



T.C. ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

“YETİŞKİN BİREYLERDE ALGILANAN DUYGUSAL
İSTİSMAR DUYGUSAL İSTİSMAR DÜZEYLERİ İLE BENLİK
SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ”

GONCA ORHANER

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Kaan YILANCIOĞLU

İstanbul, 2018

T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

Yüksek Lisans Tezi

“Yetişkin Bireylerde Algılanan Duygusal İstismar Duygusal İstismar
Düzeyleri İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki”

Gonca ORHANER

Danışman:

Dr. Öğr. Üyesi Kaan YILANCIOĞLU

İstanbul, 2018

TEZ SINAV TUTANAĞI



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 164102031
Öğrenci Adı Soyadı	: Gonca Orhaner
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Dr.Öğr.Üyesi Kaan Yılcıoğlu
Tezin Başlığı	: Yetişkin Bireylerde Algılanan Duygusal İstismar Duygusal İstismar Düzeyleri İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 19.07.2018	Saati	: 13.30
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUĞU			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.	
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile REDDEDİLMİŞTİR.			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Dr.Öğr.Üyesi Kaan Yılcıoğlu	
Üye	Dr.Öğr.Üyesi Mert Akcanbaş	
Üye	Dr.Öğr.Üyesi Tuğba Arzu Özal İldeniz	

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Yetişkin bireylerde algılanan duygusal istismar duygusal istismar düzeyleri ile benlik saygısı arasındaki ilişki” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldığlarını, her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih 19/07/2018

Gonca Orhaner

ÖNSÖZ

Bu çalışma, 18 yaş ve üzeri yetişkin bireylerin algılanan duygusal istismar düzeyleri ile benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Araştırma, duygusal istismar ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını inceleyerek, yaş, cinsiyet, ekonomik durum, kardeş sayısı değişkenlerinin bu ilişkideki rolünü ortaya koymaya çalışacaktır.

Araştırmanın her aşamasında bana yol gösteren, desteğini esirgemeyen, akademik hareket edebilme konusunda beni zenginleştiren danışman hocam Sayın Dr.Öğr.Üyesi Kaan YILANCIOĞLU'na sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimim süresince desteğini esirgemeyen değerli hocalarıma ve aileme; desteklerinden dolayı çok teşekkür ederim.

ÖZET

“YETİŞKİN BİREYLERDE ALGILANAN DUYGUSAL İSTİSMAR DUYGUSAL İSTİSMAR DÜZEYLERİ İLE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ”

Bu çalışmanın amacı 18 yaş ve üzeri yetişkin bireylerin algılanan duygusal istismar düzeyleri ile benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada betimsel türde tarama modeli kullanılmıştır. Hazırlanan 71 maddelik ölçek formu, 100 kişinin görüşüne sunulmuş olup duygusal istismar ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını inceleyerek, yaş, cinsiyet, ekonomik durum, kardeş sayısı gibi değişkenlerin bu ilişkideki rolünü ortaya koymaya çalışmıştır.

Bu araştırma 3 aşamadan oluşmaktadır. Birinci aşamada duygusal istismar, ikinci aşamada ise benlik saygısı kavramı teorik açıdan araştırılarak alanyazı çalışması yapılmıştır. Üçüncü aşamada ise 18 yaş ve üzeri yetişkinlerden alınan veri çalışmasının bulgularına yer verilmiştir. Araştırmanın verilerine ulaşmak için; ‘Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar Ölçeği’, ‘Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği’ ve ‘Kişisel Bilgi Formu’ kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 15 programında analiz edilmiştir.

Bulgulara göre, yetişkinlerin algılanan duygusal istismar puanı ile benlik saygı puanları arasında aynı yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılması, yetişkinlerin algılanan duygusal istismar puanları yükseldikçe benlik saygı puanları anlamlı olarak yükseldiğini göstermiştir. Bu durum ise, duygusal istismara uğramış yetişkinlerin benlik saygılarının seviyesi, duygusal istismara uğramayan kişilere nazaran daha düşük bir oranda olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Benlik Saygısı, Duygusal İstismar.

ABSTRACT

"ADULTS' PERCEIVED EMOTIONAL ABUSTION THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL ABUSTIONAL LEVELS AND SELF ESTEEM IN ADULTS"

The aim of this study is to examine the relationship between perceived levels of emotional abuse and self-esteem levels of 18-year-old and older adult individuals. In this study, a descriptive type of screening model was used. A questionnaire of 71 scale was presented to 100 people and tried to reveal the relationship of variables such as age, gender, economic status and siblings by examining whether there is a meaningful relationship between emotional abuse and self-esteem.

This research consists of 3 steps. In the first stage, emotional abuse and, in the second stage, the concept of self-esteem was investigated from the theoretical point of view. In the third stage, the findings of the data from 18 years and older adults were included. To reach the data of the research; 'Perceived Emotional Abuse Scale for Adults', 'Rosenberg Self Esteem Scale' and 'Personal Information Form' were used. The obtained data were analyzed in the SPSS 15 program.

According to findings, the conclusion of a weak and meaningful relationship between perceived emotional abuse scores and self-esteem scores of adults showed that self-esteem scores increased significantly as perceived emotional abuse scores of adults increased. This indicates that the level of self-esteem of adults who have undergone emotional abuse is lower than in those who are not victims of emotional abuse.

Keywords: Self Esteem, Emotional Abuse

KISALTMALAR ve SEMBOLLER LİSTESİ

SPSS : Statistical Package for the Social Sciences

min : Minimum Değer

maks : Maksimum Değer

α : Alfa

n : Frekans

% : Yüzde

\bar{x} : Aritmetik Ortalama

F : F Değeri

r : Pearson Korelasyon Katsayısı

t : t değeri

ss : Standart Sapma

p : Anlamlılık değeri

\pm : Artı Eksi

İÇİNDEKİLER

TEZSINAVTUTANAGI.....	i
YEMİN METNİ.....	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
KISALTMALAR ve SEMBOLLER LİSTESİ.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii-xi
TABLolar VE ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
BİRİNCİ BÖLÜM	
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Cümlesi.....	2
1.2. Hipotezler.....	2
1.3. Sayıtlar.....	3
1.4. Sınırlılıklar.....	3

1.5. Tanımlar.....	3
1.5.1. İstismar.....	3
1.5.2. Duygusal İstismar.....	3
1.5.3. Benlik.....	3
1.5.4. Benlik Saygısı.....	3
1.5.5. Araştırmanın Önemi.....	4

İKİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER VE KURAMSAL ÇERÇEVE.....5

2.1. DUYGUSAL İSTİSMAR.....5

2.1.1. İstismar Nedir?.....5

2.2. İstismar Çeşitleri.....6

2.2.1. İstismar Edilen Kişiye Göre İstismar Çeşitleri.....7

2.2.1.1. Çocuk İstismarı.....7

2.2.1.2. Akran İstismarı.....8

2.2.1.3. Ergen İstismarı.....8

2.2.1.4. Eş/Kadın İstismarı.....9

2.2.1.5. Yaşlı İstismarı.....9

2.2.2. İstismar Şekline Göre İstismar Çeşitleri.....	9
2.2.2.1. Fiziksel İstismar.....	9
2.2.2.2. Cinsel İstismar.....	10
2.2.2.3. Duygusal İstismar.....	11
2.2.2.4. Ekonomik İstismar.....	14
2.2.2.5. İhmal.....	14
2.3. Duygusal İstismar Olarak Kabul Edilen Davranışlar.....	14
2.3.1. Reddetme.....	15
2.3.2. Aşağılama.....	15
2.3.3. Tek Başına Bırakma.....	16
2.3.4. Suça Yönelme.....	16
2.3.5. Şiddet ve Korkuya Dayalı İletişim.....	17
2.3.6. Kendi Çıkarına Kullanma.....	17
2.3.7. Vaktinden Önce Yetişkin Rolü Verme.....	17
2.3.8. Aşırı Koruma.....	18
2.4. Duygusal İstismarın Nedenleri.....	18
2.5. Çocuklarda Duygusal İstismar.....	19

2.6. Ergenlerde Duygusal İstismar.....	20
2.7. Yetişkinlerde Duygusal İstismarın Algılanması.....	21
2.7.1. Kişiler Arası Şiddet Modeli.....	21
2.7.2. Aile Şiddet Modeli.....	21
2.7.3. Cinsellik Politika Modeli.....	21
2.8. Yetişkin Bireylerde Duygusal İstismarın Sonuçları.....	22
2.9. Duygusal İstismar İle İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	23
2.9.1. Duygusal İstismar İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar...	23
2.9.2. Duygusal İstismar İle İlgili Türkiye’de Yapılmış Çalışmalar.....	24
2.10. Kadınların Maruz Kaldıkları Psikolojik Şiddet Türleri.....	27
2.11. Benlik Saygısı.....	27
2.11.1. Benlik Kavramı.....	27
2.11.2. Benlik Saygısı.....	30
2.11.3. Benlik Saygısının Boyutları.....	33
2.11.4. Benlik Saygısının Gelişimi.....	33
2.11.5. Düşük ve Yüksek Benlik Saygısına Sahip Bireylerin Özellikleri...	35
2.11.6. Benlik ve Benlik Saygısı Kavramlarına Kuramsal Bakış.....	38

2.12. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılmış Araştırmalar.....	39
2.12.1. Benlik Saygısı İle İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar.....	39
2.12.2. Benlik Saygısı İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar.....	41

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM.....	43
3.1. Araştırmanın Amacı.....	43
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....	43
3.3. Araştırmanın Modeli.....	43
3.4. Verilerin Toplanması.....	44
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu.....	44
3.4.2. Algılanan Duygusal İstismar Ölçeği.....	44
3.4.3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	45
3.5. Verilerin Analizi.....	46

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR	47
4.1. Sosyo-Demografik Özellikler.....	47

4.2. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.....	48
4.3. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ile Rosenberg Benlik Saygı Puanları Arasındaki Kolerasyon.....	49
4.4. Cinsiyete Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması.....	50
4.5. Yaşa Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması.....	51
4.6. Ailesinin Gelir Durumlarına Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması.....	52
4.7. Kardeş Sayısına Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması.....	53
BEŞİNCİ BÖLÜM	
TARTIŞMA VE SONUÇ.....	54
5.1. Tartışma.....	54
5.1.1. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarına İlişkin Tartışma.....	55
5.1.2. Yaşa Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanları Karşılaştırılmasının Tartıőması.....	55
5.2. Sonuç.....	56
KAYNAKÇA.....	64
EKLER.....	75

EK 1: ETİK KURUL ONAYI.....	75
EK 2: KİŞİSEL BİLGİ FORMU.....	76
EK 3: ALGILANAN DUYGUSAL İSTİSMAR ÖLÇEĞİ.....	77
EK 4: ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ.....	84
ÖZGEÇMİŞ.....	86



TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Demografik Bilgiler

Tablo 2. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 3. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ile Rosenberg Benlik Saygı Puanları Arasındaki Korelasyon

Tablo 4. Cinsiyete Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

Tablo 5. Yaşa Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

Tablo 6. Ailesinin Gelir Durumlarına Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

Tablo 7. Kardeş Sayılarına Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

İstismar kelimesi, geçmişten bugüne tarihin hemen hemen her döneminde doğrudan ya da dolaylı olarak şahit olunan veya maruz kalınan bir kavramdır. Birçok bilim dalının alanına girmesi dışında ekonomi, tıp, sosyoloji ve özellikle psikoloji bilim dalı istismar konusunda araştırmalar yapmıştır ve yapmaya devam etmektedir. İstismarın birçok çeşidi vardır.

İstismarın bir çeşidi olan duygusal istismar konusu, çocukları ve gençleri, ihtiyaçları olan, gerek duydukları ilgi, alaka, sevgi, saygı, bakım gibi durumlardan mahrum bırakarak onları psikolojik olarak geriletecek zorlama, emir, baskı gibi kavramları içeren bir kavramdır. Duygusal istismar ya da psikolojik istismar kavramı diğer bütün istismar kavramlarını içine alan bir kavramdır, daha genel bir kavramdır. Tek başınada görülebilir duygusal istismar ve psikolojik istismar başka bir istismarla beraberde görülebilir. Literatüre bakıldığında fiziksel ve cinsel istismarın kişilerde bıraktığı hasarlar yok edilse de duygusal istismarın doğurduğu hasar devam edebileceğini göstermektedir (Polat, 2001).

Günlük hayatta duygusal istismar en çok şekilde karşımıza çıkan bir istismar türüdür. Bu da kendini ya ebeveyn tarafından istismara uğrama ya da çevredeki yetişkinlerin çocuklardan fazlaca beklentiye girmeleri, çocukların yeteneklerinin çok üstünde beklentilere girmeleri şeklinde kendilerini gösterir. Dünyanın çeşitli ülkelerinde yapılan araştırmalar neticesinde bir çocuğa bağırmanın en sık kullanılan istismar çeşidi olduğu bulunmuştur (Runyan, Corrine ve Ikeda, 2002). Çocuğa bağırmanın dışında duygusal olarak istismara uğratmanın, uğramanın daha farklı çeşitleri vardır. Bunlar; bir çocuğu fiziksel olarak cezalandırma, korku yaşamasını sağlama, taşıyabileceğinden çok daha ağır yükler yükleme, aşağılama, sevgiden mahrum bırakma şeklinde kendini gösterir (Ünal, 2008).

Duygusal istismarın kişi üzerinde yaratmış olduğu olumsuz etkilerden bir tanesi benlik saygısı konusudur. Benlik saygısı, bireyin kendini başarılı, onurlu, gururlu, aktif,

üretken hissetmesi durumudur. Kişinin kendini her yönüyle kabul etmesi, beğenmesi, kendi varlığını benimsemesi anlamına da gelmektedir. Benlik kavramı sosyo-kültürel ve psikolojik sopsası gereği birçok araştırmaya konu olmuştur.

Bu nedenle bu araştırma, 18 yaş ve üzeri yetişkin bireylerin algılanan duygusal istismar düzeyleri ile benlik saygıları arasındaki ilişkiyi incelemek üzere yapılmıştır.

1.1. PROBLEM CÜMLESİ

Araştırmanın problem cümlesi; Algılanan duygusal istismar düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? Şeklinde belirlenmiştir.

Alt problemler ise şu şekildedir:

1. Yetişkin bireylerde algılanan duygusal istismar ve benlik saygısı gelir seviyesi değişkenine bağlı olarak farklılaşmakta mıdır?
2. Yetişkin bireylerde algılanan duygusal istismar ve benlik saygısı yaş değişkenine bağlı olarak farklılaşmakta mıdır?
3. Yetişkin bireylerde algılanan duygusal istismar ve benlik saygısı cinsiyet değişkenine bağlı olarak farklılaşmakta mıdır?
4. Yetişkin bireylerde algılanan duygusal istismar ve benlik saygısı kardeş sayısı değişkenine bağlı olarak farklılaşmakta mıdır?

1.2. HİPOTEZLER

Araştırmanın hipotezi: Duygusal istismara uğramış yetişkinlerin (18 yaş ve üzeri) benlik saygıları, duygusal istismar mağduru olmayan kişilere kıyasla daha düşük bir orandadır. Alanyazına uygun şekilde, katılımcıların algıladıkları duygusal istismar düzeyi ile benlik saygıları arasında bir ilişki olması beklenmektedir.

1.3. SAYILTILAR

Araştırma kapsamında toplanan veriler için sorulan soruların katılımcılar tarafından içtenlikle ve nesnel olarak yanıtladıkları varsayılmıştır.

Araştırma örnekleminin, evreni gerekli sınırlar içerisinde temsil ettiği varsayılmıştır.

1.4. SINIRLILIKLAR

Yapılan araştırma “Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar Ölçeği”, “Rosenberg benlik saygısı ölçeği kısa formu” ve “Kişisel Bilgi Formu” nun ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

Yapılan araştırma 18 yaş ve üzeri yetişkin bireylerle sınırlandırılmıştır.

1.5. TANIMLAR

1.5.1. İstismar: İstismarın kelime karşılığı; “ işletme, yararlanma, bir başkasının iyi bir niyetini kötü bir şekilde kullanma, onu sömürme “ olarak kullanılmaktadır (Türkçe Sözlük 2015:991).

1.5.2. Duygusal İstismar: Bireyleri olumsuz olarak etkileyen tutumlar veya davranışlarla karşı karşıya bırakmak, ihtiyaçları olan sevgiyi, ilgiyi onlara vermemek toplumsal olarak ve psikolojik olarak bireylere psikolojik zararlar veren bir olgudur şeklinde açıklanabilir (Polat, 2001).

1.5.3. Benlik: Bir kişinin kendisiyle alakalı genel görüşünü içermektedir.

1.5.4. Benlik saygısı: Benlik saygısı, bir kişinin kendisiyle alakalı genel görüşünün olumlu olması anlamına gelmektedir. Kendine karşı sevecen olması, kendine karşı güvenli olması, eksik yönlerini olduğu gibi kabul edip onaylaması, kendini bir başkası tarafından da sevmeye uygun görmesi anlamında kullanılan bir kelimedir.

1.6. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Duygusal istismar en fazla hasarı kişilerin psikolojilerine verir. Bu anlamda yapılan araŐtırmalara bakıldığında duygusal istismarın kişilerin psikolojilerine verdiği zarar bir hayat boyu sürebilir.

Bir çocuğun gelişiminde etkili olan kişi ya da kişiler bilinçli bir şekilde ya da bilinçsiz bir şekilde bu çocukların duygusal istismara uğramalarına sebep olabilirler ve çocukların psikolojilerinde geri dönüşümü olmayan hasarlar bırakabilirler. Çocuklar üzerinde bu şekilde olumsuz etkilere sebep olan, duygusal istismar uygulayan kişiler genellikle; otorite sahibi, çok fazla koruyup kollama özelliği gösteren, ataerkil, çocuklarını kendilerine bağımlı bir şekilde yetiştiren, kendi özgüvenleri düşük bireylerdir.

Duygusal istismarın ortaya çıkardığı hasarlar, fiziksel istismar kadar zedeleyici olsa da duygusal istismarın bulguları daha gizli olmaktadır. Yapılan bu çalışma, duygusal istismarın benlik saygısına etkisi incelenerek, bu alanda yapılan araŐtırmalara katkıda bulunması hedeflenmiştir.

İKİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER VE KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. DUYGUSAL İSTİSMAR

2.1.1. İstismar Nedir

“İstismar” sözcüğü anlam olarak “işletme, yararlanma, birinin iyi niyetini kötüye kullanma, sömürme “anamlarına gelmektedir (Türkçe Sözlük, 2005:991) İstismar kelimesi sıklıkla ‘ihmal’ kelimesiyle birlikte kullanılmaktadır. İhmal kelimesinin içeriğini de kötü muamele, suistimal, bir başkasını örseleme, ezme en yoğun şekilde de taciz içermektedir.

Bir kişiyi istismar etmek o kişinin rızası dışında onu yaralama, ona zarar verme düşünceleri, onun isteği dışındaki davranışları ona yapma, o kişinin sağlığına, hayatına gelişimine veya gururuna zarar verme veya zarar verme potansiyeli olan her türlü fiziki duygusal, cinsel tutumu ve davranışlarını içerir.

İstismar hemen her toplumda sıklıkla rastlanan bir kavramdır. İstismar toplum dışı ve ahlak dışı olarak görülür. İstismar, genellikle belirli güçleri ellerinde bulunan kişiler tarafından bu güçlere sahip olmayan kişilere uygulanır. Bu güçler siyasi, ekonomik, fiziki, cinsel gibi güçler olabilir.

Dünya Sağlık Örgütü’nün 1998 senesinde yaptığı açıklamaya bakıldığında 900 binin üzerinde çocuk kötü muamele ,450 bin çocuk ihmal, ortalama 250 bin çocuk ise fiziksel olarak istismara uğramıştır. Bu çocukların cinsel istismara maruz kalma sıklığı %12, duygusal istismara maruz kalma sıklığı ise %6 şeklinde saptanmıştır. Bu araştırma kapsamındaki çocukların çoğu ise istismarın birçok şekline maruz kalmıştır (Germain ve Sandoval, 2002).

Duygusal istismar, başka istismar şekillerindeki gibi kişi de fiziki bir iz hasar bırakmaz fakat çocuk gelişimi ve fonksiyonu bakımından olumsuz sonuçlara sebep olabilir. Bir çocuğun yaşamın ilk yıllarında maruz kaldığı en sık istismar çeşidi o dönemde bakıma muhtaç olan çocuğun bu bakımdan mahrum bırakılmasıdır. Bu bakım eksikliğini geri

dönüşüde çocukta fiziksel gelişimde gerileme, yaşlılarından daha az gelişme gibi etkilere sebep olmaktadır (Egeland, 2009:22).

2.1.2. İstismar Çeşitleri

İstismarı, istismar edilen kişiye göre ve istismar türüne göre iki grupta inceleyebiliriz.

İstismar Edilen Kişiye Göre

- Çocuk İstismarı
- Akran İstismarı
- Ergen İstismarı
- Eş/Kadın İstismarı
- Yaşlı İstismarı

İstismar Türüne Göre

- Fiziksel İstismar
- Cinsel İstismar
- Duygusal İstismar
- Ekonomik İstismar
- İhmal

Bu istismar çeşitlerinin dışında engelli istismarı, kurumlar içerisinde yaşanan istismar, toplumda yaşanan istismar, iş yerlerinde yaşanan istismar (mobbing), madde ile ilgili istismarlar mevcuttur.

