

**T.C.**  
**HALIÇ ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**  
**UYGULAMALI PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**YETİŞKİNLERDE CİNSEL DOYUM İLE SUÇLULUK VE UTANÇ**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Hazırlayan**

**CUMA ALİ TÜREGÜN**

**DANIŞMAN**

**Yrd. Doç. Dr. Kenan EREN**

**İstanbul – Ocak 2017**

T.C.  
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

..... Psikoloji Anabilim/Anasanat Dalı Uygulamalı Psikoloji Programı Tezli Yüksek Lisans  
öğrencisi ... Gema Ali TÜREĞÖN ..... tarafından hazırlanan  
“ Yeteneklerde cinsel Dönm ile suçluluk ve diğer  
arasındaki ilişkiyi incelemek ”  
adlı bu çalışma jürimizce Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sınav Tarihi : 21.02./2017

( Jüri Üyesinin Ünvanı, Adı, Soyadı ve Kurumu ) :

İmzası :

Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Kerem EREN

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Kerem EREN Üniv. .... ASD/ ABD Öğr. Üyesi

Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Atilla TEKİN

Halıç Üniv. Psikoloji ASD/ ABD Öğr. Üyesi  
Söğütözü Bşk.

Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Ayşe Gül YETKİN

Halıç Üniv. Psikoloji ASD/ ABD Öğr. Üyesi

Jüri Üyesi: .....

..... Üniv. .... ASD/ ABD Öğr. Üyesi (Yedek)

Jüri Üyesi: .....

..... Üniv. .... ASD/ ABD Öğr. Üyesi (Yedek)

## GENEL BİLGİLER

Ad Soyadı : Cuma Ali Türegün  
Ana Bilim Dalı : Psikoloji  
Programı : Uygulamalı Psikoloji  
Tez Danışmanı : Yrd. Doç. Dr. Kenan Eren  
Tez Türü : Yüksek Lisans – Ocak 2017

### YETİŞKİNLERDE CİNSEL DOYUM İLE SUÇLULUK VE UTANÇ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

#### ÖZET

Bu araştırmada Yetişkinlerde cinsel doyum ile suçluluk ve utanç arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya İstanbul İli sınırları içerisinde yaşayan yetişkin 200 kadın ve 200 erkek toplam 400 yetişkin ile gerçekleştirilmiştir.

Yetişkin kadın ve erkeklerin demografik bilgilerini öğrenebilmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu, yetişkinlerin cinsel doyumlarını ölçmek için Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ), suçluluk ve utanç düzeylerini ölçülmesi için Suçluluk-Utanç Ölçeği (SUTÖ) kullanılmıştır. Gruplu değişkenler arasındaki ilişki ki-kare analizi ile test edilmiştir. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında pearson korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır.

Araştırmanın sonucuna göre; Yetişkinlerin suçluluk ve utanç düzeyi arttıkça cinsel doyum düzeyi azalmaktadır. Yetişkin erkeklerin utanç duyguları sertleşme sorunu, suçluluk duyguları erken boşalma sorunu yaşamalarına etki etmektedir. Yetişkin kadınların suçluluk ve utanç duyguları vajinusmus ile anorgazm sorunu yaşamalarına etki etmektedir. Yetişkinlerin yaş, kardeş sayısı, ailede kaçınıcı çocuk, eğitim durumu, en uzun süre yaşanan yer, evlilik öncesi ilişki, çalışma durumu, gelir durumu, evlilik dışı ilişki olmalıımı, cinsel bilgi kaynağı, cinsel sorunda başvurma yeri, mastürbasyon ve cinsel sorunda uzmana başvurma ile cinsiyet arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Cinsel doyum, Suçluluk ve Utanç.

## **GENERAL INFORMATION**

Name and Surname : Cuma Ali Türegün  
Field : Psychology  
Program : Applied Psychology  
Supervisor : Dr. Kenan Eren  
Degree A warded and Date : Master – Januvary 2017

## **THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SEXUAL SATISFACTION AND GUILTINESS- SHAME INADULTS**

### **ABSTRACT**

This study was conducted to examine the relationship between sexual satisfaction, guilt and shame in adults. The study was conducted with a total of 400 adults, 200 men and 200 women, living in the districts of Istanbul.

The Personal Information Form which created by the researcher was used to obtain the demographic information of adult men and women. Additionally, the Golombok-Rust Sexual Satisfaction Scale (GRISS) was used to measure the sexual satisfaction of adults, and the Guilt-Shame Scale (GASP) was used to measure levels of guilt and embarrassment. Number, percentage, mean, and standard deviation were used as descriptive statistical methods in the evaluation of the data obtained in the research. The relationship between group variables was assessed using chi-square analysis. A Pearson correlation and regression analyses were applied among the continuous variables of the study.

According to the result of the research; Guilt and shame adults level increases sexual satisfaction level is decreasing. Male's erectile dysfunction, feeling of guilt, and the level of shame adversely affected their premature ejaculation. Female's feelings of guilt, shame and vaginismus adversely affected their anorgasmi. There was a meaningful relationship between adults' gender and age, number of siblings, birth order, education, the longest place to live, premarital relationship, employment, income, non-marital relationship, sources of sexuality information, agencies used when sexual problems were encountered, masturbation and consultation with an expert when encountering sexual problems.

Keywords: Sexual Satisfaction, Guilt and Shame

## İÇİNDEKİLER

<b>ÖZET .....</b>	<b>I</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>II</b>
<b>KISALTMALAR .....</b>	<b>VI</b>
<b>BÖLÜM I.....</b>	<b>1</b>
<b>1. GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1.Problem Durumu .....</b>	<b>1</b>
<b>1.2.Problem Cümlesi.....</b>	<b>2</b>
<b>1.3.Alt Problemler .....</b>	<b>2</b>
<b>1.4. Araştırmanın Önemi.....</b>	<b>5</b>
<b>1.5.Sayıtlar.....</b>	<b>6</b>
<b>1.6.Sınırlılıklar .....</b>	<b>7</b>
<b>1.7.Tanımlar .....</b>	<b>7</b>
1.7.1. Cinsel Doyumun .....	7
1.7.2 Suçluluk .....	7
1.7.3. Utanç .....	8
<b>BÖLÜM II .....</b>	<b>9</b>
<b>2. İLGİLİ LİTERATÜR .....</b>	<b>9</b>
<b>2.1. Cinsel Doyum .....</b>	<b>9</b>
<b>2.2. Cinsel Doyumun Etkileri.....</b>	<b>9</b>
<b>2.3. Cinsel Doyumun Boyutları.....</b>	<b>10</b>
2.3.1. Sıklık .....	10
2.3.2. İletişim .....	10
2.3.3. Doyum.....	11
2.3.4. Kaçınma .....	11
2.3.5. Dokunma.....	11
2.3.6. Vajinismus- Sertleşme Sorunu.....	12
2.3.7. Orgazm Bozukluğu-Erken Boşalma .....	12
<b>2.4. Cinsel Özgüven.....</b>	<b>12</b>
2.4.1. Cinsel Farkındalık .....	18
2.4.2.Cinsel Açıdan Kendini Açığa Vurma .....	19
<b>2.5. Cinsel Utangaçlık .....</b>	<b>22</b>
<b>2.6.Cinsel Öz-yeterlik.....</b>	<b>24</b>
<b>2.2 Suçluluk ve Utanç .....</b>	<b>26</b>
2.2.1. Suçluluk ve Utanç Kavramlarının Tanımları .....	28
2.2.2. Suçluluk ve Utancın Felsefi Temelleri .....	29
2.2.2.1. Platon'ın Görüşleri.....	30
2.2.2.2. Aristoteles'in Görüşleri .....	31
2.2.2.3. Spinoza'nın Görüşleri .....	31
2.2.2.4. Robert Solomon'un Görüşleri.....	31
2.2.3. Suçluluk ve Utancın Biyolojik Temelleri .....	32
2.2.4. Suçluluk ve Utancın Psikolojik Temelleri .....	33

2.2.4.1. Evrimsel Yaklaşım.....	34
<b>Ekman'ın Yaklaşımı .....</b>	<b>34</b>
2.2.4.3. Tangney ve Fischer'in Yaklaşımı .....	40
2.2.4.4. Süreç Kuramı .....	41
2.2.4.5. Fonksiyonel Yaklaşım .....	44
<b>BÖLÜM III.....</b>	<b>47</b>
<b>3. İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR .....</b>	<b>47</b>
<b>3.1. Cinsel Doyum ile İlgili Yapılan Araştırmalar .....</b>	<b>47</b>
3.1.1. Cinsel Doyum İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar .....	47
3.1.2. Cinsel Doyum İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	49
<b>3.2. Suçluluk ve Utanç ile İlgili Yapılan Araştırmalar .....</b>	<b>51</b>
3.2.1. Suçluluk ve Utanç ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar .....	51
3.2.2. Suçluluk ve Utanç İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar .....	53
<b>BÖLÜM IV .....</b>	<b>55</b>
<b>4. YÖNTEM .....</b>	<b>55</b>
<b>4.1. Araştırma Modeli.....</b>	<b>55</b>
<b>4.2. Araştırma Evreni ve Örneklemi.....</b>	<b>55</b>
<b>4.3. Verileri toplama .....</b>	<b>55</b>
4.3.1. Veri toplama Araçları .....	55
4.3.1.1. Kişisel bilgi formu .....	55
4.3.1.2. Suçluluk ve Utanç Ölçeği (SUTÖ).....	56
4.3.1.3. Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ): .....	56
<b>4.4. Verilerin İstatistiksel Analizi .....</b>	<b>57</b>
<b>BÖLÜM V.....</b>	<b>58</b>
<b>5. BULGULAR VE YORUMLAR.....</b>	<b>58</b>
5.1. Kadın ve Erkek Yetişkinlerin Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı .....	58
5.2. Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum, Suçluluk Ve Utanç Düzeyleri .....	64
5.3. Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum İle Suçluluk Ve Utanç Arasındaki İlişki.....	65
<b>BÖLÜM VI.....</b>	<b>86</b>
<b>6. TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....</b>	<b>86</b>
<b>6.1.TARTIŞMA VE SONUÇ .....</b>	<b>86</b>
<b>6.2 ÖNERİLER .....</b>	<b>94</b>
6.2.1. Araştırmacılara için öneriler .....	94
6.2.2. Uygulamacılar için Öneriler .....	94
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>96</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>115</b>
<b>EK:1 Kişisel Bilgi Formu .....</b>	<b>115</b>
<b>EK:2 Suçluk ve Utanç Ölçeği.....</b>	<b>116</b>
<b>EK:3 Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği – Erkek Formu .....</b>	<b>117</b>
<b>EK:4 Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği – Kadın Formu .....</b>	<b>118</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>119</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1 : Kadın ve Erkek Yetişkinlerin Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı .....	58
Tablo 2. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk Ve Utanç Düzeyleri .....	64
Tablo 3. Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum Düzeyleri .....	65
Tablo 4. Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum İle Suçluluk Ve Utanç Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi .....	66
Tablo 5. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Empotans Üzerindeki Etkisi .....	69
Tablo 6. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Erken Boşalma Üzerindeki Etkisi .....	69
Tablo 7. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Dokunma Üzerindeki Etkisi .....	70
Tablo 8. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Kaçınma Üzerindeki Etkisi.....	70
Tablo 9. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Doyum Üzerindeki Etkisi.....	71
Tablo 10. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Sıklık Üzerindeki Etkisi .....	71
Tablo 11. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın İletişim Üzerindeki Etkisi .....	72
Tablo 12. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Cinsel Doyum Toplam Üzerindeki Etkisi .....	72
Tablo 13. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk İle Utanç Düzeyleri.....	73
Tablo 14. Kadın Yetişkinlerde Cinsel Doyum Düzeyleri .....	73
Tablo 15. Kadın Yetişkinlerde Cinsel Doyum İle Suçluluk İle Utanç Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi .....	74
Tablo 16. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Sıklık Üzerindeki Etkisi .....	77
Tablo 17. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın İletişim Üzerindeki Etkisi .....	78
Tablo 18. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Doyum Üzerindeki Etkisi.....	78
Tablo 19. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Kaçınma Üzerindeki Etkisi.....	79
Tablo 20. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Dokunma Üzerindeki Etkisi .....	79
Tablo 21. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Vajinismus Üzerindeki Etkisi.....	80
Tablo 22. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Anorgazmi Üzerindeki Etkisi .....	80
Tablo 23. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Cinsel Doyum Toplam Üzerindeki Etkisi .....	81
Tablo 24. Kadın ile Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utanç Düzeylerinin Ortalamaları ..	82
Tablo 25. Kadın ile Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum Düzeylerinin Ortalamaları.....	83

## KISALTMALAR

- SUTÖ** : Suçluluk-Utanç Ölçeği
- GRCDÖ** : Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği
- DSÖ** : Dünya Sağlık Örgütü
- DCSB** : Dünya Cinsel Sağlık Birliği





# BÖLÜM I

## 1. GİRİŞ

Bu bölüm araştırmadaki problem durumu, problem cümlesi ve alt problemler ile birlikte araştırmanın önemini, sayıtlıları ile araştırmada geçen başlıca kavram tanımlarını içermektedir.

### 1.1.Problem Durumu

İnsan, yaşamını varlığının kabulü, gelişimi ve farklı alanlarındaki uzlaşması ile yarınlara taşıyabilme çabasında olmuştur. Sağlıklı bireyin “İyilik Hali”ni Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tanımlarken ‘cinsellik ile ilgili olarak fiziksel, duygusal, zihinsel ve sosyalleşme durumunu tam bir “iyilik hali” olarak tanımlamaktadır. Dünya Cinsel Sağlık Birliği(DCSB), cinselliği her insanın kişiliğinin ayrılmaz bir parçası olarak tanımlar. Sağlıklı bireyin cinselliğini temelini oluşturan, cins, cinsel kimlik, cinsel rol, cinsel yönelim, erotizm, yakınlık, üreme ve cinsel doyum(haz) kavramlarından cinsel doyum kişinin evlilik, aile, iş ve sosyal hayatını etkilemektedir. Bu doğrultuda “cinsel doyum”u etkileyen kavramların başında toplumda oldukça yaygın olan “Suçluluk” ve “utanç” ile ilgili duygularıdır. Özellikle doğu toplumlarında yetişen birçok insan baskıcı tutum nedeniyle cinsel sorunlarını dile getirememekte hatta varlığı reddedilmektedir. Dolayısıyla bilgi eksikliği, kendini tanımama ve birçok yanlış bilgi ve korkularla yaşanan cinsel birliktelikler birçok sorulara neden olmaktadır. Bu durum kadınlarda anorgazmi ve vajinusmus, erkeklerde ise sertleşme ve erken boşalma cinsel sorunları olarak göstermekte, bu sorunlara bağlı kişilerin cinsel, toplumsal ve ailevi hayatları olumsuz etkilenmektedir.

Dünya Cinsel Sağlık Birliği (DCSB) ve Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ‘nün cinsellik ile ilgili bakış açısının değişimi, batılı toplumlarda cinsel istekleri nedeniyle suçluluk duyan kadınlar için cinsel alandaki rollerini giderek farklılaştırmakta ve orgazm olabilme konularında kendilerini sorgular hale gelmektedirler. Ülkemizde ve doğu toplumlarında cinsellik hala tabu ve konuşulması utanç yaşanılması ise suçluluk olarak algılanmakta sağlıklı bireyin “iyilik hali” olarak tanımlanan kavramlardan biri olan cinsellik yok sayılmaktadır. Cinsel anlamda sağlıklı olmayan birey yaşamının

farklı alanlarında da problemler yaşamakta kendini ifade etmede ve sağlıklı iletişim kurmakta sorunlar yaşamaktadır.

Cinsel Doyumu etkileyen kavramlara tümevarım olarak bakıldığında, suçluluk ve utanç temelli olduğu görülmektedir. Cinsel Doyum, suçluluk ile utanç arasındaki ilişki bu araştırma kapsamında incelemeye alındığında cinsel doyum bağımlı değişkeni, suçluluk ve utanç bağımsız değişkenine göre ele alınmıştır.

Psikoanalitik kurama göre “suçluluk” benlikte, altben ile üstben arasında çatışmaların dengeleme çabasıdır. Utanç duygusuyla ilgili pek fazla çalışılmamıştır. Suçluluk ile utanç duyguları net sınırlarla tanımlanamaz fakat suçluluk “sosyal kurallar ile değerlerin çiğnenmesi ile ilgili sıkıntı verici bir durum” utanç ise “insanın temel bir eksikliğini fark etmesiyle yaşadığı sıkıntı verici durum” olarak tanımlanabilir. Suçluluk bireyin yaptıklarıyla ilgili yaşanırken utanç doğrudan bireyin kendilik algısıyla ilgili bir yaşantı olarak tanımlanmıştır.

Yapılan literatür araştırmasında, Cinsel doyum, suçluluk ile utanç arasındaki ilişki hakkında yurtiçi ve yurtdışı çalışma yapılmadığı, yapılan çalışmaların suçluluk ve utançın alkol bağımlılığı, çalışanlarda çok boyutlu öfke, depresif olanlarla olmayanlar, kendini sansürleme isteği, duygu dışavurum tarzları, cinsiyet ve bağlanma, aile içi cinsel istismar ve üniversite öğrencilerine yönelik olmasıyla sınırlıdır.

Bu araştırma Cinsel doyum ile suçluluk ve utanç arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine yapılmıştır.

## **1.2.Problem Cümlesi**

Yetişkinlerde Cinsel doyum ile suçluluk ve utanç arasındaki ilişkinin incelenmesi araştırmanın problemi olarak seçilmiştir.

## **1.3.Alt Problemler**

Probleme dayalı olarak irdelenen problemler şunlardır:

- 1) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin eğitim durumu nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 2) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin yaş durumu nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 3) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin medeni durumu nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 4) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin cinsel bilgi kaynakları nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 5) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin gelir düzeyi nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 6) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin çalışma durumu nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 7) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin gelir düzeyi nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 8) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin evlilik dışı ilişkiye bakış açısı nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 9) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin mastürbasyon yapıp- yapmamaları nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 10) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin evlilik dışı ilişkiye bakış açıları nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 11) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin cinsel sorun yaşadıklarında başvurdukları yer nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 12) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin cinsel sorunlarında başvurdukları uzman durumu nasıl bir dağılım göstermektedir?
- 13) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin suçluluk ölçeği puanları kadın/erkek arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 14) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin utanç ölçeği puanları kadın/erkek arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 15) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerde GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) de "sıklık" alt ölçeği puanları kadın/erkek arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?

