

**MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SUÇLULUK VE UTANÇ
KAVRAMLARININ İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**HAZIRLAYAN
DUYGU DİNÇER**

**TEZ DANIŞMANLARI
PROF. DR. ŞAHABETTİN YALÇIN
YRD. DOÇ. DR. HİCRAN ÇETİN GÜNDÜZ**

**MAYIS, 2013
MUĞLA**

MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KENDİLİK BİLİNCİ DUYGULARININ KÜLTÜR ÖZGÜN YAKLAŞIMLA
İNCELENMESİ

DUYGU DİNÇER

Sosyal Bilimler Enstitüsünde
“Yüksek Lisans”
Diploması Verilmesi İçin Kabul Edilen Tezdir.

Tezin Enstitüye Verildiği Tarih : 01.07.2013

Tezin Sözlü Savunma Tarihi : 31.05.2013

Tez Danışmanı : Prof. Dr. Şahabettin YALÇIN

Tez Danışmanı : Yrd. Doç. Dr. Hicran ÇETİN GÜNDÜZ

Jüri Üyesi : Prof. Dr. Hasan BACANLI

Jüri Üyesi : Prof. Dr. Sebahattin ÇEVİKBAŞ

Jüri Üyesi : Yrd. Doç. Dr. Müge AKBAĞ

Enstitü Müdürü : Prof. Dr. Namık Kemal ÖZTÜRK

MAYIS, 2013

MUĞLA

TUTANAK

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nün 10./05./2013 tarih ve 590/4. sayılı toplantısında oluşturulan jüri, Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 24/6 maddesine göre, ..Psikoloji.... Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi ..Duygu Dincer.....'in " ..Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanca Kavramlarının İncelenmesi....." adlı tezini incelemiş ve aday 3.1./05./2013 tarihinde saat 14.30.'da jüri önünde tez savunmasına alınmıştır.

Adayın kişisel çalışmaya dayanan tezini savunmasından sonra .70. dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından sorulan sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek tezin kabu... olduğuna ay. bilgisi ile karar verildi.

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Şahabettin YALÇIN



Tez Danışmanı

Yrd. Doç. Dr. Hicran ÇETİN GÜNDÜZ



Üye



Prof. Dr. Hasan BACANLI

Üye

Prof. Dr. Sebahattin ÇEVİKBAŞ



Üye

Yrd. Doç. Dr. Müge AKBAĞ

YEMİN

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Kavramlarının İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.



01.../07./2013

DUYGU DİNÇER

YÜKSEKÖĞRETİM KURULU DOKÜMANTASYON MERKEZİ
TEZ VERİ GİRİŞ FORMU

YAZARIN

MERKEZİMİZCE DOLDURULACAKTIR.

Soyadı : Dinçer

Adı : Duygu

Kayıt No: 10006231

TEZİN ADI

Türkçe : Üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç kavramlarının incelenmesi

Y. Dil : An investigation of the concepts of guilt and shame among college students

TEZİN TÜRÜ: Yüksek Lisans

Doktora

Sanatta

Yeterlilik

TEZİN KABUL EDİLDİĞİ

Üniversite : Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi

Fakülte : Edebiyat Fakültesi

Enstitü : Sosyal Bilimler Enstitüsü

Diğer Kuruluşlar :

Tarih : 31 Mayıs 2013

TEZ YAYINLANMIŞSA

Yayınlayan :

Basım Yeri :

Basım Tarihi :

ISBN :

TEZ YÖNETİCİSİNİN

Soyadı, Adı : Şahabeddin YALÇIN – Hicran ÇETİN

Ünvanı : Prof. Dr. – Yrd. Doç. Dr.

TEZİN KONUSU (KONULARI) :

1. Suçluluk
2. Utanç
3. Kendilik bilinci duyguları

TÜRKÇE ANAHTAR KELİMELER :

1. Suçluluk
2. Utanç
3. Kendilik Bilinci Duyguları
4. Kültür

Başka vereceğiniz anahtar kelimeler varsa lütfen yazınız.

İNGİLİZCE ANAHTAR KELİMELER: Konunuzla ilgili yabancı indeks, abstract ve thesaurus'u kullanınız.

1. Guilt
2. Shame
3. Self-Conscious Emotions

Başka vereceğiniz anahtar kelimeler varsa lütfen yazınız.

- | | |
|---|----------------------------------|
| 1- Tezimden fotokopi yapılmasına izin vermiyorum | <input checked="" type="radio"/> |
| 2- Tezimden dipnot gösterilmek şartıyla bir bölümünün fotokopisi alınabilir | <input type="radio"/> |
| 3- Kaynak gösterilmek şartıyla tezimin tamamının fotokopisi alınabilir | <input type="radio"/> |

Yazarın İmzası :



Tarih : 01/07/2013

ÖZET

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularına yönelik kavramsallaştırmalarını, algılarını ve bilişsel temsillerini incelemektir. Bu amaçla, odak grup görüşmesi ve metafor çalışması yürütülmüştür. Çalışma 1’de odak grup görüşmesi yöntemiyle üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç algıları incelenmiştir. Çalışmaya sekiz öğrenci katılmıştır. Çalışma 2’de ise üniversite öğrencilerinin utanç ve suçluluk kavramlarına ilişkin sahip oldukları zihinsel imgeler metaforlar aracılığı ile incelenmiştir. Utanç çalışmasına 252, suçluluk çalışmasına 278 öğrenci katılmıştır.

Araştırma bulguları; kişisel, toplumsal, ahlaki standartlara uygun davranmamanın ve başkalarının olumsuz görüşlerinin utanca; hata yapmanın, normları ihlal etmenin ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmenin suçluluk duygusuna yol açtığını göstermiştir. Ayrıca araştırma sonuçları, utanç duygusuna benlik odaklı değerlendirmelerin, acı çekmenin, bedensel tepkilerin, zihin karmaşasının, tüm gözleri üstünde hissetmenin ve pişmanlığın; suçluluk duygusuna davranışa ve zarara odaklı değerlendirmelerin, benlik odaklı değerlendirmelerin, pişmanlığın, vicdan azabı ve huzursuzluğun, acı çekmenin, zihin karmaşasının, yakalanma ve ceza korkusunun, o durumdan kurtulma isteğinin eşlik ettiğini ortaya koymuştur. Son olarak, yapılan analizlerde utancın içe kapanmaya ve sosyal izolasyona, olayı kendine saklamaya, söylem ve eylemlerin kısıtlanmasına, kaçma, uzaklaşma, kurtulma, saklanma ve gözden kaybolma isteğine, kalıcı ize; suçluluk duygusunun itirafa, telafiye ve kalıcı ize yol açtığı görülmüştür. Yapılan analizler, suçluluk ve utanç duygularının koruyucu ve denetleyici fonksiyonları olduğunu da ortaya koymuştur. Araştırmanın temel bulguları geçmiş literatür ve olası kültürel açıklamalar göz önünde tutularak tartışılmıştır.

ABSTRACT

The aim of this study was to examine the perceptions, conceptualizations and mental images of guilt and shame among college students. In doing so, a focus group interview and a metaphor analysis were conducted. In Study 1 students' perceptions of shame and guilt were examined by focus group interview. Eight college students were participated in study. In Study 2 college students' mental images related to the concepts of "guilt" and "shame" were examined through metaphors. 252 college students were participated in shame study and 278 college students were participated in guilt study.

The findings revealed that shame is evoked by inconsistency with personal, societal and moral standards, negative evaluations by others and guilt is evoked by mistakes, transgressions and negative evaluations by others. In addition, results indicated that shame is accompanied by self-focused evaluations, suffering, bodily reactions, confusion of mind, feeling as if all eyes are upon oneself, regret and guilt accompanied by evaluations on certain behavior and harm, self-focused evaluations, regret, a pang of conscience and restlessness, confusion of mind, fear of punishment and being caught, and a desire to getting rid of shameful situation. And finally research findings showed that shame leads social withdrawal and isolation, refraining from talking about case, restrictions on words and deeds, a desire of avoiding, hiding, removing away and disappearing, persistence trace and guilt leads confession, reparation and persistence trace. Also, the findings revealed that guilt and shame have regulating functions of protecting and control. Main findings of the current study were discussed, considering the past literature and possible cultural implications.

İÇİNDEKİLER

| | |
|---|-----|
| ÖZET | |
| ABSTRACT | |
| İÇİNDEKİLER | i |
| TABLolar LİSTESİ | iii |
| ÖNSÖZ | iv |
| GİRİŞ | 1 |
| Araştırmanın Problemi | 1 |
| Araştırmanın Amacı | 3 |
| Araştırmanın Önemi | 4 |
| Sınırlılıklar | 5 |
| Tanımlar | 5 |
| BİRİNCİ BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE | 7 |
| Suçluluk ve Utanç Kavramlarının Tanımları | 7 |
| Suçluluk ve Utancın Felsefi Temelleri | 10 |
| Platon'ın Görüşleri | 10 |
| Aristoteles'in Görüşleri | 12 |
| Spinoza'nın Görüşleri | 13 |
| Robert Solomon'un Görüşleri | 13 |
| Suçluluk ve Utancın Biyolojik Temelleri | 15 |
| Suçluluk ve Utancın Psikolojik Temelleri | 16 |
| Evrimsel Yaklaşım | 16 |
| Psikoanalitik Yaklaşım | 20 |
| Bilişsel Yaklaşım | 28 |
| Tangney ve Fischer'in Yaklaşımı | 33 |
| Süreç Kuramı | 35 |
| Fonksiyonel Yaklaşım | 38 |
| Kültürel Yaklaşım | 40 |
| İlgili Araştırmalar | 41 |
| Suçluluk ve Utanç ile İlgili Yurt Dışında Yürütülen Bilimsel Çalışmalar | 41 |
| Suçluluk ve Utanç ile İlgili Yurt İçinde Yürütülen Bilimsel Çalışmalar | 46 |

| | |
|--|-----|
| İKİNCİ BÖLÜM: YÖNTEM | 51 |
| Çalışma 1 | 51 |
| Araştırma Deseni..... | 51 |
| Çalışma Grubu | 53 |
| Verilerin Toplanması..... | 55 |
| Verilerin Analizi ve Yorumlanması | 58 |
| Çalışma 2 | 59 |
| Araştırma Deseni..... | 59 |
| Çalışma Grubu | 60 |
| Verilerin Toplanması..... | 63 |
| Verilerin Analizi ve Yorumlanması | 63 |
| ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR..... | 65 |
| Çalışma 1 | 65 |
| Utanç Duygusuna Yönelik Bulgular | 65 |
| Suçluluk Duygusuna Yönelik Bulgular | 82 |
| Suçluluk ve Utanç Duygularının Koruyucu ve Denetleyici İşlevleri | 96 |
| Çalışma 2 | 98 |
| Utanç Duygusunun Sebeplerine Yönelik Metaforlar | 99 |
| Utanç Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar | 102 |
| Utanç Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Metaforlar | 106 |
| b) Suçluluk Kavramına İlişkin Bulgular..... | 111 |
| Suçluluk Duygusunun Sebeplerine Yönelik Metaforlar | 112 |
| Suçluluk Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar..... | 114 |
| Suçluluk Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Metaforlar..... | 121 |
| TARTIŞMA VE SONUÇ..... | 123 |
| KAYNAKÇA | 145 |
| EKLER..... | 156 |

TABLULAR LİSTESİ

- Tablo 1. Odak Grup Katılımcılarının Demografik Bilgileri
- Tablo 2. Odak Gruba Ait Suçluluk ve Utanç Değişkenlerinin Ortalama, Standart Sapma, Minimum ve Maksimum Değerleri
- Tablo 3. Utanç Metaforlarının Katılımcılarına Ait Demografik Bilgiler
- Tablo 4. Suçluluk Metaforlarının Katılımcılarına Ait Demografik Bilgiler
- Tablo 5. Odak Grup Katılımcılarının Utanç Tanımları
- Tablo 6. Odak Grup Katılımcılarının Suçluluk Tanımları
- Tablo 7. Utanç Duygusu ile İlgili Metaforların Frekansları
- Tablo 8. Utanç Duygusunun Sebeplerine Yönelik Metaforlar
- Tablo 9. Utanç Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar
- Tablo 10. Utanç Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Metaforlar
- Tablo 11. Suçluluk Duygusu ile İlgili Metaforların Frekansları
- Tablo 12. Suçluluk Duygusunun Sebeplerine Yönelik Metaforlar
- Tablo 13. Suçluluk Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar
- Tablo 14. Suçluluk Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Metaforlar

ÖNSÖZ

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda başlayan akademik yolculuğum, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Psikoloji Bölümü araştırma görevliliğine başlayışım ile birlikte mekân değiştirmiş ve bu tez ile birlikte yine burada son bulmuştur. Bu sürecin başarıyla tamamlanması şüphesiz ki iki kıymetli tez danışmanımın, Prof. Dr. Şahabettin Yalçın ve Yrd. Doç. Dr. Hicran Çetin Gündüz'ün, kişisel ve akademik destekleri ile mümkün oldu. İki danışmanıma da hayatımın bu dönemindeki destekleri için daima minnettar olacağım. Onların ve çok kıymetli hocam Prof. Dr. Hasan Saygın'ın teşvikleri olmasaydı bu tezi yazamazdım.

Bilirsiniz, insanlar, her yaşam döneminde, olumlu ya da olumsuz yaşantılar yoluyla kendilerini yetiştirirler; geliştirirler. Bu da iletişim ve ilişki halinde olduğu insanlar aracılığıyla olur. Dolayısıyla ben de bu süreçte hayatıma dokunan ya da doğrudan hayatımın bir parçası olan insanlara teşekkürü bir borç bilirim:

“Self-conscious emotions” konusuna yönelik farkındalık kazanmamda emeği geçen Doç. Dr. Cem Şafak Çukur'a teşekkürlerimi sunuyorum. Tez konumun belirlenmesinde ve bu konudaki birikimlerimin başlangıç noktasının oluşmasında katkısı ve desteği için kendisine müteşekkirim.

Çok kıymetli hocam Prof. Dr. Batja Mesquita'ya beni duygu psikolojisi alanına kazandırdığı için sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Gerek Yükseköğretim Kurumu Yüksek Lisans Araştırma Bursu ile misafir araştırmacı olarak bulunduğum Leuven Üniversitesi'nde gerekse birlikte yürüttüğümüz diğer çalışmalarda bana kazandırdıkları, akademik yaşantımda daima önemli bir rol oynayacak.

Tez sürecimde entelektüel destekleri ile yanımda olan Prof. Dr. Hasan Bacanlı'ya, Prof. Dr. Nilüfer Özabacı'ya, Yrd. Doç. Dr. S. Armağan Köseoğlu Yıldız'a, Dr. Mehmet Ali Dombaycı'ya, Arş. Gör. Dilek Pekince'ye, katkılarından ötürü yürekten teşekkürlerimi sunuyorum. Lise öğretmenim, Türk Dili ve Edebiyatı açısından büyük

bir değer olduğuna inandığım, Leyla Ilıca'ya da tezım sürecindeki entelektüel ve dostane desteği için teŐekkür ediyorum. Tez jrime katılarak kıymetli katkılarda bulunan Prof. Dr. Sebahattin evikbaŐ'a ve Yrd. Doç. Dr. Müge Akbağ' a da ayrıca teşekkürlerimi sunuyorum.

Bilirsiniz, tez yazmak, meŐakkatli bir iş ve ancak uygun çalışma koŐullarının oluşması ile mümkün. Tez yazma sürecimde ihtiyaım olan çalışma ortamının oluşmasına imkân veren Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölüm BaŐkanı Prof. Dr. AyŐen Bakioğlu'na da teşekkürlerimi sunuyorum. Başta Arş. Gör. ığdem Demir elebi olmak üzere tüm çalışma arkadaşlarıma da tez sürecimde iş yükümü hafiflettikleri için teŐekkür ediyorum. Ayrıca Prof. Dr. Ali Osman Gündoğan'a ve Prof. Dr. Bedrettin Mercimek'e de bana olan güvenleri için yürekte teşekkürlerimi sunuyorum.

Son teŐekkrlerimse yüreğimin t içindekilere çok kıymetli aileme ve can dostlarıma... Sabır ve anlayıŐla daima yanımda olan biricik aileme ve dostlukları ile fiziksel mesafelere meydan okuyan Arş. Gör. Ferda Zambak ve Melis Tuncel'e yürek dolusu teşekkürlerimi sunuyorum.

GİRİŞ

Araştırmanın Problemi

İnsanlar yaşamlarını sosyal duyguların varlığını güçlü şekilde hissettirdiği küçük, sabit gruplar içinde sürdürmekte (Baumeister, 2005); sahip oldukları kişisel değerleri, standartları ve idealleri (başta aile, arkadaşlar, öğretmenler olmak üzere) bu küçük gruplar içinde edinmektedir (Tangney, 1995). Üyesi oldukları gruplar duygu ve düşüncelerinden eylemlerine kadar pek çok konuda insanlara referans kaynağı olmaktadır.

Her grubun, her kültürün birlikte yaşamı düzenleyen kendine has kuralları ve ahlaki sistemleri vardır (Baumeister, 2005). İçinde yaşanan toplum, bireyleri kuşatan kültür neyin uygun ve kabul gören, neyin olumsuz ve kabul görmeyen bir eylem olduğu konusunda insanlara çeşitli normlar sunmakta ve bu normlar kişilerarası ilişkilerin şekillenmesinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Bu sosyal ve ahlaki normların içselleştirilmesi başarılı bir sosyalleşme süreci ile gerçekleşmektedir (Abell & Gecas, 1997).

Kabul gören, takdir edilen, başarılı addedilen bireyler olmak çoğunlukla sosyal normlarla uyumlu davranışlar sergilemekten geçmektedir. Eylemlerin hangilerinin başarısızlık ya da kural ihlali olarak değerlendirileceği de yine yakın çevrenin tanımladığı ve öğrettiği bir dizi sosyal norma, kurala ya da hedefe bağlı olarak belirlenmektedir. Ancak şüphesiz ki bireyler hatalar yapabilir, talihsizliklerle karşılaşabilir, birilerini kırabilir, kayıplar yaşayabilir, çok önemseydiği konularda başarısızlıkla karşılaşabilir (Tangney & Dearing, 2002), kendilerini, yakınlarını, önemseydikleri insanları ya da çevresindekileri hayal kırıklığına uğratabilir, kuralları çiğneyebilir, ceza ve yaptırımlarla karşılaşabilirler. Farkında olarak ya da olmayarak yapılan tüm bu eylemler neticesinde bireyler benlikleri ya da başkaları hakkında olumsuz değerlendirmeler yapabilir, tüm sorumluluğu kendilerine ya da başkalarına yükleyebilirler. Bu değerlendirme ve atıflar sonucunda başta bu tezin çalışma

konusunu oluşturan suçluluk ve utanç duygusu olmak üzere çeşitli olumsuz sosyal duygular hissedilebilir.

Suçluluk ve utanç duyguları, sosyal bağlamda şekillenen, kişilerarası ilişkiler sırasında deneyimlenen, bireylerin düşünce ve davranışlarını düzenleyen, sosyal olarak istenilmeyen davranışları engelleyen ve bireyleri ahlaka uygun davranışlarda bulunmaya teşvik eden sosyal duygulardır (Tagney ve Salovey, 2000) ve çağdaş duygu literatüründe “self-conscious emotions” [“öz-bilinç duyguları” (Öner-Özkan ve Gençöz, 2006; Okur, 2010), “kendilik bilinci duyguları” (Özbayrak, 2006; Şahin, 2007), “kendilik bilincine dayalı duygular (Dost ve Yağmurlu, 2006),” “moral duygular” (Motan, 2007), “sosyal duygular” (Şahin, 2007)] kategorisinde ele alınmaktadır. Bu duygular bireyleri bir yandan başarılı olmak için daha fazla çalışmaya, daha ahlaki davranmaya, sosyal olarak kabul gören etkileşimlerde bulunmaya yöneltirken diğer yandan da bozulan sosyal bağların onarılmasına yardımcı olarak sosyal ağların ve gündelik yaşamın ahenginin korunmasına katkıda bulunmaktadır (Keltner & Buswell, 1997).

Duygu literatürü incelendiğinde suçluluk ve utanç duygularına yönelik kavramsallaştırmaların kuramdan kurama, kültürden kültüre farklılık gösterdiği görülmektedir. İlk çalışmalarda suçluluk ve utanç duygularının aralarındaki farklılıklar vurgulanmaksızın ele alındığı gözlenirken sonraki (günümüzdeki) çalışmalarda kendilerine has ayrı birer duygu olarak incelendikleri görülmektedir (Fang & Chiou, 2007). Başka bir deyişle başlangıçta suçluluk ve utanç duyguları ortaklıkları temelinde araştırma konusu olmuşken, sonraki çalışmalarda bu iki duyguyu birbirinden ayıran özellikler üzerinde durulmuş, bu ayrılıklar tespit edilmeye çalışılmıştır. Özellikle Helen Block Lewis, Michael Lewis, June Price Tangney, Jessica Tracy gibi araştırmacılar yaptıkları öncü araştırmalarla suçluluk ve utanç duygularının birbirinden ayırt edilmesine dikkate değer katkılarda bulunmuş ve kendilik bilinci duygularına yönelik kuramsallaştırma çalışmalarında başat rol oynamışlardır. Pek çok araştırmacı bu kuramsal temellerden hareketle kendilik bilinci duygularına yönelik çalışmalara yönelmeye başlamıştır (Abe, 2004).

Türkiye’de de özellikle son on yıldır, kendilik bilinci duygularını araştırmaya yönelik bir eğilim olduğu gözlenmekte ancak yapılan araştırmaların ağırlıklı olarak nicel ölçümlere dayandığı (ölçüm araçlarının adaptasyonu ve diğer değişkenlerle aralarındaki ilişkileri inceleme temelli olduğu vb.), fenomenolojik çalışmalara pek fazla yer verilmediği görülmektedir. Oysa suçluluk ve utanç duygusu gibi kültürden kültüre, kuramdan kurama değişkenlik gösteren olumsuz sosyal duygular, bireylerin kendilerine ve içinde yaşadıkları topluma has temel yaşam pratiklerinden beslenmekte ve sosyal ilişkileri düzenlemektedir. Dolayısıyla kapsamlı nitel araştırmalar yoluyla suçluluk ve utanç gibi olumsuz sosyal duyguların incelenmesi, duygu literatürü bağlamında Türkiye açısından önemli bir ihtiyaçtır. Bu araştırma literatürdeki söz konusu eksikliği gidermek ve alana kültüre özgü katkılarda bulunmak amacıyla nitel araştırma metodolojisinde tasarlanmış ve kişilerarası ilişkilerde sıkça deneyimlenen suçluluk ve utanç duygularının doğasını, sebeplerini, deneyimlenen süreci ve sonuçlarını ortaya koymayı amaçlamıştır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularına yönelik kavramsallaştırmalarını, algılarını, bilişsel temsillerini incelemektir. Tez kapsamında iki çalışma yürütülmüştür.

Birinci çalışma üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularına yönelik algılarının, kavramsallaştırmalarının ve yaşantılarının küçük bir çalışma grubu üzerinde detaylı olarak incelenmesini amaçlamaktadır. Belirtilen amaç doğrultusunda şu sorulara yanıt aranmıştır:

1. Üniversite öğrencileri suçluluk ve utanç duygularını nasıl tanımlamaktadır?
2. Üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularına yol açan etmenler hakkındaki görüşleri nelerdir?
3. Üniversite öğrencileri suçluluk ve utançta deneyimlenen süreci nasıl algılamaktadırlar?

4. Üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç yaşantılarının sonuçları hakkındaki görüşleri nelerdir?

İkinci çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin utanç ve suçluluk duygusuna ilişkin sahip oldukları zihinsel imgeleri metaforlar aracılığı ile ortaya çıkarmaktır. Belirtilen amaç doğrultusunda şu sorulara cevap aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç kavramlarına ilişkin üretmiş oldukları metaforlar nelerdir?
2. Üretilen metaforlar ortak özellikleri bakımından hangi kavramsal kategoriler altında toplanabilir?

Araştırmanın Önemi

Duygular, insan yaşamının temel unsurlarından biridir ve sosyal yaşamın düzenlenmesinde merkezi bir rol oynamaktadırlar. Olumlu duygular, sosyal ilişkileri güçlendirirken, öfke, suçluluk ve utanç gibi olumsuz duygular kişilerarası ilişkileri sekteye uğratabilmekte ve hatta bozabilmektedir. Bu nedenle, olumlu duyguların pekiştirilmesi, olumsuz duygulara yönelik başa çıkma stratejilerinin geliştirilmesi ve yıkıcı sonuçlar yerine yapıcı sonuçların ortaya çıkmasını sağlayabilmek önemlidir; bu ise duyguların doğasının ve işleyişinin iyi anlaşılması ile mümkündür. Bu araştırma suçluluk ve utançın psikolojik yapısına açıklık kazandırarak, bu olumsuz sosyal duyguların olumlu ve olumsuz yönleri ile bir bütün olarak anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

Suçluluk ve utanç mitolojiden felsefeye, din bilimlerinden psikolojiye, biyolojiden sosyolojiye, siyaset biliminden kadın araştırmalarına kadar pek çok disiplinin çalışma konusu olarak geçmişten bugüne kadar gelmiş ve farklı farklı yönleriyle ele alınmıştır. Pek çok disiplin tarafından ele alınmalarına rağmen, suçluluk ve utanç duygularının ne şekilde ortaya çıktıkları, nasıl deneyimlendikleri, ne tür sonuçlar doğurdukları, birbirinden nasıl ayrıştırıldıkları tartışmalıdır. Gerek dünyada gerekse

Türkiye’de suçluluk ve utanç kavramlarını fenomenolojik açıdan inceleyen çalışmalara son derece az rastlanmaktadır. Bu araştırma üniversite öğrencilerinden oluşan bir çalışma grubunda suçluluk ve utanç kavramlarının psikolojik ve sosyal dinamiklerini incelemesi ve işleyiş mekanizmalarına açıklık kazandırması açısından önemlidir. Araştırma genelleme amacı taşımamakla birlikte suçluluk ve utanç duygularının doğasının, sosyal, kültürel, kişisel ve bilişsel dinamiklerinin derinlemesine ve yaşantılar yoluyla incelenmesine hizmet etmektedir. Ayrıca bu araştırmanın günlük yaşamda sıkça birbirinin yerine kullanılan ve birbiriyle sıkça karıştırılan suçluluk ve utanç kavramlarının birbirinden nasıl ayırt edilebileceğinin anlaşılması açısından dikkate değer bulgular sağlayacağı beklenmektedir.

Araştırma sonucu elde edilen bulguların, gerek literatürdeki benzer çalışmalara katkı sağlayacağı gerekse uygulamacıların suçluluk ve utanç duygularıyla ilgili zihinlerindeki sorulara cevap bulmalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca suçluluk ve utanç duygularına yönelik eğitim vermek ya da farkındalık geliştirmek amacıyla hazırlanacak eğitim programları açısından da önemli bir veri kaynağı oluşturacağı beklenmektedir.

Sınırlılıklar

Araştırma, çalışma grubunun üniversite öğrencileri ile sınırlı olması ve nitel bir araştırma deseninde yapılandırılmış olması nedeniyle farklı eğitim düzeylerine, farklı yaş gruplarına genellenemez.

Tanımlar

Utanç: Bireylerin içinde yetiştiği toplumun kurallarına, ahlaki değerlerine kendi kişisel prensiplerine uygun davranmadıklarında, bu kural ve değerlere aykırı davranışlar sergilediklerinde ortaya çıkan, gözden kaybolma isteği uyandıran ve kendilerini küçük düşmüş hissetmelerine yol açan rahatsız edici bir duygudur.

Suçluluk: Bireylerin, kişisel, sosyal ve toplumsal sorumluluklarını yerine getirmemeleri ya da hata yapmaları ve toplumun beklentilerini karşılayamamaları durumunda gelişen, başkaları üzerinde olumsuz etkiler yaratan, kendi hatalarıyla yüzleştiren rahatsız edici bir duygudur

Atıf: “Atıf veya yükleme, bir kişinin (gözlemci) kendisinin veya bir diğerinin (aktör) davranışlarını ya da duygularını açıklama sürecidir” (Bilgin, 2003, s.37).

Metafor: Bir Şeyi başka bir Şeye göre anlamak ve tecrübe etmektir (Lakoff ve Johnson, 2010).

BİRİNCİ BÖLÜM KURAMSAL ÇERÇEVE

Suçluluk ve Utanç Kavramlarının Tanımları

Eski Türkçe’de “uvut” kelimesine karşılık gelen *utanma duygusu*, halk ağzında “ut”, “ud” olarak anılmakta ve XIII. Yüzyıldan Beri Türkiye Türkçesiyle Yazılmış Kitaplardan Toplanan Tanıklariyle Tarama Sözlüğü (1972)’nde “hâyâ, edep, hicap, edep, ar” kavramları ile eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. **Utanç** kavramının ise Türkçe’de Yakın ve Karşıt Anlamlılar Sözlüğü’nde “ar; arlanma; ayıp; hacalet; hâyâ; hicap; mahcubiyet; mahcupluk; sıkılğanlık; sıkılma; şerm; teeddüp; utangaçlık; utanma; yüz” vb. şekillerde karşılık bulduğu görülmektedir (Yalım, 1998, s.247)

Misalli Büyük Türkçe Sözlük’te *utanç* kavramı “kusurlu duruma düşmekten veya kendini öyle görmekten ileri gelen eziklik duygusu, utanma duygusu, hicap” olarak tanımlanırken, *utanmak* “(1) kusurlu duruma düşmekten veya kendini öyle görmekten ileri gelen bir eziklik duygusuna kapılmak, gülünç olduğu veya küçük düştüğü için üzüntü duymak, mahcup olmak, (2) böyle bir duruma düşme korkusuyla rahat hareket edememek, sıkılmak, (3) (Saygı, edep, çekinme vb. duyguların etkisiyle) ölçülü hareket etmek, bir şeyi yapmaktan kaçınmak, çekinmek, hayâ etmek” olarak tanımlanmıştır (Ayverdi, 2005, s.3248). Bu tanımlardan anlaşılacağı üzere, utanç duygusu bireylerin hatalı davranışlar ya da kendilerini hatalı olarak değerlendirdikleri çeşitli davranışlar sergilemeleri halinde veya başkalarının gözünde küçük düşeceklerini ya da gülünç olarak değerlendirileceklerini düşündükleri eylemlerde bulunmaları durumunda ortaya çıkmaktadır. Küçük düşme ya da gülünç duruma düşme korkusu nedeniyle bireylerin eylemleri kısıtlanmaktadır. Öte yandan yine tanımlardan anlaşılacağı üzere utanmak bireyleri, söz konusu nahoş durumlardan kaçınmak için ölçülü davranmaya ve o duyguyu yaşatacak eylemlerden kaçınmaya yöneltmektedir.

Türkçe’de Yakın ve Karşıt Anlamlılar Sözlüğü incelendiğinde *utanmış* olma durumu kıpkırmızı; mahcup; mosmor; rezil olmak olarak karşılık bulmaktadır (Yalım, 1998,

s.247). Bu tanım, utancın yüzeye yansıyan, dışsal belirtilerinin olduğuna işaret etmektedir. Ayrıca utanmayla ilgili deyimler arasında, “bir iyiliğin altında kalmak; arına dokunmak; başını önüne eğmek; entbent olmak; ezilip büzülmek; gayretine dokunmak; hicap duymak; kulaklarına kadar kızarmak; önüne bakmak; süt dökmüş kedi gibi olmak; süt dökmüş kediye dönmek; utancından yere geçmek; yere batmak; yer yarıp yerin içine girmek; yüzü kalmamak; birinin yüzüne bakamaz olmak; yüzünün derisi yere geçmek; yüzü olmamak; yüzü yere gelmek” vb. deyimlerin olduğu görülmektedir (Yalım, 1998, s. 247). Görüldüğü üzere bu deyimler arasında “yüz”e odaklananların sayısı oldukça fazladır.

Utancın İngilizce karşılığı olan *shame* kelimesinin kökenleri, Hint-Avrupa dil ailesine dayanmaktadır. “(S)que/(s)qewa” ve “(s)kam/(s)kem” köklerinden gelen shame, “üstünü örtmek, saklamak, saklanmak” anlamlarına gelmektedir. Sözcüğe “s” ön eki eklendiğinde, dönüşlü bir yapı kazanmış ve “kendini örtmek, örtünmek” haline gelmiştir (Schneider, 1977). Sözcükteki bu dilsel dönüşümün ortak teması ise örtünme, kapanma ihtiyacıdır. Bu dilsel köken, mevcut psikoloji literatürü açısından da dikkate değerdir. Zira günümüz psikoloji çalışmalarında da utancın gözden kaybolma, yüzünü kapatma, kaçma isteğine yol açtığı ortaya konulmuştur. Utancın Almanca karşılığı olan “Scham” ya da “Schamgefuehl” ise çıplak bedenin özellikle genital bölgenin sergilenmesi, ifşa olması sonucunda meydana gelen bir duygudur. Ayrıca “Schamhaft” teriminin genital bölgenin örtülmesi, “Schamlos” teriminin ise utanma yoksunluğu olarak açıklandığı görülmektedir (Piers ve Singer, 1972). Fransızca’da ise iki utanç türü vardır: Pudeur ve Honte. *Pudeur*, Adem ve Havva’nın kendilerini cennette çıplak bulduklarında deneyimledikleri utançtır. *Honte* ise bireyin itibarını zedeleyici bir skandala karışması nedeniyle deneyimlediği utanç türüdür. İngilizce’deki anlamı bu ikisini bir araya getiren bir yapıdadır. Bir toplumda cinsel ve daha çok bedensel meselelerle ilgili bir rahatsızlık ve çatışma hissedilmesiyle ilişkili olarak açıklanmaktadır (Solomon, 2007).

Suçluluk ve suç kavramlarının ise gerek sözlüklerde gerekse literatürde birçok farklı anlamda kullanıldığı görülmektedir. Misalli Büyük Türkçe Sözlük’te *suçluluk*, “suçlu olma durumu”; *suçluluk duygusu*, “kişinin hata yaptığını, kuralları

çığnediğini sezmesi sonucunda kapıldığı, kendisini suçlu bulma duygusu” olarak tanımlanmıştır (Ayverdi, 2005, s. 2851). **Suç** ise Güncel Türkçe Sözlük’te “1. Törelere, ahlak kurallarına aykırı davranış. 2. huk. Yasalara aykırı davranış, cürüm.” olarak tanımlanmıştır. Bu tanımlar, Solomon (2007)’nin da bahsettiği üzere iki tür suçlu olma halinden bahsetmektedir: Ahlaki suç ve yasal suç. Ahlaki suçlulukta ortaya çıkan durum, birine bilerek ya da bilmeyerek verilen bir zarar nedeniyle bireyin kendini sorumlu hissetmesine dayalı olarak gelişmektedir. Yasal suçta ise suç mahkeme kararlarıyla ilgili olarak açıklanmaktadır (Solomon, 2007). Suçluluk, İngilizce’de **guilt** terimiyle ifade edilmektedir ve kökeni hesap, borç, suç Cermence “Schuld” sözcüğüne dayanmaktadır. Ortaçağ İngilizcesi’nde “gilt”, Eski İngilizce’de “gylt” kavramları ile ifade edilmektedir (Hanshaw, 1998).

XIII. Yüzyıldan Beri Türkiye Türkçesiyle Yazılmış Kitaplardan Toplanan Tanıklariyle Tarama Sözlüğü (1971)’nde **suç kılmak (suçta bulunmak)** ifadesinin “günah işlemek, suç işlemek”; **suç dilemek** ifadesinin “suçunu itiraf edip af dilemek, özür dilemek, suçunun bağışlanmasını istemek”; **suçu dokunmak** ifadesinin ise zarar vermek anlamında kullanıldığı görülmektedir.

Türkçe’de Yakın ve Karşıt Anlamlılar Sözlüğü incelendiğinde suç işlemenin “cahillik etmek; kabahat etmek; kusur etmek; suçlu olmak” olarak tanımlandığı görülmektedir. Suçluluk ile ilgili deyimler arasında ise “başını ateşlere yakmak; başını nârâ yakmak; günaha girmek; günah işlemek; kabahat işlemek; kanunları ihlal etmek; kusur işlemek; şeytana uymak; yasaları çığnemek” vb. yer aldığı görülmektedir (Yalın, 1998, s. 223-224).

Yukarıdaki tanımlamalardan hareketle suçluluk duygusunun bireylerin birilerine zararı dokunan eylemlerde bulunmaları, üyesi olunan toplumun kurallarını ihlal etmeleri, törelere ve ahlaka uygun davranışlar sergilemeleri halinde ortaya çıkan bir duygu olduğunu söylemek mümkündür. Tanımlardan, suçluluk duygusunda bireyin “kendi kendisini suçlu bulduğu” da anlaşılmaktadır. Suç dilemek ifadesi ile ilgili olarak, suçluluk duygusu hissettirecek eylemlerde bulunan bireylerin bağışlanmak istedikleri ve af dilemeye yöneldikleri sonucuna varılabilir. Ayrıca “şeytana uymak”

vb. deyimlerin bireylerin suçluluk hissettiren durumları istemeden yapabildiğine, yapılan davranışı kötü bir eylem olarak değerlendirdiklerine ve normalde davrandıklarından farklı bir davranış sergilediklerine işaret ettiği düşünülebilir.

Suçluluk ve Utancın Felsefi Temelleri

Suçluluk ve utanç duyguları felsefeden sosyolojiye, antropolojiden psikolojiye kadar pek çok farklı bilim dalının araştırma konusu olmuş ve bu duyguların temel dinamikleri birçok düşünür ve araştırmacı tarafından incelenmiştir. Özellikle felsefi sorgulamaların, gerek utanç ve suçluluk üstüne yapılan temel tartışmalara gerekse psikoloji araştırmalarına sağlam bir zemin oluşturduğunu söylemek mümkündür. Dolayısıyla bu tez kapsamında suçluluk ve utanç duygularıyla ilgili psikolojik arka planına geçmeden önce, felsefi açıklamalara yer vermenin faydalı olacağı düşünülmüştür.

Suçluluk ve utancı ele alan pek çok filozof (Kant, Sartre, Camus, Aristoteles, Platon, Spinoza, Hegel...) bulunmaktadır. Ancak bu tez kapsamında yalnızca Antik Çağ filofolarından Platon ve Aristoteles'e, XVII. yüzyıl filozoflarından Spinoza'ya yer verilmiştir. Ayrıca günümüzdeki suçluluk ve utanç tartışmalarında isminden sıkça söz edilen Robert Solomon'nun felsefi görüşlerine de yer verilmiştir. Böylece suçluluk ve utanç kavramlarının felsefi temelleri genel hatları ile sunulmaya çalışılmıştır.

Platon'ın Görüşleri

Platon, *The Laws* isimli yapıtında utancı, yaptığı ya da söylediği birşeyden dolayı bireyin kötü nam salmaktan duyduğu korku olarak tanımlamıştır. Eserde, bireyin savaş zamanında arkadaşlarının gözünde korkak damgası yemekten duyduğu korku, utançla ilişkilendirilmiştir (Plato, 2008). Platon, *The State (The Republic)* isimli eserinde de utanca yer vermiştir. Örneğin, dördüncü kitapta geçen diyaloglarda utancın bireylerin kendilerine hakim olmaları, başka bir deyişle kendi nefislerini yenmeleri bağlamında irdelendiği görülmektedir. Buna göre, insan, iyi ve kötü

yönleri olan bir canlıdır. İyi yanları kötü yanlarına baskın çıkan insanlar, “kendine hakim insanlar”; (kötü yetiştirme koşulları ya da kötü insanlarla daha fazla birlikte olma sonucunda) kötü yanları iyi yanlarına baskın çıkan insanlar ise “kendi nefslerinin uşağı olan insanlar” olarak kabul edilmiştir. Bu bağlamda, kendi nefslerine yenik düşen insanlar utanç duyulacak insanlar kategorisinde değerlendirilmiştir (Platon, 2005). Dolayısıyla utancın bireyin kendisini tutmasını sağlayan kontrol edici bir işlevi bulunduğunu söylemek mümkündür (Knuuttila, 2004). Dokuzuncu kitapta, utanç verici eylemlerin, bireyi giderek daha kötü birine dönüştürdüğünden söz edilmekte; beşinci kitapta ise korku ve utancın, gençlerin olumsuz davranışlarda bulunmasının önüne geçen iki gardiyan olarak değerlendirildiği görülmektedir. Bu bağlamda utanç, gençlerin zor kullanmasını, anne-babalarına el kaldırmasını vb. engellemekte ve toplumsal barışa katkıda bulunmaktadır (Platon, 2005).

Platon, suçluluk ile ilgili görüşlerini *The State* isimli eserinde ortaya koymuş ve suçluluk kavramını yönetim ve yasalar bağlamında ele almıştır. Platon’a göre kötü eğitim, bireylerin soylu yönlerinin bozulmasına yol açmakta ve bireyi suç işlemeye yöneltmektedir. Birinci kitapta yer alan diyaloglarda hak, hukuk, adalet, töreler söz konusu olduğunda, istemeden cinayet işleyen birinin, bile bile insanları aldatanlara göre daha az suçlu oldukları öne sürülmüştür (Platon, 2005). Başka bir deyişle burada, suçluluk hissettiren durumlarla ilgili “kasıtlı olan” veya “kasıtlı olmayan” ayrımı yapıldığını söylemek mümkündür. Bilinçli bir şekilde zarar verici eylemlerde bulunanlar, istemeden zarar verici eylemlerde bulunanlara göre daha suçlu görülmüştür. Ayrıca aynı eserde her hakimiyet biçiminin yöneticiler yoluyla kendi yasalarını ortaya koyduğu ve bu yasaları ihlal edenlerin adalete ve yasaya karşı geldikleri gerekçesiyle suçlu buldukları belirtilmiştir. Bununla beraber hegemonya ve güç ilişkileri bağlamında her suçun cezalandırılmadığına değinilmiştir. Örneğin, suç işlediği kitle üzerinde hegemonya kuran tiranlar, hangi tür suçu işlerlerse işlesinler ne “suçlu” damgası yemekte ne de cezalandırılmaktadırlar. Aksine, bu insanlara güçleri ve hegemonyaları oranında saygı duyulmaktadır. Oysa dokuzuncu kitapta belirtildiği üzere, suçun cezalandırılması birey açısından yararlıdır. Zira işlediği suç nedeniyle cezalandırılmak, bireyin yırtıcı yanlarını terbiye etmektedir.

Böylece ruhunun iyi yönlerini ilerletme noktasında bireyin önünü açmaktadır (Platon, 2005).

Yukarıda görüldüğü üzere Platon tarafından suçluluk ve utançla ilgili olarak değinilen noktalar, sadece bireysel düzeyde değil, toplumsal ve yönetsel düzlemde de tartışılmıştır. Tüm bu tartışmalar, suçluluk ve utancın toplumsal yaşamın düzenlenmesinde ne denli önemli bir rol oynadığı konusunda fikir vermektedir.

Aristoteles'in Görüşleri

Aristoteles, insan duygularını sistematik biçimde inceleyen Antik dönem filozoflarından biridir (Smith ve ark., 2002). Aristoteles, *Rhetoric* isimli eserinde utanç duygusuna yer vermiş ve utanca yola açan durumları örnekler vererek açıklamıştır. Aristoteles'e göre utanç, bireyin geçmişte, içinde bulunulan zamanda ya da gelecekte, saygınlığını yitirmesine yol açacak olumsuz eylemlerde bulunması halinde hissettiği rahatsız edici ve acı verici bir duygudur (Aristoteles, 2006). Ayrıca Aristoteles tarafından, utanç, "yarı erdem" olarak kabul edilmektedir, çünkü bireyin yanlış bir şey yapıp bundan utanması, yanlış bir şey yaptığı halde utanmamasından iyidir (Solomon, 2007).

Bireyler korkakça, adaletsizce davrandıklarında ya da başkalarına karşı onur kırıcı ve aşağılık hareketlerde bulduklarında utanç hissedebilmektedirler. Ayrıca başka insanların çaresizliklerinden faydalanma, onurdan yoksun olma, başkalarından düşük konumda olma, ahlaki açıdan zayıf olma vb. durumlar da utanç duygusunun ortaya çıkmasında belirleyici rol oynamaktadır (Aristoteles, 2006).

Aristoteles'in utançla ilgili görüşleri incelendiğinde üzerinde durulan en önemli noktalardan birinin "başkalarının görüşü" olduğu görülmektedir. Aristoteles'e göre, özellikle, önem verdiği insanların (hayranlık duydukları, kendilerine hayranlık duyan/duymasını istedikleri, yarıştıkları, saygı duydukları vb. insanların) kendisi hakkında ne düşüneceği düşüncesi, bireyin utanç duygusu deneyimlemesinde

belirleyici bir rol oynamaktadır (Aristoteles, 2006). (Bu konu günümüz psikoloji araştırmalarının da üzerinde durduğu ve araştırma bulgularıyla desteklediği temel noktalardan biridir.) Bunun yanısıra Aristoteles (2006)'e göre başkalarının şahit olduğu (zellikle yukarıda sözü edildiği gibi bireyin hayranlık duyduğu ya da kendisine hayranlık duyan/duymasını istediği bireyler önünde) olumsuz eylemlerde bulunmak, bireylere daha fazla utanç hissettirmektedir.

Spinoza'nın Görüşleri

XVII. yüzyıl felsefesinin önemli filozoflarından biri olan Spinoza, *Ethica* isimli eserinde, utancı, yaptığımız bazı eylemlerin başkaları tarafından ayıplanacağı düşüncesinin eşlik ettiği bir acı olarak kavramsallaştırmıştır. Spinoza, bu kavramsallaştırmanın bir adım daha ötesine geçmiş, utanç ve hayâ kavramı arasındaki farka değinmiştir. Spinoza'ya göre utanç, yüz kızartan bir hareket sonucunda hissedilmektedir. Hayâ ise, bireyin olumsuz bir şey yapmasını önleyen bir utanç korkusudur (Spinoza, 2011). Spinoza'nın yapmış olduğu bu utanç ve hayâ kavramsallaştırması ve ayrıştırması, utancın neden bir yandan olumlu bir erdem olarak görülürken diğer yandan olumsuz bir duygu olarak tanımlandığı konusunda ipucu vermektedir. Zira utanç, özü itibariyle hoş olmayan bir durum sonucunda yaşanılan acı verici bir duygu olsa da bireyin yaptığından utanması hem kendilik farkındalığının hem de ahlaki değer sisteminin bir dışavurumudur. Dolayısıyla utanmak, toplum tarafından takdir edilen bir özellik olarak karşımıza çıkmaktadır.