2.2.1.İstismar Edilen Kişiyeye Göre İstismar Çeşitleri

2.2.1.1. Çocuk İstismarı

Dünya Sağlık Örgütü' nün (WHO) 1985' yılında yaptığı açıklama çocuğun sağlığını, fiziksel gelişimini, psikolojik-sosyolojik gelişimini kötü bir şekilde etkileyen kendinden yaşça büyük bir yetişkin, yaşadığı yer tarafından bilinçli ya da bilinçsizce tutumlar, çocuk istismarı diye adlandırılmaktadır (Siyez 2003:19).

Çocuk ihmali veya istismarı, ekonomik seviyedeki azlık, geniş aileler , iş durumunun yetersiz olması sebebiyle artış göstermektedir (Akt. Yılmaz v.d. 2003:297).

Çocuklar bu istismarın çoğu zaman sadece tek bir çeşidine maruz kalmamaktadır. Aynı anda birden çok istismar çeşidine maruz kalmış çocuklar vardır. Bundan dolayı çocuğa yapılan istismarın çeşidini net bir şekilde tanımlamak çoğu zaman kolay olmaz.

Yapılan araştırmalar göstermiştir ki kız çocukları erkek çocuklarına göre 3 kat daha fazla istismara uğruyorlar. Bu istismara çocuklar çoğunlukla aile bireyleri, akrabaları, bakımıyla ilgilen kişiler tarafından maruz kalırlar. Bu kişilerin genel yaş ortalaması 20-40 yaş aralığında olup hafif derecede kadınlar daha çoğunluktadır. Yalnız cinsel istismar açısından bakarsak eğer bu çoğunluğu erkekler oluşturmaktadır.

2.2.1.2. Akran İstismarı

Okullarda sıklıkla çocuklar veya ergenler arasında türüne göre değişkenlik gösteren (cinsel, fiziksel, duygusal gibi) bir istismar türüdür. Bu türler tek başına ya da birlikte görülebilir. Çocuklar veya ergenler istismarı bireysel veya grup halinde uygulayabilirler.

Son yıllardaki araştırmalar akran istismarını 'yetişkinliğe geçmenin normal bir şekli' olarak değerlendirse de bu durum çocuk ve ergenlerde yıkıcı sonuçlara sebep olabilir. Bu alanda ki kızlar ve erkekler arasındaki görülme sıklığı Türkiye'de henüz net bir sonuca ulaşmamıştır.

Akran istismarı, kişinin ya da grubun başka bir kişiye ya da gruba karşı uyguladığı, yineleyici ve sürekli bir biçimde yapılan gücün kötü bir şekilde uygulandığı, zarar veren ve inciten saldırgan davranışlar şeklinde tanımlanmıştır (Güvenir 2006:17-19).

Bu araştırmaya göre bu akran istismarının şekli genellikle ‘ad takma’ şeklinde ortaya çıkmaktadır. Çocuk veya ergenlerin dış görünüşü, dini, dili ırkı, cinsel yönelimi çeşitli özürleri bu ad takma duruma malzeme olan özelliklerdir.

2.2.1.3.Ergen İstismarı

Kulaksızoğlu açısından ergen istismarı; çocuk ya da ergenin kendisini (vücudunu ve karakterini) iyi yönde yorumlamasını, anlamlandırmasını ve bunları yukarılara taşımasına sebep olan her olumlu olmayan uyararı kullanma, duygusal anlamda örseleyecek biçimde davranılmasıdır (2004:196).

Duygusal istismara uğrayan ergenlerin anne baba tutumları şu şekildedir:

- Çocuğunu kabul etmeyen reddeden anne baba,
- Çocuğunu dış dünyadan soyutlayan anne baba,
- Çocuğuna duygusal ve fiziksel şiddet uygulayan anne baba,
- Çocuğuna karşı umursamaz davranan anne baba,
- Çocuğunun gelişimi konusunda olumsuz davranışları pekiştiren ona yanlış yönlendirmeler yapan anne baba.

2.2.1.4.Kadın/eş İstismarı

Kadınların maruz kaldığı şiddet düşünülenin tersine, yalnızca fiziki şekilde şiddetle sınırlı değildir. Fiziki şiddetten ziyade psikolojik , ekonomik , cinsel ve kadının evden çıkmaması yönünde ya da evden çıktığında kısıtlı bir şekilde hareket edip her türlü engellemeyi içeren her türlü denetimi, içeren bir şiddet şeklidir. Fiziki şiddetle beraberde görülebilir (İlkkaracan v.d. 1996:25)

Eş istismarı ise çoğunlukla alkol, madde, ilaç bağımlılığı, işsiz olma hali, emekliğin ardından yaşanan depresyon, kişinin bireyselliğine olan saygısının yok olması halinde görülebilir. İstismara uğramış olan eş, çoğunlukla kendilerini toplumdan soyutlamış çevresindeki kişilerle daha az şekilde iletişim kuran kişilerdir (Artan1996:25).

2.2.1.5.Yaşlı İstismarı

Genellikle yaşlı istismarı, yaşının sağlamlık ya da iyi olma durumuna zarar getiren ya da tehlikeye sokan her türlü davranışlardır. İstismar şekli fiziksel, psikolojik ya da ekonomik durumdan kaynaklı olabilir, ihmal şeklinde de kendini gösterebilir (Akt. Uysal 2002:2-3)

2.2.2. İstismar Şekline Göre İstismar Çeşitleri

İstismar çeşitleri tek başına görülse de genelde bir çoğu iç içe geçmiş şekilde karşımıza çıkar. Birlikte görülürler. Bir istismar şeklinin uygulanması diğerini de doğurabilir.

2.2.2.1.Fiziksel İstismar

Çoğunlukla fiziksel saldırı, kaba kuvvet anlamında kullanılmaktadır. Bu fiziki saldırının en sık rastlanan örnekleri ; boğmak, tekmelemek, ısırma eylemi, tekme atmak, bir takım araç gereklere fırlatarak kişiye zarar vermek, yumruk atmak, kişi bakıma muhtaçken (hasta, hamile, yaralı, ameliyatlı) ona fiziki üstünlüğünden dolayı fiziksel saldırı da

bulunmak, kesici delici aletlerle zarar verme girişimi, eve giriş veya çıkışı konusunda kişinin rızası dışında zor kullanmak gibi durumları içermektedir (Öztürk v.d. 2005:3).

Bu fiziksel istismar düşük düzeyde ve yüksek düzeyde olmak üzere değerlendirilebilir. Kişide fiziksel olarak daha az hasara sebep olan şiddet davranışları düşük düzey daha fazla fiziksel zarar veren davranışlarda yüksek düzeyde fiziksel istismar olarak adlandırılır.

Bu tanımlara göre fiziksel istismarı iki başlık altında toplamak mümkündür. İlki dövme, tekme atma vb diğeri ise kişinin ölümüne sebep olacak davranışlar denebilir. (Girdler.S.S v.d.2003:850).

2.2.2.2.Cinsel İstismar

Cinsellik olgusunun bir güç göstergesi, cinsel bir hakimiyet olarak kullanılması durumudur. Bu durumun örnekleri; olağanın dışında kıskanç davranışlar, kişinin cinselliğiyle ilgili kırıcı aşağılayıcı söyler söylemek, cinselliği cezalandırma biçimi olarak kullanma, kesici veya delici aletlerle cinsel zorlamalara vb.dir (Öztürk v.d. 2005:4). İki türlü cinsel istismar şekli vardır. İlki taciz, cinsellik sırasında kullanılan cinsel objeler. Diğeri ise kişinin rızası dışında girilen cinsel ilişkidir (tecavüz).

Güncel çalışmalara bakıldığında fiziki ve cinsel istismarın diğeri istismar çeşitlerine göre kişilerde daha fazla hasara sebep olduğu görülmektedir. Özellikle çocukluk döneminde fiziksel ya da cinsel istismara uğrayan bir çocuğun ileride ki yaşamı çok daha olumsuz biçimde etkilenir. Çocuğun kimlik yöneliminde, kişilik yapısında, psikolojik olarak sağlıklılık durumu açısından olumsuz etkileri gözle görünür bir biçimde zarar görür (Firestone, (310) 552- 0431).

Laserman 'ın araştırmaları göstermiştir ki cinsel istismar görmüş kadınlar, cinsel istismara uğramamış kadınlara göre daha fazla mide problemleri, karın ağrıları, sancılı bir şekilde tuvalete çıkma problemleri yaşamaktadır (2005:907).

2.2.2.3.Duygusal İstismar

Duygusal istismar konusu çocuk veya yetişkin farketmeden kişileri en çok olumsuz yönde etkileyen istismar türü olarak geçmektedir. Fark edilmesi en zor olan ve aslında en çok uygulanan istismar çeşididir. Duygusal istismar, bireylerin hakkı olan ilgi, alaka, sevgi, davranışlardan yoksun bırakmak anlamında kullanılır. Psikolojik olarak kişiye en fazla hasar veren bir istismar türüdür (Polat, 2001).

Duygusal istismar diğer istismar türleri arasında merkez bir tip olmasının yanı sıra ayırt etme konusunda da belirleyici olan bir istismar türüdür. (Iwaniec, v.d., 2006: 73-82). Bilhassa annenin uyguladığı istismar kişilerin kendilerini ifade etmelerini, duygusal dizilimlerini direkt olarak etkiler (Graham v.d. 1997).

En sık görülen istismar çeşididir duygusal istismar. Genelde diğer istismar çeşitleriyle birlikte görülmesi kişilerde ruhsal olarak en fazla zarara sebep olur. Duygusal istismar, kişilerin onurlarını, gururlarını kırarak şekilde davranılması onların kişisel gelişimlerini kötü yönde etkilemesi anlamında kullanılmaktadır. Kişilerin kendilerini değerlendirme süreçlerini, kendilerini keşfetmeleri konusunda yanlış algılarına sebep olan, engelleyici, örseleyici, kötü muameleler içeren bir süreçtir (Kulaksızoğlu 2004:196).

Çocuklarına çok bağımlı anneler, kurumlar, kuruluşlar, çocukları birer birey olarak kabullenmeyen, onların isteklerine, arzularına karşı bir kısıtlama, engelleme getiren herkes aslında duygusal istismar örneği sergilemiş olurlar. Günlük yaşantımızda bu tür durumlarla sık sık karşılaşırız. Hatta bu konuyla alakalı birçok mit vardır özellikle kız çocuklarına karşı. Kız çocukları okumaz, erkek çocukları kızlardan her zaman daha fazla değer görür, kız çocukları daha az konuşur, kız çocuklarına daha az değer verme onlara fiziksel ya da mental eksiklikleriyle alakalı isimler takma, alay konusu haline getirme, aşırı sorumluluk yükleme, kardeş ayırımları bu mitlerden birkaçıdır. Bu duygusal istismara tabi ki yalnızca kız çocukları maruz kalmamaktadır erkek çocukları da birçok farklı türde duygusal istismar çeşidine maruz kalmaktadır (Köknel 2001:311).

Son zamanlarda çocuklar üzerinde görülen duygusal istismar olarak değerlendirilecek bir diğer konu da sınav sistemi sebebiyle aşırı derece baskılara ve beklentilere giren ebeveyn tutumları da duygusal istismar olarak değerlendirilebilir.

Duygusal istismar aynı zamanda çocukların fiziki ve mental gelişimlerine kötü yönde etki eder. Aslında bu çocukların normal mental gelişimleri olmasına karşın duygusal istismara uğrayan çocuklar da öğrenme güçlükleri, dikkat toplamayla ilgili problemleri görülebilir. Doğal olarak duygusal istismar çocuğun hem akademik başarısını hem de sosyal becerisini olumsuz etkiler. Yetişkinler kendi beklentileri dışında davranan çocukları ‘yaramaz çocuk ‘ olarak değerlendirirler. Bunun peşinden de birçok tehdit gelir ‘yaramazlık yaparsan seni doktora görürüm, sana iğne yaparlar’ gibi. Bu durum sanılanın aksine çocuğu durdurucu değil aksine örseleyici bir yaklaşım haline gelir. Hatta sonraki süreçlerde doktoru, hastaneyi bir tehdit unsuru olarak algırlar ve ihtiyaç halinde gitmeyi redederler. Yani duygusal istismar çocuğun aslında gelişiminde birçok olumsuz etkiler bırakan bir ihmal türüdür (Topbaş 2004:78).

Duygusal olarak istismar ya da duygusal ihmal yaşayan çocuklarda savunma mekanizmalarında bozulmalar (ekspresyon-içe atım sorunları), toplumsal münasebetlerde problem, özgüven problemleri, suisid girişimleri, cinsellikle alakalı sıkıntılar vb birçok psikolojik rahatsızlıklar görülebilir (Akt. Taner, Gökler 2004:85) Duygusal istismar veya ihmal yaşayan çocuklar, yaşamayan çocuklara oranla daha fazla psikiyatrik hastalık yaşarlar ve toplumsal ilişkiler konusunda daha fazla zorlandıkları görülmüştür (Branstetter v.d. 2007).

Duygusal olarak istismar iki soruna sebep olur ilki benlik saygısının düşülüğü bi diğeri ise olumlu olmayan benlik kavramıdır. Mc Carthy bu durumu şu şekilde dile getirmiştir; ”Duygusal olarak istismar ve fiziksel olarak istismar gelişmekte olan çocuğun bireyselliğine ve kişiliğine karşı yapılmış olan olumsuz yönde bir girişim niteliğindedir.” (Mc Carthy, 1990, s.181). Benlik kavramı, bir bireyin kendini keşfetmesinde ve bireyselliğinin gelişiminde önemli bir role sahiptir. Benlik kavramı, bireyin kendiyile ilişkili olumlu veya olumsuz değerler kümesini oluşturan bir kavramdır (Yörükoğlu, 1985, ss.89-90).

“Benlikle benlik saygısı arasında doğru bir orantı vardır.” (Yavuzer, 1986, s.42). Kişinin kendini kabul etmesiyle benlik kavramı aynı anlamları içerir. Kendini kabul kavramı kişinin kendini iyi veya kötü bütün özellikleriyle kabullenmesi anlamında kullanılır (Enç, 1990, s. 118).

Duygusal istismara uğrayan yetişkinlerdeki olası göstergeler şu şekildedir ;

- Çöküntü
- İçe yönelme
- Düşük benlik saygısı
- Yüksek kaygı düzeyi
- Korku içinde olmak
- Fiziksel, ruhsal ve duygusal gelişimde gecikmeler
- Saldırgan kişilik
- Kendine zarar verici davranışlar
- Duygusal anlamda değişkenlik yaşamak
- Uykuda bozukluk
- Gerçek olmayan fiziksel şikayetler
- Yaş ve gelişimle uygun olmayan davranışlar
- Aşırı derece utangaç, pasif ya da itaatkar olma
- İntihar girişimleri ya da intihardan söz etme
- Aşırı bağımlı kişilik yapısı
- Başarı seviyesinde düşme
- Güvensizlik
- Hırsızlık yapmak
- Bilinen ya da şüphelenilen diğer istismar türlerinin de mevcut olması (Akt. Özcan, 2009).

2.2.2.4. Ekonomik İstismar

Ekonomik olarak istismar, bireyin kendi emeğiyle çalışıp ekonomik özgürlüğünün elinden alınması, kısıtlanması ya da çalışır kazandığı parayı kullanma konusunda kişiye bir kısıtlama getirilmesi, o paraya el konulması anlamında kullanılan bir kavramdır (Öztürk ve Ümran 2005:4).

Yaşamış olduğumuz topraklar üzerinde bu istismar türü en çok kadınlara ve yaşlı bireylere karşı uygulanır.

2.2.2.5. İhmal

İstismar kavramıyla yakın bir anlamı vardır. Ayrıcı özellikleri birinin etken diğeri için edilgen olmasıdır. İhmal kelimesi edilgen bir kavram olmasına karşılık istismar kelimesi etken bir kavramdır. Çocuklar sosyal ortamda sürekli olarak temas halinde olduğu kişiler tarafından ihtiyacı ve hakkı olan gerekli bakımlarının karşılanmaması bundan mahrum edilmesine fiziksel ihmal denir (Turhan 2006:153).

Tek çocuklarda değil yetişkin ve yaşlılarda da ihmal kavramı aynı içeriği oluşturur. Bireylerin ihtiyaçları olan ilginin, sevginin, bakımın bunları yerine getirecek durumda olan kişiler tarafından sağlanmaması ihmal olarak değerlendirilir.

2.3. Duygusal İstismar Olarak Kabul Edilen Davranışlar

8 boyuttan oluştuğu ifade edilmektedir. Bunlar; (Garbarino ve ark., 1986, s.8, Hart ve ark., 1987, s.7, Finkelhor ve Korbin, 1988, ss.8-9.):

- Reddetme
- Aşağılama
- Suça yöneltme
- Korkutma, yıldırma

- Yalnız bırakma
- Kendi çıkarına kullanma
- Vaktinden önce yetişkin rolü verme
- Aşırı koruma

2.3.1. Reddetme

Reddetme ile ilgili davranışlar;

- Ebeveynlerin aile içindeki kişileri birey birey olarak görmemeleri ve buna göre davranmaları,
- Çocukların olumlu yönlerini göz ardı etmeleri,
- Motivasyonlarını desteklememeleri,
- Çocuğun ihtiyacı halinde çocuğu reddetmeleri,
- ‘Hiçbir işe yaramıyorsun’ mesajını vermeleri,
- Aile hayatındaki herhangi bir olumsuzluktan çocuğun sorumlu tutulması,
- Çocuğa sevildiği mesajının fiziksel ya da duygusal olarak verilmemesi hallerini içerir reddetme davranışları.

Bu tarz ortamlarda yetişen çocuklar istenmedikleri algısıyla büyürler ve dış dünyaya karşı davranışları da bu yönde şekillenir. Örneğin, başka insanlara karşı daha az tahammül gösterirler, kendilerinden daha küçük çocuklara karşı şiddet girişimleri görülür, duygusal sorunlarla daha fazla uğraşırlar (Yavuzer, 1996).

2.3.2. Aşağılama

Bazı ruh bilimi araştırmacıları çocuklarını zedeleyici, küçük düşürücü, onurları kırıcı davranışlarda bulunan anne babaların verdikleri eğitimleri, terbiyeyi ‘ zehirli terbiye

olarak' adlandırılır. Zehirli terbiye kavramı adaletsizlik üzerine kurulmuş bir kavramdır. Zehirli terbiyede hükmeden bir kişi ve hükmedilen bir kişi vardır. Zehirli terbiyeyle büyüyen çocuklar kendilerini de zehirlerler yavaş yavaş. Çocuğun öz saygısını kendine olan güvenini kırar. Çocuğun hayatta ki amacı ötekini mutlu etmek üzerine kurulur (Cüceloğlu, 1999).

2.3.3. Tek Başına Bırakmak

Tek bırakma konusu, anne babaların çocuklarının sosyalleşmelerine engel olma davranışı diye de adlandırılabilir. Örneğin; çocuğun arkadaşlarıyla görüşmesini kısıtlama, kendi arkadaşlarını eve çağırmasına engel olma, yani çocuğu dış dünyadan soyut bir şekilde yetiştirme, büyüme davranışını içerir. Çocuk bir süre sonra gerçekten kendini yalnız hissetmeye başlayıp, kendi içine çekilebilir (Polat, 2001).

2.3.4. Suça Yönelme

Suçta yönelme davranışı, toplumsal olarak kabul görmeyen davranışların, antisosyal davranışların, ahlak dışı davranışların yetişkinler tarafından çocuğa iyi bir şeymiş gibi empoze edilmesi durumudur. Çocuk iyi kötü ayrımı yapabilecek yaşta değilse bir de bu davranışların tümünü örnek alır.

Yörükoğlu (1992)' na göre; "çocuklar suç işlemez, suçta itilir. Suçta itilen çocuk ise kendi çevresindeki düzenliğin cezasını çeken ve daha sonra çevresine ve topluma bu cezayı ödetmeye çalışan çocuktur. Aslında bu çocuklar hakları olan birçok şeyden mahrum kalan çocuklardır bu haklarının farkına vardıklarında ise gecikmeli haklarını yasal olmayan yollarla edinmeye çalışan çocuklardır."

2.3.5. Şiddet Ve Korkuya Dayalı İletişim

Anne baba sözlü bir şekilde ya da fiziki olarak, çocuğa kaba kuvvet uygulayarak korkutmaya çalışması, ilişkilerinin bu temel üzerine dayanması durumudur (Polat, 2001).

Daha çok eğitim seviyesi düşük aileler çocukları üzerinde otorite sağlamak amacıyla çocuğa çeşitli beddualar, hareketler, kınamalar, aşağılayıcı sözler kullanırlar. Bu durumda çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkileyecek davranışlardır.

2.3.6. Kendi Çıkarına Kullanma

Çoğunlukla evliliklerinde problem yaşayan çiftlerin çocukları üzerlerinde kullandıkları bir durumdur. Bireyler eşlerine istedikleri şeyleri yaptırmak için, ya da eşlerini kaybetmemeleri adına çocukları bir kalkan olarak kullanabiliyorlar.

Herhangi bir kavga, tartışma durumlarında eşler birbirlerine üstünlük sağlayabilmeleri adına çocukları bir taraf seçmeye zorunlu bırakabiliyorlar.