- 16) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerde GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) de “iletişim” alt ölçeği puanları kadın/erkek arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 17) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerde GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) de “doyum” alt ölçeği puanları kadın/erkek arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 18) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerde GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) de “kaçınma” alt ölçeği puanları kadın/erkek arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 19) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerde GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) de “dokunma” alt ölçeği puanları kadın/erkek arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 20) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerde GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) de “sıklık” alt ölçeği puanları kadın/erkek arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 21) Araştırmaya katılan yetişkin kadın bireylerde suçluluk ölçeği puanı ile anorgazmi arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 22) Araştırmaya katılan yetişkin kadın bireylerde utanç ölçeği puanı ile anorgazmi arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 23) Araştırmaya katılan yetişkin kadın bireylerde suçluluk ölçeği puanı ile vajinismus arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 24) Araştırmaya katılan yetişkin kadın bireylerde utanç ölçeği puanı ile vajinismus arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 25) Araştırmaya katılan yetişkin erkek bireylerde suçluluk ölçeği puanı ile empotans (sertleşme) arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 26) Araştırmaya katılan yetişkin erkek bireylerde utanç ölçeği puanı ile empotans (sertleşme) arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 27) Araştırmaya katılan yetişkin erkek bireylerde suçluluk ölçeği puanı ile erken boşalma arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 28) Araştırmaya katılan yetişkin erkek bireylerde utanç ölçeği puanı ile erken boşalma arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?

- 29) Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) puanları kadın/erkek arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 30) Araştırmaya katılan yetişkin kadın bireylerin GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) puanları anorgazmi arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 31) Araştırmaya katılan yetişkin kadın bireylerin GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) puanlarıyla vajinismus arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 32) Araştırmaya katılan yetişkin erkek bireylerin GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) puanlarıyla empotans (sertleşme) arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?
- 33) Araştırmaya katılan yetişkin erkek bireylerin GolombokRust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) puanlarıyla erken boşalma arasındaki anlamlılık düzeyi nedir?

#### **1.4. Araştırmanın Önemi**

İnsan sosyal bir varlıktır ve yaşamının büyük ve önemli bir kısmını kurduğu yakın ilişkiler oluşturmaktadır. İnsan ilk ve yaşamı boyunca tüm ilişkilerinin temelini oluşturacak kendi benliği ile kurduğu ilişkisi olacaktır. Sağlıklı bireyin varlık ve benlik algısının oluşmasında Cinselliğini temelini oluşturan, cins, cinsel kimlik, cinsel rol, cinsel yönelim, erotizm, yakınlık, üreme ve cinsel doyum(haz) kavramları önemli yer tutmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından Sağlıklı bireyin “İyilik hali” kavramları arasında yer alan Cinsel Doyum bireyin farklı yaşamının alanların da dengede, mutlu, uyumlu ve olumlu kıldığından araştırma konusu cinsel doyum başlığında kişinin tüm yaşamı ile bağlantılı olduğundan birey ve toplumun sağlığı adına büyük bir önem arz etmektedir.

Yaşamın daha ilk yıllarında şekillenmeye başlayan çocuğun kendini, varoluşunu ve benliğini cins ve cinselliğini tanıma sorgulamaya başlar. Ülkemizde ve doğu toplumlarında cinselliğin öğrenilmesi ve yaşanması suç ve utanç duyguları kavramları ile baskılanmakta, görece olarak erkek cinselliği biraz daha özgürlük alanı bulsa da, hem erkek hem kadın cinselliği üzerindeki baskıcı tutum devam etmektedir. Konuşulmasının bile tabu olduğu cinsellik konusunda çocuklar ailede ve eğitim kurumlarında hayata

hazırlanmamakta, cinsel sorunlar ve buna bağlı yaşamın farklı alanlarında sorunlar yaşanmaktadır.

Özellikle kadın cinselliğinin yok sayıldığı toplumlarda kadınların cinsel doyumbağımlı değişken ile “suçluluk ve utanç ölçeği” ile ölçülen bağımsız değişkeni kendini kadınlarda vajinismus ve anorgazmi sorunu, erkeklerde ise erken boşalma ve sertleşme olarak geliştirmektedir. Bu toplumlarda yetişen kişilerin cinsel doyumları ile suçluluk ve utanç duygusal kavramları arasında anlamlı farklar olduğu “golombok-rust cinsel doyum ölçeği” ve “suçluluk ve utanç ölçeği” ile tespit edilmiştir.

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 neden ile ilişkilerde yaşanan cinsel doyumsuzluk ilişkilerdeki düzeni bozmakta ve bireylerin birbirleri ile olan ilişkilerini sekteye uğratmaktadır. Bu çalışmada yetişkin heteroseksüel cinsel yaşamı olan ekonomik seviyenin ve eğitim durumunun yüksek olduğu bireylerle yürütölüyor olması cinsel doyum alt başlıklarına suçluluk ve utanç davranışlarının araştırma değişkenleri sıklık, iletişim, doyum, kaçınma ve dokunmaya ilişkin daha önce çalışılmamış olmasından dolayı da gelecek bu alanda yapılan çalışmalara Işık tutabileceği düşünölüdüğünden önemlidir. Araştırma sonucu elde edilen bulguların, gerek literatürdeki benzer çalışmalara katkı sağlayacağı gerekse uygulamacıların suçluluk ve utanç duygularıyla ilgili zihinlerindeki sorulara cevap bulmalarına yardımcı olacağı düşünölülmektedir. Bu bilgiler yetişkin heteroseksüel cinsel kimliği olan bireylere de yol gösterici olacaktır.

### **1.5.Sayıtlılar**

- 1)Araştırmanın örneklemini oluşturan yetişkin bireyler, kapalı zarf ile uygulanan ölçekleri içten doldurmuşlardır.
- 2)Araştırmada kullanılan envanterler “kişisel bilgi formu” , “suçluluk ve utanç ölçeği”ve “ golombok-rust cinsel doyum ölçeği” amaçlanan ölçmeyi test eder niteliktedir.

## **1.6.Sınırlılıklar**

1) Araştırma örneklemini rastgele 200 kadın, 200 erkek toplama 400 yetişkin bireyle sınırlıdır.

2) Araştırmada elde edilen veriler “kişisel bilgi formu” , “suçluluk ve utanç ölçeği” ve “golombokrust cinsel doyum ölçeği” nin ölçütü ile sınırlıdır.

3) Araştırmanın “Cinsel doyum ile suçluluk ve utanç arasındaki ilişki”nin incelenmesi çalışması yurtiçi ve yurtdışında ilk olması ile sınırlıdır.

4) İstanbul ili içerisinde çalışmanın yapıldığı ankete dahil olan İlçe ile sınırlıdır.

## **1.7.Tanımlar**

### **1.7.1. Cinsel Doyumun**

İlişkilerde eşler arasındaki uyum, ilişkinin tüm alanları etkileyebilen önemli etkenlerden biri olmakla birlikte, partnerler ilişkide olumlu ve olumsuz faktörlerin birlikte işlevsellik gösterdiği bir denge oluşturmaktadır. Aralarında oluşturulan dengeler sistemi evliliğin devam ettirici veya bozucu etkileyebilmekte olup, partner ilişkileri içinde stabil işlev gören bu dengeler, sosyolojik, psikolojik, ekonomik ve kültürel kökenli bozucu etki eden dinamiklerle sarsılabilmektedir. Bununla birlikte zayıf ve hassas bir zemin üzerine kurulan ilişkileri sonlandırabilecek kadar önemli hale gelebilmektedir (Gülsün ve ark, 2009: 71).

### **1.7.2 Suçluluk**

Suçluluk, yazılı kurallarla yasaklanmış veya inançsal olarak yasaklanmış veya ahlaksal olarak ayıp sayılan bir şeyin yapılması, toplumdaki ahlak kurallarının veya kişinin kendi kurallarının çiğnediği düşüncesinin oluşturduğu rahatsızlık ve pişmanlık duyguları olarak tanımlanabilir.

### 1.7.3. Utanç

Utancın, acı veren ve bireyin kimliği ile en çok ilişkili olan duygu olduğu ve utanç durumunda, benliğin kendini yetersiz hissettiği belirtilmektedir. Utanç tecrübelerinin, kişinin geri çekilmesine, köşesine çekilmesine sebep olduğu ileri sürülmektedir. Psikolojik rahatsızlık yaşıyan hastaların, bir şey yaptıklarında veya yapmadıklarında, suçluluk hissettikleri, fakat utancı, kim oldukları ile ilgili durumlarda yaşadıkları gözlenmiştir. Utanç durumunda, insanların kendilerini değersiz, kaba, antipatik veya aptal hissettikleri belirtilmektedir (Greenberg ve Watson, 2006).





## BÖLÜM II

### 2. İLGİLİ LİTERATÜR

Bu bölümde cinsel doyum, suçluluk ve utanç kavramları ile ilgili literatür yer almaktadır.

#### 2.1. Cinsel Doyum

Cinselliğin evlilik ilişkisi içerisinde çok can alıcı ve bağlayıcı bir gücüdür. Sağlıklı yaşanan cinsellik çiftin arasında onlara özgü ve özel bir bağ oluştururken, sağlıklı bir cinsel hayat, çiftin birbirlerine duydukları yakınlığı arttırmaktadır. Çiftlerin aralarındaki gerilimi düşüren cinsellik, sıcaklık, sevgi, koruma ve korunma hisleri geliştirmektedir. Cinsellik çiftin karşılıklı olarak birbirlerinin duygu düşünce ve beklentilerine saygı duymalarıyla, bu konuda kendilerini ve beklentilerini rahatça ifade edebilmeleriyle en iyi şekilde yaşanmakta olup, cinsel ilişkinin zamanı, yeri, sıklığı, süresi, tekniği ve ilişki sırasındaki davranışlardan duydukları memnuniyetle doğrudan ilişkilidir (Canel, 2012: 76).

#### 2.2. Cinsel Doyumun Etkileri

Vangelisti ve Huston cinsel ilgiler, olumsuzluklar, çekicilik ve evlilik ilişkisindeki mutluluk faktörlerine etki eden dinamikler hakkında yaptıkları çalışmada, evlilik birlikteliğinin ilk iki yılıyla ilgili 106 çiftle görüşmüşlerdir. Yapılan çalışmaya göre, kocalarının cinsel doyumları kadınlardaki cinsel ilgiyi etkilemektedir. Diğer taraftan, cinsel yaşamları bütün olarak evlilik ilişkisindeki mutluluk faktörlerine etki eden dinamikleri arasında her iki taraf açısından ilişki görülmemişken, evlilik ilişkisindeki doyum için cinselliğin öneminin, evlilikten birkaç yıl geçtikten sonra görülebileceği rapor edilmiştir. Evlilikteki mutluluk ve cinsellik arasındaki ilişkinin var olandan karmaşık oluşu yine bu araştırmada elde edilen bulgular arasındadır (Gülsün ve ark, 2009: 72).

### **2.3. Cinsel Doyumun Boyutları**

Cinsel işlev bozukluklarında sınıflandırma çeşitli şekillerde olup, DSMIV TR de şu şekilde sınıflandırılmıştır (Gülsün ve ark, 2009: 76):

1. Cinsel olarak istekte azalma, tikslenme bozukluğu bulunmaktadır.
2. Kadınlarda cinsel uyarılmada, erkeklerde ereksiyon olmakta bozukluklar yer almaktadır.
3. Orgazm olmada bozukluklar: Kadınlarda ile erkeklerde orgazm olmada bozukluk ve erkeklerde prematür ejakülasyon bulunmaktadır.
4. Kadınlar ile erkeklerde cinsel ilişki de ağrı (disparoni) bozukluğu, kadınlarda vajinismus.
5. Madde kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan cinsel işlev bozuklukları olaraktanımlanmaktadır.
6. Yukarıda tanımlanmayan diğer nedenlerden kaynaklı cinsel işlev bozuklukları bulunmaktadır.

#### **2.3.1. Sıklık**

Cinsel ilişki sıklığı kadınlar da evlilik uyumu ile daha zayıf bir ilişki göstermektedir. Öte yandan erkekler içinse cinsel ilişki sıklığının kadınlara göre sevgi göstermeyle daha yüksek bir ilişkide olduğu, erkekler için evlilikte sevginin azalmasının cinsel ilişki sıklığını azalttığı rapor edilmiştir. Træen göre erkeklerin cinsel doyumu cinsel ilişki sıklığı ile kadınlardan daha fazla önemliyen, McCabe göre erkeklerin kadınlara göre daha fazla cinsel ilişki sıklığı isteği mevcuttur (Öztürk ve Arkar, 2014: 23).

#### **2.3.2. İletişim**

Her iki çift içinde eşler arası bağlılığın azalması cinsel ilişkide iletişimde kötüleşmesine neden olup, çiftlerin bağlılık düzeyi birlikte geçirilen zamanla ilgilidir. Birlikte zaman geçirebilmek için eşlerin konuşabilmeleri önemli koşul olup, Litzinger ve Gordon (2005) çalışmalarında cinsel doyum ve iletişim evlilik doyumunda

birbirinden bağımsız olarak ilişkili olduğunu rapor etmişlerdir (Öztürk ve Arkar, 2014: 23).

### **2.3.3. Doyum**

Cinsel doyum bireyin cinsel ilişkisinden duyduğu memnuniyet olup; cinsiyet ve yaş, toplumsal ilişkiler, cinsel deneyimleri geliştirme şekli, yaşam koşulları ve kültürel etmenler cinsel doyum üzerinde etkilidir. İleri yaşlarda cinsel fonksiyonlar yavaşlar ve menopozla birlikte dolaşımdaki östrojen, progesteron ve testosteron düzeyleri düşerek cinsel istek ve fantezilerde azalma, cinsel uyarılma ve orgazm sorunları görülebilir. Özellikle meme başı ve klitoris gibi duyarlı bölgelerin uyarılma eşiği yükselir. Yine bu dönemde vajinal kuruluk ve lubrikasyon kaybı görülürken, postmenopozal dönemde vajinal atrofi sonucu pubokoksigeal kasın istemsiz kasılması vajinismus ve ağrılı cinsel birleşmelere neden olabilmektedir (Varma ve ark, 2006: 183).

### **2.3.4. Kaçınma**

DSM-IV e göre cinsel tiksinti bozukluğu, devamlı olarak ya da tekrarlayıcı bir biçimdedir. Bu durum cinsel partner ile genital münasebete girmekten aşırı tiksintme ve bu durumdan kaçınmak. Cinsel tiksinti bozukluğu fazla çalışılmayan bir konu olmakla beraber tedavisinde zor bir problemdir. Cinsel terapiyle alakalı yazılan kitaplarda cinsel isteksizlik, vajinismus ve disparoniyle birlikte veya yaşanan cinsel taciz sonucu şeklinde görülmektedir (Doğan, 2006: 192).

### **2.3.5. Dokunma**

Cinsel davranış, kişinin cinselliğiyle alakalı faaliyetleridir (dokunma, öpüşme ve vücudun bir şekilde uyarılması gibi). Cinselliğini ifade etmek için sürekli yapılan eylemlere veya alışkanlıklara cinsel deneyim veya cinsel davranış denmektedir. Cinsel davranış ve deneyim insanın cinsel olarak kendisi ve başka kişilerle 'ne yaptığıdır'. Cinsel yakınlık ise yalnızca cinsel ilişkiye girmek değildir. Öpüşme, konuşma, sarılma, okşama, masaj yapmak, şakalaşma, aşk, beğenme, birlikte zaman geçirmekten mutlu

olma ve bu konularda hayal kurma, bakışma bile cinsel yakınlık veya cinsel bir yaşantı anlamına gelmektedir (Bozdemir ve Özcan, 2011: 39).

### **2.3.6. Vajinismus- Sertleşme Sorunu**

Sims vajinismusunu, genital birleşmeyi engel olan vajinal kasılma olarak tanımlar, bu tanım çok az değişerek günümüze kadar gelmiştir. Vajinismusun toplumun genelinde %1-6 olan oranı; cinsel işlev bozukluğu olarak kliniklere başvurularda %5-17 dir. Vajinismusun ülkemizdeki oranı % 43 ile 75.9 oranlarında olup kadınların yaşadığı cinsel problemler arasında ilk sırada yer almaktadır (Konkan ve ark, 2012: 306).

Sertleşme sorunu; erkeklerde cinsel aktivitenin tamamlanabilmesi için peniste gerekli olan sertleşmenin sürekli olarak sağlanamaması veya sürdürmemesi durumudur.

### **2.3.7. Orgazm Bozukluğu-Erken Boşalma**

Orgazm, evreler arasındaki süre bakımından en kısa fakat cinsel haz bakımından en yoğun evredir. Erkeklerde ejakülasyon, kadınlarda perine ve vajina etrafındaki kaslarda vazokonjeksiyon sonucunda büyüyen dokuların düzenli refleks kasılmaları görülmekle birlikte, bedensel olarak pelvisde duyumsanmasıdır. Kadınlarda orgazm klitoral bölge ve vajinada meydana gelir. Erkeklerde peniste ve prostat bölgelerinde yoğun olarak hissedilir (İncesu, 2004: 3).

Erken boşalma, eşli cinsel etkinlikte devamlı veya tekrarlayıcı olarak vajinaya girdikten sonra kişinin isteğinden önce boşalmasıdır. (Doğan, 2006:194)

## **2.4. Cinsel Özgüven**

Bireyin cinsel içgüdüleriyle uyumlu olsun ya da olmasın, davranış biçimi, başta diğer insanlarla ilişki kurabilme becerisi ve özgüveni olmak üzere, özyapısını birçok yönden etkileyebileceği belirtilmektedir. Charlton (2007) de cinselliğin insan hayatının bir parçası olduğunu ve kişiliğin temellerini oluşturduğunu savunmaktadır. Dolayısıyla insanların cinsel doğası konusunda, genel olarak dönüklük ya da sapma olarak adlandırılan davranış biçimleri de içinde olmak üzere, her yönden bilgi sahibi olunması

önemlidir; çünkü cinselliğin bireylerin toplumsal ve evlilik ilişkilerindeki etkileşimlerinin niteliğini etkileyebilen önemli bir etken olduğu düşünülebilir. İnsanlarla doğrudan toplumsal ve kişisel ilişkilere girdiğimizde, hem kendi cinselliğimiz hem de başkalarının cinselliği, büyük bir önem kazanabilir. Bir ilişkideki cinsel paylaşımların bireyi mutlu edebilmesi ve ilişki bağlarının güçlenebilmesi için cinsel ilişkiden alınan doyumun önemli olduğu düşünülebilir. Daha sık cinsel ilişkinin, orgazmların tutarlılığının, cinsel paylaşım ve benzerlerinin de içinde olduğu, özgül cinsel davranışların sayısının daha büyük cinsel doyumla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Cinsellikten alınan doyumun bazen cinsel heyecan ve yeniliğin bir işlevi olduğu düşünülebilir ve cinselliğin bu yönleri çok önemli olabilir (Dönmez, Büyükaşahin, Taluy, Başer ve Güler, 2009). Bu bağlamda bireylerin ilişkilerinden cinsel doyum alabilmeleri ve sağlıklı cinsel yaşamlarının devamı için cinsel bozuklukların tedavi edilmesi ya da bireylerin cinsel işlev sorunları yaşamamaları için önleyici çalışmaların yapılması gerekir.