Robert Solomon'un Görüşleri

Solomon (2007)'a göre suçluluk, utanç ve mahcubiyet benzer bir ailenin parçalarıdır. Her üç duygu da bireyin öz-eleştirisine, kendisini suçlamasına dayanmaktadır. Derin bir pişmanlık duygusunun da bu aileye mensup olduğunu söylemek mümkündür. Bu duygular hem benliğe hem de ahlaki bir sorumluluğa bağlı olarak ortaya çıkan; başka bir deyişle ahlaki yükü olan, olumsuz benlik değerlendirmesine dayanan, sosyal duygulardır. Suçluluk, utanç ve mahcubiyet benlik değerlendirmesiyle ilgili üç farklı boyut içermektedir:

1. Benliğin bireyin kendisi tarafından değerlendirilmesi (böylece yalnızken de birey bu duyguları hissedebilmektedir)
2. Başkaları tarafından empoze edilen bir şekilde bireyin kendini değerlendirmesi (başkalarının bakışları, beden dili, sözcükleri sonucunda gelişmektedir)
3. Durumun doğası (bireye suçluluk ya da utanç hissettiren durumlar ve eylemler vardır)

Utanç, bireyi sarsan ciddi bir başarısızlık, normların çiğnenmesi, beklentilerin karşılanamaması, yüzü kara çıkarma vb. sonucunda ve sosyal ilişkiler sırasında deneyimlenen bir duygudur. Bireyin dikkatinin merkezi kendi benliğidir. Birey tüm gözleri (en azından kendisi için önemli olan insanların gözlerini) üzerinde hissetmekte, o bakışlardan kaçamamaktadır. Esasında başka birilerinin yokluğunda da birey yakalanabileceği ya da birilerinin onu görebileceği endişesi nedeniyle yine kendinden utanabilmektedir. Dolayısıyla ahlak terbiyesindeki en etkili araçlardan birinin utanç olduğunu söylemek mümkündür, çünkü bireyin kendinden kaynaklanmakta, kalbin derinliklerine kadar işlemektedir. Birey ya yaptığı yanlış geri almaya ve yeniden topluluğa katılmaya çalışmaktadır ya da durumu eski haline getirene kadar kendini toplumdan geri çekmektedir. Suçluluk ise otoritenin ya da kuralların çiğnenmesi ile ilgilidir. Bu nedenle utanca göre daha şiddetli bir cezalandırma ve suçlanma korkusu içermektedir (Solomon, 2007).

Solomon ne tür durumların suçluluk ve utanç duygularına yol açtığı ve bu duyguların nasıl açıklanabileceği konusunda kültürel farklılıklar olduğunu belirtmektedir. Zira Solomon'a göre bu duygular kültürler ve sosyal yapılar tarafından tanımlanmakta ve şekillendirilmektedir. Her ikisinin merkezinde de kültüre bağlı bir benlik kavramından söz etmek mümkündür (Solomon, 2007). Dolayısıyla evrensel değildirler.

Yukarıda görüldüğü üzere felsefe disiplini suçluluk ve utanç duyguları ile incelemelerin öncülüğünü yapmış ve günümüzdeki pek çok farklı disiplinin

araştırmaları için zemin hazırlamıştır. Aşağıda yer alan psikolojik temelli suçluluk ve utanç yaklaşımları incelendiğinde bu durum daha iyi anlaşılacaktır.

Suçluluk ve Utancın Biyolojik Temelleri

Charles Darwin'in *The Expression of the Emotions in Man and Animals* isimli eserinde suçluluk ve utanmayı ele alan birer bölüm bulunmaktadır. Darwin, suçluluk ve utancı, yüz kızarması kuramından hareketle açıklamış ve deride neden kızarıklık oluştuğuna dair fizyolojik gerekçeler sunmuştur. Darwin'in yüz kızarması kuramı incelendiğinde, kızarmanın çekingenlik, utanma ve alçakgönüllülük olmak üzere üç temel nedene bağlandığı görülmektedir. Bu üç nedenin ortak özelliği, kişinin dikkatini kendine yöneltmesidir. Bireyin dikkatinin kişisel görüntüsüne ya da başkalarının kendisi hakkında ne düşündüğüne yönelmesi durumunda kızarma ortaya çıkabilmektedir (Darwin, 2001; Scheff, 1988). Kızarma genellikle yüz, kulaklar ve boyun kızarması olarak gelişmekte, yüzdeki kılcıl damarlar kanla dolarak deride renk değişimine neden olmakta, beden (deri) yüzeyinde yanma ve sıcaklık artışı hissedilmektedir (Darwin, 2001).

Darwin'e göre yüz kızarması temelde kişisel görünümden kaynaklıdır. İnsanların kişisel görünümüleriyle ilgili eleştirilere hassasiyetleri oldukça yüksektir. Ancak ahlaki nedenler de yüz kızarmasına yol açabilmektedir. Burada etkili olan faktör ise ağırlıklı olarak başkalarının görüşleridir (Darwin, 2001; Smith ve ark., 2002). Başka bir deyişle başkalarının olumsuz düşüneceği düşüncesinin kendisi, kızarmanın temel tetikleyicilerinden biridir.

Darwin, başkalarının görüşleri ile yüz kızarmasının ilişkisini açıklarken suçluluk duygusuna da değinmiş ve insanların yalnızken işlenen ufak suçlardan derin pişmanlık duyabildiğini ve ortaya çıkmamış suçlar nedeniyle vicdan azabı çekebildiğini belirtmiştir. Ancak Darwin'e göre, kızarmanın nedeninin vicdan ya da suçluluk duygusunun kendisi olduğunu söylemek zordur. Zira insanın kızarmasına yol açan, hissedilen duygu değil, diğerlerinin onu suçlu olarak değerlendireceği düşüncesidir. Başka bir deyişle başkaları önünde yapılan ya da başkalarının fark

edebileceği hatalar yapmak, diğerlerinin olumsuz değerlendirmelerine muhatap olunacağı düşüncesi doğurduğundan kızarmayı tetiklemektedir. Şüphesiz ki bu durumlardaki kızarmanın derecesi, işlenen suçu ya da yapılan hatayı gören-bilen-şüphelenen kişiye verilen değer oranında yüksek olacaktır. Ayrıca Darwin'e göre suçlanan insan, suçlu olup olmamasından bağımsız olarak kızarmaktadır (Darwin, 2001).

Suçluluk ve Utancın Psikolojik Temelleri

Bu kısımda, psikoloji literatüründe suçluluk ve utanç duygularını ele alan temel yaklaşımlar ve bu yaklaşımlarda öne çıkan araştırmacılar öne sürdükleri görüşleriyle birlikte sunulmaktadır. Aşağıda sırasıyla evrimsel yaklaşımın, psikoanalitik yaklaşımın, bilişsel yaklaşımın, süreç kuramının, fonksiyonel yaklaşımın ve kültürel yaklaşımın suçluluk ve utanç duygularına yönelik kavramsallaştırmaları temel dinamikleri itibarıyla anlatılmaktadır.

Evrimsel Yaklaşım

Suçluluk ve utanç duygularının evrenselliği tartışmalı olmakla birlikte evrimsel yaklaşım açısından bu konuyu ele alan araştırmacıların farklı görüşler iddia ettikleri görülmektedir. Bu kısımda, evrimsel yaklaşımın suçluluk ve utanç duygularını ele alışı incelenirken Ekman'ın, Tomkins'in ve Plutchik'in görüşlerine yer verilecektir.

Ekman'ın Yaklaşımı

Temel duyguların evrenselliğini ortaya koyan çalışmalar yapan Ekman (2012) *Emotions Revealed* isimli kitabında suçluluk ve utanç duygularının evrensel olma olasılığı taşıdığını, ancak ifade biçimlerinin çok açık olmaması nedeniyle yeterince bulgu elde edilemediğini belirtmiştir. Ekman'a göre suçluluk ve utanç çok yakın ilişkili duygular olmalarına rağmen aralarında önemli bir niteliksel farklılık bulunmaktadır. Bireyin suçluluk hissetmesi için söz konusu olayı kimsenin bilmesine gerek yoktur, kişi daha çok kendi kendini yargılamaktadır. Oysa utanma ve küçük

düşme, ancak başkaları tarafından ayıplanma, kabul görmeme ya da alay edilme durumunda hissedilmektedir. İşlediği kabahati kimse bilmediğinde kişi utanç duymayacaktır, ancak suçlu hissetmeye devam edecektir. Elbette, birey her iki duyguyu da hissedebilir (Ekman, 2012).

Ekman'a göre suçluluk ve utanç arasında ayrım yapmak önemlidir çünkü bu iki duygu insana iki şekilde etki etmektedir. Bunlardan birincisi kişinin rahatlamak için itiraf etmeye yönelmesi, ikincisi ise utandıran durum nedeniyle aşağılanmamak için kaçınmasıdır. Ayrıca yine Ekman'a göre hem yalan hem de yakalanma korkusu, durumu yaşayan kişiyi hata yapmaya sevk eden bir patoloji içermektedir. Ekman, utanç duygusunun dışsal belirtilerine de değinmiş ve en sık karşılaşılan tepkilerin gözlerini kapatma ve yüz kızarması olduğunu belirtmiştir. Ekman'a göre kızarma, suçluluğun işareti olarak da görülebilmektedir. Her iki durumda da kişinin yüzü aniden kızarmakta ve dışarıdan bakan biri bunun işlenmiş bir suçun mu yoksa mahcup olunan bir durumun mu işareti olduğunu bilememektedir (Ekman, 1992).

Tomkins'in Yaklaşımı

Tomkins (2008), *Affect Imagery Consciousness* isimli kitabında duyguları ele almış ve kendilerine has yapılarına ışık tutmaya çalışmıştır. Tomkins, kitabında utangaçlık, utanç ve suçluluk duygularının her düzeyde birbirinden kolayca ayrılamayacağını belirtmiş, bu duyguların temelde bir ve benzer olduklarını öne sürmüştür. Fakat bir yabancı varlığından dolayı yaşanan utangaçlıkla bir mücadeleyi başarıyla çözememe nedeniyle görülen utancın ya da ahlaka aykırı bir davranış neticesinde hissedilen utancın aynı anlamı taşımayacağını belirtmiştir. Tomkins, daha ziyade, bu duyguların gerektirdiği bilinçli farkındalığın aynı olduğuna dikkat çekmeye çalışmıştır.

Yaptığı araştırmalar sonrasında erken dönemde (bebeklikte) utanca yönelik yüz ifadelerinin görülmediği sonucuna varan Tomkins, utancın sonraki yaşlarda ortaya çıkan duygulardan biri olduğunu öne sürmüştür (Schore, 1991). Utançla ilgili gözle görülebilir değişiklikler olduğuna değinen Tomkins, bu duygu sırasında bireyin

gözlerini ve göz kapaklarını hafifçe aşağıya indirdiğini (Tomkins, 2008), başını aşağı ve yana doğru eğdiğini, bakışlarını başka tarafa çevirdiğini belirtmiştir (Nathanson, 2008). Ayrıca buna kan damarlarında genişleme, yüzde, boyunda ve gerdanda başkalarının fark edeceği derecede kızarmanın da eşlik ettiğini eklemiştir. Tomkins'e göre utanç, bir şey pozitif duygu deneyimini engellediğinde ancak tamamen son vermediğinde tetiklenen bir duygudur. Başka bir deyişle Tomkins, utanç duygusu öncesinde varolan pozitif duyuyu dağıtan ancak yerine yenisini koymayan bazı uyaranların varlığına dikkat çekmektedir. Utanç; hayalkırıklığı, beklentilerin yerle bir olması, her tür karşılaştırmada daha düşük olunduğunun bildirilmesi, alay edilme veya reddedilme vb. durumlarda ortaya çıkmaktadır. Baştaki pozitif duyusun doyum sağlayıcı şekilde yeniden geri dönmesiyle birlikte öncesinde varolan iyi tabloya odaklanma utancın kaybolmasını sağlamaktadır (Nathanson, 2008).

Plutchik'in Psikoevrimsel Yaklaşımı

Plutchik (2000)'e göre duygular yaşayan tüm organizmalar ile ilgilidir ve uyum sağlamaya yönelik amaçları vardır. Plutchik tarafından geliştirilen duyguların psikoevrimsel modeli literatürde çembersel model (circumplex model) olarak bilinmekte ve üç model üzerinden açıklanmaktadır: Yapısal model, ardışık model ve türevler modeli:

- *Yapısal model* duyguların özelliklerinin (yoğunluk, benzerlik, kutupsallık), üç boyutlu koni şeklinde bir yapıyla temsil edilebileceğini ve bu çembersel kesitlerin duygular arasındaki dairesel ilişkiler dizisine yöneltebileceğini varsaymaktadır. Kurama göre sekiz temel duygu vardır: Korku, üzüntü, öfke, kabul (yakınlık), iğrenme, şaşkınlık (hayret), beklenti (ümit), haz (keyif/neşe) (Plutchik, 2000).
- *Ardışık model* biliş, duyuş, nöral değişiklikler, eyleme yönelik dürtüler, amaç yönelimli davranışlar, savunmalar ve başa çıkma stratejileri içeren duygusal tepkilerin ana bileşenlerini tanımlamaktadır. Bu bileşenlerden her biri diğeriyle bir dizi geribildirim döngüsü yardımıyla ilişkilendirilmektedir. Bu

model duyguların karmaşık doğasına, davranışsal, homeostatik sistemlerine açıklık kazandırmaktadır (Plutchik, 2000).

- *Türevler modeli* ise kişilik, kişilik bozuklukları, ego savunmaları gibi kavramsal alanların duygulardan kaynaklandığını (türediğini) ve aralarında çeşitli ilişki örüntüleri olduğunu varsaymaktadır (Plutchik, 2000).

Kuramın ortaya çıkışında Darwin, William James ve Freud'un bakış açıları etkili olmuş ve güncel psikoloji araştırmalarıyla birlikte farklı bir boyut kazanmıştır (Plutchik, 2000). Plutchik'e göre davranışın birçok içsel düzenleyicisi vardır. Bunların pek çoğu korkunun diğer temel duygularla birleşiminden doğmaktadır. Örneğin; korku ve tiksinden eşit miktarlarda bir-aradalığı utanç duygusunu doğurmaktadır. Bu birleşime göre utanç şu şekilde ifade edilebilir:

$$\text{Utanç} = \text{Korku} + \text{Tiksinme}$$

Plutchik'e göre suçluluk duygusu da, davranışın muhtemel içsel düzenleyicilerinden biridir ve aralarında ince ayrıntılar bulunan iki yolla izah edilebilir. Bunlardan birincisi, suçluluk duygusunun beklenen korkuyla karışık bir beklenen hazzın sonucu olarak ortaya çıktığıdır. Bu suçluluk şu şekilde ifade edilebilir (Plutchik, 1991; TenHouten, 2007):

$$\text{Suçluluk} = \text{Haz} + \text{Korku}$$

Korku dolu bir üzüntü suçluluk duygusu gibi ümitsizlik, mahcubiyet ya da hafif utanma duygularını da ortaya çıkarabilmektedir. Ancak özellikle korku+haz bileşenlerinden oluşan suçluluk duygusu daha ön plandadır. Bu türde suçluluk yasaklanmış hazlara dayalıdır. Plutchik'e göre suçluluk, günah kavramıyla ilişkili olarak ele alınabilir. Dini açıdan yasaklanmış ve etik olmayan hazlar elde eden insanlar günah işlemiş olmaktadır ve bu dünyada ya da öteki dünyada cezalandırılacakları korkusuyla acı çekmektedirler. Başka bir deyişle günahla

bağlantılı haz ve korku birleşimi suçluluk duygusu üretmektedir. Eğer haz beklentisine dayalı baştan çıkarıcı bir şey yoksa sosyal yaptırımlara ve suçluluk duymaya da gerek yoktur (Pluthick, 1962/1991; TenHouten, 2007).

Plutchik'e göre ikinci tür suçluluk korku ve üzüntü duygularının bileşenidir (Pluthick, 1991):

$$\text{Suçluluk} = \text{Korku} + \text{Üzüntü}$$

Plutchik'e göre suçluluk duygusuyla başa çıkmanın dört yolu vardır (Pluthick, 1991):

1. Suçluluk duygusu bastırılmıştır; birey onun farkında değildir.
2. Suçluluk duygusu, yansıtma yoluyla rasyonalize edilebilir.
3. Çatışmaya yol açan bileşenlerde artma ya da azalma olabilir. Ancak suçluluk duygusu korku ve haz duygularının neredeyse eşit olarak var olduğu durumlarda ortaya çıkmaktadır. Eğer haz çok, korku az ise ya da korku çok haz az ise suçluluk duygusu ortaya çıkmaz.
4. Suçluluk; öfke, üzüntü, tikslenme, beklenti vb. duygularla karışık bir şekilde ortaya çıkabilmektedir.

Psikoanalitik Yaklaşım

Bu kısımda, psikoanalizin suçluluk ve utanç duygularını ele alışı incelenirken Freud'un, Helen Block Lewis'in, Piers ve Singer'in, Schore'un, Nathanson'un, Erikson'un ve Horney'in görüşlerine yer verilecektir. Freud ve psikoanaliz tıpkı Dostoyevski ve Kafka'nın eserlerinde görülebileceği gibi, yanlış bir şey yapmasa da hissedilebilen bir duygu olarak ele almaktadır (Solomon, 2007).

Sigmund Freud'un Yaklaşımı

Freud, suçluluğu, saldırganlık dürtüsünün içselleştirilmiş bir biçimde ve vicdan adı altında egoya yönelişi ve ego ile süperegö arasında gerilim olarak açıklamış (Freud, 1999; Amodio, Devine, & Har, 2007; Baumeister & Alquist, 2009; Wolf ve ark., 2010); cezalandırma ihtiyacı ile ilişkilendirmiştir. “*Civilizations and Its Discontents*” (1930/1999) isimli yapıtında pişmanlık durumunu, suçluluğun bilinç düzeyinde algılanışının bir ürünü olarak ele alan Freud; suçluluk duygusunu, kaygının topografik bir türü; vicdanı, süperegönün bir işlevi olarak kabul etmiştir.

“*Civilizations and Its Discontents*” başlıklı eserin suçluluk duygusunu inceleyen bölümünde, bireylerin suçluluk duygusu hissetmesine yol açan etmenleri tartışan Freud, yazının girişinde, bireyin kötü bir şey yapması halinde suçluluk duyduğunu belirtmiş, ardından eyleme gerek kalmaksızın bireyin sadece kötü bir şey yapmayı aklından geçirmiş olmasının -yani sadece niyetlenmiş olmasının bile- suçluluk duygusu hissetmesine yol açabileceğini belirtmiştir. Freud’a göre her iki durumda da birey, bir şeyin kötü ve yapılmasının suç olduğu ile ilgili bir farkındalık hali içindedir. Bu kötü ve suç olan şeylerin dışsal bir belirleyicisi bulunmaktadır. Birey, bu dışsal etkiye iki sebeple boyun eğmektedir: Bağımlı olunan kişinin sevgisini kaybetme tehlikesi ve kendisi için güç figürü olan biri tarafından cezalandırılma tehlikesi. Birey açısından her iki duruma da yol açacak davranışlar kötüdür. Bu “kötü” olanın suçluluk hissettirmesi, otoritenin içselleştirilmesi ile mümkündür. Otoritenin içselleştirilmesi ise süperegö aracılığıyla gerçekleşmektedir. Ancak zamanla süperegö, otoritenin kendisinden bile güçlü konuma geçmektedir. Zira süperegödan sadece davranışlar değil düşünceler de gizlenmemektedir. Başka bir deyişle bireyin yalnızca yapıp ettikleri değil, niyetlendikleri de süperegönün denetimindedir. Dolayısıyla suç içerikli bir eylem daha hayata geçmeden, düşünce düzeyindeyken bile bireye suçluluk hissettirebilmektedir. Sonuç olarak suçluluk duygusunun, otorite korkusu kadar süperegö korkusu nedeniyle de hissedildiğini söylemek mümkündür. Otorite korkusu, suç içerikli davranıştan kaçınmayı teşvik ederken, süperegö bunun da ötesine geçerek ceza ihtiyacını da harekete geçirmektedir. Üstelik süperegö herşeyi bilen, gören konumunda olduğu için olumsuz

eylemiden vazgeçmiş olmak bile suçluluk duygusu hissedilmesinin önüne geçememektedir (Freud, 1999).

Freud, suçluluk duygusu ile ilgili tartışmalarında Oedipus kompleksine değinmiş ve bu tartışmalara Oedipus mitinden hareketle efsanevi ve tarihi bir içerik kazandırmıştır. Mite göre, babalarına karşı şiddetli sevgi ve nefret duyguları hisseden evlatlar, saldırganlığın yıkıcı etkisiyle nefretlerine yenik düşmüş ve babalarını öldürmüştürler. İşledikleri bu suçun içlerinde yarattığı pişmanlıkla birlikte evlatlar, ilk suçluluk deneyimlerini yaşamışlardır. Freud'a göre, babayla başlayan bu ilişki tarih boyunca yol alarak grupla ilişkide tamamlanmakta (Freud, 1999) ve günümüzün suçluluk yaşantılarının temelini oluşturmaktadır.

Freud, utanç için "scham" terimini kullanmıştır. Ancak utancı, ne semptom ne de duygu olarak ele almıştır. Freud'a göre utanç süperegodan kaynaklanan içsel bir gerilimdir ve cinsellik ya da teşhircilikle ilişkilidir (Piers ve Singer, 1972). Freud'un utanç duygusunu, teşhircinin heyecanına ve aşırı uyarılmasına karşı koyan bir süperego fonksiyonu olarak gördüğü (Schore, 1991) bilinmekle birlikte utanç duygusunu pek fazla irdelemediği görülmektedir. *Three Essays on Theory of Sexuality* isimli yapıtında utanç ve iğrenmenin, latent dönemde geliştiğine (bundan önce aktif hale gelmediğine) değinen Freud, utancın, Oedipal çocukların kendi bedenini sergileme (teşhir) ve başkalarının bedenlerine bakma eğilimlerini bastırmalarına yardımcı olduğunu belirtmiştir (Freud, 2005). Bu bilgiler ışığında, Freud'a göre utancın, Oedipal kompleksin çözülmesinden sonra geliştiğini söylemek mümkündür.

Helen Block Lewis'in Yaklaşımı

Helen B. Lewis, suçluluk ve utanç duygularıyla ilgili yaptığı kavramsallaştırmalarla, literatüre önemli katkılarda bulunmuş ve bu duyguların derinlemesine incelenmesine öncülük etmiş başarılı psikoanalistlerden biridir. Özellikle utanç duygusu konusunda literatüre yaptığı katkılar günümüzde hala güncelliğini korumaktadır. Lewis, 1971 yılında yayınladığı *Shame and Guilt in Neurosis* isimli eserinde, suçluluk ve utancı

psikoterapötik açıdan kapsamlı bir şekilde irdelemiştir. Bilindiği üzere, Freud'un çalışmaları, suçluluk duygusunu kapsamlı bir şekilde ele alsa da utanç duygusunun önündeki sır perdesini kaldırmamıştır. Lewis, yaptığı çalışmalarla psikoanalizin bu konudaki eksikliğini gidermiş ve bu öncü yönüyle, psikoanalitik açıdan "utancın ebesi" olarak kabul edilmiştir (Zarem, 2006). Utancı, terapi seansı sırasında çoğunlukla göz ardı edilen ama hali hazırda her an bulunan bir duygu olduğunu öne süren Lewis, danışan-danışman ilişkisi sırasında analiz edilmeyen utancın, danışanın semptomlarının şiddetlenmesine ve olumsuz terapötik tepkiler geliştirmesine yol açtığını belirtmiştir (Lewis, 1971).

Lewis'e göre utanç; küçük düşme, çekingenlik, gülünç duruma düştüğünü hissetme, acı verici bir öz-bilinç, mahcubiyet ve hayal kırıklığından oluşan duygu ailesinin örtüsüdür. Bu duyguların her biri, birbirinden ayırmakla beraber hepsinin ortak bir noktası vardır: Deneyim odakları "benlik"tir. Utanç; reddedilme, başarısızlık ve hüsrana uğrama durumlarında ortaya çıkan, bireyin kendini çaresiz hissetmesine yol açan ve benliğe acımasızca saldırıda bulunan bir duygudur. Lewis'e göre bireyin kendisinin ve başkalarının gözünde öz-saygısını yitirmesine neden olan utanç yaşantısı bireyde saklanma, gözden kaybolma, bir deliğe sinme isteği uyandırmaktadır. Ayrıca utanan birey kızarmakta, terlemekte, kalp atışlarında bir artış gözlenmektedir. Bu uyarılma haline karşın birey bedensel olarak donmuş, felç olmuş gibi hissetmektedir (Lewis, 1971).

Lewis'in utanç duygusunu, "*tanımlanamamış utanç*" ve "*bypass utanç*" olmak üzere ikiye ayırdığı görülmektedir. Tanımlanamamış utançta birey, belirgin bir biçimde kendinden nefret etme hali içindedir ancak bu duyguyu utanç olarak tanımlamamaktadır. Birey kızarma, gözlerini kaçırma vb. gözle görülür belirtiler sergilemekte fakat bu belirtileri utanç olarak adlandırmamaktadır. Bunun yerine, kendini değersiz ve ucube olarak görmekte, kendinden nefret etmektedir. Ayrıca bu durumdaki danışanlar seansta kendilerini gergin, berbat ve boş hissettiklerini söylemektedirler. Bypass utançta ise birey, utandıran olayı yaşamış, hatta utandığını söylemiş ancak bu duyguya kendini kaptırmamıştır. Lewis'in "benliğin bir anlık sarsılması" olarak adlandırdığı bu durum, takıntıyla ve suçluluk duygusuyla iç içe bir

noktaya taşınmaktadır, dolayısıyla onlardan ayrıştırılması oldukça zordur (Lewis, 1971).

Lewis, utanç duygusuna yönelik yapmış olduğu açıklamaların yanı sıra, suçluluk duygusunun anlaşılmasına ve utanç duygusundan ayrıştırılmasına da önemli katkılarda bulunmuştur. Lewis'e göre suçluluk, Freud tarafından belirtildiği gibi, yalnızca bir düşmanlık ürünü değildir; sevilen kişi tarafından beğenilen biri olarak kalma ihtiyacının da bir ürünüdür. Suçluluk duygusu, çoğunlukla ahlaki bir ihlalle ilişkili olarak ortaya çıkabilmekte ve benliğin belirli bir şeyle ilgili olarak olumsuz değerlendirilmesine dayanmaktadır (Lewis, 1971; Lewis, 1984). Başka bir deyişle suçluluk, benliğin bir aktivitesinin olumsuz değerlendirilmesiyle ilgilidir. Ancak bu olumsuz değerlendirme, utançta olduğu gibi mutlaka içselleştirilmiş olmak zorunda değildir. Suçlulukta, birey, benliğin sorumlu olduğu bir eylem, olay ya da şeyle ilgili bir sorumluluk hissetmektedir. Dolayısıyla suçlulukta, kimlikle ve kişinin kim olduğuyla ilgili sorgulamalar daha az görülmekte; benliğin belirli bir davranışına odaklanılmaktadır.

Lewis (1971) psikoanalitik yaklaşımın “utanç ve suçluluk duygularının süperegö fonksiyonlarından biri olduğu” iddiasına katılmakla birlikte bu argümanın doğru kabul edilmesi için aşağıdaki varsayımlar üzerinde durulması gerektiğini belirtmiştir:

1. Suçluluk ve utanç duygularının bir kısmı bilinçlidir bir kısmı ise farkındalık dışı gelişebilmektedir. Başka bir deyişle bu duyguların her biri bilinç ve bilinçdışı süreçleri içermektedir. Dolayısıyla bilinçdışı suçluluk ve utancın, bilinç alanında ortaya çıkarılması önemlidir.
2. Suçluluk ve utanç duygularının biyolojik temellerinin olduğu ve dürtü düzenlemeye hizmet ettikleri düşünülebilir. Dolayısıyla savunma dürtüleri ya da içgüdüsel bir davranışın yönünü değiştirme belirtileri olabilirler. Bu nedenle, iki duygu dürtü kontrolü noktasında gruplaşabilmektedir. Bu gruplaşma, dikkatin suçluluk üzerine yoğunlaşmasına ve utancın göz ardı edilmesine yol açabilmektedir. Utanç ise cinsel dürtülerin kontrol altına

alınmasında ya da cinsel hayal kırıklıklarında deneyimlenen bir duygu olarak karşımıza çıkabilmektedir.

3. Suçluluk ve utanç süperego'nun bir fonksiyonu olsalar da farklı süperego fonksiyonlarına göre işlemektedirler. Suçluluk duygusunda, bireyin değerler sistemi, farkındalığının odak noktasıyken; utanç duygusunda bireyin başkalarının gözündeki imajı odak noktası olarak görülebilmektedir.

Piers ve Singer'ın Yaklaşımı

Psikoanalist Piers ve Antropolog Singer (1972)'a göre suçluluk ve utanç yalnızca duygusal patoloji için değil, ego gelişimi, karakter oluşumu ve sosyalleşme açısından da önemlidir. Suçluluk hissi, süperego ile ilişkilidir; içsel bir otorite olmaksızın suçluluğun ortaya çıkması olası değildir. Suçluluk, yakalanma korkusu içeren bir endişe ya da gerçekleşmesi yakın gerçekçi ve bilinçli bir ceza korkusu içermektedir. Suçluluk duygusu, süperego'nun koyduğu kuralların ihlal edilmesinden duyulan kaygıyla ilişkilidir. Başka bir deyişle suçluluk duygusu, süperego tarafından oluşturulmuş sınırların aşılması veya zorlanması durumunda hissedilen acı verici içsel bir gerilimdir. Bu ihlale yönelen ise saldırganlık ve yıkıcılık dürtülerini harekete geçiren id'dir. Piers ve Singer utancın pek çok araştırmacı tarafından nevrotik bir semptom ya da karakter özelliği olarak kabul edildiğini belirtmiş, ancak kendilerinin utancı temelde bir duygu olarak ele aldıklarını belirtmişlerdir.

Schore'un Yaklaşımı

Tomkins ve Mahler'in teorilerini bütünleştirmeye yönelik bir yaklaşım izleyen Schore, suçluluk ve utanç duygularının süperego'nun farklı fonksiyonları oldukları ve farklı gelişimsel kökenleri olduğu konusunda Piers ve Singer ile benzer bir görüştedir. Schore'a göre çocuklarda utanç sistemi konuşma öncesi dönemde ortaya çıkarken, suçluluk duygusu konuşma döneminde görülmektedir. Utanç duygusu, aşırı haz, ilgi ya da heyecan arayışının ketleyicisi olarak işlev görmektedir. 10-16 aylık bebeklerle çalışan Schore, Mahler'in ayrışma-bireyleşme pratiklerinin izini sürerek bebeklerin dünyayı keşifleri sırasındaki aşırı coşku, ilgi ve sevinç

yaşantılarını izlemiştir. Bebeklerin bu keşifler sırasında yeniden enerji almak için anneye döndüklerini, ancak annenin onlara kimi zaman ayak uyduramadığını gözlemlemiştir. Böylece bebeğin yeniden bağlanma ihtiyacına kayıtsız kalan anne, bebeğine uyamamakta, bu da utancın ortaya çıkmasında tetikleyici olabilmektedir. Bebeklerin utançla sonuçlanan bu yaşantıları, ilk narsistik yaralanma deneyimini de oluşturmakta ve sonraki yaşantılara zemin hazırlamaktadır. Ayrıca utancın ortaya çıkışı, bebeğin bir sonraki aşamaya geçmesi açısından önem taşımaktadır (Schoore, 1991).

Nathanson'ın Yaklaşımı

Suçluluk ve utancın hoş duygular olmadıklarını ve iç-psişik çatışmalarla ilgili olduklarını belirten Nathanson, bu duygular arasındaki farklılıklar üzerinde durmuştur. Nathanson'a göre, suçluluk duygusu, bir dizi kuralın ya da içsel standardın ihlaliyle ve işlenen bir suçun cezasını çekmeyle ilişkiliyken, utanç benlikle ilgili sorgulamalar içermektedir (Nathanson, 1987). Nathanson'a göre utanç hem onu anlamayı kolaylaştıran hem de zorlaştıran evrensel bir duygudur ve günlük yaşamda karşılaşılan pek çok kişilerarası ilişki probleminin temelinde yatmaktadır (Nathanson, 2008). Bebeklerin ilk utanç deneyimleri kişilerarası durumlar içinde gelişmektedir.

Helen B. Lewis ve Michael Lewis ile paralel bir bakış açısı sergileyen Nathanson, utancın benliğin bazı niteliklerine yönelik soru işaretleriyle ilişkili olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Narsisizm Çağı olarak adlandırılan bu çağda utancın psikopatolojinin en önemli parçası olduğunu belirtmiştir. Öte yandan utancın bireyleri, başkalarının kendileriyle aynı fikirde olmadıklarını gördüklerinde, narsisizmden koruyan bir yönü de vardır. (Nathanson, 1987).

Bebeklerde iki buçuk ay civarında ilk utanç formlarının şekillenmeye başladığını öne süren Nathanson, bebeklerin narsistik olmadıklarını, sadece doğdukları andan itibaren insanlarla yüksek düzeyde bağlantı kurduklarını iddia etmektedir. Dolayısıyla Nathanson, utancın benlik ve öteki arasındaki ayrımı vurgulayarak

benlik gelişimine katkıda bulunduğuna inanmaktadır. Nathanson'a göre, bebek bir başkasına etkide bulunup beklediği/arzu ettiği tepkiyi göremediğinde utanç duygusu geliştirmektedir (Nathanson, 1987; Schore, 1991; Barret, 1995).

Horney'in Yaklaşımı

Karen Horney suçluluk ve utanç duygularını nevrozlar çerçevesinde ele almıştır. Horney *Neurosis and Human Growth* isimli eserinde, merkezini kendini idealleştirmenin oluşturduğu görkem arayışını ele alırken üç eğilimden söz etmektedir: Mükemmellik ihtiyacı, nevrotik hırs ve öç alıcı yengi. Horney'e göre, bu eğilimler, hem nevrotik birer çözüm hem de nevrotik yapının içsel gerekliliklerince belirlenen eğilimlerdir. Dolayısıyla doğaları itibariyle zorlantılıdır. Horney, bireylerin bu zorlantılı eğilimlere uygun hareket etmemeleri halinde, suçluluk ve kaygı hissettiklerini öne sürmektedir. Kendini suçlama tepkisini, kendinden nefret etme eğilimi bağlamında açıklayan Horney'e göre, bireyin abartılı ve yersiz bir biçimde kişisel sorumluluk yüklenmesi, yakın çevresinde olumsuz giden her şeyden kendini sorumlu hissetmesine ve bu nedenle kendini suçlamasına yol açabilmektedir (Horney, 2011).

Utanç duygusunu nevrotik gururu açıklarken ele alan Horney, incinmiş gururun iki tipik tepkiye yol açtığını öne sürmüştür: Utanç ve aşağılanma. Gurur ve utanç duygusundaki öznel farklılıklara değinen Horney, insanları gururlandıran ve/veya utandıran durumların değişebileceğini belirtmiştir. Ayrıca suçluluk, utanç ve mahcubiyet duygularının birbirine karıştırılabileceğini bu nedenle yaşanan duyguların kökenlerini tespit etmenin önemli olduğunu dile getirmiştir (Horney, 2011).

Erikson'un Yaklaşımı

Erikson'un Psiko-Sosyal Gelişim Kuramı, insan gelişimini temel güvene karşı güvensizlik (0-1 yaş), özerkliğe karşı kuşku ve utanç duygusu (1-3 yaş), girişimciliğe karşı suçluluk duygusu (3-6 yaş), başarılı olmaya karşı yetersizlik duygusu (7-11

yaş), kimlik kazanmaya karşı kimlik kargaşası (11-17 yaş), yakınlığa karşı yalıtılmışlık (17-30 yaş), üretkenliğe karşı durgunluk (30-60 yaş) ve benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk (60 ve üstü yaş) olmak üzere sekiz evreye dayandırarak açıklamıştır. Evrelerin isimlerinden de anlaşılacağı üzere Erikson, utanç duygusunun, suçluluk duygusundan önce geliştiğini öne sürmektedir. Öte yandan Erikson'a göre utanç duygusu, uzun yıllar suçluluk duygusunun gölgesinde kalmıştır (Erikson, 1993).

Özerkliğe karşı kuşku ve utanç duygusu evresinde, çocuk kendi davranışlarının farkına varmaya başlamıştır. Erikson bu evreyi anlatırken, utancın insan gelişiminin önemli bileşenlerinden biri olduğunu öne sürmüş ve merkezinde öz-bilincin olduğunu belirtmiştir. Erikson'a göre utançta, kişinin görünür olma ama görünür olmaya hazır olmama durumu söz konusudur. Utanan kişi yüzünü saklama ya da yerin dibine girme isteği duymakta ve görünmez olmayı dilemektedir. Dolayısıyla utancın bir bilinçlilik/farkındalık hali içinde geliştiğini söylemek mümkündür. Girişimciliğe karşı suçluluk duygusu evresinde ise çocuk kendi başına çeşitli girişimlerde bulunmaktadır. Erikson, bu aşamadaki en önemli riskin, çocuğun yeni zihinsel-motor yeterlilikler ve coşkulu bir haz içinde giriştiği eylemler nedeniyle suçluluk hissetmesi olduğunu belirtmiştir. Özerklik, temelde olası rakipleri dışarıda tutma (ve bu yüzden kardeşlerinin onun olana yaptığı saldırıları karşısında kıskançlık hissetmesi) üzerine yoğunlaşırken girişimcilik, birinci olma yarışı içine girmeyi beraberinde getirmektedir. Bu rekabet, annenin gözünde ayrıcalıklı bir yer edinme yarışıyla doruk noktasına ulaşmaktadır. Yapılan yarışta başarısız olması halinde ise çocuk teslimiyet, suçluluk ve kaygı duyguları yaşamaktadır (Erikson, 1993).

Bilişsel Yaklaşım

Bu kısımda, suçluluk ve utancı bilişsel bileşenleri ile inceleyen araştırmacılardan Kagan, Buss ve Lewis'in bakış açılarının kilit noktaları aşağıda yer almaktadır.

Jerome Kagan'ın Yaklaşımı

Kagan (2007)'a göre utanç duygusu, bireylerin yaşanan kötü durum üzerinde kontrolleri olmadığına inandıklarında, suçluluk duygusu ise olaya kendi kararlarının ve eylemlerinin yol açtığını düşündüklerinde hissedilmektedir. Bireyler eğer yaşanan duruma kazara değil kasti olarak sebep olduklarını düşünürlerse, daha fazla suçluluk ya da utanç hissetmektedirler (Kagan, 2009). Kagan, kişisel standartların eylemde ya da zihinde ihlal edilmesi halinde suçluluğun ortaya çıktığını ileri sürmüştür. Suçluluk ve utanç, biyolojik olarak hazırlanılan, gelişimsel açıdan zamana dayanan duygular olsalar da, yaşanma sıklıklarında ve yoğunluklarında kültürlerarası farklılıklar bulunmaktadır (Kagan, 1999).

Kagan'a göre bir yaşın altındaki çocuklar utanç ya da empati gibi yaşantılar deneyimleyemezler çünkü beyinleri bu tür bilişsel süreçleri gerçekleştirecek kadar olgunlaşmamıştır (Kagan, 2010). 18-24 ay arasındaki çocuklar ise bir görevi başaramadıklarında başlarını öne eğerek utanma tepkisi gösterebilmektedirler (Kagan, 1981).

Arnold Buss'un Kendilik Bilinci Yaklaşımı

Arnold Buss (1979), Mark Twain'in "*insan yüzü kızaran ya da kızarmaya ihtiyaç duyan tek hayvandır*" sözüyle paralel gözlemlerden yola çıkmış ve utanmanın insan türüne has bir tepki olduğunu gözlemlemiştir. Buss, normal çocuklarda ve yetişkinlerde utanma tepkisinin açık bir şekilde gözlenebilmesine rağmen bebeklerde neden kızarma tepkisi olmadığını (ya da bunun için neden aradan birkaç yıl geçmesi gerektiğini) ve kızarma durumunun ortaya çıkması için neyin gerekli olduğunu merak etmiş ve çalışmalarını bu noktalara açıklık kazandırmak amacıyla yürütmüştür.

Buss, yaptığı incelemeler sonucunda, bireylerin topluluk içinde aptalca bir şey ya da sosyal olarak hatalı bir şey yaptıklarında neden utandıklarıyla ilgili çeşitli çıkarımlarda bulunmuştur. Buss bunun nedenlerinden birini, bireylerin bir sosyal

nesne olarak kendilerinin farkında olmaları ve başkalarının kendilerini aptal ya da sakar olarak değerlendireceklerini biliyor olmaları ile açıklamıştır. Başka bir deyişle Buss'a göre eğer bireyler kendilerini sosyal bir nesne olarak görmeselerdi ya da başkalarının bakış açısının farkında olmasalardı, utanmazlardı. Bu nedenle sosyal benlik gelişene kadar, yani yaklaşık beş yaşına kadar utanç duygusunun gelişmesi pek olası değildir çünkü küçük çocuklar henüz kendilerine utanma yaşatacak bir sosyal benlik geliştirmemişlerdir. Dolayısıyla utanma sosyal benlik eksikliğinin bir göstergesi olarak değerlendirilebilir (Buss, 1979).

Lewis'in Bilişsel Atıf Kuramı

Michael Lewis'e göre, temel duygular (korku, öfke, üzüntü vb.) birinci yaşta görülürken, ikincil duygular ikinci yaşın sonları itibariyle görülmeye başlamaktadır. Utanç, suçluluk, mahcubiyet, gurur vb. duygular kendilik bilinci duygularıdır ve ikincil duygular arasındadır. Bu duyguların gelişmesi için dört temel edinim gereklidir (Lewis, 2008; Lewis, 2011):

- (1) Kendilik bilincinin gelişimi,
- (2) Standartların, kuralların, hedeflerin (SKH) gelişimi,
- (3) Bireyin davranışının bu SKH ile birebir değerlendirilmesi,
- (4) Benlik odağı.

SKH'lerin oluşturulması, bireyin bu SKH'lere dayalı olarak başarı ve başarısızlık değerlendirmeleri ve benliğe yönelik atıflarının ardından kendilik bilinci duyguları ortaya çıkmaktadır (Lewis, 2007; Lewis, 2008; Lewis, 2011).

Lewis, bu bakış açısını test etmek amacıyla bir dizi deneysel çalışma yürütmüş ve bilişsel yeterliliklerle öngörülen duygular arasındaki bağlantıları ortaya koyan bulgular elde etmiştir. Lewis elde ettiği bulgulardan hareketle, literatürde Kendilik Bilinci Duygularına Yönelik Bilişsel Atıf Kuramı adı verilen yapısal bir model

ortaya koymuştur. Modelde bu duyguların ortaya çıkışını sağlayan unsurlar şu şekilde açıklanmaktadır (Lewis, 2007; Lewis, 2008):

1. Standartlar, kurallar ve hedefler (SKH): Lewis (2011)'e göre kendilik bilinci duygularının ortaya çıkışı öncelikli olarak bir dizi standart (standards), kural (rules) ve amacın (goals) (SKA) varlığını gerektirmektedir. Kültür tarafından belirlenen standartlar, kurallar ve amaçlar, erken yaşlardan itibaren çocuklar tarafından öğrenme yoluyla içselleştirilmektedir.

2. Değerlendirme: Lewis (2008)'e göre bireyin kendi duygu, düşünce ve eylemlerini değerlendirmesi, kendilik bilinci duygularını harekete geçiren bilişsel değerlendirme sürecinin ikinci aşamasıdır. Birey tarafından yapılan bu değerlendirmenin iki temel boyutu vardır:

1. Değerlendirmenin içsel ve dışsal yönleri,
2. Bireyin belirli bir standarda göre başarılı ya da başarısız olduğunu saptaması.

Lewis (2007; 2011)'e göre yaşadıkları olayları bir dizi standart, kural ya da amaçlar doğrultusunda değerlendiren bireylerin, kendilerini eylemlerinde başarısız hissetmeleri halinde suçluluk ve utanç duyguları ortaya çıkmaktadır. Bu olayların da bireyin bizzat kendisi tarafından tanımlanması gerekmektedir. Zira kendilerine suçluluk ya da utanç hissettiren durumun ne olduğunu yalnız bireylerin kendileri açıklayabilmektedir. Bireyler SKH'yi çiğnediklerinde, başarısızlıklarıyla ilgili içsel ya da dışsal bir değerlendirme yapmaktadırlar. Dışsal nedenlere yükleme yapan bireyler, başarısızlıklarını talihe veya başkalarının eylemlerine bağlamakta, kendi özelliklerine dair bir değerlendirme yapmamaktadırlar.

3. Benliğe yönelik atıflar: Suçluluk ve utançta yapılan atıflar farklılaşmaktadır (Stoerber, Kempe, Keogh, 2008). Lewis (2008)'e göre SKH'yi çiğneyen bireylerin bazıları tüm benliklerine odaklanmakta, "Bunu yapabildiğime göre **ben kötü bir**

insanım” vb. ifadelerle kendileriyle ilgili karaktere dayalı olumsuz değerlendirmeler yapmaktadırlar ya da tam tersi, bir başarı elde ettiklerinde “Bunu yapabildiğime göre **ben iyi bir insanım**” gibi benliklerine bir bütün olarak olumlu yönde odaklanmaktadırlar. Belirli bir davranışa dayalı olarak değerlendirme yapan bireyler ise “**Bir hata yaptım** ve bu hatayı bir daha tekrar etmemeliyim.” vb. değerlendirme süreçleri yaşamaktadırlar.