2.3.7. Vaktinden Önce Yetişkin Rolü Verme

Ebeveynlerin çoğunlukla düştüğü hatalardan biridir kapasite üstü isteklerde bulunmak. Örneğin; çocuğun mental ve ruhsal durumunu göz ardı ederek ,çocuğun seviyesinin çok daha üstünde bir başarı beklemek. Bu çocuk için çok yorucu bir durumdur. Genel olarak sınav dönemlerinde çocuklardan kendi başarısının çok daha üstünde bir başarı sergilemesi beklenir (Polat, 2006).

Başka bir sorumluluk yükleme örneği olarak kardeş sayısı çok olan ailelerde görülür evin en büyük çocuğuna diğer kardeşlerine annelik veya babalık yapmaları beklenir. Abi abla rolleri tamamen göz ardı edilerek o çocuklardan beklenen rol bu olur.

2.3.8. Aşırı Koruma

Bu tarz aileler genelde çocuğun ihtiyaç duyduğu bakım ve ilgiden çok daha fazlasını veren ailelerdir. Bu şekilde yetiştirilen çocuklar çoğunlukla bağımlı yönleri ağır basan kendilerine güvensiz, sürekli bir onay bekler durumda olan bireyler haline dönüşürler (Yavuzer, 2005).

Bu tarz aileler çoğunlukla, çocuklarına zarar verdiklerinin farkında olmayan ebeveynlerdir. Aslında aşırı korumacı tutumlarının çocuklarının iyiliğine bir davranış olduklarını düşünselerde bu da bir istismar türü olarak geçmektedir.

2.4. DUYGUSAL İSTİSMARIN NEDENLERİ

Bilir ve arkadaşlarına (1999) göre duygusal ve fiziksel istismara uğrayan çocukların ana- babalarının tutumları aşağıdaki şekildedir;

1. Bilimsel çalışmalar doğrultusunda erken yaşta anne olan bireylerin çocuklarına ihmal ve istismar uygulama konusunda daha fazla eğilim gösterdikleri görülmüştür.
2. Çocuklarına istismar uygulayan anne babaların kendi hayatlarında da bu istismarın örnekleri olabilir. Yani öğrenilmiş bir durum olabilir.
3. Annenin, babanın ya da ikisinin birden kişilik bozuklukları olabilir.
4. Çocuğun dünyaya geliş sebebi ebeveynlerden herhangi birinin kimse tarafından sevilmediği bundan dolayı kendini sevecek birinin olması sebebiyle olabilir. Yani annenin babanın ya da her ikisinin birden öz saygılarıyla alakalı problemleri olabilir.
5. Anneler ve babalar kendilerinin sahip olmak istedikleri başarılar, davranışlar, duygusal olarak bir takım tepkiler vs gibi durumlara sahip olamamaları ya da yetersiz oldukları durumların bir çoğunu çocukları üzerinden gerçekleştirmek isterler. Çocuklar bazen bu isteklere cevap verir bazen cevap veremezler. Cevap veremedikleri durumlarda ana babalar için bir hayal kırıklığı söz konusudur. Bu hayal kırıklığının akabinde ihmal ve istismar başlayabilir. Bu da çoğunlukla fiziksel cezalar ,zorlamalar şeklinde kendini gösterebilir.

6. Ebeveynlerden herhangi birinin veya ikisinde beyinsel ya da nörolojik bir rahatsızlığı olabilir. Bu durumdaki kişiler anne babalık rollerini tam olarak yerine getiremeyebilirler.

7. Ebeveynlerden herhangi birinin ya da ikisinde antisosyal özellikleri olabilir.

8. Ev ortamının bir çocuğun sağlıklı bir şekilde büyümesine elverişli olmaması ya da obsesiflik düzeyinde temiz ve düzenli olan bir ev ortamı olabilir.

9. Çiftlerin yaşamış oldukları evliliklerine dair önemli problemleri olabilir.

Yukarıdaki nedenlerin dışında alkol problemi yaşayan ebeveyn, maddi problemler, geniş ailelerde çocukların arada kaybolmaları, anne babaların sosyal hayattan izole bir yaşam sürmesi (çevrelerinde kendilerini oyalacak hiçbir uyarının bulunmaması rahatlamak adına çocuğuna şiddet uygulayan ebeveynler), depresyon, memnuniyetsiz bir yaşam tarzı yaşamak gibi durumlarda nedenler arasında sayılabilir.

Ekonomik olarak zayıf olan ailelerde istismarın daha fazla görüldüğü bazı araştırmacılar tarafından belirlenmiştir. Çünkü ekonomik problemlerle uğraşan bir ana babayla yaşayan bir çocuk daha fazla stres içeren bir ortamda yetişmiş oluyor ve doğal olarak anne ve babasının stresli yaşam tarzından etkileniyor. (Bilir vd.,1999).

Jhonson (1990) 'a göre duygusal istismarın başka nedenleri de şu şekildedir;

- Bozuk (olumsuz) iletişim
- Olgunlaşmama
- Kalabalık aileler
- Psikolojik problemler

2.5. ÇOCUKLUKLARDA DUYGUSAL İSTİSMAR

Çocukların duygusal, fiziksel her türlü gelişimini geriye çekecek, olumsuzluk yaratacak her durum duygusal istismar olarak kabul edilir.

Çocuklara karşı uygulanan istismar ve ihmal konusunu, ekonomik olarak düşük olma durumu, geniş ailelerde yaşama durumu, işsizlik hali vs gibi nedenler arttırmaktadır (Akt. Yılmaz v.d. 2003:297).

Çocuk çoğu zaman tek bir istismar türüne maruz kalmaz. Genelde istismarın ve ihmalin birkaç türü bir arada görülebilir. Mesela fiziksel olarak ihmal edilen ya da istismar edilen bir çocukta duygusal olarak ihmal ve istismar konusunun görülme olasılığı yüksektir. Yapılan birçok araştırma da bu konuyu desteklemektedir.

Genellikle kız çocuklarına uygulanan istismar erkek çocuklarına oranla çok daha fazladır. Yaklaşık 3 kat daha fazla denebilir ve genelde görülen istismar türü cinsel istismardır. Yapılan araştırmalar doğrultusunda çocuklara uygulanan bu istismar çoğunluklar yakın akrabalar veya aile fertleri tarafından uygulanmaktadır ve çoğunlukla istismarı uygulayan kişilerin cinsiyeti de erkek olarak belirlenmiştir. Diğer istismar çeşitlerinde ise bu durum tam tersi olarak belirlenmiştir. Yani cinsel istismar harici diğer istismar türlerini kadınlar çok daha fazla uygulamaktadır (Kara v.d. 2004:141).

Son zamanlarda çocuk pornoları, illegal maddelerin alım satımlarındaki artış, fuhuş gibi durumlardaki artış ve insanların bu tarz durumlara özendirilmesi sebebiyle istismar ihmal olgularında gözle görülür artışlar yaşanmaktadır. Bu istismar ve ihmal şekilleri aile içinde ensest durumu veya evin dışındaki herhangi biri tarafından uygulanan bir şekilde çıkabilir karşımıza.

2.6. ERGENLERDE DUYGUSAL İSTİSMAR

Bir ergenin kendini keşfetme , tanıma esnasında kendiyile ve çevresiyle ilgili her türlü olumsuzluğa neden olan, ergenin onurunu, gururunu kıracak herhangi bir durumu içeren davranışları Kulaksızoğlu (2004:196) ergen istismarı olarak adlandırmıştır. Ana baba tutumları bu evrede çok önemli role sahiptir. Ergenin bu düşüncesini destekleyen her davranış istismar olarak değerlendirilir. Ergenler anne ve babalarının istekleri dışında davrandıkları durumlarda bunun geri dönüşü sevgiden, ilgiden, anne baba kendinden mahrum ederek veriyorsa bu durum ergen istismarıdır. Bunun sonucunda da ailelerinin

uzantısı ergenler yetişkinler olarak gelişimlerini tamamlarlar. Özgüven konusunda sıkıntı yaşarlar, sürekli bir onay alma durumları söz konusu haline gelir (Göde, 1998:7).

Müderrişoğlu (2002:33)'a göre bir ergene duygusal istismarda bulunan anne babanın kişilik yapısı Şu şekildedir;

-Reddeden anne-baba

-İzole eden anne-baba

-Şiddet kullanan anne-baba

-Umursamayan anne-baba

-Yanlış yönlendiren anne-baba

2.7. YETİŞKİNLERDE DUYGUSAL İSTİSMARIN ALGILANMASI

Tıpkı çocuklarda, ergenlerde olduğu gibi yetişkinlerde istismarın birçok çeşidine maruz kalabiliyorlar. Yetişlerde görülen şiddet davranışının her türlüşünün, saldırlık boyutundaki davranışlarının daha iyi anlaşılması için Polat (1997:12) bu durumu 3 başlık altında toplamıştır;

2.7.1. Kişiler Arası şiddet Modeli: İletişim problemlerini içeren bir modeldir. Kişiler kendi aralarındaki anlaşmazlıklarda konuşarak çözebilecekleri problemleri şiddet yoluyla halletmeyi yeğlerler.

2.7.2. Aile şiddeti Modeli: Kişilerin aslında kendi ebeveyninde, kendi yaşadığı sosyal toplumda gördüğu söz dinletmek, üstünlük sağlamak adına rol model aldığı olumsuz davranışları hayata geçirmesidir. Bu tarz davranışlar bir noktadan sonra kişilerin problem çözme şekli haline gelir.

2.7.3. Cinsellik Politika Modeli: Cinsellik konusunu kadının erkeği mutlu etmek adına yapması zorunlu bir görev şeklinde algılayan kişiler kadın bu görevi herhangi bir sebepten dolayı yerine getiremediğinde erkeğin ilk başvurduğu yöntemin şiddet olduğu durumlardaki modeldir.

Yetişkinlerdeki duygusal istismar davranışları şu şekildedir;

- Yetişkin bireyin ihtiyaç duyduğu sevgi, saygı, sevecenlik ya da herhangi bir konudaki dayanak ihtiyacıyla dalga geçmek, küçümsemek.
- Kişilerin kendi inançları, kültürü, gelenek ve göreneklerine göre yaşamasına ya da bu konuyla ilgili görüşlerini dile getirememesi getirdiği takdirde de aşağılanmak .
- Bir bireyi maddi veya manevi destek göreceği, yaşamını devam ettirmesi adına iletişim halinde bulunması gereken kişilerden uzaklaştırmak bu konuda ki fikirlerini önemsememek, o kişiyi o çevreden uzak tutmak, o kişilerler arasını bozmak adına bir takım girişimlerde bulunmak.
- Sık sık kişiyi evden kovmak veya kovan kişi kendi evden uzaklaşarak kişiyi kendiyi terbiye etmeye çalışmak.
- İstismarı uygulayan kişi ötekinin sevdiği, önemseydiği, değer verdiği kişi ya da nesneyi kullanarak o şeye zarar vereceği, yok edeceği konusunda tehdit eder. Eğer arada bir çocuk varsa bu tehdit çocuk üzerinden de olabilir.
- Çoğu zaman yalan konuşmak, bağırarak, birşeyleri kırıp fırlatmak, kişinin hoşuna gitmeyecek şekilde onu rahatsız etmek adına tehditkar veya alaylı şekilde bakmak.
- Toplum içerisinde kişinin onurunu, gururunu kırıcı davranışlar sergilemek.
- Kişinin eksiklikleriyle, fiziksel özelliğiyle alay etmek, eleştirmek.

2.8. YETİŞKİN BİREYLERDE DUYGUSAL İSTİSMARIN SONUÇLARI

İstismara maruz kalmış kişilerle kalmamış kişiler arasında gözle görünür birçok farklılıklar vardır. Bilimsel birçok araştırmada bunu destekler niteliktedir. İstismara maruz kalmış bireylerin benlik saygılarında düşüklük, çöküntü, beden algılarında değişimler, ambivalans düşünüş tarzları, yeme problemleri, kendi bedenlerine ilişkin zarar algılarında düşüklük (alkol-madde kullanımı, suisid girişimleri, kendileri kesme davranışları vb.), sosyalleşme konusunda zorluklar, yomon bir şekilde görülen suçluluk

duyguları, yapılan istismar sebebiyle yoğun utanç duyguları, dikkat, konsantrasyon, algı problemleri, agresyon, cinsellikle alakalı bir takım problemler gibi birçok problem görülebilir.

2.9. DUYGUSAL İSTİSMAR İLE İLGİLİ YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR

Bu bölüm, duygusal istismarın konu olduğu yurtdışındaki ve yurtiçindeki bilimsel çalışmaları içermektedir.

2.9.1. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

Bu bölüm duygusal istismarla ilgili yurtdışında yapılmış olan çalışmaları içermektedir.

Maciejewski ve Mazure (2006:115) duygusal istismarın majör depresyona etkisini araştırmıştır. Bu çalışmayı 25 örneklem ve 25 kontrol grubu üzerinde yapmıştır ve sonucu anlamlı olarak bulmuştur. Yani duygusal istismara uğrayan kişilerde majör depresyon görülebilir.

Uzun (2002) yılında duygusal olarak istismar ve kendilik imgesi konusu aralarındaki bağlantıya bakmıştır. Çalışma sonucunda anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Eryiğit (2004)'in yaptığı araştırmanın konusu duygusal istismar ve psikolojik uyum konusudur. Araştırma sonunda genç bireylerin anne babalarında algıladıkları duygusal istismar ile psikolojik anlamlarında ki uyumları arasında yüksek bir ilişki olduğunu bulmuştur (Eryiğit' ten Akt. Uzun2002:79).

Murty ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmanın konusu 18 yaş ve üstü 1633 birey üzerinde duygusal istismar konusunun boyutlarına bakılmıştır. Çalışmanın sonunda örneklem grubundaki kadınların %46,7 si, erkeklerin %30,2 si çocukken duygusal istismara uğradıkları bulunmuştur (Murty v.d. 2003:1073).

Coker ve arkadaşları 18-65 yaş aralığındaki 1152 kadın ile çalışmışlardır. Bu araştırmanın amacı psikolojik olarak şiddete uğramanın yaşla veya ırkla bir ilgisinin olup olmadığını anlamaktır. Bu konuyla ilgili anlamlı bir sonuç bulunamasa da eğitim

seviyesi ve işsizlik durumlarında anlamlı bir artış olduğunu bulmuşlardır (Coker v.d. 2000:454)

Wagner ve Mongan 407 kadın üzerinde bir araştırma yapmışlardır. Bunların bir kısmı istismara uğramış bir kısmı ise uğramamış kadınlardır. Yapılan çalışma sonunda istismara uğrayan kadınların bedensel sağlıklarının daha kötü olduğunu ve hastanelere daha sık başvurduklarını görmüşlerdir (Wagner v.d. 1998:28).

Pipes ve LeBosKeeler (1997) flört dönemi içerisindeki 175 üniversiteli kadın üzerinde yaptığı araştırmanın sonucunda ilişki içerisinde duygusal istismara uğrayan kadınların benlik saygılarında düşüklük olduğunu bulmuşlardır. İlişkiyi yaşadıkları eşlerinin de yani istismarı uğrayan kişilerinde kendi aileleri tarafından ya da başkaları tarafından duygusal olarak istismar edildiği bulunmuştur (Akt. Uzun2002:79).

2.9.2. Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar

Bu bölüm duygusal istismarla ilgili yurtdışında yapılmış olan çalışmaları içermektedir.

Öztürk (2007)'ün çocuklar üzerinde yaptığı duygusal istismar konulu araştırmasının sonucunda ulaşılmış olduğu sonuçlar;

- Sorgulama davranışı göstermemek, kim ne söylese söylesin sorgusuz yerine getirmek,
- İntihar girişimi ve eylemi,
- Bazı tekrarlayıcı hareketler geliştirme durumu; tırnak yeme durumu, tikler, trikotillomanik davranışlar,
- Davranım bozuklukları,
- Toplum içerisinde kendini ifade etme, insanlardan çekinme, düşüncelerini rahat bir şekilde ifade edememe davranışı,
- Bir noktadan sonra kişinin en temel hedefi ötekini memnun etme bunun karşılığında da mükemmel olarak bahsedilme çabası içine girme, bu davranışı saplantı haline getirme durumu,

- Hayattan beklentilerini, hayallerini, hedeflerini belirleme konusunda yetersiz kalma durumu,
- Çöküntü, bunaltı, çaresiz hissetme durumlarını yaşama,
- Genelde geceleri yaşanan başına kötü bir şey gelme düşünceleri ve bunun akabinde yaşanan panik halleri,
- Agorafobi,
- Mazoşistlik davranışları,
- Aşırı etkin davranışlar (Öztürk 2007:30-31).

Çay (2006), Ankara ilinde çalışmakta olan yetişkin 200 kadın üzerinde hangi davranışların onlar için duygusal istismar olduğunu anlamaya yönelik bir çalışma yapmıştır. Bu çalışma sonunda kadınları en çok etkileyen olay ; bir başkası tarafından toplum içerisinde küçük düşürülmek olmuştur. Onlara hareket edilmesi, cinsellikleriyle alaka etiketlerin yapıştirılması, düşüncelerinin önemsenmemesi, onlara bağıırılması gibi 17 madde bulunmuştur. İş yerlerinde de en yüksek oranda yöneticileri tarafından istismara uğramıştır bu kadınlar. Daha sonraki sıralama şu şekildedir; müşteriler, mesai arkadaşları, ofise teftişe gelen görevliler. Çay'ın araştırma sonucunda elde ettiği bilgiler bu şekildedir (Çay 2006:75-76).

Tuncel ve Arkadaşları bir hastaneye belirli tarihler arasında başvuran 798 hastaların eski dosyalarını incelemişlerdir. Bu hastaların belirli bir kısmı kadın belirli bir kısmı erkektir. Toplanan veriler ve elde edilen sonuçlar doğrultusunda bu hastaların %36.09 'una kötü davranıldığı,%57.99 una fiziksel olarak, %21.53 'üne duygusal olarak,%20.48 'ine de hem fiziksel olarak hem de duygusal olarak kötü davranıldığı bulunmuştur (Tuncel ve ark. 2005:5).

Güler ve arkadaşları (2005) Sivas'ta yaşayan yaş aralığı 15-49 olan 162 evli kadınla çalışmış ve istismar çeşitlerinin görülme sıklığını ve bunları nelerin arttırdığını araştırmışlardır. Bu araştırma sonucunda; araştırmaya katılan kadınların %59,7 si fiziksel olarak şiddete (dayak, tokat, kesici delici aletlerle yaralamaya veya öldürmeye teşebbüs etme gibi) , %47,4 'ü sözel şiddete (kadının onurunu gururunu kırıcı sözler

söyleme, onu toplumda küçük düşürecek lakaplar takma, ruh sağlığından şüphe etmesine sebep olacak davranışlarda bulunma gibi), %21,4 'ü duygusal şiddete (fiziksel olarak zarar vermekle tehdit etme, illegal işler yapmaya zorlama, kıskançlık kavgaları çıkarma, çevresiyle görüşmesini engellemek, özgürlüğünü kısıtlamak, istismarı uygulayan kişi kendiyile ya da kadının çocuklarıyla tehdit etmek gibi), maruz kalmaktadırlar.

Kadınların beyanları doğrultusunda bu şiddetin artmasına sebep olan durumlarda şu şekilde sıralanır; maddi durumların kısıtlılığı, iletişim problemleri- anlaşmazlık, alkol-madde kullanımı, agresyon, kıskançlık durumları, sevgi eksikliği şeklindedir (Güler v.d. 2005:53-54).

Ayrancı ve arkadaşları (2002) ise hamile kadınlar üzerinde bir araştırma yapmıştır. Topladıkları verilerin sonuçları şu şekildedir; bu kadınların %99,1 i ruhsal ve sözel olarak olarak istismara uğraşmışlardır ve bu şiddet türü de kendini şu şekilde göstermektedir; eleştiri, azarlamadır. Aynı araştırmaya katılan kadınların %60,9 unun güvenlerinin kötü bir şekilde kullanıldığı bulunmuştur. Bu kadınların %42,7 sinin duygusal anlamda hoşnutsuzluk yaşadığı, %28,2 sinin ekonomik anlamda, %26,4 ü eşi tarafından tehdit edildiği, %22,7 sinin ruhsal anlamda sıkıntı yaşadığı, %20 sinin de izole bir yaşam sürmeye zorlandığı gözlemlenmiştir.(2002:79).

Gülçür' ün 1996 yılında Ankara 'da yaş aralığı 18-67 olan 155 kadınla bire bir yaptığı anket çalışmasının sonuçları şu şekilde bulunmuştur; bu kadınları %89 u hayatlarında en az 1 kez psikolojik şiddete maruz kalmıştır. Araştırma sonundaki bulgulara bakıldığında ise kadınların maruz kaldığı şiddet şekilleri bu kadınların kaygı durumlarını arttırdığı bulunmuştur (Gülçür, 1996:50-52).