Koroğlu (2004) cinsel işlevlerin, biyolojik, psikolojik ve sosyolojik etkenlerden etkilenebileceğini ifade etmektedir. İç ve dış genital organların, hormonların ve nörohormonların, intrapsişik dinamiklerin, kişiler arası ilişkilerin, sosyo-ekonomik durumun ve kültürel değerlerin hepsinin cinselliğin dışavurumunu etkilediğini belirtmektedir. Ayrıca bireydeki güven eksikliğinin de cinsel bozukluklara sebep olabileceğini belirtmektedir. Bu alanlardan bir ya da birkaçında görülen bozukluklar cinsel işlev bozukluğuyla sonuçlanabilir. Bireylerin aşamayabilecekleri bu cinsel işlev bozuklukların temelinde cinsel özgüven eksikliği de olabilir.

Alan yazında cinsel özgüven kavramı ile ilgili çalışmaların olmadığı görülmektedir. Ancak cinsel özgüvenin evli ya da evli olmayan bireylerin yaşamlarında mutlu olmalarını sağlayabilen faktörlerin en önemlilerinden biri olan cinsel yaşantılarının kalitesini etkileyen önemli bir unsur olabilir. Bu nedenle araştırılması gereken bu önemli kavram ya da faktörün öncelikle bir tanımının yapılması gerekmektedir. Cinsel özgüven kavramı genel olarak değerlendirildiğinde cinsellik ve özgüven ile ilişkili bir kavram olduğu düşünülebilir. Bu nedenle cinsel özgüven kavramı tanımlanmadan önce

cinsellik ve özgüven kavramlarının incelenmesi ve genel tanımlarının yapılması gerektiği öngörülmektedir.

Cinsellik, bireyin cinsel alanları dışındaki alanları da içine almakta, bu anlamda sorun organik olarak başlamış olsa bile uyum güçlüklerine ve psikolojik değişmelere yol açabilmektedir (Bozkurt, 1996; Özgen, Gülçat, Özşahin, Aydın ve Işıklı, 1993). Bu çerçevede evlilik yaşamının önemli bir yönünü kapsayan cinsel işlevler ve bu konudaki bozukluklar ele alınırken bireyin biyolojik özelliklerinin yanında psikolojik ve sosyal yönünün de değerlendirilmesi gerektiği düşünülebilir. Ayrıca kişilik özellikleri ile cinsel yaşantılar arasında bir ilişkinin olduğu savunulmaktadır. Yapılan araştırmalarda sosyal, impulsif, aktif, konuşkan, ümitli kişilerin cinsel istek ve doyumlarının daha fazla olduğu; ciddi, daha az sosyal, kuralcı, davranışlarını kontrol eden bireylerde ise daha az istek ve doyum yaşadıkları belirtilmektedir (Eysenck, 1971; Sadock, 1989).

Cinsellik ve cinsel konular, çoğu insan için konuşulması zor, kaçınılan, utanılan bir konu, adeta bir tabudur. Hemen hemen her konuda özgür olarak ve rahatça konuşabilen insanların çoğunluğu, varoluşunun doğal bir boyutu olan cinsellik konusunda çekingenlik duymakta ve kendilerini en yakın arkadaşlarına, akrabalarına bile açmakta zorlanmaktadır. Oysa cinsel yaşantı, insanların yaşamlarında çok önemli bir yer tutan doğal bir güdü ve yaşamın doğal bir parçasıdır. Buna karşın, cinsel düşünceler çoğu kez korku, kaygı, suçluluk gibi duygular eşlik etmektedir (Özgüven, 1997; Uzuner, Yıldız, Yıldırım, Coşkun, Ertaş ve Ünalın, 2005).

Cinsellik kültürüne göre değişebilmekte hatta aynı kültürde ve insanın yaşam dönemlerinde de değişebildiği belirtilmektedir (Fracher ve Kimmel, 1987, Gölge, 2005). Kültürel yapının kadına ve erkeğe verdiği cinsiyet rolleri kadın ve erkek cinsel davranışlarında ve tutumlarında farklılık yaratır. Örneğin ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada kızların romantik anlamlar yükledikleri hareketleri, erkekler aşka davet olarak algıladıkları görülmüştür (Zellman ve Goodchilds, 1983).

Amerikan ve İsveç üniversite öğrencilerinin cinsellikle ilgili tutumlarına yönelik yapılan çalışmada; kız ve erkek Amerikan öğrencileri arasında farklılık bulunurken,

İsveç kız ve erkek öğrencilerinin birbirlerine yakın tutumlara sahip oldukları saptanmıştır (Weinberg, Lottes ve Shaver, 1995). Bu çerçevede cinselliğin salt biyolojik dürtülerin ürünü olmaktan çok bir sosyalizasyon süreci olduğu ve cinselliğin nerede, ne zaman, kiminle ve neden yaşandığı kültürel çevre içinde öğrenme ile oluştuğu belirtilebilir (Fracher ve Kimmel, 1987).

Cinsel davranışlarda hem fiziksel fonksiyonlarımız hem de kognisyonlarımız etkili olabilir. Bu nedenle cinsel motivasyonun belirleyici öğelerini kesin kategoriler içerisine sokmanın zor ve imkânsız olabileceği belirtilmektedir (Gölge, 2005, O'Donohue ve Plaud, 1994). Erkeklerde cinsel davranışta hormonların temel bir rol oynadığı ancak tek başına yeterli düzeyde etkili olmadığı, başka faktörlerinde etkili olduğu belirtilmektedir (Leger, 1992, Meston ve Frohlich, 2000).

Cinselliğin yanında özgüven kavramının da anlaşılmasının cinsel özgüven kavramının doğru bir şekilde tanımlanabilmesi ve açıklanabilmesi için faydalı olabileceği düşünülebilir. Özgüvenin hayatın zorluklarıyla başa çıkabilmek için yeteneklerimize duyduğumuz güven olduğu ifade edilmektedir. Aynı zamanda mutlu olma, değerli hissetme ve değerli görülme ile ilgili olan güven duygusunu da içerdiği belirtilmektedir (Branden, 1969). Yaşamın ve bireyin birbirinden karşılıklı beklentileri olabilir. Beklentiler kaygıyı doğurabilir, özgüven ise kaygıyla başa çıkabilmeyi sağlayan bir kaynak niteliği taşıyabilir (Merey, 2010). Özgüven "yüreklilik, cesaret" olarak tanımlanır; ancak özgüven kavramı aynı zamanda kişinin kendi yeteneklerine kesin inancını da kapsayabilir. Bir zihin durumu olduğu gibi fiziksel yanı da olan bir kavram olabileceği belirtilmektedir (Hambly,2001). Özgüvenin olumlu ya da olumsuz (yüksek veya düşük özgüven) olabileceği gibi, statik değildir ve koşullara, içinde bulunulan şartlara göre de değişim gösterebileceği belirtilmektedir (Kugle ve diğerleri, 1983; Soner, 1995).

Horney (1885-1952), insanlar arasındaki ilişkilerin özgüvenle ilintisini ve kişinin kendisini tehdit eden hislerden korunmasının önemini vurgular. Çaresizlik ve yalnızlık hislerini doğuran nedenleri araştırır, "temel kaygı" diye isimlendirdiği bu hislerin mutsuzluğa ve kişisel etkinliğin ve verimin azalmasına yol açtığına inanır. Horney'e

göre kaygıyı doğuran nedenler, kişinin baskı altında olması ilgi ve saygı görmemesi, takdir edilmemesi gibi çevresel davranışlardır. Horney'e göre bu his, güvenlik hissinden yoksun olmanın bir sonucudur. Güvenlik hissini ise özgüven kavramı ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Kaygı ile başa çıkmanın yolu, bireyin kapasitesinin, imajının idealize edilmesi olduğunu ileri sürer. Horney'e göre, hem çevresi tarafından yüceltilmek, hem de kendisini değerli görmek kişinin temel ihtiyacıdır. Temel düşünce, bireyin kendine değer vermesi ve diğerleri tarafından değer verilmesidir (Akt. Erzen, 1981).

Kurtuldu, özgüvenin önemli bir kişisel özellik olduğunu belirtmektedir; çünkü yaşamla baş etmemizi ve sorunlarla gerçekçi bir şekilde mücadele etmemizi sağlayabilir ve zorluklara dayanmamızı kolaylaştırabilir. Özgüven insana güç verebilir, enerjisini artırabilir ve daha fazla çaba göstermeye özendirilebilir. Başarı için ilham kaynağı olabilir. Başarılarımızla gurur duymamızı ve onlardan keyif almamızı sağlayabilir. Hayatın iniş ve çıkışlarla, sorun ve mücadelelerle, başarı ve başarısızlıklarla dolu olduğu görülmektedir. Bunlar yaşamın olağan bir parçası olabilir, ancak bireyler olayların peşinden sürüklenip, gitmek yerine, olayları kendilerine yönetebilirler. İhtiyaç duyulduğunda hayatın akışına değişik biçimlerde yön verebilirler. Bireylerin yaşam üzerinde etkili olabilmelerinin, diğer bir ifade ile yaşamlarına istedikleri yönde yön verebilmelerinin özgüven düzeylerine bağlı olabileceği düşünülebilir. Alanyazında özgüvene sahip olan ve olmayan bireylerin belirtilen özellikleri genel olarak değerlendirildiğinde özgüvene sahip olan kişilerin yaşamdaki olumsuz gelişmelerle mücadele edebilmeye hazır olan bireyler olduğu düşünülebilir. Bu kişiler başarısız olduklarında, başarısızlıklarını değiştirebilir, bir nedene bağlayabilirler ve bir sonraki denemelerinde başarılı olacaklarına inanıyor olabilirler. Hayatın açmazları, tatsız sürprizleri ya da terslikleri ile karşılaştıklarında, büyük bir çöküntüye düşmeyerek, umutlarını yitirmeden aşılamanın sorunları olduğu gibi kabul ederek, hayatın akışına göre, kendilerine yeni hedefler belirlemek ve onlara ulaşmak için çaba göstermekte fazla gecikmedikleri görülebilir. Özgüvenden yoksun olan kişiler ise başarısızlıklarının nedeninin kendilerinden kaynaklandığını düşünebilir ve değiştiremeyecekleri sabit bir özelliğe atfedebilirler. Hayatın çıkmazları ve zorlukları karşısında kolayca umutlarını



yitirip, büyük bir çöküntü içine girebilirler, kaderlerine boyun eğerek, çaresizlik içinde sızlanabilirler.

From (2007) cinsel sevgiyi başkasıyla kaynaşma birleşme arzusu olduğunu dolayısıyla bu sevginin genel değil özel bir sevgi olduğunu belirtmektedir. Cinsel arzunun amacının birleşme olduğunu, kesinlikle sadece bedensel bir istek ya da ıstırap veren bir gerginliğin giderilmesi olmadığını belirtmektedir. Fakat cinsel arzunun sevgiden doğabileceği gibi yalnız kalmaktan korkma, birini ele geçirme veya ele geçirilmeden de doğabileceğini söylemektedir. Cinsel arzu sevgiyle harekete geçebileceği gibi her türlü güçlü duyguyla da karışabileceğini belirtmiştir. Cinsel arzu, genellikle zihinlerde sevgi düşüncesiyle ilintilendirildiğinde, insanlar fiziksel olarak birbirlerini sevdikleri yanılışıyla hareket edebileceklerini söylemiştir.

Lauster (2005) bireylerin cinsel isteklerini karşılayabilmeleri için yeterli düzeyde özgüvene sahip olmaları gerektiğini belirtmektedir. Yeterli özgüveni olmayan bireylerin karşı cinsle konuşmaktan kaçındıklarını ve cinsel isteklerini erteleme eğilimi gösterdiklerini ifade etmektedir. Dolayısıyla bu bireylerin kendilerini mutlu ve özgür hissedebilecekleri bir cinsel hayatı tanyamadıkları düşünülmektedir. Hatta birçok evlilik bireylerin mutsuz olmasına rağmen devam ettirilmeye çalışılmaktadır. Çünkü eşlerden birisinin ya da her ikisinin özgüven eksikliğinden dolayı cinsel hayatları bastırılmıştır.

Gökmar (2011) de kişi cinsel olarak kendine güveni olduğunda hem kadını hem de erkeği tahrik eden bir etken olduğunu açıklamaktadır. Ancak buna karşılık bireyin cinsel açıdan kendisine aşırı güvenmesinin eşini ürkütebileceğini belirtmektedir. Uyumlu bir cinsel birliktelik için eşlerin birbirlerine karşı açık olmalarında yarar olduğu, cinsel ilişkinin belli bir formülünün olmadığı ve çoğu zaman eşlerin birlikte keşfedebilecekleri bir yaşam olduğu belirtilmektedir. Bunun sağlanabilmesi için de eşler cinsel ilişki ile ilgili konularda istek, duygu, düşünce ve beklentilerini paylaşabilmeli ve bunları paylaşım cesaretini gösterebilmelidir. Bu çerçevede cinsel özgüvenin ve bununla ilgili olabileceği düşünülen cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel cesaret ve cinsel farkındalık gibi faktörlerin insanların cinsel yaşamında önemli bir yere sahip

olduğu düşünülebilir. Sonuç olarak cinsel özgüven bireylerin cinsel istek ve duygularını rahatça yaşayabilmeleri, bu konuda cinsel farkındalıklarının olması, cinsel açıdan kendilerini yeterli düzeyde açabilmeleri ve karşı cinsle ya da evli olduğu bireyle cinsel birliktelik yaşayabilme cesaretini gösterebilmesi olarak tanımlanabilir.

Cinsel özgüvenin de özgüven gibi güven duygusuyla ilişkili olabileceği düşünülebilir. Güven duygusunun umuda, güvensizlik duygusunun da umutsuzluğa eşlik etmesinden dolayı güven duygusunun, kişilerin umutsuzluğa düşmemesi için ruhsal dengeyi sağlayan başlıca unsur olabileceği belirtilmektedir (Öner, 1989, s. 36). Güven duygusunun yerini güvensizlik alırsa, ruhsal dengenin bozulup umutsuzluğun ortaya çıkabileceği ifade edilmektedir. Diğer bir ifadeyle bireyin kendine güveni ve kendinin gelişmesine olan güvenini yitirmesi, kişinin umutsuzluğa düşmesi olarak ifade edilmektedir (Horney, 1993, s. 147). Dolayısıyla kişi kendisine, insanlara, yaşama karşı güven sayesinde umutlu, güvensizliği nedeniyle de umutsuz olabilmektedir. Mutluer güvensizlik veya güven duygusuna sahip olmanın bireyin kendisine bağlı olduğunu ve her ikisinin de kişinin düşünce tarzından kaynaklandığını belirtmektedir. Bu bağlamda cinsel yaşantımız hakkındaki olumsuz düşüncelerimizin cinsel özgüvenimizi düşürebileceği olumlu düşüncelerimizin ise cinsel özgüvenimizi arttırabileceği sonucuna ulaşılabilir.

#### **2.4.1. Cinsel Farkındalık**

Gestalt yaklaşımına göre farkındalık bireyin duyumu, duygusu, düşünceleri ve davranışlarıyla, yani kendi varlığının çevreyle teması olarak açıklanmaktadır. Farkında olmak, sadece zihinsel değil, kişinin yaşadığının, kim olduğunun ve dünyada nasıl var olduğunun göstergesidir. Polster ve Polster farkındalığı üzerine düştüğü her şeyi aydınlığa kavuşturan bir güneş ışığına benzetmiştir. Farkına varılanlar, kişinin rahatsız ve mutsuz olmasına ya da acı çekmesine yol açabilir. Bununla birlikte kişi farkında olduklarını bütünleştirip yeniden organize ettikçe, farklı seçeneklerin olduğunu gördükçe ve seçimlerini değiştirdikçe yaşamına neşe, farklılık, heyecan ve yenilik getirdiğini fark ettiği belirtilmektedir. Tam bir farkındalığın sağlanabilmesi için, kişinin hem zihinsel, duygusal, bedensel yaşantılarının, hem çevresinin, hem de içsel yaşantıları

ile çevresi arasındaki ilişkilerin farkına varması gerektiği belirtilmektedir. Ayrıca farkındalığın harekete geçebilmenin ön koşulu olduğu ifade edilmektedir (Daş, 2009). Rohrer (2002) farkındalığı bireylerin tüm yeteneklerinin toplamı olarak tanımlamaktadır. Bireylerin kendi duygu, düşünce ve davranışlarının farkında oluşu sürece sağlıklı ilişkiler oluşturabilecekleri ve bu ilişkilerini sürdürebilecekleri belirtilmektedir (Hanem, Ahmed ve Elmasri, 2011; Rohrer, 2002).

Farkındalık kavramı genel olarak düşünüldüğünde şimdiye odaklanmak ve anlık yaşantılara yönelmekle ilgili olduğu düşünülebilir. Basit gibi görünen bu açıklamaya karşın, farkındalık çok yönlü bir kavramdır. Bu sebeple alanyazında farkındalığı farklı yönleriyle ele alan tanımlar bulunduğu görülmektedir. Dunn ve diğerleri (1999) farkındalığı, uyarıcıların değerlendirilmediği, sınıflandırılmadığı ve analiz edilmediği, kendine özgü açık ve alıcı bir bilinçlilik durumu olarak tanımlamaktadır. Yakın bir diğer görüş farkındalığı zihnin alıcı bir durumu olarak tarif etmektedir (Brown, Ryan ve Creswell, 2007).

#### **2.4.2.Cinsel Açıdan Kendini Açığa Vurma**

Burger (2006) kendini açığa vurmaya bireylerin kendileriyle ilgili gizli bir bilgiyi bir başkasına açıklaması şeklinde açıklamaktadır. İnsancıl psikologların çoğu, kendini açığa vurmanın kişisel gelişim ve mutluluk konusunda önemli bir adım olduğunu düşündüğü görülmektedir. Jourard (1971), kendini açığa vurma ile kendini iyi hissetme arasında neden-sonuç ilişkisi olduğunu ve insanın kendisini gerçek anlamda tanınmasının tek yolunun kendisini açığa vurma olduğunu belirtmektedir. Derlega, Margulis ve Winstead (1987) de kendini açığa vurmanın psikoterapi süreci açısından da çok önemli olduğunu belirtmektedir.

Jourard (1971) kendini açığa vurmada karşılıklılık ilkesinin olduğunu belirtmektedir. Diğer bir ifadeyle bir birey, karşısındaki kişi kendini açtığı sürece, kendini açabilmektedir. Kendini açığa vurmanın ardından hoşlanma ve güven duygularının geldiğini öne sürmüştür. Bir insan kendisiyle ilgili özel bir bilgiyi açığa vurduğunda, önce o insandan hoşlanılır sonra da aramızda bir güven duygusu oluşur. Kendimizle ilgili kişisel bilgileri biz de o insana açıklayarak bu duygularımızı yansıtmış ve karşılıklılık ilkesine uymuş oluruz. Yapılan çalışmalar da hoşlandığımız insanlara

açıldığımızı ve bize açılan insanlardan hoşlandığımızı gösterdiği için bu açıklamayı doğrulamaktadır (Burger, 2006; Collins ve Miller, 1994). Araştırmacılar, karşılıklılık ilkesinin iyi arkadaşlar arasında her zaman geçerli olmadığını bulmuşlardır. Bir ilişkide belirli bir yakınlık ve güven düzeyine ulaşıldığında, arkadaşlar karşısındaki kişinin kendilerini kabul edeceği düşüncesiyle yaklaşırlar (Altman ve Taylor 1973; Derlega, Wilson ve Chaikin, 1976). Bir başka araştırmada da, birbirini az tanıyan ve ilişkisini geliştirme aşamasında olan insanlar arasında, karşılıklılık ilkesi en üst düzeyde yaşandığı sonucuna ulaşılmıştır (Won-Doornink, 1985).