Bilişsel Atıf Kuramı suçluluk ve utanç duygularının, bir başarısızlığın sonucu olarak ortaya çıktığını öne sürmektedir (Lewis, 2007). Lewis, başarısızlıkla ilgili atıflar tüm benliğe odaklanırsa utanç duygusunun, benliğin belirli bir eylemine odaklanırsa suçluluk duygusunun ortaya çıktığını iddia etmektedir (Tangney, Niedenthal, Covert, & Barlow, 1998; Lewis, 2007; Lewis, 2008; Lewis, 2011). Sonuç olarak benliğin bütününe yapılan atıfların utançla, belirli bir bölümüne yapılan atıfların suçluluk ve pişmanlıkla ilişkili olduğunu söylemek mümkündür.

Lewis’e göre utanç duygusunun ortaya çıkışı olayın yorumlanışından kaynaklanmakta ve bu duygu, bireyin doğrudan benlik sistemine saldırmaktadır. Suçluluk duygusu ise, bireylerin kendi davranışlarını bir başarısızlık olarak değerlendirmeleri durumunda hissedilmekte ve öz-değerlendirme benliğin belirli bir eylemine odaklı olarak yapılmaktadır. Oysa utanç duygusunda mutlaka açık bir başarısızlık olmak zorunda değildir, dolayısıyla utanç, gizli ya da örtük durumlarda da hissedilebilmektedir. Utanan bireylerde süregelen davranışların kesintiye uğraması, olay nedeniyle zihinsel bir karmaşa, konuşma yeteneğinde bozulma ya da saklanmak/gözden kaybolmak istercesine büzülme, kamburlaşma görülebilmektedir. Utanç duygusu hisseden birey, yaşadığı duygudan kurtulmak için olayı yeniden yorumlama ya da unutmaya ve bastırma gibi yollara başvurabilmektedir. Utanç duygusundan farklı olarak suçluluk duygusunda bireyler başarısızlıktan dolayı yaşadıkları acıdan kurtulmak için doğrudan doğruya başarısızlığa yol açan kaynağa ya da zarar nesnesine yönelmektedirler. Başarısızlığın düzeltilmesi ya da tekrarlanmasından kaçınma, bu duygunun telafiye ve zararı gidermeye yönelik eylemleri arasındadır. Dolayısıyla kaçınma eylemlerinden ziyade yaklaşma eylemlerine yönelme gözlenmektedir. Bununla beraber suçluluk ve utanç

duygularının birbirine eşlik ettiği durumlar da görülebilmektedir. Örneğin, bireyi utandıran bir eylem suçluluk duygusuna yol açmasa da suçluluk hissettiren bir eylem, utanç duygusuna sebep olabilmektedir (Lewis, 2007; Lewis, 2008; Lewis, 2011).

Tangney ve Fischer’ın Yaklaşımı

Tangney (1995), suçluluk ve utanç duygularıyla ilgili kavramsallaştırmalarında Helen Block Lewis (1971)’in bilişsel, duygusal ve motivasyonel tanımlamalarından hareket etmiş ve onun “*Shame and Guilt in Neurosis*” başlıklı makalesini referans olarak kendi çalışmalarında da oradaki ayrımları gözetmiştir. Zira tarihsel süreci içinde incelendiğinde psikoloji literatüründe suçluluk ve utanç duygularını ayırtmaya yönelik girişimlerin mutlak bir uzlaşmayla sonuçlanmadığı, bu duyguların kavramsallaştırmasında muğlâk noktaların kaldığı görülmektedir (Tangney, 1995). Bu muğlâklıkların suçluluk ve utanç duygularının sahip olduğu ortak özelliklerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Tangney’e göre bu ortak yönler şu şekilde sıralanabilir:

Suçluluk ve utanç duyguları (Tangney, 1995; Tangney ve Dearing, 2002);

1. Bireyleri moral davranışa yönlendirdikleri, ihlal etme (kural çiğneme) davranışlarının önünü kestikleri için “moral duygular” sınıfında ele alınan duygulardır.
2. Benlikle ve öz-değerlendirme süreçleriyle bağlantılı olduklarından “kendilik bilincine dayalı duygular” kategorisinde gruplandırılmaktadırlar.
3. Çeşitli kişisel başarısızlık ve kural ihlallerine karşılık olarak geliştikleri için olumsuz değer biçilen duygulardır.
4. Benlikle ilgili olumsuz olaylara yönelik içsel atıflar içermektedirler.
5. Kişilerarası bağlamda deneyimlenmektedirler.
6. Suçluluk ve utanç duygusu hissedilmesine yol açan olaylar oldukça benzerdir. Okulda, işte, sporda vb. karşılaşılan başarısızlıklar ya da toplumsal gelenek ve sosyal kuralların ihlali çoğunlukla suçluluk duygusuna yol açarken, sosyal olarak

uygun bulunmayan davranışlar ve kılık-kıyafet, yetersizlikler, eksiklik ve kusurlar genellikle utanç duygusunu ortaya çıkarmaktadır.

Suçluluk ve utanç duyguları arasındaki farklılıklar ise şu şekilde sıralanabilir (Tangney, 1995; Tangney ve Dearing, 2002):

1. Utanç duygusunda değerlendirme odağı bütün benlik (*Ben korkunç bir şey yaptım*) iken suçluluk duygusunda belirli bir davranıştır (*Ben korkunç birşey yaptım*).
2. Hissedilen sıkıntı açısından bakıldığında utanç duygusunun suçluluk duygusundan daha acı verici olduğu anlaşılmaktadır.
3. Olgusal yaşantı, utanç duygusunda büzülme, küçük hissetme, değersizlik ve güçsüzlük şeklinde görülürken suçluluk duygusunda gerginlik, vicdan azabı ve pişmanlık deneyimlenmektedir.
4. Benliğin işlevi açısından bakıldığında, utanç duygusunda benliğin gözleyen ve gözlenen benlik olmak üzere ikiye ayrıldığı görülmektedir. Buna karşın suçluluk duygusunda benlik bölünmemiştir, birleşik ve tamdır.
5. Utanç duygusunda benlik bir bütün olarak değersiz görüldüğü için zedelenmiş bir benlik söz konusudur. Ancak suçluluk duygusunda benliği bir bütün olarak olumsuz değerlendirmeye dayalı bir zedelenme durumu söz konusu değildir.
6. Başkalarıyla karşı karşıya gelmekten endişe duyma, utanç duygusunda yoğundur, çünkü benliğin diğerleri tarafından olumsuz değerlendirileceği kaygısı mevcuttur. Suçluluk duygusunda ise karşı karşıya gelmekten endişe duyma hali bireyin diğerlerine yaptığı etkiden kaynaklanmaktadır (Bireyin diğerlerini nasıl etkilediği, onlara nasıl bir zarar verdiği vb.).
7. Suçluluk duygusunda zihinsel olarak davranışların bazı yönleri felaket nedeni kabul edilirken, utanç duygusunda benliğin bazı yönleri yıkım nedeni sayılmaktadır.
8. Motivasyonel özellikleri açısından bakıldığında utanç duygusunda saklanma, kaçma ya da misilleme yapmak arzulanırken, suçluluk duygusunda itiraf etme, özür dileme ya da telafi etme davranışlarına yönelik bir istek gözlenmektedir.

Süreç Kuramı

Tracy ve Robins (2004) kendilik bilinci duygularını, temel duygulardan ayıracak kapsamlı bir model geliştirmiştir. Kendilik Bilinci Duygularına Yönelik Süreç Modeli adı verilen bu modele göre kendilik bilincine dayalı duygular (Tracy ve Robins, 2004);

1. **Benlik-farkındalığı ve benlik-temsili gerektirmektedir.** Benlik farkındalığı ve benlik-temsili öz-değerlendirme sürecinin gelişmesini, böylece kendilik bilinci duygularının ortaya çıkmasını mümkün kılmaktadır. Öz-değerlendirmeyle ilgili süreçlerin aktif olmaması durumunda kendilik bilinci duyguları gelişmemektedir. Bu durumda daha çok temel duygulardan söz edilebilir.
2. **Çocukluk döneminde temel duyguların gelişmesinden sonra ortaya çıkmaktadırlar.** Temel duyguların çoğu yaşamın ilk dokuz ay içinde gelişirken, kendilik bilinci duyguları ilk üç yıl içinde gelişmektedir. Kendilik bilinci duygularının daha geç ortaya çıkmasının temel nedenlerinden biri, öz-farkındalığın yaşamın ilk 18-24 ayı içinde gelişmesidir. Çocukların önce sosyal açıdan kabul gören davranışların ne olduğunu anlaması, davranışlarının başkaları tarafından nasıl değerlendirileceğini kavraması gerekmektedir (Lewis, 2008; Tracy & Robins, 2004).
3. **Ağırlıklı olarak sosyalleşme ihtiyacına hizmet etmektedir.** Temel duyguların öncelikli işlevi hayatta kalmayı sağlamaktır. Kendilik bilinci duyguları ise sosyal yaşamdaki ve kişilerarası ilişkilerdeki fonksiyonlarıyla ön plana çıkmaktadır. Bu duygular bireyi sosyal olarak değerli görülen şeyler yapmaya, kabul görmeyen davranışlardan kaçınmaya, iyi insan olmaya, başkalarına karşı olumlu sosyal davranışlar sergilemeye sevk etmektedir (Tangney & Dearing, 2002; Tracy & Robins, 2004). Böylece uzun vadeli ahenkli ilişkiler kurulmasına katkıda bulunmaktadır.
4. **Evrensel olarak tanımlanmış ayrı birtakım yüz ifadelerine sahip değildirler.** Lewis (2008)'e göre kendilik bilinci duygularının temel duygular gibi belirli bir takım yüz ifadeleri bulunmamakta, haklarında ancak bedensel hareketlerin gözlenmesi yoluyla ipucu elde edilebilmektedir. Kendilik bilinci duygularının,

açık ifadelerinin olmayışının ardında karmaşık bilişsel süreçler içermeleri, çoğunlukla dil aracılığıyla ifade edilebilmeleri ve düzenlenebiliyor olmaları yatmaktadır.

5. **Bilişsel olarak son derece karmaşık süreçleri içermektedirler.** Kendilik bilinci duyguları bu yönüyle biliş-bağımlı duygular olarak da ele alınabilmektedir. Bireyin benlik temsilleriyle, kimlik amacıyla ilgililik-uyumluluk-uyumsuzluklarıyla ilgili değerlendirmelerini ve atfetme süreçlerini içeren karmaşık bir bilişsel değerlendirme süreci söz konusudur. Bu bilişsel süreçler, aşağıda yer alan modelin arka planı kısmında detaylı şekilde anlatılmaktadır.

Modelin kuramsal arka planı, aşağıdaki varsayımları temel almaktadır (Tracy & Robins, 2004):

1. **Hayatta Kalma Amacıyla İlişkililik (Survival-Goal Relevance):** Olayın hayatta kalma veya çoğalmayla bir bağlantısı var mı? Lazarus'a göre hayatta kalma amacıyla ilgili olaylar, bireylerin temel duygularını harekete geçirmektedir.
2. **Benlik Odaklı Dikkat (Attentional Focus on Self): Benlik-temsiline Etkinleşmesi.** Kendilik bilinci duygularının ortaya çıkabilmesi için benlik temsiline açık ya da örtülü olarak etkinleşmesi, dikkatin benliğe odaklanması ve bireyin benlik temsili ile duyguyu ortaya çıkaran olayı karşılaştırması gerekmektedir. Bu karşılaştırmalar, bireyin nedensel atıflarının da yönünü belirlemektedir. İçsel atıflar, kendilik bilinci duygularını harekete geçirirken, dışsal atıflar bu duyguların ortaya çıkmasını önlemektedir.
3. **Kimlik-Amaç İlişkisi (Identity-Goal Relevance):** Buradaki değerlendirmelerin temelinde "Olay benim kendimi nasıl gördüğüm ile ilişkili mi?" sorusu yatmaktadır. Yaşanılan olay, bireyin kimlik amacıyla -bireyin kim olduğu ya da nasıl biri olmak istediği- ile ilgiliyse kendilik bilinci duyguları ortaya

çıkılmaktadır. Tracy ve Robins, farklı benlik temsillerinin farklı kendilik bilinci duygularının ortaya çıkmasına neden olduğunu ileri sürmektedirler.

4. **Kimlik-Amaç Uyumluluğu (Identity-Goal Congruence):** Bu aşamadaki değerlendirmelerin kökeninde “Bu olay kim olduğum ya da kim olmak istediğim ile ilgili amaçlarımla uyumlu mu?” sorusu yer almaktadır. Kimlik-amaç uyumluluğu durumunda olumlu kendilik bilinci duyguları ortaya çıkarken, kimlik-amaç uyumsuzluğu durumunda olumsuz kendilik bilinci duyguları gelişmektedir. Bu değerlendirmede bireyler, o an yaşadığı olayla ilgili benlik temsilleri (gerçek-ideal-zorunlu benlik, geçmiş-şimdiki-gelecekteki benlik, açık-örtük benlik) ile sabit, gerçek ve uzun dönemli benlik temsillerini karşılaştırmaktadırlar.
5. **İçsel Atıflar (Internality Attributions):** Bireyin bu aşamadaki atıfları “Bu olaydan ben mi sorumluyum?” ya da “Olaya benim yaptığım bir şey mi neden oldu?” sorularına verilen cevaplar ekseninde şekillenmektedir. Kendilik bilinci duygularının gelişebilmesi için bireyin içsel atıflar yapması gerekmektedir.
6. **Sabit ve Genel Atıflar (Stability and Globality Attributions):** Bireyin buradaki değerlendirmelerine “Bu olaya sürekli yaptığım bir şey mi neden oldu? Olaya benim kim olduğum ile ilgili bir şey mi neden oldu?” soruları eşlik etmektedir. Olayın, bir bütün olarak bireyin kendisi hakkında mı yoksa yaptığı bir şey ya da bir yönü hakkında mı olduğu değerlendirilmektedir.
7. **Kendilik Bilinci Duyguları Arasında Ayrım Yapmayı Sağlayan Bilişsel Öncüller:** Kendilik bilinci duyguları arasında ayrım yapmak amacıyla şu varsayımlarda bulunulmuştur:
 - Utanç, sabit ve benliğin geneline yönelik atıflarla ilgilidir.
 - Suçluluk, değişken ve benliğin belirli yönlerine gönderme yapan atıflarla ilgilidir.

- Mahcubiyet, kimlik-amaç uygunluğu ile ilgili değerlendirmeler, açık kimlikle uyumsuzluk ve içsel sebeplere atıflarla ilgilidir.
- Kibirli gurur, benliğin bütününe yönelik sabit ve genel atıflarla ilgilidir.
- Başarı-odaklı gurur, değişken ve benliğin belirli yönlerine gönderme yapan atıflarla ilgilidir.

Tracy ve Robins (2004)'e göre, suçluluk ve utanç duyguları, benliğin bütününe ya da belirli bir yönüne odaklanma, açık ya da örtülü benlik temsilinin etkin hale gelmesi, bireyin kimlik amaçlarına uygun, uyumlu olması ve içsel atıfların yapılması durumunda ortaya çıkmaktadır. Tracy ve Robins literatürdeki çeşitli araştırma sonuçlarına gönderme yaparak utanç duygusunun içsel, değişmez ve benliğin bütününe genellenen atıflarla; suçluluk duygusunun içsel, sabit olmayan ve benliğin belirli yönlerine odaklanan atıflarla ilgili olduğunu öne sürmüştürler (Tracy & Robins, 2004; Gao, Wang, & Qian, 2010). Ayrıca tüm duyguların benlikle ilgili olduğunu kabul ederken, yalnızca kendilik bilinci duygularının bu değerlendirme süreçleri olmaksızın ortaya çıkamayacağını ileri sürmüştürler.

Fonksiyonel Yaklaşım

Suçluluk ve utanca yönelik fonksiyonel/işlevsel yaklaşım, yedi temel ilke üzerinde durmuştur. Birinci ilkeye göre, utanç ve suçluluk, sosyal duygulardır. Sosyalleşme bu duyguların gelişimini etkilediği gibi, onların gelişiminden de etkilenmektedir. Sosyalleşme sürecinde bireyler toplumun kuralları ve standartlarına uymaya güdülenmektedir. İkinci ilkeye göre, suçluluk ve utanç davranış düzenleme, içsel düzenleme ya da sosyal düzenleme olmak üzere farklı fonksiyonlara hizmet etmektedir (Barret, 1995). Buna göre, utanç duygusu bireyleri çoğunlukla kaçınmaya güdülenmektedir. Çünkü utanç duygusu genel olarak acı verici bir deneyimdir ve bu duyguyu yaşayan bireyler ortadan kaybolmayı, görünmemeyi istemektedirler. Bu yüzden utanç duygusu bireyleri kişilerarası ilişkileri kesmeye yöneltebilmektedir. Suçluluk duygusu ise bireyi düzeltmeye yönelik bir eylemde bulunmaya güdülenmektedir. Suçluluk duygusu yaşayan bireyler, hoş olmayan davranışlarını itiraf etmeye, özür dilemeye ya da yaptıkları hatayı telafi etmeye yönelik istek

duymaktadırlar. Suçlulukla ilgili değerlendirmelerde, başkalarına zarar veren sonuçları olan davranışlar üzerine odaklanıldığından, birey onları telafi etmeye hazırdır. Özetle, utanç duygusu kaçma, suçluluk duygusu telafi etme tepkilerine yol açmaktadır (Tangney ve Salovey, 2000; Tangney ve Dearing, 2002). Üçüncü ilkeye göre, utanç ve suçluluk, benliğe ve diğerlerine yönelik değerlendirmeler ile ilgilidir. Utançta birey ya da bir başkası, bireyi “kötü” olarak değerlendirmektedir. Suçlulukta ise, bireyin belirli kural ya da standartlara karşı bir şey yaptığı ve birinin bu yapılan şeyden zarar gördüğü yönünde bir değerlendirme vardır. Dördüncü ilkeye göre, utanç ve suçluluk, bu duygularla ilgili değerlendirme ve işlevleri anlamlı kılan belirli hareket yönelimleri ile ilişkilidir. Örneğin; kişi, diğerleri tarafından kötü biri olarak değerlendirildiğini düşünerek benliği üzerine odaklanırsa, kabuğuna çekilmek, kaybolmak hatta ölmek isteyebilmektedir. Buna karşın problem kişinin eylemlerinin bir başkasına zarar vermesi ile ilgiliyse, kişi bu hataları düzeltmeye ve telafi etmeye yönelmektedir. Beşinci ilkeye göre, utanç ve suçluluk benlik gelişimine yardım etmektedir. Erken çocukluk dönemlerinde çocuk ve bakıcısı arasındaki ilişkide deneyimlenen utanç, çocuğun kendisini yetersiz ve kötü olarak görmesine ve hatta utanç eğilimli biri olmasına yol açmaktadır. Böylece çocuğun benliği hakkındaki duygu ve inançları etkilenmektedir. Suçluluk duygusu ise, çocukta başkalarına yardım etmekten haz alma, zarar vermekten rahatsız olma ve davranışları üstündeki kontrol gücüne yönelik benlik farkındalığını geliştirmede etkilidir. Altıncı ilkeye göre, bilişsel kavrama utanç ve suçluluk duygularının gelişimini belirlemede yeterli değildir. Bilişsel gelişim, utanç ve suçluluk duygularının gelişiminde önemli rol oynamasına rağmen, genel bilişsel yeteneklerin bu duyguların gelişiminde zorunlu olmadığı varsayılmaktadır. Yedinci ilkeye göre, sosyalleşme utanç ve suçluluk duygularının gelişiminde kritik rol oynamaktadır. Zira sosyal duyguların gelişiminde en önemli katkı, sosyalleşmeden gelmektedir. Sosyalleşme, hem utanç ve suçluluk duygularının gelişmesini sağlamakta hem de toplumun kuralları ve standartları konusunda referans kaynağı olmaktadır (Barret, 1995).

Kültürel Yaklaşım

Duygular, çok uzun yıllar sadece biyolojik yönleri ile ele alınmış ve sosyo-kültürel yönleri açısından ihmal edilmiştir (Tracy ve Robins, 2004). Ancak son yıllarda duyguların kültürlere göre değişkenlik gösterdiği varsayımından hareket eden araştırmacılar, duyguları sosyo-kültürel yönleri açısından incelemeye başlamışlardır (Mesquita & Walker, 2003). Zira duygularımızın çoğu sosyal etkileşimler ve ilişkiler bağlamında ortaya çıkmakta, sosyal olarak yapılanmaktadır. Sosyal uyuma ve sosyal sapma suçluluk, utanç, öfke, nefret ve gurur duyguları ile ilişkilidir. Tüm bu duygular bireylerin sosyal normlara uygun davranıp davranmadıkları ile ilgilidir (Ben-Ze'ev, 2000). Bu da demektir ki hissettiğimiz duyguların yapılanmasında, şekillenmesinde ve tanımlanmasında sosyal bağlamlar önemli bir rol oynamaktadır (Boiger & Mesquita, 2012). Başka bir deyişle duygular doğaları gereği, yaşanan kültürel gerçekliklere uygun olarak şekillenmektedir. Bu nedenle de kültürden kültüre, bağlamdan bağlama değişkenlik gösterebilmektedir (Mesquita ve Markus, 2004).

Literatürde kültür ve duygu çalışmalarının ağırlıklı olarak bağımsız benlik ve ilişkisel benlik tartışması üzerinden yürütüldüğü görülmektedir. Bu açıdan bakıldığında Batı Kültürlerinde benlik, bağımsız olarak nitelendirilmektedir. Bağımsız benlik, göreceli olarak otonomdur. Diğer insanların ihtiyaçlarına ve beklentilerine göre eylemde bulunma mecburiyeti yoktur. Eylemler, daha ziyade, kişisel duygu, istek ve yeteneklerin ifadesi olarak; özellikle de bireysel amaç ve niyetlerin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla bağımsız benlik modeline göre, insanlar kendi yetenekleri ve teşvikleriyle eylemde bulunmaktadır. Bu bağlamda, utanç duygusu bağımsız benliğin başarısızlıkla karşılaşması durumunda ortaya çıkan bir duygu olarak ele alınmaktadır. Başka bir deyişle bireyci kültürlerde utanç, bağımsız benliğin yetersizliğinin bir göstergesi olarak görüldüğünden caydırıcı bir unsur olarak kabul edilmektedir. Buna karşın Doğu kültürlerinde benlik, diğer insanlarla bağlantılı, karşılıklı bağımlı olarak şekillenmektedir. Dolayısıyla benlik, öncelikli olarak, süregelen ilişkilerin bir parçası olarak tasarlanmaktadır. Kimlikle ilgili amaçları yerine getirme müşterek bir çaba

olarak ortaya çıkmakta ve yakın ilişki içindeki insanlar bu amaçları birlikte yerine getirebilmektedirler. Diğer taraftan, amaçları gerçekleştirmede karşılaşılan başarısızlıkların da ilişkisel sonuçları vardır. Bu yüzden olumsuz sonuçlar, karşılıklı bağımlı kimliği paylaşan diğerlerini de etkilemektedir. Örneğin, utanç duygusu yaşandığında çoğunlukla, bu, bireyi, ilişkilerini tamir etmeye güdülemekte, önem verilen diğerlerine yaklaşmaya ve genel olarak daha iyi bir gelecek için çaba sarf etmeye yöneltmektedir. Oysa utanç, Batı kültürlerinde bireyin benliğine ve diğerlerine yönelik kızgınlığını arttırmakta, ilişkilerin gelişimine olanak tanımaktan ziyade zarar vermektedir (Mesquita ve Karasawa, 2004).

Görüldüğü üzere kültürel yaklaşım, sosyal duyguların kültürden kültüre değişkenlik gösterebileceğini öne sürmekte ve benlik üzerinden tartışmalarını yürütmektedir.

İlgili Araştırmalar

Bu bölümde, suçluluk ve utanç ile ilgili literatürde yer alan yurt içi ve yurtdışı araştırmalardan bir kısmına yer verilmiştir.

Suçluluk ve Utanç ile İlgili Yurt Dışında Yürütülen Bilimsel Çalışmalar

Suçluluk, utanç ve mahcubiyet duygularının birbirinden hangi yönlerden ayrıldığını inceleyen birçok araştırma yapılmıştır. Bunlardan bir kısmına burada yer verilmiştir. Tangney ve arkadaşları (1996), 182 üniversite öğrencisiyle yapmış oldukları araştırmada utancın ortaya çıkması için mutlaka başkalarının gözü önünde bir durum yaşanmasına gerek olmadığını, yalnızken de utanç hissedilebileceğini ortaya koymuştur. Ayrıca bu duyguların katışıksız bir biçimde birbirinden ayrı olarak deneyimlendiği durumların çok yaygın olmadığını öne sürmüştürler. Başka bir deyişle daha çok birbiriyle iç içe deneyimlendiği gözlemiştirler. Araştırma bulguları, utancın suçluluktan daha acı verici bir duygu olduğunu; utanç duygusunda başkaları tarafından gözlenilme hissini daha yoğun yaşandığını ortaya koymuştur. Keltner ve Buswell (1996) tarafından da benzer bir araştırma yapılmış ve araştırma kapsamında iki ayrı çalışma yürütülmüştür. 51 üniversite öğrencisi ile yaptıkları ilk çalışmada,

utanç duygusunun öncülleri arasında zayıf performans sergileme, birilerini duygusal olarak incitme, diğerlerinin beklentilerini karşılamada başarısızlık, kendi kendini hayal kırıklığına uğratma, rollerle uyumsuz davranışlar sergileme vb. olduğu görülmüştür. Suçluluk duygusunun öncülleri arasında ise görevlerin yerine getirilmesinde başarısızlık, yalan söyleme, diğerlerini ihmal etme, bir rejimi ya da egzersizi yarıda kesme ve kopya çekme vb. yer aldığı görülmüştür. İkinci çalışmada ise 263 üniversite öğrencisi ile çalışılmış ve suçluluk, utanç ve mahcubiyetin farklı nedenlere ve iletişimsel sinyallere sahip olan ayrı duygular oldukları ortaya konulmuştur.

Smith ve arkadaşları (2002) tarafından ahlaki olan ve olmayan suçluluk ve utanç yaşantılarını incelemek amacıyla yürütülen çalışmada kural çiğneme ya da yetersizlik nedeniyle ortaya çıkan utanç, ifşa olmayla ilişkili bulunmuştur. Suçluluk duygusunun, vicdanla ilgili bir duygusal yaşantısı olduğu doğrulanmıştır. Suçluluk duygusunun yalnızca ahlaki ihlal davranışlarıyla ilişkiliyken, utancın hem ahlaki hem de ahlaki olmayan eylemler neticesinde ortaya çıktığı görülmüştür. Bu bulgulara dayanarak utancın, suçluluktan daha yoğun bir olumsuz benlik değerlendirmesine yol açtığını söylemek mümkündür.

Roseman ve arkadaşları (1994) tarafından yapılan araştırmada 100 katılımcı ile çalışılmış ve utanç duygusu ile ilgili dikkate değer bulgular elde edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, utanç yaşantısında bireylerin kendilik bilinci yüksektir. Utanç deneyimi sırasında bireyler kendilerini küçük hissettiklerini ve kızardıklarını bildirmişlerdir.

Literatürde karşılaştırmalı çalışmalar yoluyla duyguların kültürlerarası benzerlik ve farklılıklarını incelemek amacıyla birçok araştırma yürütülmektedir. Bunlardan biri Rodriguez ve arkadaşları (2000) tarafından İspanyol ve Hollandalı katılımcılarla yapılmıştır. 327 katılımcı ile yapılan araştırmada yaşa göre dört kategori oluşturulmuştur. Araştırmada 6-7 yaş, 11-12 yaş, 15-16 yaş ve 22-23 yaş kategorilerinde utanç, gurur ve öfke duyguları incelenmiştir. Araştırmanın utanç ile ilgili bulguları incelendiğinde, Hollandalı katılımcıların “durumun benlik üzerindeki

olumsuz etkileri hakkında olumsuz düşünceler” kategorisinde ve “kişinin kendiyile ilgili düşünceleri” kategorisinde İspanyol katılımcılardan daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. İspanyol katılımcılar ise “kaçma, olumsuz hisler” kategorisinde daha yüksek puanlar almışlardır. Utancın sosyal olarak paylaşılmasıyla ilgili bulgular ise, 12-13, 16-17 ve 22-23 yaş grubundaki İspanyol katılımcıların aynı yaş grubundaki Hollandalı katılımcılardan daha fazla duygularını ifade ettiklerini ortaya koymuştur.

Furukawa (2005) tarafından 144 Japon 495 Amerikalı çocuğun karşılaştırılmasına dayalı olarak yapılan araştırmada dikkate değer kültürler arası benzerlik ve farklılıklara rastlanmıştır. Japon çocuklarının utanç deneyimleme eğilimi Amerikalı çocuklardan yüksek bulunmuştur. Utancın, Japon kültüründe daha yaygın görüldüğü anlaşılmıştır. Japon kültüründe utancın maladaptif ve acı verici bir duygu olma özelliğini koruduğu; ayrıca kızgınlıkla ve başkalarını sorumlu tutmayla ilişkili olduğu görülmüştür. Ancak suçluluk ve suçluluk eğilimiyle ilgili ölçümlerde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Bir başka kültürlerarası karşılaştırma Anolli ve Pasculli (2005) tarafından yapılmıştır. 132 Hintli, 134 İtalyan katılımcı ile yürütülen araştırmada utancın suçluluğa göre daha az hissedilmesi halinde bile katılımcılar açısından daha mühim görüldüğü ve hafızada daha uzun süre etkisini sürdürdüğü anlaşılmıştır. Ayrıca utancın daha fazla kaçınma tutumuna yol açan, daha “sıcak” bir duygu olduğu sonucuna varılmıştır. Suçluluk yaşantısının, olayın akışını ve hatanın sonuçlarını değiştirme inancını içermesi nedeniyle olumlu başa çıkma ile ilişkili olduğu anlaşılırken, utancın katılımcıların çaresiz ve güçsüz hissetmelerine ya da bir şey olmamış gibi davranmalarına yol açan bir duygusal yaşantı olduğu tespit edilmiştir. Utanç ile ilgili atıfların daha çok dışsal olduğu ve ortaya çıkan durumların daha az kontrol edilebilir ve öngörülebilir olduğu anlaşılmıştır. Hintli katılımcılar için utanç daha kalıcı ve yoğun bir deneyimken İtalyan katılımcılar için suçluluk daha kalıcı bir deneyimdir ve bireyleri diğerleriyle ilişki kurmaktan uzaklaştırıcı bir yapıdadır. İtalyan katılımcılara göre suçluluğa yol açan davranışlar ahlaka aykırıyken, Hintli katılımcılar için utanç deneyimlenmesine yol açan davranışlar ahlaka aykırıdır.

Suçluluk ve utancın utangaçlıkla ilişkisi de merak uyandırmış ve literatürde bu ilişkileri inceleyen çeşitli araştırmalar yürütülmüştür. Abbasi (2008) tarafından yürütülen tez çalışmasında 321 üniversite öğrencisi korkulu utangaçlık, kendilik bilinci, utangaçlık ölçeklerinin her birinden eşit ya da yüksek puan almalarına ve utangaç olmama özelliklerine göre dört ayrı gruba ayrılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda atıf tarzlarının utangaç bireylerin kendilik bilinci duygularını deneyimleme eğiliminde önemli bir rol oynadığı ve utangaçlıkla kendilik bilinci duygularının deneyimlenmesi arasında ilişki olduğu anlaşılmıştır. Buna göre utanç ile içsel, durağan atıflar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Utanç deneyimleyen katılımcılar benlikleriyle ilgili aşırı sert değerlendirmeler yapmaktadırlar. Bu nedenle de kendilerini değersiz, yetersiz, başkaları tarafından aşağılanmış hissetmektedirler. Öte yandan çaba, başka bir deyişle sabit olmayan içsel atıflar ile suçluluk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Henderson ve Zimbardo (2003) tarafından yapılan araştırmada 114 katılımcı ile çalışılmış ve utanç, kronik utangaçlık ve sosyal anksiyete bozukluğu ile ilişkisini ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda utanç ile dargınlık, kişilerarası ilişkilerdeki güvensizlik, kaçınma, mesafe ve düşmanlık ilişkili bulunmuştur. Klinik tanı alan katılımcıların utanç, güvensizlik, kindarlık, mesafelilik düzeylerinin, tanı almayan gruptakilerden yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgulardan hareketle utancın kronik olarak utangaçlık tanısı alan bireylerdeki maladaptif davranışların oluşumunda önemli bir rol oynadığını söylemek mümkündür.

Utancın düşmanlık duygusuyla ilişkisi inceleyen ve Heaven, Ciarrochi ve Leeson (2009) tarafından yapılan bir yıllık boylamsal araştırma ergenlik dönemindeki utanç ile artan düşmanlık duygusu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Dokuzuncu sınıftaki 765 lise öğrencisi ile başlayan çalışma onuncu sınıfta 670 öğrenci ile devam etmiştir. Araştırma sonucunda dokuzuncu sınıfta deneyimlenen daha yüksek orandaki utancın, onuncu sınıftaki düşmanlık duygusunda görülen artışın yordayıcısı olduğu anlaşılmıştır. Başka bir deyişle ergenlik dönemindeki gençlerde utancın, düşmanlık duygusundaki artışın öncülü olduğu anlaşılmıştır. Orth ve arkadaşları (2010) tarafından yürütülen araştırmada ise 2611 katılımcı ile çalışılmıştır. Utancın

ergenlikte orta yetişkinliğe doğru azaldığı, en alt noktaya ulaşıktan sonra ileri yaşlarda yeniden arttığı görülmüştür. Suçluluğun ise ergenlikten ileri yaşlara doğru arttığı, yaklaşık 70 yaş civarında düzlüğe çıktığı ortaya çıkarılmıştır.

Tangney ve arkadaşları (1992) tarafından yapılan araştırma 495 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırma sonucunda suçluluk ve utanç duygularının, düşmanlık ve kin gütme yaşantıları açısından farklı etkileri olduğu görülmüştür. Utanç eğiliminin, öfke, şüphe, kin gütme, sinirlilik, olumsuz olaylar nedeniyle diğerlerini ayıplama, dolaylı düşmanlıkla pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu saptanmıştır. Utançtan bağımsız suçluluk eğiliminin ise öfke, düşmanlık ve kin gütme ile ters ilişkili olduğu anlaşılmıştır. Tangney ve arkadaşları (1996) tarafından yapılan bir diğer araştırma 302 çocuk, 427 ergen ve 194 yetişkin ile yürütülmüştür. Her yaş düzeyinde utanç eğilimi öfkeye yönelik maladaptif tepkiler, yer değiştirmiş-dolaylı saldırganlık, kendine dönük düşmanlık, uzun vadeli olumsuz sonuçlar ile pozitif yönde anlamlı ilişkili çıkmıştır. Suçluluk eğilimi ise öfkenin yapıcı bir şekilde idare edilmesi, düzeltmeye yönelik eylemler, öfkenin hedefiyle düşmanca olmayan tartışmalar, hedefin rolünün yeniden değerlendirilmesi ve uzun vadeli olumlu çıktılarla ilişkili bulunmuştur. Elde edilen bulgulardan hareketle, suçluluğun benlik açısından daha az tehdit oluşturduğu, daha az öfke misillemesine yol açtığı ileri sürülmüştür. Ayrıca suçluluk eğilimli bireylerin her yaş grubunda kişilerarası empati gözlenmiştir. Utançta ise öfkenin benliğin değersiz olduğu durumdan kurtulma teşebbüsü olarak işlev gördüğü iddia edilmiştir.

Tangney ve arkadaşları (1998) tarafından yürütülen bir başka araştırma, literatürde sıkça irdelenen ve psikolojinin en temel konularından biri olan benlik uyumsuzlukları ile suçluluk ve utanç duyguları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Tangney ve arkadaşları 229 üniversite öğrencisiyle yapmış oldukları çalışmada utanç eğiliminin tüm benlik uyumsuzlukları ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu ortaya koymuşlardır.

Literatürde grup dinamikleri açısından kendilik bilinci duygularının ele alınması da ilgi uyandırmıştır. Zander ve arkadaşları (1972) tarafından yapılan araştırmada 90

üniversite öğrencisiyle çalışılmış ve onlara grup içi görevler verilmiştir. Başarısız bir çıktı alındığında eğer üyeler yeterli olmalarına rağmen denemedilerse duyulan utanç yüksek, yetersiz ama zoru denedilerse utanç düşük düzeyde görülmüştür. Çaba eksikliğinin, yetersizlikten daha fazla utanç kaynağı olduğu ortaya çıkmıştır. Başarısızlıkla karşılaşan bir grupta gösterilen çaba kadın grup üyelerinin kendileriyle ilgili algılarını etkilerken erkek katılımcıların grupla ilgili değerlendirmelerini etkilemiştir.

Suçluluk ve Utanç ile İlgili Yurt İçinde Yürütülen Bilimsel Çalışmalar

Türkiye'deki suçluluk ve utanç literatürü incelendiğinde, psikolojiden sosyolojiye, siyaset biliminden din bilimlerine kadar farklı alanlardan farklı bakış açıları ile çalışmalar yapıldığı görülmektedir. Bu çalışmalardan bazıları aşağıda özetlenmiştir.

Turan (2003) tarafından yapılan çalışmada kurum bakımında olan 13-17 yaşları arasındaki korunmaya muhtaç ergenlerin umutsuzluk, suçluluk duyguları, benlik kavramları ve geçmişe ilişkin tutumları incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu kurumda yaşayan 91 ergen ile aile yanında yaşayan 181 ergen oluşturmuştur. Yapılan analizler iki grup içinde suçluluk duygusu deneyimleme açısından anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur.

Güleç (2005) tarafından yürütülen çalışmada utanç, suçluluk, öfke ve kendilik değeri değişkenlerinin depresyondaki rolü incelenmiştir. Çalışma DSM IV'e göre depresyon tanısı almış ve BDE puanı 20 üstü olan 103 hasta ve normal grup içinden rastlantısal olarak seçilmiş depresyona tanısı ve BDE puanları düşük 131 ile 91 kişi ile yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda major depresyon tanısı almış katılımcıların, depresif belirtileri düşük ve yüksek gruptaki katılımcılara göre utanç ve öfke puanlarının daha yüksek olduğu, kendilik değerlerinin daha düşük olduğu görülmüştür. Öte yandan suçluluk duygusuyla ilgili gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ayrıca araştırma bulgularına göre utanç ile öfke arasında ilişki bulunmaktadır. Kula (2012) tarafından yürütülen çalışmada ise 1536 ergen ile

çalışılmış ve ergenlerin benlik algısı, Tanrı algısı ve kişilerarası öfkeye yol açan durumlar incelenmiştir.

Şahin (2007) tarafından yapılan çalışmada ailelerin farklı çocuk yetiştirme tarzlarının, benlik düzenleme süreçlerinin suçluluk ve utanç duygularıyla ilişkisi incelenmiştir. 300 üniversite birinci sınıf öğrencisiyle yürütülen çalışmada Ana-Baba Tutum Ölçeği, Benlik Anketi, Düzenleme Odağı Ölçeği ve Suçluluk-Utanç Ölçeği kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda demokratik çocuk yetiştirme tarzı arttıkça utanç eğiliminin, otoriter çocuk yetiştirme tarzı arttıkça suçluluk eğiliminin arttığı görülmüştür. Benlik düzenleme odaklarından ilerleme odağı yükseldikçe utanç eğiliminin, engelleme odağı yükseldikçe suçluluk eğiliminin arttığı anlaşılmıştır. Ayrıca genel ideal benlik farklılıkları arttıkça utanç, kendi ve diğeri görev farklılığı arttıkça suçluluk eğiliminin arttığı gözlenmiştir.

Motan (2007) tarafından yürütülen çalışmada suçluluk ve utanç duygularının tanınması konusunda yardımcı olan sözsüz, bedensel ve/veya durumsal ipuçlarını test etmek, bu ipuçları yardımıyla suçluluk ve utanç duygularını tanıma açısından oluşabilecek kişilerarası farklılıkları, kişilik özellikleri ve psikopatoloji ile ilişkileri ortaya koymak amaçlanmıştır. Tez kapsamında üç ayrı çalışma yürütülmüştür. İlk aşamada 250 üniversite öğrencisinden oluşan bir çalışma grubunda Durumluk Utanç ve Suçluluk Ölçeği, Moral Duygulanım Testi, Suçluluk-Utanç Ölçeği, Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği ve Beck Depresyon Envanteri uygulanmıştır. İkinci çalışmada, suçluluk ve utanç duygularının tanınmasında yararlanılan sözsüz ifadeleri tespit etmek amacıyla araştırma sorularıyla ilişkili beş TAT kartı, 45 üniversite öğrencisine önceden belirlenmiş sorular eşliğinde sunulmuştur. Bu çalışma sonucunda utanç ve suçluluk duygularının açık bir şekilde tanındığı iki kart elde edilmiştir. Bu kartlarda utanıcı karakterize eden kartın “ellerin yüze kapandığı” kart olduğu, son çalışmada ise suçluluk ve utanç duygularının sözsüz anlatımlarını ve bu duyguların tanınabileceği bazı durumsal ipuçlarını içeren dokuz TAT kartı ve uyarlaması yapılmış ölçekler birlikte uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda suçluluk ve utanç duygularının ve utanca yatkınlığın psikopatolojideki önemini ortaya koyan bulgular elde edilmiştir.

Damka (2009) tarafından yapılan çalışmada sığınma evlerinde kalan şiddet mağduru kadınlarda travma sonrası stres bozukluğu, travmaya bağlı suçluluk, anksiyete duyarlılığı ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. 106 şiddet mağduru kadından oluşan çalışma grubuna Olay Etkisi Ölçeği, Travmaya Bağlı Suçluluk Ölçeği, Kaygı Duyarlılığı İndeksi uygulanmıştır. Yapılan analizler şiddet türüne göre travma sonrası stres bozukluğu, travmaya bağlı suçluluk, anksiyete duyarlılığı ve psikolojik belirti düzeylerinde farklılaşma olduğunu ortaya koymuştur.

Okur (2010) tarafından yürütülen çalışmada üçüncü ve beşinci sınıf öğrencilerinde demografik özellikler ve duyguların ifade edildiği bağlamın temel duyguları ve kendilik bilinci duygularını sergileme kuralları üzerindeki rolü incelenmiştir. 123 katılımcı ile yürütülen çalışmada suçluluk, utanç, öfke, mutluluk ve hayal kırıklığı duygularını uyandırmak amacıyla tasarlanmış beş varsayımsal senaryo ve bu senaryolara yönelik duygusal tepkileri içeren yapılandırılmış mülakat formları kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda çocukların sosyo-ekonomik düzeylerinin ve cinsiyetlerinin suçluluk ve utanç duyguları üzerinde etkileşimli etkisi olduğu görülmüştür. Buna göre yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki erkek öğrencilerin duygularını ifade etme olasılıklarının düşük sosyo-ekonomik düzeydeki erkek öğrencilerden yüksek olduğu görülmüştür. Kız çocukları açısından ise sosyo-ekonomik seviyeleri ve duygularını ifade etme olasılıkları açısından anlamlı ilişki bulunmamıştır.

İnandılar-Topaç (2010) tarafından yapılan çalışmada suçluluk ve utanç duygularına yatkınlık ile olumlu-olumsuz yaşam olayları hakkındaki yükleme biçimleri, başa çıkma stratejileri ve depresif semptom düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. 400 üniversite öğrencisinden oluşan çalışma grubuna Yükleme Biçimleri Ölçeği, Başa Çıkma Yolları Ölçeği, Moral Duygular Ölçeği ve Beck Depresyon Envanteri uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda problem odaklı başa çıkma stratejilerinin suçluluk ve utanca yatkınlık ile depresif semptom düzeyi arasındaki ilişkiyi kısmen etkilediği anlaşılmıştır. Ayrıca suçluluk ve utanca yatkınlığın depresif semptomların en kuvvetli belirleyicilerinden biri olduğu sonucuna varılmıştır.

Yatçı (2011) tarafından yapılan çalışmada anadili Kürtçe olan kadınların, eğitim kurumları başta olmak üzere, kamusal alanda karşılaştıkları zorluklar incelenmiştir. 35 kadınla derinlemesine görüşme yapılmış kimlik merkezli utanç ve gurur ele alınmıştır. Öztürk (2012) tarafından yürütülen tez çalışmasında ise beden, benlik, kültür bağlamında kadınların namus kavramı beden sosyolojisi perspektifinden bakılarak incelenmiştir. Kadın bedenine ve cinselliğine yönelik bir değer olarak benimsenen namus ve utanç ilişkisine de yer verilmiştir.

Aracı (2011) tarafından yürütülen çalışmada “hâyâ” kavramının Kur’ân’da 190 kez geçtiği, bu ayetlerden bazılarında “utanmak, çekinmek, sıkılmak” anlamlarında kullanıldığı tespit edilmiştir.

Kalyoncu ve arkadaşları (2002) tarafından yapılan araştırmada 102 remisyondaki alkol bağımlısı, 72 psikiyatrik tanı almamış katılımcı ile çalışılmıştır. Araştırma sonuçları alkol bağımlılarının suçluluk ve utanç puanlarının, kontrol grubundan yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ceylan (2007) tarafından şizofreni ve kronik böbrek yetmezliği hastalarına evde bakım veren aile üyelerinin suçluluk ve utanç düzeylerini inceledikleri araştırmaya 32 şizofreni hastalarına evde bakım veren aile üyesi, 56 böbrek yetmezliği hastalarına evde bakım veren aile üyesi ve 60 bakım rolü olmayan birey katılmıştır. Araştırma bulgularına göre şizofreni hastalarına evde bakım veren aile üyelerindeki suçluluk ve utanç düzeyi böbrek yetmezliği hastalarına evde bakım veren aile üyelerinden yüksek bulunmuştur. Ayrıca araştırma sonucunda her iki hastalıkta da evde bakım veren aile üyelerinde suçluluk ve utanç düzeylerinin hastalık süresi arttıkça azaldığı görülmüştür. Türe ve Taşkın (2011) tarafından 398 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada sosyal fobik korku ve kaçınma düzeyi ile utanç duygusunun, sosyal fobik kaçınma ile suçluluk duygusunun ilişkili olduğu saptanmıştır.