2.10. Kadınların Maruz Kaldıkları Psikolojik Şiddet Türleri

Sıklık Psikolojik Şiddet türü	Sık sık (%)	Bazen (%)	Arada sırada(%)
Bağırdı	14	45	28
Hakaret etti	5	15	22
Yemeği yere döktü	1	6	10
Eşya kırdı	1	11	17
Manevi eziyet etti	5	11	17
Küfretti	7	17	12
Aşağıladı	5	9	12

Kadınların Maruz Kaldıkları Psikolojik Şiddet Türleri (Akt.Özcan 2009:56)

2.11. BENLİK SAYGISI

2.11.1. Benlik Kavramı

Hayatın varoluşundan bu yana insanların birbirinden farklılığı bilinen bir gerçektir. Bu gerçek, benlik kavramının temelini oluşturmaktadır. Bu kavram bir yerde insanları birbirinden ayıran bir kavramdır. Benlik kavramı, aynı zamanda insanın kendini tanımlaması, anlaması noktasında da rol oynamaktadır. Kişilerin kendi özelliklerini algılayıp, bunları değerlendirmeleri noktası da benlik (self) kavramında önemli bir konudur (Karaaslan, 1993).

Benlik kavramı , birçok psikolojik araştırmanın çalışma konusu olmuştur. William James 1890 yılında benlik konusunu araştırıp önemli gelişmeler kaydetmişse de bu konuyla ilgili henüz tam anlamıyla kavram birliğine varılamamıştır (Korkmaz, 1996: 4).

Rogers'ın 1959 yılında yaptığı araştırmaların neticesinde benlik, kişi kendini keşfetmeye başladığı andan itibaren başlayan bir olgudur. Bu olgunun gelişmesine kişinin çevresi, iletişim içerisinde olduğu her şey katkı sağlamaktadır. Kişinin çevresini algılayış biçimi de oluşturduğu benlik biçimine göre şekillenir (Kaya, 2017).

Benlik kavramı kişinin ne olduğunun haricinde ileriki yaşamında nasıl olmak istediğini de içeren bir kavramdır. Dört başlık altında toplayabiliriz benlik kavramını;

-Kişisel benlik

-Sosyal benlik

-İdeal benlik

-Gerçek benlik

Kişisel benlik; bireyin mevcut özelliklerini kapsayan bir kavramdır.

Sosyal benlik; bireyin çevresi tarafından nasıl algılandığıyla ilgili bir kavramdır.

İdeal benlik; bireyin nasıl bir kişi olmak istediğiyle ilgili bir kavramdır.

Gerçek benlik; kişisel benlik ile ideal benlik arasında bir kavramdır (Öz, 2004).

Benlik; psikoloji, sosyoloji, psikanaliz gibi birçok bilimsel araştırmaya konu olup araştırılan bir konudur. Benlik duygu ve düşünce bütünlüğü anlamında da kullanılır. Birey, bu bütünlüğün ışığında 3 şeyi tanıması gerekir. Psikoloji için benlik kavramı, sosyoloji için benlik kavramı, psikanaliz için benlik kavramı (Rosenberg, 1989: 34).

Psikoloji kaynaklarına bakıldığında iki benlik türü karşımıza çıkmaktadır. Bunlar ayrışık benlik ve bireyci benlik şeklinde ifade edilmektedir. Ayrışık benlik; bu benlik türü kendi kararlarını kendi veren, kendine düşüncelerine, fikirlerine güvenen ve bu kararlarına sahip çıkan bireyi ifade eder. Bireyci benlik; bireyi baz alan kültürlerde benlik kavramı başkalarından ayrılmıştır.

Kişinin kendine güvenini, öz şefkatini, özgüveni, öz değeri konu alır. Batı kültürüne göre ise bu kavram grup içinde var olabilmenin öneminden bahseder. Bu anlayışa göre, grup içindeki kişilerin beklentilerini anlayıp onlara uygun şekilde davranmak gerekir.

Bu iki türün dışında Kağıtçıbaşı (2005) da bir benlik türünün olduğunu savunmuştur. Bu türde de her iki grup benliğinin bir arada bulunabileceğini belirtmiştir. Yani hem bireyci benlik modeli hem de toplulukçu benlik modeli aynı anda görülebilir (Kağıtçıbaşı, 2005: 361-362).

Lecky'e (1951: 224-225) göre, kişilerin fikirleriyle benliklerinin uyuşması önemli bir konudur. Sağlıklı ruh halinin tanımında kişinin ulaşmak istediği benlik düzeyi ile şuan ki yaşantısının arasında bir uyum olması gerekir. Kişi ne kadar şuan ki yaşamıyla ilişkili hedefler koyar ona uygun yaşarsa o kadar mutlu olur. Aksi takdirde kaygılı, stresli ve mutsuz bir insan haline dönüşebilir. Sağlıklı ruh haline sahip olan kişi, idealinde olan benlik imajına uygun davranan bireydir. Benlik kavramı; benlik imajı, ideal benlik ve benlik saygısını bir arada barındıran bir kavramdır.

Benlik imajı; bir bireye sorulan 'Kimsiniz?' Sorusunun cevabında ki kişileri ötekenden ayıran zihinsel ve fiziksel özelliklerinin toplamıdır.

İdeal benlik; kişinin hayata dair arzuladığı duygu, davranış ve yeteneklerin toplamıdır.

Benlik saygısı; bireyin benlik imajı ile ideal benlik arasındaki farkı değerlendirmesiyle ilişkili bir kavramdır. İki boyutta incelenir; ilki kişiliğe güven , ikincisi ise yeteneğe güvendir. Bu boyutlar ne kadar yüksekse kişinin benlik saygısı da o kadar yüksektir (Lawrence, 2000:1).

Köknel (1985)'e göre benlik kavranının en önemli görevleri şu şekildedir;

1. Gerçeğin tanımlanıp, araştırılması, idrak edilmesi
2. Dürtüsellikten oluşan duygu, düşünce, davranışları düzene koymak, onları kontrol altına almak,
3. Gerçekliğe uyum sağlamak,
4. Bireyin çevresinde ki kişi veya nesnelere iletişim kurabilmesi,
5. Bireyin çevresindeki uyaranlara belirli bir sınır çekebilmesi, belirli bir sıraya ve zamana koyabilmesi,
6. Çevresindeki kavramları bir bütün haline getirip birleştirmesi,
7. Kişinin karşısına çıkan sorunlarla baş edebilecek güce sahip olması,
8. Herhangi bir konuda ortaya çıkacak sorunla ve sıkıntıyla baş edebileceği savunma mekanizmasına sahip olması,

9. Kendine geleceğe yönelik hedeflerine uygun yollar çizmesi (Özdemir, 2016).

2.11.2. Benlik Saygısı

Bilimsel kaynaklara bakıldığında; benlik ve benlik saygısı genellikle aynı anlamlarda kullanılmıştır. Benlik, bireyin kendini tanımlarken kullandığı tanımların tümüdür. Benlik saygısı ise kişinin kendini tanımlarken kullandığı olumlu veya olumsuz tarifleri içeren bir kavramdır.

Benlik daha öznel benlik saygısı daha genel bir tanımdır (Taştekin, 2016; Steinberg, 2003; Cobb, 2007).

Tözün (2010), benlik saygısını benlik imajı ve ideal benlik arasındaki farkın anlaşılması olarak tarif etmiştir. Bilgin (1996) 'in tanımına göre de benlik saygısı bir kişinin kendi karşı öz şefkat duyarak kendi kendini pozitif bir şekilde değerlendirmesi, kendini onaylaması olarak ifade etmiştir. Düşük benlik saygısı, depresyona, kendini diğer insanlardan aşağı değersiz görme gibi durumlara sebep olur. Çöküntü bir bireyde istek ve ilgi kaybına, bitkinliğe, yeme alışkanlıklarında ki değişimlere, uyku problemlerine, odaklanma- dikkat problemlerine, değersizlik hislerine sebep olan ruhsal bir durumdur (Sel, 2016).

Yaşamın ilk yıllarından beri kişiler kendilerine ‘ annem, babam, yakın arkadaşların, yakın çevrem tarafından seviliyor muyum?, çevremdeki kişiler benim fikirlerimi önemsiyor mu?, başkaları tarafından önemli sayılan yeteneklerim, özelliklerim var mı?’ Gibi sorular sorarlar. Eğer bu sorunların yanıtlarını kendilerine olumlu bir şekilde verebiliyorlarsa kişiler kendilerine güvenen, değer veren, öz yeterlilikleri olan bireylerdir diyebiliriz bunlar için.

Rosenberg (1965)'in benlik saygısı tanımı şu şekilde olmuştur; bir kişinin kendisine karşı edindiği olumlu veya olumsuz düşüncelerinin tümü olarak tanımlamıştır. Rosenberg' e göre bir bireyin kendi kendini analiz etmesi ve sonucunda değerlendirme yapması sonunda benlik saygısı oluşur. Bu analizin ve değerlendirmenin sonunda ulaştığı sonuç kişinin benlik saygısının ne düzeyde olduğunu gösterir. Coopersmith (1967) 'in benlik saygısı tanımı ise; kişinin saygınlık değerlendirmesi ile yani başarı,

önem , yeterlilik, onaylama, kabulleniş kavramları ile açıklanmıştır. Coopersmith' göre hayatın olağan akışında benlik saygısı tanımlaması değişenlik göstermez ancak hayatın farklı kesimlerinde bu kavram yaş, cinsiyet gibi etkenlere göre değişim gösterebilir (Akt., Üre, 2007: 29-30).

Yörükoğlu (1985: 34)' nün tanımına göre benliğin beğenilmesi veya beğenilmemesi benlik saygısı tanımıyla ilgilidir. Kişi şayet benliğini onaylıyor ise benlik saygısının varlığından söz edilir. Benlik saygısı, kişinin kendi özelliklerini düşük ya da yüksek görmeden varlığından hoşnut olma durumudur. Kişinin kendini başkaları tarafından değer görmeye sevmeye uygun bulmasıdır. Varlığını olduğu gibi kabullenmeyi, sevmeyi bu varoluşa güvenmeyi içeren sağlıklı bir ruh halinin ifadesidir aynı zamanda.

Kişiler başarmak istedikleri hedefler, hayaller doğrultusunda belli başlı arzular duyarlar. Bu arzulara ulaşmaları durumunda yüksek benlik saygıları oluşur belirli sebeplerden dolayı bu arzulara ulaşamazlar ise de düşük benlik saygıları oluşur. Bu durumu formüleştirecek olursak; “Benlik Saygısı= Başarı / Beklentiler” şeklinde olur. Formülden yola çıkarak iki davranış biçimi vardır diyebiliriz. Birincisi, bireyin kendi kendini nasıl algıladığıdır. İkincisi ise nasıl olması gerektiğidir. Benlik saygısı kavramının içeriği kişiden kişiye göre değişebilir. Çünkü bireylerin hayata dair beklentileri, arzuları farklılık gösterir (Coopersmith, 1967; Akt:Koçak, 2016

Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisine baktığımızda Maslow benlik saygısını hiyerarşinin üst basamaklarına koymuştur. Maslow' göre benlik saygısı, kişinin çevreyle uyumu adaptasyonu konusunda önemli bir role sahiptir. Hiyerarşi de geçen benlik saygısının gelişimi diğer bireyler tarafından anlaşıldığında, tanındığında gelişir. Bu gelişimin sağlanabilmesinin bir diğer şartı da hiyerarşinin alt basamaklarının da gelişme göstermesidir. Aksi durumda benlik saygısının gerçekleşmesi beklenemez (Oğuz, 2016).

Adler'e göre insanlar düşük bir benlik saygısıyla dünyaya gelirler ve yaşama dair hedefleri bu durum etrafında şekillenir. Bireyler bu düşük benlik saygılarını geliştirmek ve sonrasında gelişen bu benlik saygısını korumak için bir takım girişimlerde bulunurlar (Oğuz, 2016).

Carl Gustav Jung, ruh çözümsel bakışının yanında ortak bilinçdışının varlığından da bahsetmiştir. Ortak bilinçdışı geçmiş yaşantılarımıza ait bilgileri barındırır. Freud'un ortak bilinçdışı tanımına ek olarak ortak bilinç dışında pozitif ve yaratıcı güçlerinde olduğunu söylemiştir. Jung 'un tanımına göre kişiliğin iki yapısı vardır bunlardan biri dış dünya diğeri iç dünyadır. Dışa dönüklük ya da içe dönüklükte denebilir. Jung benliğin dünyaya, belli bir yönüne tepki vermede doğuştan gelen bir eğilim olduğunu savunmuştur. Benliğin diğerk bütün sistemleri dengede tuttuğunu ortak bilinçdışının ise bilinçle karşı karşıya gelmesi halinde bazı problemler yarattığını belirtmiştir. Bu ambivalans durumların karşı karşıya gelip ortak bir noktada buluşması haline de özen demiştir. Bunun da kendini gerçekleştiren bir bireyin varmış olduğu son nokta olduğunu belirtmiştir (Davison ve Neale, 2004; Akt: Akın, 2017).

Adler' in tanımladığı psikoloji, benlik psikolojisi olarak tanımlanır. Sosyal çevrenin davranışı tanımlamadaki yerinden bahsetmiştir. Bu konuda ortaya koyduğu ilk konu algılama konusudur. İnsanlar kendileri hakkında düşündükleri olumsuz, kötü eksik yönlerini algılayıp buna karşılık bir üstünlük çabasına girerler. Steffenhagen ve Burns (1987), ' un tanımlarına göre ise benlik saygısı aşağılık duyguna karşı olarak üstünlük duygusu, gerçek olmayan ideallere karşılık gerçeklik duygusu, ihmal edilen yaşamlara karşılık şımartılmış bir yaşam biçimi şeklinde açıklanmışlardır. Benlik saygısı , insan davranışlarının ana itici gücü şeklinde tanımlanır. Kişiler ideal benliğe ulaşmayı ya da ulaştıkları ideal benliklerini korumayı hedeflerler. Kişinin tüm benliğinin oluşmasına yardımcı olan bir kavramdır. Benliğin kabul edilmesi, benlik saygısıyla aynı anlamda kullanılsada çoğu zaman aynı anlama gelmemektedir. Benliğini kabul eden kişinin benlik saygısı gelişebilir (Akt., L' Abate, 1994: 43-44).

Yukarıda yapılan açıklamalara baktığımızda benlik ve benlik saygının farklı konular olduğunu anlıyoruz. Benlik kavramı insanları ötekilerden ayıran, farklarını ortaya koyan bir kavramdır. Benlik saygısı ise kişilerin bu benliklerini değerlendirip, kendilerini nasıl algıladıkları ile alakalı bir durumdur.

2.11.3. Benlik Saygısının Boyutları

Rosenberg (1965)'e göre benlik saygısının 2 boyutu bulunmaktadır. Biri barometrik benlik saygısı diğeri ise temel benlik saygısıdır. Barometrik benlik saygısı; dakikalara göre değişkenlik gösteren duyguların değişim durumları ve dalga hareketleri olarak tanımlanır. Mesela bir toplantısalonuna yanlışlıkla girdiğimiz zaman özür dilediğimiz esnada hissedilen duygular barometrik benlik saygısıdır. Temel benlik saygısı; durumluk olaylardan, deneyimlerden kolay bir şekilde etkilenmez. Temel benlik saygısı gelişmiş kişilerin bir olay esnasındaki özgüvenleri gelişmemiş kişilere oranla daha fazladır (Akt., Ürün, 2010: 20).

Schumann' da benlik saygının iki boyutunun olduğundan bahsetmiştir. Bu boyutlar; genel benlik saygısı ve rol benlik saygısıdır. Birinci boyut olan genel benlik saygısı, kişinin sürekli olarak kendiyile ilgili algısı ve hissettiği şeyleri değerlendirmesidir. Bu boyut kişinin kendini kabul etmesi ya da etmemesi, başarı durumunu değerlendirmesi, yetenek durumunu değerlendirmesine olan inancını gösterir. Özsaygıyla ilgili bir kavramdır. İkinci boyut olan rol benlik saygısı ise, kişinin ilgi duyduğu alanlarla ilgili bireysel algılarını ve hislerini değerlendirmesi durumudur (Schumann, 1991: 10).

Genel benlik saygısı diye adlandırdığımız benlik saygısına bakıldığında bireyin kendini her yönüyle kıymetli görmesi ile alakalı bütün hisleri denebilir. Bu kavram kişinin kendi benliğiyile ilgili tüm yönlerin kıymetli, değerli olduğunu hissetmesidir Bireyin kendi benliğinden dolayı değerli hissetmesinin haricinde kendini değerli hissedeki başka bir yönü daha vardır bu da sahip olduğu yeteneklerden dolayı kendini değerli hissetmesi durumudur. Buna karşılık bu yeteneklerden yoksun olan kişinin benlik saygısı düşüktür demek yanlış bir yargı olur. Mesela müziğe ya da dansa yönelik herhangi bir yeteğimiz olmayabilir bu durum benlik saygısının düşüklüğüne sebep olabilir ancak benliğin değerini etkileyen bir durum değildir (Lawrence, 2006: 11-12).

2.11.4. Benlik Saygısının Gelişimi

Benlik dediğimiz kavram ergenlik ve yetişkinlik öncesi dönem içerisinde gelişen bir kavramdır. Çevremizdeki insanlarla olan iletişimimizle, gözlemlerimizle, yaptığımız

çıkarımlarla ve içsel konuşmalarımızla da desteklenen bir süreçtir. Ana babaların çocuklarına verdiği disiplin, sevgi, saygı, akademik başarı veya başarısızlık vs çevresel birçok olaydan etkilenir. Ruhsal ve bedensel sağlığımızı, meslek seçimlerimizi, duygusal-fiziksel ilişkilerimizi de etkiler benlik saygısı. Bu sayılan sebepler gibi birçok durumun bir araya gelip harmanlanması sonucunda benlik dediğimiz olgu oluşur (Şahin, 2006: 48).

Benlik saygısının gelişmesinde üç ana kaynak bulunmaktadır. Bunlar: Başkalarının saygısı, yeterlik ve kişinin bu iki kaynağı kendisi için değerlendirmesi. Başkalarının saygısı, olumlu duygusal etkileşimi, kişide kendini sevmeyi geliştirir. Bu sayede duygusal kendilik ve egemenlik oluşur. Neyin değerli ve sevilebilir olduğu fikrini ortaya koyarak bilişsel kendilik ve egemenliği sağlar. Başkalarının fikir ve yaklaşımları, duyguları kendiliğin iç ruhsal yapısının parçası haline gelir (Özkan, 1994: 5).

Roger(1951) bir bireyin kendini gerçekleştirmesinde yaşamın ilk yıllarının belirleyici bir zaman dilimi olduğunu belirtmiştir. Kişinin kendini gerçekleştirme ihtiyacının davranışların temelinde yatan bir güdü olduğunu belirtmiştir. Roger bu bilgiler ışığında yaşamın ilk zamanlarında iki temel ihtiyacın varlığından bahsetmiştir. Bunlar; ‘olumlu saygı’ ve ‘benlik saygısı’dır. Bu iki temel ihtiyaç 0-2 yaş arasında kazanılır. Bu dönemdeki bebeğin, çocuğun sevgiye ihtiyacı vardır, bu ihtiyacı da ebeveyni üzerinden ya da ebeveyn rolünü üstlenen kişiler üzerinden giderir çocuklar. Çocuk sevgi almak için anneyi memnun etmeye uğraşır, memnun edemezse o sevgiden mahrum kalır. Çocuklarda bir noktadan sonra artık sevgi ihtiyaçlarını gidermek adına değilde ebeveyni mutlu etmek adına davranışlarda bulunur. Bir süre sonrada ‘anneyi mutlu eden her davranış iyidir’ şeklinde bir kodlama yapar çocuk. Bunun sonucunda da davranışlar içsel değilde belli bir şarta bağlı şekilde, belli yargılar doğrultusunda gelişir. Birey bu içsel durum bağlı bir yaşam sürmedikçe değersizlik hissi tetiklenir (Akt., Kuzgun, 1972a: 174).

Bir çocuğun kendini gerçekleştirebilmesi için herhangi bir şarta, koşula ya da herhangi birini hoşnut etmesine ihtiyaç duymadan çevresiyle uyumlu bir şekilde organizmasının gelişimini sağlaması gerekir (Kuzgun, 1972a: 174-175).

2.11.5. Düşük ve Yüksek Benlik Saygısına Sahip Bireylerin Özellikleri

Sağlıklı bir görünüme sağlık olmama durumunu yüksek benlik saygısı olan kişiler bir eksiklik olarak değerlendirirler. Yüksek benlik saygısına sahip kişiler kendilerindeki pozitif özellikleri değerlendirip güçlü yönlerinden dolayı bir iyilik hali hissederler. Böyle bireylerin ötekinden farklı olmak gibi herhangi bir niyetleri yoktur. Bu kişiler kendilerinde ki eksik yönleri, yetenekleri farkedip bu yönlerde iyileştirme yapmaya çalışırlar, bu eksik yönlerinin üstüne gidip o yönleri kapatmak adına uğraşırlar. Benlik saygısı düşük insanların gösterdiği özelliklerde şu şekildedir; hayali bir olumlu benlik saygısına sahip olduğunu düşünmek, bir başkasına sürekli bir şekilde kendini başka insanlara gösterme, kanıtlama çabası, başkaları tarafından kabul görmeyeceği konusunda korku duyar, başka insanlarla iletişime girme konusunda korkak davranırlar, kendileriyle yüksek benlik saygısına sahip kişilere oranla daha az gurur duyarlar (Pope, McHale ve Craigheads, 1988: 2).

