoksa rüyada mı olduğundan emin olamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

16. Bazı insanlar zaman zaman, bildikleri bir yerde oldukları halde orayı yabancı bulur ve tanıyamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

17. Bazı insanlar, televizyon ya da film seyredirken, kimi zaman kendilerini öyküye o kadar kaptırırlar ki çevrelerinde olan bitenin farkına varamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

18. Bazı insanlar kimi zaman kendilerini, kafalarında kurdukları bir fantezi ya da hayale o kadar kaptırırlar ki, sanki bunlar gerçekten başlarından geçiyormuş gibi hissederek. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

19. Bazı insanlar, ağır hissini duymamayı zaman zaman başarabildiklerini farkederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

20. Bazı insanlar kimi zaman, boşluğa bakıp hiçbir şey düşünmeden ve zamanın geçtiğini anlamaksızın oturduklarını farkederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

21. Bazı insanlar, yalnız olduklarında, zaman zaman sesli olarak kendi kendilerine konuştuklarını farkederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

22. Bazı insanlar kimi zaman iki ayrı durumda o kadar değişik davrandıklarını görürler ki, kendilerini neredeyse iki farklı insanmış gibi hissettikleri olur. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

23. Bazı insanlar, normalde güçlük çektikleri bir şeyi (örneğin spor türleri, iş, sosyal ortamlar vb.) belirli durumlarda son derece kolay ve akıcı biçimde yapabildiklerini farkederler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

24. Bazı insanlar, zaman zaman, bir şeyi yaptıklarını mı yoksa yapmayı sadece akıllarından geçirmiş mi olduklarını (örneğin bir mektubu postaya attığını mı yoksa sadece atmayı düşündüğünü mü) hatırlayamazlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

25. Bazı insanlar kimi zaman, yaptıklarını hatırlamadıkları şeyleri yapmış olduklarını gösteren kanıtlar bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

26. Bazı insanlar, zaman zaman eşyaları arasında, kendilerinin yapmış olması gereken, fakat yaptıklarını hatırlamadıkları yazılar, çizimler ve notlar bulurlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

27. Bazı insanlar, zaman zaman kafalarının içerisinde, belli şeyleri yapmalarını isteyen ya da yaptıkları şeyler üzerine yorumda bulunan sesler duyarlar. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100

28. Bazı insanlar, zaman zaman, dünyaya bir sis perdesi arkasından bakıyormuş gibi hissederler, öyle ki insanlar ve eşyalar çok uzakta ve belirsiz görünürler. Bu durumun sizde ne sıklıkta olduğunu yüz üzerinden değerlendirerek uygun olan yüzdeyi seçiniz.

%0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 %100