Akbağ ve Erden-İmamoğlu (2010) tarafından yapılan araştırmada 360 üniversite öğrencisiyle çalışılmış ve cinsiyet ve bağlanma stillerinin utanç, suçluluk ve yalnızlık duygularını yordama gücü incelenmiştir. Araştırma bulguları, kız öğrencilerin erkek

öğrencilere göre daha yoğun utanç yaşadıklarını; güvenli bağlanmanın yalnızca utanç duygusunu, kayıtsız bağlanmanın ise hem utan hem suçluluk duygularını yordadığı görülmüştür. Deniz (2006)'in 566 üniversite öğrencisi ile yürütmüş olduğu araştırmada bağlanma stilleri ile çocukluk istismarı yaşantıları ve suçluluk-utanç arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma bulguları utanç duygusunun korkulu bağlanma stili ile pozitif yönde, güvenli bağlanma stili ile negatif yönde anlamlı ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Özbayrak (2006) tarafından üniversite öğrencileri ile yürütülen çalışmada en hoş olmayan duygu sıralamasında utancın üst sıralarda yer aldığı görülmüştür. Araştırmada ayrıca utanç ve suçluluk deneyimlerinin en çok evde ve okulda yaşandığı saptanmıştır. Araştırma sonuçları utancın en çok eş-dost, arkadaş ile birlikte ve kalabalık bir ortamdayken deneyimlendiğini, suçluluğun ise en çok eş-dost-arkadaş ile birlikte ve yalnızken yaşandığını ortaya koymuştur. Araştırma bulgularına göre suçluluk duygusu utanç duygusuna göre daha sık ama benzer duygusal yoğunlukta yaşanmaktadır. Suçluluk hissettiren olayların tahmin edilebilirliği ve olayın ortaya çıkışının çaba ile değiştirilebilirliği, utanç hissettiren olaylarınkinden daha yüksek bulunmuştur. Suçluluk ve utanç hissettiren durumlar bireyin benlik değerini olumsuz etkilemekte ve bu duygulara sebep olan olayların normlara uygunluğu daha düşük algılanmaktadır.

Yukarıda sözü edilen çalışmalardan da anlaşılacağı üzere Türkiye’de suçluluk ve utanç kavramları ile ilgili klinik psikoloji, sosyal psikoloji, gelişim psikolojisi, sosyoloji, siyaset bilimi, din bilimleri perspektifinden birbirinden farklı araştırmalar yapılmış ve yapılmaya devam edilmektedir. Farklı disiplinlerin suçluluk ve utancı birbirinden farklı yönleriyle ele aldığı, bunu yaparken de farklı araştırma desenleri ve veri toplama araçları, yöntemleri kullandıkları görülmektedir.

Şimdiki çalışma ise, psikoloji ve eğitim bilimlerine katkı sağlar nitelikte tasarlanmış fenomenolojik yapısıyla zengin bir veri kaynağı sunarak suçluluk ve utanç kavramlarının psikolojik yönlerini ortaya koyacak niteliktedir.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, verilerin toplanması ve verilerin çözümlenmesi hakkında bilgi verilmektedir. Araştırmada odak grup görüşmesi ve metafor çalışması olmak üzere iki ayrı çalışma yürütülmüş; her çalışma fenomenolojik bir yapıda tasarlanmıştır. Fenomenolojik çalışmalar, farkında olunan ama derinlemesine kavranmasında zorlanılan olguları incelemek amacıyla yürütülmekte, bireysel yaşantı ve tecrübelerle açıklık kazandırarak zengin veri sağlamaktadır (Yıldırım & Şimşek, 2005). Aşağıda bu çalışma kapsamında yürütülen iki araştırmanın metodolojisi ayrıntılı olarak açıklanmıştır.

Çalışma 1

Araştırma Deseni

Araştırmada üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularıyla ilgili kavramsallaştırmalarını incelemek amacıyla nitel bir araştırma metodolojisi benimsenmiştir. Çalışmada, araştırılan konuyla ilgili ortak deneyim, görüş ve beklentilere sahip temsili bir grup seçilerek, aynı anda belli sayıda kişinin bakış açısına, değerlendirme ve yaşantılarına ulaşmak hedeflenmiştir. Bu hedef doğrultusunda daha yaratıcı bir ortam oluşmasına, problemlerin daha kısa sürede ve daha çok sayıda alternatif yolla çözülmesine (Yıldırım & Şimşek, 2005), daha zengin, kümülatif, esnek ve ayrıntılı veri elde edilmesine imkan veren (Punch, 2005; Glesne, 2012; Baş, Çamır ve Özmaldar, 2008) nitel araştırma yöntemlerinden biri olan odak grup görüşmesi seçilmiştir.

Odak grup görüşmeleri, araştırmacı tarafından belirlenmiş bir konu üzerine grup etkileşimleri yoluyla verilerin toplandığı bir araştırma yöntemidir. Morgan (1996)'a göre bu tanımda üzerinde durulması gereken üç temel nokta bulunmaktadır: Birincisi, odak grubun veri toplama amacı taşıyan bir araştırma yöntemi olduğu; ikincisi, veri kaynağının grup içi tartışmalar sırasındaki “etkileşim” olduğu ve

üçüncüsü, araştırmacının veri toplamak amacıyla grup tartışması yaratmada aktif bir rol oynadığıdır. Odak grup görüşmelerinde, araştırmacı daha çok “kolaylaştırıcı” rolündedir ve görüşmeyi gözlemlene, kaydetme ve idare etme vb. sorumlulukları bulunmaktadır (Punch, 2005). Görüşme sürecinin etkililiğinin sağlanmasında araştırmacının bu yönetme becerileri büyük önem taşımaktadır. Bununla beraber araştırmacı katılımcıların birbirlerine soru sormalarına ve konuşmalarına izin verdiği için, elde edilecek veriler üstünde, nicel araştırmalara ya da birebir görüşmeye oranla daha az kontrol sahibidir. Bu nedenle görüşme öncesi hazırlanmış açık uçlu sorular bulunsa da elde edilecek veriler öngörülemezdir. Öte yandan grup üyeleri birbirlerinin sorulara verdikleri cevapları duyduğu için, görüşlerini bu yanıtlara göre şekillendirebilmektedir. Dolayısıyla araştırmacının grup içi etkileşim, grup dinamikleri ve grup kültürü gibi hususlarda denge kurması elde edilecek verilerin kapsamını ve derinliğini etkilemektedir. Görüşme sırasında grup içi etkileşime dayalı olarak üretilen veriler (Punch, 2005; Yıldırım & Şimşek, 2005), katılımcıların tutumlarını, inançlarını, dünya görüşlerini ve değerlerini yansıtmakta (Kuş, 2009), bireyleri kendi görüş, algı ve gerekçelerini açıklamaya teşvik etmektedir (Punch, 2005). Öte yandan bireyler içinde yaşadıkları toplumun ve sahip oldukları kültürün bir parçası oldukları için odak grup ortamında sadece bağımsız birer birey olarak değil, grup üyesi kimlikleriyle bulunmaktadırlar (Kuş, 2009). Başka bir deyişle her birey, hali hazırda bulunan grubun bir üyesi olmak dışında, içinde yaşadığı ve benimsediği kültür ve değerler sisteminin de bir temsilcisidir (Yıldırım & Şimşek, 2005).

Glesne (2012) tarafından odak grup görüşmelerinin bir ya da iki saat sürecek şekilde yürütülmesinin ideal olduğu belirtilmiştir. Bu çalışmada odak grup görüşmesi toplam 120 dakika sürmüş ve belirlenen aralığa uygun olarak tamamlanmıştır. Ayrıca odak grup görüşmelerinde grup ve görüşme sayısı ihtiyaca bağlı olarak farklılık göstermektedir (Kuş, 2009). Bu çalışma kapsamında bir odak grup oluşturulmuş ve tek görüşme yapılmıştır. Görüşmeci, Kuş tarafından belirtildiği üzere görüşme sırasında, açık uçlu sorular yönelterek konuların rahat akmasına yardımcı olmuş, konunun dağılmasına izin vermemiş, katılımcıların tümüne konuşma fırsatı vermiştir.

Çalışma Grubu

Çalışma grubunun seçiminde amaçlı örnekleme türlerinden *ölçüt örnekleme yöntemi* kullanılmıştır. Ölçüt örnekleme, araştırmacı tarafından önceden belirlenmiş ölçütleri temel alan bir örnekleme yöntemidir (Yıldırım ve Şimşek, 2005). Kendilik bilinci duygularının sıkça birbirine karıştırıldığı, birbirinden ayırt edilmesinde güçlük olduğu bilindiğinden, bu güçlüğü aşılması amacıyla, çalışmada “Kendilik Bilinci Duygularına Yönelik Farkındalık Geliştirme Psiko-eğitim Programına katılmış olma” araştırmacının önceden belirlediği ölçüt olarak belirlenmiştir.

Kendilik Bilinci Duygularına Yönelik Farkındalık Geliştirme Psiko-Eğitim Programı, araştırmacının 2012-2013 yılında Marmara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü öğrencileri ile yürütmüş olduğu bir programdır. Eğitim programı haftada bir oturum olmak üzere sekiz oturumdan oluşmaktadır. Her oturumun süresi 90 dakikadır. Programın genel amacı üniversite öğrencilerin kendilik bilinci duygularına (suçluluk, utanç, utanma ve mahcubiyet) yönelik farkındalıklarını geliştirmektir. Üniversite öğrencilerinin temel duyguları, kendilik bilinci duygularından ayırabilmeleri; suçluluk, utanç ve mahcubiyet duygularını kendi içlerinde birbirlerinden ayırt edebilmeleri ve tanımlayabilmeleri; aile, okul ve arkadaş ortamında kendilik bilinci duygularına yol açan etmenleri fark edebilmeleri ve açıklayabilmeleri amacıyla tasarlanmış olan bu program aşağıdaki oturumlardan oluşmaktadır:

1. Oturum: Tanışma
2. Oturum: Temel Duyguları Tanıma ve Ayırt Etme
3. Oturum: Kendilik Bilinci Duygularını Tanıma
4. Oturum: Kendilik Bilinci Duygularını Ayırt Etme
5. Oturum: Aile Ortamında Kendilik Bilinci Duyguları
6. Oturum: Arkadaşlık İlişkilerinde Kendilik Bilinci Duyguları
7. Oturum: Okul Ortamında Kendilik Bilinci Duyguları
8. Oturum: Değerlendirme

Kuş (2009) tarafından belirtildiği üzere, grubun homojenliği bireylerin etkileşim sırasında daha rahat olmalarını sağlamaktadır. Bu bağlamda araştırmanın çalışma grubu, 2012-2013 eğitim-öğretim yılında Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü'nde yürütülen Kendilik Bilinci Duygularına Yönelik Farkındalık Geliştirme Psiko-Eğitim Programı'na katılmış öğrenciler arasından seçilmiştir. Böylece programa katılmış öğrencilerin 8'i ile odak grup çalışması yürütülmüştür. Glesne (2012) ve Kuş (2009) tarafından da belirtildiği üzere, bir odak grubun 6-10 katılımcıdan oluşması ideal bir aralıktır.

Odak grup katılımcılarına ait bilgiler Tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1.
Odak Grup Katılımcılarının Demografik Bilgileri

| Demografik Değişkenler | Sayı | Yüzde | Ortalama | Ranj |
|------------------------|------------------|-------|----------|-------|
| Yaş | | | 19.00 | 18-25 |
| Cinsiyet | | | | |
| | Kız | 6 | % 75 | |
| | Erkek | 2 | % 25 | |
| Kardeş Sayısı | | | | |
| | 2 kardeş | 3 | % 37.5 | |
| | 3 kardeş | 3 | % 37.5 | |
| | 4 kardeş ve üstü | 2 | % 25 | |
| Aile yapısı | | | | |
| | Çekirdek | 8 | % 100 | |
| Sosyo-Ekonomik Seviye | | | | |
| | Orta | 8 | % 100 | |
| Anne Mesleği | | | | |
| | Ev Hanımı | 7 | % 87.5 | |
| | Memur | 1 | % 12.5 | |
| Baba Mesleği | | | | |
| | Memur | 4 | % 50 | |
| | Serbest Meslek | 2 | % 25 | |
| | Emekli | 2 | % 25 | |

Tablo 1'de görüldüğü üzere grubun yaş aralığı 18-25, yaş ortalaması 19.00 (S = 2.45)'dur. Grubun 6'sı (% 75) kız, 2'si (% 25) erkek öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların tamamı (% 100), çekirdek aile yapısına sahiptir ve orta düzey sosyo-ekonomik seviyededir. Katılımcıların 3'ü (% 37.5) iki kardeşe, 3'ü (% 37.5) üç

kardeşe, 2'si (% 25) dört kardeşe sahiptir. Annesi ev hanımı olanların sayısı 7 (% 87.5), çalışanların sayısı 1 (% 12.5)'dir. Babası memur olan 4 (% 50), serbest meslek sahibi olan 2 (% 25) ve emekli olan 2 (% 25) katılımcı vardır. Ayrıca katılımcıların her biri Marmara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü'nde birinci sınıf öğrencisidir. Bu veriler ışığında katılımcıların eğitim durumu, aile yapısı ve sosyo-ekonomik düzey açısından homojen bir yapıda olduğunu söylemek mümkündür.

Verilerin Toplanması

Veri toplama sürecine ilişkin açıklamalar aşağıda görüşme öncesi ve görüşme süreci olmak iki aşamada anlatılmıştır.

Görüşme Öncesi Hazırlık

Katılımcı Seçimi: Araştırma öncesinde program katılımcılarıyla bir toplantı yapılmış, araştırma konusu ve amacı hakkında bilgi verildikten sonra katılımcı seçimi gerçekleştirilmiştir. Araştırma öncesinde katılımcıların suçluluk ve utanç duyguları ile ilgili genel eğilimlerini belirlemek amacıyla Moral Duygulanım Testi [Test of Self-Conscious Affect-3 (TOSCA-3)] ve araştırmacı tarafından oluşturulmuş demografik bilgi formu uygulanmıştır. Moral Duygulanım Testi, 2000 yılında Tangney, Dearing, Wagner ve Gramzow tarafından geliştirilmiş 5 olumlu 10 olumsuz olmak üzere toplam 15 senaryodan oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Suçluluk, utanç ve gurur duygularını ölçmektedir. Ölçeğin Türkçe adaptasyonu, Motan (2007) tarafından yapılmıştır.

Katılımcılara ait suçluluk ve utanç değişkenlerinin aritmetik ortalama, standart sapma, ranj, minimum ve maksimum değerlerini gösteren Tablo 2. aşağıda yer almaktadır.

Tablo 2.

Odak Gruba Ait Suçluluk ve Utanç Değişkenlerinin Ortalama, Standart Sapma, Minimum ve Maksimum Değerleri

| | Değişkenler | Öğrenciler (N=8) | | Ranj | Min Max | |
|-------------------------------------|-------------|---------------------|-----|------|------------|------|
| | | Ort. | S | | | |
| TOSCA-3 (Moral Duygulanım Testi) | Utanç | 2.79 | .66 | 1.94 | 1.62 | 3.56 |
| | Suçluluk | 4.08 | .25 | .75 | 3.81 | 4.56 |

Tablo 2'den anlaşılacağı üzere katılımcıların suçluluk eğilimleri ($Ort = 4.08$) ortalamasının oldukça üstündedir. Utanç eğilimlerinin ise ortalamasının görece üstünde ($Ort = 2.79$) olduğunu söylemek mümkündür.

Görüşme Gününün ve Saatinin Belirlenmesi: Seçim sürecinin hemen ardından katılımcılara görüşme günü ve saati hakkında bilgi verilmiştir. Ayrıca görüşme tarihinden bir gün önce katılımcıların internet adreslerine görüşme günü ve saatine yönelik bir hatırlatma mesajı gönderilmiştir.

Mekânın Hazırlanması: Odak grup görüşmesinin sağlıklı bir atmosferde yürütülmesi için sessiz, fiziksel olarak rahat bir seminer salonu seçilmiş, görüşme saatinden önce salonun havalandırması, ihtiyaca yönelik olası araç-gereç kontrolleri (kağıt, kalem vb.) yapılmıştır. Her katılımcının önünde bir adet kalem ve kağıt olacak şekilde masalar düzenlenmiştir. Tüm katılımcıların birbirini görmesini sağlamak ve iletişimi kolaylaştırmak amacıyla U düzeni oturma planı tercih edilmiştir.

Kayıt Cihazlarının Hazırlanması: Araştırmacı, görüşme öncesinde üç adet kayıt cihazı temin etmiştir. Katılımcı seçimi aşamasında, ses kayıt cihazı kullanılması konusunda katılımcıların onayı alınmıştır.

Görüşme Sorularının Hazırlanması: Yarı-yapılandırılmış bir odak grup görüşmesi tasarlanmış, araştırmacı tarafından görüşme öncesinde şu sorular hazırlanmıştır:

1. Suçluluk ve utanç duygularını nasıl tanımlarsınız?
2. Suçluluk ve utanç hissetmeye yol açan etmenlerin neler olduğunu düşünüyorsunuz?
3. Suçluluk ve utanç duyguları hisseden bir insanın kendisiyle ilgili nasıl bir değerlendirme yaptığını düşünüyorsunuz?
4. Dışarıdan bakıldığında sizce bir insanın suçluluk ya da utanç hissettiğini anlamak mümkün müdür? Eğer mümkünse, sizce bir insanın suçluluk ve/veya utanç hissettiğini anlamanın yolları, ipuçları nelerdir?
5. Suçluluk ve utanç duygusunun kişisel ve toplumsal hayattaki işlevlerinin neler olduğunu düşünüyorsunuz?
6. Suçluluk ve utanç duygusunun sonuçlarının neler olduğunu düşünüyorsunuz?
7. Sizce bir insan suçluluk ve/veya utanç hissettiği bir olayı başkalarıyla paylaşır mı? Paylaşmasının veya paylaşmamasının gerekçelerinin neler olduğunu düşünüyorsunuz?

Bu soruların yanı sıra katılımcıların sorulara verdikleri yanıtları derinleştirmek ve katılımcıların bahsettikleri konular hakkında ne düşündüklerini ve hissettiklerini daha iyi anlayabilmek amacıyla “Biraz daha açıklar mısın? “Bunu biraz daha açabilir misin?” vb. sorular da yöneltilmiştir.

Görüşme Süreci

Odak grup görüşmesine, katılımcıların araştırma amacını, kapsamını ve elde edilen verilerin nasıl kullanılacağını açıklayan bir bilgilendirme süreci ile başlanmış, katılımcıların onayına sunulan bir Bilgilendirilmiş Onam Formu (EK-2) imzalatılmıştır. Açıklamaların ardından konuşma kayıtlarının nasıl yapılacağı hakkında bilgi verilmiştir. Odak grup görüşmesi sırasında Glesne (2012) tarafından belirtildiği üzere, kısık seslerin yakalanabilmesi için farklı noktalara iki kayıt cihazı konulmuştur. Ayrıca yedek bir ses kayıt cihazı da bulundurulmuştur. Katılımcılara neden birden fazla kayıt cihazı kullanıldığı açıklanmış, onayları alınmıştır. Katılımcıların ilk kez bir odak grup görüşmesine katıldığı varsayılarak, sürecin nasıl

işleyeceği hakkında bilgi verilmiştir. Görüşme sürecine katılan yardımcı/kolaylaştırıcı araştırmacı tanıtılmıştır.

Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Araştırmada odak grup görüşmesi yoluyla toplanan nitel verilerin çözümlenmesi iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada, odak grup görüşmelerinin ardından ses kayıtlarının yazıya aktarımları yapılmıştır. İkinci aşamada, elde edilen verilerin içerik çözümlenmesi yapılmıştır. Verilerin analizinde Wolcott'un önerdiği üç yol kullanılmıştır:

1. Toplanan verilerin özgün formuna olabildiğince bağlı kalınmış ve araştırmaya katılan bireylerin ifadelerinden doğrudan alıntılar yapılmış,
2. Bazı nedensel ve açıklayıcı sonuçlara ulaşmak amacı ile sistematik analiz yapılmış,
3. İlk iki aşamaya ek olarak analiz sürecine araştırmacının yorumları dâhil edilmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2011).

Araştırmanın değişkenleri ve kuramsal çerçevesine dayanarak veri analizi için bir çerçeve oluşturulmuş, mevcut veriler oluşturulan bu çerçeveye göre okunarak düzenlenmiştir. Veriler hem önceden hazırlanan sorular hem de odak grup görüşmesi sürecinde ortaya çıkan sorular çerçevesinde analiz edilmiştir. Düzenlenen veriler, katılımcıların görüşlerini yansıtan doğrudan alıntılarla desteklenmiş, bulgular sistematik bir biçimde açıklanmış, tartışma bölümünde literatürle desteklenerek değerlendirilmesi yapılmıştır.

Çalışma 2

Çalışma 2’de suçluluk ve utanç kavramlarını incelemek amacıyla metafor çalışması yapılmıştır. Yapılan çalışmayla ilgili bilgiler aşağıda iki aşama halinde sunulmuştur.

Araştırma Deseni

Araştırma fenomenolojik bir çalışma olarak tasarlanmış, üniversite öğrencilerinin utanç ve suçluluk kavramlarına ilişkin sahip oldukları zihinsel imgeleri ortaya çıkarmak amacıyla metafor çalışması yapılmıştır. Metaforlar, karmaşık olguları, basit ve anlaşılır bir forma dönüştüren yapılarıyla araştırmacıya güçlü bir zihinsel temsil, bütüncül bir resim ve zengin bir veri kaynağı sunan dil formlarıdır. Metaforlar, güçlerini sadece betimsel yapılarından değil, yapılan benzetmelerin nedenlerini açıklayan yan cümlelerinden almaktadırlar. Metafor çalışması, sosyal bilimlerde varolan olay, olgu ve durumların betimlenmesinde sıkça başvurulan bir nitel araştırma yöntemidir (Yıldırım & Şimşek, 2005). “X benzer, çünkü.....” formunda, gerekçeleriyle birlikte sunulan metaforlar, yapılan benzetmelerden hareketle, incelenen kavramın en temel özelliklerini açıklığa kavuşturmaktadır.

Lakoff ve Johnson (2010)’a göre metafor üretme süreci bir tür şeyi başka bir şeye göre anlama ve tecrübe etme sürecidir. Bir tür şeyi başka bir tür şeyden hareketle açıklamak, benzerlikler üzerinde durmayı gerektirmektedir. Dolayısıyla bir olay, olgu veya durumu açıklamak amacıyla üretilen metaforlar, farklılıkları bir kenarda bırakarak doğrudan benzerliklere odaklıdır. Lakoff ve Johnson’a göre soyut kavramlar, metaforlar aracılığıyla sağlanan çıkarımlar yoluyla açıklığa kavuşmaktadır. Bu çalışmada suçluluk ve utanç gibi soyut kavramlar incelendiğinden metaforlardan elde edilecek çıkarımlara ihtiyaç duyulmuştur.

Bireyler günlük yaşamda birçok duygu sözcüğünü birbirinin yerine kullanabilmekte, duygularını kavramsallaştırmakta zorlanmaktadırlar. Özellikle suçluluk ve utanç

duyguları gibi sosyal bağlam içinde şekillenen duyguları birbirinden ayırt etmek, kendilerine has yapılarını ortaya çıkarmak karmaşık yapıları itibariyle oldukça zordur. Tangney ve arkadaşlarının, kendilik bilinci duygularını fenomenolojik açıdan incelemek amacıyla yapmış oldukları görüşmelerde de bu güçlüklerle karşılaşmış ve eğitilmiş bireylerin bile suçluluk ve utanç duygularını tanımlamakta zorlandıkları görülmüştür (Tangney & Dearing, 2002). Bu çalışma kapsamında sözü edilen güçlükleri geride bırakmak amacıyla metafor çalışması yürütülmüş; böylelikle bireylerin suçluluk ve utanç duygularına yönelik algıları başka olay, olgu ve durumların benzer özelliklerinden hareketle açığa çıkarılmaya çalışılmıştır.

Çalışma Grubu

Utanç Kavramı İçin Çalışma Grubu

Araştırmada utanç kavramı için çalışma grubu 2012-2013 eğitim-öğretim yılında Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü'nde öğrenim görmekte 252 öğrenciden oluşmaktadır.

Tablo 3'te görüldüğü üzere grubun yaş aralığı 18-47, yaş ortalaması 20.63 (S = 3.97'dur. Grubun 218'i (% 86.5) kız, 34'ü (% 13.5) erkek öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların 215'i (% 85.3) çekirdek aile, 37'si (% 14.7) geniş aile yapısına sahiptir. Katılımcıların 74'ü (% 29.4) birinci sınıf, 83'ü (% 32.9) ikinci sınıf, 65'i (% 25.8) üçüncü sınıf ve 30'u (% 11.9) dördüncü sınıf öğrencisidir. Tek çocuk olan 14 (% 5.6), iki kardeş olan 88 (% 34.9), üç kardeş olan 78 (% 31.0), dört kardeş olan 36 (% 14.3), beş ve üstü kardeş sayısına sahip olan 36 (% 14.3) katılımcı bulunmaktadır. Katılımcıların algıladıkları ebeveyn tutumlarına bakıldığında 61'inin (% 24.2) aşırı koruyucu, 27'sinin (% 10.7) baskıcı ve otoriter, 151'inin (% 59.9) demokratik, 10'unun (% 4.0) dengesiz ve kararsız, 3'ünün (% 1.2) ilgisiz ve kayıtsız ebeveyn tutumu algıladıkları görülmektedir. Ayrıca katılımcıların 14'ünün düşük (14), 232'sinin (%92.1) orta, 6'sının (%2.4) yüksek sosyo-ekonomik seviyede olduklarını beyan ettikleri görülmektedir.

Tablo 3.
Utancı Metaforlarının Katılımcılarına Ait Demografik Bilgiler

| Demografik Değişkenler | | Sayı | Yüzde | Ortalama | Ranj |
|------------------------|----------------------|------|--------|----------|-------|
| Yaş | | | | 20.63 | 18-47 |
| Cinsiyet | | | | | |
| | Kız | 218 | % 86.5 | | |
| | Erkek | 34 | % 13.5 | | |
| Sınıf | | | | | |
| | 1. sınıf | 74 | % 29.4 | | |
| | 2. sınıf | 83 | % 32.9 | | |
| | 3. sınıf | 65 | % 25.8 | | |
| | 4. sınıf | 30 | % 11.9 | | |
| Kardeş Sayısı | | | | | |
| | 1 kardeş | 14 | % 5.6 | | |
| | 2 kardeş | 88 | % 34.9 | | |
| | 3 kardeş | 78 | % 31.0 | | |
| | 4 kardeş | 36 | % 14.3 | | |
| | 5 kardeş ve üstü | 36 | % 14.3 | | |
| Aile yapısı | | | | | |
| | Geniş | 37 | % 14.7 | | |
| | Çekirdek | 215 | % 85.3 | | |
| Sosyo-ekonomik seviye | | | | | |
| | Düşük | 14 | % 5.6 | | |
| | Orta | 232 | % 92.1 | | |
| | Yüksek | 6 | % 2.4 | | |
| Ebeveyn Tutumu | | | | | |
| | Aşırı koruyucu | 61 | % 24.2 | | |
| | Baskıcı ve otoriter | 27 | % 10.7 | | |
| | Demokratik | 151 | % 59.9 | | |
| | Dengesiz ve kararsız | 10 | % 4.0 | | |
| | İlgisiz ve kayıtsız | 3 | % 1.2 | | |

Suçluluk Kavramı İçin Çalışma Grubu

Araştırmada suçluluk kavramı için çalışma grubu, 2012-2013 eğitim-öğretim yılında Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü'nde öğrenim görmekte olan 278 öğrenciden oluşmaktadır. Tablo 4'te çalışma grubuna ilişkin demografik bilgiler sunulmuştur.

Tablo 4'te görüldüğü üzere grubun yaş aralığı 18-47, yaş ortalaması 20.63 (S = 3.89)'dur. Grubun 234'ü (% 84.2) kız, 44'ü (% 14.8) erkek öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların 215'i (% 85.3) çekirdek aile, 37'si (% 14.7) geniş aile yapısına sahiptir.

Tablo 4.
Suçluluk Metaforlarının Katılımcılarına Ait Demografik Bilgiler

| Demografik Değişkenler | Sayı | Yüzde | Ortalama | Ranj |
|-----------------------------|-----------------------------|-------|----------|-------|
| Yaş | | | 20.71 | 18-47 |
| Cinsiyet | | | | |
| | Kız | 234 | % 84.2 | |
| | Erkek | 44 | % 15.8 | |
| Sınıf | | | | |
| | 1. sınıf | 73 | % 26.3 | |
| | 2. sınıf | 90 | % 32.4 | |
| | 3. sınıf | 71 | % 25.5 | |
| | 4. sınıf | 44 | % 15.8 | |
| Kardeş Sayısı | | | | |
| | 1 kardeş | 14 | % 5.0 | |
| | 2 kardeş | 96 | % 34.5 | |
| | 3 kardeş | 86 | % 30.9 | |
| | 4 kardeş | 41 | % 14.7 | |
| | 5 kardeş ve üstü | 41 | % 14.7 | |
| Aile yapısı | | | | |
| | Geniş | 43 | % 15.5 | |
| | Cekirdek | 235 | % 84.5 | |
| Sosyoekonomik seviye | | | | |
| | Düşük | 18 | % 6.5 | |
| | Orta | 253 | % 91.0 | |
| | Yüksek | 7 | % 2.5 | |
| Ebeveyn Tutumu | | | | |
| | Aşırı koruyucu | 72 | % 25.9 | |
| | Baskıcı ve otoriter | 30 | % 10.8 | |
| | Demokratik | 160 | % 57.6 | |
| | Dengesiz ve kararsız | 13 | % 4.7 | |
| | İlgisiz ve kayıtsız | 3 | % 1.1 | |

Katılımcıların 73'ü (% 26.3) birinci sınıf, 90'ı (% 32.4) ikinci sınıf, 71'i (% 25.5) üçüncü sınıf ve 44'ü (% 14.8) dördüncü sınıf öğrencisidir. Tek çocuk olan 14 (% 5.0), iki kardeş olan 96 (% 34.5), üç kardeş olan 86 (% 30.9), dört kardeş olan 41 (% 14.7), beş ve üstü kardeş sayısına sahip olan 41 (% 14.7) katılımcı bulunmaktadır. Katılımcıların algıladıkları ebeveyn tutumlarına bakıldığında 72'sinin (% 25.9) aşırı koruyucu, 30'unun (% 10.8) baskıcı ve otoriter, 160'ının (% 57.6) demokratik, 13'ünün (% 4.7) dengesiz ve kararsız, 3'ünün (% 1.1) ilgisiz ve kayıtsız ebeveyn

tutumu algıladıkları görülmektedir. Ayrıca katılımcıların 18'inin düşük (14), 253'ünün (%92.1) orta, 7'sinin (%2.4) yüksek sosyo-ekonomik seviyede olduklarını beyan ettikleri görülmektedir.

Verilerin Toplanması

Araştırmaya katılan öğrencilerin utanç ve suçluluk kavramlarına ilişkin sahip oldukları metaforları ortaya çıkarmak için bir form hazırlanmıştır. Ayrıca öğrencilerin yaş, sınıf, sosyo-ekonomik seviye, aile yapısı vb. özellikleri hakkında bilgi edinmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan demografik bilgi formu uygulanmıştır. Metafor üretme formunda öğrencilerden aşağıdaki ifadeleri tamamlamaları istenmiştir.

“Utanç duygusu..... gibidir, çünküiçin.”

“Suçluluk duygusu..... gibidir, çünkü için.”

Metafor çalışmalarında “gibi” kavramı genellikle metafor konusu ile metafor kavramı arasındaki benzerliği daha net bir şekilde çağrıştırmak için kullanılmaktadır. Bu çalışmada “çünkü” açıklamasına da yer verilerek yapılan benzetmeler için mantıklı bir sebep üretmeleri istenmiştir (Çapan, 2010).

Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Verilerin analizi; 1) Kodlama ve ayıklama, 2) Kategori oluşturma, 3) Geçerlik ve güvenilirlik, 4) Nicel veri analizi için SPSS'e verilerin aktarılması, düzenlenmesi ve analizi 5) Yorumlama olmak üzere beş aşamada (Yıldırım ve Şimşek, 2006) gerçekleştirilmiştir:

Kodlama ve Ayıklama: Katılımcıların doldurdukları formlar, önce kaba bir ayıklama işlemine tabi tutulmuş ve eksik bırakılan formlar dışarıda tutulmuştur. Ardından katılımcılar tarafından tamamlanan her bir cümle incelenerek katılımcılar tarafından

Üretilen tüm metaforlar kodlanmıştır. Belirli bir metaforu ifade etmeyen ya da gerekçesi belirtilmemiş metaforlar ayıklanmıştır. Ayıklama sonrasında utanç kavramı için toplam 149, suçluluk kavramı içinse 116 geçerli metafor elde edilmiştir.

Kategori Oluşturma: Katılımcılar tarafından üretilen metaforlar, metaforun konusu, kaynağı, konu-kaynak ilişkisi açısından incelenmiştir. Metaforların yanlarındaki açıklamalar (gerekçeleri) da dikkate alınarak utanç kavramı için 3 ana kategori ve 14 alt kategori; suçluluk kavramı için 3 ana kategori ve 13 alt kategori oluşturulmuştur. Her bir metafor ilişkili olduğu kategorinin altına yerleştirilmiştir.

Geçerlik ve Güvenirlik: Araştırmanın geçerliğinin sağlanması amacıyla toplanan verilerin ayrıntılı raporlaştırılması, sonuçlara nasıl ulaşıldığının detaylı olarak açıklanması yolları benimsenmiştir. Güvenirliğin sağlanması amacıyla farklı kodlayıcılar arasındaki görüş birliği temel alınmıştır. Eğitim Bilimleri ve Türk Dili ve Edebiyatı alanlarından beş uzmana metaforların alfabetik sırada olduğu bir liste ve belirlenmiş temalar sunulmuş ve bu metaforları temalara yerleştirmeleri istenmiştir. Ardından uzmanların bu yerleştirmeleriyle araştırmacının yerleştirmeleri karşılaştırılmıştır. Araştırmacı ve uzman görüşlerinin tutarlılık içinde olduğu metaforlar esas alınarak liste son haline getirilmiştir.

Verilerin SPSS'e Aktarılması, Düzenlenmesi ve Analizi: Elde edilen veriler, metaforlar ve temalar SPSS programına aktarılarak (utanç kavramı için 149 metaforun ve 14 kavramsal kategorinin; suçluluk kavramı içinse 116 metaforun ve 13 kavramsal kategorinin) frekans (f) değerleri incelenmiştir. Katılımcılar tarafından üretilen metaforlar ve oluşturulan kategoriler tablolaştırılarak, okuyucuların kolayca bilgi edinmelerini sağlayacak şekilde düzenlenmiştir. Oluşturulan tablolarda metaforların tekrarlanma sıklığı (kaç katılımcı tarafından aynı metaforun üretilmiş olduğu) belirtilmiştir.

Üretilen metaforlar ve araştırmacı tarafından oluşturulan kategoriler tartışma ve sonuç bölümünde ilgili literatür eşliğinde irdelenmiş ve tartışılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amaçları temel alınarak odak grup görüşmeleri ve metafor çalışmaları sonucunda elde edilen bulgular, katılımcıların birebir alıntılarında yer verilerek her bir çalışma için ayrı başlıklar altında sunulmuştur.

Çalışma 1

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularına yönelik algılarını, kavramsallaştırmalarını ve yaşantılarını derinlemesine incelemek amacıyla odak grup görüşmesi yapılmış, elde edilen verilerin içerik çözümlemesi yapılmıştır.

Utanç Duygusuna Yönelik Bulgular

Bu kısımda, utanç duygusunun sebepleri, yaşandığı sırada deneyimlenen süreç ve sonuçları hakkında katılımcıların görüşleri yer almaktadır.

Utanç Duygusunun Tanımlanması

Suçluluk duygusuyla ilgili kavramsallaştırmaları incelemek amacıyla araştırmacı tarafından “*Sizce utanç nedir? Utancı nasıl tanımlarsınız?*” sorusu yöneltilmiş ve katılımcılardan Tablo 5’teki yanıtlar alınmıştır.

Tablo 5’te görülen tanımlamalardan hareketle, utanç duygusu ile ilgili ortak bir tanım yapılmıştır.

Tablo 5.
Odak Grup Katılımcılarının Utanç Tanımları

| Katılımcı | Utanç Tanımı |
|-----------|--|
| K-1 | “Utandığımız zaman diliminde ortaya çıkan duygudur.” |
| K-2 | “İstenmeyen bir hareket sonrası utanmadır.” |
| K-3 | “Kendi öğrendiklerim dışında, bu zamana kadar yetiştirilme tarzım dışında davranışlar sergilersem utanırım.” |
| K-4 | “Ahlaki değerlerin dışına çıkılması. Kendi değerlerine ve toplumsal değerlere aykırı bir şey yapıldığı hissini verdiği rahatsızlık duygusu.” |
| K-5 | “Aslında utanç istemsiz de olur. Hani... Yani... İstmeden senin üstünde gelişen bir olay karşısında da utanabilirsin.” |
| K-6 | ”Kişinin yaptığı veya gördüğü bir olay sonrasında kendini küçük hissetmesi.” |
| K-7 | “Bireyin kendi içinde yapmaması gerektiğini düşündüğü bir davranışta bulunup, sadece kendi içinde değil, toplum içinde de hissettiği duygu.” |
| K-8 | “Yaptığımız ya da yapmamızın muhtemel olduğu bir hatadan dolayı orada bulunmama isteği.” |

Bu tabloya dayalı olarak, utanç ile ilgili şöyle bir tanımlamaya gidilebilir:

“Utanç, bireyin içinde yetiştiği toplumun kurallarına, ahlaki değerlerine ve kendi kişisel prensiplerine uygun davranmadığında, bu kural ve değerlere aykırı davranışlar sergilediğinde ortaya çıkan, gözden kaybolma isteği doğuran ve bireye kendisini başkalarının önünde küçük düşmüş hissettiren rahatsız edici bir duygudur.”

Utanç Duygusunun Sebeplerine Yönelik Bulgular

Odak grup görüşmesinde katılımcılara “*Utanç hissetmeye yol açan etmenlerin neler olduğunu düşünüyorsunuz?*” diye sorulmuştur. Gruptan alınan cevaplar doğrultusunda, utanç duygusuna yol açan sebeplerin iki alt kategoride toplanabileceği görülmüştür: (1) *Kişisel, toplumsal ve ahlaki standartlara uygun*

davranmama (2) Başkalarının görüşü. Aşağıda her bir alt kategori katılımcıların birebir anlatıları eşliğinde açıklanmıştır.

Kişisel, toplumsal ve ahlaki standartlara uygun davranmama: Bu alt kategori, aşağıdaki alıntılardan da anlaşılacağı üzere, bireylerin, toplumun kurallarına uymamaları, ahlaki değerlerin dışına çıkmaları, toplumsal değerlere uygun hareket etmemeleri, kendi kişisel standartlarından uzak davranışlar sergilemeleri durumlarında utanç duygusu hissedebileceklerine işaret etmektedir.

K-1: *“Benim için utanç ve edep birdir. Edebin olduğu yerde utanç olmamalı. Çünkü edebin kurallarına göre, yaşarsın, yaparsın. Edeple neyi kastediyorum. Toplumun kurallarına uymak gibi bir şey olabilir, yargılarına yani. Eleştirilmemekle ilgili bir şey. Kendin de eleştiremeyeceksin kendini. Mesela birçok şey olabilir. Belki oturmuş, belki büyüklerin yanında nasıl toparlarsın bir kendini. Bu sefer utanmazsın, çünkü onu yapmışsın. Sende olmuş o duygu, o his. Artık kendinden eminsin, edep oluşmuş sende. ”*

K-2: *“Edep varsa utanç vardır. Aslında utanç duygusu çoğu zaman aile yaşantısı ile toplum yaşantısının çatışmasından doğuyor. Ailede bir şey öğreniyorsun, sana göre doğru, toplum bunu kabul etmiyor. O zaman toplumda utanırsın veya toplumda öğrendiğin bir şeyi aile içinde yapıyorsan ailede tepki görürsün. Bundan da utanç duyarsın. Aslında ikisinin yani ortamların çatışması gibi.”*

Yukarıdaki alıntılarda görüldüğü üzere K-1 ve K-2 utanç duygusunu edep ile ilişkilendirmiş ve edebin olduğu yerde utandıran davranışların görülmeceğini belirtmişlerdir. Türk Dil Kurumu sözlüğüne bakıldığında edebin, “(1) toplum töresine uygun davranma, (2) iyi ahlak, incelik ve terbiye” olarak tanımlandığı görülmektedir. Bu tanımdan ve katılımcıların alıntılarında hareketle, ahlaka, törelere, görgü kurallarına uygun davranıldığı sürece utandıran durumlardan uzak olunacağı söylenebilir.

K-3: “Kendi öğrendiklerim dışında, bu zamana kadar yetiştirilme tarzım dışında davranışlar sergilersem utanırım. Topluma göre de şekilleniyor. Kendi öğrendiklerimin dışında da davranırsam utanırım. Bence toplum belirleyicidir bu konuda çünkü biz topluma göre hareket ediyoruz beraber yaşadığımız için. Belirli değerler çerçevesinde bunları düşünüyoruz.”

K-5: “Kimse bilmeden yaptığın kötü bir şeyden dolayı da utanabilirsin yani. Edindiğimiz değerler çerçevesinde yani.”

K-6: “Ben reel yaklaşayım biraz. İnsan sosyal bir varlıktır. Sosyal bir varlık olduğu için de toplumun belli kurallarına uymak zorundadır. Bu yüzden de suçluluk ve utanç duygusu hissedebilir. Yani o kurallar çerçevesinde... Ama onların yanlış olduğunu insanlar belirliyor. Temelde yine toplum var yani.”

Yukarıdaki alıntılarda K-3, K-5 ve K-6'nın toplumun normlarından, örf ve adetlerden, görgü kurallarından, değerlerden bahsettikleri görülmektedir. K-3'e göre bireyin önceki öğrenmeleri, yetiştiği ortamda edindiği değerler, bireylerin utanç deneyimlerini belirlemektedir. K-6'ya göre de suçluluk ve utancın temel belirleyicisi toplumsal kurallardır. K-5'e göre ise bu kurallar o kadar içselleştirilmiştir ki, kimse bilmeden yapılan eylemler bile bireye suçluluk hissettirmektedir.

K-4: “Ahlaki değerlerin dışına çıkılması. Mesela toplumun değerleri vardır ya da kendi değerlerimiz vardır. Bunların dışında uç bir davranış gösterdiğimiz zaman utanırız.”

K-7: “Ya... Hep edinilen değerler falan söz konusu oluyor ama... daha çok kendiyle bence insanın. Tamam değerler vardır bize verilen ama sadece dışarıdan bize benimsetilenlere uymuyor diye utanç hissetmeyiz. Kendimiz daha ağırlıktadır. Kendimize olan saygımız, içtenliğimiz... Bence... Hani o yüzden tabi toplumun etkisi var ama kendimiz de bir şeyleri mantık dairesinde düşünebiliriz. Doğru mu yanlış mı? Çünkü değiştirmek insanın elindedir bir şeyleri.”

K-7 ve K-4 ise diğerkatılımcıların görüşlerine katılmakla birlikte ek olarak kişisel standartların önemine değinmişlerdir. K-7'e göre toplumsal, ahlaki kural ve değerlerin dışında davranılsa bile, yapılan eylem eğer kişinin kendi içsel standartlarıyla uyumlu ise utanca yol açmaz. Başka bir deyişle K-7, utanç duygusunun ortaya çıkışında, bireyin kişisel standart ve değerlerinin de en az toplumsal/ahlaki kurallar ve değerler kadar belirleyici olduğunu vurgulamıştır. Benzer şekilde K-4 de utanç duygusunun ortaya çıkışında kişisel değerlerin rolünden bahsetmiş ve bu değerlerin dışında davranışlar sergilemenin utanç duygusuna yol açabileceğini belirtmiştir.

K-8: *“Mesela töre cinayetleri örnekleri vardır. Hani bir kız kaçıyor, ailesi onu, hani bütün bir komşu, bütün toplum artık hani ailesinin o kıza bir şey yapmasını bekliyor, bir şekilde cezalandırılmasını bekliyor. O davranışından utanç duymasını bekliyor aile mesela sokağa çıkamıyor falan. Utanç daha yayılan, daha genel ve cezasının kesilmesini daha çok beklenen bir duygu. Bu şekilde etkisi daha büyük toplumun. Evlenmeden hamile kalırsın mesela ya da biriyle kaçarsın falan, artık bunun Doğu'da özellikle mesela bütün özellikleriyle karşılık veriyor. Ailen de işte topluma hak veriyor.”*

Yukarıda görüldüğü üzere K-8 törelere uymanın, kimi olumsuz sonuçları olabileceğine değinmiş, utanç duygusuna yol açan sebeplerden biri olarak örf ve adetlere uygun olmayan bir olay örneği vermiştir. Verdiği örnekte ailelerinin ve bulunduğu çevrelerin törelerine, örf ve adetlerine uygun olmayan davranış sergileyerek evden kaçan ya da evlilik dışı hamile kalan genç kızlardan bahsetmiştir. K-8 burada toplumun denetleyici rolünden bahsetmiş ve toplumun bu eylemleri “utanç duyulması gereken durumlar” olarak değerlendirdiğini belirtmiştir. Örnekteki gençlerin davranışları, içinde yaşadıkları toplumun kullarına uymayan, olumsuz değerlendirilen, bir kara leke olarak görülen hareketlerdir. K-8 bu örnekteki utancı, toplumun kendi kuralları çerçevesinde dayattığı bir utanç olarak görmektedir.

Başkalarının Görüşü: Bu alt kategorideki anlatılar, bireylerin başkaları tarafından yanlış anlaşıldıklarında, statü farklılıklarından dolayı aşağılanma ve

dışlanma vb. durumlarla karşılaştıklarında ya da başkaları önünde gülünç duruma düştüklerinde utanç duygusu hissedebileceklerine işaret etmektedir. Ayrıca birincil derecede yakın olunan kişilerin başkaları tarafından olumsuz değerlendirilecek eylemlerde bulunmaları halinde de bireyler utanç duygusu deneyimleyebilmektedirler.