Arkadaşlık ilişkisi içinde olan bireylerin yaşadıkları ilişkiler, kendileriyle ilgili düşünceleri ve cinsel deneyimleri gibi özel konular üzerine daha fazla konuştukları belirtilmektedir (Rubin ve Shenker, 1978). Uzun süredir romantik ilişki yaşayan çiftler üzerinde yapılan araştırmalar da benzer kalıplar tespit edilmiştir. Evlilikte kendini açığa vurma düzeyi, sadakatinde önemli bir göstergesi olarak kabul edilir (Harvey ve Omarzu, 1997; Hendrick, 1981). Çiftler kendileri için özel ve önemli konular üzerine ne kadar sık konuşuyorsa, evliliklerini algılayış biçimleri de o kadar olumlu olmaktadır. Evli çiftlerin evlilikleri hakkında olumlu görüşleri olduğu için, kendilerini daha sık açığa vuruyor olabilirler; ancak birbiriyle özel konuları konuşan çiftlerin evliliklerinin daha başarılı olduğu söylenemez. Hatta araştırmacılar iyi ilişki içindeki çiftlerin, birbirleriyle sürekli olarak özel konuları konuşmak yerine, bu tip konuları konuşurken oldukça seçici davrandıklarını göstermiştir (Burger, 2006; Prager, 1986).

Dindia ve Allen (1992) kendini açığa vurmanın cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini araştırmış ve kadınların erkeklere göre kendilerini daha fazla açığa vurdukları sonucuna ulaşmıştır. Jourard'a (1971) göre erkeklerin gelişme sürecinde kendini açığa vurmanın uygun olmadığını öğreniyor olabileceklerini belirtmektedir. Öte yandan kadınların erkeklere oranla daha rahat kendilerini açığa vurabildikleri söylenebilir; ama kadınların kendilerini açığa vurmadaki özgürlükleri, ne hakkında konuştuklarıyla kısıtlanabilir. Bir araştırmada deneklerin anne babaları ya da cinsel tavırları hakkında kendilerini açığa vuran kadınlardan hoşlandıkları; ama kişisel saldırganlıkları hakkında konuşan kadınlardan hoşlanmadıkları ortaya çıkmıştır (Kleinke ve Kahn, 1980). Benzer şekilde kendilerini açığa vuran erkekler de erkeksi

konular hakkında konuştukları sürece uyumlu kabul edilmiştir (Burger, 2006; Cunningham, Strassberg ve Haan, 1986).

İletişimle ilgili davranışları içeren cinsel davranışlar, yakın ilişkilerin önemli bir bileşenidir. İlişki içinde gelişen bu belirsiz öz cinsel davranışlar cinsel doyumla ilişkilidir. Cinsel doyum kişilerarası ilişkilerin cinsel görünüşüne temel olmasına rağmen, cinsel doyumun genellikle ilişkilerin içinde de olduğu ifade edilir (France, 2010).

Cinsel doyum, bireylerin ilişkilerindeki cinsel görünümünden duydukları mutluluk veya hoşnutluklarının düzeyi şeklinde tanımlanmıştır (Sprecher ve Cate, 2004, p. 236). Cupach ve Metts (1991) iletişimin kailetsi ilişkisinin kaliteside yansıttını savunmuşlardır. Ayrıca cinsel olaylarda anlaşabilmek için iletişimin zorunluluğuna vurgulamışlardır. Cinsel durumların içerdiği parçaların tanımlanmasında, cinsel durumlarda ne tür cinsel aktiviteler olacak, ne tür cinsel tercihler ilişkiye katılacak, cinsel ilişki ile ilgili konuşmalar ve cinsel konuşmalarda anlaşılmanın yer aldığı belirtilmektedir (Metts ve Spitzberg, 1996). Cinsel doyumun tahmin edilmesiyle ilgili bilim adamları farklı bakış açıları öne sürmüşlerdir. Bunlardan biri Luft'un (1969) öz farkındalık modeli ile Metts ve arkadaşlarının yakın ilişkilerde cinsellik ve iletişimle ilgili çalışmalarının birleştirildiği bakış açısidir. Bir diğeri ise ilişkide cinsel davranışların nasıl olması gerektiğini ile ilgili sosyal değişim bakış açısidir (Herold ve Way, 1988; Yelsma, 1986).

Alanyazında cinsel iletişimle ilgili deneysel olarak keşfedilmiş birkaç çalışmanın olduğu görülmektedir. Yelsma (1986) Cinsel iletişimin sıklığı ile ilgili genç evli çiftler ile birlikte yaşayan genç çiftlerin diğeri çiftlere göre daha fazla cinsel iletişim içinde olduklarını bulmuştur. Herold ve Way (1988) kadınların cinsellikle ilgili özel konuları aile ve arkadaşlarından çok yakın ilişki içinde olduğu eşi ile daha fazla konuşabildiğini belirtmektedir. Quina, Harlow, Morokoff ve Burkholder (2000) tarafından kadınların cinsel partnerleri ile kurdukları iletişimde HIV gibi cinsel yolla bulaşan hastalıklar hakkında partnerlerinden bilgi almaya çalıştıkları tespit edilmiştir. Geismar (1984) yaptığı çalışmada sözel iletişim ile cinsel doyum, cinsel ilişkinin sıklığı ve cinsel

ilişkiye verilen önem arasında pozitif bir ilişki bulmuştur. Metts ve Cupach (1989) cinsel ilişki içinde iletişim aracılığı ile cinsel ilişki hakkında konuşarak eşler birbirleri hakkında aldıkları cinsel haz, cinsel tercihleri ve korkuları hakkında paylaşımlarda bulunma fırsatı bulabildikleri belirtilmektedir. Böylece eşler bir çift olabilmeleri için gerekli olan bir koşulu tamamlayabilirler. Bu iletişimlerin içeriğinin genelde eşlerin cinsel ilişki hakkında hoşlanıp hoşlanmadıkları konuları içerdiği görülmektedir (France, 2012). Cupach ve Metts (1995) cinsel iletişimle sağlanan doyum çiftlerin cinsel tutumlarının benzerliği ile cinsel doyumlarındaki ilişkilerine aracılıkta bulunduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca bu ilişkinin kadınlar için erkeklerden daha güçlü olduğunu söylemişlerdir.

Gönüllü iletişim kurmanın bir kişilik özelliği olduğu belirtilmektedir (McCroskey, 1992; McCroskey ve Richmond, 1987; Zakahi ve McCroskey, 1989). Morgan ve Miller (2001) tarafından istekli olarak iletişim kurabilmenin bilgi, beceri, bencil olmama ve tutum ile pozitif ilişkili olduğu belirtilmektedir. France (2012) sağlıkla ilgili konularda gönüllü olarak iletişim kurmanın faydalı olması gibi cinsel konularda da istekli iletişim kurmanın benzer şekilde faydalı olduğunu belirtmektedir. Cupach ve Metts (1991) cinsel iletişimin cinsel doyumla pozitif ilişki olduğunu iddia etmektedir. Byers (2005) de iletişimin cinsel doyumunu yordadığını belirtmektedir; ayrıca uzun süreli ilişkilerde iletişimin hem cinsel doyumunu hem de ilişki doyumunu etkilediğini değiştirdiğini belirtmektedir. Sonuç olarak insanların cinsel ilişkilerinde istekli iletişim kurmalarının ilişki ve cinsel doyumunu arttırdığı söylenebilir.

Cupach ve Metts (1991) cinsel açıdan bilgili olmanın cinsel iletişimi cesaretlendirdiğini belirtmektedir. Cinsel bilinçliliği araştıran araştırmacılar (Perlman ve Abramson 1982; Snell, Fisher, Miller ve Rowland, 1991; Snell ve Wooldridge, 1998) cinsel bilinç ile cinsel doyum arasında pozitif bir ilişkinin olduğunu bulmuşlardır.

## **2.5. Cinsel Utangaçlık**

Bireylerin, kendini engelleme stratejisi olarak çoğunlukla utangaçlığı kullanabildikleri belirtilmektedir. Zimbardo (1986) ise utangaçlığı, bireysel ve profesyonel amaçları gerçekleştirmede engellenme veya huzursuz olma hissi, duygu,

düşünce ve fiziksel tepkilere aşırı odaklanma durumu olarak açıklamıştır. Utangaçlığın fizyolojik, düşünsel ve davranışsal olarak üç öğeden oluştuğunu savunmuşlardır (Cheek ve Melchior, 1990). İlki olan fizyolojik yansımaları; midede bulantı, kalp ritminde artış, terleme, yüzde kızarma gibi fiziksel tepkiler, düşünsel olarak; başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği, küçük görüleceği ve aşağılanacağı konusundaki kaygılarının olduğu ve davranışsal olarak sosyal yetersizliğinin davranışlarına yansımalarıyla meydana gelen sessiz kalma, çekingenlik ve kaçınma davranışlarını içerdiği belirtilmektedir.

Erikson'un kuramına göre utangaçlığın bireyde çocukluk yıllarında anne babanın çocuğa sergilediği yaklaşım tarzı sonucu geliştiği savunulmaktadır (Burger, 2006; Ekşi, 1990). Benzer şekilde Öz (2002) bazı hatalı anne-baba tutumlarının, çocuğun utangaçlık duygusunu ve davranışını ödüllendirip, davranım bozukluğuna dönüşmesine neden olabileceğini belirtmektedir. Utangaçlığın sebepleri hakkında çeşitli yaklaşımlar olsada, anne-baba ile çocuk etkileşiminin etkileri olduğu noktasında fikir birlikteliği vardır. Ebeveynleri tarafından çok azarlanan, aşırı korunulup kollanılan, kendi başına hareket etmesine müsaade edilmeyen, kendisinin eksik ve yeteneksiz olduğunu hisseden çocukların ilerleyen yaşlarda utangaç, pasif, endişeli, başkası olmadan karar alamayan, sosyal etkileşim kurmada zorluk yaşayan yetikişler olabileceği belirtilmektedir (Wayland, 1997).

Utangaçlığın kronik ya da dönemsel olarak ve farklı düzeylerde ortaya çıkabileceği, özellikle de cinsel girişimlerde, mahrem konularda utangaçlığa sık olarak rastlandığı ifade edilmektedir (Zimbardo, 1986). Ayrıca kişinin değerlendirilme kaygısı yaşadığı durumlarda ya da bireyin yeni katıldığı ortamlarda da sıklıkla meydana gelebilmektedir. Birey zayıf ve yetersiz benlik kavramına sahipse, yaşadığı engellenmelerin ve başarısızlıkların, onun kendini utangaç, güvensiz, beceriksiz hissetmesine neden olabileceği düşünülmektedir. Utangaçlık ile beraber kişide yalnızlık, toplumsal yalıtım ve depresyon baş göstermektedir ve süreğenleştikçe insanların tüm aktivitelerine yerleşebilmektedir (Zimbardo, 1986).

Utangaçlık bireylerin sosyal ilişkilerini ve yaşamın diğer çoğu alanını etkilediği gibi cinsel yaşantıları ve cinsel ilişkileri de olumsuz etkileyebilir. Utangaçlık kişilik özelliği gelişmiş olan bireylerin cinsel utangaçlık özellikleri de gelişebilir ve bu durum yaşadıkları cinsel ilişkilerini ve cinsel paylaşımlarını olumsuz etkileyebilir. Ayrıca cinsel utangaçlığı olan bireylerin cinsel duygularını ve düşüncelerini paylaşmak yerine sessiz kalıp yaşantılarını ve cinsel sorunlarını gizleme eğilimleri ortaya çıkabilir. Charlton (2007) sessizlik ve gizliliğin, ortamın cinselliğe tamamen kapalı olması ya da ortamda tehlikeli derecede cinsellik olup olmamasına bakmaksızın insanların tecrübelerinde geniş yer tuttuğunu belirtmektedir. Dolayısıyla böyle ortamlarda doğru ne olursa olsun, cinsellikten söz edilmez. Ama cinselliğin var olabilmesi için cinsel konuların konuşulabilmesinin gerekli olduğu düşünülebilir. Dönmez, Büyükaşahin, Taluy, Başer ve Güler (2009) ilişkilerde cinselliğin doyurucu olmasının olası bir nedeninin, eşlerin kendilerini birbirlerinin yanında hem duygusal hem de fiziksel olarak rahat hissetmeleri ve ilişkilerinde cinsellikle ilgili iletişim kurabilmelerinin olduğunu belirtmektedir. Benzer şekilde MacNeil ve Byers (2005) ve Montesi, Fauber, Gordon ve Heimberg (2011) tarafından bir ilişkide eşlerin cinsel görüşlerini eşleriyle konuşabilmelerinin cinsel doyum açısından çok önemli olduğu savunulmaktadır.

## **2.6.Cinsel Öz-yeterlik**

İnsan yaşamında, mutluluğunda ve özellikle aile hayatında en önemli faktörlerden biri cinsellik ve cinsel ilişkidir. Toplum için de cinsellik ve cinsel yaşam, neslin devamı işlevi ötesinde de önem taşımaktadır. Cinsler arası ilişkiler ve aile yaşamının biçimi, toplum yapısının temel taşlarıdır. Cinsellik, üreme ve bunu sağlayan güçlü dürtüler, o toplumun kültürünü ve insanların yaşamlarını biçimlendirmektedir. Cinsellik çok boyutlu bir kavram olarak dinsel, sanatsal, sosyal ve ekonomik yaşamda görülmekte ve toplumun yasal ve ahlak kuralları olarak değişik biçimlerde ortaya çıkmaktadır (Arat, 1995). Cinsel yaşamdaki fiziksel doyum, ilişkinin yoğunluğu, güçlü cinsel doyum ve birbirini seven iki insanın birleşmesinin yarattığı derin duygular insan yaşamında önemli olan ve taraflarca arzu edilen bir yaşantı olmaktadır. İnsanın doğasında yer alan cinsellikten zevk almayı bilmesi ve yarattığı olumlu değerler nedeni ile de bu olayı geliştirerek paylaşılabilen bir yaşama dönüştürmesi gerekmektedir (Abalı, 2006).



Alanyazında bu durum genel olarak öz-yeterlik kavramı ile açıklanmaya çalışılmaktadır. Öz-yeterlik bireyin bir görevi başarılı bir şekilde gerçekleştirip gerçekleştiremeyeceğine yönelik inancını ifade eder (Miller, 2001). Öz-yeterliği yüksek olan insanların bazı görev veya sorumluluklarını yerine getirebilme konusunda kendilerine daha fazla güven duydukları düşünülmektedir (Brafford ve Beck, 1991). Bandura'nın (1997) öz-yeterliğin bireyin bir görevi yapmaktan kaçınma ve görevi yerine getirme motivasyonu ile ilişkili olabileceğini önerdiği ve araştırmaların çoğunun bu görüşü desteklediği görülmektedir.

Bandura (1977-1994) öz yeterlik düşüncesinin, her biri birbirini etkileyen dört bilgi kaynağıyla temellendirmektedir. Bunlardan ilki bireyin giriştiği işlerdeki başarısını gösteren ve daha sonraki işlerde de başarılı olabileceğine yönelik inanç geliştirmesini sağlayan performans başarılarıdır. Burada yapılan işler ve ulaşılan hedefler önemlidir. Bundan dolayı ulaşılan başarı bireyi pekiştirmekte ve sonrasında benzer davranışlar için motive etmektedir. İkinci bilgi kaynağı diğer kişilerin deneyimlerinden kaynaklanan başkalarının başarıları gözlemlenerek, kişinin kendisinin de başarılı olabileceği beklentisine girmesini sağlayabilen dolaylı yaşantılardır. Üçüncü bilgi kaynağı ise bireyin davranışı gerçekleştirebileceğine dair teşvik ve nasihatlerle kişinin cesaretlendirilerek sözlü olarak ikna etmek. Sözlü ikna, davranışın faydasını kabul eden kuvvetli sözlü cesaretlendirme ve bireyin davranışı başarmakta yaptığı ilerlemeyi kapsamaktadır. Dördüncü ve son bilgi kaynağı ise duygusal durumdur. Bireyin bir davranışa başlayacağı anda duygusal ve bedensel iyi durumda olma, o davranışı gerçekleştirme ihtimalini arttırmaktadır.

Bandura'nın (1997) cinselliğin yönetilmesinde öz-yeterliğin önemli olduğunu savunduğu belirtilmektedir. Cinsel öz-yeterliğin bireylerin bir cinsel bağlamda başarılı bir şekilde davranışlarını gerçekleştirme ve etkileyici tepkiler verme konusunda kendi yeteneklerine olan inancını ifade ettiği belirtilmektedir. Pozitif cinsel öz-yeterlik kadın ve erkeklerde daha iyi cinsel uyum ve cinsel aktivitelerin sıklığındaki artış ile ilişkili

olduğu düşünölmektedir. Cinsel hakkındaki pozitif ve negatif geribildirimlerin cinsel öz-yeterliği etkilediği belirtilmektedir. Alanyazında cinsel öz-yeterliğin genellikle güvenli cinsel ilişki uygulamaları ile ilgili araştırmalarda ele alındığı görölmektedir. Bu araştırmalarda genellikle düşük cinsel öz-yeterliliğin riskli cinsel davranışların yordayıcısı olduğu belirtilmektedir.

## 2.2 Suçluluk ve Utanç

Enç ( 1990)'e göre utanç, bir yetersizliğin ya da uygunsuz davranışta bulunduğunun fark edince meydana gelen bir duygu olduğunu söylemiştir. Utanç ile ilgili yazanlardan Darwin (1872) kısaca, utanç duygusunun altında, güçlü bir gizlenme isteğinin olduğunu ileri sürmüştür. Utancın, çok acı veren ve organize olmayan bir deneyim olduğunu ve biran önce bitmesi için arzu edilen bir duygu olduğunu belirtmiştir (Lewis, 1987).

Lewis, utanç hissedilen durumlarda, bireyin aşağıdaki şekillerde düşündüğünü ifade etmiştir. Bu durumlar kişisel farklılıklar gösterebileceği ama genel olarak aşağıdaki gibi bir sınıflandırma yapılabileceği belirtilmektedir:

- “Ben böyle bir şeyi nasıl yaptım?
- Ben ne kadar salağım!
- Ne kadar aşağılayıcı bir durum!
- Ne kadar aptal, ne kadar kontrolsüz biriyim!
- Ne kötü, ne değersiz biriyim!
- Kendimden utanmalıyım!”