Düşük Benlik Saygısına Sahip Bireylerin Özellikleri;

- Ötekinden sürekli kendi davranışlarıyla alakalı yorum beklerler.
- Fiziksel görünüşleri, yetenekleri, duygu ve davranışları genellikle olumsuz şekildedir.
- Eğer bir performan sergiliyorlarsa ve bu performans bir başkası tarafından izleniyorsa kötü bir performans sergilerler.
- Kendi şahıslarına yönelik eleştirel bir yorum geldiğinde savunma mekanizmaları devreye girerler ve aktif bir davranış sergilemezler.
- İltifatı kabul etme konusunda zorluk çekerler.
- Gerçeklik algıları bozulmuştur kendilerini değerlendirme konusunda.
- Pasif ve sınırlar içerisinde hareket ederler.
- Kendilerinden konum itibarıyla daha güçlü kişilere karşı rahat bir şekilde hareket edemezler.

- Genel olarak kendi hayatlarına karşı bir memnuniyetsizlikleri vardır.
- Sosyallik konusunda zayıf özellikler gösterirler.
- Dışarıdaki kişiler, sistemler tarafından kolay bir şekilde kontrol edilebilirler (Özdemir 2004; Sel, 2016).

Düşük benlik saygısı olan bireyler herhangi bir olumsuzluk karşısında yüksek benlik saygısına sahip kişilere oranla çok daha hassastırlar. Bu kişilerin kendileri ve çevreleri hakkında genel görüşleri çoğunlukla olumsuz olduğundan dolayı küçük başarısızlıkları bile kendilerine büyük sorun haline getirirler (Davis ve Fedor, 1998; Akt: Kaya, 2017).

Benlik saygısı düşük bireylerin sorumluluk alma konusunda yaşadıkları sıkıntı da bir gerçektir. Çoğunlukla sorumluluk almayı reddederler eğer kaçamıyorlarsa da bu durumda kendileriyle çatışma yaşarlar. Bu durumda kişilerin huzursuz, gergin, sinirli bireyler olmalarına sebep olur. Yine düşük benlik saygısı kişiler kendi fikirlerinden çok başka insanların fikirleriyle hareket edip onların istekleri doğrultusunda kararlar verirler, kendilerine yönelik olumsuz duyguları bastırmak adına olumlu şeyler duymaya normal insanlardan çok daha fazla ihtiyaç duyarlar. Normalin üstünde özür dileme davranışı gösterirler, iletişim konusunda zayıftırlar,

Yüksek Benlik Saygısına Sahip Bireylerin Özellikleri;

- Bir başkası tarafından saygı beklentileri vardır.
- Kendileri haklarındaki görüş, duygu ve düşünceleri pozitifdir.
- Performanslarının bir başkaları tarafından izlenmesi onları hiç rahatsız etmek sergileyecekleri performansı her koşulda sergilerler.
- Bir başkası tarafından eleştiriye uğradıklarında bu eleştiri bu kişiler için geriye taşıyan değil ileriye taşıyan bir durumdur.
- Bir başkası tarafından aldıkları iltifatları gönül rahatlığıyla kabul ederler.
- Gerçeklik algıları vardır.
- İçinde buldukları durumda yabancılik çekmezler ve aktiftirler.

- Kendilerinden konum itibariyle daha güçlü kişilere karşı rahat bir şekilde hareket ederler.
- Genel hayat görüşleri olumludur, hayatlarına ilişkin herhangi bir memnuniyetsizlikleri yoktur.
- Sosyallik konusunda güçlü özellikler gösterirler.
- Bir başkası tarafından kontrol edilme ihtiyacı duymazlar (Özdemir, 2004; Sel, 2016).

Baumeister ve arkadaşları, 2003 yılında yaptıkları araştırma sonunda yüksek benlik saygısının önemli iki faydasından bahsetmişlerdir. Belirli durumlarda pozitif duyguların ifade edilmesi faydalardan bir tanesidir. Diğer faydalı durumda kişilerin kendilerini yetersiz hissettikleri durumlarda yüksek benlik saygısı sayesinde bu yetersiz durumdan kurtulmak adına yapıcı ve toparlayıcı tutumlar sergilemelerine yardımcı olur. Yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerin çöküntü yaşama ihtimalleri daha düşüktür ve bu kişilerin mutlu olma durumları daha yüksektir. Ek olarak olumsuz durumlarla karşılaştıklarında her ne kadar olumsuz şekilde olursa olsun içinde buldukları durum bu kişiler yüksek benlik saygıları sayesinde olumsuz durumu değiştirmeyi ve çözümler üretmeyi yani o durumu yönetmeyi iyi bilirler (Akt: Kaya, 2017).

Cevher ve Buluş'un 2007 yılında yaptıkları çalışmada ise yüksek benlik saygısı sahibi bireylerin kendilerini değerli bulduklarını, faydalı işler yapacakları konusunda kendilerine özgüvenli olduklarını, bir işi başarma gayelerinin yüksek olduğunu, iletişim becerilerinin de bu güvene istinaden yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Yüksek benlik sahibi kişilerin araştırma esnasında çok daha gönüllü olduklarını da gözlemlemişlerdir (Akın, 2017).

Yani bir bireyin benlik saygısındaki düşüklük ya da yükseklik durumu o kişinin ev, iş, sosyal yaşamı gibi hayatının hemen her alanına etki eden bir belirleyicidir denebilir.

2.11.6. Benlik ve Benlik Saygısı Kavramlarına Kuramsal Bakış

Psikoloji biliminin öncülerinden olan Wundt, kişilerin benlikleri ile bedenleri arasında olan bağlatıdan söz etmiştir. Benliğin farkında olan bir kişinin bedeninde olay olayları hissedeceği, anlayacağını savunmuştur (Buluş ve Cevher, 2007).

William James'e göre benlik 3 bölümden oluşmaktadır; maddesel, sosyal ve ruhsal. Kişinin bedeni, ailesi, evi arabası, elbiseleri var olan bütün herşeyi maddesel benlik olarak adlandırmıştır. Kişinin kendisi hakkında çevresindeki insanlardan aldığı geri bildirimlerin, edindiği bilgilerin tümü sosyal benliği oluşturur. Kişinin kendi içsel yorumu, kendini nasıl değerlendirdiği, kendisi hakkındaki genel fikrin ise ruhsal benliği oluşturduğunu söylemiştir James (Elmas, 2009).

Erikson ise benliğin gelişim aşamaları ile toplumdaki ilişkilerin etkilerini açıklamıştır. Erikson, insan hayatını, insanın kişilik gelişimini ve insanın sosyalleşme sürecine paralel bir şekilde insan hayatını zenginlik fakirlik olarak yorumlamış ve bu konu üzerinde durmuştur (Öztürk, 1997).

İnsan hayatının da bu bağlamda 8 aşamadan oluşurunu belirtmiştir (Aydın, 2005). Bu aşamalar şu şekildedir;

1. Temel güvene karşı güvensizlik,
2. Bağımsızlığa karşı utanç ve kuşku
3. Girişimciliğe karşı suçluluk duygusu,
4. Çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu,
5. Kimlik kazanımına karşı rol karmaşası,
6. Yakınlığa karşı yalıtılmışlık,
7. Üreticiliğe karşı verimsizlik.

Benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk;

Psikanaliz kuramının öncülerinde olan Freud' a göre de benlik üç aşamadan oluşmaktadır. Bunlar; id, ego ve süperegodur (Morris, 2002)

İd; İnsan kişiliğinin en ilkel tarafını oluşturur. İd'in temelinde yatan duygu cinsellik ve saldırganlıktır. Haz ilkesi çerçevesinde çalışır ve amaç o hazzı doyumak üzerinedir.

Ego; İnsan kişiliğinin mantıklı, anlamlı, gerçek olan yanını oluşturur (Morris, 2002).

Süperego; bir bireye ailesi ve yaşadığı toplum tarafından verilem geleneksel, toplumsal yön denebilir.

Ruhsal olarak sağlıklı diye nitelendirebileceğimiz bireylerde bu üç yön birleşmiş bir şekilde bulunur.

Horney'in benlik tanımına göre; bir insanın ya gerçekte var olan bir benliği ya da hayalinde ya da idealinde bir benlik imajı bulunur. Sağlıklı olan insanda gerçekte olan imaj ile hayalde olan benlik imajı birbiri ile bir bütün halinde bulunur. Adler 'in tanımındaki benlik ise; benlik karar mekanizması olan bir kavramdır (Buluş ve Cevher, 2007)

Fromm'a göre benlik saygının gelişimini kişinin içinde yaşadığı kültür, toplum destekler. Bu gelişim evresinde kişi ana ihtiyaçlarını toplumun belirlediği ihtiyaçlar çerçevesinde şekillendirmeye çalışır (Oğurlu, 2006).

2.12. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Bu bölüm, benlik saygısının konu olduğu yurtdışındaki ve yurtiçindeki bilimsel çalışmaları içermektedir.

2.12.1. Benlik Saygısı İle İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Tunç, 2001 yılında 311 doktor ve hemşire üzerinde yaptığı araştırmanın neticesinde; her iki meslek grubunun da benlik saygılarının yüksek olduğunu ancak doktorların benlik saygısı düzeylerinin hemşirelere oranla daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Bunun haricinde edindiği bilgiler şöyledir; araştırmaya katılan doktorlar ve hemşireler bir başkası tarafından herhangi bir eleştiriye maruz kaldıklarında bu eleştiriye ilk önce kendi içlerinde değerlendirdikleri sonucuna ulaşılmıştır, bu bireylerin kendilerini

değerlendirme, mutlu hissetme, pozitif bir yaşam algıları, uyumluluk durumlarında yüksek olduğu bulunmuştur.

Güloğlu ve Kararımak 'ın 2010 yılında üniversite öğrencilerine yönelik yürüttükleri araştırma sonucunda yalnızlık durumu, psikolojik iyilik ve benlik saygısı arasında olumsuz bir ilişki olduğu bulunmuştur. Psikolojik problemleri olan kişilerin benlik saygılarının düşük olmalarının yanı sıra bu bireylerin kendilerini yalnız hissettikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Baybek ve Yavuz 2005 yılında Muğla'da 8214 öğrencinin benlik saygıları düzeylerini incelemişlerdir. Araştırma neticesinde çok kardeşli öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin diğerlerine göre daha düşük olduğunu bulmuşlardır. Örneklem grubu içine giren öğrencilerin annelerinin eğitim seviyeleri yüksekse çocuklarında benlik saygılarının o oranda yüksek olduğu bulunmuştur. Daha disiplin gerektiren meslek gruplarında (polis, müfettiş, asker) çalışan anne babanın çocuklarının benlik saygıları daha düşük düzeydedir. Bu çocukların ailelerinin gelir durumları yüksekse de benlik saygılarının yüksek olduğu gerçeği araştırma kapsamında elde edilen sonuçlar arasındadır.

Eriş ve İkiz 'in 2013 yılında 300 tane ergenle yaptıkları çalışmada bu ergenlerin benlik saygıları ile sosyal anksiyeteleri arasında ki ilişki araştırılmıştır. Yapılan araştırmalar neticesinde benlik saygısı ile bu ergenlerin beden imajları arasında farklılık olduğunu, akademik başarının benlik saygısıyla ilişkili olduğunu ve araştırmaya katılan benlik saygısı ne kadar yüksekse sosyal anksiyete düzeylerinin o kadar düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır

Şahin'in 1994 yılında yaptığı araştırmanın örneklemini yetiştirme yurdunda yaşamlarını devam ettiren gençler oluşturmaktadır. Araştırma esnasında Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğini kullanmıştır Şahin. Araştırma neticesinde ise zorlanmadan arkadaş bulabilen gençlerin benlik saygıları yüksek çıkmıştır. Bu gençlerin aynı zamanda benlik saygıları ile okul başarıları arasında da doğru bir orantı olduğuna rastlanmıştır.

Yılmaz ve Erözkan'ın 2011 yılında 300 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı araştırma bu öğrencilerin sosyal yetkinlik ve benlik saygıları arasındaki ilişkiyi konu almıştır.

Araştırma neticesinde bu öğrencilerin maddi durumları ile sosyal yetkinlik düzeyleri be benlik saygıları arasında fark olduğu bulunmuştur.

Aslan 2006 yılında Ankara ilinde yaşayan farklı farklı meslek gruplarına sahip 870 kişinin iş doyum düzeylerine göre depresyon ve benlik saygısı ve denetim odağı algısı üzerine araştırma yapmıştır. Bu araştırma sonucunda; benlik saygısı oranlarına göre iş doyum durumlarında değişkenlik gösterdiğini bulmuştur. Yani kişilerin benlik saygıları yüksekse iş doyumları da yüksektir. Buna karşılık benlik saygısı düşük olan bireylerin iş doyum durumları da düşüktür.

Türkiye’de 1970 yılının ilk zamanlarından itibaren benlik saygısı konusu bilimsel araştırmaların konusu haline gelmiştir. Son zamanlarda bu konuyla ilgili yapılan kapsamlı araştırmaların sayısı gün geçtikçe de artmaktadır.

2.12.2. Benlik Saygısı İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar

Mullis ve Normandin (1992) ergenlik dönemindeki 270 tane liseli öğrencinin benlik saygısı düzeylerine bakmışlardır. Araştırma sonunda benlik saygısının düzeyinin yaşa göre artış gösterdiğini buna karşılık cinsiyetle arasında herhangi bir fark olmadığını saptamışlardır. Bu ergenlerin ailelerinin ekonomik durumlarının da benlik saygısı konusunda belirleyici bir faktör olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Ali, Ghazi ve Khan 2010 yılında kırsalda ve kent merkezinde görev yapan 250 öğretmenin benlik saygılarını karşılaştırmak amaçlı bir araştırma yapmıştır. Yapılan araştırma neticesinde kırsal kesimde ve kentlerde çalışan öğretmenlerin arasında benlik saygısı düzeyleri arasında bir farklılık bulunamamıştır.

Ravikanth 2010 yılında ekonomik olarak zor bir dönemde mühendislik bölümünü okuyan öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri üzerine araştırma yapmıştır. Bu araştırmayı Batı Godavari de okuyan 75 farklı lisans bölümleri ve yüksek lisans bölümleri okuyan öğrenciler üzerinde gerçekleştirmiştir. Araştırma neticesinde; farklı mühendislik dalları okuyan öğrenciler arasında benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir bulguya rastlanamamıştır. Yüksek lisans yapan öğrencilerde de anlamlı bulgular elde edilememiştir.

Hutman (1999) ise iş performansı ile benlik saygısı arasında herhangi bir ilişki olup olmadığını incelemiştir. Birbirinden farklı birçok (49) araştırma yapmıştır bu çalışma için bu araştırmaların hepsini birleştirdiğinde elde ettiği sonuç; benlik saygısı ve iş performansı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur.

Campbell, Chew ve Scratchley 1991'de 67 tane örneklemin günlük yaşantılarındaki duygusal ve fiziksel olaylara göre değişen benlik saygısı ve kişisel olarak karmaşıklık düzeylerini incelemiştir. Araştırmanın örneklemini toplamak için 67 katılımcıdan 2 haftalık bir süre içerisinde günlük yaşadıkları en mutlu oldukları ve en mutsuz oldukları not alıp o olayları puanlandırmaları istenmiştir. Araştırma neticesinde; benlik saygısı yüksek olan bireylerin mutlu, olumlu olaylar üzerinde daha çok durduklarını aynı zamanda yüksek benlik saygısı sahibi bireylerin olaylar karşısındaki tavırlarının daha net, daha genel anlamlar yükledikleri ve o olaylarla ilgili içsel bir değerlendirme yaptıklarını bulmuşlardır.

Daly ve Burton 1983 yılında benlik saygısı ve akla uygun olmayan inançlar arasındaki ilişkiyi araştırmak için 251 tane üniversite öğrencisiyle çalışmışlardır. Çalışma neticesinde akla uygun olmayan inançlar ile benlik saygısı ilişkisine bakıldığında negatif yönde anlamlı bulgulara rastlanmıştır. Benlik saygısını negatif olarak etkileyen akla uygun olmayan inançları şu şekilde sıralayabiliriz; başkaları tarafından sürekli olarak onaylanma ihtiyacı, herhangi bir problem karşısında kaçma davranışı, ilgi konusunda çok fazla kaygılı olma ya da çok fazla beklentiye girme durumu.

Benlik saygısıyla ilgili kaynaklara baktığımızda farklı örneklem gruplarıyla, farklı hipotezlerle araştırılan bir konu olduğunu söylemek mümkündür.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN AMACI

Literatür taramalarına bakıldığında araştırmalar gösteriyor ki; çocukluk çağında duygusal olarak istismara uğramış kişiler uğramayanlara oranla çok daha fazla ruhsal problem yaşama olasılıkları olduğu belirlenmiştir. Ergenlik çağında ve yetişkinlik döneminde algılanan duygusal istismar, sosyal olarak içe çekilme, çöküntü, takıntı - zorlantı bozukluğu, kaygı problemleri, yeme bozukluk problemleri ve suisid gibi psikopatolojik durumlarla beraber; sosyal olarak ve bireysel olarak uyum problemleri, atılganlık düzeylerinde düşme gibi problemlere sebep olmaktadır. Bu araştırmanın amacı, yetişkin bireylerde algılanan duygusal istismar düzeyleri ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemektir.

3.2. ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın evrenini İstanbul Şişli’de ikamet eden 18 yaş ve üstü bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini olarak ise evren içerisinde kolay örnekleme tekniği ile 50 kadın ve 50 erkek olmak üzere 100 kişi seçilmiştir.

3.3. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modellerinden de anket yöntemi seçilmiştir. Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin yetişkin bireylerin algılanan duygusal istismar ölçeği için kullanılan ankette 5 maddeli likert tipi ölçek kullanılmıştır. Bireylerdeki duygusal istismar seviyelerini ölçmek için araştırmaya katılan yetişkinlere sorulan soruların puanlama değerleri;

(5) “tamamen katılıyorum”, (4) “katılıyorum”, (3) “kararsızım”, (2) “katılmıyorum”, (1) “kesinlikle katılmıyorum” cevaplarından birini seçmeleri ve bunu işaretlemeleri istenmiştir. Benlik saygısı ölçeği ise 4’ lü likert tipi bir ölçektir. Ölçeği uygulayan bireyler ölçekten 0-6 arasında puan alırlar. Ölçekte yüksek puanlar düşük benlik saygısına işaret etmektedir. 0-1 puan: yüksek düzeyde benlik saygısı, 2-4 puan: orta

düzyeyde benlik saygısı, 5-6 puan: düşük düzeyde benlik saygısına işaret etmektedir (Erman, Şahan ve Can; 2008).

Araştırma sonuçları SPSS programında analiz edilmiştir.

3.4. VERİLERİN TOPLANMASI

Bu araştırmada 18 yaş ve üzeri duygusal istismara uğramış ve uğraşmamış bireylerin benlik saygılarının bu durumdan etkilenip etkilenmediklerini incelemek amacıyla duygusal istismar düzeylerini anlamak için ‘Algılanan Duygusal İstismar Ölçeği’, benlik saygılarının düzeyini anlamak için de ‘Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği’ kullanılmıştır. Çalışmaya katılan bireylerin demografik verilerini saptamak amacı ile ‘Kişisel Bilgi Formu’ uygulanmıştır.

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırma da demografik verileri tespit etmek amacı ile araştırmacının hazırladığı 8 soruluk Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda yer alan bağımsız değişkenler;

- 1) Yaş
- 2) Cinsiyet
- 3) Aile gelir durumu
- 4) Kardeş sayısı

3.4.2. Algılanan Duygusal İstismar Ölçeği

Algılanan duygusal istismar için Kemal Özcan ve arkadaşlarının hazırladığı 61 maddelik ölçek kullanılmıştır. “Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar Ölçeği”nin güvenilirliğine, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ve test tekrar test

kararlılık katsayısı hesaplanarak bakılmıştır. İç tutarlılık katsayısı 200 öğrenciden toplanan verilerden hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı=,95 bulunmuştur. Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışması için veri toplanan gruptan iki hafta ara ile 100 Öğrenciye ölçek tekrar uygulanmış ve iki ölçüm arasındaki korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Elde edilen korelasyon katsayısı $r=,76$ dir. Algılanan Duygusal İstismar ölçeğinin madde analizi için madde toplam puan korelasyonları yöntemi kullanılmıştır. Test maddelerinin testin bütünü ile tutarlılığının göstergesi sayılabilecek en düşük korelasyon ,30 olarak alınmış ve “Yakınlarım zaman zaman beni bunaltacak kadar kollayıcı davranırlar” maddesi ölçekten çıkarılmıştır. Elde edilmiş olan 61 maddelik ölçeğin maddeleri ile ölçeğin genel toplam puanları arasındaki korelasyonlara bakılmıştır. Her maddenin toplam puanla olan korelasyon katsayısının 30–69 arasında değiştiği görülmüştür. Bu sonuç ise, elde edilen formun, güvenilirliği açısından oldukça önemlidir (Ersanlı vd., 2013).