Aşağıdaki alıntılardan anlaşılacağı üzere K-2'ye göre, bireyler başkalarının gözünde olumlu bir imaj çizmek istemektedirler. Başkalarının gözünde çizdikleri bu olumlu imajı tehlikeye sokacak, zedeleyecek eylemler bireyleri utandırmaktadır; çünkü bireyler bu durumda başkaları tarafından eksik ve yetersiz algılanabileceklerini düşünmektedirler.

K-2: *“Aslında utanmanın temelinde yanlış anlaşılma korkusu var. Utandığımız şeyde, “Yanlış anlaşıldım ben, aslında böyle değildim.” demek isteriz. “Bir hata yaparsam yanlış anlaşılabilirim.” diye veya bir hareket sonucunda yanlış anlaşılmaktan duyulan korku üzerine duyuyoruz... Biz aslında şunu vermeye çalışıyoruz çevremize, arkadaşlarımıza. Ben mükemmelim, hep iyiydim, benim ailem de iyiydi. Biz hep böyleyiz hani kendimizi öyle pazarlıyoruz. Bu düzen bozuluyor, o utanç, hani aileden utanma araya girince. Ailenin düşüklüğü, şeyi görülünce, bu devreye giriyor. Benim bu düzenim bozulacak. İnsanlar beni böyle tanımayacaklar. Olduğum gibi, kendimi gösterdiğim gibi görmeyecekler. Beni eksik görecekler, bu kaygıyla utanıyoruz. Utanılır yani, olmaması gerekir amaaa... böyle olur. Ben aslında böyle değilim. Yani...”*

K-5 ve K-1, aşağıdaki alıntılardan anlaşılacağı üzere bireylerin sadece kendi eylemlerinden dolayı değil, kan bağı olan, birinci derecedeki yakınlarının davranışlarından dolayı da utanabileceklerini belirtmişlerdir. K-1'in vermiş olduğu örnekler incelendiğinde, özellikle aile gibi sıkı ve yakın ilişkilerle örülü bir grubun üyesi olmanın, diğer üyelerin davranışlarından da sorumluluk hissetmeye yönelttiğini söylemek mümkündür. Bu aidiyet ve sorumluluk hissini grubun herhangi bir üyesinin sergileyeceği olumsuz davranışlar nedeniyle utanç duygusuna yol açması

olasıdır; çünkü bireyler ilgili kişinin onları temsil eden bir konumda olduğunu düşünmektedirler.

K-5: *“Bir anne çocuğunun yaptığı bir yaramazlıktan dolayı da utanabilir. Hani kendisiyle ilgili bir şey de olmayabilir. Sorumlulukla beraber gelir.”*

K-1: *“Çünkü bir yerde onu temsil ediyor. Hani bir çocuk annesini temsil ediyor. Bak ailesi onu böyle yetiştirmiş. Hani bu bunu temsil ettiği için biraz, bu benim bir parçam. Bu benim öğrettiğim bir denek gibi. Hani yanlış öğretmişim. Bundan utanırım. Mesela atıyorum, birinin babası sürekli alkol içerse, işte babası alkolik ya da kendisi alkolik denebilir. Hoş bir şey değil. Çünkü toplum yargılarına aykırı, toplumsal yargıya aykırı.”*

K-3 ve K-4, aşağıda görüldüğü üzere, sosyal statü eşitsizliklerinden birer örnek vermiş, düşük sosyo-ekonomik seviyedeki bir gencin, yüksek sosyo-ekonomik seviyedeki akranları tarafından dışlanabileceğini belirtmişler. K-3 ve K-4’e göre bireyin yakın diyalog halinde bulunduğu insanlardan farklı özellikler taşıması, statü eşitsizliklerinin olması, başka bir deyişle onlardan düşük konumda olması o insanlarla iletişimini kesintiye uğratabilmektedir. Zira kendileri tarafından belirtildiği üzere, kimi zaman bireyi çevreleyen kendi kontrolü dışındaki etmenler, onun kim olduğunun ötesine geçmekte, kendisine önyargılı yaklaşılmaya yol açmaktadır. Kendisini kuşatan bu koşullar nedeniyle birey, diğerleri tarafından aşağılanabilmekte, küçük düşebilmektedir. Tüm bu koşullar bireyin utanç duymasına yol açabilmektedir.

K-3: *“Yani belki de toplumdaki dışlanma korkusu olabilir. Yaşadığı çevre içinde mesela diyelim ki özelde okuyor. Maddi durumları kötü. O yüzden hani arkadaşlarıyla arkadaşlık kuramayacağını falan düşünür. Onlarla oturamayacağını düşünür. O yüzden utanır...”*

K-4: “Bence de hani bu konudaki utanç, bir önyargıdan kurtulma şeyidir. Ya önyargılı yaklaşılmasını istememek diyebiliriz. Bir çocuğun diyelim ki fakir olduğunu bilsek, ona aslında sadece kendi düşünceleriyle yaklaşmayız. O statüsünden dolayı da bir şeyler eklemeye çalışırız. Yani o çocuk bence neden utanır. Bunlar sadece benim düşüncelerime önem vermiyorlar benim statüm de onların benim hakkımdaki düşüncelerini şekillendiriyor. Ama ben sadece düşüncelerimle var olmak istiyorum. O yüzden hani kendini mükemmel göstermek istiyorum ki, sadece düşüncelerim ön planda olsun. Sadece ben ön planda olayım. Hayatım ön planda... Hani hayatımın bazı olumsuzlukları ön planda olmasın. Ben var olayım yani. Benim değiştire...(Yarım bırakıp şahısı değiştirerek devam eder) Annesinin hizmetçi olması mesela kendi elinde olan bir şey değil çünkü kendisi çalışıp para kazanmaya başlamamış. O hani önceden gelen bir şey. Kendi elinde olmayan bir şey. Ama işte böyle olunca da işte düşünür ki, şey işte ben sadece kendimde var değilim, hani başkalarının bana kattığı şeyler de başkalarının benim hakkımda düşüncelerini değiştiriyor. Ben bunun değişmesini istemiyorum, diyebilir. Mesela yani annesi hizmetçi olan kişilere normalde hani Türk toplumunda öyle çok da iyi bir şekilde yaklaşılmaz hani. Genelde hani biraz daha aşağılayıcı bir şekilde yaklaşılır. Bu yüzden utanç duyabilir. Bir de benim hani utandığım zamanlar genelde yanlış anlaşıldığım zamanlar.”

Aşağıdaki alıntılarda görüleceği üzere, K-5 ve K-2’ye göre, başkalarının önünde sakarlık yapmak ya da komik duruma düşmek bireylerin utandırabilmektedir.

K-5: “Mesela, işte, yolda yürürken, düşmüşsündür. Ayağın takılır. Utanırsın yani. Sakarlık yaptığın için ama o senin istemin dışında gerçekleşmiştir. Biraz dikkatli olsaydım düşmezdim, rezil olmazdım.”

K-2: “Beni aptal sanacaklar, düştüm.” diye (Gülüşmeler....)

Yukarıdaki alıntılardan anlaşılacağı üzere, katılımcılar başkalarının gülmesine yol açacak sakarlıklar yaptıklarında utanç duygusu hissetmektedirler. Buradaki utancın

temelinde yatan, bireylerin başkalarının zihinlerinde çizdikleri olumlu imajın yapılan sakarlık nedeniyle bozulabileceği endişesidir.

Son olarak K-7'nin yorumu incelendiğinde, gelişimsel açıdan bazı dönemlerde başkalarının eleştirilerine ve olumsuz değerlendirmelerine daha duyarlı olduğu anlaşılmaktadır.

K-7: *“Bir de belli dönemlerde özellikle yoğun olarak hissedilebiliyor insanlar. Ergenlik dönemlerinde mesela, anne babadan utanç duygusu yaşanabiliyor. Ama olgunlaştıkça, düşüncelerin yerleştikçe, büyüdükçe bunlar azalıyor sende. Mesela hep bundan bir hocamız da bahsetmişti. Hani o dönemlerde kendi kıızı da var çünkü hani ister istemez mesela toplantıya nasıl geleceksin, nasıl bir kıyafet giyeceksin, hep bir düşünce şeyinde olur. Ben kuzenlerimde de bunu fark ediyorum. Küçükler, büyüme dönemindedir. Hani ister istemez çevrelerinde bir şeyleri gördükleri gibi istiyorlar. Yani belli dönemlerde daha baskın bence, ama ileride oturuyor.”*

Yukarıdaki alıntıda görüldüğü üzere, K-7 günlük yaşamdaki gözlemlerinden yola çıkarak utanç duygusunun gelişimsel olarak dönem dönem artabileceğini, özellikle ergenlik döneminde gençlerin ailelerini beğenmediklerini, onların dışsal görüntülerinden utanç duyabildiklerini belirtmiştir.

Utanç Duygusunda Deneyimlenen Sürece İlişkin Bulgular

Odak grup görüşmesinde katılımcılara *“Utanç duygusu hisseden bir insanın kendisiyle ilgili nasıl bir değerlendirme yaptığını düşünüyorsunuz?”* diye sorulmuştur. Gruptan alınan cevaplar doğrultusunda, utanç duygusunda deneyimlenen sürecin üç alt kategoride açıklanabileceği görülmüştür: (1) *Benlik odaklı değerlendirmeler* (2) *Dışsal belirtiler* (3) *Pişmanlık*. Aşağıda her bir alt kategori, katılımcıların birebir anlatıları eşliğinde açıklanmıştır.

Benlik odaklı değerlendirmeler: Bu alt kategori, bireylerin kendilerini utandıran bir durumla karşılaştıklarında kim olduklarına, nasıl biri olduklarına, karakterlerine, kişiliklerine, davranışlarıyla kim oldukları arasındaki uygunluğa odaklı değerlendirmeler yaptıklarına işaret etmektedir. Alıntılardan anlaşıldığı üzere, utanç deneyiminde, bireyler bir bakıma kendileriyle ve kim olduklarıyla yüzleşmektedirler.

K-3, K-4 ve K-6'ya göre utanç sırasında birey kişiliğini, karakterini, geçmişten bugüne nasıl geldiğini, kendisine etki eden çevre koşullarını değerlendirmekte ve bu davranışın sebebinin nereden kaynaklandığını araştırmaktadır. Görüldüğü gibi birey sorguya kendinden başlamaktadır. Başka bir deyişle birey bir iç hesaplaşma süreci yaşamaktadır.

K-3: *“Kişiliğime bakarım. Kişiliğime, karakterime, yetiştirilme biçimime bakarım. Sonra derim ki bunu yaptım, ama bu böyle değildi. Bunu yapmamam gerekirdi. Niye böyle yapmışım, onu düşünürüm, sebeplerini ararım, sorarım. Bir daha yapmamaya kendime söz veririm. Böyle işte...”*

K-6: *“Önce kendimi yiyip bitiriyorum ben içimden... Utançta kendisi yapıyor insan yani. Kendisi sorumlu. Suçlulukta başkasına da pay çıkarabiliyoruz. Ama utançta çıkaramıyoruz. Kendi karakterimi, ortamını, sosyal yapıyı, hepsini düşünürüm yani. Hepsini ortak bir paydada birleştirmek lazım. Sonuçta toplumda yaşıyoruz, onun için.”*

K-4: *“Utanma bizim iç hesaplaşmamız.”*

K-7 ve K-2'nin aşağıdaki alıntılarında göreceği gibi, birey yaptığı değerlendirmeye kendisiyle ilgili olumsuz yönlerle odaklanarak başlamakta, kendisini ve utanca yol açan olayı her yönüyle değerlendirmeye tabi tutmaktadır. K-2'ye göre böyle bir değerlendirme, bireyin kendisinin yetersiz biri olup olmadığını ya da nasıl biri olduğunu sorguladığı ve sonunda kendisiyle ilgili olumlu yönler bulabileceğini

umduğu bir süreçtir. Zira birey, kendisiyle ilgili olumlu değerlendirmeler yapma ihtiyacındadır.

K-7: *“İlk olumsuz yönleri gelirdi aklıma. Sonra işte kendimi... Olayla ilgili ve kendimle ilgili... Aslında ikisini bir arada düşüneneceğimi düşünürüm.”*

K-2: *“Eğer utanılacak bir şey yaptıysak, aslında sonunda olumluyu düşünmek için başta olumsuzu düşünürüz. Önce hastalığı buluruz, hastalığı, yani eksikliklerimizi, hani yanlışlarımız ne? Buna göre kendimizi daha iyi kandırmak için, yani olumluya varmak için olumsuzu düşünürüz. Ne kadar eksikim, ne kadar yetersizim ben. Aslında o kadar değil, aslında şu kadar değil. Yaptıklarımızı gerekçelendirmeye çalışırız. Yani utançtan sonra eğer düşünme safhasına giriyorsak, bu demektir ki kendimizi kandırmaya çalışıyoruz, çok belli... Utançta sen varsın. Suçlulukta sadece sen yoksun. Yani utanç çoğu zaman kendi odaklıdır. Eğer şey kaygım varsa, hani kişilik kaygım varsa, ben nasıl biriyim, iyi biri miyim? Devamlı bunu sorgulayan biriysem zaten kendimden utanırım. Yani böyle bir kaygımız varsa. Gelişmek, kişiliğimizi yükseltme kaygımız varsa o zaman utanırız. Yoksa...”*

K-4'e göre, aşağıdaki alıntılardan anlaşılacağı üzere, değerlendirme sürecinde birey, kim olduğu - nasıl biri olduğu ile sergilediği davranışlar arasındaki uygunluğu irdelemektedir. Başka bir deyişle bireyin içsel bütünlüğünü kimlik-amaç uygunluğunun ve uyumunun sağlayabileceğine inandığını söylemek mümkündür.

K-4: *“Ben de düşüncelerimi-davranışlarımı sürekli bağdaştırmaya çalışıyorum. Hani böyle sürekli düşünüyorum, böyle davranmam gerek. Mesela 10 yaşındaki bir çocuğum, benim hayalim çok geniştir, aklındaki resim çok güzeldir, ama el kasları daha gelişmediği için onu daha aktaramaz. Hani çok garip ay iğrenç resimler yapar. Ama hayalindeki resimler o kadar güzeldir ki... İşte ben de bunu yenmeye çalışıyorum. Hani daha fazla şey öğrenmeye çalışıyorum ki düşüncelerim davranışlarıma yansısın. Genelde inançlarım ve ideallerimle ilgili hani. İnançlarım*

ve ideallerimi davranışlarımla bağdaştırmaya çalışıyorum. Çok düşünüyorum bunu. Böyle yani...

Son olarak K-8'in aşağıdaki alıntısı incelendiğinde, utanç duygusunun bireyin kendisinden utanmasına yol açacak derecede ağır bir duygu olduğunu, kendisiyle yüzleşmenin bireye acı verdiğini söylemek mümkündür.

K-8: *“Yani çok rahatsız, aşırı boyutta rahatsız olurum. Onu nasıl anlatsam, kendinden utanma hissini. Ya kendine yakıştıramazsın ki... Kendinden utanırsın, rahatsız olursun. Uyusam, hiçbir şey düşünmesem artık dersin. Kendimle bile kalmasam, uyusam falan dersin...”*

Ayrıca yukarıdaki alıntılardan hareketle, utanç duygusundan kurtulmak için bireyin kendinden bile kaçmak istediği, olayı unutmak istediği ve her şeyden uzaklaşmak istediği söylenebilir. Başka bir deyişle utanç duygusu bireyin adeta kendisine yabancılaşmış hissetmesine yol açan bir duygudur çünkü birey yaptığı davranışı kendisine yakıştıramamaktadır.

Dışsal belirtiler: Odak grup görüşmesi sırasında, katılımcılara *“Dışarıdan bakıldığında bir insanın suçluluk ya da utanç hissettiğini anlamak mümkün müdür? Eğer mümkünse bir insanın suçluluk ve/veya utanç hissettiğini anlamanın yolları, ipuçları nelerdir?”* diye sorulmuştur. Katılımcıların verdiği cevapların yüz ifadesine, hareketlere ve iletişime odaklı olduğu görülmüştür.

K-3: *“Bence bakışları ve hareketleri onu gösterir. Bir tuhaf bakar, başka bakar. Böyle mesela benim hep yüziüm kızarır, oradan anlaşılır mesela.”*

K-4: *“Ya da yanlış bir şey söyler, kendini yanlış ifade eder. Kelimeleri toparlamaya başlar. Sonra mesela yanlış bir hareket yaptı, elini kolunu toparlamaya başlar, bir şeyler yapar. Gözlerini kısma olabilir ya da dişlerini sıkar. Zaten vücut olarak da kendimizi sıkırız bence utandığımız zamanlar böyle. Ben sıkırım. Sıkınca büzüşürüz ya daha da küçülmek. Kaybolmak... Görünmez olmak...”*

K-2: “Anne karnına dönme refleksi gibi. Utandığımızda küçülmek ya da acı çektiğimizde yorganın altına girmek... O anne karnına dönme refleksine... Orada güven duyuyoruz, güven duyacağımız bir yer. Bir de çok fazla hareket etmek istemememizin sebebi şey, zaten bir şey yapınca sakarlık yapacağız, beceremeyeceğiz. O yüzden bir şeylere karışmayız. Belli olur utangaç kişide, eli ayağına dolaşır, yapamaz, başaramaz. Sakarlaşıyor, kafa başka yerde oluyor.”

K-8: “Benim de moralim bozulur. Gülerek konuşarak girdiysem, onlar tamamen gider, içerde bir şeye takılır kalırım. Konuşamam, gülemem... Konuşurken bile insanın sesi titriyor, çok kasıldığı bir ortamda yani. Aslında yokmuş gibi ama o masada otururum yani. Ama konuşamam, gülemem, terlerim. Duvar çekerim. Bitse de gitsek modunda. Bir de mesela gün boyunca böyle çok kasılacak konular olduysa, akşam eve geldiğinde kemiklerin ağrıyor, başın ağrıyor.”

K-7: “Gözlerini kaçırabilir. Benim karnım ağrır. Stresten.”

K-1: “Mesela ben hiç bakamam. O an resmen sanki şuradan başka bir yer yokmuş gibi. Hiç kaldıramıyorum başımı. Birden kendime çekilirim, yani istemsiz. Hiçbir hareket yok. Birden kendimi böyle, yere durmuş ve bir an kendime bakar halde bulurum.”

K-6: “Saçmalama olabilir başka konularla ilgili. Kelimeleri tam çıkaramama olabilir veya cümle kuramama mesela. Aklın oraya gidiyor. Başka şeyleri konuşamıyorsun.”

K-5: “Sakarlık yapmak. O durumdan kurtulayım derken daha beter utanabiliyorsun. Mesela kötü bir hareket yapmışsındır, gülüyorsundur falan. Onu telafi etmek için aşırı de kahkaha atarsın, o bile farklı bir şeye gider.”

Yukarıdaki alıntılar incelendiğinde, K-3’e göre yüz kızarması, bakışlarda ve hareketlerde farklılık; K-4’e göre kaybolma ve görünmez olma isteğini yansıtan

bedensel olarak büzülme ve küçülme hareketi, gözlerini kısıma, kendini ve dişlerini sıkma, kelimelerini toparlayamama; K-2'ye göre sakarlık yapmamak için hareketsiz kalma ve anne karnına dönme refleksine benzer bir büzülme; K-8'e göre bulunulan ortamda kendini soyutlama, neşesiz ve keyifsiz davranışlar; K-7 ve K-1'e göre gözlerini kaçırma ya da başını aşağı eğerek sabit bir noktaya odaklanma utanca eşlik etmektedir. Ayrıca strese bağlı baş ve karın ağrısının da utanca eşlik ettiği belirtilmiştir.

Pişmanlık: Bu alt kategori incelendiğinde, bireylerin kendilerini utandıran davranışlarını pişmanlık ve hayıflanma içerisinde değerlendirdikleri anlaşılmaktadır.

K-3: *“Düşünürsün, o zaman ben ne yapmıştım? Niye böyle yapmıştım? diye. Böyle düşünüyoruz. Sonra da niye öyle yaptık diye pişman oluruz. Kendimize kızarız neden böyle yaptık diye. Hala etkisi geçmemiştir.”*

K-4: *“Utançtan sonra hayıflanma vardır. Ben bunu niye yaptım, yapmasaydım keşke.”*

Yukarıdaki alıntılardan anlaşılacağı üzere, utanan birey yaptığı davranışı hiç yapmamış olmayı dilemekte ve ortaya çıkan durum nedeniyle kendisine kızmaktadır. Dolayısıyla utanç sırasında pişmanlık duygusunun da eşlik ettiğini söylemek mümkündür.

Utanç Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Bulgular

Odak grup görüşmesinde katılımcılara *“Utanç duygusunun sonuçlarının neler olduğunu düşünüyorsunuz?”* diye sorulmuştur. Gruptan alınan cevaplar doğrultusunda, utanç duygusunun sonuçlarının iki alt kategoride açıklanabileceği görülmüştür: (1) *İçe kapanma ve sosyal izolasyon* (2) *Olayı kendine saklama*. Aşağıda her bir alt kategori, katılımcıların birebir alıntıları eşliğinde açıklanmıştır.

İçe Kapanma ve Sosyal İzolasyon: Bu alt kategori utanç deneyimi yaşamış bireylerin olayın ardından dünyayla iletişimlerini kestiklerine, yalnız kalmayı tercih ettiklerine ve kendi iç dünyalarına çekildiklerine işaret etmektedir.

K-1: “Annem bana şey der. Hani dışarıdan gözlemlemek daha farklı oluyor ya. Bir anda sen kapanıyorsun diyor. Her şeyi kapatıyorsun sen bir an, içinde duruyorsun duruyorsun sonra karar veriyorsun diyor. Hani hakikaten de öyle. Bir şey oluyor, bir durumla karşılaşıyorum, sonra bir an böyle duruyorum, hiçbir şey konuşmuyorum sonra işte gereken neyse işte o... Hani özür dilemekse özür dilemek, buna kapandıktan sonra karar veriyorsun.”

K-8: “Utanacak kötü bir şey yaptığım zaman başta hani kendimden de utanırım o an. Özellikle kalabalığa çıkamam. Sanki herkes biliyormuş da... İnsanların yüzüne bakmaya utanırım. Yalnız kalmayı tercih ederim öyle olduğu zaman. Epey bir zaman, utanç geçtikten sonra soğuyor zaten. Sonra daha olumlu şeyler yukarı çıkıyor. Birazcık daha kendini su yüzüne çıkarıyorsun falan. O ilk yoğunluğu ben yalnız geçirmeyi tercih ediyorum çünkü herkes biliyormuş gibi geliyor. Utanıyorum yani kendimden de utanırım.”

Yukarıdaki alıntılardan anlaşılacağı üzere, utanan birey kendi içine çekilerek bir içe kapanma süreci yaşamaktadır. K-8’e ait alıntılarda görüldüğü gibi birey yaşadığı olayı başkaları da biliyormuş gibi hissetmekte ve o insanlarla karşı karşıya gelmemek için kalabalıktan uzak olmayı tercih etmektedir.

Olayı Kendine Saklama: Bu alt kategoride, bireyin yaşadığı utanç deneyimini kendine sakladığı ve ancak paylaşmaya karar verdiğindeyse kimliğini deşifre etmeden anlatmayı tercih ettiği görülmektedir. Aşağıdaki alıntılarda görüldüğü üzere, tüm katılımcılar utandıran durumu kimliklerini gizleyerek anlatma noktasında hemfikirdirler:

K-1'e göre, birey kendisine utanç hissettiren durumu anlattığında, karşısındaki birey tarafından anlaşılabilir ya da yaptığı davranış nedeniyle yargılanabilir. Bu nedenle kimliği gizleyerek anlatmak, daha uygun bir yoldur ve bireyin karşısındaki tarafından doğrudan yargılanmasını önlemektedir.

K-1: *“Acıyı çeken anlar. Mesela birine anlattığında “ben çok pişmanım.” Nereye kadar pişmansın? Karşındakinin anladığı kadar. Hani sen bu yüzden anlatmak istemezsin. Hani ben çok pişmanım ama içimde belki fırtınalar kopuyordur. Çok utanırım belki ama bunu karşındaki ne kadar anlar. Hani senin durumunda değil çünkü. Bu yüzden hani utançta pek anlatılmaz gibi. Mesela başka bir yerde şey var. Beni yargılama. Hani bunu ister zaten. Mesela kimliğini gizlediğin zaman seni yargılamayacağını bilirsin ve bunu istemediğin için bunu yaparsın. Hani olması gereken budur zaten. Beni yargılama... Beni azarlama... Beni dinle... Bunu karşımızdakinde de görmeyi istediğimiz için belki bu yolu seçeriz.”*

K-8: *“Zaten yaşarken çok utandıığımız bir şeyi biz tamamen unutmak isteriz. Hani başkasına anlatıp sonra ileri bir zamanda ondan duymak zaten bizi mutsuz eder. Öyle bir şey olsa ben direkt unutmak isterim zaten. Dile getirmek hiç... en son aklıma gelir. Gömmek isterim. Çünkü anlatırken karşımızdaki insan nasıl yaptın falan dese bile o an, o anki duygularla çok rahatsız edici bir şey olur. Karşındaki insana da kin değil ama kızgınlık duyabilirsin. Hiç gerek yok. Muhtemelen anlatırken bir kere utanacağım. Sonra ertesi gün o gülmek için de söyleyebilir. Çok ciddi bir şey olsa onu hatırlatsa bile uyarmak istese bile biraz ömür boyu batacak yani. İçinde kalıp onu bir şekilde kendi kendine unutturman bence, benim için en kolay ve en doğrusu. Hani o artık bir hatadır hayatımızda, içinde kalıp unutmak en iyisi. Bir ders çıkarıp, bir daha da unutmak lazım. Yapabileceğim bir şey varsa mutlaka yaparım. Çıkarımlarım olacaksa onları da alırım. Ama ya zaten çok kolay unutulmaz. Kendi kendine içini yer bitirir ama başkasının bilmesine gerek yok. Yani ben çok fazla anlatma taraftarı değilim böyle bir şeyi. Arkadaşlarımla da ailemle de. En dayanılmayacak noktaya gelince ancak anlatırım belki. Her konuda. Direkt anlatmayı pek sevmiyorum. Bir de uzak birine yapmayı tercih ediyorum. Böyle annene babana yapsan anlarlar, arkadaşların da anlar seni tanıyorlarsa bir şekilde.*

Ama böyle daha uzak, hani okulda böyle çok da muhabbetin olmayan bir öğretmene olabilir.”

K-8, utanç deneyiminin unutulmak istenilen, hatırlanmak istenmeyen bir deneyim olduğunu ve bir başkasına anlatması halinde unutulmasının daha da güçleşeceğini belirtmiştir. Zira paylaştığı kişinin, olayı, sonrasında kendisine yine hatırlatma ihtimali vardır ve bu da rahatsız edici bir durumdur. K-8’e göre utanç veren yaşantıyı kendi içinde saklamak, gereken dersi çıkarıp gündeminde tutmamak daha uygundur. Birisine anlatılması gerektiğinde ise kendisini pek tanımayan birine üçüncü ağızdan, bir başkasının yaşadığı bir olay gibi anlatmak tercih edilebilir çünkü birey kimliğini ancak bu şekilde deşifre etmemeyi başarabilir.

K-2: “Tamamıyla gerçeği anlatıyorsun. Üçüncü gözle bakıyorsun. Hani toplumsal baskıdan kaçırıyorsun. Rahatsız yani o anlamda. İstedığın kadar yüklen. Belki abartabilirsin de... Çok yapıyordum çünkü kendimi de abartıyordum anlatırken ki ona göre tepkisini şey yapmamak için. Ama herkesin paylaşamayacağı bir olay vardır, olabilir. Herkes her olayı paylaşamaz. O kadar kötü bir şey yapar ki... Paylaşamaz. Utanç duygusu daha az paylaşılır. Suçluluk daha kolay paylaşılır da bir yere kadar. Utanç zor... Mesela bazı tabu konular vardır aileye açmamamızın sebebi de o. Tabu olan konuları ailemize açmayız, utanırız.”

K-2, üçüncü ağızdan anlatma konusunda K-8’e katılmış; utanç yaşantısını bir başkasının başına gelmiş gibi anlatmanın, toplumsal baskıdan kurtulmanın bir yolu olduğunu öne sürmüştür. Bu yolun karşıdaki kişinin asıl tepkisini görmeye imkân verdiğini belirtmiştir. Ayrıca K-2’ye göre her utanç deneyimi paylaşılabilir değildir, özellikle tabu konuların aileye açılması çok zor olduğu düşünülmektedir.

K-5: “Karşımızdakinin tutumunu hani değiştirmemek için. Mesela... Bilmediği biriyle ilgili sadece objektif düşünür. Ama bana karşı düşünürse mesela hani kırmayayım gibisinden de konuşabilir. O yüzden hani değiştirmiş olurum. Bir de ben olsam, o zaman, hep, hep değil de, daha çok mazur görebilecek insanlarla

paylaşırım. Seni daha çok utandıracak bir insanla değil de hani bu işte olabilir, olması normal gibi karşılayan biriyle. Onun için daha sonra o duygudan da kurtulabilirim hatta onun iyi telkiniyle.”

K-3: *“Ben de öyle düşünüyorum. O kişiyi bilmeden, o kişiyi tanımadan yaptıklarının karşısında daha nesnel şeyler söyleyebilir.”*

K-4: *“Önyargısız, sadece düşünce bazında bir yorum sağlayabilmek için.”*

K-7: *“Bence de daha etkili bir yol. Hem şöyle bir şey var. Kendi yaptığın bir şeyi başka biri yapmış gibi anlatırken kendini işte, haklı çıkarma çaban da olmaz... Daha nötr durumda kalırsın, arkadaşım yapmıştı falan, daha iyi olur bence.”*

K-6: *“Ben genelde başıma gelen komik olayları anlatıyorum öyle. Başkası yapmış gibi.”*

Yukarıdaki alıntılardan anlaşılacağı üzere, K-3, K-4, K-5 ve K-6 da utanç veren durumu üçüncü bir gözle anlatmaktan yanadırlar. Bunun temel nedeni, karşıdaki bireyin daha nesnel ve önyargısız tepkiler vermesini sağlamaktır. Böylece karşıdaki birey, anlatanın kırılacağını, üzüleceğini düşünmeksizin asıl düşüncelerini ortaya koyarken anlatan birey de doğrudan kendisini savunmaya ihtiyaç duymaz.

Suçluluk Duygusuna Yönelik Bulgular

Bu kısımda katılımcıların suçluluk tanımlamaları, suçluluğun sebepleri, deneyimlenen süreç ve sonuçları hakkındaki görüşleri alınmıştır.

Suçluluk Duygusunun Tanımlanması:

Suçluluk duygusuyla ilgili kavramsallaştırmaları incelemek amacıyla araştırmacı tarafından “*Sizce suçluluk nedir? Suçluluğu nasıl tanımlarsınız?*” sorusu yöneltilmiş ve katılımcılardan Tablo 6’deki yanıtlar alınmıştır.

Tablo 6.
Odak Grup Katılımcılarının Suçluluk Tanımları

| Katılımcı | Suçluluk Tanımı |
|------------------|---|
| K-1 | “Sorumluluklarımızı yeterince ve yince yerine getiremediğimiz vaziyetlerde ortaya çıkan duygu... İnsanın vicdanıyla yaptığı muhakeme sonucundaki kötü his.” |
| K-2 | “İstenmedik bir olay meydana geldiğinde hissedilen sorumluluk duygusu. Bir eylemin kötü sonuçlanması durumunda kişinin o eylemden dolayı sorumluluk hissetmesi. Yapmamız gereken şeyleri yapmayıp, özellikle başkası için kötü bir durum oluşturduğumuzda suçluluk hissediyoruz.” |
| K-3 | “Bizden beklenenleri gerçekleştirmediğimiz zaman suçluluk hissederiz. Yani bizim orada başka türlü davranmamızı bekliyorlar ama biz başka türlü davranıyoruz.” |
| K-4 | “Suçluluk beklentileri olumsuz yönde karşılama sonucunda gelen bir duygu. Kendi içimizden ya da çevresel hissettirişlerden kaynaklanan görevi, olayı, durumu yanlış bir şekilde şekillendirme duygusu.” |
| K-5 | “Bir hata yaptığımızda, herhangi bir hata yani, suçluluk duyarız.” |
| K-6: | “İnsanın kendinden beklenileni gerçekleştirememesi veya kendinden beklenilmeyeni gerçekleştirmesi sonrasında hissettiği duygudur... Kişinin yaptığı ya da şahit olduğu bir olay sonrasında kendini sorumlu hissetmesi.” |
| K-7 | “Suçluluk biraz insanın kendisiyle hesaplaşması gibi bir şey aslında ve ağır bir şey. İnsanın yaptığı yanlışlara dayalı olarak içinde hissettiği, ona hatasını gösteren, baskın olan duygu.” |
| K-8 | “İstemeyerek yaptığımız bir davranış ya da hareket sonucunda hissedilen duygu.” |

Tablo 6'dan hareketle, suçluluk duygusu ile ilgili şu çıkarımlar yapılabileceği düşünülmektedir:

1. Bireysel ve sosyal sorumlulukların yeterince yerine getirilememesi halinde bireyin vicdani sorgulama sürecinin güdümünde gelişen duygu. (K-1)
2. Bir başkasının yaşadığı olumsuz bir duruma sebebiyet vermekten sorumluluk hissetme. (K-2)
3. Bireyin kendisinden beklenen eylemleri yerine getirmemesi; kendisinden beklenmeyen ve içinde bulunduğu grubun kurallarıyla uyuşmayan eylemlerde bulunması sonucunda hissettiği duygu. (K-3 ve K-6)
4. Bireyin kendisi ve çevresindeki insanlar tarafından “hata” olarak değerlendirilecek davranışlar sergilemesi sonucunda hissedilen duygu. (K-5)
5. Bir olayın, durumun ya da görevin istemdiği bir biçimde “yanlış şekillendirilmesi” sonucunda gelişen duygu. (K-4)
6. İnsanın kendi hatalarıyla yüzleşmesi ve kendisiyle hesaplaşması sonucunda gelişen ağır ve baskın bir duygu.” (K-7)

Bu maddelerin her biri tek bir tanımda birleştirilmek istendiğinde ise ortaya şu tanım ortaya çıkabilir:

“Suçluluk, bireyin, kişisel ve sosyal sorumluluklarını yerine getirmemesi ya da hata yapması ve toplumun beklentilerini karşılayamaması durumunda gelişen, başkaları üzerinde olumsuz etkiler yaratan, bireyin kendi hatasıyla yüzleşmesine yol açan rahatsız edici bir duygudur.”

Suçluluk Duygusunun Sebeplerine Yönelik Bulgular

Odak grup görüşmesinde katılımcılara “*İnsanlar niçin suçluluk duyar? Suçluluk duymamıza yol açan etmenler nelerdir?*” diye sorulmuştur. Gruptan alınan cevaplar doğrultusunda, suçluluk duygusuna yol açan sebeplerin dört alt kategoride toplanabileceği görülmüştür: (1) *Sorumlulukların yerine getirilmemesi* (2) *Hata*

yapma/Hayal kırıklığına uğratma (3) Kişisel standartların ihlali (4) Başkalarına zarar. Aşağıda her bir alt kategori katılımcıların birebir anlatıları eşliğinde açıklanmıştır.

Sorumlulukların Yerine Getirilmemesi: Bu alt kategori, bireylerin “kendi sorumlulukları” olduğunu düşündükleri konular hakkında gerekeni yapmamaları, sorumluluklarını yerine getirmede başarısız olmaları durumunda suçluluk hissettiklerine işaret etmektedir.

K-1: *“Yapmam gereken ama yapmadığım bir şey için üzülürüm. Mesela ben geçenlerde Sosyoloji dersine çalışmadığım için o konuda kendimi suçlu hissettim. Çünkü çalışmalıydım, ama onu yapmadığım için suçluluk hissettim.”*

K-2: *“Sorumluluk... Sorumluluğumuza karşı suçluluk hissederez çoğu zaman. Suçluluk biraz daha başkasına karşı sorumlulukla ilgili.”*

K-4: *“Suçluluk beklentileri olumsuz yönde karşılama sonucunda gelen bir duygu. Bireysel ya da grup olarak da suçluluk duyulabilir. Mesela, ben tek başıma da suçluluk duyabilirim. Ama bir grup da bir hata yapmış olabilir. Hani grup olarak bir hata yapmış olabiliriz. Mesela iş arkadaşları, çalışıyoruz, yanlış bir şey yapmışız, patronun beklentilerini olumsuz karşıladığımız için suçluluk duyarız.”*

K-8: *“Sorumluluğu yerine getirmeyeceğimden dolayı benim duyacağım bir suçluluk genelde.”*

K-1’in kendisiyle ilgili verdiği örnek incelendiğinde, bir öğrenci olarak derslerine çalışma sorumluluğunu taşıması gerektiğini ve derslerine çalışma sorumluluğunu yerine getirmediğini düşündüğü için suçluluk hissettiği görülmektedir. K-4’ün bireysel ve grupça hissedilebilecek suçluluk duygusu üzerinden verdiği örnek incelendiğinde ise, bir grup çalışanın işleriyle ilgili kendilerinden beklenen sorumlulukları yerine getirmede başarısız olmaları, patronlarının belirlediği

performans hedeflerine ulaşamamaları ve sorumluluklarını yeterince yerine getirememeleri nedeniyle patronlarını zor durumda bıraktıklarını düşünerek suçluluk hissettikleri anlaşılmaktadır.

Hata Yapma ve Hayal Kırıklığına Uğratma: Bu alt kategori, bireylerin değer verdikleri insanların beklentilerini karşılayamamaları ya da bir hata yaparak onları hüsrana uğratmaları halinde suçluluk duyabilecekleri temeline dayanmaktadır.

K-5: *“Bir hata yaptığımızda, herhangi bir hata yani, suçluluk duyarız. Yine beklentilere göre. Mesela ailemiz bizden okulda başarı bekliyor diyelim. Biz bir hata yaptık, bir ceza aldık falan ve ailemize haber verildi diyelim. O zaman bir suçluluk duygusu hissederiz ailemize karşı. Bunun gibi işte.”*

K-4: *“Mesela okulda bir suç işledik. Annemiz babamız bizim güzelce okumamız için buraya gönderdi. Ama bir suç işlediğimiz zaman, onlar bizden iyi şeyler beklerken ama biz kötü şeyler yapmış oluyoruz. Bu da suçluluk olur. Yani kötü bir şey yapılmıştır.”*

K-7: *“Suçlulukta hata ve sorumluluk hissetme var.”*

K-3: *“Bizden beklenenleri gerçekleştirmediğimiz zaman suçluluk hissederiz. Yani çevremdekilerin, arkadaşlarımın, ailemin bizim orada başka türlü davranmamızı bekliyorlar ama biz başka türlü davranıyoruz.”*

K-6: *“İnsanın kendinden beklenileni gerçekleştirememesi veya kendinden beklenilmeyeni gerçekleştirmesi sonrasında hissettiği duygudur.”*

K-4 ve K-5 tarafından verilen örnekte, öğrenci, ceza ile sonuçlanan eylemlerde bulunarak ailesini hayal kırıklığına uğrattığı için suçluluk hissetmektedir. Bu alıntılardan anlaşılacağı üzere, bireyler kendileri için önemli olan insanları hayal

kırıklığına uğratacak hatalar yaptıklarında ya da normatif beklentileri karşılayamadıklarında (böyle algıladıklarında) suçluluk duygusu hissetmektedirler.

Kişisel Standartların İhlali: Bu alt kategorideki anlatılardan hareketle, bireylerin kendi kişisel standartlarını ihlal edecek davranışlarda bulunmaları durumunda suçluluk hissettiklerini söylemek mümkündür.

K-7: “*Hani beklentiler, aile ve çevreden bahsedildi ya, bence suçluluk sadece beklentilerin karşılanmaması durumunda değildir. Çünkü başkaları farklı bir beklenti içinde olabilir ama ben o beklentiyi karşılamadım diye her zaman suçluluk hissetmem yani çünkü bana göre onun olmaması gerekiyordur belki. Ben de yapmam yani. Çünkü suçluluk biraz insanın kendisiyle hesaplaşması gibi bir şey aslında ve ağır bir şey.*”

K-7'nin alıntısında görüldüğü gibi, sosyal normlara uygun davranmama mutlaka suçluluk duygusu ile sonuçlanmamaktadır. Bazı durumlarda bireyin kendi içsel standartları, sosyal normların ötesinde belirleyici olabilmektedir.

Başkalarına zarar: Bu alt kategori, birilerine bilerek ya da bilmeyerek zarar verme ya da onları incitme halinde bireylerin suçluluk hissedebileceğine işaret etmektedir.

K-2: “*Suçluluğu çoğunlukla şu durumlarda hissediyoruz: Yapmamız gereken şeyleri yapmayıp, özellikle başkası için kötü bir durum oluşturduğumuzda suçluluk hissediyoruz. Daha çok suçluluk hissederiz. Yani başkasına zarar gelmiştir.*”

K-1: “*Mesela birini kırdığım için suçluluk hissedebilirim. “Bunu niye yaptım” diye. Bu hayalen de olabilir, gerçekte de olabilir. Hani düşünsel de olabilir gerçek de olabilir. Mesela ben kırdığımı zannederim ya da kırdığımı zannetmem ama o kırılmıştır. Bu sefer suçluluk duyarım çünkü gerçekte olan bir şeydir. Ama mesela onun hala neşesi yerindedir. Hala benimle konuşuyordur fakat içinde bir kırılmışlık*

vardır. Böylelikle suçluluk duyarım. Kendime “Keşke bunu demeseydim, gücendi” diyebilirim ya da işte bir telafi yolu arardım. Böyle açıklayabilirim.”

K-4: *“Dışarıdan bir yaptırım olduğunu göre hani demek ki hani başkalarına zarar veren bir şey. Hani bizim burada dışımıza çıkıyor suçluluk artık. Başkalarına da zarar veriyor zaten.”*

K-2'nin alıntısından anlaşılacağı üzere, insanın suçluluk hissetmesi yalnızca sahip olduğu sorumlulukları yerine getirmede başarısız olmasıyla değil, aynı zamanda o sorumlulukları yerine getirmemesinin birilerine zarar vermesi durumunda da hissedilmektedir. K-1'in verdiği örnekte ise bireyin karşısındakini duygusal anlamda kıracak ve incitecek bir eylem yaptığını düşünmesi halinde suçluluk hissedebileceği anlaşılmaktadır.

Suçluluk Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Bulgular

Odak grup görüşmesinde katılımcılara *“Suçluluk duygusu hisseden bir insanın kendisiyle ilgili nasıl bir değerlendirme yaptığını düşünüyorsunuz?”* diye sorulmuştur. Gruptan alınan cevaplar doğrultusunda, suçluluk duygusunda deneyimlenen sürecin üç alt kategoride açıklanabileceği görülmüştür: (1) *Zarara odaklı değerlendirmeler* (2) *Pişmanlık* (3) *Vicdan azabı ve huzursuzluk*. Aşağıda her bir alt kategori katılımcıların birebir anlatıları eşliğinde açıklanmıştır.

Zarara odaklı değerlendirmeler: Bu alt kategori, bireylerin eylemlerinin başkalarına verdikleri zararı temel alan değerlendirmeler yaptıklarına işaret etmektedir.

K-4: *“Verdiği zarar... Etkilediği kişi sayısı...”*

K-1: *“Telafi.”*

K-3: *“Onun sana hissettiği güvensizliği değiştirme, düzeltme.”*

K-2: *“Sonucunun ne kadar zarar getireceği ve süresi. Sonucu ne kadar kötüyse o kadar fazla.”*

K-8: *“Olayın büyüklüğü... Farklı sonuçlara yol açacağı için.”*

Çoğunluk: *“Düzeltilme.”*

Yukarıdaki alıntılar incelendiğinde, K-4’ün suçluluk duygusu hissetmeye yol açan davranışla ilgili zarara ve etkilediği kişi sayısına; K-8’in olayın büyüklüğüne; K-2’nin ilgili davranışın verdiği zarar oranı ve ne kadar süre etkili olacağına ve diğer tüm katılımcıların zararı düzeltme ve telafiye odaklı değerlendirmelere değindikleri görülmektedir. Bu alıntılardan hareketle, suçluluk duygusunda verilen zarara ve yol açılan durumu düzeltme olasılığına dayalı değerlendirmeler yapıldığını söylemek mümkündür.

Pişmanlık: Bu kategoride, aşağıdaki alıntılardan anlaşılacağı üzere, pişmanlığın, suçluluk duygusuna eşlik ettiği görülmektedir.

K-1: *“Suçluluk denildiğinde benim aklıma pişmanlık da geliyor. İkisini birlikte götürüyorum, çünkü yapmam gereken ama yapmadığım bir şey için üzülürüm. Ama bu olaylara göre değişir. Hepsi için pişmanlık olacak değil. Çünkü zaten bunun çözümü yok. Çözümü olan şeyde pişmanlık duyulur... Mesela birini kırdığım için suçluluk hissedebilirim. “Bunu niye yaptım” diye. Kendime “Keşke bunu demeseydim, gücendi” diyebilirim”*

K-1’in yorumu temel alındığında, bireyin, çözümü olabilecek suçluluk durumlarında pişmanlık hissettiği ve söz konusu olumsuz eylemi hiç yapmamış olmayı dilediği anlaşılmaktadır. Bu açıdan bakıldığında, bireyin kendi kontrolü ile

değiştirebileceğine inandığı bir durumun söz konusu olduğunu söylemek mümkündür. Başka bir deyişle bireyin olayla ilgili içsel atıf yaptığı söylenebilir.

Vicdan azabı ve huzursuzluk: Bu alt kategori, suçluluk duygusunun vicdan azabı ve iç huzurun kaybıyla eşgüdümlü ilerlediğine işaret etmektedir.

K-2: *“İkimizin de etkilendiği bir durum varsa, bu sefer vicdanım kıpırdanabilir. Yalnızken vicdanımıza soruyoruz. Vicdanımız yalan söyleyemeyeceğimiz tek mahkeme.”*

K-1: *“Ben bunu telafi edeceğim? Edemeyeceğim böyle. İnsanın içi içine yer.”*

K-8: *“Suçluluk, içim içimden beni yiyen bir şeydir”*

Yukarıdaki alıntılarda, K-2'nin bireyin kendisiyle baş başa kaldığı anda yaşadığı vicdan muhasebesine değindiği görülmektedir. K-1 ve K-8'in ise yaşadıkları vicdani rahatsızlığa ve iç huzursuzluğuna işaret eden yorumlar yaptıkları görülmektedir. Anlaşılan o'dur ki, suçluluk duygusu, insanın vicdanını harekete geçiren ve iç huzurunu bozan bir duygudur. Birey, sürekli olarak yaptığı davranışı düşünmekte ve telafi edememe endişesi taşımaktadır.