İfadelerden de analaşılacağı üzere, utanç yaşandığında kişiler, hareketlerinden çok benliklerini değerlendirdiklerini söylemiştir. Birçok çocuğun utanç ile ilgili en erken tecrübesi, başka birinin özellikle ona bakanın (anne veya bakıcı) varlığı ile ortaya çıktığı ifade edilmektedir. Bowlby (1980) işleyen model (working models) kavramı ile bebeklikten itibaren benliğin kavramlaştırılmasında faydalı olacağını belirtmiştir. Bu kavrama göre; eğer aile bebeğe karşı sorumlu ise, çocuk ailesinin sorumlu olduğu görüşünü geliştirdiği ve karşılıklı olarak kendisinin cevap verilecek kadar değerli olduğu fikrini geliştirdiği belirtilmektedir. Eğer bakıcılar bebeğe sevgilerini

gösterirlerse, bebek onların sevilen kişiler olduğunu ve kendisinin de sevilebilir olduğu görüşünü geliştirdiği ifade edilmektedir (Barrett, 1995).

Yukarıda utanç ve suçluluk duygularının kavramlarına ayrı ayrı yer verilmiştir. Bu iki duygunun farklı özellikleri olmasının yanında paylaştıkları ortak özellikleri de bulunmaktadır. Bunlar; ahlaki duygulardır, benlik bilinci duygularıdır, olumsuz değerlerde duygulardır, kendisi ve diğerleri için içsel yorumlar içerir, kişilerarası ortamlarda yaşanır, Utanç ve suçluluk duygularını arttıran olumsuz olaylar benzerdir.

Suçluluk ve utanç duygularının bir takım ortak özellikleri olmasına rağmen Lewis, utanç ve suçluluğu ayıran iki boyutun altını çizmektedir. Bunlar:

Suçluluk ve utanç duygularının, birbirlerinden farklı duygular olduğu aşağıdaki kısımda, çeşitli araştırmacıların görüşleri ve çalışmaları dikkate alınarak açıklanmıştır.

Suçluluğun, benliğin gelişimini nesne olmaktan ziyade fail olarak etkilediği ifade edilmektedir. Sıkça yaşanan utanç tecrübelerinin, çocuğun kendisini kötü olarak görmesine sebep olduğu, sıkça yaşanan suçluluk tecrübelerinin ise çocuğun davranışlarını kontrol eden gücünün ve başkalarına yardım etmenin verdiği hazzın ve diğerlerini incitmenin verdiği rahatsızlığın farkındalığını yükselttiği belirtilmektedir (Barrett, 1995).

Utancın, daha acı verici bir duygu olduğu, bu duyguya çekinme hissi veya küçülme, değersizlik ve güçsüzlük hislerinin de eşlik ettiği belirtilmektedir. Utanç duygusunun, genellikle kaçma veya saklanma isteğine öncülük ettiği ifade edilmektedir. Suçluluk duygusunun ise, daha az acı veren bir duygu olduğu, bunun sebebinin suçluluğun benlik ile değil, belirli bir davranışla ilgili olmasından kaynaklandığı belirtilmektedir. Suçluluğun, bireyin öz kimliğini veya benliğini etkilemediği, gerginlik

hissi, vicdan azabı ve kötü bir şey yapıldığı için pişmanlık içerdiği ileri sürülmektedir (Tangney ve Dearing, 2002).

Suçluluğun, kişinin kendisinin sebep olduğu yanlışlar sonucu bir tepki gibi oluştuğu, fakat utancın, başkalarının gözünde değer içeren standartları yerine getirememeyi içerdiği belirtilmektedir. Suçlu bireyin, yanlış hareket ile ilgilendiği, utanan bireyin ise kendisinin ne kadar değersiz olduğu ile ilgilendiği ifade edilmektedir. Suçluluk ve utanç, ikisi birlikte aynı olayda meydana gelebildiği, bu tür durumlarda utancın diğerlerinin gözündeki değersizliğine odaklanırken, suçluluğun ise kişinin yanlış hareketine yoğunlaştığı ileri sürülmektedir (Mascolo ve Fischer, 1995).

### 2.2.1. Suçluluk ve Utanç Kavramlarının Tanımları

**Utanç** kavramı Türkçe’de Yakın ve Karşıt Anlamlılar Sözlüğü’nde “ar; arlanma; ayıp; hacalet; hâyâ; hicap; mahcubiyet; mahcupluk; sıklıganlık; sıklılma; şerm; teeddüp; utangaçlık; utanma; yüz” vb. şekillerde karşılık bulduğu görülmektedir (Yalım, 1998)

Bu tanımlamadan 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.

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 çiğnediğini sezmesi sonucunda kapıldığı, kendisini suçlu bulma duygusu” olarak tanımlanmıştır

(Ayverdi, 2005, s. 2851). 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.

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 davranış kötü bir eylem olarak değerlendirdiklerine ve normalde davrandıklarından farklı bir davranış sergilediklerine işaret ettiği düşünülebilir.

### **2.2.2. 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.

### **2.2.2.1. Platon'ın Görüşleri**

Platon, *The State (The Republic)* isimli eserinde de utanca yer vermiştir. Örneğin, dördüncü kitapta geçen diyaloglarda utancın bireylerin kendilerine hâkim olmaları, başka bir deyişle kendi nefslerini 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 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.

### **2.2.2.2. Aristoteles'in Görüşleri**

Aristoteles, insan duygularını sistematik biçimde inceleyen Antik dönem filozoflarından biridir. 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).

Aristoteles'in utançla ilgili görüşleri incelendiğinde üzerinde durulan en önemli noktalardan birinin "başkalarının görüşü" olduğu görülmektedir.

### **2.2.2.3. 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 itibarıyla hoş olmayan bir durum sonucunda yaşanan 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.

### **2.2.2.4. 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. 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. Birey ya yaptığı yanlışını 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).

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.

### **2.2.3. Suçluluk ve Utancın Biyolojik Temelleri**

C. 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. Kızarma genellikle yüz, kulaklar ve boyun kızarması olarak gelişmekte, yüzdeki kılcal 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 görünümünden 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. 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).

#### **2.2.4. 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 itibariyle anlatılmaktadır.

#### **2.2.4.1. 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**

Ekman'a göre suçluluk ve utanç arasında ayırım 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 ayıramayacağını belirtmiş, bu duyguların temelde bir ve benzer olduklarını öne sürmüştür. Fakat bir yabancıdan 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. Utançla ilgili gözle görülebilir değişiklikler olduğuna değinen Tomkins, bu duygu sırasında bireyin gözlerini ve göz kapaklarını hafifçe aşağıya indirdiğini, 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 var olan pozitif duyuyu dağıtan ancak yerine yenisini koymayan bazı uyaranların varlığına dikkat çekmektedir. Utanç; hayal kırıklığı, beklentilerin yerle bir olması, her tür karşılaştırmada daha düşük olduğunun bildirilmesi, alay edilme veya reddedilme vb. durumlarda ortaya çıkmaktadır. Baştaki pozitif duyusun doyum sağlayıcı şekilde yeniden geri dönmesiyle birlikte öncesinde var olan 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 diğeri temel duygularla birleşiminden doğmaktadır. Örneğin; korku ve tiksinden eşit miktarlarda bir-aradalığı utanç duygusunu doğurmaktadır. Bu birleşime göre utanç şu şekilde ifade edilebilir:

Utanç = Korku + Tiksindenme

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):

Suçluluk = Haz + 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 (Plutchick, 1962/1991; TenHouten, 2007).

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

Suçluluk = Korku + Üzüntü

Plutchik'e göre suçluluk duygusuyla başa çıkmanın dört yolu vardır (Plutchick, 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.

#### **2.2.4.2 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).

### **Arnold Buss'un Kendilik Bilinci Yaklaşımı**

Buss, yaptığı incelemeler sonucunda, bireylerin topluluk içinde aptalca bir şey ya da sosyal olarak hatalı bir şey yaptıklarında neden utandıklarıyla ilgili çeşitli çıkarımlarda tespit edilmiştir. Buss bunun nedenlerinden birini, bireyin kensinin sosyal varlık olduğunun farkında oluşları ve ötekilerin gözünde beceriksiz veya aptal olarak değerlendireceklerinin düşündüğü ile açıklamıştır. Başka bir deyişle birey kendisini sosyal varlık olarak görmeseydi bu bakış açısının farkında olmayacak ve utanmayacaktı. Bireyin psikososyal gelişimi açısından bakıldığında 4-6 yaşlar arasında utanç duygusunun gelişmekte olduğu, dolayısıyla sosyal benliğinin küçük çocuklar henüz kendilerine utanma yaşatacak bir sosyal benlik geliştiremedikleri. 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. 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 yüklem yapan bireyler, başarısızlıklarını talihe veya başkalarının eylemlerine bağlamakta, kendi özelliklerine dair bir değerlendirme yapmamaktadırlar.

**3. Benliğe yönelik atıflar:** Suçluluk ve utançta yapılan atıflar farklılaşmaktadır (Stoeber, 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. Sonuç olarak benliğin bütününe yapılan atıfların utançla, belirli bir bölümüne yapılan atıfların suçluluk ve pişmanlıkla ilişkili olduğunu söylemek mümkündür.

### 2.2.4.3. Tangney ve Fischer’in 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 alarak 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 bir şey 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 yoğunur, 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.

#### 2.2.4.4. 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 farkındalığınaşamın ilk 18-24 ayı içinde gelişmesidir. Çocukların önce sosyalaçından 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 birtakım 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-e-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 çıkmaktadır. 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.

Tüm duyguların benlikle ilgili olduğunu kabul edilirken, yalnızca kendilik bilinci duygularının bu değerlendirme süreçleri olmaksızın ortaya çıkamayacağını ileri sürmüşlerdir.

#### **2.2.4.5. 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 (Tagney 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).



## BÖLÜM III

### 3. İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde sırasıyla cinsel doyum ile suçluluk ve utanç duygusuna ilişkin yapılmış çalışmalara yer almaktadır.

#### 3.1. Cinsel Doyum ile İlgili Yapılan Araştırmalar

##### 3.1.1. Cinsel Doyum İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Özdel, Tümkaya, Levent, Ateşçi, Oğuzhanoğlu ve Varma (2013) çalışmalarında, Primer vajinismus problemiyle 28 evli çifte bilişsel davranışçı yöntemlerle terapinin vajinismus yaşayan kadınların ve kocalarının cinsel problemlerine etkilerini araştırmışlardır. Vajinismus problemi yaşayan bu kadınlar GRIS' in alt testi anorgazmi sonuçları ortalama değer olarak 5 puanın üzerinde bir puana sahiptir. Bu hastalarda tedavi öncesi ile sonrasında puanları sıklık, iletişim, doyum, kaçınma, dokunma, vajinismus ve anorgazmi anlamlılık düzeyi yüksek farklılıklar göstermiştir. Çalışmanın sonucunda vajinismus problemi yaşayan kadınların tedavi sonrasında cinsel problemleri azalma göstermiştir. Vajinismus sorunu yaşayan kişilerin kocalarında genel olarak yüksek oranda cinsel sorunlar göstermediği ve kadınların bu cinsel sorunlarının uygulanan terapilerle azalma göstermedileri tespit edilmiştir.

Dövüşkaya, Ak, Sütçigil, Gülsün, Lapsekili, Özgen (2010), yaygın anksiyete bozukluğu tanısı konulanyaygın anksiyete bozukluğu yaşayan (41 kişi) , depresif bozukluk belirtisi olan ( 19 kişi) yaygın anksiyete bozukluğuyla tanılanmış 60 olgunun cinsel alanlarını değerlendirerek çalışma yapmışlardır. Olgularda depresif bozukluk belirtileri gösterenlerin hepsinde cinsel doyum ölçek puanları yüksek olduğu tespit edilmiştir. Olgularda Komorbiditesi olmayanların yaygın anksiyete bozukluğu en çok erken boşalma alt ölçek puanlarında artış tespit edilmiştir. Cinsel doyum ölçeği alt testlerinde dokunma, sıklık, sertleşme ve dönüştürülmüş toplamdaki puanları açısından iki grupta manidar farklılıklar tespit edilmiştir. Yaygın anksiyete bozukluğu yaşayan kişilerde tedaviden önce cinsel işlev sorunları yaşadıkları görülmüş ve üzüntü ile kaygı arasında cinsel açıdan farklılıklar tespit edilmişlerdir.

Varma, Oğuzhanoglu, Karadağ, Özdel ve Amuk (2005) çalışmalarında doğal ve cerrahi menepoz yaşayan kadınların; anksiyete ve depresyonlarının cinsel doyumlarıyla karşılaştırmışlar. Klinik ortamda yapılan çalışmada 36 doğal ve 35 cerrahi menepoz toplam 71 kadınla çalışmışlar. Her iki gurubun cinsel doyum puanlarında farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Doğal veya cerrahi menepozlu kadınlar hafif düzeyde depresyon ile anksiyete sorunlarıyla cinsel doyum problemleri ortaya çıkmakta cerrahi menepozun cinsel doyumun psikolojik dinamiklerden daha çok etkilendiği belirlenmiştir. Menepozun sadece biyolojik kökenli olmadığı düşünüldüğünde bireyin yaşam standartları arttıkça hayattan daha fazla doyum sağlanacağı olarak söylenmiştir.

Yıldırım, Çavaş, Hacıoğlu ve Yanık (2011) çalışmalarında erken boşalma problemi yaşayan heteroseksüel erkekler birinci eksende psikiyatrik eşanı oranını incelemişlerdir. Psikiyatri kliniğine cinsel problemle başvurmuş ve erken boşalmayla tanılanmış 63 erkek olgu üzerinde çalışılmıştır. Bu olgulardan 31'inde majör depresyon yada her hangi bir anksiyete bozukluğu eşanı olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın sonucunda erken boşalma problemi yaşayan erkeklerin büyük çoğunluğunda majör depresyon yada her hangi bir anksiyete bozukluğu eşanı olduğu saptanmıştır, Sosyal kaygı ile depresyon en çok saptanan psikiyatrik bozukluklar olmuştur. Yapılan çalışmada kontrol grubunun olmaması çalışma açısından bir sınırlılık sayılmıştır. Psikiyatrik açıdan eş tanıyı cinsel problemin sonucu olduğu kadar cinsel problemlere neden oluşturacak başka etkenlerinde olacağını belirtmişlerdir. Eş tanının oranındaki yükseklik tanı ve tedavi için klinisyenler tarafından ele alınması gereken bir durum oluşunu ve erken boşalmanın tedavisinde psikiyatrik açıdan önemini söylemektedir.

Kılıç, Taycan, Belli ve Özmen (2007) çalışmalarında, ostomi amaliyatının bireyin benliğini algılayışı, cinsel işlevleri, benliğine saygıları ile eşlerin uyumuna etkilerini araştırmışlardır. Çalışmaya ostomi ve kolostomi yapılmış 52, psikiyatrik olarak tanılanmamış 40 ve kontrol grubu olarak 20 gönüllü toplam 112 katılmıştır. Ostomi hastalarıyla kontrol grubu karşılaştırıldığında benlik saygısı, beden algısı ve çiftlerin uyumu ölçeklerden düşük puanlar aldıkları tespit edilmiştir. Cinsel doyum



ölçeğinde erken boşalma ve sertleşememe dışındaki alanlarda bozulma olduğu tespit edilmiştir. Kadınların beden algısı ve cinsel işlevlerde kaçınma, dokunma, iletişim ve sıklık soruları erkeklerinkiyle kıyaslandığında daha çok bozulmuş görülmüştür. Çocukluk döneminde anne ve babasından ayrı kalan hastaların benlik saygısının düşük ve sıklıkla cinsel kaçınma yaşadıkları tespit edilmiştir. Daha düşük olduğu, daha sıklıkla cinsel kaçınma bildirdikleri saptanmıştır. Ostomi ameliyatından sonra zaman ilerledikçe erkek hastalarda empotans sıklığı azaldığı görülmüştür. Çalışmanın sonucu olarak kalıcıostomi ameliyatının cinsel işlev, beden algısı, benlik saygısı, eş uyumunu etkilediği ruhsal açıdan bozulmaya yol açtığı tespit edilmiştir.

Yılmaz, Zeytinci, Sarı, Karababa, Çilli ve Kucur (2010) çalışmalarında ülkemizde çalışmaların klinik ortamda yapıldığı, kadın ve erkeklerin cinsel problemleri hakkında saha çalışmalarının olamadığını belirtmişlerdir. İl merkezinde yürütülen bu çalışmada evli çiftlerin cinsel problemleri ve cinsel bilgi seviyelerini araştırmışlardır. İl merkezindeki 18-60 yaş aralığındaki 945 kişiye ulaşılmıştır. Araştırmadaki bulgulara bakıldığında erekte olmada güçlük, erken boşalma ve anorgazmi yaygınlık seviyeleri diğer ülkelerle aynı özellikteki çalışmalarla benzerdir. Kadınlardaki vajinismus probleminin yoğunluğunun benzer çalışmalardaki oranlardan yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışmanın sonucuna göre aile içerisinde cinsel eğitimin verilemediği tespit edilmiştir. Bundan dolayı cinsel eğitimin örgün eğitimin içerisinde kullanılmasının yaşanan bilgi eksikliğini gidereceği ve sonucu farklılaştıracağı düşünülmektedir.

### **3.1.2. Cinsel Doyum İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

C. Aschka, W. Himmel, E. Ittner ve ark. (2001) Seksle ilgili hastalıklarla alakalı erkeğin aile doktorlarından beklentileri hakkında çok az şey bilinmektedir. Aile içindeki seks aktivitelerinde erkeğin yaşadığı seks sorunlarının sıklığı incelemek ve yardım ihtiyaçlarını değerlendirmektir için yapılan çalışmada;43 aile doktoruyla görüşüldü. 20 (%43) si araştırmaya olumlu baktı. Bir gün içinde 18 ve daha büyük yaşta doktoru gelenler 307 (%84) araştırmaya katılmıştır. Hastalara soruldu: seks problemlerini yaşama sıklıkları, yardım ihtiyaçları ve doktorlarından beklentileri nelerdir? Doktorlar

aile içindeki seks aktivitelerinde yaşanan seks sorunlarıyla ilgili algılarını ve bunları nasıl idare ettiklerini anlattı. Yaklaşık tüm hastalar (%93) nadiren ya da sıklıkla yaşadığı en az 1 seks probleminden bahsetti. En yaygın sorun düşük seks isteği (%73) ve erken boşalma (%63). Katılımcıların yarıdan fazlası (107/201) iş stresinin sebep olduğu üzerinde durmuştur. Yüzde kırk sekizi seks ilgili endişeler hakkında doktorlarıyla konuşmanın önemli olduğunu söylemiştir. Ancak çoğu doktorlar seksle ilgili konularda ya çok seyrek ya da bazen konuşuyorlardır. Doktorların bilgisi ve hastaların onlarla kontak kurma isteği arasında önemli bir ilişki bulunamamıştır. Seksle ilgili bozukluklar ve aile doktorlarının bu konularda konuşma çekimserliği ölçek sonuçlarında oldukça yüksek çıkmıştır. Belli durumlar, seks etkilediği söylenen iş stresi gibi, doktorların hastalarıyla konuşması gereken bir konu olması gerektiği tespit edilmiştir.