Algılanan Duygusal İstismar ölçeğinin geçerlik çalışmasında yapı geçerliği ve kapsam geçerliği kullanılmıştır. Kapsam geçerliği için Psikolojik Danışma ve Psikiyatri alanında doktora derecesine sahip 10 uzmanın kanısına başvurulmuştur. Uzmanlar tarafından maddeler incelenmiş ve ölçekten “Sorularımın cevapsız bırakılmasından hoşlanmıyorum”, “mesleğimden dolayı aşağılanmaktan hoşlanmıyorum” gibi 6 madde çıkarılmıştır. Böylece maddeler incelenmiş ve uygunluğu yönünde görüş belirtilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliği belirlemek için temel bileşenler analizi kullanılarak faktör analizi yapılmıştır. Bu analizin yapılabilmesi için öncelikle örneklemin yeterliliğini test eden KMO (Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy) değeri ,90 olarak bulunmuştur. KMO testinde bulunan değer ,50’nin altında ise kabul edilemez, ,50 zayıf, ,60 orta, ,70 iyi, ,80 çok iyi, ,90 mükemmeldir (Ersanlı vd., 2013).

3.4.3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Benlik Saygısı Ölçeği 1963 yılında Moris Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. Türkçe uyarlama çalışmaları Fusun Çuhadaroğlu (1986) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 63 soru ve 11 alt ölçekten oluşmaktadır. Bu araştırma da benlik saygısı alt ölçeği kullanılmıştır ve bu ölçek 10 sorudan oluşup 5’ i ters kodlanmıştır (Duman, 2016).

Benlik saygısı ölçeği 4' lü likert tipi bir ölçektir. Ölçeği uygulayan bireyler ölçekten 0-6 arasında puan alırlar. Ölçekte yüksek puanlar düşük benlik saygısına işaret etmektedir. 0-1 puan: yüksek düzeyde benlik saygısı, 2-4 puan: orta düzeyde benlik saygısı, 5-6 puan: düşük düzeyde benlik saygısına işaret etmektedir (Erman, Şahan ve Can; 2008). Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği 0,89, geçerliliği 0,71 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tuğrul (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir (Deregözü, 2016).

3.5. Verilerin İstatistiksel Analizi

Verilerin analizinde IBM SPSS Statistics 24.00 programı kullanılmıştır. Veriler normal dağılım göstermediği için non-parametrik testler kullanılmıştır. Bu doğrulturda hipotezlerin analizinde Mann Whitney U testi, Kruskal Wallis H Testi, çok yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki düzeyleri için ise Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır. Veriler %95 güven aralığı ve %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1. Sosyo-Demografik Özellikler

18 yaş ve üstünde olan yetişkinlerin demografik özelliklerine ilişkin bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Tablo 1. Demografik Bilgiler

N=100		n	%
Yaş	18-25 Yaş	57	57
	26-35 Yaş	34	34
	36 Yaş ve Üzeri	9	9
Cinsiyet	Kadın	50	50
	Erkek	50	50
Ailenin Gelir Durumu	0-1000 TL	2	2
	1001-3000 TL	26	26
	3001 TL ve Üstü	72	72
Kardeş Sayısı	Tek Çocuk	1	1
	1-2 Kardeş	78	78
	3-5 Kardeş	13	13
	6 Kardeş ve Üzeri	8	8

Araştırmaya katılan 100 yetişkin arasında 18-25 yaş arasında olan 57 (%57) kişi, 26-35 yaş arasında olan 34 (%34) kişi, 36 yaş ve üstünde olan 9 (%9) kişinin olduğu, cinsiyetlerine baktığımızda 50 (%50) kadın, 50 (%50) erkek olduğu gözlenmiştir.

Ailesinin gelir düzeyi 0-1000 TL arasında olan 2 (%2) kişi, geliri 1001-3000 TL arasında olan 26 (%26) kişi, geliri 3001 TL ve üstünde olan 72 (%72) kadın olduğu gözlenmiştir.

Ailede tek çocuk olan 1 (%1) kişi, 1-2 kardeşi olan 78 (%78) kişi, 3-5 kardeş olan 13 (%13) kişi, 6 ve üstünde kardeşi olan 8 (%8) kişi vardır.

4.2. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Yetişkinlerin algılanan duygusal istismar ve Rosenberg benlik saygı puanlarının istatistiki dağılımları ile ilgili bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Tablo 2. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

N=100	Ort.	S. Sapma	Min	Max	P
Algılanan Duygusal İstismar	128,27	49,52	66	275	0,00
Rosenberg Benlik Saygı	1,16	0,79	0	4	0,00

p: Kolmogorov-Smirnov Testi

Yetişkinlerin algılanan duygusal istismar puan ortalamasının 128,27, minimum puanın 66, maksimum puanın 275 olduğu gözlenmiş olup, Kolmogorov-Smirnov testine göre algılanan duygusal istismar puanlarının normal dağılım göstermediği sonucuna varılmıştır ($p<0,05$).

Rosenberg benlik saygı puan ortalamasının 1,16, minimum puanın 0, maksimum puanın 4 olduğu gözlenmiş olup, Kolmogorov-Smirnov testine göre benlik saygı puanlarının normal dağılım göstermediği sonucuna varılmıştır ($p<0,05$).

4.3. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ile Rosenberg Benlik Saygı Puanları Arasındaki Korelasyon

Yetişkinlerin algılanan duygusal istismar puanları ile Rosenberg benlik saygı puanları arasındaki korelasyonlarına ilişkin bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Tablo 3. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ile Rosenberg Benlik Saygı Puanları Arasındaki Korelasyon

N=100		Rosenberg Benlik Saygı
Algılanan Duygusal İstismar	r	-0,31
	p	0,00

Yetişkinlerin algılanan duygusal istismar puanı ile benlik saygı puanları arasında zıt yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu ($r=-0,31$; $p<0,05$) sonucuna varılmıştır. Dolayısıyla yetişkinlerin algılanan duygusal istismar düzeyi yükseldikçe benlik saygıları puanları anlamlı olarak azalmaktadır.

4.4. Cinsiyete Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

Yetişkinlerin cinsiyetlerine göre algılanan duygusal istismar ve benlik saygı puanlarının karşılaştırılmasına yönelik bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Tablo 4. Cinsiyete Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

N=100	Cinsiyet	n	Ort.	Sıra Ort.	Z	p
Algılanan Duygusal İstismar	Kadın	50	123,14	49,23	-0,438	0,66
	Erkek	50	133,40	51,77		
Rosenberg Benlik Saygı	Kadın	50	1,20	48,79	-0,593	0,55
	Erkek	50	1,12	52,21		

Z=Mann Whitney U Testi

Mann Whitney U testine göre kadın ve erkeklerin algılanan duygusal istismar puanları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p>0,05$). Bununla birlikte kadın ve erkeklerin benlik saygı puanları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p>0,05$).

4.5. Yaşa Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

Yetişkinlerin yaşlarına göre algılanan duygusal istismar ve benlik saygı puanlarının karşılaştırılmasına yönelik bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Tablo 5. Yaşa Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

N=100	Yaş	n	Ort.	Sıra Ort.	Z	p
Algılanan Duygusal İstismar	18-25 Yaş	57	135,44	54,68	-1,661	0,10
	26 Yaş ve Üzeri	43	118,77	44,95		
Rosenberg Benlik Saygı	18-25 Yaş	57	1,26	53,70	-1,278	0,20
	26 Yaş ve Üzeri	43	1,02	46,26		

Z=Mann Whitney U Testi

Mann Whitney U testine göre 18-25 yaş arasında olan kişiler ile 26 yaş ve üstünde olan kişilerin algılanan duygusal istismar puanları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p>0,05$).

Bununla birlikte, 18-25 yaş arasında olan kişiler ile 26 yaş ve üstünde olan kişilerin benlik saygı puanları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p>0,05$).

4.6. Ailesinin Gelir Durumlarına Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

Yetişkinlerin ailesinin gelir durumlarına göre algılanan duygusal istismar ve benlik saygı puanlarının karşılaştırılmasına yönelik bilgiler aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 6. Ailesinin Gelir Durumlarına Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

N=100	Ailenin Gelir Durumu	n	Ort.	Sıra Ort.	Z	p
Algılanan Duygusal İstismar	0-3000 TL	28	151,07	60,63	-2,177	0,03*
	3001 TL ve Üstü	72	119,40	46,56		
Rosenberg Benlik Saygı	0-3000 TL	28	1,36	57,30	-1,470	0,14
	3001 TL ve Üstü	72	1,08	47,85		

Z=Mann Whitney U Testi, *p<0,05:İlişki Anlamlı

Mann Whitney U testine göre ailesinin gelir durumu 0-3000TL arasında olan kişiler ile 3001 TL ve üstünde olan kişilerin algılanan duygusal istismar puanları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmiştir (p<0,05). Buna göre; Ailesinin gelir durumu 0-3000TL arasında olan kişilerin algılanan duygusal istismar puanlarının, ailesinin gelir durumu 3001 TL ve üstünde olan kişilere göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Diğer taraftan, Mann Whitney U testine göre ailesinin gelir durumu 0-3000TL arasında olan kişiler ile 3000TL ve üstünde olan kişilerin benlik saygı puanları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir (p>0,05).

4.7. Kardeş Sayısına Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

Yetişkinlerin kardeş sayılarına göre algılanan duygusal istismar ve benlik saygı puanlarının karşılaştırılmasına yönelik bilgiler aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 7. Kardeş Sayılarına Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarının Karşılaştırılması

N=100	Kardeş Sayısı	n	Ort.	Sıra Ort.	Z	p
Algılanan Duygusal İstismar	2 ve Daha Az Kardeş	79	124,19	49,04	-0,978	0,33
	3 Kardeş ve Üzeri	21	143,62	56,00		
Rosenberg Benlik Saygı	0-2 Kardeş	79	1,10	49,04	-0,962	0,39
	5 Kardeş ve Üzeri	21	1,36	55,98		

Z=Mann Whitney U Testi

Mann Whitney U testine göre 2 ve daha az kardeş olan kişiler ile 3 kardeş ve üzeri kardeşi olan kişilerin algılanan duygusal istismar puanları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p>0,05$).

Bununla birlikte 2 ve daha az kardeş olan kişiler ile 3 kardeş ve üzeri olan kişilerin benlik saygı puanları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p>0,05$).

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE SONUÇ

5.1. TARTIŞMA

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre duygusal istismar ile benlik saygısı arasında zıt yönlü bir benlik saygısı arasında zıt yönlü bir ilişki vardır. Buna göre duygusal istismara uğrayan kişilerin düşük benlik saygısına sahip olması beklenmektedir.

Konu hakkında literatürde yer alan araştırmalardan Dottan ve arkadaşları (2006)'nın çalışmalarında da benzer sonuçlar elde edilmiştir. İsrail'de yürütülen çalışmada çocukken duygusal istismara uğrayan çocukların yetişkinlikteki psikolojik durumları incelenmiştir. Bulgulara göre, duygusal istismarın en çok benlik saygısına etki ettiği saptanmıştır.

Benzer şekilde, Amerika'da yürütülen bir çalışma (2003) da yine duygusal istismar üzerine yoğunlaşmaktaydı. Çalışmanın bulguları, nispeten düşük oranlı birinci basamak örnekleminde göstermektedir ki duygusal istismara maruz kalan bireyler, hayatları boyunca fiziksel sorunlarla da karşı karşıya gelebilmektedir. Bunun temel sebebi ise duygusal istismara bağlı stresin, kişinin sağlığını etkilemesidir (Spertus ve ark., 2003).

Yine Amerika'daki bir araştırma, kadınların % 35'i eşleri veya partnerleri tarafından duygusal istismara uğradığını belirtmiştir. Bahsi geçen kadınların, psikolojik envanterleri de pozitif bulunmamıştır (O'Leary, 1999).

Onat ve arkadaşları (2006) 'nın öğrenciler üzerinde yaptıkları araştırmada da duygusal ve fiziksel yönden istismara uğrayanların benlik saygıları anlamlı şekilde düşük bulunmuştur.

5.1.1. Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanlarına İlişkin Tartışma

Bulgulara göre, yetişkinlerin algılanan duygusal istismar puan ortalamasının 128,27, minimum puanın 66, maksimum puanın 275 olduğu gözlenmiş olup Rosenberg benlik saygı puan ortalamasının 1,16, minimum puanın 0, maksimum puanın 4 olduğu sonucuna varılmıştır.

Bu bulguya paralel olarak, Amerika’da niversite öğrencileri arasında yapılan bir araştırmada, rastgele seçilmiş öğrencilerde %40 oranında duygusal istismara uğramış bir popülasyon saptanmıştı ve bu kişilerin, benlik saygısı düşük bulunmuştu. Bu nedenle, ortak örneklemede duygusal istismara maruz kalma ile ilgili uzun vadeli psikolojik bağıntılıların aslında mevcut örneklerde bulunduğuna dikkat çekilmektedir. Kadınlar arasında depresyon (BDI), benlik saygısı (CSEI) ve travma ile ilişkili semptomlar (TSC) ile ilişki bulunmuştur. Erkekler arasında, partner istismarının TSC ile ilişkisi anlamlı bulunmuştur.

5.1.2. Yaşa Göre Yetişkinler İçin Algılanan Duygusal İstismar ve Rosenberg Benlik Saygı Puanları Karşılaştırılmasının Tartışması

Bulgulara göre 18-25 yaş arasında olan kişilerin algılanan duygusal istismar puanlarının, 25 yaş ve üstünde olan kişilere göre daha yüksek olduğu gözlenmişti. Mann Whitney U testine göre 18-25 yaş arasında olan kişiler ile 25 yaş ve üstünde olan kişilerin algılanan duygusal istismar puanları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemişti.

Trickett ve arkadaşları (2009) ‘nın Amerika’yı lokasyon alan Child Abuse & Neglect’teki makaleleri, bu konunun araştırma bulgularımıza paralel olarak en çok gençleri ve çocukları etkilediğini savunmaktaydı. Duygusal istismar, sık olsa da, ocuk koruma hizmetleri soruşturmasının odak noktasını oluşturmaktadır. Bu istismarın niteliği küçük değildir, ancak bu çocukların ruh sağlığı ve esenliği açısından tehlikeli olma olasılığı diğer yaş gruplarına göre daha yüksektir. Daha fazla duygusal istismar, genç ergenlerin benlik saygısını daha yüksek seviyede etkilemektedir. Kodlama sistemini kullanarak, örneklemin neredeyse % 50'sinin istismara ve bu kişilerin %9'unun duygusal istismara uğradığı saptanmıştır.

5.2.SONUÇ

Psikolojide, benlik saygısı terimi, bir kişinin genel öz-değer ya da kişisel değer duygusunu tanımlamak için kullanılır. Diğer bir deyişle, ise kişinin kendinin ne kadar takdir edebildiğini gösteren bir olgudur. Benlik saygısı sıklıkla kişilik özelliği olarak görülür, bu da kararlı ve kalıcı olma eğiliminde olduğu anlamına gelir (Cherry, 2017). Kişinin benlik saygısındaki azalış çeşitli nedenlere bağlanabilir. Bu tez, duygusal istismarın benlik saygısını azalttığını bulgularla ve literatür çalışmasıyla ortaya koymuştur.

Bulgulardan elde edilen verilere göre, yetişkinlerin algılanan duygusal istismar puanı ile benlik saygı puanları arasında ters yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılması, yetişkinlerin algılanan duygusal istismar puanları yükseldikçe benlik saygı puanları anlamlı olarak azaldığını göstermişti. Bu durum, tezin tek hipotezi olan “Duygusal istismara uğramış yetişkinlerin benlik saygıları, duygusal istismar mağduru olmayan kişilere kıyasla daha düşük bir orandadır.” öngörüsünü kanıtlar niteliktedir.

İnsanların duygusal istismarla savaşmadan benlik saygısını tekrar kazanması zorlu bir süreçtir. Ancak bu süreç için çeşitli öneriler de mevcuttur. Duygusal istismar, kötü niyetli bir ilişkide yaşanılabilecek bir çeşit kötüye kullanım türüdür. Kişiyi fiziksel yara izleriyle bırakmasa da güven ve benlik saygısı üzerinde büyük bir etkisi olabilmektedir. Bu sebeple kişinin kendisine uygulanan duygusal istismarı durdurması gerekebilir. Eğer kişi, bu durdurmayı gerçekleştiriyorsa bir danışmandan terapi alması gerekebilir (Tracy, 2018). Bunun yanında, konuyla ilgili bazı temel önerilerde de bulunulabilir.

Duygusal olarak kötüye giden bir ilişki ile uğraşmanın ilk adımı, istismarın gerçekleştiğini kabul etmektir. Yaşadıklarınız hakkında dürüst olursanız, hayatınızı tekrar kontrol altına almaya başlayabilirsiniz. Zihinsel ve fiziksel sağlığınızı öncelik haline getirin. Sizi kötü eden kişiyi memnun etmek için endişelenmeyi bırakın. İhtiyaçlarınıza dikkat edin. Olumlu düşünmenize ve kim olduğunuzu doğrulamanıza yardımcı olacak bir aktivitede bulunun. Ayrıca, uygun miktarda dinlenmeyi ve sağlıklı yemek yemeyi önemseyin. Bu basit kişisel bakım adımları, duygusal kötüye kullanımın günlük stresleriyle başa çıkmanıza yardımcı olarak uzun bir yol kat edebilir.

Kötüye kullanım ile sınırlar oluşturun. Kötü niyetli kişilere, artık size bağıramayacaklarını, size isim vereceğini, hakaret edemeyeceğini, size kaba davranmamalarını söyleyin. Kendinizi suçlamayı bırakın. Herhangi bir zaman içinde duygusal olarak kötüye giden bir ilişkide bulunduysanız, yanlışı kendinizde arayabilirsiniz. Oysaki kötüye kullanmak bir seçimdir. Bu yüzden kontrolünüz olmayan bir şey için kendinizi suçlamayı bırakın.

Bazı durumlarda kötüye kullanan kişiyi düzeltmeyeceğinizi fark edin. İstismarcı kişinin eylemlerini kontrol edemeyeceğinizi ve seçimleri için suçlamadığınızı kendinize hatırlatın. Kaba kişilerle iletişimden kaçının. Diğer bir deyişle, bir istismarcı sizinle bir tartışma başlatmaya çalışırsa, kaba olması halinde, size hakaret etmeye başlayabilir, kıskançlık veya öfke gösterebilir. Bu kişilere açıklama yapmaya çalışmayın ya da yapmadığınız şeylerden dolayı özür dilemeyin. Eğer yapabiliyorsanız, durumdan uzaklaşmanız yeterlidir.

Bir destek ağı oluşturun ve yaşadığınız istismar hakkında sessiz kalmayın. Ne yaşadığınız hakkında güvenilir bir arkadaş, aile üyesi veya danışmanla konuşun. Kötüye kullanan kişiden mümkün olduğunca uzak durun ve sizi seven ve destekleyen insanlarla vakit geçirin. Bir çıkış planı üzerinde çalışın. Durumunuza bağlı olarak, temasta olduğunuz istismarcıyla olan ilişkiyi bitirmek için adımlar atmanız gerekebilir (Gordon, 2018).

Duygusal istismar, kadınları özellikle beşeri ilişkilerde olumsuz etkilemektedir. Fiziksel istismarın aksine, duygusal ve psikolojik izler, kolayca keşfedilmez. Kaba bir partnerin sürekli talepleri kadınları yıpratır. Bunun sonucunda kadınlar uyku, yeme, endişe ve kendine zarar verme gibi belirtiler geliştirebilirler. Duygusal ve psikolojik istismarın etkisi, derin ve uzun süreli olabilir. Kadınlar kötü ilişkiden çıktıktan sonra keder, öfke ve korku gibi duygular yaşayabilir.

Kötüye kullanım sonucunda kadınlar, hayatlarında kontrolü kaybetmek, özgüvenlerini yeniden kazanmak için kontrolü geri almayı öğrenebilir. Bu yetkilendirme süreci, kendileri ve başkaları için kararlar alabilmesi içermektedir. Kimi zaman kötü ilişkilerde kadınlar eşlerini memnun etmek için görünümünü değiştirebilirler.

Durumu değiştirmeyen kadınlarda, güçsüzlük ya da umutsuzluk duyguları da düşük hissetmeye yol açabilir ve bu birkaç ay ve yıl boyunca tutarlı bir duygu olduğunda, bu durum depresyona yol açabilir. Bu duygular bazen kadınları boğabilir. Daha sonra, bu kötü niyetli ilişkilerde, ayrılacak bir konumda olmadıklarını ve baş edemeyeceklerini hissettikleri için tuzağa düşmüş hissederek. Kadınlar aynı zamanda kötü niyetli ilişkilerde kimliklerini yitirir, “Eşim ile tanışmadan önce olduğum kişiyi kaybettim” veya “hayat enerjimi kaybettim” gibi cümleler sarf edebilirler (Hunjan, 2017).

Duygusal olarak kullanılmış veya istismar edilmiş kadınlar, genelde aile içi şiddetin eksenine dahil olmaktadır. Kaba bir ilişkinin dinamiğinin, bir kadının benlik saygısını ve kendi imajını nasıl ciddi bir şekilde etkileyebileceği birçok araştırmanın hipotezini oluşturmuştur.

Aslında, kötü niyetli bir ilişki, yoğun bir güç dengesizliğiyle ve emin olmadığımız, çaresiz, duygusal olarak güvensiz veya kapana kısılmış hissettiğiniz bir ilişkidir. Duygusal istismarlı bir ilişki, düzenli olarak suçlandığımız, aptal, şişman veya çirkinlik gibi söylemlerle aşığıldığımız ilişkidir.

Kötü niyetli bir ilişkinin başlangıcı da diğer ilişkiler gibi başlayacaktır. Birçok kadın, başlangıçtan neden kötüleşeceğinin farkında olmadıklarını merak etmektedir. Bir istismar uyarı etiketi ile birlikte gelmez. Kötüye kullanım başladığında, küçük adımlar ile başlar.