Suçluluk Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Bulgular

Odak grup görüşmesinde katılımcılara *“Suçluluk duygusunun sonuçlarının neler olduğunu düşünüyorsunuz?”* diye sorulmuştur. Gruptan alınan cevaplar doğrultusunda, suçluluk duygusunun sonuçlarının üç alt kategoride açıklanabileceği görülmüştür: (1) *Telafi ve düzeltme* (2) *İtiraf* (3) *Ceza*. Aşağıda her bir alt kategori katılımcıların birebir anlatıları eşliğinde açıklanmıştır.

Telafi ve düzeltme: Bu alt kategori, aşağıdaki alıntılardan anlaşılacağı üzere, suçluluk duygusu sonucunda bireylerin ortaya çıkan zararı telafi ve düzeltmeye yönelik eyleme geçtiğine işaret etmektedir.

K-2 ve K-7'ye ait alıntılar incelendiğinde, suçluluk hissettiren durumla ilgili bireylerin sorumluluk hissettikleri ve bu nedenle telafiye yönelik harekete geçtikleri anlaşılmaktadır. Aşağıdaki alıntısında K-2'nin suçluluk ve utancı telafi davranışı açısından değerlendirildiği görülmektedir. Bu değerlendirmede K-2'nin vardığı sonuç; suçluluk duygusunun bireyleri telafi davranışına yönelttiği ancak utanç duygusunun başkaları tarafından yanlış anlaşılma korkusuna dayanması nedeniyle sadece durumla ilgili açıklama yapmakla sınırlı kaldığıdır.

K-2: *“Suçluluktan sonraki ilk refleks telafidir aslında çoğu zaman. Utanmada fazla telafi olmuyor sadece kendini anlatma çabaları içinde insan. Başta demiştim ya, utanç biraz daha yanlış anlaşılma korkusu içerir.”*

K-7: *“Hani diyorsun, bunu telafi etmem lazım bu benim sorumluluğum. Hemen telafiye yöneliyorsun.”*

K-8 ve K-5'e ait alıntılar incelendiğinde, bireylerin kendilerini suçlu hissettikleri kişiye karşı normalden farklı davrandıkları anlaşılmaktadır. K-5'e göre, suçluluk hisseden kişi, zarar verdiği ya da kırdığı kişiyi memnun edecek davranışlara yönelmektedir. K-8'in verdiği örnekte ise arkadaşlarını beklettiği için suçluluk duyan bir gencin, bir dahaki sefere herkesten önce gelerek daha önceki hatasını affettirmeye ve unutturmaya yönelik bir davranışa yöneldiği anlaşılmaktadır.

K-8: *“Normalde daha ters davranacaksınız ama o gün daha yumuşak davranabilirsin. Hani daha onu böyle methetmek gibi belki telafi. O da bunu anlar hani bir hata yaptı, telafi etmeye çalışır. Bir arkadaşım, buluşacağımızı unutmuştu o gün. Geç geldi. Bir dahaki sefere hani en önce o geldi. Yani bunu bir öncekini telafiye yönelik yaptı. Biz dedik hani, geçen sefer olunca bu sefer böyle yaptı diye.”*

Daha farklı yaklaşılabilir yani ya da hiç konuşmaz. Rahatsız olabilirsiniz kendi tutumundan, hiç konuşmayabilirsiniz rahatsız etmemek için. Yani birazcık daha farklı davranır o kişiye.”

K-5: *“Onu toparlamak için normalde yapmayacağı derecede aşırı derecede şeyler falan yapabilir. Hediye alırsın mesela.”*

K-6'nın aşağıdaki alıntısından, suçluluk hisseden bireyin kendi davranışlarıyla ilgili bir düzenlemeye gittiği ve hatalarını düzeltmeye yöneldiği anlaşılmaktadır.

K-6: *“K-2'ye katılıyorum ben de. Utanç çok ağır yani telafisi pek yok. Ama suçluluktan sonra yani kendimizi düzeltmeye çalışabiliriz.”*

Tüm alıntıların ortak noktası; suçluluk hissettiren durum sonrası bireylerin telafi ve düzeltme davranışına yönelmesidir.

İtiraf: Bu alt kategori, suçluluk hisseden bireylerin durumu itiraf etmeye, başkalarıyla paylaşarak çözüm aramaya yöneldiklerine işaret etmektedir. Aşağıdaki alıntılarda görüldüğü gibi, durumun itiraf edildiği kişiler, çözüm bulma potansiyeline sahip kişiler, arkadaşlar ya da aile olabilmektedir.

K-8: *“Ben önce annemle paylaşırım. Çünkü o yakınından da olsa bir şekilde geçmiştir o şeyin artık daha tecrübeli bir gözle bakabilir. Daha taraflı değerlendirirse belki benim suçluluğum azalır yani. Bir arkadaşımın biz olaya bakarız. Ama annem 30 yıl öncesinden olaya bakacağı, 30 yıl sonrasında da olaya bakacağı için bence daha faydalı olur, ben hep o şekilde düşünüyorum. Hep önce annemle paylaşırım, birkaç nadir konu olunca en yakın arkadaşımın da paylaşmışlığı vardır hani ama mutlaka anneme giderim. Büyük birinin daha fazla yardımcı olacağını düşünüyorum. Annemi arkadaşım gibi görmesem cesaret edemem belki ama hem o yakın ilişki var hem tecrübeli olduğu için.”*

Yukarıdaki alıntı incelendiğinde, K-8'in kendisine suçluluk hissettiren durumu annesine itiraf etmeyi tercih ettiği anlaşılmaktadır. Burada, itirafın anneye yapılmasının ardında onun tecrübeli oluşu ve aralarında arkadaşça bir ilişki geliştirilmiş olması yatmaktadır. Zira K-8'in belirttiği üzere, eğer anne-çocuk arasında kurulan diyalog bu tür paylaşımları kaldıracabilecek bir yapıda değilse, bireylerin yaşadıklarını anneleriyle paylaşma ihtimalleri zayıflayabilmektedir.

K-7: "Ben yakın arkadaşım, en yakın arkadaşım, paylaştım herhalde. Hani birçok şeyde mesela lise döneminde özellikle, yurtdışı kaldım vs. Bazı sorunlarımı özellikle babamla konuşmuşumdur. Ondan hep yardım almışumdur ama hani bir yerde aile yani anne babamla ne kadar yakın olursan ol arkadaş olma ayrıdır. Hani sıfat farklılığı var çünkü. Çok zordur hani. Hep olmaya çalışır anne baba yakın olayım çocuğumla hani ama bir yere kadardır bence, o yüzden ben en yakın gördüğüm bir arkadaşım paylaştım böyle bir suçluluk duygusu hissetsem. Çünkü mesela en yakın arkadaşım üzerinden düşünürsem, bana kesinlikle bunu nasıl yaparsın, işte aptalsın, bu tarz bir şey kesinlikle demez çünkü hani öyle bir suçlandırma içerisine girmemi istemez, izin vermez. Ama hatalısın şu şu yerde, bunu yapmamalıydın belki, ama şöyle telafi edersin diyecek arkadaşına sahip olduğum için belki de arkadaşım paylaştım."

K-3: "Ben de arkadaşım söylüydüm. En samimi arkadaşım çünkü onunla aynı yaşta olduğumuz için beni daha iyi anlayacaktır. Hani belki benim utandığım, suçluluk hissettiğim şey, normal bir şeydir. Utanmamam, suçluluk hissetmemem gerektiğini söyler. Belki o konuda suçluluk hissetmemem gerektiğini söyler. Beni daha iyi motive eder. Ama ne bileyim anneme babama anlattığımda onlar benden daha büyük olduğu için beni daha farklı düşüneceklerdir. O yüzden beni yanlış anlayabilirler."

K-5: "Ben de arkadaşlarımla paylaşırım. Konusuna göre değişir aslında. Aslında ailemle de arkadaşlarımla da paylaşabilirim bazı şeyleri."

K-2: “Beni tanıyan insanları seçerim paylaşmak için. Beni olduğum gibi tanıyan insanları. Herkese söylersem olmaz yani. Beni yanlış da anlayabilir. Hani sen beni tanıyorsun, benimle empati kurarak o kararı sen de verebilirsin. Sence ben ne düşünmeliyim? Çünkü benzer düşünüyoruz. Uzun zamandır birlikteyiz. Bu ayrımı yaparız gibi geliyor bana. O yüzden arkadaşlara söyleriz. Çünkü sadece arkadaşımınla ben varım. Yani aileden değil. Bir kaygım yok. Onun yanında istediğim gibi görünebilirim. Hani en rahat... Kendimi ona ben tanıttım. Dediğim gibi benim yerime kendini koyabilir o. Herkes öyledir. Ailesinin yanında herkes biraz daha farklıdır. Arkadaşlarının yanında farklıdır. Ama en rahat arkadaşlarının yanındadır. En rahat arkadaşlarının yanında hareket eder. O yüzden arkadaş seçilir. Aslında şey biraz, şey duymak ister insan biraz. Ya o kadar da büyütme. Teselli ister böyle. Hani ben aptalım. Yok sen aptal değilsin. O yüzden aşırı şey yapılır ya. Bu da öyle bir şey.”

K-4: “Bir de mesela arkadaşlarımızla gelir yirmi otuz kişi derdini anlatır. Hani mesela arkadaşlarımız 20-30 kişiyi düşünür ama ailemiz, biz dört kardeşiz mesela, dört kişi için düşünür mesela. Hani bütün gün uyumazlar, hani bizim derdimizi düşünürler. Hani dört kişiyi düşünmek daha kapsamlıdır bence. Hani böyle içi içini yiyerek düşünür, daha ayrıntılı düşünür. Hani onları üzmemek açısından. Bir de düşündükçe daha da farklı boyutlara kayabiliyor onlar. Acaba bunu yaptıysa bunu da mı yapmıştır? Yoksa buna da mı gitmiştir. Bunun arkadaşları böyle mi? Okutmayayım, böyle yapmayayım, şöyle yapmayayım diye. Yani daha ayrıntılı düşünürler. Onları üzmemek için ya da işte böyle onlar o küçük şeyden büyük şeye gidebilir. Ben evhamlanmasın diye söylemem çünkü bütün gece hani annem mesela çok düşünür. Ona bir şey söylesem gitti yani bir ay bütün geceleri gitti onun.”

Yukarıdaki alıntılarda K-2, K3, K-4, K-5 ve K-7'nin suçluluk hissettikleri durumu arkadaşlarıyla (en yakın arkadaşlarıyla) paylaşabileceklerini ifade ettikleri görülmektedir. İtirafın arkadaşlara yapılmasının temel sebepleri, bireylerin arkadaşlarını bizzat kendilerinin seçmiş olmaları, kendilerini yargılamayacağını ya da aşağılamayacağını bilmeleri, kendilerini arkadaşlarına daha rahat ifade edebilecek olmaları ve onlar tarafından daha iyi anlaşılacaklarına inanmalarındır. Ailenin

itiraf konusunda arkadaşlara göre daha geride kalmasının temel nedenleri arasında çocuklarıyla ilgili konuları kafalarına çok takmaları, daha çok üzülmeleri, evham yapmaları vb. sayılmıştır.

K-1: “Onu düzeltebilecek kişilerle paylaşırım. Ulu orta herkese söylemem, çünkü bu sefer seni hatalarıyla görmeye, hatalarıyla tasvir etmeye başlar ve bu acı verir. Daha çok suçluluk hissedersin. Niye anlattım ki boşu boşuna, hani...”

K-6: “Ben K-1’e katılıyorum. Sorunu çözebilecek kişilerle konuşuyorum, bazen küçük ablamla bazen büyük ablamla, bazen abimle, yani anne babama pek sıkıntılarımı anlatmıyorum da sorunları çözebilecek kişilere, bazen yakın arkadaşlarıma. Ama paylaşmak gerçekten çok önemli. İnsan paylaştıkça atıyor sıkıntılarını. Gerçekten yani. Geçen akşam abim iki buçuk saat anne babama rapor verdi mesela, yani böyle evlilikle ilgili sıkıntılarını. Ben olsam vermezdim yani. Vermiyorum da zaten normalde. Annem babam çünkü çok üzülüyor. Yani böyle... Arkadaşlarıma anlatırım yani. Sorunu çözmeye çalışırım. Belki çözmek isteyenler olursa... Bazıları da sen aptalsın gibi dalga geçebiliyor. Nasıl yanlış gibisinden.”

K-1 ve K-6'nın alıntılarında anlaşılacağı üzere, bireylerin kendilerine suçluluk hissettiren durumu, onu çözeceğine inandıkları birileriyle paylaşmaları olasıdır. Başka bir deyişle burada, suçu itirafta temel ölçüt, paylaşılan kişinin “o konuyu çözebilecek” durumda olmasıdır.

Ceza: Bu alt kategori, aşağıdaki alıntıdan anlaşılacağı üzere, suçluluk duygusu hissettiren bazı eylemler neticesinde ceza beklentisi içine girilmektedir

K-4: *“Ve suçluluğun da mesela dışarıdan bir bedelini ödeyebiliriz. Mesela cezalar vardır. Maddi cezalar. Hem içimizden çekeriz o cezayı. Hem de dışarıdan.”*

Yukarıdaki alıntıdan, suçluluk duygusunun hem yaşattığı duygusal süreçler sebebiyle hem de dışarıdan gelen yaptırımlar nedeniyle birey için ceza anlamına gelen sonuçlar

doğurduğu anlaşılmaktadır. Dolayısıyla suç işleyen birinin, ceza beklentisi içine girdiğini söylemek mümkündür.

Suçluluk ve Utanç Duygularının Koruyucu ve Denetleyici İşlevleri

Odak grup görüşmesinde katılımcılara “Suçluluk ve utanç duygusunun kişisel ve toplumsal hayattaki işlevlerinin neler olduğunu düşünüyorsunuz?” sorusu yöneltilmiştir. Oluşan bu alt kategoriden hareketle, suçluluk ve utanç duygularının, sosyal yapıyı ve toplumsal düzeni koruduğunu, sosyal ilişkileri düzenlediğini, aynı hataların yeniden tekrarlanmasını önlediğini ve ahlak kuralları ile görgü kurallarına uygun hareket etmeyi sağladığını söylemek mümkündür.

K-2: “Küçükken biz babamla devamlı tartışırdık böyle o asi zamanlar. İşte ayak ayak üstüne atma diye. Ben sorar, devamlı kızdırırdım onu. Hiçbir mantığı yok işte yaşlılar gelince uzanırım ne var ki bunda. Kalksam da olur kalkmasam da... Bana o zaman çok mantıksız geliyordu. Mantıklı bir açıklaması yok ama bazı kuralların olması gerekiyor toplumda. Özel kılıyor bizi ve bizi bir arada tutuyor. Ayrıca sosyal ilişkiler bağlamında, ders çıkarırız birçok şeyden, tecrübe ediniriz, öğreniriz. Çıkardığımız derslerden sonra tekrarlamayız tekrar suçluluk ve utanç duymamak için.”

K-1: “Bence bu... Hani... Ailenin bu yönde telkinleri çok iyi bir şey. Bu yüzden olması gereken bir uuu, durum. Hani, toplum, aile... İşte, o toplumun yargıları olması gereken bir şey yoksa toplum alır başını gider, bir sürü işte, edepsizlik, işte bir sürü şey olabilir. Bunların olmasına biraz koruyucu. Mesela hani belki o anda anneannem ya da annemin bana “toplulu dur” demesi, küçükken öyle demesi beni şu an iyi yönde gelişimimi sağlayacak bir şey. Hani bunlar olması gereken küçük sınırlar... Mesela o küçük duvarlar bize bir daha yapmamamızı söyler. Psikolojideki ceza gibi ama ufak cezalar bunlar. Hani... Bunlar toplumda daha iyi ilişkiler kurulmasına, daha anlayışlı, daha böyle hoşgörülü ilişkiler kurulmasına yol açar. Daha saygı duymalarını sağlar. ”

K-4: *“Ahlaki çerçeveyi oluşturur ve ahlak genelde iyi şeyler üzerine, görgü üzerine filan kurulur dünyada da. Bu iyiliği işte utanma ve suçluluk duygusu da katkıda bulunur işte ahlak çerçevesinde.”*

K-5: *“Mesela... Ya... Suçluluk ve utanma kötü bir duygudur. İşte bir kere onu yaşadığımızda bir daha yaşamamak için davranışlarımızda düzelmeye gitmemiz gerektiğini hissederiz. Bu yüzden işte olumlu etkiler.”*

K-7: *“İnsan bir durumda utanç hissettiğinde bir daha yapmamayı düşünür.”*

K-8: *“O duyguyu atabilirsem bir dahaki sefere olabilme ihtimali düşük. Bir daha dikkatli davranırsın zaten olmasın diye.”*

K-2, suçluluk ve utanç duygusuna yol açan toplumsal kuralların mantıksal bir açıklaması olmasa da birlik ve beraberliği koruduğunu, o toplumu şahsına münhasır kıldığını belirtmiştir. K-1, suçluluk ve utanç duygularında belirleyici toplumsal kuralların olması gerektiğini, bu kuralların aynı davranışların tekrarlamasının önüne geçtiğini, kişilerarası ilişkilere olumlu katkıda bulunduğunu ifade etmiştir. K-4, suçluluk ve utanç duygularını düzenleyen kuralların, ahlak kuralları ve görgü kurallarıyla ilişkili olduğunu belirtmiş, bu yönleriyle insanları olumlu davranışlara yönettiklerini vurgulamıştır. K-5, K-7 ve K-8 ise suçluluk ve utanç gibi insanda olumsuz etki bırakan duyguları tekrar yaşamamak için bireylerin aynı davranışı tekrarlamaktan kaçınacağını belirtmişlerdir.

Çalışma 2

a) Utanç Kavramıyla İlgili Bulgular

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin utanç duygusuna ilişkin sahip oldukları zihinsel imgeleri ortaya çıkarmak amacıyla metafor çalışması yürütülmüştür. Üretilen metaforlar arasında frekans değeri en yüksek olan metaforlar Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7.
Utanç Duygusu ile İlgili Metaforların Frekansları

| Metafor | Frekans |
|--|---------|
| Ateş | 8 |
| Domates | 7 |
| Pişmanlık | 6 |
| Kırmızı Elma | 5 |
| Yerin dibine girmek | 5 |
| Yok olma isteği | 5 |
| Küstüm çiçeği | 5 |
| İssız bir adada yalnız kalmak | 4 |
| Eziklik hissetmek | 3 |
| Gölge | 3 |
| Düşmek | 3 |
| Yağmur | 3 |
| Çıplak hissetmek | 2 |
| Hastalık | 2 |
| Devekuşu | 2 |
| Kaplumbağa | 2 |
| Deprem | 2 |
| Kâbus | 2 |
| Elma kurdu | 2 |
| Aşırı sıcak bir oda | 2 |
| Dünyadaki herkesin gözünü üzerinde hissetmek | 2 |

Yukarıdaki tabloda görüldüğü üzere, utanç duygusuyla ilgili frekans değeri en yüksek üç metafor olan ateş (8), domates (7), kırmızı elma (5) metaforları, yüz

kızarması ile ilgilidir. Yerin dibine girmek (5), yok olma isteği (5), devekuşu (2) ve kaplumbağa (2) metaforları ise katılımcıların gözden kaybolma isteğini yansıtır niteliktedir.

Yapılan analizler sonucunda, öğrencilerin utanç duygusuna yönelik metaforlarının 3 ana kategori ve 14 alt kategori altında incelenebileceği görölmüştür. Bu kategoriler aşığıdaki gibidir:

1. Utanç duygusunun *sebeplerine* yönelik metaforlar
 - a. Bireysel, toplumsal ve ahlaki standartlara uygun davranmama
 - b. Başkalarının görüşü
2. Utanç duygusunda deneyimlenen *sürece* ilişkin metaforlar
 - a. Benlik odaklı değerlendirmeler
 - b. Acı çekme
 - c. Bedensel tepkiler
 - d. Zihin karmaşası ve konsantrasyon güçlüğü
 - e. Tüm gözleri üstünde hissetme
 - f. Pişmanlık
3. Utanç duygusunun *sonuçlarına* yönelik metaforlar
 - a. İçe kapanma ve sosyal izolasyon
 - b. Söylem ve eylemlerin kısıtlanması
 - c. Kaçma, uzaklaşma, kurtulma yönelimi
 - d. Saklanma ve gözden kaybolma isteği
 - e. Unutma isteği ve kalıcı İz
 - f. Koruyucu ve denetleyici işlevler

Utanç Duygusunun Sebeplerine Yönelik Metaforlar

Yapılan analizler sonucunda, utanç duygusunun sebeplerine yönelik metaforların üç alt kategoride toplandığı görölmektedir. Tablo 8’de utanç duygusunun sebeplerine

yönelik alt kategoriler, bu kategorilerdeki metaforlar, metafor ve kişi sayıları görülmektedir.

Tablo 8.
Utanç Duygusunun Sebeplerine Yönelik Metaforlar

| Alt Kategoriler | Metafor Sayısı | Kişi Sayısı |
|--|----------------|-------------|
| Bireysel, Toplumsal, Ahlaki Standartlara Uygun Davranmama Ahlak (1), suçluluk (1), etik dışı olmak (1), ayıplanmış hissetmek (1), mengene ile sıkışmak (1), balon patlatmış çocuk (1), otomatik tepki (1), trafik kazası (1) | 8 | 8 |
| Başkalarının Görüşü Çıplak hissetmek (1), çukur (1), düşmek (3), dışlanma korkusu (1), fırtına (1), yerin dibine girmek (1), yok olma isteği (1), korku tüneli (1), sudan çıkmış balık (1), ciddi bir konuşma sırasında içinde hıçkırık tutması (1), etiket (1), Kötü şaka (1), palyaço olmak (1), herkesin içinde düşmek (1), havuç (1) | 15 | 17 |
| TOPLAM | 23 | 25 |

Bireysel, toplumsal ve ahlaki standartlara uygun davranmama alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 8 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu, etik dışı olmak gibidir çünkü insan kendine göre etik olmayan bir şey yapmıştır.”

“Utanç duygusu, ayıplanmış hissetmek gibidir çünkü insan uygun olmayan bir davranış sergilemiştir.”

“Utanç duygusu, suçluluk gibidir, ikisi de ahlak kurallarıyla ilişkili olduğu için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bu alt kategorideki metaforların referans noktası bireysel, ahlaki ya da toplumsal değerlere uygun olmayan bir davranış sergilenmiş olmasıdır.

Başkalarının görüşü alt kategorisi incelendiğinde üretilen metaforların birkaç konuya odaklandığı görülmektedir: Statü kaybı, olumsuz değerlendirilme ve başkalarının önünde gülünç duruma düşme. Bu alt kategoride, katılımcıların 15 metafor ürettiği, üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-3 arasında değiştiği gözlenmektedir. En sık tekrarlanan metaforun 3 katılımcı tarafından üretilen “düşmek” metaforu olduğu görülmektedir. Statü kaybı ve olumsuz değerlendirilmeyle ilgili metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu, düşmek gibidir çünkü insanların gözünden düşülür.”

“Utanç duygusu, çıplak hissetmek gibidir çünkü insan başkalarının karşısında kötü bir duruma düşer.”

“Utanç duygusu, dışlanma korkusu gibidir çünkü yanlış yaptığında diğer insanların ona bakışı değişir.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi bu alt kategorideki metaforların üretilmesinde, bireyin başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceğini bilmesi etkili olmuştur. Öte yandan aşağıdaki örneklerde ise bireylerin başkalarının önünde gülünç duruma düşmeye ilişkin metaforlar ürettikleri görülmektedir:

“Utanç duygusu palyaço olmak gibidir, insanı gülünç duruma düşürdüğü için.”

“Utanç duygusu, kötü bir şaka gibidir, kişi ağlarken başkaları gülebildiği için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bireylerin başkalarının kendilerine gülmelerine yol açacak davranışlarda bulunmaları utanç duygusuna yol açabilmektedir.

Utanç Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar

Yapılan analizler sonucunda, utanç duygusunda deneyimlenen sürece yönelik metaforların altı alt kategoride toplandığı görülmektedir. Tablo 9’da utanç duygusunda deneyimlenen sürece yönelik alt kategoriler, bu kategorilerdeki metaforlar, metafor ve kişi sayıları görülmektedir.

Benlik odaklı değerlendirmeler alt kategorisi incelendiğinde katılımcıların 8 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-2 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforların 3 katılımcı tarafından üretilen “eziklik hissetmek” metaforu, 2 katılımcı tarafından üretilen “depresyon” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu depresyon gibidir, insanı yerle bir eden yıkıcı bir duygu olduğu için.”

“Utanç duygusu boyasız bakımsız ev gibidir, insan kendini eksik (yetersiz) hissettiği için.”

“Utanç duygusu ölçme aracı gibidir çünkü karakterin bir göstergesidir.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bu alt kategorideki metaforların referans noktası bireylerin kendilerine ve benliklerine yönelik, bir bütün olarak, olumsuz değerlendirme yapımlarıdır.

Acı çekme alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 18 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-3 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforların 3 katılımcı tarafından üretilen “ateş” metaforu, 2 katılımcı tarafından üretilen “diken” ve 2 katılımcı tarafından üretilen “yağmur” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategorideki metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

Tablo 9.**Utanc Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar**

| Alt Kategoriler | Metafor Sayısı | Kişi Sayısı |
|---|-----------------------|--------------------|
| Benlik Odaklı Değerlendirmeler | | |
| Benliğinden uzaklaşmak (1), boyasız bakımsız ev (1), eziklik hissetmek (3), deprem (2), yüzündeki maskenin düşmesi (1), kusur (1), ölçme aracı (1), atomun parçalanması (1) | 8 | 11 |
| Acı Çekme | | |
| Ateş (3), uçuk (1), çok karabiberli yemek (1), çürük elma (1), diken (2), elma kurdu (2), kalbe konan ağırlık (1), kibrit (1), kuyu (1), ölüm (1), savaş (1), sönmüş yanardağ (1), yerde ezilmek (1), vicdan azabı (1), şeker (1), öleceğini bilmek (1), boğaz köprüsünden atlamak (1), yağmur (2). | 18 | 23 |
| Bedensel Tepkiler | | |
| Domates (7), kırmızı elma (5), acı biber yemek (1), allık (1), ani hava değişikliği (1), ateş (5), aşırı sıcak oda (2), hastalık (1), kaynar suya tavas etmek (1), kırmızı meyve (1), kırmızı top (1), kiraz (1), turp (1), çöl sıcağı (1) | 14 | 29 |
| Zihin Karmaşası ve Konsantrasyon Güçlüğü | | |
| Aptallaşmak (1), balık hafızası (1), cızırtı yapan radyo (1), panik (1), yolda kaybolmak (1), ansızın gelen tuvalet (1), bulunduğu zamanı unutmak (1), masada kalmış son dilim kek (1), çaresizlik (1) | 9 | 9 |
| Tüm Gözleri Üstünde Hissetme | | |
| Çıplak hissetmek (1), iğneli fiçı (1), istenmeyen bir yerde zorla tutulmak (1), kötü koku (1), tek başına sahnede olmak (1), yüzde çıkan çıban (1), dünyadaki herkesin gözünü üzerinde hissetmek (2) | 7 | 8 |

Tablo 9'un devamı**Utanç Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar**

| Alt Kategoriler | Metafor Sayısı | Kişi Sayısı |
|---|-----------------------|--------------------|
| Pişmanlık | | |
| Keşke (1), pişmanlık (6), özür dilemek (1), yok olma isteği (1) | 4 | 9 |
| TOPLAM | 60 | 89 |

“Utanç duygusu ateş gibidir, insanın içini yaktığı için.”

“Utanç duygusu diken gibidir, insanın içini acıttığı için.”

“Utanç duygusu sönmüş yanardağ gibidir, insan içten içe yandığı için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bu alt kategorideki metaforlar, utanç duygusunun acı vericiliği üzerine odaklanmıştır.

Bedensel tepkiler alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 14 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-7 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforların 7 katılımcı tarafından üretilen “domates” metaforu, 5 katılımcı tarafından üretilen “ateş” metaforu ve 5 katılımcı tarafından üretilen “kırmızı elma” metaforu ve 2 katılımcı tarafından üretilen “aşırı sıcak oda” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu domates gibidir, insanın yüzü kızardığı için.”

“Utanç duygusu kırmızı elma gibidir çünkü insanın yüzü kızarır.”

“Utanç duygusu, hastalık gibidir, insanın vücudunu bir sıcaklık kapladığı ve yüzü kızardığı için.”

Yukarıdaki örneklerde görüleceği üzere, bu alt kategorideki metaforlar, yüz kızarması ve vücut ısısında artışın utanç duygusuna eşlik ettiğini göstermektedir.

Zihin karmaşası ve konsantrasyon güçlüğü alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 9 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu panik gibidir, çünkü insan ne yapacağını şaşırır.”

“Utanç duygusu cızırtı yapan radyo gibidir, insan ne diyeceğini bilemediği için.”

“Utanç duygusu ansızın gelen tuvalet gibidir, başa çıkması zor ve konsantrasyonu engelleyen bir duygu olduğu için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bu alt kategorideki metaforlar, utandıran bir durumla karşılaştıklarında insanların kafa karışıklığı ve konsantrasyon bozukluğu yaşadığına, ne yapacaklarını ve ne diyeceklerini şaşırduklarına işaret etmektedir.

Tüm gözleri üstünde hissetme alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 7 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-2 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforun 2 katılımcı tarafından üretilen “dünyadaki herkesin gözünü üzerinde hissetmek” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu dünyadaki herkesin gözünü üzerinde hissetmek gibidir, çünkü insanlar bu durumda çok utanırlar.”

“Utanç duygusu çıplak hissetmek gibidir çünkü insan herkesin gözünü kendi üzerinde hisseder.”

“Utanç duygusu, tek başına sahnede olmak gibidir, herkesin gözü üzerinde olduğu için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, utanç verici bir durumla karşılaşan insan, bulunduğu ortamda kendisini dikkat odağı olarak görmekte, etrafındaki herkesin gözlerini üzerindeymiş gibi hissetmektedir.

Pişmanlık alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 4 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-6 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforun 6 katılımcı tarafından üretilen “pişmanlık” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu pişmanlık gibidir çünkü insan yaptığı eylemden dolayı pişmanlık hisseder.”

“Utanç duygusu keşke gibidir, insan yaşamındaki keşke’lerin artmasına yol açtığı için.”

“Utanç duygusu yok olma isteği gibidir, insan keşke yapmasaydım dediği için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bu alt kategorideki metaforlar, bireylerin yapılan eylemi hiç yapmamış olmayı dilediklerine ve yaptıklarına pişman olduğuna işaret etmektedir.

Utanç Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Metaforlar

Yapılan analizler sonucunda, utanç duygusunun sonuçlarına yönelik metaforların altı alt kategoride toplandığı görülmektedir. Tablo 10’da utanç duygusunun sonuçlarına yönelik alt kategoriler, bu kategorilerdeki metaforlar, metafor ve kişi sayıları görülmektedir.

İçe kapanma ve sosyal izolasyon alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 6 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-5 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforların 5 katılımcı tarafından üretilen “küstüm çiçeği” metaforu, 4 katılımcı tarafından üretilen “ıssız bir adada yalnız kalmak” metaforu ve 2 katılımcı tarafından üretilen “kaplumbağa” metaforu ve yine 2 katılımcı tarafından üretilen “farklı biri” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

Tablo 10.
Utandır Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Metaforlar

| Alt Kategoriler | Metafor Sayısı | Kişi Sayısı |
|--|-----------------------|--------------------|
| İçe Kapanma ve Sosyal İzolasyon | | |
| Küstüm ieği (5), bir gölün suyunun çekilmesi (1), farklı biri (2), kaplumbağa (2), sokağa çıkma yasağı (1), ıssız bir adada kalmak (4). | 6 | 15 |
| Söylem ve Eylemlerin Kısıtlanması | | |
| Dil kesieği (1), durgun deniz (1), eli kolu bağlı esir (1), fırtınalı bir okyanusta kaybolmak (1), insanın etrafına örölü duvar (1), koğu parkurundaki engel (1), kemer (1), örtü (1), zincire vurulma (1), kafes (1), rahatsız edici bir duygu (1), kendini ifade edememe (1) | 12 | 12 |
| Kaçma, Uzaklaşma ve Kurtulma Yönelimi | | |
| Kaçma isteği (1), kapana kısılmış fare (1), sevilmeyen biri (1), su (1), kabus (2), yük (1), tutsak (1), biri tarafından sımsıkı sarılmak (1) | 8 | 9 |
| Saklanma ve Gözden Kaybolma | | |
| Devekuğu (2), karanlıkta kalmak (1), köstebek (1), ojesi soyulan tırnak (1), uçurumdan atlamak (1), yerin dibine girmek (4), yok olma isteği (3), solucan (1), koltuğun arkasına saklanan ocuk (1), gizli aşk (1) | 10 | 16 |
| Unutma İsteği ve Kalıcı İz | | |
| Can (1), amur (1), fotoğraf (1), gölge (3), günah (1), hastalık (1), ısırık (1), kalıcı yara izi (2), kara leke (1), koala (1), lastik (1), sakız (1), travma (1), yağmur (1), yanık (1), hatırlanmak istemeyen anı (1), devrim (1), unutma isteği (1), çölde yağmur bekleyen insan (1), geçmişe çizgi çekme isteği (1) | 20 | 23 |

Tablo 10'un devamı
Utanç Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Metaforlar

| Alt Kategoriler | Metafor Sayısı | Kişi Sayısı |
|--|----------------|-------------|
| Koruyucu ve Denetleyici İşlevler | | |
| Kuralları denetleyen polis (1), makyaj yapmak (1), merhamet (1), otorite (1), tampon (1), zırh (1), ceza sonrasında gelen ödül (1), aniden öne çıkan kapı (1), uyarı işareti (1), pozitif duygu (1). | 10 | 10 |
| TOPLAM | 66 | 85 |

“Utanç duygusu küstüm çiçeği gibidir, insan içe kapandığı ve kimseye kendini açmadığı için.”

“Utanç duygusu kaplumbağa gibidir, insan iletişimden kaçtığı, kendi kabuğuna çekildiği için.”

“Utanç duygusu sokağa çıkma yasağı gibidir, insanın toplumdaki ve çevreden soyutlanmasına yol açtığı için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bu alt kategorideki metaforlar, utanç yaşayan insanın diğer insanlarla iletişimden kaçarak kendi kabuğuna çekildiğine işaret etmektedir.

Söylem ve eylemlerin kısıtlanması alt kategorisi incelendiğinde katılımcıların 12 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu eli kolu bağlı esir gibidir, insanın elinden hiçbir şey gelmediği için.”

“Utanç duygusu insanın etrafında örülü bir duvar gibidir, insanın hareketleri kısıtlandığı için.”

“Utanç duygusu, kemer gibidir, insanı sıkıp rahat bırakmadığı için.”

Yukarıdaki örneklerden anlaşılacağı üzere, bu alt kategorideki metaforlar, utanç yaşayan insanın, herhangi bir şey yapmak için adım atmadığına, hareketlerinin kısıtlandığına işaret etmektedir.

Kaçma, uzaklaşma ve kurtulma yönelimi alt kategorisi incelendiğinde katılımcıların 8 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu kaçma isteği gibidir, insan kendinden kaçmak istediği için.”

“Utanç duygusu su gibidir, insan akıp uzaklaşmak istediği için.”

“Utanç duygusu yük gibidir, insan onu bir an önce üzerinden atmak istediği için.”

Yukarıdaki örneklerden anlaşılacağı üzere, bu alt kategorideki metaforlar, utanan kişinin ortamdaki mümkün olan en hızlı şekilde kaçmak ve uzaklaşmak, bir an önce bu duygudan kurtulmak isteğine işaret etmektedir.

Saklanma ve ortadan kaybolma alt kategorisi incelendiğinde katılımcıların 10 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-3 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforların 4 katılımcı tarafından üretilen “yerin dibine girmek” metaforu, 3 katılımcı tarafından üretilen “yok olma isteği” metaforu, ve 2 katılımcı tarafından üretilen “devekuşu” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu yok olma isteği gibidir çünkü insan içinde bulunduğu ortamdaki toz olmak ister.”

“Utanç duygusu köstebek gibidir, insan kimseye görünmek istemediği için.”

“Utanç duygusu, devekuşu gibidir, insan saklanmak istese de saklanamadığı için.”

Yukarıdaki örneklerden anlaşılacağı üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle, utanan bireylerin saklanmaya, gözden kaybolmaya çalıştığını, bir bakıma görünmez olmaya çalıştığını söylemek mümkündür.

Unutma isteği ve kalıcı iz alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 20 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-3 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforların 3 katılımcı tarafından üretilen “gölge” metaforu ve 2 katılımcı tarafından üretilen “kalıcı yara izi” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Utanç duygusu gölge gibidir, insanın peşini hiçbir yerde bırakmadığı, hep takip ettiği için.”

“Utanç duygusu kalıcı yara izi gibidir, hiçbir zaman unutulmadığı için.”

“Utanç duygusu sakız gibidir, yapıştığı yerden çıksa da iz bıraktığı için.”

Yukarıdaki örneklerden anlaşılacağı üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle, utanç duygusu hissettiren durumun unutulmak istense de unutulmadığı, olayın insanda iz bıraktığını söylemek mümkündür.

Koruyucu ve denetleyici işlevler alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 10 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir

“Utanç duygusu zırh gibidir, insanı aynı hatayı tekrarlamaktan koruduğu için.”

“Utanç duygusu kuralları denetleyen polis gibidir, insanın bazı şeyleri yapmasına engel olduğu için.”

“Utanç duygusu tampon gibidir, bir daha yanı hataya düşmemeyi sağladığı için.”

Yukarıdaki örneklerden anlaşılacağı üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle, utanç duygusunun bireylerin davranışlarını denetlemeye hizmet ettiğini, aynı hataları tekrarlamaktan koruduğunu ve istenmeyen davranışlara engel olduğunu söylemek mümkündür.

b) Suçluluk Kavramına İlişkin Bulgular

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin suçluluk duygusuna ilişkin sahip oldukları zihinsel imgeleri ortaya çıkarmak amacıyla metafor çalışması yürütülmüştür. Üretilen metaforlar arasında frekans değeri en yüksek olan metaforlar Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11.
Suçluluk Duygusu ile İlgili Metaforların Frekansları

| Metafor | Frekans |
|---------------------------------|----------------|
| Kemirgen fare | 19 |
| Elmadaki kurt | 12 |
| Ateş | 11 |
| Vicdan azabı | 10 |
| Hastalık | 9 |
| Pişmanlık | 7 |
| Ağrı | 4 |
| Taş | 3 |
| Tahtakurusu | 3 |
| Kâbus | 3 |
| Huzursuzluk | 3 |
| Sarmaşık | 3 |
| Diken | 3 |
| Kendine ihanet etme | 2 |
| Deprem | 2 |
| Ağır yük | 2 |
| Eziyet | 2 |
| Güneşin altında kalmış tereyağı | 2 |
| Kapana kısılmak | 2 |
| İğne | 2 |
| Kalbe saplanmış ok | 2 |

Yapılan analizler sonucunda, öğrencilerin suçluluk duygusuna yönelik metaforlarının 3 ana kategori ve 13 alt kategori altında incelenebileceği görülmüştür. Bu kategoriler aşağıdaki gibidir:

1. Suçluluk duygusunun sebeplerine yönelik metaforlar
 - a. Hata yapma
 - b. Norm ihlali
 - c. Olumsuz değerlendirilme
2. Suçluluk duygusunda deneyimlenen sürece yönelik metaforlar
 - a. Davranış ve zarar odaklı değerlendirmeler
 - b. Benlikle odaklı değerlendirmeler
 - c. Pişmanlık
 - d. Vicdan azabı ve huzursuzluk
 - e. Acı çekme
 - f. Zihin karmaşası
 - g. Yakalanma ve ceza korkusu
 - h. Kurtulma isteği
3. Suçluluk duygusunun sonuçlarına yönelik metaforlar
 - a. İtiraf ve telafi
 - b. Kalıcı iz

Suçluluk Duygusunun Sebeplerine Yönelik Metaforlar

Yapılan analizler sonucunda, suçluluk duygusunun sebeplerine yönelik metaforların üç alt kategoride toplandığı görülmektedir. Tablo 12’de suçluluk duygusunun sebeplerine yönelik alt kategoriler, bu kategorilerdeki metaforlar, metafor ve kişi sayıları görülmektedir.

Hata yapma alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 5 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu çocuksu davranış gibidir, insan istemeden hata yaptığı için.”

Tablo 12.
Suçluluk Duygusunun Sebeplerine Yönelik Metaforlar

| Alt Kategoriler | Metafor Sayısı | Kişi Sayısı |
|---|----------------|-------------|
| Hata yapma Çocuksu davranış (1), hata (1), insan olmak (1), kıyamet (1), bebek (1) | 5 | 5 |
| Norm İhlali Kendine ihanet etme (2), pişmanlık (1), trafik işaretleri (1), terk etmek (1) | 4 | 5 |
| Olumsuz Değerlendirilme Hor görülme (1), leke (1), boğanın karşısında kırmızı giymiş matador (1), affedilmez bir duygu (1), süt dökmüş kedi (1) | 5 | 5 |
| TOPLAM | 14 | 15 |

“Suçluluk duygusu kıyamet gibidir çünkü insan bağışlanamaz bir hata yaptığını ve dünyanın sonunun geldiğini hisseder.”

“Suçluluk duygusu hata gibidir, yapılan hatalar sonucu hissedildiği için.”

Yukarıdaki örneklerden de anlaşılacağı üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle suçluluk duygusunun insanın hata yapması durumunda ortaya çıktığını söylemek mümkündür.

Norm ihlali alt kategorisi incelendiğinde katılımcıların 4 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-2 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforun 2 katılımcı tarafından üretilen “kendine ihanet etme” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu kendine ihanet etme gibidir, kişi kendi değerlerine ve inançlarına ihanet ettiği için”

“Suçluluk duygusu trafik işaretleri gibidir, çünkü kurallara uymakla ilgilidir.”

“Suçluluk duygusu pişmanlık gibidir, insan kendini oluşturan değerlerin dışına çıktığı ve o değerlere geri dönmek istediği için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle kişisel, sosyal, toplumsal norm ve değer ihlallerinin bireylerde suçluluk duygusu yarattığını söylemek mümkündür.

Olumsuz değerlendirilme alt kategorisi incelendiğinde katılımcıların 5 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu leke gibidir, yaptığı şey insanın damgalanmasına yol açacağı için.”

“Suçluluk duygusu affedilmez bir duygudur, insanlar hakkında iyi düşünmeyeceği için.”

“Suçluluk duygusu süt dökmüş kedi gibidir, insan yaptığından pişman olmasa da başkaları ne der diye düşündüğü için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle suçluluk duygusunun insanların yaptıkları eylemlerden ötürü başkaları tarafından yargılanmaları durumunda ortaya çıktığını söylemek mümkündür.

Suçluluk Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar

Yapılan analizler sonucunda suçluluk duygusunda deneyimlenen sürece yönelik metaforların altı alt kategoride toplandığı görülmektedir. Tablo 13'te suçluluk duygusunda deneyimlenen sürece yönelik alt kategoriler, bu kategorilerdeki metaforlar, metafor ve kişi sayıları görülmektedir.

Tablo 13.
Suçluluk Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar

| Alt Kategoriler | Metafor Sayısı | Kişi Sayısı |
|---|----------------|-------------|
| Davranış ve Zarar Odaklı Değerlendirmeler | | |
| İçimizde ağlayan çocuk (1), bebeğini yanlışlıkla inciten anne (1), metres (1), cinayet (1) | 4 | 4 |
| Benlikle İlgili Değerlendirmeler | | |
| Izdırıp (1), şahsi hesaplaşma (1), fırtına (1), ölmüş fare görmek (1), bir bardak suyun içine damlatılmış bir damla mürekkep (1), deprem (2), her şeyi yapabilme hali (1), kendinde kusur bulma (1), insanın yüzüne vuran soba sığacağı (1) | 9 | 10 |
| Pişmanlık | | |
| Ağır bir yük (2), öfkeyle kalkıp zararlı oturmuş biri (1), pişmanlık (7), uçurumdan atlamak (1), akarsu (1) | 5 | 12 |
| Vicdani Rahatsızlık ve Huzursuzluk | | |
| Ağrı (4), canavar (1), elma kurdu (12), eziyet (2), kemirgen fare (19), girdap (1), güneşin altında kalmış tereyağı (2), içe oturmuş taş (3), kâbus (3), kara bela (1), kaşıntı (1), rahatsız edici bir yemek (2), sır saklamak (1), sirke (1), tahtakurusu (3), tüm vücudun bir yılan tarafından sarılması (1), vicdan azabı (10), uçurtma (1), sümük (1), huzursuzluk (3), ateşle barutun yan yana gelmesi (1), ayakkabının ayağı vurması (1), buz (1), çıban (1), dar giysi (1), deniz (1), hastalık (9), iç ses (1), kene (1), keskin bıçak (1), sarmaşık (3), tutuşmaya hazır orman (1), uykusuz insan (1), kapana kısılmak (2), bir odadaki kötü kokan çorap (1), düşünce kavgası (1), migren (1) | 36 | 100 |

Tablo 13'ün devamı**Suçluluk Duygusunda Deneyimlenen Sürece Yönelik Metaforlar**

| Alt Kategoriler | Metafor Sayısı | Kişi Sayısı |
|--|----------------|-------------|
| Acı Çekme Acı biber (1), ateş (11), ceza (1), diken (4), iğne (2), kıvılcım (1), saplanmış bıçak (1), ısırgan otu (1), acı verici olay (1) | 9 | 19 |
| Zihin Karmaşası Beklenmeyen misafir (1), iki taş arasında sıkışıp kalmak (1), ceset (1) | 3 | 3 |
| Yakalanma ve Ceza Korkusu Borçlu olmak (1), karabulut (1), hapiste olmak (3) | 3 | 5 |
| Kurtulma İsteği Bataklık (1), bir tünele girmek (1), dünyayı yaşanmaz kılan bir yük (1), fiziksel acı (1), fobi (1), küf (1), bir durumdan kurtulmayMı isteme hali (1) | 7 | 7 |
| TOPLAM | 76 | 160 |

Davranışa ve zarara odaklı değerlendirmeler alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 6 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu, içimizde ağlayan bir çocuk gibidir, birine maddi ya da manevi zarar verdiğimiz için.”