L. Dennerstein, P. Lehert, H. Burger, E. Dudley (1999) Menomazal geçiş sürecince kadının cinselliğinde hormonların, belirtilerin ve psikososyal faktörlerin etkileşiminin incelendiği araştırmada; Menomazal durumun vajinal kuruluk üzerinde önemli direkt etkisi olduğu ve menomazal durum belirtilere sebep olduğundan ve iyi olma halini etkilediğinden ötürü menomazal durumun kadının seksüel duyarlılık üzerinde de dolaylı etkisi olduğu tespit edilmiştir. Menomazal durum hormansal durumu etkilemektedir. Partner için hissedilen duygular ve partnerin seks sorunları seks işlevinin farklı durumları üzerinde direkt etkisi vardır. Diğer sosyal değişkenler örneğin iş, kişiler arası stres, günlük zorluklar ve eğitim durumu iyi olma ve belirtiler üzerinden seks işlevselliğini dolaylı olarak etkilemektedir. Orta yaşlılık süresince, psikososyal faktörler, belirtiler ve menomozal geçiş kadının seks işlevselliğini etkilemekte olduğu sonucuna varılmıştır.

Rust J, Golombok S, Collier J. (1988) Seksüel ve evlilikle ilgili klinikte bulunan 28 kişiyle yapılan araştırmada, evlilikle ilgili stres ile genel ve belirli seksüel işlev bozuklukları arasındaki ilişki incelenmiştir. Erkeklerin evlilikle ilgili problemleriyle seksüellikleri arasındaki etkileşim kadınlarınkinden daha fazla tespit edilmiştir. Erkeklerde cinsel güçsüzlük ve erken boşalma seksüel işlev bozukluklarının evlilik

uyuşmazlığında oynadığı rol kadınların orgazm olamama ve vajinismus bozukluğunun oynadığı rolden daha büyük olduğu tespit edilmiştir.

MH.Colson , A. Lemaire , P. Pinton , K. Hamidi, P. Klein (2003) yılında 483 erkek ve 159 kadından oluşan 1002 kişi araştırmaya katılmıştır. Katılımcılar 35 ve üstü yaşlarındadır. Katılımcılara telefonla ulaşılmış ve anket sorularını cevaplamaları istenmiştir. Seksüel hayatla alakalı seksüel davranışlar ve algılama, doyum ve beklentiler ölçülmüştür. Katılımcıların%80.2' si cinsel partneri olduğunu belirtmişlerdir. Haftada seks yapma ortalamaları 1.8 (erkeklerde 2.0, kadınlarda 1.6). Katılımcıların %82.7'si harekete geçmeden birkaç saniye ya da dakika önce seks yapmaya karar vermişlerdir. %47.1' seks düşünmüşlerdir, özellikle erkeklerde bu oran %60.8'dir. Cinsiyet ve cinsellik; üreme, çocuk ve annelikten daha fazla zevkle (%44.0) ve aşkla (%42.1) özdeşleştirilmiştir. Seks sırasında birlikte orgazm ve yakınlık hissi katılımcıların çoğu tarafından önemli tespit edilmiştir. %35.8'i (erkeklerin %41.6) ve %22.8'i sırasıyla; önsevişme, zevk ve vajinal penetrasyonun önemli olduğunu belirtmişlerdir. Cinsellikle alakalı olarak katılımcıların %83.0' ı seks hayatlarından hemen hemen ya da tam doyum aldıklarını ifade etmişlerdir. Bununla beraber, katılımcıların %38.7' si (erkeklerin %31.6'sı,kadınlarda %45.2'si) herhangi bir şeyi değiştirmek istediklerini belirtmişlerdir. Ancak katılımcıların %17.2' si bunun için daha fazla zamanları olmalarını dilemişlerdir. Özellikle kadınlarda (%72.3) katılımcıların %63.0'ı işle ilgili stres yüzünden seks isteklerinin azaldığını belirtmişlerdir. Erkeklerin en önemli sorunları şunlardır: seks arzularının azalması (%24.9), erken boşalma (%23.7) ve ereksiyon problemleri (%14.4). Kadınlarda ise; seks arzularının azalması (%45.7), orgazm bozuklukları (%15.5) ve disparoni (ağrılı veya zor cinsel temas)'tır. Bu araştırma sonucuna göre; katılımcıların sekse karşı tutumları, özellikle erkeklerin, yıllar geçtikçe değişmektedir ve seks problemlerinin arttığı tespit edilmiştir.

### **3.2. Suçluluk ve Utanç ile İlgili Yapılan Araştırmalar**

#### **3.2.1. Suçluluk ve Utanç ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar**

Kalyoncu, Mırsal, Pektaş, Gümüş, Tan ve Beyazyürek (2002) yatıkları çalışmada alkol bağımlılığının suçluluk ve utanç duygularına etkisi araştırılmıştır.

önemli bir yeri olduğu ileri sürülmüştür. Bu çalışmada remisyondaki alkol bağımlılarındaki suçluluk ve utanç duyguları araştırılmıştır. Örneklem alkol bağımlılığı tanısı almış yatarak tedavi edilen 102 hasta üzerinde yapılmıştır. Kontrol grubu yaş ile cinsiyet açısından denk ve psikiyatrik tanısı olmayan ve tedavi görmemiş DSM IV e göre alkol bağımlılığı tanısı ile yatarak tedavi gören ve en az yen 72 kişiden oluşturulmuştur. Sonuç olarak remisyonda altı ay alkol bağımlısı olanların suçluluk ve utanç duygularının control grubundan daha şiddetli yaşadığı tespit edilmiştir.

Sığır, Tabak ve Sağır (2009) çalışmalarında suçluluk ile utanç duygularını bir grup içersinde çalışanların farklı yaş grubunda ve kadın- erkek çalışanlar ve nedenlerin sorgulanma, liderler ve yöneticilerde yapıcı suçluluk ve yıkıcı utanç duygularının nasıl açığa çıktığının görülmesi ve grup çalışanlarının utanç duygusunu nasıl yönettikleri amaçlanmıştır. Yarıları erkek yarıları kadın olmak üzere kamuda çalışan 120 kişi üzerinde uygulanmıştır. Eldeki bulgulara bakıldığında suçluluk ile utanç duygularının birbirini etkilemediği ve aralarında anlamlandırılacak bir ilişki olmadığı söylenmiştir. Suçluluk ve utanç duygularının cinsiyete göre farklılık gösterdiği kadınlarda utanç, erkekelerde ise suçluluk duygusunun baskın duygu olduğu yaşa görede faarklılık göstermediği söylenmiştir. Cinsiyete göre duygulardaki bu farklılık grup içi çalışmalarda, grubun davranışlarının oluşmasında örgütün verimliliği noktasında örgüt iklimi ve kültürüyle ilişkilendirilebilir.

Coşkun, Durak ve Elgin (2012) çalışmanın amacı, 8 maddelik Kendini Sansürleme isteği Ölçeği'nin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının ülkemizde yapılmasıdır. Cinsiyet, yaş, eğitim, sosyoekonomik düzey gibi değişkenlere bağlı olarak geniş örneklemelerde araştır malar veya tarama çalışmaları yürütülmelidir. Bu araştırmalara ek olarak, uygulama alanlarında eğitim, psikiyatri, psikoterapi ve danışmanlık alanında kişilerin kendini sansürleme oranları incelenmeli ve bu oranları azaltan veya arttıran diğer değişkenlerin etkisi araştırılmalıdır. Ayrıca, bu tür çalışmalarda uygulanan biyolojik ve psikolojik tekniklerin ne derece kişinin kendini sansürleme düzeyine etkisinin olduğu da gelecek araştırmaların konusudur. Bu anlamda,

bu araştırma yeni araştırmaların ve uygulamaların başlangıcı olarak bir işlev görmektedir.

Karataş (2008) alışmalarında öğrencinin suçluluk ve utanç puanlarının disiplin cezaları ile cinsiyete göre değişkenliğini araştırmışlardır. Büyükşehir belediyesi sınırları içersinde rastgele iki ortaokul seçilmiş disiplin cezası almış 75, almamış 75 toplam 150 ğrenci üzerinde çalışma yapılmıştır. disiplin cezası alamış olmaları suçluluk ve utanç puanlarına farklılıklar görülmüş, suçluluk puanları cinsiyete göre farklılık gtermediği tespit edilmiştir.

### **3.2.2. Suçluluk ve Utanç İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

Wilson, J. (2001) Utanma ve suçluluk duygusu kısaca analiz edilmiştir. Ahlaki motivasyon olarak utanma ve suçluluk duygusunun iyi yanları ve kötü yanları gözden geçirilmiştir. Her iki duygu da çok açıklanabilir değildir. Yine de farklı kültürler bu iki duyguya farklı ağırlıklar vermekte ve farklı anlamlar yüklemektedir. Her bir duygunun (utanç ve suçluluk duygusu) belli başlı avantajları ve dezavantajlarının olduğu ama her ikisi de ahlaksal yararından daha fazla arpıtılabiliyor. Korku ve arzu da dahil olmak üzere değişik motivasyonlar da incelenmiştir. Sonuç olarak; ahlak eğitmenin başlıca (en önemli) görevi çocuklara, kendilerini zevkle adayabilecekleri ve isteklerinin suçluluk veya utanç duygusu yerine, yaşam biçimlerinin gerektirdiği şekilde kontrol altında tutulduğu bir yaşam biçiminin öğretilmesi gerektiği tespit edilmiştir.

Benetti-McQuoid, J. ve Bursik, K. (2005) yılında yapılan çalışmada 104 genç yetişkinler üzerinde yapılan araştırmada suçluluk ve utanç duygusunun kişiden kişiye farklılıkları incelenmiştir. Araştırmaya katılanların çoğu Avrupalı Amerikan'dır. Sonuçlar şunu gösteriyor ki, kadınlar suçluluk duygusuna ve utanmaya daha çok eğilimli olmalarına rağmen, suçluluk duygusu erkeklerde daha çok kişisel (karakter) zellik olarak vardır. Hem kadın hem erkeklerde geleneksel feminen cinsiyet rolü ile birlikte suçluluk duygusu ve utanç eğilimi abartılı bir seviyede olduğu gözlenmiştir.

Oysa geleneksel erkek kendilik algısı ile kadınlarda düşük utanç eğilimleri arasında ilişki gözlenmiştir. Kadınlar suçluluk duygularını gidermek için sözsel cevaplara yönelirken, erkekler daha çok davranışları tercih ettikleri tespit edilmiştir.



## BÖLÜM IV

### 4. YÖNTEM

Bu bölümde araştırma grubu, kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanmasında izlenen yol ve istatistiksel analiz yöntemleri açıklanmaktadır.

#### 4.1. Araştırma Modeli

Yetişkinlerde cinsel doyum ile suçluluk ve utanç duygusu arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu çalışmada suçluluk ve utancıbağımlı değişken olarak, suçluluk ve utancı etkisi araştırılan üzerindeki cinsel doyum bağımsız değişken olarak alınmıştır.

#### 4.2. Araştırma Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evreni 200 kadın, 200 erkek toplam 400 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına göre randomize bir şekilde sağlanmıştır. Veri toplama araçları yetişkin, heteroseksüel şekilde tüm gönüllülere uygulanmıştır.

#### 4.3. Verileri toplama

##### 4.3.1. Veri toplama Araçları

Araştırmada yetişkin bireylerin kişisel özelliklerini belirlemek için “kişisel bilgi formu” kullanılmıştır. Heteroseksüel cinsel yaşamı olan erkek ve kadınlar da cinsel ilişkinin niteliğini belirlemek için “golombok-rust cinsel doyum ölçeği”, katılımcı gönüllülerin suçluluk ve utanç durumunu saptamak için “suçluluk ve utanç ölçeği” kullanılmıştır.

##### 4.3.1.1. Kişisel bilgi formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan formda yetişkin bireylere; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyleri, çalışma durumu, medeni durumları, uzun süre yaşadıkları yer, kardeş sayısı,

ailede kaçınıcı çocuk, evlilik öncesi ilişki, gelir durumu, evlilik dışı ilişki olmalıımı, cinsel bilgi kaynağı, cinsel sorunda başvurma yeri, mastürbasyon ve cinsel sorunda uzmana başvurma gelir düzeyleri türünden sorular yöneltilmiştir.

#### **4.3.1.2. Suçluluk ve Utanç Ölçeği (SUTÖ)**

Suçluluk ve utanç duygu durumlarını saptamak için Şahin ve Şahin (1992) tarafından geliştirilen ölçek 24 maddeden oluşmaktadır. Beşli Likert tipi bir ölçektir. On ikişer maddeden oluşan Suçluluk ve Utanç alt ölçeklerinden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe suçluluk ve utanç düzeylerinin de yükseldiği varsayılır. Her bir alt ölçekten ayrı ayrı en düşük 12, en yüksek 60 puan alınır. Şahin ve Şahin (1992) yaptıkları güvenilirlik çalışmalarında iç tutarlık katsayılarını suçluluk alt ölçeği için 0,81, utanç alt ölçeği için 0,80 olarak bulmuşlardır. Geçerlik çalışmalarında ise suçluluk ve utanç ölçeklerinin birbiri ile korelasyonu 0,49 olarak tespit edilmiştir.

#### **4.3.1.3. Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ):**

Rust ve Golombok'un (1986) Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (The Golombok Rust Inventory of Sexual Satisfaction) heteroseksüel bir ilişki içerisinde kadın ve erkek için cinsel işlevselliğin niteliğini değerlendirmeyi sağlayan Likert tipi bir ölçektir. Kadın ve erkek için ayrı formlardan oluşan GRCDÖ, 28 soru ile cinsellik sorunlarını ve şiddetini değerlendirmektedir. Bu çalışmada kullanılan erkek ve kadın formunda beşi ortak olmak üzere "sıklık", "iletişim", "doyum", "kaçınma", "dokunma", kadınlarda; "anorgazmi", "vajinismus" erkeklerde; "sertleşme" ve "erken boşalma" ile ilgili 7 alt ölçekten oluşmaktadır. 5 ve üzeri puanlar o alt boyutla ilgili cinsel ilişkide bozulmaya işaret etmektedir. Alt boyutlar ya da toplam puan için ölçekten alınan yüksek puanlar cinsel işlevlerde ve ilişkinin niteliğinde ilgili sorun varlığını ve şiddetini belirlemede kullanılabilir. Elde edilen ham puanlar 1 ile 9 arasında değişen standart puanlara dönüştürülebilir. GRCDÖ'nün Türkçe formunun geçerlilik güvenilirlik çalışması Tuğrul ve arkadaşları (1993) tarafından yapılmıştır.



#### 4.4. Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmada ulaşılan verileri değerlendirmede tanımlayıcı istatistiki yöntem olarak sayısal, yüzdeler, ortalamalar ve standart sapma kullanılmıştır. Grup değişkenleri arasındaki ilişki ki-kare analizi ile test edilmiştir.

Araştırmada sürekli değişkenler arasında pearson korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır. Korelasyon analizi sürekli değişkenler arasında doğrusal ilişkinin kuvveti (derecesi) ve yönünün belirlemek üzere uygulanır. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında nedensellik ilişkisini belirlemek üzere; bağımsız değişkenler yardımıyla zor elde edilen bağımlı değişkendirini kestirmek için regresyon analizi uygulanmıştır.

Elde edilen bulgular %95 güven aralığında, %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

## BÖLÜM V

### 5. BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde, sırasıyla kişisel bilgi formuyla demografik ve tanımlayıcı özelliklerine, cinsel doyum için Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ), suçluluk ve utanç ölçeğine ilişkin ulaşılan bulgular yer almaktadır. Ulaşılan bulgulara dayalı olarak açıklamalar ve yorum yapılmıştır.

#### 5.1. Kadın ve Erkek Yetişkinlerin Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı

Bu araştırmada yanıt aranan birinci alt problem “yetişkinlerde cinsel doyum ile suçluluk ve utanç arasındaki bireylerin tanımlayıcı özellikleri nasıl bir dağılım göstermektedir?” şeklinde ifade edilmiştir.

**Tablo 1 : Kadın ve Erkek Yetişkinlerin Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı**

		Kadın		Erkek		p
		n	%	n	%	
Yaş	20-29 Yaş	46	%23,0	72	%36,0	$X^2=11,992$ $p=0,007$
	30-39 Yaş	105	%52,5	76	%38,0	
	40-49 Yaş	40	%20,0	37	%18,5	
	49 Yaş üstü	9	%4,5	15	%7,5	
Kardeş Sayısı	Tek Çocuk	47	%23,5	9	%4,5	$X^2=30,832$ $p=0,000$
	İki Çocuk	76	%38,0	98	%49,0	
	Üççocuk	21	%10,5	20	%10,0	
	Daha Fazla	56	%28,0	73	%36,5	
Ailede Kaçınıcı Çocuk	1	78	%39,0	57	%28,5	$X^2=17,074$

	2	62	%31,0	54	%27,0	p=0,004
	3	25	%12,5	47	%23,5	
	4	18	%9,0	19	%9,5	
	5	10	%5,0	5	%2,5	
	6 Ve üzeri	7	%3,5	18	%9,0	
Eğitim Durumları	İlkokul	22	%11,0	22	%11,0	X <sup>2</sup> =11,087 p=0,026
	Ortaokul	20	%10,0	28	%14,0	
	Lise	71	%35,5	45	%22,5	
	Üniversite	71	%35,5	76	%38,0	
	Yüksek lisans ve üstü	16	%8,0	29	%14,5	
En Uzun Süre Yaşanılan Yer	Köy	25	%12,5	5	%2,5	X <sup>2</sup> =14,415 p=0,001
	Şehir	64	%32,0	71	%35,5	
	Büyük Şehir	111	%55,5	124	%62,0	
Medeni Durum	Bekar	92	%46,0	82	%41,0	X <sup>2</sup> =1,017 p=0,182
	Evli	108	%54,0	118	%59,0	
Evlilik Öncesi İlişki	Flört	94	%47,0	26	%13,0	X <sup>2</sup> =85,674 p=0,000
	Cinsel Birliktelik	12	%6,0	17	%8,5	
	Duygusal Birliktelik	49	%24,5	28	%14,0	
	Hepsi	45	%22,5	129	%64,5	

Çalışma Durumu	Evet	141	%70,5	170	%85,0	X <sup>2</sup> =12,291 p=0,002
	Hayır	51	%25,5	25	%12,5	
	Emekli	8	%4,0	5	%2,5	
Gelir Durumu	Düşük	33	%16,5	19	%9,5	X <sup>2</sup> =4,369 p=0,113
	Orta	146	%73,0	157	%78,5	
	Yüksek	21	%10,5	24	%12,0	
Evlilik Dışı İlişki Olmalımı	Evet	107	%53,5	83	%41,5	X <sup>2</sup> =5,774 p=0,011
	Hayır	93	%46,5	117	%58,5	
Mastürbasyon	Evet	85	%42,5	117	%58,5	X <sup>2</sup> =10,241 p=0,001
	Hayır	115	%57,5	83	%41,5	
Cinsel Bilgi Kaynağı	Arkadaş	48	%24,0	56	%28,0	X <sup>2</sup> =12,197 p=0,016
	Kitap	11	%5,5	5	%2,5	
	Aile	9	%4,5	0	%0,0	
	İnternet Tv	35	%17,5	34	%17,0	
	Hepsi	97	%48,5	105	%52,5	
Cinsel Sorunda Başvurma Yeri	Özel Doktor	110	%55,0	80	%40,0	X <sup>2</sup> =11,104 p=0,011
	Hastane	47	%23,5	56	%28,0	
	Başvuru Yapmam	28	%14,0	34	%17,0	
	Diğer	15	%7,5	30	%15,0	
Cinsel Sorunda Uzman	K.doğum	63	%31,5	0	%0,0	X <sup>2</sup> =247,399

	Psikiyatri	100	%50,0	25	%12,5	p=0,000
	Üroloji	0	%0,0	132	%66,0	
	Baş Vurmam	25	%12,5	19	%9,5	
	Aile Hekimi	0	%0,0	5	%2,5	
	Firkim Yok	12	%6,0	19	%9,5	

Yaş ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $X^2=11,992$ ;  $p=0,007<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 46'sının (%23,0) 21-30 yaş, 105'i (%52,5) 31-40 yaş, 40'ının (%20,0) 41-50 yaş, 9'unun (%4,5) 50 yaş üstü; erkeklerin yanıtlarının 72'si (%36,0) 21-30 yaş, 76'sının (%38,0) 31-40 yaş, 37'si (%18,5) 41-50 yaş, 15'i (%7,5) 50 yaş üstü olduğu görülmektedir.