Duygusal istismar, bir manipölasyon öyküsüdür ve manipölasyon, kötü niyetli ilişkilerin merkezinde yer alır. Kötüye kullananların en çok manipölasyonu, kendi korkularınızı ve şüphelerinizi size karşı kullanacak olmasıdır ve ne yazık ki, bu özgüvenin ve benlik saygısının dalgalanmalarını tahrik etmektedir. Taciz edici bir ilişkinin ilk zayıatlarından biri kadının özsaygısı ve öz-değer duygusunu düşürmesidir.

Benlik saygımızın en zararlı etkilerinden biri kendi iç utanç sesimizdir. Bu ses bize “Yeterince iyi değilsin” diyen sestir. Bize en iyi insan olmamızdan geri kalan ses, bizi kutunun dışına çıkmak için çabalamaktadır, bizi başaramayacağımızı söylemektedir. Mesaj baştan çıkarıcı, çileci ve çaresiz olabilir. Bu sebeple her zaman öz saygınıza zarar verir.

Utanç verici gelişmeye yardımcı olan üç şey gizlilik, sessizlik ve yargıdır ve bunlar kaba bir ilişkinin ayırt edici özellikleridir. Bir kadının aile içi şiddetindeki en yaygın duygu utançtır ve utanç bağımlılık, depresyon, yeme bozuklukları, kaygı ve intihar gibi problemlerle ile anlamlı derecede ilişkilidir. Bunların hepsi, kötüye kullanılan manipülatif taktiklerine karşı onu daha savunmasız yapmaktadır.

Yani eğer dünyanız sizi utandıran, sizinle alay eden, kararlarınızı ve becerilerinizi sorgulamanızı sağlayan bir partner tarafından yönetiliyorsa, benlik saygınız bu durumdan en kötü şekilde etkilenir. Mevcut travma, çocukluk istismarı, zihinsel sağlık sorunları veya madde kötüye kullanımı gibi bir savunmasızlığınız varsa, kötüye kullanım için hedefe optimal şekilde hazır olan bir haliniz vardır ve kırılabilirliklerle dolu hayatınızda ne kadar kazanmış olursanız olun, istismar eden kişi, sizinle birlikte olma konusundaki müthişliğini size kabul ettirir. Kötüye kullanım ilişkisinin dinamikleri, kötücül işçinin partnerini mümkün olduğu kadar değersiz ve güçsüz hissetmesini sağlamak için kötüye kullanılanın en iyi menfaatinde olduğu şekildedir.

Değersizlik ve güçsüzlük hissi, depresyon, anksiyete ve düşük benlik saygısı ile büyük ölçüde ilişkilidir. Aile içi şiddet bağlamında düşük öz saygısı sıklıkla kadının çirkin, aptal, şişman, tembel atfıyla ilgilidir. Bir kadın, entelektüel olarak şişman veya çirkin veya aptal olmadığını bilebilirken, vücut imajının sürücüsü duygudur ve bu duygu, taciz edicinin manipülatif kontrolü altındadır. Benlik saygısı ve beden imgesi, değersizlik duygu ve düşüncelerinde boğulur. Bunların hepsi, kötüye kullanım ilişkisini terk etmeyi daha da zorlaştırıyor.

Ancak, bir kadın kötüye kullanılmayacağı noktaya ulaştığında, genellikle ilişkiyi bırakacaktır. Bu, zor bir süreçtir, çünkü sadece psikolojik korku ve sindirme taktikleriyle değil, aynı zamanda ilişkisinin açıklığı boyunca güçlendirilmiş iç utanç sesiyle de savaşmalıdır. İstismarın üzerinde olduğu gibi benlik üzerindeki de bir zaferdir (Gale, 2016).

Duygusal istismardan erkek bireyler de mustarıdır. Aile içi şiddet mağdurlarının çoğu kadın olsa da, bu eksene duygusal istismara uğrayan erkekler de dahil olabilmektedir. Tipik olarak, erkekler fizik açısından kadınlardan daha güçlüdür, ancak bu durum, onları istismar ya da ilişkiden kaçmak için daha kolay bir hale getirmez. Suistimal

edilen bir adam olarak, özellikle çocuklarınızın kötü muamele gören bir anneden gözaltına alınması söz konusu olduğunda, kaynak sıkıntısı, polis şüphesi ve önemli yasal engellerle karşılaşabilirsiniz.

Kötü niyetli bir ilişkide erkekseniz, yalnız olmadığınızı bilmek önemlidir. Yaş, meslek veya cinsel yönelim gözetmeksizin tüm kültürlerden ve hayatın her kesiminden gelen erkekler, duygusal istismara ya da diğer istismar çeşitlerine maruz kalabilir. Rakamlar, ev içi şiddet mağdurlarının üçte birinin erkek olduğunu göstermektedir. Ancak, erkekler genellikle utanıyorlar ya da inanılmayacaklarından korkuyorlar.

Sorunu kabul etmek ve yardım istemek bir erkek ya da bir eş olarak başarısız olduğunuz anlamına gelmez. Bunun için kafa yorduğunuzda, benlik saygınızda bir düşüş yaşarsınız. Bu gibi durumlarda, istismarı engelleme ve gerekirse evliliği bitirmeniz varsa çocuğunuz açısından bile olumlu olabilir (Robinson & Segal, 2018).

Duygusal istismardan en çok etkilenen bir diğer grup ise, yaşları itibariyle çocuklardır. Araştırmalar, çocuğun ilk 3 ila 4 yıllık döneminde çocukta kullanılan ebeveynlik tarzının, benlik saygısı düzeyini belirleyen en güçlü faktör olduğunu göstermektedir.

Ebeveynlik stili, ebeveynlerin gençlerine nasıl davrandığını, onlara rehberlik ettiğini ve beslendiğini ifade eder. Ebeveynlerin, ne kadar sevimli, layık, yetenekli, kabul edilebilir ve önemli olduğu konusunda, sözel ve sözel olmayan bir şekilde çocukla iletişim kurdukları mesajları kapsar.

Bebeklik döneminden çocukluğa kadar, bir çocuğun benlik algısı nasıl tedavi edildiğine ve ebeveynleri ve birincil bakıcıları tarafından söylendiğine göre tanımlanır. Bebekler özellikle ayrı bir insan olarak kim olduklarını bilmiyorlar, bu nedenle ebeveynlerinin geribildirimlerine yoğun olarak güveniyorlar.

Ebeveynler sürekli olarak sevgi, sevgi, cesaret ve uygun sınırlar belirlediklerinde, kendimizi güvende hisseder ve potansiyelimizi kazanırız. Öte yandan, ebeveynlerimiz ihtiyaçlarımızı ihmal ettiğinde, bizi sürekli eleştirir, sevgi ve şefkat göstermez, aşırı talepler üstlenir ya da aşırı derecede kontrol altında tutar. Bu gibi durumlarda ise, kendimizi değersiz, güvensiz, öz-eleştirel ve önemsiz hissederiz. Zamanla, benlik saygımız, bu duygusal istismarla çarpıtılır ve ezilir.

Özetle duygusal istismar türleri

1) Hipertritizm - hipertritik olan ebeveynler, çocuklarıyla konuşmaya eğilimlidirler, bir şeyleri anlamadıkları veya mantıksız beklentileriyle karşı karşıya kaldıkları için kendilerini aptal ve utangaç hissettirirler. Bu ebeveynler, çocuklarının yaptıkları her şeyde kusur bulur. Hipertritik ebeveynler genellikle “kendinizden utanmalısınız”, sizin neyin var? ”,“ Asla hiçbir şeye katlanmayacaksınız ”,“ aptalsınız ”gibi küçük düşürücü söylemler kullanırlar.

Benlik saygısı üzerine etkiler - Hiperkritik anne babaların ortaya çıkardığı çocuklar aşırı derecede düşük benlik saygısı, güçlü olmama duygusu ve kendinden nefret duygularını barındırırlar. Aldıkları mesaj onlara, “Ben kötü bir insanım” etiketini söylettirir.

2) İhmalkar ebeveynler - duygusal ihmalde, ebeveynler çocuklar için temel ihtiyaçları karşılayacaklar, ancak genellikle hayatları boyunca ilgisiz olmakadır. Diğer duygusal istismar türleriyle karşılaştırıldığında, ihmal, ebeveynlerin çocuklarına yaptıkları şeyden daha fazla yapmadıkları ile daha fazla şey yapmalıdır. Fiziksel açıdan, ihmalkâr ebeveynler çocuklarını tutmak ve kucaklamak gibi yeterli fiziksel nezaket göstermezler. Duygusal tarafta, bu ebeveynler çocuklarının üzüntüsünde empati ve sempati gösterememektedir.

Benlik saygısı üzerindeki etkiler - ihmalkar ebeveynlerin çocukları, onların istenmeyen ve sevilmeyen olduklarını bildirir. Bu çocuklar istenmeyen olduklarını hissettiklerinden, aşırı ihtiyaç ya da aşırı savunuculuk davranışlarını sergilemeye eğilimlidirler.

3) Terk eden veya reddeden ebeveynler - yine bu tür istismarın iki yönü vardır: Fiziksel ve duygusal. Fiziksel vazgeçme, ölüm, boşanma veya hastalık olduğunda ve ebeveynler sessiz bir şekilde tedavi edildiklerinde, çocuğu ya da başkalarına ebeveynlik sorumluluklarını ilettiğinde duygusal terkedilme gerçekleşir. Bu ebeveynlerin kullandığı sözler, "Meşguldüm, değil mi?" Veya "Beni rahatsız etme" gibi cümlelerdir.

Benlik saygısı üzerine olan etkiler - sürekli olarak terkedilen çocuklar, yoğun bir güvensizlik, takıntılı ve hatta kendini beğenmiş olma eğilimindedir. Aldıkları mesaj “Ben değersizim”.

Duygusal istismar, bir süre boyunca sürekli olarak bir kişiye verilen olumsuz davranış modelidir. Ara sıra kullanılan zarar verici kelimeler ve eylemler, her zaman istismar teşkil etmeyebilir. Dünyadaki en iyi ebeveynler bile, kaçınılmaz olarak veya istemeyerek, çocuklarına zaman zaman duyarsız şeyler söyleyebilmektedir.

Duygusal istismarın, bu şekilde tanımlanmak için kasıtlı olması da gerekmez. Çocuklarını istismar eden birçok anne-baba ve bakıcılar, genellikle kendilerine olan saygısı düşüktür ve davranışlarının çocuklarının kendilik algısı üzerindeki zayıflatıcı sonuçlarından habersizdirler. Çoğu sadece çocuklarına, ebeveynleri tarafından kendilerine yapılmış olanlara yapıyor. Bu insanlar arasında, birçoğu aslında, yaşlılardan öğrendiklerinin uygunluğunu durduracak ve sorgulayacaktır.

Aldığımız duygusal istismarın türü ne olursa olsun, düşük özsaygıdan kurtulmak, doğru rehberlik ve destekle mümkündür. Asıl saygınlığımız, çocukluğumuzdaki duygusal dengesiz insanlardan bize verilen bir dizi hakikati içselleştirmemizden kaynaklanmaktadır. Bu gerçek olmayanların nereden geldiğini anlamak ve anlatmak, düşük benlik saygısından kurtulmak için önemli bir adımdır (Yeo, 2018).

Sözlü olarak kötüye kullanılan bir ilişki, depresyon, anksiyete, uyku problemleri ve fiziksel rahatsızlıkları beraberinde getirebilir. Benlik saygısındaki zararlar, sözlü tacizden de kaynaklanabilir: Düzenli olarak "şişman", "tembel" ve "aptal" olduğunuzu duymak, değerinizi sorgulamanıza neden olabilir. Bununla birlikte, benlik saygınızı uygun dikkatle ve özenle beslemek mümkündür.

Aşama 1: Onayları günlük rutininize dahil edin. Beyanlar, kendinize tekrarlayabileceğiniz veya evinizin etrafına, değerinizi hatırlatan bir ifade olarak verebileceğiniz olumlu ifadelerdir. Örneğin bunları buzdolabınıza veya banyo aynanızın üzerine koyabilirsiniz. Bazı onaylama örnekleri şunları içerir: “Sevimliyim,” “Ben güzelim” ve “Saygınlığı hakettim”.

Aşama 2: Kendinizi sevin. Düzenli egzersiz yapın, besleyici bir diyet yapın, yeterli dinlenin ve düzenli önleyici tıbbi bakım alın. Günlük kaydı, köpük banyosuna dalmak ve okumak gibi güvenli, rahat ve keyifli aktivitelerden yararlanın. Kendinizi sevmek de başkalarıyla sıkı kişisel sınırlar oluşturmanızı gerektirmektedir, başkalarından hoş görmeyeceğiniz eylem ve davranışları ve bu sınırların ihlallerine nasıl yanıt

verebileceğinizi iyi bilin. Sınır ayarı, zaman içinde pratikle geliştirilebilecek bir beceridir ve kendinizi başarılı bir şekilde iddia edebileceğiniz zaman, büyük bir gurur duymanıza neden olacak ve böylece benlik saygınızı besleyeceksiniz.

Aşama 3: Destek almalısınız. Sizi istismar eden kişi için, arkadaşlarınızdan, ailenizden veya duygusal ve manevi güç sunmuş olabilecek başka kişilerden yardım istemeniz gerekir. Bu, mağdurların sadece onlara bağlı olmasını sağlamak için istismarcılar tarafından yaygın olarak kullanılan bir taktiktir. Temasınızı kaybettiğiniz arkadaşlara ve aile üyelerine ulaşın. Kötüye kullanım dinamiklerinde uzmanlaşmış bir danışman veya terapistle çalışmak bu süreçte size yardımcı olabilir (Avery-Stoss, 2017).

Bu araştırmadan elde edilen bulgular dikkate alındığında duygusal istismarın önüne geçebilmek için çalışmalar yapma gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Bu doğrultuda Çalışma, Sosyal Hizmetler ve Aile Bakanlığı başta olmak üzere kamu kurum ve kuruluşlarının istismar önleyici politikalar geliştirmesi önerilmektedir. Toplumun bilinçlendirilmesi için eğitim çalışmaları yürütülmesi, görsel ve yazılı medya araçları üzerinden bilgilendirmeler yapılması ve aile ziyaretleri ile istismar yaşantısına sahip çocuklar üzerinden çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Bununla birlikte duygusal istismarın tespit edilebilmesi için okullarda periyodik olarak istismar ölçeklerinin öğrencilere uygulanması önerilmektedir. Herhangi bir tespit edildiği öğrencilere ve ebeveynlere yönelik çalışmalar yapılması ve bu noktada psikologların etkin rol oynaması gerekmektedir.

Bu araştırmada 100 kişilik örneklem üzerinde duygusal istismar ve benlik saygısı arasındaki ilişki araştırılmıştır. Örneklem kısıtlılığı dikkate alınarak, bundan sonraki araştırmalarda Türkiye'nin farklı bölgelerinden alınan daha büyük örneklemlemler ile çalışılması önerilmektedir. Bu sayede daha genellenebilir sonuçlar elde edileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, duygusal istismarın sonuçlarını daha etkili gözlemleyebilmek için sonraki araştırmalarda benlik saygısı ile birlikte psikopatoloji, kişilik özellikleri ve stresle başa çıkma tarzları gibi değişkenler üzerinden çalışılabilir.

KAYNAKÇA

Akın, R.F., 2017, “İletişim Fakültesi Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Değerlendirilmesi ve Devlet Üniversitesi ile Vakıf Üniversitesi Öğrencilerinin Bu Bağlamda Karşılaştırılması” Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Ali, R., Ghazi, S. R. ve Khan, M. A. (2010). Comparison of self-esteem of urban and rural secondary school teachers. *Interdisciplinary Journal Of Contemporary Research In Business*, 2(4), 104-115.

Artan, Taner. 1996. “Aile İçi Fiziksel Yaşlı İstismarı”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü.

Aslan, H. (2006). Çalışanların iş doyumuna düzeylerine göre depresyon, benlik saygısı ve denetim odağı algısı değişkenlerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Avery-Stoss, J. 2017, *How to Build Self-Esteem After a Verbally Abusive Relationship, Live Strong.*

Aydın, B. (2005). Çocuk ve Ergen Psikolojisi. İstanbul: Atlas Yayın Dağıtım.

Ayrancı, Ünal, Yasemin, Günay, İlhami, Ünlüoğlu, 2002, “Hamilelikte Aile İçi Eş Şiddeti”, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3:75-87.

Baybek, H., Yavuz, S. (2005). “Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi”. *Muğla Üniversitesi SBE Dergisi*, 14.

Bilgin, H., 1996, “Baş ve Boyun Kanseri Nedeni ile Ameliyat Olan Hastalarda Ameliyat Öncesi ve Sonrası Beden İmajı, Benlik saygısı, Depresyon Durumları İle Bakımda Hemşirelerin Karşılaştıkları Güçlüklerin Araştırılması” Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Bilir, Ş., M. Arı, N.B. Dönmez ve S. Güneysu. (1999). “4-12 Yaşları arasında 16100 Çocukta Örselenme Durumları ile İlgili Bir İnceleme”. E. Konanç, İ. Gürkaynak ve A. Egemen(Ed). Çocuk İstismarı ve İhmali,GözdeRepro Ofset, Ankara, S.9.

Branstetter, A.S., Bower, H. , Komien, J. , Amass, L., 2007,“ A History of Sexual, Emotional, or Physical Abuse Predicts Adjustment During Opioid Maintenance Treatment”, Journal of Substance Abuse Treatment.

Buluş, M., Cevher, F.N. (2007). “Benlik Kavramı ve Benlik Saygısı: Önemi ve Geliştirilmesi”. Akademik Dizayn Dergisi, 2: 52-64.

Campbell J. D., Chew, B. ve Scratchley, L. S. (1991). Cognitive and emotional reactions to daily events: the effects of self-esteem and self-complexity. Department of Psychology, University of British Columbia, Vancouver, Canada. Sep; 59(3): 473-505. Web: <http://books.google.com.tr/books> 12 Nisan 2013’de alınmıştır.

Cherry, K. 2017, What Exactly Is Self-Esteem Signs of healthy and low self-esteem, Developmental Psychology.

Coker, Ann L., Paige H.Smith, Lesa Bethea, Melisa R. King, Robert E. McKeown, 2000, “Physical Health Consequences of Physical and Psychological Intimate Partner Violence”, Arch Fam Med. Vol 9, 451-457.

Cüceloğlu, D. (1999). “İçimizdeki Çocuk”. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çay, Cafer. 2006. “Çalışan Kadınların İşyerinde Kadın İstismarı Konusundaki Görüşlerinin İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,. Ankara, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Daly M. J. ve Burton, R. L. (1983). Self esteem and irrational beliefs: an exploratory investigation with implication for counseling. Journal of Counseling Psychology, 30(3), 361-366. Web: <http://psycnet.apa.org/index.cfm> 16 Ocak 2013’te alınmıştır.

Davison, C. G. ve Neale, J. M., Anormal Psikoloji, Çev. İhsan Dağ, Türk Psikoloji Derneği Yayınları, Ankara, 2004.

Egeland, B. (2009). Taking stock: Childhood emotional maltreatment and developmental psychopathology. *Child Abuse and Neglect*. 33:22–26. doi:10.1016/j.chiabu.2008.12.004.

Elmas, H. E., (2009) Ortaöğretim Öğrencilerinin Benlik Algı Düzeyleri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi üniversitesi, Ankara.

Enç, Mithat. Ruhbilim Terimleri Sözlüğü. Ankara: Karatepe Yay., 1990.

Eriş, Y. F. ve İkiz, E., 2013, “Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Kişisel Değişkenlerin Etkileri”, *Turkish Studies*, (8)6: 179-193

Erman, K., Şahan, A. ve Can, S. 2008, “Sporcu Bayan ve Erkeklerin Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması” <http://www.bilalcoban.com/index>.

Eryiğit, S. (2004). “Turkish Adolescents Level Of Psychological Adjustment İn Relation To Adolescents Perception Of Parental Psychological Maltreatment”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi.

Firestone, W. R., 2006, “ The Universality of Emotional Child Abuse”, To the Educational Resources Information Center, The Gendon Association, (310) 552-0431.

Gale, J. 2016, How An Abusive Relationship Can Impact Your Self-Esteem & Self-Image, *Sydney Soul-Centre*.

Garbarino, James, Gutmann, Edna and Seeley, Janis. The Psychologically Battered Child. Strategies for Identification, Assessment and Intervention. United States of America: Jossey-Bass Publishers, 1986.

Girdler, Susan S., Andrew S., Alan L.H., Jane L., Nancy L.C., Patricia A.S. Cort A.P., Kathleen C.L., 2003, “ Biological Correlates of Abuse in Women with Premenstrual Dysphoric Disorder and Healthy Controls”, *Psychosomatic Medicine*. 65 : 849-856.

Göde, Osman, Firdevs Savi, Sevil Savi, (1998). “Eğitimin Bütünlüğü İçinde Sporun Duygusal İstismara Uğrayan Ergenlerin Benlik Kavramlarına Etkisi”. Denizli, II. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Sempozyumu, Pamukkale Üniversitesi.