“Suçluluk duygusu, cinayet gibidir, insan kendisinin ve/veya başkalarının kalbini kırdığı için.”

“Suçluluk duygusu, bebeğini yanlışlıkla inciten anne gibidir, karşısındakinin canını yakacak şekilde davrandığı için.”

Yukarıdaki örneklerden de anlaşılacağı üzere, suçluluk duygusunda insan bilerek ya da bilmeyerek yaptığı davranışın sonucunda birilerine zarar verip vermediğine dair bir değerlendirme yapmaktadır.

Benlikle ilgili değerlendirmeler alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 9 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-2 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforun 2 katılımcı tarafından üretilen “deprem” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu, deprem gibidir, kişide büyük bir iç yıkıma neden olduğu için.”

“Suçluluk duygusu, kendinde kusur bulma gibidir, kişi yaptığı hatayı kendine mal ettiği için.”

“Suçluluk duygusu, fırtına gibidir, insanın içinden kendisiyle ilgili olumsuz şeyler geçtiği için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle suçluluk duygusu yaşayan kişinin, yaptığı davranış nedeniyle kendisine yönelik olumsuz değerlendirmeler yaptığını söylemek mümkündür.

Pişmanlık alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 5 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-7 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforların 7 katılımcı tarafından üretilen “pişmanlık” metaforu ve 2 katılımcı tarafından üretilen “ağır yük” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu, pişmanlık gibidir, insan yaptığıının bir suç olduğunu düşündüğü ve eylemi nedeniyle pişmanlık duyduğu için.”

“Suçluluk duygusu, ağır bir yük gibidir, insan davranışından ötürü pişmanlık duyduğu için.”

“Suçluluk duygusu, akarsu gibidir, asla geriye akamadığı için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle kendisini suçlu hisseden bireyin yaptığı davranıştan pişman olduğu söylenebilir.

Vicdan azabı ve huzursuzluk alt kategorisi incelendiğinde katılımcıların 39 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-19 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforların 19 katılımcı tarafından üretilen “kemirgen fare” metaforu, 12 katılımcı tarafından üretilen “elmadaki kurt” metaforu, 10 katılımcı tarafından üretilen “vicdan azabı”, 9 katılımcı tarafından üretilen “hastalık metaforu”, 4 katılımcı tarafından üretilen “ağrı” metaforu, 3 katılımcı tarafından üretilen “içine oturmuş taş” metaforu, 3 katılımcı tarafından üretilen “kâbus” metaforu, 3 katılımcı tarafından üretilmiş “tahtakurusu metaforu”, 3 katılımcı tarafından üretilen “huzursuzluk” metaforu ve 3 katılımcı tarafından üretilen “sarmaşık” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu, fare gibidir, insanın içini gizli gizli kemirip sürekli rahatsız ettiği için.”

“Suçluluk duygusu, elmadaki kurt gibidir, insanın içinde kıpırdanıp durduğu, onu içten içe kemirdiği ve vicdanının rahatlamasını engellediği için.”

“Suçluluk duygusu, vicdan azabı gibidir, insana olumsuz bir durumun sonuçlarını yüklediği, sürekli hatasını sorgulattığı ve çözülene kadar insanın içi içini yediği için.”

“Suçluluk duygusu, hastalık gibidir, insanın peşini bırakmadığı ve insan o duygunun etkisi altında kaldığı için.”

“Suçluluk duygusu, sarmaşık gibidir, insanı kendisine hapsettiği ve gün geçtikçe içinde büyüdüğü için.”

Yukarıdaki örneklerden anlaşılacağı üzere, suçluluk duygusu insanın vicdanıyla ilgili, kişiye sürekli yaptığı eylemi sorgulatan, huzursuz eden bir duygudur.

Acı çekme alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 9 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-11 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforların 11 katılımcı tarafından üretilen “ateş” metaforu, 4 katılımcı tarafından üretilen “diken” metaforu ve 2 katılımcı tarafından üretilen “iğne” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu ateş gibidir, insanı yakıp kavurduğu için.”

“Suçluluk duygusu, diken gibidir, insanın canını gün geçtikçe daha fazla yaktığı için.”

“Suçluluk duygusu, iğne gibidir, insan hatasını hatırladıkça ona battığı için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle suçluluk hisseden insanın yaptığı hatadan dolayı içsel bir acı duyduğu söylenebilir.

Zihin karmaşası alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 3 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu, beklenmeyen misafir gibidir, geldiğinde insan nasıl davranacağını bilemediği için.”

“Suçluluk duygusu, iki taş arasında sıkışmak gibidir çünkü insan ne yapacağını bilemez.”

“Suçluluk duygusu, ceset gibidir, çünkü insan hiçbir şey düşünemez olur.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle insanların suçluluk hissedecekleri bir durumla karşılaştıklarında ne yapacaklarını bilemedikleri ve bir zihin karmaşası yaşadıkları söylenebilir.

Yakalanma ve ceza korkusu alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 3 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-3 arasında değiştiği

görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforun 3 katılımcı tarafından üretilen “hapiste olmak” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu, hapiste olmak gibidir, insan cezasını çekmeden içinden kurtulamayacağı için.”

“Suçluluk duygusu, kara bulut gibidir, insan başına her an bir şey geleceğini düşündüğü için.”

“Suçluluk duygusu, borçlu hissetmek gibidir, her an bir alacaklı gelecek gibi hissettirdiği için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle suçluluk duyan bireyin her an tetikte olduğunu, yaptığı bir eylemden dolayı her an yakalanabileceği ve cezalandırılabilmesi korkusu yaşadığını söylemek mümkündür.

Kurtulma isteği alt kategorisi incelendiğinde katılımcıların 7 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1 olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu, bir tünele girmek gibidir, insan içinde bulunduğu karanlıktan hemen çıkmak istediği için.”

“Suçluluk duygusu, bataklık gibidir, kaçmaya çalışıldıkça içinden çıkamadığı için.”

“Suçluluk duygusu, dünyayı yaşanmaz kılan bir yük gibidir, insan o duygudan kurtulmak istediği için.”

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle suçluluk duygusunun insanın yaşamını zorlaştıran ve kurtulma isteği uyandıran bir duygu olduğunu söylemek mümkündür.

Suçluluk Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Metaforlar

Yapılan analizler sonucunda suçluluk duygusunun sonuçlarına yönelik metaforların altı alt kategoride toplandığı görülmektedir. Tablo 14’te suçluluk duygusunun sonuçlarına yönelik alt kategoriler, bu kategorilerdeki metaforlar, metafor ve kişi sayıları görülmektedir.

Tablo 14.
Suçluluk Duygusunun Sonuçlarına Yönelik Metaforlar

| Alt Kategoriler | Metafor Sayısı | Kişi Sayısı |
|---|----------------|-------------|
| İtiraf ve telafi | | |
| Kokmuş et (1), hapiste infazını bekleyen hükümlü (2), ağırlığı gittikçe hafifleyen bir şey (1), annesinin en sevdiği vazoyu kırmış çocuk (1), balon (1), solmaktayken yeniden canlanan çiçek (1), çaresiz kalmak (1), sevilmeyen bir insan (1), vicdan (1) | 9 | 10 |
| Kalıcı İz | | |
| Ayazda yanmak (1), bir çiçeği dalından koparmak (1), bitmek bilmeyen bir yol (1), çorap söküğü (1), Japon yapııştırıcısı (1), kalbe giren ok (2), koala (1), organ (1), öldürücü virüs (1), sıkışık trafik (1), sıkıştırılmış konserve (1), sönmemiş ateş (1), uzay boşluğunda yol almak (1), uzuv (1), nasır (1), peşinden kovalamak (1), sivri sineğin ısırıldığı yer (1) | 17 | 18 |
| TOPLAM | 26 | 28 |

İtiraf ve telafi alt kategorisi incelendiğinde katılımcıların 9 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-2 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforun 2 katılımcı tarafından üretilen “hapiste infaz bekleyen hükümlü” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu, hapiste infazını bekleyen hükümlü gibidir, çünkü ya itiraf edip huzur bulacak ya da kendi kendini yiyip bitirecektir.”

“Suçluluk duygusu, solmaktayken yeniden canlanan çiçeğe benzer, insan hatasının farkına varırsa telafi edebileceği için.”

“Suçluluk duygusu, kokmuş et gibidir, itiraf etmedikçe insanın kalbi çürüdüğü için.”

Yukarıdaki örneklerden de anlaşılacağı üzere, bu alt kategorideki metaforlardan suçluluk duygusu sonucunda bireylerin itiraf ve yapılan hatayı telafiye yöneldiği söylenebilir. Başka bir deyişle bireyin kurtuluşu itirafta ve durumu düzeltmek için bir şeyler yapmada bulunduğunu söylemek mümkündür.

Kalıcı iz alt kategorisi incelendiğinde, katılımcıların 17 metafor ürettiği ve üretilen metaforların tekrarlanma sıklığının 1-2 arasında değiştiği görülmektedir. En sık tekrarlanan metaforun 2 katılımcı tarafından üretilen “kalbe giren ok” metaforu olduğu görülmektedir. Bu kategoriye ait metaforlardan bazıları şu şekilde örneklendirilebilir:

“Suçluluk duygusu, kalbe giren ok gibidir, insanın aklına geldikçe acı verdiği için.”

“Suçluluk duygusu, bir çiçeği dalından koparmak gibidir, hayatı değiştiren bir duygu olduğu için.”

“Suçluluk duygusu, Japon yapıştırıcısı gibidir, insan içinden kolay kolay söküp atamadığı için.”

Yukarıdaki örneklerden de anlaşılacağı üzere, bu alt kategorideki metaforlardan hareketle suçluluk duygusunun unutulması güç bir duygu olduğunu ve bireyin üzerinde uzun süre etkisini sürdürdüğünü söylemek mümkündür.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmanın bu bölümünde öncelikle en sık rastlanan suçluluk ve utanç metaforlarının genel bir değerlendirmesi yapılacak; ardından her iki çalışmadan elde edilen suçluluk ve utanç duygularının sebeplerine, deneyimlenen sürece ve sonuçlarına yönelik bulgular, geçmiş literatür ışığında tartışılacaktır.

Çalışma 1’de üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularına yönelik algılarını ve kavramsallaştırmalarını incelemek amacıyla bir odak grup görüşmesi, Çalışma 2’de suçluluk ve utanç duygularının bilişsel temsillerini incelemek amacıyla metafor çalışması yürütülmüştür. Yapılan analizlerde, katılımcıların ürettikleri metaforların önemli bir bölümünün suçluluk ve utanç sırasında “deneyimlenen süreçlere” odaklı olduğu görülmüştür. İkinci sırada suçluluk ve utançın sonuçlarına, üçüncü sırada suçluluk ve utançın sebeplerine yönelik metaforların üretildiği gözlenmiştir. Esasında bu bulgular şaşırtıcı değildir. Zira suçluluk ve utanç gibi kendilik bilinci duyguları, merkezinde benlik kavramının olduğu, bilişsel değerlendirme süreçlerini içeren, başka bir deyişle kendilik bilinci değerlendirmesine dayanan duygulardır (Lewis, 2008) ve bireylerin ağırlıklı olarak bu duyguların deneyimlenme sürecine odaklanması beklenen bir sonuçtur.

Utanç metaforları incelendiğinde, frekans değeri en yüksek metaforların ateş, domates, pişmanlık, kırmızı elma, yerin dibine girmek, yok olma isteği, açılmamış çiçek, eziklik hissetmek, gölge, düşmek, çıplak hissetmek, hastalık, devekuşu, kaplumbağa, depresyon, kâbus, yağmur ve aşırı sıcak oda olduğu görülmüştür. Frekansı en yüksek olan ateş, domates ve kırmızı elma metaforlarının, utanca eşlik eden yüz kızarmasına işaret ettikleri görülmüştür. Bu metaforların frekanslarının yüksek olması, yüz kızarmasının gözle görülür bir değişiklik oluşuyla ilgili olabilir. Zira gözle görülebilir fiziksel, bedensel belirtileri kavramsallaştırmak, içsel ve karmaşık süreçleri açıklamaya göre nispeten daha kolaydır. Örneğin, aşırı sıcak oda metaforu da fizyolojik süreçlerle ilişkili bir metafordur ve bu metaforun kullanım amacı utanç sırasında vücutta hissedilen sıcaklık artışını açıklamaktır. Köveci (2000)’e göre pek çok duygu metaforu kaynağını rüzgâr, fırtına, sel vb. doğa güçlerinden, doğa

olaylarından almaktadır. Çalışmamızda yağmur, deprem gibi doğa olaylarını temel alan metaforlar üretildiği görülmektedir. Köveces tarafından belirtilen bir diğer nokta, “hastalık” metaforunun kızgınlık, üzüntü, korku ve utanç gibi olumsuz duygulara yönelik üretilen metaforlar arasında rastlanabileceğidir. Şimdiki çalışmada da katılımcılar tarafından hastalık metaforunun üretildiği görülmüştür. Ayrıca Holland ve Kipris (1995)’e göre utanç duygusunu karakterize eden, utanca özgü sayılabilecek en önemli metafor, “çıplak hissetmek”tir. Bu tez kapsamında da - frekansı yüksek olmamakla birlikte- katılımcıların utanç duygusunu açıklamada çıplak hissetmek metaforuna başvurdukları görülmektedir. Son olarak, katılımcıların devekuşu, kaplumbağa, yerin dibine girmek, yok olma isteği vb. metaforlar ürettikleri ve bu metaforların saklanma ve ortadan kaybolma isteği ile ilişkili olduğu anlaşılmıştır.

Suçluluk metaforları ile ilgili yapılan analizler sonucunda frekansı en yüksek olan metaforların kemirgen fare, elma kurdu, ateş, vicdan azabı, hastalık, pişmanlık, ağrı, taş, tahtakurusu, kâbus, huzursuzluk, sarmaşık, diken, kendine ihanet etme, deprem, ağır yük, eziyet, güneşin altında kalmış tereyağı, kapana kısılmak, iğne ve kalbe saplanmış ok olduğu görülmüştür. Frekans değeri en yüksek metaforlar arasında yer alan kemirgen fare, elmadaki kurt, vicdan azabı, hastalık, tahtakurusu, sarmaşık, diken, huzursuzluk, ağrı, kâbus vb. metaforların suçluluk hisseden bireylerin vicdani rahatsızlıkları ile ilişkili oldukları anlaşılmıştır. Ateş, ağır yük, diken, iğne metaforlarının ise acı çekmeyle ilişkili olduğu görülmüştür. Köveces (2000)’e göre yük, hastalık gibi metaforlara öfke, korku, utanç vb. olumsuz duyguların kavramsallaştırılmasında sıkça rastlanmaktadır. Görüldüğü üzere bu araştırmada, katılımcılar tarafından her iki metafor da suçluluğun kavramsallaştırılmasında kullanılmıştır.

Utancın Sebepleri

Çalışma 1’de yürütülen odak grup görüşmesinden ve Çalışma 2’de yürütülen metafor çalışmasından elde edilen bulgulara göre, utanç duygusunun sebepleri iki alt

kategoride değerlendirilebilir: Kişisel, toplumsal ya da ahlaki değerlere uygun davranmama ve başkalarının görüşü.

Çalışma 1’de yapılan odak grup görüşmelerden elde edilen bulgular bireysel, toplumsal ve ahlaki değerlere uygun davranmama kategorisinin bireylerin kişisel, toplumsal ya da ahlaki değerlerden uzak davranışlar sergilediklerinde suçluluk hissettiklerine işaret etmektedir. Benzer şekilde Çalışma 2’de bireysel, toplumsal ve ahlaki değerlere uygun davranmama alt kategorisinde yer alan ahlak ve etik dışı olmak gibi metaforlar, utancın moral duygular kategorisinde değerlendirilebilecek bir duygu olduğunu desteklemektedir. Tangney ve arkadaşlarına (1998) göre suçluluk ve utanç, bireyin davranışları ya da karakteristik özellikleri ile moral standartlar arasındaki uyumsuzluktan doğan moral duygulardır (Amodio, Devine, & Har, 2007) ve ahlaki davranışları güçlendirmektedirler (Tangney ve Dearing, 2002). Balon patlatmış çocuk, ayıplanmış hissetmek ya da trafik kazası gibi metaforlar, bireylerin toplumsal kurallara uygun olmayan davranışlar sergilemesi ile ilişkili olarak kullanılmıştır. Bu kategorideki metaforlarda bireyin toplumsal kurallara, ahlaki değerlere ya da kendi prensiplerine uygun hareket etmemiş olmasına gönderme yapılmıştır. Bu beklenen bir bulgudur. Zira Tangney ve Dearing (2002) tarafından da belirtildiği üzere utanç ve suçluluk gibi duygular sosyal ve ahlaki açıdan uygun olmayan ve arzu edilmeyen davranışlara karşı içsel bir yaptırım oluşturmakta ve bireylerin ahlaki yolda ilerlemelerini teşvik etmektedirler.

Başkalarının görüşü alt kategorilerinde elde edilen bulgularda, temel kriterin başkalarının görüşü olduğu gözlenmiştir. Buradaki çıkış noktası, bireyin başkalarının kendisi hakkında ne düşüneceği düşüncesidir; zira başkalarının kendisi hakkında ne düşüneceği düşüncesi bireyin gündemindeki önemli meselelerden biridir. Bu bağlamda metafor analizleri incelendiğinde frekans değeri en yüksek olan metaforun “düşmek” olduğu görülmüştür. Düşmek metaforu bir yönelim metaforudur ve “aşağı”ya işaret etmektedir (Lakoff & Johnson, 2010). Utanç duygusu olumsuz, bireyin saygınlığına zarar veren bir duygudur ve aşağı göndermesi de olumsuz bir anlam içermektedir. Lakoff ve Johnson tarafından da belirtildiği üzere metaforların kültürel ve yaşantısal temelleri vardır. Bu açıdan bakıldığında utanç duygusunun

katılımcılar tarafından olumsuz ve insanı sosyal ve duygusal açıdan aşağı çeken bir duygu olarak algılandığını söylemek mümkündür. Benzer şekilde aynı kategoride yer alan “çukur”, “eziklik hissetmek” ve “yerin dibine girmek” metaforları da “aşağı”yı işaret eden ve başkalarının gözünden düşmek anlamlarında kullanılan metaforlardır. Ayrıca bu alt kategoride yer alan palyaço olmak, kötü şaka gibi metaforlar, başkalarının güleceği veya alay edeceği davranışlar sergilemeleri halinde bireylerin utandıklarına işaret etmektedir.

Yukarıda değinilen hususların yanı sıra odak grup görüşmelerinde, bireylerin yalnızca kendilerinin değil, birincil derecede yakın oldukları, başka bir deyişle kendilerini temsil ettiklerini düşündükleri başka bireylerin davranışlarından da utandıkları yönünde bulgular elde edilmiştir. Bu bulgunun Türk toplumunun toplulukçu kültür yapısıyla ilişkili olduğu düşünülebilir. Mesquita (2003) tarafından yapılan çalışmalar, duygusal yaşantıların bireyci ve toplulukçu kültürlerde değişkenlik gösterdiğini ortaya koymuştur. Mesquita'ya göre, toplulukçu kültürlerde, duygular ilişkisel bir fenomen olarak ortaya çıkmaktadır. Şimdi araştırma bulgularından hareketle, suçluluk ve utancın ilişkisel bir fenomen olarak ortaya çıktığını söylemek mümkündür.

Utanc Duygusunda Deneyimlenen Süreç

Çalışma 1’de yürütülen odak grup görüşmelerinden elde edilen bulgular, utanc duygusunda benlik odaklı değerlendirmelerin, bedensel tepkilerin ve pişmanlığın deneyimlendiğini ortaya koymuştur. Çalışma 2’deki metafor çalışmasında ise utanc duygusunda deneyimlenen sürece yönelik metaforların altı alt kategoride toplandığı görülmüştür: Benlik odaklı değerlendirmeler, acı çekme, bedensel tepkiler, zihin karmaşası, tüm gözleri üstünde hissetme, pişmanlık. Görüldüğü üzere benlik, bedensel tepkiler ve pişmanlık her iki çalışmanın ortak kategorileridir.

Çalışma 1’de benlikle ilgili değerlendirmeler kategorisinde bireylerin utanc sırasında kim olduklarına, nasıl biri olduklarına, karakterlerine, davranışlarıyla kim oldukları

arasındaki uyuma ilişkin değerlendirmeler yaptıkları görülmüştür. Benliğin bütününe yönelik olarak yapılan olumsuz değerlendirmelerin, bir bakıma bireyin kendi kendisiyle yüzleşmesi olarak algılandığı görülmüştür. Çalışma 2'deki benlik odaklı değerlendirmeler alt kategorisinde yer alan metaforlar incelendiğinde, boyasız bakımsız ev, kusur vb. metaforların bireyin kendisini yetersiz ve kusurlu hissetmesiyle ilgili olduğu; "ölçme aracı" metaforunun, utancın karakterin bir göstergesi olduğu görülmüştür. "Atomun parçalanması" metaforunun ise Kövecses (2000) tarafından belirtildiği gibi, bölünmüş benliğe gönderme yaptığı anlaşılmıştır. Literatürdeki bulgular, utancın benlik odaklı değerlendirmelerle ilişkili olduğunu destekler niteliktedir (Tangney & Dearing, 2002; Lewis, 2008; Lewis, 1984). Tangney ve arkadaşları (2002) tarafından yapılan çalışmalar, utanç sırasında bireylerin benliklerinin bütününe yönelik olumsuz değerlendirmeler yaptıklarını; Tracy ve Robins (2004) tarafından yapılan çalışmalar ise utanç sırasında bireylerin kimlik-amaç uyumu ile ilgili değerlendirmeler yaptıklarını ortaya koymuştur.

Katılımcılar tarafından utanç sırasında yaşanan ve dıştan gözlenen belirtiler; yüz kızarması, bakışlarını kaçırma, başını önüne eğerek sabit bir noktaya odaklanma, bedenen büzülme ya da küçülmeye benzer şekilde kendini geriye çekiş, dil dolaşması ya da cümleleri toparlayamama, içinde bulunulan ortamdan kendini soyutlama, neşesiz ve keyifsiz tavırlar olarak bildirilmiştir. Ayrıca strese bağlı olarak baş ve karın ağrısı yaşandığı da belirtilmiştir. Fischer ve Tangney (1995) tarafından yapılan araştırmalar, utanan kişinin büzüldüğünü, geri çekildiğini, sessiz kaldığını, başını öne eğdiğini, bakışlarını başka tarafa çevirdiğini (kaçırdığını) destekler nitelikte bulgular ortaya koymuştur. Roseman, Wiest, ve Swart (1994) tarafından yapılan çalışmalarda ise utancın yüz kızarması, yüz kaslarında hareket, bedensel hareketler vb. değişimler içerdiği anlaşılmıştır. Çalışma 2'de yapılan utanca yönelik metafor çalışması da odak grubu destekler nitelikte bulgular ortaya koymuştur. Bedensel tepkiler alt kategorisinde yer alan domates, kırmızı elma, allık, kırmızı meyve, ateş, kiraz, turp, kırmızı top gibi metaforların utanca eşlik eden yüz kızarmasına; hastalık, kaynar suya tavas etmek, çöl sıcaklığı gibi metaforlarınsa vücut ısısındaki artışa işaret ettiği görülmüştür. Literatürde birçok çalışmada, utanca yüz kızarması ve utancın eşlik ettiğini doğrulanmıştır. Roseman, Wiest, ve Swart (1994) tarafından yapılan

çalışmalarda, katılımcıların geçmiş utanç deneyimlerini hatırlamaları istenmiş ve bireyler yüzlerinin kızardığını bildirmişlerdir. Görüldüğü üzere, gerek literatür gerekse bu tez kapsamında yürütölen çalışmalar, utanca eşlik eden çeşitli bedensel tepkiler olduğunu doğrulamaktadır.

Çalışma 1’de yürütölen odak grup çalışmasının pişmanlık alt kategorisindeki bulguları incelendiğinde katılımcıların utandıran durumu hiç yaşamamış olmayı diledikleri, ortaya çıkan durum nedeniyle kendilerine kızdıkları anlaşılmıştır. Benzer şekilde, çalışma 2’de de pişmanlığın utanca eşlik ettiği görölmüştür. Bu bulgular, oldukça dikkat çekicidir. Literatürdeki alışmalar pişmanlığın utançtan ziyade suçlulukla ilişkili olduğunu gösterse de şimdiki çalışmada pişmanlığın hem suçluluk hem de utançla ilişkili olduğu görölmüştür. Çalışma 2’de utançla ilgili frekans değeri en yüksek metaforlar arasında, pişmanlık metaforu öne ıkmiştir. Benzer şekilde, “keşke” metaforu da bu kategoriye karakterize eden metaforlardan biridir. Bu bulgular, kültüre özgü olarak görölebileceği gibi bireylerin suçluluk ve utanç duygularını ayırıştırılmamalarından da kaynaklanmış olabilir.

Çalışma 2’de yapılan metafor analizlerinde, yukarıdaki bulgulara ek olarak, utanç sırasında bireylerin zihin karmaşası yaşadıkları, tüm gözleri üstünde hissettikleri ve acı çektikleri görölmüştür. Zihin karmaşası alt kategorisindeki panik, aptallaşmak, balık hafızası ve çaresizlik metaforlarının bireyin ne yapacağını bilememesine; ansızın gelen tuvalet ve bulunduğu zamanı unutmak gibi metaforların utanç sırasında yaşanan konsantrasyon bozukluğuna işaret ettiği anlaşılmıştır. Darwin’den bu yana utancın zihin karmaşasına yol açtığı üzerinde durulmaktadır. Darwin (1872/2001), yüz kızarmasının kafa karışıklığını tetiklediğini öne sürmüştür. Bireylerin kafa karışıklıklarının serinkanlılığını kaybetme, tuhaf ve anlamsız sözler mırıldanma, kekeleme, yüz ekşitme, garip hareketler sergileme vb. şeklinde ortaya çıktığını öne sürmüştür.

Çalışma 2 için yapılan analizlerde, acı çekme alt kategorisindeki metaforların, literatürdeki pek çok araştırmanın ortaya koyduğu “utancın acı verici bir duygu olduğu” argümanını destekler nitelikte olduğu görölmektedir. Acı ekme alt

kategorisinde yer alan ölüm, savaş, diken, ateş, kibrit, kuyu, kalbe konulan ağırlık gibi metaforlar, utancın bireyin içini acıtan, canını yakan bir duygu olduğunu, bireye acı verdiğine işaret etmektedir. Anlaşılacağı üzere ölüm, savaş gibi güçlü ve şiddetli duyguları ifade eden metaforlar, utançla ilgili olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu metaforlar utancın bireye yaşattığı içsel acının yoğunluğunu gözler önüne sermektedir. Literatürdeki çalışmalar da utanç duygusunun acı verici bir duygu olduğunu doğrulamaktadır (Hynie, MacDonald ve Marques, 2006; Baumeister, 2005; Tangney & Dearing, 2002). Solomon (2007)'a göre de utanç acı verici bir duygudur, bu yüzden bireyler ondan kaçınmak istemektedirler.

Utanç sürecinde yaşananlarla ilgili olarak üzerinde durulacak son kategori tüm gözleri üstünde hissetmek kategorisidir. Bu kategoride çıplak hissetmek, tek başına sahnede olmak gibi metaforlar üretildiği görülmektedir. Holland ve Kipris (1995)'e göre bu metaforlar utanç duygusuna has, onu karakterize eden metaforlardır. Tangney ve Dearing (2002) tarafından yapılan çalışmalarda utanç sırasında bireylerin tüm ilgilerinin kendilerine yöneldiği ortaya konulmuştur. Şimdiki araştırmada da, utanç sırasında bireylerin ilgi odaklarının kendileri olduğu anlaşılmıştır.

Utancın Sonuçları

Çalışma 1'de yürütülen odak grup görüşmesinde, utanç duygusunun sonuçlarına yönelik bulguların iki alt kategoride toplandığı görülmüştür: İçe kapanma ve sosyal izolasyon ve olayı kendine saklama. Çalışma 2'de yapılan metafor analizleri ise utanç duygusunun sonuçlarının altı alt kategoride toplanabileceğini ortaya koymuştur: İçe kapanma ve sosyal izolasyon, söylem ve eylemlerin kısıtlanması, kaçma, uzaklaşma ve kurtulma isteği, saklanma ve gözden kaybolma, unutmama isteği ve kalıcı iz, koruyucu ve denetleyici işlevler.

Çalışma 1'deki odak grup analizlerinde, içe kapanma ve sosyal izolasyon alt kategorisinde, utanan bireylerin kendi içlerine çekildiklerini ve etraflarındaki insanlarla ilişkilerini kestiklerini destekler nitelikte bulgular elde edilmiştir. Çalışma

2'deki içe kapanma ve sosyal izolasyon kategorisini oluşturan kaplumbağa, bir gölün suyunun çekilmesi, sokağa çıkma yasağı, ıssız adada kalmak, insanların içinde yalnız kalmak vb. metaforlar da utanç yaşayan bireylerin bu deneyim sonrasında kendi kabuklarına çekildiklerine, iletişim kurmaktan kaçındıklarına işaret etmektedir. Bu alt kategorideki metaforların gerekçelerini, utanç deneyiminin kişilerarası ilişkileri kesintiye uğrattığı şeklinde yorumlamak mümkündür. Tangney ve Dearing (2002), araştırma bulgularımızla paralel şekilde, utanan bireyin içe kapanma davranışına yönelebileceğini, ancak bu stratejinin rahatsız edici benlikten duyulan yükü hafifletmeyeceğini belirtmişlerdir. Amodio, Devine ve Har (2007), utanç duygusunun bireyi sosyal tetkiklerden kaçınmayı amaçlayan geri çekilme motivasyonuna yöneltebileceğini ileri sürmüştürler. Bunun yanı sıra, yapılan analizler bu kapanmayla birlikte bireyin hareketsiz kaldığını, söylem ve eylemlerinin kısıtlandığını ve geri çekildiğini ortaya koymuştur. Çalışma 2'de söylem ve eylemlerin kısıtlanması alt kategorisindeki yer alan eli kolu bağlı esir, kafes, zincire vurulma, kemer, örtü, insanın etrafında örülü duvar vb. metaforların utancın bireylerin eylemlerini kısıtlayan bir yönü olduğunu ortaya koydukları görülmüştür.

Çalışma 1'deki odak grup bulgularında yer alan olayı kendine saklama alt kategorisinde görüldüğü üzere bireyler utanç yaşantısını ya tamamen kendilerine saklamakta ya da üçüncü şahıs üzerinden paylaşmaktadırlar. Bireyler, utanç yaşantısını üçüncü şahıs üzerinden anlatma yoluyla hem karşıdakinin objektif tepkisini tüm çıplaklığıyla görebilme hem de kendilerini doğrudan yargılanmaktan kurtarabilme şansı bulabileceklerini belirtmişlerdir. Ayrıca bireylerin utanç yaşantılarını üçüncü kişi ağzından anlatmaya karar verdiklerinde kendilerini en az tanıyan insanları seçtikleri anlaşılmıştır. Bu tercihlerin ardında, kimliğin gizli kalması yönündeki istek ya da kendini tanıyan insanların gözünde saygınlık kaybını önlemek yatıyor olabilir. Zira bireyler kendileri için önemli olan insanların gözünde saygınlıklarını yitirmeyi, tanımadıkları insanlara göre daha rahatsız edici bulmakta ve kendilerine değer veren ya da kendilerinin büyük değer atfettikleri insanların sevgilerinden, olumlu kabullerinden mahrum kalmayı kaygı verici görmektedirler.

Çalışma 2’de kaçma, uzaklaşma ve kurtulma isteği alt kategorisinde yer alan metaforlar, utanç duygusunun olumsuz bir duygu olduğunu açık şekilde vurgulamakta, bireyin o duygudan, durumdan, olaydan veya ortamda bulunan kişilerden kaçma ve uzaklaşma isteğine işaret etmektedir. Kövecses (2000) tarafından da belirtildiği üzere, bireyler olumsuz duygularla ilgili olumsuz değerlendirmeler yapmakta, bu duyguları yük ya da hastalık gibi metaforlarla ilişkilendirmektedirler. Bu alt kategoride de yük metaforu yer almakta ve bireyin o duygudan bir an önce kurtulma isteğine işaret etmektedir. Benzer şekilde kaçma isteği, kapana kısılmış fare, tutsak, kâbus gibi metaforlar bu duyguyu deneyimleyen bireyin ondan kurtulma isteğine tercüman olmaktadır. “Su” metaforu (su gibi akıp uzaklaşmak) ise kaçma, kurtulma ve uzaklaşma isteği kategorisini karakterize eden metaforlardan bir diğeridir. Barrett, Zahn-Waxler ve Cole (1993) tarafından yapılan çalışmalar, utancın kaçma isteğiyle ilişkili olduğunu desteklemektedir. Solomon (2007) de utançta görülen kaçma arzusunun, bu duygunun bireye verdiği yoğun acıyla ilişkili olabileceğini belirtmiştir.

Saklanma ve ortadan kaybolma alt kategorisinde yer alan metaforlar, utandıran durum sonrasında bireylerin saklanma ve gözden kaybolma yönelimlerine ışık tutmaktadır. Bu kategori, tıpkı içe kapanma ve sosyal izolasyon kategorisinde olduğu gibi utancın bireylerin kişilerarası ilişkilerini nasıl sekteye uğrattığına açıklık kazandırmaktadır. Tangney ve Dearing (2002) bu saklanma ve kaçma isteğini “yerin dibine girme ve kaybolma” isteği ile açıklamışlar ve “Kaçabilirsin ama saklanamazsın” şeklinde özetlemişlerdir. Şimdiki araştırmada bu kategoride yer alan devekuşu, köstebek, solucan, koltuğun arkasına saklanan çocuk, ojesi soyulan tırnak gibi metaforlar, bireylerin bu saklanma ve gözden kaybolma isteklerini başarıyla somutlaştırmaktadır. Barrett, Zahn-Waxler ve Cole (1993) ve Tangney (2002) tarafından yapılan çalışmalar, utancın bireyi diğer insanlardan saklanmaya veya gözden kaybolmaya yönelttiğini desteklemektedir.

Çalışma 2’de yapılan analizler, utandıran durumun kolay unutulmadığını, etkisini uzun zaman sürdürdüğünü ve bireyin üzerinde iz bıraktığını, hayatında ve kendinde bir şeyleri değiştirdiğini ortaya koymaktadır. Kalıcı iz alt kategorisinde yer alan

yanık acısı, devrim, travma, kalıcı yara, kara leke, sakız vb. metaforlar, utanç deneyiminden sonra bireyin bu duyguyu unutmakta zorlandığını ve bireyin bu duygunun izlerini uzun zaman taşıdığını ortaya koymaktadır. Robinaugh ve McNally (2010) tarafından otobiyografik bellek üzerine yapılan araştırmada utancın, travmanın rahatsız edici ve davetsiz hatıralarını ortaya çıkardığını göstermiştir. Çalışma 2’de katılımcılardan birinin utancı travmaya benzetmesi de bu açıdan manidardır. Bunun yanı sıra, Robinaugh ve McNally (2010)’nin çalışmaları, caydırıcı ve rahatsız edici duygusal olayların bireyin otobiyografik anlatılarının merkezinde olduğunu göstermiştir. Utancın yoğun bir acı verdiği göz önünde tutulursa, otobiyografik bellekte saklı kalması ve bireyi etkilemesi beklenen bir durumdur.

Çalışma 1’deki odak grup görüşmelerinde katılımcılar suçluluk ve utancın toplumsal ve kişisel açıdan koruyucu ve kontrol edici işlevlerine değinmişlerdir. Çalışma 2 de utancın olumlu sosyal ve ahlaki sonuçlarını destekler nitelikte bulgular ortaya koymuştur. Koruyucu ve denetleyici işlevler alt kategorisini oluşturan metaforlar incelendiğinde, utancın bireyleri olumsuz davranışlar sergilemekten ya da aynı hatayı tekrarlamaktan koruduğu anlaşılmaktadır. Bu alt kategoride yer alan zırh, kuralları denetleyen polis, tampon, uyarı işareti, otorite gibi metaforların utancın koruyucu ve denetleyici işlevlerini karakterize eden metaforlar olduğunu söylemek mümkündür. Çalışma 1’deki odak grup görüşmelerinde, suçluluğun da koruyucu ve denetleyici işlevlerine değinilmiştir. Baumeister, Reis ve Delespaul (1995) tarafından belirtildiği üzere, suçluluk tüm o kötü şöhretine ve caydırıcılığına rağmen bireylerin öz-kontrollerini ve kişilerarası ilişkilerdeki samimiyeti destekleyen bir yapıya ve olumlu sosyal işlevlere sahiptir. Armon-Jones (1986)’ya göre, suçluluk duygusu sosyal olarak kabul görmeyen, yapılması istenmeyen davranışların düzenlenmesine ve sosyal değer ve pratiklerin korunmasına ve sürdürülmesine hizmet etmektedir. Baumeister, Stillwell ve Hearton (1994)’e göre suçluluk, “insanların toplumsal ilişkileriyle işlevsel ve nedensel olarak bağlantılı olan kişilerarası bir fenomendir. Suçluluğun, ilişkilerde yaşanan duygusal sıkıntıları, dengesizlik ve haksızlıkları azaltıcı bir mekanizması vardır. Bireylerin suçluluk içeriği taşıyan olaylara yönelik geriyedönük değerlendirmeleri, olumlu sosyal ilişkilerini geliştirmeye katkı

sağlamaktadır. Bear, Manning ve Izard (2003)'a göre suçluluk, bireyin eylemlerinin sosyal grup açısından kabul edilebilir olmadığı yönünde bir ikaz mekanizmasıdır. Bireylerin başkalarının sıkıntılarına karşı daha sorumlu hissetmesine katkı sağlamaktadır. Görüldüğü üzere bu çalışmadan elde edilen araştırma bulguları literatürle paraleldir.

Suçluluğun Sebepleri

Çalışma 1'de yürütülen odak grup bulgularına göre, suçluluk duygusunun sebepleri arasında sorumlulukların yerine getirilmemesi, hata yapma-hayal kırıklığına uğratma, kişisel ve toplumsal standartların ihlali, başkasına zarar verme yer almaktadır. Çalışma 2'de suçluluk metaforları ile ilgili ve yapılan analizler sonucunda suçluluk duygusunun sebeplerine yönelik metaforların üç alt kategoride toplandığı görülmüştür: Hata yapma, norm ihlali, olumsuz değerlendirilme.

Çalışma 1'deki sorumlulukların yerine getirilmemesi alt kategorisinde, katılımcıların "kendi sorumluluklarında" olduğunu düşündükleri konular hakkında gerekeni yapmamaları, sorumluluklarını yerine getirmede başarısız olmaları durumunda suçluluk duygusu hissettikleri anlaşılmıştır. Suçluluk yaşantısının moral düzeni oluşturan kuralların çiğnenmesi, olumsuz çıktılar doğuran davranışlardan sorumluluk duyulması gibi durumlarda ortaya çıktığı ile ilgili literatürde görüş birliği bulunmaktadır. Yapılan eylemin sorumluluğunu üstlenme, suçluluk duygusunun olmazsa olmaz bir bileşenidir. Suçluluk hissedilebilmesi için öncelikle kuralların çiğnenmesiyle ilgili kişisel sorumluluk duyulması gereklidir. Sorumluluk kabul edilmezse, suçluluk hissetmekten söz ötmek pek olası değildir (Tangney ve Dearing, 2002). Izard (1978)'a göre suçluluk duygusunda birey mevcut durumdan kendisini sorumlu tutmaktadır. Ayrıca Giddens (2010) tarafından da belirtildiği üzere, bireyler yaptıkları şeyler kadar yapmadıkları şeylerden dolayı da suçluluk hissedebilmektedir.

Çalışma 1'deki hata yapma, hayal kırıklığına uğratma alt kategorisinde, katılımcıların değer verdikleri insanların beklentilerini karşılayamamaları ya da

onları hüsrana uğratmaları halinde suçluluk duydukları anlaşılmıştır. Benzer şekilde, Çalışma 2'deki hata yapma alt kategorisinde üretilen hata, kıyamet, çocuksu davranış, bebek gibi metaforlar, suçluluğun bireylerin yaptıkları çeşitli hatalar sonucunda hissedildiğine işaret etmektedir. İnsanın doğası itibariyle hata yapmaya müsait bir varlık olduğuna değinilmiş, bilinçli yapılmamış olsa da hatalı davranışların suçluluk duygusuna yol açabileceği ifade edilmiştir. Baumeister (2005) tarafından yapılan çalışmalarda da bireylerin önemsedikleri insanları incittiklerinde, ihmal ettiklerinde ya da hayal kırıklığına uğrattıklarında suçluluk hissettikleri tespit edilmiştir.

Çalışma 1'deki kişisel veya toplumsal standartların ihlali, normlara uymama alt kategorisinde, bireylerin hem toplumsal normları çiğnemeleri halinde hem de kendi içsel standartlarıyla uyumlu davranmamaları durumunda suçluluk hissettikleri anlaşılmıştır. Çalışma 2 de odak grup görüşmesiyle paralel bulgular sunmuştur. Norm ihlali alt kategorisinde yer alan metaforların, bireysel ya da toplumsal normların, kuralların ve standartların ihlali ile ilişkili olduğu görülmüştür. Trafik ışıkları metaforu toplumsal kurallara uymaya gönderme yaparken kendine ihanet etme, terk etmek ve pişmanlık metaforlarının bireyin kişisel değerleri ve standartlarıyla ilişkili olarak kullanıldığı anlaşılmıştır. Wolf ve arkadaşlarının (2010) araştırmaları suçluluğun kural ihlali ile ilişkili bir duygu olduğunu desteklemektedir. Wolf ve arkadaşları, yaptıkları araştırmada açık ve gizli olmak üzere iki tür kural ihlalinin incelemişler ve suçluluk duygusunun gizli kural ihlaliyle ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Buna göre, kimsenin bilmediği kabahatleri olsa da bireyler suçluluk hissetmektedir. Baumeister'ın çalışmaları da sosyal normların ihlali durumunda suçluluk hissedildiğini doğrulamaktadır. Doğruların ve yanlışların neler olduğu, kültür tarafından belirlenmektedir. Ancak kurallar insanlar onlara uymadığı sürece kullanışsız ve faydasızdır. Kültür, belirlediği kural ve doğrulara, insanların saygı duymasının bir yolunu bulmak zorundadır. Burada suçluluk ve utanç devreye girmektedir (Baumeister, 2005). Lindsay-Hartz (1984) suçluluk duygusu hissedilmeden önce bir normun ya da ahlaki düzenin çiğnendiğini belirtmiştir. Bu normlar ahlaki, dini, kültürel ya da kişisel olabilmektedir. Giddens (2010) tarafından da belirtildiği üzere, suçluluk duygusu bireylerin üyesi oldukları grubun (toplumun)

sosyal kurallarını ihlal etmekten duydukları korkuya dayalı olarak gelişen, bireylerin normatif beklentilerle uyumlu düşünce ve davranışlar içinde olmadıkları durumlarda hissedilen bir duygudur. Blavier ve Glenn (1995) de suçluluğun ahlaki ya da etik standartlarla ilişkili olduğunu desteklemektedir.

Çalışma 1'deki başkalarına zarar verme alt kategorisinde katılımcıların birilerine bilerek ya da bilmeyerek zarar vermeleri ya da incitmeleri halinde suçluluk duydukları görülmüştür. Bu bulguların literatürle paralel olduğu görülmektedir. Baumeister'a göre bireyler önemsedikleri insanlara zarar verdiklerinde, gücendirdiklerinde, yabancılaştıklarında ya da onları hayal kırıklığına uğrattıklarında başka bir deyişle ilişkilerini tehlike sokacak davranışlar sergilediklerinde suçluluk hissetmektedirler (Baumeister, 2005). Gilbert (2007) de araştırmalarında, suçluluk duygusunun bireyleri başkalarına zarar vermekten kaçınmaya yönelttiğini ortaya koymuştur. Gao, Wang ve Quin (2010) ise bireylerin kendi yanlış ya da kusurlu davranışları nedeniyle başkalarının zarar görmesi ya da birilerinin sıkıntı yaşaması halinde, bireylerin suçluluk yaşadıklarını belirtmiştir (Gao, Wang ve Quin, 2010). Benzer şekilde Keltner ve Buswell (1997)'in araştırmaları, suçluluğun başkalarına zarar verici davranışlarda bulunmayla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Son olarak Çalışma 2'deki olumsuz değerlendirilme alt kategorisinde ortaya konulan leke, süt dökmüş kedi, boğanın karşısında kırmızı giymiş matador ve hor görülme metaforlarının, başkalarının görüşlerine ve olumsuz değerlendirmelerine odaklandığı görülmektedir. Tangney (1991)'e göre, bireylerin başkaları tarafından nasıl değerlendirildiği ve nasıl görüldüğü ile ilişkili algı ve değerlendirmeleri sonucunda suçluluk ve utanç duyguları ortaya çıkmaktadır. Başka bir deyişle bu duygular algılanan sosyal değerlendirmelerle ilişkilidir (Hynie, MacDonald, Marques, 2006). Bireylerin başkalarının görüşlerinden etkilendikleri Goffman (1956)'nın çalışmaları tarafından da desteklenmiştir. Buna göre bireyler, başkalarının önünde küçük düşmekten onların gözlerinde itibarlarını kaybetmekten endişe duymaktadırlar (Tracy ve Robins, 2004).