**Tablo 5.1.1. Kadın ve Erkek Yetişkinlerin Yaş Özelliklerinin Dağılımı**

		Kadın		Erkek		p
		n	%	n	%	
Yaş	21-30 Yaş	46	%23,0	72	%36,0	$X^2=11,992$ $p=0,007$
	31-40 Yaş	105	%52,5	76	%38,0	
	41-50 Yaş	40	%20,0	37	%18,5	
	50 Yaş üstü	9	%4,5	15	%7,5	

Kardeş Sayısı ile cinsiyet arasında anlamlılık tespit edilmiştir ( $X^2=30,832$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 47'si (%23,5) tek çocuk, 76'sının (%38,0) iki çocuk, 21'i (%10,5) üççocuk, 56'sının (%28,0) daha fazla; erkeklerin yanıtlarının 9'unun (%4,5) tek çocuk, 98'i (%49,0) iki çocuk, 20'si (%10,0) üççocuk, 73'ününün (%36,5) daha fazla olduğu görülmektedir.

Ailede Kaçınıcı Çocuk ile cinsiyet arasında anlamlılık tespit edilmiştir( $X^2=17,074$ ;  $p=0,004<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 78'i (%39,0) 1, 62'si (%31,0) 2, 25'i (%12,5) 3, 18'i (%9,0) 4, 10'unun (%5,0) 5, 7'si (%3,5) 6 ve üzeri; erkeklerin yanıtlarının 57'si (%28,5) 1, 54'ünün (%27,0) 2, 47'si (%23,5) 3, 19'unun (%9,5) 4, 5'i (%2,5) 5, 18'i (%9,0) 6 ve üstü olduğu görülmüştür.

Eğitim Durumları ve cinsiyet aralarında anlamlılışki tespit edilmiştir( $X^2=11,087$ ;  $p=0,026<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 22'si (%11,0) ilkokul mezunu, 20'si (%10,0) ortaokul mezunu, 71'i (%35,5) lise mezunu, 71'i (%35,5) üniversite mezunu, 16'sının (%8,0) lisans üstü ve doktora; erkeklerin yanıtlarının 22'si (%11,0) ilkokul mezunu, 28'i (%14,0) ortaokul mezunu, 45'i (%22,5) lise mezunu, 76'sının (%38,0) üniversite mezunu, 29'unun (%14,5) yüksek lisans ve üstü dür.

En Uzun Süre Yaşanılan Yer ile cinsiyet arasında anlamlılık tespit edilmiştir( $X^2=14,415$ ;  $p=0,001<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 25'i (%12,5) köy, 64'ünün (%32,0) şehir, 111'i (%55,5) büyük şehir; erkeklerin yanıtlarının 5'i (%2,5) köy, 71'i (%35,5) şehir, 124'ünün (%62,0) büyük şehir olduğu görülmüştür.

Medeni Durumları ve cinsiyet araslarında anlamlık ilişkisi bulunmamıştır ( $X^2=1,017$ ;  $p=0,182>0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 92'si (%46,0) bekar, 108'i (%54,0) evli; erkeklerin yanıtlarının 82'si (%41,0) bekar, 118'i (%59,0) evli olduğu görülmektedir.

Evlilik Öncesi İlişki ile cinsiyet arasında anlamlılık tespit edilmiştir( $X^2=85,674$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 94'ünün (%47,0) flört, 12'si (%6,0) cinsel birliktelik, 49'unun (%24,5) duygusal birliktelik, 45'i (%22,5) hepsi; erkeklerin

yanıtlarının 26'sının (%13,0) flört, 17'si (%8,5) cinsel birliktelik, 28'i (%14,0) duygusal birliktelik, 129'unun (%64,5) hepsi olduğu görülmektedir.

Çalışma Durumu ile cinsiyet arasındaki ilişki anlamlı tespit edilmiştir ( $X^2=12,291$ ;  $p=0,002<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 141'i (%70,5) evet, 51'i (%25,5) hayır, 8'i (%4,0) emekli; erkeklerin yanıtlarının 170'i (%85,0) evet, 25'i (%12,5) hayır, 5'i (%2,5) emekli dir.

Gelir Durumu ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır ( $X^2=4,369$ ;  $p=0,113>0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 33'ünün (%16,5) düşük, 146'sının (%73,0) orta, 21'i (%10,5) yüksek; erkeklerin yanıtlarının 19'unun (%9,5) düşük, 157'si (%78,5) orta, 24'ünün (%12,0) yüksek olduğu görülmektedir.

Evlilik Dışı İlişki Olmasını ile cinsiyet arasında anlamlılık tespit edilmiştir ( $X^2=5,774$ ;  $p=0,011<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 107'si (%53,5) evet, 93'ünün (%46,5) hayır; erkeklerin yanıtlarının 83'ünün (%41,5) evet, 117'si (%58,5) hayır olduğu görülmektedir.

Mastürbasyon ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $X^2=10,241$ ;  $p=0,001<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 85'i (%42,5) evet, 115'i (%57,5) hayır; erkeklerin yanıtlarının 117'si (%58,5) evet, 83'ünün (%41,5) hayır olduğu görülmektedir.

Cinsel Bilgi Kaynağı ile cinsiyet arasında anlamlılık tespit edilmiştir ( $X^2=12,197$ ;  $p=0,016<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 48'i (%24,0) arkadaş, 11'i (%5,5) kitap, 9'unun (%4,5) aile, 35'i (%17,5) internet tv, 97'si (%48,5) hepsi; erkeklerin yanıtlarının 56'sının

(%28,0) arkadaş, 5'i (%2,5) kitap, 34'ünün (%17,0) internet tv, 105'i (%52,5) hepsi olduğu görülmektedir.

Cinsel Sorunda Başvurma Yeri ile cinsiyet arasında anlamlılık tespit edilmiştir( $X^2=11,104$ ;  $p=0,011<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 110'unun (%55,0) özel doktor, 47'si (%23,5) hastane, 28'i (%14,0) başvuru yapmam, 15'i (%7,5) diğer; erkeklerin yanıtlarının 80'i (%40,0) özel doktor, 56'sının (%28,0) hastane, 34'ünün (%17,0) başvuru yapmam, 30'unun (%15,0) diğer olduğu görülmektedir.

Cinsel Sorunda Uzman ile cinsiyet arasında anlamlılık tespit edilmiştir( $X^2=247,399$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Kadınların yanıtlarının 63'ünün (%31,5) k.doğum, 100'ünün (%50,0) psikiyatri, 25'i (%12,5) başvurmam, 12'si (%6,0) firkim yok; erkeklerin yanıtlarının 25'i (%12,5) psikiyatri, 132'si (%66,0) üroloji, 19'unun (%9,5) başvurmam, 5'i (%2,5) aile hekimi, 19'unun (%9,5) firkim yok olduğu görülmektedir.

## 5.2. Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum, Suçluluk Ve Utanç Düzeyleri

Bu araştırmada yanıt aranan erkek yetişkinlerde cinsel doyum, suçluluk ve utanç düzeylerinin dağılımlarının tablo 2. ve tablo 3. de incelenmiştir.

**Tablo 2. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk Ve Utanç Düzeyleri**

	N	Ort	Ss
Suçluluk	200	50,095	7,423
Utanç	200	40,125	7,149



Araştırmaya katılan yetişkinlerin “suçluluk” düzeyi ( $50,095 \pm 7,423$ ); “utanç” düzeyi ( $40,125 \pm 7,149$ ) olarak saptanmıştır.

**Tablo 3. Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum Düzeyleri**

	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>
Sertleşme Sorunu	200	2,050	1,233
Erken Boşalma	200	2,753	1,611
Dokunma	200	1,848	1,578
Kaçınma	200	1,727	1,342
Doyum	200	3,302	1,859
Sıklık	200	3,848	1,667
İletişim	200	3,083	2,548
Cinsel Doyum Toplam	200	2,414	0,955

Araştırmaya katılan yetişkinlerin “sertleşme sorunu” düzeyi ( $2,050 \pm 1,233$ ); “erken boşalma” düzeyi ( $2,753 \pm 1,611$ ); “dokunma” düzeyi ( $1,848 \pm 1,578$ ); “kaçınma” ifadesine düzeyi ( $1,727 \pm 1,342$ ); “doyum” düzeyi ( $3,302 \pm 1,859$ ); “sıklık” düzeyi ( $3,848 \pm 1,667$ ); “iletişim” düzeyi ( $3,083 \pm 2,548$ ); “cinsel doyum toplam” düzeyi ( $2,414 \pm 0,955$ ) olarak saptanmıştır.

### **5.3. Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum İle Suçluluk Ve Utanç Arasındaki İlişki**

Bu araştırmada yanıt aranan erkek yetişkinlerde cinsel doyum ile suçluluk ve utanç düzeylerinin dağılımlarının tablo 4. -tablo 12. de incelenmiştir.

**Tablo 4. Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum İle Suçluluk Ve Utanç Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi**

		Suçluluk	Utanç	Sertleşme sorunu	Erken Boşalma	Dokunma	Kaçınma	Doyum	Sıklık	İletişim	Doyum Tonlam
<b>Suçluluk</b>	r	1,000									
	p	0,000									
<b>Utanç</b>	r	0,546**	1,000								
	p	0,000	0,000								
<b>Sertleşme sorunu</b>	r	-0,037	0,169*	1,000							
	p	0,605	0,017	0,000							
<b>Erken Boşalma</b>	r	0,035	-0,164*	0,236**	1,000						
	p	0,623	0,021	0,001	0,000						
<b>Dokunma</b>	r	-0,150*	-0,128	0,405**	0,369**	1,000					
	p	0,034	0,072	0,000	0,000	0,000					
<b>Kaçınma</b>	r	-0,036	-0,066	0,482**	0,323**	0,570**	1,000				
	p	0,612	0,352	0,000	0,000	0,000	0,000				

<b>Doyum</b>	r	-0,037	0,004	0,091	0,347 **	0,255 **	0,376 **	1,000			
	p	0,603	0,959	0,201	0,000	0,000	0,000	0,000			
<b>Sıklık</b>	r	- 0,147 *	- 0,386 **	0,309 **	0,233 **	0,221 **	0,472 **	0,420 **	1,000		
	p	0,038	0,000	0,000	0,001	0,002	0,000	0,000	0,000		
<b>İletişim</b>	r	0,095	0,072	0,021	0,179 *	0,392 **	0,228 **	0,164 *	-0,042	1,000	
	p	0,182	0,312	0,770	0,011	0,000	0,001	0,020	0,553	0,000	
<b>Cinsel Doyum Toplam</b>	r	-0,018	-0,094	0,579 **	0,655 **	0,747 **	0,763 **	0,602 **	0,545 **	0,425 **	1,00 0
	p	0,797	0,184	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,00 0

Erkek yetişkinlerde;

Utanç ile suçluluk arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.546$ ). Sertleşme sorunu ile utanç arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.169$ ;  $p=0,017<0.05$ ). Erken Boşalma ile utanç arasında çok zayıf, ters yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=-0.164$ ). Erken Boşalma ile Sertleşme sorunu arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.236$ ). Dokunma ile suçluluk arasında çok zayıf, ters yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=-0.15$ ). Dokunma ile empotans arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.405$ ). Dokunma ile erken boşalma arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.369$ ). Kaçınma ile Sertleşme sorunu arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.482$ ). Kaçınma ile erken boşalma arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.323$ ). Kaçınma ile dokunma

arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.57$ ). Doyum ile erken boşalma arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.347$ ). Doyum ile dokunma arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.255$ ). Doyum ile kaçınma arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.376$ ). Sıklık ile suçluluk arasında çok zayıf, ters yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=-0.147$ ). Sıklık ile utanç arasında zayıf, ters yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=-0.386$ ). Sıklık ile Sertleşme sorunu arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.309$ ). Sıklık ile erken boşalma arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.233$ ). Sıklık ile dokunma arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.221$ ). Sıklık ile kaçınma arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.472$ ). Sıklık ile doyum arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.42$ ). İletişim ile erken boşalma arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.179$ ). İletişim ile dokunma arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.392$ ). İletişim ile kaçınma arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.228$ ). İletişim ile doyum arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.164$ ). Cinsel Doyum Toplam ile Sertleşme sorunu arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.579$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Cinsel Doyum Toplam ile erken boşalma arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.655$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Cinsel Doyum Toplam ile dokunma arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.747$ ;). Cinsel Doyum Toplam ile kaçınma arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.763$ ). Cinsel Doyum Toplam ile doyum arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.602$ ). Cinsel Doyum Toplam ile sıklık arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.545$ ). Cinsel Doyum Toplam ile iletişim arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.425$ ).

Diğer değişkenler arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 5. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Sertleşme sorunu Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Sertleşme sorunu	Sabit	1,715	2,787	0,006	5,453	0,005	0,043
	Suçluluk	-0,031	-2,224	0,027			
	Utanc	0,047	3,259	0,001			

Erkek yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile Sertleşme sorunu arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır(F=5,453). Sertleşme sorunu seviyesinin belirleyicisi olarak suçluluk, utanç değişkenleri ile açıklayıcılık gücünün zayıf olduğu tespit edilmiştir(R<sup>2</sup>=0,043). Yetişkinlerin suçluluk düzeyi Sertleşme sorunu düzeyini azaltmaktadır ( $\beta$ =-0,031). Yetişkinlerin utanç düzeyi Sertleşme sorunu düzeyini arttırmaktadır ( $\beta$ =0,047).

**Tablo 6. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Erken Boşalma Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Erken Boşalma	Sabit	3,181	3,947	0,000	5,044	0,007	0,039
	Suçluluk	0,038	2,134	0,034			
	Utanc	-0,059	-3,136	0,002			

Erkek yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile erken boşalma arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık

bulunmaktadır( $F=5,044$ ;  $p=0,007<0,05$ ). Erken boşalma seviyesinin belirleyicisi olarak suçluluk, utanç değişkenleri ile açıklayıcılık gücünün zayıf olduğu tespit edilmiştir ( $R^2=0,039$ ). Yetişkinlerin suçluluk düzeyi erken boşalma düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,038$ ). Yetişkinlerin utanç düzeyi erken boşalma düzeyini azaltmaktadır ( $\beta=-0,059$ ).

**Tablo 7. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Dokunma Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	$R^2$
Dokunma	Sabit	3,641	4,555	0,000	2,567	0,079	0,016
	Suçluluk	-0,024	-1,359	0,176			
	Utanç	-0,014	-0,778	0,438			

Erkek yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile dokunma arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmamaktadır( $F=2,567$ ;  $p=0,079>0,050$ ).

**Tablo 8. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Kaçınma Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	$R^2$
Kaçınma	Sabit	2,225	3,240	0,001	0,434	0,649	0,006
	Suçluluk	0,278	-0,889	0,998			
	Utanç	-0,012	-0,780	0,436			

Erkek yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile kaçınma arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regresyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmamaktadır( $F=0,434$ ;  $p=0,649>0,050$ ).

**Tablo 9. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Doyum Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	$R^2$
Doyum	Sabit	3,644	3,826	0,000	0,215	0,807	0,008
	Suçluluk	-0,014	-0,654	0,514			
	Utanç	0,009	0,400	0,690			

Erkek yetişkinlerde suçluluk, utanç ile doyum arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regresyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmamaktadır( $F=0,215$ ;  $p=0,807>0,050$ ).

**Tablo 10. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Sıklık Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	$R^2$
Sıklık	Sabit	6,902	8,781	0,000	18,030	0,000	0,146
	Suçluluk	0,020	1,158	0,248			
	Utanç	-0,101	-5,569	0,000			

Erkek yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile sıklık arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regresyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır( $F=18,030$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Sıklık seviyesini belirleyici olarak suçluluk, utanç değişkenleri ile açıklayıcılık gücünüzayıf olduğu tespit edilmiştir( $R^2=0,146$ ).

Yetişkinlerin suçluluk düzeyi sıklık düzeyine etki etmemektedir ( $p=0.248>0.05$ ). Yetişkinlerin utanç seviyesi sıklık seviyesini azaltmıştır ( $\beta=-0,101$ ).

**Tablo 11. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın İletişim Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
İletişim	Sabit	1,313	1,009	0,314	0,950	0,388	0,001
	Suçluluk	0,027	0,935	0,351			
	Utanc	0,010	0,339	0,735			

Erkek yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile iletişim arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regresyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmamaktadır ( $F=0,950$ ;  $p=0,388>0,050$ ).

**Tablo 12. Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Cinsel Doyum Toplam Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Cinsel Doyum Toplam	Sabit	2,753	5,651	0,000	1,039	0,356	0,014
	Suçluluk	0,006	0,557	0,578			
	Utanc	-0,016	-1,418	0,158			

Erkek yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile cinsel doyum toplam arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regresyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmamaktadır ( $F=1,039$ ;  $p=0,356>0,050$ ).



#### 5.4. Kadın Yetişkinlerde Cinsel Doyum, Suçluluk İle Utanç Düzeyleri

Bu araştırmada yanıt aranan kadın yetişkinlerde cinsel doyum, suçluluk ile utanç düzeylerinin dağılımlarının tablo 13. ile tablo 14. de incelenmiştir.

**Tablo 13. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk İle Utanç Düzeyleri**

	N	Ort	Ss
Suçluluk	200	51,770	5,944
Utanç	200	45,305	7,974

Araştırmaya katılan yetişkinlerin “suçluluk” düzeyi ( $51,770 \pm 5,944$ ); “utanç” düzeyi ( $45,305 \pm 7,974$ ) olarak saptanmıştır.