Graham-Bermann, A.S. Levendosky,A. A, 1997, “ The Social Functioning of Preschool-Age Children Whose Mothers Are Emotionally and Physically Abused”, Paper presented at the Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development, 62nd, Washington, DC, April 3-6.

Gülçür, Leylan, 1996, “Ankara Araştırması”, Sıcak Yuva Masalı, Aile İçi Şiddet ve Cinsel Taciz, Metis Yayıncılık, İstanbul, s:40- 55.

Güler, Nuran. Sultan Uzun, Zeynep Boztaş, Sevinç Aydoğan, 2002 , “Anneleri Tarafından Çocuklara Uygulanan Duygusal ve Fiziksel İstismar/İhmal Davranışı ve Bunu Etkileyen Faktörler”, Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 24(3):128-134.

Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö., 2010, “Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık” Ege Eğitim Dergisi; (11)2:73-88.

Güvenir, Taner. 2006, İlköğretmen Eğitimci Dergisi, Ankara, s:17-19.

Hunjan, B. 2017, Emotional, psychological abuse – How your self-esteem can be affected, *Counselling Directory*.

Hutman, E. (1999). The relationship between self-esteem and job performance. Unpublished master’s thesis, Florida International University, Florida. Web:<http://www.inönü.edu.tr/kütüphane/sagepubonline/hutman> 15 Mart 2012’de alınmıştır.

Iwaniec, D.; Larkin, E.; Higgins, S., 2006, “ Research Review: Risk and Resilience in Cases of Emotional Abuse”, *Child and Family Social Work*, 11, ss: 73-82.

İlkkaracan, Pınar. Leyla Gülçür, Canan Arın, 1996, Sıcak Yuva Masalı, Aile İçi Şiddet ve Cinsel Taciz, Metis Yayıncılık, İstanbul, s:20-26.

Jhonson, P. (1990). “Child Abuse Understanding The Problem” VVitshire.TheCrovwood Press.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Yeni insan ve insanlar. (10.Baskı). İstanbul: Evrim Yayınevi.

Karaniş A.(2006). ‘Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Duygusal İstismar Düzeyleri ile Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi’.

Kara, B., Biçer, Ü., & Gökalp, A. Ş. (2004). “Çocuk istismarı”. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, 47, 140-143.

Karaaslan A., 1993, “Öğrenci hemşirelerin benlik saygısı düzeyleri ve bunu etkileyen etmenlerin İncelenmesi” Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 9(22):21-30.

Kaya, A., 2017, “Otizmlili Çocuğa Sahip Ebeveynlerde Benlik Saygısı Üzerine Bir İnceleme” Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Koçak, E., 2016, “Zihinsel Engelli Ergenlerde Sportif Rekreasyon Aktivitelerinin Benlik Saygısına Etkisi” Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Korkmaz, M. (1996). Yetişkin örneklem için bir benlik saygısı ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Köknel, Özcan. 2001, Kimliğini Arayan Gençliğimiz, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi, 1.baskı, sayfa 311-312.

Kulaksızoğlu, Adnan. 2004. Ergenlik Psikolojisi, İstanbul: Remzi Kitabevi, 6.basım, s:196-197.

Kuzgun, Y. (1972a). Kendini gerçekleştirme. Araştırma Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi, 10, 162-178.

Kuzgun, Y. (1972b). Ana baba tutumlarının bireyin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

L’Abate, L. (1994). A theory of personality development. New York: Wiley. Web: [http:// books.google.com.tr/books?id=Mgkv4ZonKSUC&pg=PA44&lpg](http://books.google.com.tr/books?id=Mgkv4ZonKSUC&pg=PA44&lpg) 18 Nisan 2013’de alınmıştır.

Lawrence, D. (2000). Building self-esteem with adult learners. (First edition). London. Paul Chapman Publishing.

Lawrence, D. (2006). Enhancing Self Esteem in the Classroom. (Third Edition). London: Paul Chapman Publishing.

Leserman Jane, 2005, “ Sexual Abuse History: Prevalence, Health Effects, Mediators, and Psychological Treatment”, Psychosomatic Medicine 67:906-915, American Psychosomatic Society.

Maciejewski, Paul K., Carolyn M.Mazure, 2006, “Fear of Criticism and Rejection Mediates an Association Between Childhood Emotional Abuse and Adult Onset of Major Depression”, Cognitive Therapy and Research, Vol. 30, No. 1, February s:105-122

Mc Carthy, James. "Abusive Families and Character Formation". American Journal of Psychoanalysis. Vol: 50 (2), 1990, ss.181-186.

Morris, C. G. (2002). Psikolojiyi Anlamak: Psikolojiye Giriş. İstanbul: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Mullis, A. K., Mullis, R. L., & Normandin, D. (1992). Cross-Sectional and Longitudinal Comparisons Of Adolescent Self-Esteem. Adolescence, 27: 51–61.

Murty, Susan A.,v.d., (2003). “PhysicalandEmotional Partner AbuseReportedby Men andWomen in a RuralCommunity”,AmericanJournal of PublicHealth,vol 93, no:7, 1073-1075

Müderrişoğlu, Selin. (2002). “Adolesan Döneminde Karşılaşılan İntihar Eğilimlerinde Aile-İçi Duygusal ve Fiziksel İstismar İle Depresyonun Etkileri”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,. İstanbul, İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü.

Oğurlu, U. (2006). Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisi Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Ergenlerdeki Benlik Saygısı Düzeyine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi, Mersin.

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

Oğuz, N., 2016, “Genç Yetişkinlerde Anne Baba Tutumu, Anksiyete ve Benlik Saygısı İlişkisi” Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Onat, G., Dinç, H., Günaydin, S., Uğurlu, F. 2016, Çocukluk Döneminde Yaşanan İhmal veya İstismarın Benlik Saygısına Etkisinin İncelenmesi, *HSP*, 3(1):9-15.

Öz F., Benlik Kavramı, Sağlık Alanında Temel Kavramlar, İmaj İç ve Dış Ticaret Aş., Ankara, 2004.

Özcan, K. (2009). “Yetişkin Bireylerin Algılanan Duygusal İstismar Düzeyleri”. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Samsun: Ondokuzmayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özdemir, B.A., 2016, “Lise Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu ve Problem Çözme davranışı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Özdemir, N., 2004, “Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobi ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki ve Etkileyen Faktörler” Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Gaziantep

Öztürk, Hafize. Ümran Sevil. 2005, “Gebelikte Şiddet”,Sağlık ve Toplum Dergisi, Ankara, sayı:1 s:3-4

Öztürk, M. O. (1997). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, İstanbul: İstanbul Hekimler Yayın Birliği. Polat, Oğuz. 1997, *Adli Tıp Ders Kitabı*, İstanbul:Alfa Yayınları, s:12.

Polat, O. (2001). *Çocuk ve Şiddet*. Der Yayınları. İstanbul.

Polat, O. (2006). “Dövme Beni. İstanbul”: Sokak Çocukları Rehabilitasyon Derneği Yayınları. Polat, O.Pedofili www.turkiyeforumlari.net/psikoloji/62650-pedofili.html Adli tıp.

Pope, A. W., McHale, S. M. ve Craighead, W.E. (1988). Self-esteem enhancement with children and adolescents. (First Edition). Boston: Psychology Practitioner Guidebook Series.

Robinson, L., JSegal, L. 2018, Help for Men Who Are Being Abused, *Help Guide*.

Rosenberg, M. (1989). Self concept research: A historical overview. *Social Forces*, 68(1), 34-44.

Schumann, N. M. (1991). Collegial relationship and self-esteem of beginning teachers.

Silvern, L., Karyl, J., Waelde, L., Hodges, W. F., Starek, J., Heidt, E., Min, K. 1995, Retrospective Reports of Parental Partner Abuse: Relationships to Depression, Trauma Symptoms and Self-Esteem Among College Students, *Journal of Family Violence*, Vol. 10, No. 2.

Unpublished Doctoral Dissertation, The University of Nebraska, Lincoln. Web: <http://digitalcommons.unl.edu/dissertations/AAI9211482/> 21 Mart 2012'de alınmıştır.

Sel, Ş., 2016, "Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri ile Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi" Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Siyez, Diğdem Müge, 2003, " Duygusal İstismara Maruz Kalan ve Kalmayan Ergenlerin Benlik Algıları İle Depresyon ve Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Spertus, I. L., Yehuda, R., Wong, C. M., Halligan, S., Seremetis, S. V. 2003, Childhood emotional abuse and neglect as predictors of psychological and physical symptoms in women presenting to a primary care practice, *Child Abuse & Neglect* 27, 1247–1258.

Şahin, F., 1994, "Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Benlik Saygıları Üzerine Bir İnceleme" Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Şahin R.(2006). Bireylerin Proaktif Kişilik Yapısı İle Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Taner, Yasemen. Bahar Göker, 2004, “Çocuk İstismarı ve İhmalı”, Hacettepe Tıp Dergisi, Ankara, 35, 82-86

Taştekin, E., 2016, “Ergenlerin Arkadaşlık İlişkileri ve Benlik Saygısı ile Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyet Arasındaki İlişkiler” Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Topbaş, Murat. 2004. “İnsanlığın Büyük Bir Ayıbı: Çocuk İstismarı”, TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 3(4), s:76-80

Tözün,M., 2010, “Benlik Saygısı”, Actual Medicine, Temmuz:52-57.

Tracy, N. 2018, Emotional Abuse: Definitions, Signs, Symptoms, Examples, Healthy Place, Erişim Tarihi: 03.11.2017.

Trickett, P. K., Mennen, F. E., Kim, K., San, J. 2009, Emotional abuse in a sample of multiply maltreated, urban young adolescents: Issues of definition and identification, Volume 33, Issue 1, Pages 27-35

Tuncel, Kezban Çetiner., İncedayı Aygün, Küçük Nurcan, 2005, “Çocuk İstismarı ve İhmalı”, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği. S:5

Tunç, T. (2011). Benlik saygısı ve kaygının çatışma yönetim stilleri üzerindeki etkileri: bir üniversite hastanesi örneği. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Turhan, Ebru. Özlem Sangün, Tacettin İnandı, 2006, “Birinci Basamakta Çocuk İstismarı ve Önlenmesi”, sted, cilt 15, sayı 9, 153-157

Türkçe Sözlük, Türk Dil Kurumu Ankara ,2005:991

Uysal A.(2002). ‘Dünyada Yaygın Bir Sorun:Yaşlı İstismarı Ve İhmali’ Aile ve Toplum Yıl: 5 Cilt: 2 Sayı: 5 Nisan-Haziran 2002

Uzun, Ş. (2002). “Ergenlerde Algılanan Duygusal İstismar İle Kendilik İmgesi Arasındakiİlişkinin İncelenmesi”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.Marmara Üniversitesi.

Üre, Ö. (2007). Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Ürün, A. E. (2010). Lise öğrencilerinin kendine saygı düzeyleri ile mesleki olgunlukları arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.

Yavuzer, H. (1996). “Çocuk ve Suç”. Remzi Kitabevi. İstanbul. Yavuzer, Haluk. Ana – Baba ve Çocuk. İstanbul: Remzi Kitabevi, 1986. Yavuzer, H. (2005). Çocuk Psikolojisi. Remzi Kitabevi. İstanbul.

Yeo, E. 2018, How Does Emotional Abuse Affect Self-Esteem, *Self Growth*.

Yılmaz, B. ve Erözkan, A., 2011, “Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Yetkinlik ve Benlik Saygısının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi” XI. Ulusal Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi’ nde bildiri olarak sunuldu. Ege Üniversitesi, İzmir

Yılmaz, Gonca. Nükhet İşiten, Ülker Ertan, Ayşe Öner,(2003), “Bir Çocuk İstismarı Vakası”, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, 46, 295-298

Yörükoğlu, Atalay. Gençlik Çağı. Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yay., 1986.

Yayınlanmamış Araştırmalar

Yörükoğlu, A. (1992). “Değişen Toplumda Aile Ve Çocuk”. Özgür Yayınevi. İstanbul.


Yörükoğlu, A. (1985). Gençlik çağı ruh sağlığı eğitimi ve ruhsal sorunları. (Birinci Baskı). Ankara: Türkiye İş Bankası Yayınları.

Wagner, Peggy J., Patrick F. Morgan , “ Validating the Concept of Abuse/ Women’s Perceptions of Defining Behaviors and the Effects of Emotional Abuse on Health Indicators”, Arch Fam Med, vol 7, Jan/Feb 1998:25-29.



EKLER

EK 1: ETİK KURUL ONAYI

 www.uskudar.edu.tr
Altunizade Mahallesi Haluk Türksay Sokak No:14 34662 Üsküdar/İSTANBUL
T: 0216 400 22 22 F: 0216 474 12 56 bilgi@uskudar.edu.tr

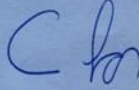
T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

SAYI: B.08.6.YÖK.2.ÜS.0.05.0.06 /2018/576 25/04/2018

Dr.Öğr.Üyesi Kaan YILANCIOĞLU
(Gonca ORHANER)

Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulunun 25/04/2018 tarihinde yapılan 04 No.lu toplantısında "Yetişkin Bireylerde Algılanan Duygusal İstismar Düzeyleri İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki" adlı araştırma projenizin etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.


Doç. Dr. Cumhuri TAŞ
Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik
Kurulu Başkanı

5. Revizyon No: 01/15.03.2017

EK 2: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Bilim Dalı
Yüksek lisans tezinin araştırmasında bu formun sonuçları kullanılacaktır. Bu
nedenle soruları atlamadan yanıtlamanızı rica ederim. Katılımınız için
teşekkürler.

1. YAŞINIZ?

18-25

26-35

36 ve üzeri

2. CİNSİYETİNİZ?

KADIN

ERKEK

4. AİLENİZİN GELİR DURUMU NEDİR?

0-1000 TL

1001-3000 TL

3001 ve Üstü

5. KAÇ KARDEŞİNİZ?

TEK ÇOCUK

1-2 KARDEŞ

3-5 KARDEŞ

6 VE ÜZERİ

EK 3:YETİŞKİNLER İÇİN ALGILANAN DUYGUSAL İSTİSMAR ÖLÇEĞİ

Her bir ifadeyi okuduktan sonra, sizin için en uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

İşaretsiz madde bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederim.

İFADELER

Tamamen Katılıyorum

Katılıyorum

Kararsızım

Katılmıyorum

Kesinlikle Katılmıyorum

1. Başarısız olduğumda benimle alay ederler.

2.Fiziksel görünümümle (kilolu olma, boy kısalığı vb.) ilgili sürekli şaka yaparlar.

3.Genellikle yanlışlarım yüzüme vurulur.

4.Fizyolojik rahatsızlıklarım (kekemelik, şaşılık, gözlük kullanma vb.) alay edilir.

5.Başkalarının yanında bana bağırlır.

6.Bana hep sen karışma derler.

7. Arkadaşlarım beni küçümserler.

8. Genellikle bana adil davranılır.

9. Yapabileceğimin üzerinde bir başarı bekleniyor.

10. Konuşurken sürekli sözüm kesilir.

11. Genellikle olumsuz eleştiriler alırım.

12. Beni sürekli başkaları ile kıyaslarlar.

13. İnsanlar beni dış görünümümle ilgili hep yargılar.

14. Yanlış bir şey yaptığımda ya da söylediğimde bana gülerler.

İFADELER

Tamamen Katılıyorum

Katılıyorum

Kararsızım

Katılmıyorum

Kesinlikle Katılmıyorum

15. Bir şeyler anlatmak istediğimde arkadaşlarım beni önemsemezler.

16. Yaptığım her davranış birileri tarafından eleştirilir.

17. Bana çoğu kimse değer vermez.

18. Bazen benimle ilgili çok kırıcı şakalar yapılır.

19. Genellikle çevremdeki insanlar, üzerimde baskı kurarlar.

20. Zaman zaman cinsiyet ayırımı ile karşılaşıyorum.

21. Sürekli olarak herhangi bir konuda başkalarının yanında ikaz edilmem.

22. Genellikle yapabileceğim şeyler için "O yapamaz" derler.

23. Argo sözcükler içeren şakalara maruz kalırım.

24. Arkadaşlarım bana takma isimle hitap ederler.

25. Genellikle arkadaşlarım bana alaycı bakarlar.

26.Yapabileceğim işlerle ilgili zaman zaman engelleniyorum.

27.Almış olduğum eğitim ile ilgili eleştiriliyorum.

28. İnsanlar benim de hata yapabileceğimi kabul etmiyorlar.

29.Genellikle yeteneklerim göz ardı edilir.

30.Yanlış davranışları nedeniyle kimse benden özür dilemez.

31.Genellikle duygularımı dikkate almazlar.

32.İyi yaptığım işlerin bile hep olumsuz yanları görünür.

İFADELER

Tamamen Katılıyorum

Katılı orum

Kararsızım

Katılmıyorum

Kesinlikle Katılmıyorum

33.Genellikle benim adıma hep başkaları karar verir.

34.Çevremdeki insanlar genellikle bana verdikleri sözleri tutmazlar.

35.Genellikle arkadaşlarım beni ciddiye almazlar.

36.Çoğunlukla düşünce ve davranışlarıma saygı gösterilmez.

37.Herhangi bir konuda başkalarının yanında sürekli uyarılıyorum.

38. Ailem benimle sürekli azarlar gibi konuşur.

39. Çoğu zaman bana adil davranılmıyor.

40.Genellikle arkadaşlarım beni dışlar.

41.Çoğunlukla sen yapamazsın diye engelleniyorum.

42.Yakınlarım çoğu zaman haklarıma saygı göstermezler.

43. İnsanlar genellikle iyi niyetimi suistimal ederler.

44. Arkadaşlarım beni küçümserler.

45. Kimse beni anlamaya çalışmıyor.

46. Ailem beni beceriksiz bulur.

47. Genellikle özgürlüğüm kısıtlanır.

48. Genellikle yeteneklerimin üzerinde beklentilerle karşılaşyorum.

49. Yakınlarım davranışlarıma çok müdahale ederler.

50. Konuşma şeklimden (şive, telaffuz vb.) dolayı benimle alay edilir.

İFADELER

Tamamen Katılıyorum

Katılıyorum

Kararsızım

Katılmıyorum

Kesinlikle Katılmıyorum

51. Çoğunlukla istediğim şeyleri dile getirmeme rağmen dikkate alınmaz.

52. Yakınlarım bana genellikle beni sevdiklerini belli etmezler.

53. Yakınlarım yapabileceğim şeyler için bile yapamayacağımı düşünürler.

54. Yakınlarım beni hiç azarlamazlar.

55. Yakınlarım bana çok rahat bir şekilde bağırlar.

56. Yakınlarım beni yapmalarını istedikleri şeyleri yapmam için tehdit ederler.

57. Arkadaşlarım bazen ben yokmuşum gibi davranırlar.

58. Ailem ve arkadaşlarım beni onaylamadıkları davranışlarım için suçlarlar.

59. Genellikle bana güvenilmediğini hissedirim.

60. Bana davranışlarım ile ilgili sıfatlar yakıştırırlar. (pısırık, sakar vb.)

61. Giydiklerimle çoğunlukla alay ederler.

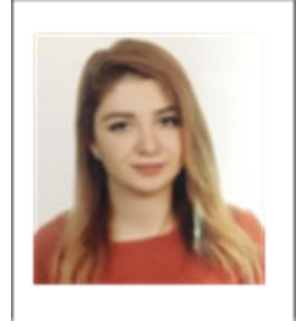
EK 4:ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki anlatımlarla ilgili olarak size en uygun seçeneği işaretleyiniz.

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
 - a. Çok doğru
 - b. Doğru
 - c. Yanlış
 - d. Çok yanlış
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
 - a. Çok doğru
 - b. Doğru
 - c. Yanlış
 - d. Çok yanlış
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
 - a. Çok doğru
 - b. Doğru
 - c. Yanlış
 - d. Çok yanlış
4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.
 - a. Çok doğru
 - b. Doğru
 - c. Yanlış
 - d. Çok yanlış
5. Kendimle gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
 - a. Çok doğru
 - b. Doğru
 - c. Yanlış
 - d. Çok yanlış
6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
 - a. Çok doğru
 - b. Doğru
 - c. Yanlış
 - d. Çok yanlış
7. Genel olarak kendimden memnunum.
 - a. Çok doğru
 - b. Doğru
 - c. Yanlış
 - d. Çok yanlış

8. Kendime karşı daha fazla saygı duymayı isterdim.
- a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış
9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.
- a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.
- a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış





ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER:

Adı,Soyadı: Gonca ORHANER

Doğum yeri ve tarihi: Malatya , 02.02.1993 E-posta : goncaorhanerr@gmail.com

ÖĞRENİM DURUMU:

Yüksek Lisans: 2018,Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji

Lisans: 2016, İstanbul Bilim Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji

Lise : 2011, Özel Malatya Koleji Anadolu Lisesi

SEMİNERLER- SERTİFİKALAR:

EMDR Terapisi (Davranış Bilimleri Enstitüsü) Cinsel Terapi ve Çift Terapisi (CİTEB)

Bilişsel Davranışlı Terapi (Ebru Şalcıoğlu/ Dabatem) Nöropsikolojik test bataryası

MMPI

İstanbul Üniversite'si Psikoloji Günleri Etkinliği

İstanbul Kültür Üniversite'si Psikoloji Günleri Etkinliği

Galatasaray Üniversite'si Narsisizm ve Yaratıcılık Semineri

İstanbul Beykent Üniversite'si Psikoloji Günleri Etkinliği