Suçluluk Duygusunda Deneyimlenen Süreç

Çalışma 1’deki odak grup görüşmelerinde suçluluk duygusunda deneyimlenen sürece ilişkin bulgular arasında zarara odaklı değerlendirmeler, pişmanlık, vicdan azabı ve huzursuzluk yer almaktadır. Çalışma 2’de suçluluk duygusunda deneyimlenen süreçle ilgili analizler incelendiğinde, sekiz alt kategori karşımıza çıkmaktadır: Davranışa ve zarara odaklı değerlendirmeler, benlikle ilgili değerlendirmeler, pişmanlık, vicdan azabı ve huzursuzluk, acı çekme, zihin karmaşası, yakalanma ve ceza korkusu, kurtulma isteği.

Çalışma 1’deki zarara odaklı değerlendirmeler kategorisinde, katılımcıların eylemlerin başkalarına verdiği zarara, zararın büyüklüğüne, süresine, etkilediği kişi sayısına ilişkin değerlendirmeler yaptıkları görülmüştür. Çalışma 2’de cinayet, bebeğini yanlışlıkla inciten anne, içimizde ağlayan çocuk ve metres metaforlarının da odak grup görüşmeleriyle paralel şekilde davranışa ve zarara odaklı değerlendirmeler üzerine odaklandığı gözlenmiştir. Bu alt kategoriye göre, suçluluk hisseden bireyler davranışlarını ve birilerine verdikleri maddi ya da manevi zararları değerlendirmektedirler. Literatürdeki bulgular suçluluk duygusunda zarara odaklı değerlendirmeler yapıldığını desteklemektedir. Helen Block Lewis (1984)’in çalışmaları suçluluk davranışa ve verilen zarara odaklı değerlendirmelerle ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Lindsay-Hart (1984) ve Ausubel (1955)’e göre suçluluk duygusunda tüm benliğin olumsuz değerlendirilmesi değil bir eylemle ilgili bir olumsuz öz-değerlendirme söz konusudur. Birey kendisini tamamıyla kötü biri olarak değerlendirmez. Ayrıca Tangney ve arkadaşlarının (1995), Michael Lewis (2008)’in araştırmaları da suçlulukta davranışa odaklı değerlendirmeler yapıldığını doğrulamıştır. Baumeister tarafından yapılan araştırmalar ise bireylerin sevdikleri ve önemsedikleri insanlara karşı bir suç işlemelerinde ya da onlara zararı dokunacak bir davranışta bulduklarında daha çok suçluluk hissettiklerini ortaya koymuştur (Baumeister, 2005). Birçok araştırma suçluluğun benliğin bütüne değil belli bir özelliğine ya da davranışa odaklı değerlendirmeler içerdiğini ortaya koysa da bu araştırma kapsamında elde edilen bulguların bir kısmı suçluluğun benliğin bütününe odaklı değerlendirmelerle de ilişkili olabileceğini göstermiştir. Çalışma 2’de benlikle

ilgili değerlendirmeler alt kategorisinde yer alan kendinde kusur bulma, fırtına, ölmüş fare görmek, bir bardak suyun içine damlatılmış bir damla mürekkep metaforları, bireyin yaptığı davranışı tüm benliğine genellediğine gönderme yapmaktadır. Kaynağını doğa olaylarından alan deprem metaforu ise bireyin içinde meydana gelen yıkıma odaklanmıştır. Bu iki alt kategoriden hareketle suçluluk yaşantısında hem benliğe hem de davranışa ve verilen zarara odaklı değerlendirmelerin bir arada yapıldığını söylemek mümkündür. Her ne kadar benliğin bütününe odaklı değerlendirmelerin literatürle özdeşlemediği görülse de, bunu, bireylerin zaman zaman suçluluk ve utanç yaşantılarını birlikte yaşıyor olmalarına bağlamak mümkündür. Öte yandan, bu bulgu, kültüre özgü bir bulgu olarak da değerlendirilebilir. Daha kapsamlı bilgi edinmek amacıyla daha geniş çalışma gruplarıyla bu yönde araştırma yapmak faydalı olacaktır.

Çalışma 1'deki pişmanlık alt kategorisinde, katılımcıların suçluluk deneyimi sırasında o durumu hiç yaşamamış olmayı diledikleri ve yaptıklarından pişman oldukları görülmüştür. Odak grup bulguları ile paralel şekilde, metafor analizlerinde de pişmanlığın utanca eşlik ettiği görülmüştür. Literatürdeki bulgular, pişmanlık ve suçluluğun ilişkili duygular olduğunu desteklemektedir (Berndsen, Van der Pligt, Doosje, & Manstead, 2010; Abe, 2004). Berndsen ve arkadaşlarına (2010) göre, suçluluk kişilerarası faktörler, pişmanlık içsel faktörlerle ilişkili olarak ortaya çıkmaktadır. Çoğu zaman ayrı ayrı deneyimlenseler de zaman zaman, bu çalışmada olduğu gibi, birlikte görülebilmektedir. Roseman, Wiest, & Swart (1994), yaptıkları çalışmada katılımcılardan geçmiş pişmanlık deneyimlerini hatırlamaları istenmiştir. Katılımcılar kendilerine pişmanlık hissettiren durumu düşündüklerinde, o durumu bir hata olarak değerlendirmişler ve ortaya çıkan sonucu düzeltmek için ikinci bir şans elde etmeyi istediklerini bildirmişlerdir. Görüldüğü üzere suçluluk ve pişmanlık, ortak bir paydada birleşmekte ve birlikte ortaya çıkabilmektedir.

Çalışma 1'deki *vicdan azabı ve huzursuzluk* alt kategorisinde, suçluluk deneyiminin vicdanı harekete geçirdiği, bireylerin iç huzurlarını bozduğu anlaşılmıştır. Katılımcılar, suçluluk nedeniyle zihnin sürekli yaşanan olayla meşgul olduğunu belirtmişlerdir. Çalışma 2'de de odak grup bulgularıyla paralel şekilde katılımcıların

en fazla vicdan azabı ve huzursuzluk ile ilgili metaforlar ürettikleri görülmüştür. Frekansı en yüksek olan metaforların kemirgen fare, elma kurdu, vicdan azabı, hastalık, tahtakurusu, kabus, taş, ağrı, huzursuzluk metaforları vb. olduğu görülmektedir. Özellikle kemirgen fare, elma kurdu, tahtakurusu gibi hayvan metaforlarının suçluluğun bireyi içten içe yiyen bir duygu olduğuna gönderme yaptığı anlaşılmıştır. Vicdan azabı ve huzursuzluk gibi metaforlarınsa bireylerin vicdani rahatsızlıklarına işaret ettikleri görülmüştür. Buna göre, suçluluk hisseden bireylerin, yanlış bir şey yaptıklarını düşündüklerini, vicdan azabı ve huzursuzluk hissettiklerini söylemek mümkündür. Smith, Webster, Parrott ve Eyre (2002), araştırmalarında suçluluk duygusuna vicdan azabı ve kendini suçlamanın eşlik ettiğini ortaya koymuşlardır. Smith ve arkadaşlarına göre, bireyler ahlaki bir inancı ihlal ettiklerinde, başkalarına zarar veren davranışlarda bulduklarında ya da yanlış bir şey yaptıklarını düşündüklerinde, bunları kimse bilmese bile, suçluluk hissetmektedirler.

Çalışma 2’de metaforlardan bir kısmının acı çekme kategorisinde toplandığı görülmüştür. Bu alt kategoride bulunan acı biber, ateş, diken, iğne, kıvılcım, saplanmış bıçak, ısırğan otu ve acı verici olay gibi metaforlar suçluluğun acı verici bir duygu olduğuna işaret etmektedir. Özellikle bu kategoride en yüksek frekansa sahip olan ateş metaforu, suçluluğun, insana yakıp kavuran bir acı yaşattığını ortaya koymuştur. Literatürde utanç duygusunun suçluluk duygusundan daha acı verici olduğu bilinmekle birlikte (Tangney & Dearing, 2002; Lewis, 1984; Fang & Chiou, 2007), bu araştırma kapsamında dikkate değer sayıda katılımcının suçluluğun acı verici yönüne değindikleri görülmüştür. Bu acıyla paralel şekilde bireylerin suçluluk duygusundan kurtulma isteklerinin de çeşitli metaforlar yoluyla ifade edildiği görülmüştür. Kurtulma isteği alt kategorisinde üretilen bataklık, bir tünele girmek, fobi, dünyayı yaşanmaz kılan bir yük vb. metaforların bireylerin suçluluk duygusundan kurtulma isteklerini işaret ettiği anlaşılmıştır.

Çalışma 2’de üretilen beklenmeyen misafir, iki taş arasında sıkışıp kalmış olmak, ceset vb. metaforların bireylerin suçluluk sırasında yaşadıkları kafa karışıklığına işaret ettiği görülmüştür. Zihin karmaşası, alt kategorisinden hareketle bir suç

işlediklerini, önemli bir kuralı çiğnediklerini ya da birilerini incittiklerini fark eden bireylerin önce ne yapacaklarını bilemediklerini ve bir bocalama yaşadıklarını söylemek mümkündür.

Katılımcıların ürettiği borçlu olmak, kara bulut, hapiste olmak metaforlar yakalanma ve ceza korkusuna işaret etmektedir. Bu bulgulardan hareketle, bireylerin yaptıkları eylem nedeniyle cezalandırılma korkusu yaşadıklarını, başlarına her an bir şey geleceği gibi tedirgin olduklarını söylemek mümkündür. Biaggio (1969) ve Grinder ve McMichael (1963) tarafından yapılan araştırmalar da dışsallaştırılmış suçluluğa ceza ve cezalandırılma korkusunun eşlik ettiğini ortaya koymuştur.

Suçluluğun Sonuçları

Çalışma 1’de yürütülen odak grup görüşmesinde suçluluğun sonuçlarına yönelik üç alt kategori oluştuğu görülmüştür: Telif ve düzeltme, itiraf, ceza. Çalışma 2’de yapılan metafor çalışması sonucunda da benzer şekilde suçluluk duygusunun sonuçlarına yönelik metaforların iki alt kategoride toplandığı gözlenmektedir: İtiraf ve telif, kalıcı iz.

Çalışma 1’de yürütülen odak grup görüşmesinin itiraf alt kategorisinde bireylerin suçluluk yaşantılarının itirafında öncelikli olarak arkadaşlarını ve sorunu çözecek kişiyi seçtikleri görülmektedir. Ailenin ise üçüncü sırada geldiği anlaşılmaktadır. Bireylerin bu tercihlerinde, kişilerarası ilişkilerdeki yakınlığın ve hiyerarşinin etkili olduğu düşünülebilir. Zira arkadaş ilişkileri, bireylerin kendi özgür seçimlerine dayanmakta, aile içi ilişkilerde görülen sıkı normatif düzenlemelerden nispeten daha arınık bir yapıda gelişmektedir. Akran olunması, ortak beklenti ve kaygılar yaşanması arkadaşların birbirlerini daha kolay anlamalarına imkân sağlamaktadır. Zira bireyler, yakın arkadaşlık ilişkilerinde kendilerini anlayan ve anladıklarını düşündükleri insanlarla yan yana gelmektedir. Özellikle üniversite gibi ergenlik döneminin yeni tamamlanmış/tamamlanmak üzere ve beliren yetişkinliğin girişinde olunan bir dönemde, arkadaşlık ilişkileri, bireylerin sosyal yaşamlarında oldukça

öncelikli bir yer tutmaktadır. Ayrıca arkadaşlar arası ilişkilerde güç dengeleri, aile içi ilişkilere göre daha eşitlikçidir. Güç dengesizliği görece daha azdır. Bu durum paylaşımı kolaylaştırıcı bir etkide bulunmaktadır. Tüm bu faktörler, suçluluk yaşantılarını yakın arkadaşlara itiraf etmeyi kolaylaştırıyor olabilir. Biaggio (1969) ve Grinder ve McMichael (1963) suçluluk duygusunu, içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış suçluluk olmak üzere ikiye ayırmışlardır. Bu ayırmda içselleştirilmiş suçluluğa pişmanlık ve itirafın eşlik ettiğini belirtmişlerdir. Çalışma 2’de yürütülen metafor çalışmasının itiraf ve telafi kategorisinde ortaya konulan balon, kokmuş et, hapiste infazını bekleyen hükümlü, solmakta olan ve yeniden canlanan çiçek vb. metaforlardan anlaşılacağı üzere suçluluk yaşantısı sonucunda birey, itiraf etmeye ya da telafiye yönelik eylemlerde bulunmaya eğilimlidir. Burada itirafın kişinin taşıdığı duygusal yükü hafifletebildiğine değinilmiş ve itiraf etmediği sürece bu duygudan kurtulmasının mümkün olmadığı belirtilmiştir. Çalışma 1’de görülen telafi ve düzeltme alt kategorisinde katılımcıların ortaya çıkan zararı telafiye, durumu ve kendi davranışlarını düzeltmeye yönelik eyleme geçtikleri anlaşılmıştır. Baumeister’ın çalışmaları da bu bulguları doğrular niteliktedir. Baumeister (2005)’a göre suçluluk, insanların bir arada yaşamasına olanak veren sistemin önemli bir parçasıdır. Kişilerarası ilişkilerin güçlenmesine ve sürdürülmesine hizmet etmektedir. Suçluluk, kişilerarası ilişkilerdeki kural ihlallerinin azalmasını ve başkalarına zarar verecek davranışlardan kaçınmayı sağlamaktadır. Olumsuz bir durum ortaya çıkması durumundaysa, hissettiği suçluluk, bireyi o durumu telafiye yönlendirmektedir. Bireyler itiraf etmekte, özür dilemekte, düzeltme yapmakta ya da aynı davranışı tekrarlamamaya söz vermektedirler. Abe (2004)’ye göre suçluluk, bireyin diğerlerine yönelik empatik ve sempatik ilgisini güçlendirmekte; bu da bireyi telafi ve düzeltme davranışlarına yöneltmektedir. Roseman, Wiest, ve Swart (1994) tarafından yapılan çalışmalar da, bireylerin yanlış bir şey ya da yapmamaları gereken bir şey yaptıklarında herşeyi mahvettiklerini düşündüklerini, kendilerini cezalandırdıklarını, özür dilediklerini ve kabahatlerini affettirmeye çalıştıklarını ortaya koymuştur. Baumeister, Stillwell ve Heatherton (1994)’a göre birey ilişkiyi onarmaya çalışmakta ya da en azından suçluluk duygusunu kısmen de olsa hafifletecek şekilde özür dilemektedir.

Çalışma 1'deki ceza alt kategorisinde ise katılımcıların suçluluk duygusu hissettiren bazı eylemler neticesinde ceza alındığını belirttikleri görülmüştür. Literatürde suçluluk davranışının cezayla ilişkisine sıkça yer verildiği görülmektedir. Giddens (2010)'a göre, suçluluk duygusunda odaklanılan asıl nokta, davranışın ceza gerektirip gerektirmediği ile ilgilidir. Freudyen görüşe göre, suçlu hisseden insanlar cezalandırılmak istemektedirler. Oysa Baumeister'a göre bireyler suçlu hissetseler de cezalandırılma isteği içinde olmazlar. Aksine kendilerine suçluluk hissettiren durumla ilgili affedilmeyi ya da en azından hoşgörülme beklemektedirler (Baumeister, 2005). İçselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış suçluluk ayrımı yapan Biaggio (1969) ve Grinder ve McMichael (1963) dışsallaştırılmış suçluluğa, ceza ve cezalandırılma korkusunun eşlik ettiğini belirtmişlerdir.

Son olarak kalıcı iz kategorisinde yer alan kalbe giren ok, nasır, Japon yapıştırıcısı, koala, sivrisineğin ısırıldığı yer, sönmemiş yanardağ vb. metaforların suçluluk duygusunun bireyin içinden kolay kolay atamayacağı bir duygu olduğuna gönderme yaptığı; ayazda kalmak, bir çiçeği dalından koparmak gibi metaforlarınsa suçluluğun bireyde bazı şeyleri değiştirdiğine odaklandığı görülmüştür. Roseman, Wiest, ve Swart (1994) tarafından yapılan çalışmalarda, bireylerin geçmiş suçluluk deneyimleri geri çağrılmış ve bireylerin o yaşantılara yönelik değerlendirmeleri alınmıştır. Otobiyografik bellekte bu bilgilerin kayıtlı olduğu görülmüştür.

SONUÇ

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularına yönelik algıları incelenmiş, suçluluk ve utancın sebepleri, sonuçları, deneyimlenen süreçte olup bitenler birebir alıntılar aracılığıyla açıklanmıştır. Araştırmada yürütülen iki çalışma, birbirini tamamlamış ve sistematik, bütünlüklü bulgulara ulaşılmasına imkân sağlamıştır.

Yargı

Bu araştırmada aşağıda belirtilen sonuçlara ulaşılmıştır. Araştırmanın yürütüldüğü çalışma grubunda:

1. Üretilen metaforların önemli bir bölümü “suçluluk ve utanç sırasında deneyimlenen süreçlere”; ikinci sırada “suçluluk ve utancın sonuçlarına”, üçüncü sırada ise “suçluluk ve utancın sebeplerine” odaklıdır.
2. Utanç duygusunun sebeplerinin kişisel, toplumsal, ahlaki standartlara uygun davranmama ve başkalarının olumsuz görüşleri olduğu; suçluluk duygusunun sebeplerinin ise hata yapma, normları ihlal etme ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme olduğu anlaşılmıştır.
3. Utanç duygusu sırasında benlik odaklı değerlendirmelerin, acı çekmenin, dışsal belirtilerin, zihin karmaşasının, tüm gözleri üstünde hissetmenin ve pişmanlığın deneyimlendiği görülrken; suçluluk duygusunda davranışa ve zarara odaklı değerlendirmelerin, benlik odaklı değerlendirmelerin, pişmanlığın, vicdan azabı ve huzursuzluğun, acı çekmenin, zihin karmaşasının, yakalanma ve ceza korkusunun ve kurtulma isteğinin deneyimlendiği ortaya çıkmıştır.
4. Utanç yaşantısı sonucunda içe kapanma, sosyal izolasyon, olayı kendine saklama, söylem ve eylemlerin kısıtlanması, kaçma, uzaklaşma, kurtulma, saklanma ve gözden kaybolma isteği, kalıcı izlerin ortaya çıktığı; suçluluk yaşantısı sonucunda ise itiraf, telafi ve kalıcı iz olduğu görülmüştür.
5. Suçluluk ve utancın toplumsal açıdan koruyucu ve denetleyici fonksiyonları olduğu düşünölmektedir.
6. Katılımcılar yalnızca kendi eylemleri nedeniyle ilgili değil, birincil derece yakınlığı bulunan (aile üyeleri) başka bireylerin eylemlerinden ötürü de utanç deneyimlemektedirler. Bu bulgu, toplulukçuluk ve ilişkisel benlik bağlamında ortaya çıkmış olabilir.
7. Katılımcılar suçluluk yaşantısında itiraf ederek ya da yaşanılan durumu yakın bulunan biriyle paylaşarak çözüm ararken, utanç yaşantısında yaşanılan olay

ya da durumu daha çok kendilerine saklamakta ya da anlatmaları halinde üçüncü ağızdan, başkası yaşamışcasına paylaşmaktadırlar.

8. Batı literatüründen farklı olarak suçluluk duygusunda yalnızca davranışa odaklı değerlendirmelerin değil tıpkı utanç duygusunda olduğu gibi benliğin bütününe yönelik değerlendirmelerin de yapıldığı görülmüştür. Bu bulgu, kültüre özgü bir bulgu olabileceği gibi, suçluluk ve utanç duygularının ayrıştırılmasında yaşanan güçlükten de kaynaklanmış olabilir. Bir başka ihtimalse suçluluk ve utanç duygularının kimi durumlarda birlikte görülmesi olabilir.
9. Pişmanlığın hem suçluluğa hem de utanca eşlik ettiği görülmüştür.

Öneriler

Bu araştırmanın nitel bir araştırma metodolojisine dayalı olarak tasarlanmış olması, daha zengin ve derinlikli bulgular elde edilmesine katkıda bulunmuş; birden fazla araştırma yönteminin kullanılmış olması da bu çeşitliliği arttırmıştır. Bununla beraber çalışma grubunun yalnız üniversite öğrencilerinden oluşması araştırmanın bir sınırlılığıdır. Öte yandan homojen bir grup üzerinde çalışılmış olması ortak algıların ortaya konulması açısından faydalı olmuştur.

Aşağıda araştırma sonucunda elde edilen bulgulardan hareketle uygulamacı ve araştırmacılara bazı önerilerde bulunulmuştur.

Araştırmacılara Öneriler:

1. Gelecek araştırmaların, nitel ve nicel yöntemleri bir arada kullanarak karma yöntemlerle tasarlanması, alana yönelik yeni ve kültüre özgün bulgular elde edilmesine fayda sağlayacaktır.
2. Odak grup görüşmesine dayalı çalışmaların daha fazla grup ve oturumun yürütüleceği şekilde tasarlanması, elde edilecek bulguların çeşitliliğinin artması açısından faydalı olacaktır.

3. İlköğretim, ortaöğretim ve yükseköğretim düzeyinde olduğu kadar, eğitim sistemi içinde olmayan gruplarda da benzer araştırmaların yapılması önemlidir.
4. Türkiye'nin farklı coğrafi bölgelerinde de benzer araştırmaların yapılması, kültüre özgü farklı dinamiklerin anlaşılmasına ve mevcut bilgilerin çeşitlendirilmesine, zenginleştirilmesine katkıda bulunacaktır.
5. Gelecek araştırmalarda suçluluk ve utançın yalnızca bireyden kaynaklanmayan, birincil derecede yakınların eylemlerinden kaynaklanan yapısı üzerinde durulması önemli bir ihtiyaçtır.

Uygulamacılara Öneriler:

1. Suçluluk ve utanç deneyimlerinin kişilerarası ilişkileri kesintiye uğratan, bozan, yeniden düzenlemeye ihtiyaç duyuran boyutları, bu duyguların uygulamacılar açısından da dikkatle ele alınması gereken bir konu olduğuna işaret etmektedir.
2. Gençlerle çalışan eğitimcilerin, psikiyatristlerin, psikologların ve psikolojik danışmanların yürüttükleri çalışmalarda öğrencilerin suçluluk ve utanç yaşantılarını birbirinden tamamen ayırtıramadığını göz önünde tutması gerekmektedir.
3. Duygusal farkındalık geliştirme ve duyuşsal davranış eğitimi programlarının hazırlanmasında suçluluk ve utanç duygularının karmaşık yapısının dikkate alınması önemlidir.

KAYNAKÇA

- Abbasi, L. (2008). *Differences in attribution style and self-conscious emotions between different categories of shyness*, Unpublished doctoral dissertation. University of Johannesburg.
- Abe, J. A. (2004). Shame, guilt, and personality judgment. *Journal of Research in Personality*, 38, 85-104.
- Abell, E., & Gecas, V. (1997). Guilt, shame and family socialization: A retrospective study. *Journal of Family Issues*, 18, 99-123.
- Akbağ, M. & Erden-İmamoğlu, S. (2010). Cinsiyet ve bağlanma stillerinin utanç, suçluluk ve yalnızlık duygularını yordama gücünün araştırılması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10 (2), 651-682.
- Amodio, D. M., Devine, P. G., & Har, E. (2007). A dynamic model of guilt: Implications for motivation and self-regulation in the context of prejudice. *Psychological Science*, 18 (6), 524-530.
- Anolli, L. & Pascucci, P. (2005). Guilt and guilt-proneness, shame and shame proneness in Indian and Italian young adults. *Journal of Personality and Individual Differences*, 39, 763-773.
- Aracı, M. A. (2011). *Kur'ân'da hâyâ kavramı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Aristoteles (2006). *Retorik*. (M. H. Doğan, Çev.). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1954)
- Armon-Jones, C. (1986). The social functions of emotion. In R. Harré (Eds.), *The social construction of emotions* (pp. 57-82). Oxford: Basil Blackwell.
- Ausubel, D. P. (1955). Relationships between shame and guilt in the socializing process. *Psychological Review*, 62 (5), 378-390.
- Ayverdi, İ. (2005). *Misalli büyük Türkçe sözlük*. İstanbul: Kubbealtı Neşriyatı.
- Barret, K. C. (1995). A functionalist approach to shame and guilt. In J. P. Tangney, & K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 25-63). New York: Guilford Press.

- Barrett, K. C., Zahn-Waxler, C. Z., & Cole, P. M. (1993). Avoiders vs. amenders: Implications for the investigation of guilt and shame during toddlerhood? *Cognition & Emotion*, 7 (6), 481-505.
- Baş, T., Çamır, M. & Özmaldar, B. (2005). Odak grup çalışması. T. Baş ve U. Akturan, (Ed.), *Nitel araştırma yöntemleri: NVivo 7.0 ile nitel veri analizi içinde* (103-110). İstanbul: Seçkin Yayıncılık.
- Baumeister, R. F. (2005). *The cultural animal: Human nature, meaning, and social life*. New York: Oxford University Press.
- Baumeister, R. F., & Alquist, J. L. (2009). Is there a downside to good self-control? *Self and Identity*, 8, 115–130.
- Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., & Heatherton, T. F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115, 243-267.
- Bear, g., Manning, M., & Izzard, C. E. (2003). Responsible behaviour: The importance of social cognition and emotion. *School Psychology*, 18, 140-157.
- Ben-Ze'ev, A. (2000). *The subtlety of emotion*, Cambridge, MA: The Mit Press.
- Berndsen, M., Van der Pligt, J., Doosje, B., & Manstead, A. (2010). Guilt and regret: The determining role of interpersonal and intrapersonal harm. *Cognition & Emotion*, 18 (1), 55-70.
- Biaggio, A. M. (1969). Internalized "versus" externalized guilt: A cross-cultural study. *Journal of Social Psychology*, 78 (1), 147-149.
- Bilgin, N. (2003). *Sosyal psikoloji sözlüğü: Kavramlar, yaklaşımlar*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Blavier, D.C., & Glenn, E. (1995). The role of shame in perceptions of marital equity, intimacy and competency. *The American Journal of Family Therapy*, 23: 73-82.
- Boiger, M., & Mesquita, B. (2012). The construction of emotion in interactions relationships, and cultures. *Emotion Review*, 4 (3), 221-229.
- Buss, A. (1979). The development of embarrassment. *The Journal of Psychology*, 103, 227-230.
- Ceylan B. (2007). *Şizofreni ve kronik böbrek yetmezliği hastalarına evde bakım veren aile üyeleri ve bakım rolü olmayan bireylerde suçluluk ve utanç*

- düzeylerinin karşılaştırılması.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Damka, Z. (2009). *Sığınma evinde kalan şiddet mağduru kadınlar: Anksiyete duyarlılığı, travmaya bağlı suçluluk, travma sonrası stres bozukluğu ve psikolojik belirtiler.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Darwin, C. (2001). *İnsan ve hayvanlarda beden dili.* (O. Tuncay, Çev.). İstanbul: Gün Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1872)
- Deigh, J. (2008). *Emotions, values, and the law.* New York: Oxford University Press.
- Deniz, M. E. (2006). Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk-utanç arasındaki ilişki. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22, 89-99.
- Ekman, P. (1992). *Telling Lies: Clues to deceit in the marketplace, politics, and marriage.* New York: W.W. Norton & Company.
- Ekman, P. (2012). *Yalan söylediğimi nasıl anladın? Yüz ifadelerinden duyguları ve düşünceleri okumak.* (E. İ. Akter, Çev.). İstanbul: Okuyan Us. (Orijinal çalışma basım tarihi 2003)
- Erikson, E. (1993). *Childhood and society.* London: Paladin Grafton Books. (Original work publicated 1951)
- Etxebarria, I. (2000). Guilt: An emotion under suspicion. *Psicothema*, 12, 101-108.
- Fang, S.-c., & Chiou, A. (2007). Research proposal on the study of moral emotions and moral behavior with applications on cross cultural business ethics. *Proceedings of the 13th Asia Pacific Management Conference*, Australia, 1314-1321.
- Fischer, K. W., & Tangney, J. P. (1995). Self-conscious emotions and the affect revolution: Framework and overview. In J. P. Tangney, & K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt*, (pp. 3-21). New York: Guilford Press.
- Freud, S. (1999). *Uygarlık din ve toplum.* (4. baskı) (S. Budak, Çev.). Ankara: Öteki Ajans. (Orijinal çalışma basım tarihi 1930 [1929])
- Freud, S. (2005). *Three Essays on Theory of Sexuality* (A. A. Brill, Trans.) (2nd eds.). Washington, D.C: Nervous and Mental Disease Publishing Company.

- Furukawa, E. (2005). *Cross-cultural differences in self-conscious emotions*. Unpublished doctoral dissertation, George Mason University, Fairfax, Virginia.
- Giddens, A. (2010). *Modernite ve bireysel kimlik: Geç modern çağda benlik ve toplum*. (Ü. Tatlıcan, Çev.). İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1991)
- Glesne, C. (2012). Kelimelerin uçmasını sağlamak: Görüşme yoluyla anlamak. (A. Ersoy ve P. Yalçınoğlu, Çev. & Ed.). *Nitel araştırmaya giriş*. (138-188) Ankara: Anı Yayıncılık.
- Grinder, R. E., & McMichael, R. E. (1963). Cultural influence on conscience development: Resistance to temptation and guilt among samoans and American Caucasians. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 66 (5), 503-507.
- Goffman, E. (1956). Embarrassment and social organization. *American Journal of Sociology*, 62, 264-271.
- Güleç, N. (2005). *Depresyonda utanç, suçluluk, öfke ve kendilik değeri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Hanshaw, E. R. (1998). An investigation of the wounded healer phenomenon: Counselor trainees and their self-conscious emotions and mental health (Doctoral Dissertation, Georgia State University, 1998). *Dissertation Abstracts International*, 58 (10-A).
- Heaven, P. C. L., Ciarrochi, J. & Leeson, P. (2009). The longitudinal links between shame and increasing hostility during adolescence. *Journal of Personality and Individual Differences*, 47, 841-844.
- Henderson, L. & Zimbardo, P. (2003). Shame and anger in chronic shyness and social anxiety disorder. Unpublished paper
- Holland, D. & Kipnis, A. (1995). American cultural modls of embarrassment: The not-so-egoistic aspects of American self. In J.A. Russel et al. (Eds.), *Everyday conceptions of emotion: An introduction to the psychology, antropology, and linguistics of emotion* (pp. 181-202). Dordrecht: Kluwer.
- Horney, K. (2011). *Nevrozlar ve insan gelişimi: İnsanın kendini gerçekleştirme mücadelesi*. (E. Erbatur, Çev.). İstanbul: Sel Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1950)

- Hynie, M., MacDonald, T. K., & Marques, S. (2006). Self-conscious emotions and self-regulation in the promotion of condom use. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 1072-1084.
- Izard, C. E.E. (1978). Guilt, conscience and morality. Human emotions (pp. 421-452). New York: Plenum Press.
- Izard, C. E. (1993). Four systems for emotion activation: Cognitive and noncognitive processes. *Psychological Review*, 100, 68-90.
- Izard, C. E. (1994). Innate and universal facial expression: Evidence from developmental and cross-country research. *Psychological Bulletin*, 115, 288-299.
- İnandılar-Topaç, H. (2010). *Shame-pronenes vs guilt pronenes and their relationship to attributional styles, coping strategies ans depressive symptom levels of university students*. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Kagan, J. (1981). *The second year*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kagan, J. (1999). *Three seductive ideas*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kagan, J. (2007). *What is emotion? History, measures, meanings*. New York: Yale University Press.
- Kagan, J. (2009). *The three cultures: Natural sciences, social sciences, and humanities in the 21st century*. New York: Cambridge University Press.
- Kagan, J. (2010). Once more into the breach. *Emotion Review*, 2(2), 91-99.
- Kalyoncu, A., Mirsal, H., Pektaş, Ö., Gümüş, Ö., Tan, D. & Beyazyürek, M. (2002). Alkol bağımlılarında suçluluk ve utanç duyguları. *Bağımlılık Dergisi*, 3(3), 160-164.
- Keltner, D. & Buswell, B.N. (1996). Evidence for the distinctness of embarrassment, shame, and guilt: A study of recalled antecedents and facial expressions of emotion. *Cognition and Emotion*, 10, 155-171.
- Keltner, D., & Buswell, B. N. (1997). Embarrassment: Its distinct form and appeasement functions. *Psychological Bulletin*, 122 (3), 250-270.
- Knuuttila, S. (2004). *Emotions in Ancient and Medieval philosophy*. New York: Oxford.

- Kövecses, Z. (2000). *Metaphor and emotion: Language, culture, and body in human feeling*. New York: Cambridge University Press.
- Kula, T. (2012). *Ergenlerde öfke duygusu, benlik algısı, Tanrı algısı, suçluluk ve utanç duyguları açısından bir değerlendirme: Diyarbakır örnekleme*, Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kuş, E. (2009). *Nicel-Nitel araştırma teknikleri: Sosyal bilimlerde araştırma teknikleri nicel mi? Nitel mi?* Ankara: Anı Yayıncılık.
- Lakoff, G., & Johnson, M. (2010). *Metaforlar, hayat, anlam ve dil*. (G. Y. Demir, Çev.). İstanbul: Paradigma Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 2003)
- Lewis, H. B. (1971). Shame and guilt in neurosis. *Psychoanalytic Review*, 58, 419-438.
- Lewis, H. B. (1984). Freud and modern psychology: The social nature of humanity. *The Psychoanalytic Review*, 71, 7-26.
- Lewis, M. (2008). Self-conscious emotions: Embarrassment, pride, shame, and guilt. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.). *Handbook of Emotions* (3rd ed.) (pp. 742-756). New York: Guilford Press.
- Lewis, M. (2007). Early emotional development. In A. Slater & M. Lewis (Eds.), *Introduction to infant development (2nd ed.)* (pp. 216-232). Oxford: Oxford University Press.
- Lewis, M. (2011). The self conscious emotions. Lewis M, topic ed. In Tremblay R.E., Boivin, M., Peters, RDeV., eds. *Encyclopedia on early childhood Development [online]*. Montreal, Quebec: Centre of Excellence for Early Childhood Development, 1-6. Available at: <http://www.child-encyclopedia.com/documents/LewisANGxp1.pdf>. Accessed September 30, 2012.
- Lindsay-Hartz, J. (1984). Contrasting experiences of shame and guilt. *American Behavioral Scientist*, 27 (6), 689-704.
- Mesquita, B. (2003). Emotions in collectivist and individualist contexts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80 (1), 68-74.
- Mesquita, B., & Karasawa, M. (2004). Self-conscious emotions as dynamic cultural processes. *Psychological Inquiry*, 15, 161-166.

- Mesquita, B., & Markus, H.R. (2004). Culture and emotion: Models of agency as sources of cultural variation in emotion. In N.H. Frijda, A.S.R. Manstead, & A. Fisher (Eds.), *Feelings and emotions: The Amsterdam symposium*. (pp. 341-358). Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Mesquita, B., & Walker, R. (2003). Cultural differences in emotions: A context for interpreting emotional experiences. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 777-793.
- Morgan, D. (1996). Focus Groups. *Annual Review of Sociology*, 22, 129-152.
- Motan, İ. (2007). *Recognition of self-conscious emotions in relation to psychopathology*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Nathanson, D. L. (1987). *The many faces of shame*. New York: Guilford Press.
- Nathanson, D. L. (2008). Prologue: Affect imagery consciousness. In S. S. Tomkins (Ed.), *Affect imagery consciousness* (pp. XI-XXVI). New York: Springer.
- Niedenthal, P., Tangney, J. P. & Gavanski, I. (1994). "If only I hadn't": Distinguishing shame and guilt in counterfactual thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 585-595.
- Okur, Z. E. (2010). *Expression and display rules of basic and self-conscious emotions among Turkish children: Role of age, gender, socio-economic status and context*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Orth, U., Robins, R. W. & Soto, C. J. (2010). Tracking the trajectory of shame, guilt, and pride across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99 (6), 1061-1071.
- Öner-Özkan, B., & Gençöz, T. (2006). Gurur toplumunun bakış açısıyla Türk kültürünün incelenmesinin önemi. *Kriz Dergisi*, 14 (3), 19-25.
- Özbayrak, C. (2006). *Türkiye örneğinde duygular ve bilişsel-duygu değerlendirme süreci*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öztürk, N. (2012). *Bir beden sosyolojisi problemi olarak namus kavramı ve kadın bedeni*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi, Karaman.

- Piers, G. & Singer, M. B. (1972). *Shame and guilt: A psychoanalytic and a cultural study*. New York: W. W. Norton & Company.
- Plato. (2008). *Laws*. (B. Jowett, Trans.). New York: Cosimo Classics. (Original work published 1892)
- Platon. (2005). *Devlet*. (V. Atayman ve C. Saraçoğlu, Çev.). İstanbul: Bordo-Siyah. (Orijinal çalışma basım tarihi 2000)
- Plutchik, R. (2000). *Emotions in the practice of psychotherapy: Clinical implications of affect theories*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Plutchik, R. (1991). *The emotions*. (Rev. Ed.). Maryland: University Press of America. (Original work published 1962)
- Punch, K. F. (2005). *Sosyal araştırmalara giriş: Nicel ve nitel yaklaşımlar*. (D. Bayrak, H. B. Arslan ve Z. Akyüz, Çev.). Ankara: Siyasal Kitabevi. (Orijinal çalışma basım tarihi 1998)
- Roseman, I. J., Wiest, C., & Swart, T. S. (1994). Phenomenology, behaviors, and goals differentiate discrete emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67 (2), 206-221.
- Robinaugh, D. J., & McNally, R. J. (2010). Autobiographical memory for shame or guilt provoking events: Association with psychological symptoms. *Behaviour Research Therapy*, 646-652.
- Rodriguez Mosquera, P. M., Manstead, A. S. R & Fischer, A. H. (2000). The role of honor-related values in the elicitation, experience, and communication of pride, shame, and anger: Spain and Netherlands compared. *Journal of Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 833-844.
- Roseman, J. R., Wiest, C. & Swartz, T. S. (1994). Phenomenology, behaviors, and goals differentiate discrete emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67 (2), 206-221.
- Scheff, T. J. (1988). Shame and conformity: The deference-emotion system. *American Sociological Review*, 53 (3), 395-406.
- Schneider, C. (1977). *Shame, exposure, and privacy*. Boston: Beacon Press.

- Schore, A. N. (1991). Early superego development: The emergence of shame and narcissistic affect regulation in the practicing period. *Psychoanalysis Contemporary Thought*, 14, 187-250.
- Smith, R. H., Webster, J. M., Parrott, W. G., & Eyre, H. L. (2002). The role of public exposure in oral and nonmoral shame and guilt. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (1), 138–159.
- Solomon, R. C. (2007). *True to our feelings: What our emotions are really telling us?* New York: Oxford University Press.
- Spinoza, B. (2011). *Etika*. (H. Z. Ülken, Çev.). Ankara: Dost Kitabevi. (Orijinal çalışma basım tarihi 1677)
- Stoeber, J., Kempe, T., & Keogh, E. J. (2008). Facets of self-oriented and socially prescribed perfectionism and feelings of pride, shame, and guilt following success and failure. *Personality and Individual Differences*, 44 (7), 1506-1516.
- Şahin (2007). *Çocuk yetiştirme tarzları ve benlik düzenleme farklılıklarının kendilik-bilinci duygusal eğilimleriyle ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Tangney, J. P. (1991). Moral affect: The good, the bad and the ugly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (4), 598-607.
- Tangney, J. P. (1995). Shame and guilt in interpersonal relationships. In J. P. Tangney, & K. W. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 114-142). New York: Guilford Press.
- Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. New York: Guilford Press.
- Tangney, J. P., Miller, R. M., Flicker, L. & Barlow, D. H. (1996). Are shame, guilt, and embarrassment distinct emotions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1256–1269.
- Tangney, J. P., Niedenthal, P. M., Covert, M. V., & Barlow, D. H. (1998). Are shame and guilt related to distinct self-discrepancies? A test of Higgins's (1987) hypotheses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (1), 256-268.
- Tangney, J. P., & Salovey, P. (2000). Problematic social emotions: Shame, guilt, jealousy, and envy. In R. M. Kowalski & M. R. Leary (Eds.), *The social*

- psychology of emotional and behavioral problems* (pp. 167-196). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C., Gramzow, R. (1992). Shamed into anger: The relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62 (4), 669-675.
- Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C., Hill-Barlow, D., Marschall, D. E. & Gramzow, R. (1996). The relation of shame and guilt to constructive versus destructive responses to anger across to lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (4), 797-809.
- TenHouten, W.D. (2007). *A general theory of emotions and social*. New York: Routledge.
- Tracy, J. L., & Robins, R. (2006). Appraisal antecedents of shame and guilt: Support for a theoretical model. *Personality and Social Psychology Bulletin* 2006, 32, 1339-1351.
- Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2004). Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model. *Psychological Inquiry*, 15 (2), 103-125.
- Tracy, J. L., Shariff, A. F., & Chen, J. T. (2010). A naturalist's view of pride. *Emotion Review*, 2 (2), 163-177.
- Turan, L. (2003). *Korunmaya muhtaç çocukların umutsuzluk, suçluluk duyguları, benlik kavramları ve geçmişe ilişkin tutumlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Türe, H. & Taşkın, E. O. (2011). *Bir grup üniversite öğrencisinde sosyal kaygı düzeyini etkileyen faktörler*. 20. Anadolu Psikiyatri Günleri Kongresi'nde sunulan poster, Mustafa Kemal Üniversitesi, Antakya.
- Wolf, S. T., Cohen, T. Y., Panter, A. T. & Insko, C. A. (2010). Shame-proneness and guilt-proneness: Toward the further understanding of reactions to public and private transgressions. *Self and Identity*, 9, 337-362.
- Yalım, Ö. (1998). *Türkçe'de yakın ve karşıt anlamlılar sözlüğü* (C. 1-3). İstanbul: İmge Kitabevi.

- Yatçı, D. (2011). *Utanma ve gurur arasında “dil” ve Kürt kadınları: Yüksekova örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi, İstanbul.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2005). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Zander, A., Fuller, R. & Armstrong, W. (1972). Attributed pride and shame in group and self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 23 (3), 346-352.
- Zarem, S. (2006, March). A homage to Helen Block Lewis. Paper presented at the 2006 Shame Symposium. Paper retrieved January 21, 2012 from <http://internationalpsychoanalysis.net/wp-content/uploads/2007/07/zarempaper.pdf>
- XIII. yüzyıldan beri Türkiye Türkçesiyle yazılmış kitaplardan toplanan tanıklariyle tarama sözlüğü V (1971). Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi.
- XIII. yüzyıldan beri Türkiye Türkçesiyle yazılmış kitaplardan toplanan tanıklariyle tarama sözlüğü VI (1972). Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi.

EKLER

EK-1 BİLGİ FORMU

EK-2 BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM

EK-1 BİLGİ FORMU

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularını nasıl algıladıklarını incelemektir. Araştırma bilimsel bir amaçla yürütülmekte olup verdiğiniz bilgilerin gizliliği esastır. Aldığımız cevaplar bireysel değil toplu olarak değerlendirilecektir. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Lütfen **hiçbir soruyu boş bırakmadan kendi görüşlerinizi yansıtacak şekilde** yanıtlayınız.

Arş. Gör. Duygu Dinçer
Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü

1. Cinsiyet : Kız Erkek
2. Yaş : _____
3. Üniversite : _____
4. Bölüm : _____
5. Sınıfınız : _____
6. Doğum Yeriniz : _____
7. Siz dâhil kaç kardeşiniz? _____
8. Ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz? _____
9. Aile yapınız nasıldır?
Geniş aile _____ Çekirdek aile _____
10. Anneniz; Sağ _____ Ölü _____
11. Babanız; Sağ _____ Ölü _____
12. Annenizin mesleği nedir? _____
13. Babanızın mesleği nedir? _____
14. Ebeveyn tutumunuzu nasıl tanımlarsınız?
 - a. Aşırı Koruyucu _____
 - b. Baskıcı ve Otoriter _____
 - c. Demokratik _____
 - d. Dengesiz ve Kararsız _____
 - e. İlgisiz ve Kayıtsız _____
15. Ailenizin gelir durumunu aşağıdaki cetvelde uygun gördüğünüz rakamın üstüne X işareti koyarak belirtiniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

EK-2 BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM

Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Arş. Gör. Duygu Dinçer tarafından “Kendilik Bilinci Duygularının Kültür Özgün Yaklaşımla İncelenmesi” başlıklı bilimsel bir araştırma projesi yürütülmektedir. Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularına yönelik algılarının incelenmesidir. Bu araştırmaya katılmak üzere davet edildiniz. Kararınızı bildirmeden önce bu formu dikkatle okumanız önemlidir.

Bu araştırma bilimsel bir amaçla yürütülmekte ve katılımcı gizliliği esas alınmaktadır. Kayıtlarda isminiz yerine bir numara kullanılacaktır. Araştırmaya katılmak tamamen isteğe bağlıdır. Katıldıktan sonra araştırmadan geri çekilme hakkınız saklı tutulmaktadır.

Ben, Yukarıdaki metni okudum ve araştırma yürütücüsünün açıklamalarını dinledim. Katılımımın beklendiği araştırmanın kapsamını, amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında araştırmacıya soru sorma imkânı buldum. Bu çalışmayı istediğim zamanda bırakabileceğimi, bıraktığım takdirde herhangi bir olumsuzlukla karşılaşmayacağımı anladım.

Bu koşullarda araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının Adı-Soyadı

İmza/Tarih

Araştırmacının Adı-Soyadı

İmza/Tarih

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Duygu DİNÇER

Doğum Yeri : İstanbul

Doğum Yılı : 1984

Medeni Hali : Bekar

EĞİTİM VE AKADEMİK BİLGİLER

Lise 1999-2002 : Şişli Yunus Emre Lisesi (YDA)

Lisans 2002-2006 : İstanbul Üniversitesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
İngilizce Öğretmenliği

Y.Lisans 2007-2009 : Harp Akademileri Komutanlığı
Stratejik Araştırmalar Enstitüsü
Ulusal ve Uluslararası Güvenlik Stratejileri

Y.Lisans 2009-2010 : Hacettepe Üniversitesi
Sosyal Psikoloji

Yabancı Dil : İngilizce

MESLEKİ BİLGİLER

2012-halen : Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Arş. Gör.

2011-2012 : Nevşehir Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Arş. Gör.

2011-2011 : Leuven Üniversitesi (University of Leuven/Belçika) (Misafir Arş.)

2010-2011 : Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Psikoloji Bölümü Arş. Gör.