**Tablo 14. Kadın Yetişkinlerde Cinsel Doyum Düzeyleri**

	N	Ort	Ss
Sıklık	200	4,742	1,953
İletişim	200	3,330	2,473
Doyum	200	3,350	1,940
Kaçınma	200	2,678	1,677
Dokunma	200	2,517	1,781
Vajinismus	200	3,142	1,774
Anorgazmi	200	2,903	1,992
Cinsel Doyum Toplam	200	3,027	1,466

Araştırmaya katılan yetişkinlerin “sıklık” düzeyi çok yüksek ( $4,742 \pm 1,953$ ); “iletişim” düzeyi ( $3,330 \pm 2,473$ ); “doyum” düzeyi ( $3,350 \pm 1,940$ ); “kaçınma” düzeyi ( $2,678 \pm 1,677$ ); “dokunma” düzeyi ( $2,517 \pm 1,781$ ); “vajinismus” düzeyi ( $3,142 \pm 1,774$ ); “anorgazmi” düzeyi ( $2,903 \pm 1,992$ ); “cinsel doyum toplam” düzeyi ( $3,027 \pm 1,466$ ); olarak saptanmıştır.

Bu araştırmada yanıt aranan kadın yetişkinlerde cinsel doyum, suçluluk ile utanç arasındaki ilişki ye yönelik korelasyon analizi tablo 15. ile tablo 23. de incelenmiştir.

**Tablo 15. Kadın Yetişkinlerde Cinsel Doyum İle Suçluluk İle Utanç Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi**

		Suçluluk	Utanç	Sıklık	İletişim	Doyum	Kaçınma	Dokunma	Vajinismus	Anorgazmi	Doyum Toplam
<b>Suçluluk</b>	r	1,000									
	p	0,000									
<b>Utanç</b>	r	0,425 **	1,000								
	p	0,000	0,000								
<b>Sıklık</b>	r	0,038	0,208 **	1,000							
	p	0,589	0,003	0,000							
<b>İletişim</b>	r	0,227 **	0,578 **	0,371 **	1,000						

	p	0,001	0,000	0,000	0,000						
<b>Doyum</b>	r	0,191 **	0,240 **	0,486 **	0,651 **	1,000					
	p	0,007	0,001	0,000	0,000	0,000					
<b>Kaçınma</b>	r	0,085	0,336 **	0,359 **	0,630 **	0,633 **	1,000				
	p	0,231	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000				
<b>Dokunma</b>	r	0,213 **	0,354 **	0,416 **	0,717 **	0,701 **	0,674 **	1,000			
	p	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000			
<b>Vajinismus</b>	r	0,331 **	0,327 **	0,126	0,408 **	0,416 **	0,348 **	0,444 **	1,000		
	p	0,000	0,000	0,076	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		
<b>Anorgazmi</b>	r	0,297 **	0,344 **	0,423 **	0,683 **	0,735 **	0,544 **	0,688 **	0,450 **	1,000	
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
<b>Cinsel Doyum Toplam</b>	r	0,300 **	0,439 **	0,524 **	0,825 **	0,869 **	0,759 **	0,869 **	0,610 **	0,864 **	1,000
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

Kadın yetişkinlerde;

Utancı ile suçluluk arasında zayıf, direkt yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir ( $r=0.425$ ). Sıklık ile utanç arasında çok zayıf, direkt yönlü doğrusal ilişki tespit

edilmiştir( $r=0.208$ ). İletişim ile suçluluk arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.227$ ). İletişim ile utanç arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.578$ ). İletişim ile sıklık arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.371$ ). Doyum ile suçluluk arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.191$ ). Doyum ile utanç arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.24$ ). Doyum ile sıklık arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.486$ ). Doyum ile iletişim arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.651$ ). Kaçınma ile utanç arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.336$ ). Kaçınma ile sıklık arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.359$ ). Kaçınma ile iletişim arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.63$ ). Kaçınma ile doyum arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.633$ ). Dokunma ile suçluluk arasında çok zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.213$ ). Dokunma ile utanç arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.354$ ). Dokunma ile sıklık arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.416$ ). Dokunma ile iletişim arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.717$ ). Dokunma ile doyum arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.701$ ). Dokunma ile kaçınma arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.674$ ). Vajinismus ile suçluluk arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.331$ ). Vajinismus ile utanç arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.327$ ). Vajinismus ile iletişim arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.408$ ). Vajinismus ile doyum arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.416$ ). Vajinismus ile kaçınma arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.348$ ). Vajinismus ile dokunma arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.444$ ). Anorgazmi ile suçluluk arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.297$ ). Anorgazmi ile utanç arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.344$ ). Anorgazmi ile sıklık arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.423$ ). Anorgazmi ile iletişim arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.683$ ). Anorgazmi ile doyum arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.735$ ). Anorgazmi ile kaçınma arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.544$ ). Anorgazmi ile dokunma arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki

tespit edilmiştir( $r=0.688$ ). Anorgazmi ile vajinismus arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.45$ ). Cinsel Doyum Toplam ile suçluluk arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.3$ ). Cinsel Doyum Toplam ile utanç arasında zayıf, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.439$ ). Cinsel Doyum Toplam ile sıklık arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.524$ ). Cinsel Doyum Toplam ile iletişim arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.825$ ). Cinsel Doyum Toplam ile doyum arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.869$ ). Cinsel Doyum Toplam ile kaçınma arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.759$ ). Cinsel Doyum Toplam ile dokunma arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.869$ ). Cinsel Doyum Toplam ile vajinismus arasında orta, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.61$ ). Cinsel Doyum Toplam ile anorgazmi arasında yüksek, direk yönlü doğrusal ilişki tespit edilmiştir( $r=0.864$ ).

Diğer değişkenler arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 16. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Sıklık Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Sıklık	Sabit	3,185	2,594	0,010	4,763	0,010	0,036
	Suçluluk	-0,020	-0,790	0,430			
	Utanc	0,057	3,037	0,003			

Kadın yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile sıklık arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır( $F=4,763$ ). Sıklık seviyesinin belirleyicisi olarak suçluluk, utanç değişkenleri ile açıklayıcılık gücünün zayıf olduğu görülmüştür( $R^2=0,036$ ).

Yetişkinlerin suçluluk düzeyi sıklık seviyesini etki etmemektedir ( $p=0.430>0.05$ ). Yetişkinlerin utanç seviyesi sıklığını arttırmaktadır ( $\beta=0,057$ ).

**Tablo 17. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın İletişim Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
İletişim	Sabit	-4,441	-3,420	0,001	49,605	0,000	0,328
	Suçluluk	-0,010	-0,357	0,722			
	Utanc	0,182	9,163	0,000			

Kadın yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile iletişim arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regresyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır( $F=49,605$ ). İletişim seviyesinin belirleyicisi olarak suçluluk, utanç değişkenleri arasındaki ilişkisinin güçlü olduğu görülmüştür( $R^2=0,328$ ). Yetişkinlerin suçluluk seviyesi iletişim düzeyine etki etmemektedir ( $p=0.722>0.05$ ). Yetişkinlerin utanç seviyesi iletişim seviyesini arttırdığı görülmüştür ( $\beta=0,182$ ).

**Tablo 18. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Doyum Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Doyum	Sabit	-0,626	-0,519	0,604	7,121	0,001	0,058
	Suçluluk	0,035	1,431	0,154			

	Utanç	0,047	2,553	0,011			
--	-------	-------	-------	-------	--	--	--

Kadın yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile doyum arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır( $F=7,121$ ;  $p=0,001<0,05$ ). Doyum seviyesini belirleyici olarak suçluluk, utanç değişkenleri arasındaki ilişkisinin zayıf olduğu tespit edilmiştir( $R^2=0,058$ ). Yetişkinlerin suçluluk seviyesi doyumunu etki etmemektedir ( $p=0,154>0,05$ ). Yetişkinlerin utanç seviyesi doyumunu arttırdığı görülmüştür ( $\beta=0,047$ ).

**Tablo 19. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Kaçınma Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	$R^2$
Kaçınma	Sabit	0,218	0,215	0,830	13,071	0,000	0,108
	Suçluluk	-0,020	-0,954	0,341			
	Utanç	0,077	4,952	0,000			

Kadın yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile kaçınma arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır( $F=13,071$ ). Kaçınma seviyesinin belirleyicisi olarak suçluluk, utanç değişkenleri ile ilişkisinin zayıf olduğu görülmüştür( $R^2=0,108$ ). Yetişkinlerin suçluluk seviyesi kaçınmaya etki etmemektedir ( $p=0,341>0,05$ ). Yetişkinlerin utanç seviyesi kaçınmayı arttırdığı görülmüştür ( $\beta=0,077$ ).

**Tablo 20. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Dokunma Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	$R^2$
------------------	-------------------	---------	---	---	---	-----------	-------

Dokunma	Sabit	-1,924	-1,799	0,074	14,705	0,000	0,121
	Suçluluk	0,023	1,047	0,296			
	Utanc	0,072	4,372	0,000			

Kadın yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile dokunma arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır(F=14,705). Dokunma seviyesinin belirleyicisi olarak suçluluk, utanç değişkenleri arasındaki ilişkisinin zayıf olduğu görülmüştür(R<sup>2</sup>=0,121). Yetişkinlerin suçluluk seviyesi dokunmaya etki etmediği görülmüştür (p=0.296>0.05). Yetişkinlerin utanç seviyesi dokunmayı arttırdığı görülmüştür (β=0,072).

**Tablo 21. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Vajinismus Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Vajinismus	Sabit	-2,770	-2,635	0,009	17,665	0,000	0,143
	Suçluluk	0,070	3,228	0,001			
	Utanc	0,051	3,147	0,002			

Kadın yetişkinlerde Suçluluk, utanç ile vajinismus arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır(F=17,665). Vajinismus seviyesi belirleyicisi olarak suçluluk, utanç değişkenleri arasındaki ilişkisinin zayıf olduğu görülmektedir(R<sup>2</sup>=0,143). Yetişkinlerin suçluluk seviyesi vajinismusu arttırdığı tespit edilmiştir (β=0,070). Yetişkinlerin utanç seviyesi vajinismusu arttırdığı görülmüştür (β=0,051).

**Tablo 22. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Anorgazmi Üzerindeki Etkisi**



Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Anorgazmi	Sabit	-3,309	-2,792	0,006	16,886	0,000	0,138
	Suçluluk	0,062	2,538	0,012			
	Utanc	0,066	3,654	0,000			

Kadın yetişkinlerde Suçluluk, utanc ile anorgazmi arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır(F=16,886). Anorgazmi seviyesinin belirleyicisi olarak suçluluk, utanc değişkenleri arasındaki ilişkisinin zayıf olduğu görülmüştür(R<sup>2</sup>=0,138). Yetişkinlerin suçluluk seviyesi anorgazmi arttırmaktadır ( $\beta$ =0,062). Yetişkinlerin utanc seviyesi anorgazmi arttırdığı görülmüştür ( $\beta$ =0,066).

**Tablo 23. Kadın Yetişkinlerde Suçluluk ile Utancın Cinsel Doyum Toplam Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Cinsel Doyum Toplam	Sabit	-1,911	-2,275	0,024	25,925	0,000	0,200
	Suçluluk	0,034	1,984	0,049			
	Utanc	0,070	5,424	0,000			

Kadın yetişkinlerde Suçluluk, utanc ile cinsel doyum toplam arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için uygulanan regrasyon analizi istatistiki açıdan anlamlılık bulunmaktadır(F=25,925). Cinsel doyum toplam seviyesinin belirleyicisi olarak suçluluk, utanc değişkenleri arasındaki ilişkisinin zayıf olduğu tespit edilmiştir(R<sup>2</sup>=0,200). Yetişkinlerin suçluluk düzeyi cinsel doyum toplam düzeyini

arttırmaktadır ( $\beta=0,034$ ). Yetişkinlerin utanç düzeyi cinsel doyum toplam düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,070$ ).

### 5.6. Kadın ile Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utanç Düzeyleri Arasındaki Fark

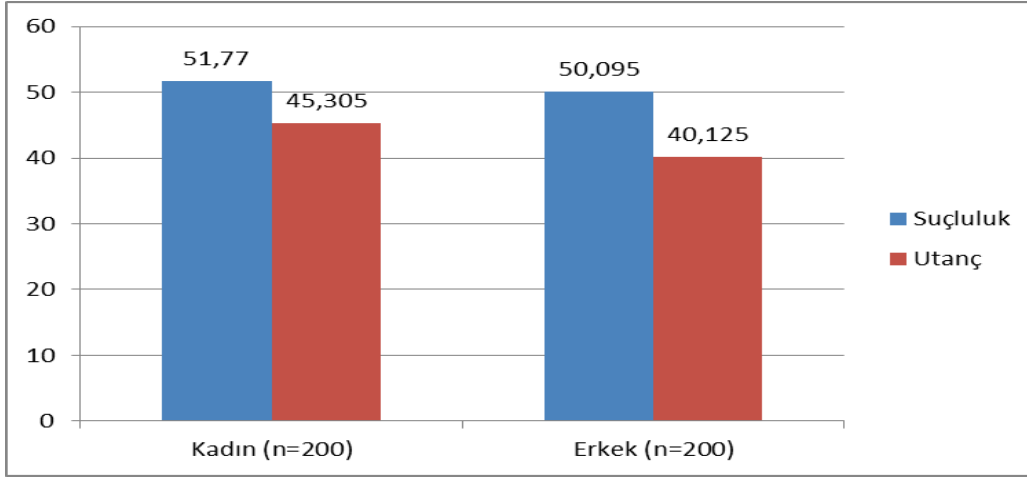
Bu araştırmada yanıt aranan kadın ile erkek yetişkinlerde, suçluluk ile utanç düzeylerinin arasındaki fark tablo 24. de incelenmiştir.

**Tablo 24. Kadın ile Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utanç Düzeylerinin Ortalamaları**

Gruplar	Kadın (n=200)		Erkek (n=200)		t	p
	Ort	Ss	Ort	Ss		
Suçluluk	51,770	5,944	50,095	7,423	2,491	0,013
Utanç	45,305	7,974	40,125	7,149	6,840	0,000

Araştırmaya katılan yetişkinlerin suçluluk puanlarının ortalamasının cinsiyet değişkeni açısından farklılıkları tespit etmek için uygulanan t-testi sonucuna göre grup ortalamaları arasındaki fark istatistikilerle anlamlılık göstermiştir ( $t=2,491$ ;  $p=0,013<0,05$ ). Kadınların suçluluk puanları ( $x=51,770$ ), erkeklerin suçluluk puanlarından ( $x=50,095$ ) yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin utanç puanlarının ortalamasının cinsiyet değişkeni açısından farklılıkları tespit etmek için uygulanan t-testi sonucuna göre grup ortalamaları arasındaki fark istatistikilerle anlamlılık göstermiştir ( $t=6,840$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Kadınların utanç puanları ( $x=45,305$ ), erkeklerin utanç puanlarından ( $x=40,125$ ) yüksek olduğu saptanmıştır.



**Grafik 1 : Kadın ile Erkek Yetişkinlerde Suçluluk ile Utanç Düzeylerine İlişkin Diyagram**

### 5.7. Kadın ile Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum Düzeyleri Arasındaki Fark

Bu araştırmada yanıt aranan kadın ile erkek yetişkinlerde, cinsel doyum düzeylerinin arasındaki fark tablo 25. de incelenmiştir.

**Tablo 25. Kadın ile Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum Düzeylerinin Ortalamaları**

Gruplar	Kadın (n=200)		Erkek (n=200)		t	p
	Ort	Ss	Ort	Ss		
Kaçınma	2,678	1,677	1,727	1,342	6,259	0,000
Doyum	3,350	1,940	3,302	1,859	0,252	0,801
İletişim	3,330	2,473	3,083	2,548	0,986	0,325
Dokunma	2,517	1,781	1,848	1,578	3,977	0,000
Sıklık	4,742	1,953	3,848	1,667	4,926	0,000

Cinsel Doyum Toplam	3,027	1,466	2,414	0,955	4,952	0,000
---------------------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

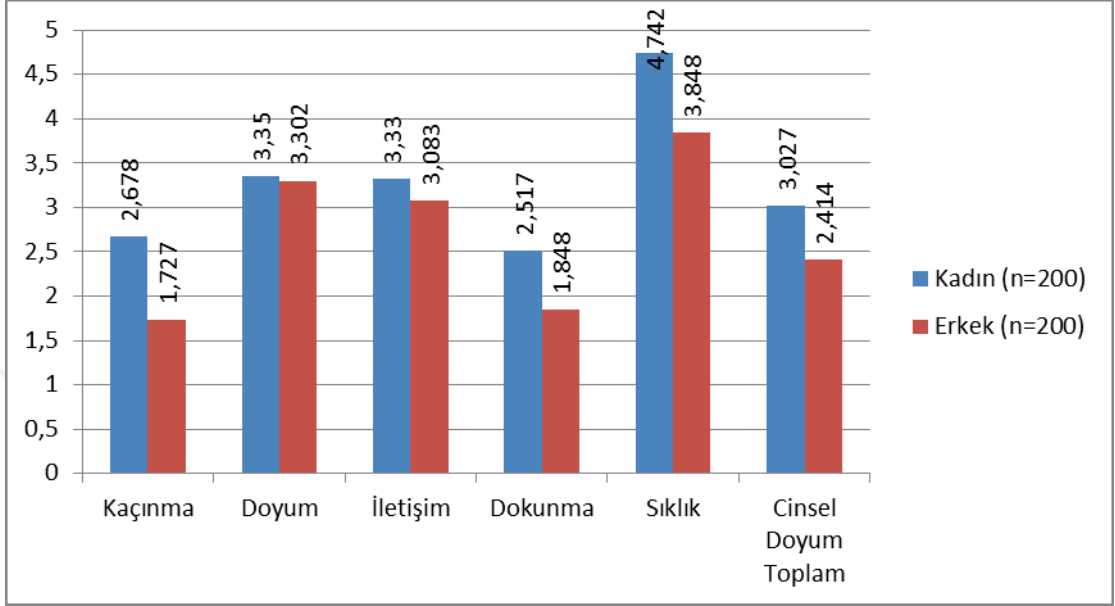
Araştırmaya katılan yetişkinlerin kaçınma puanlarının ortalamasının cinsiyet değişkeni açısından farklılıkları tespit etmek için uygulanan t-testi sonucuna göre grup ortalamaları arasındaki fark istatistik olarak anlamlılık göstermiştir ( $t=6.259$ ;  $p=0.000<0,05$ ). Kadınların kaçınma puanları ( $x=2,678$ ), erkeklerin kaçınma puanlarından ( $x=1,727$ ) yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin dokunma puanlarının ortalamasının cinsiyet değişkeni açısından farklılıkları tespit etmek için uygulanan t-testi sonucuna göre grup ortalamaları arasındaki fark istatistik olarak anlamlılık göstermiştir ( $t=3.977$ ;  $p=0.000<0,05$ ). Kadınların dokunma puanları ( $x=2,517$ ), erkeklerin dokunma puanlarından ( $x=1,848$ ) yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin sıklık puanlarının ortalamasının cinsiyet değişkeni açısından farklılıkları tespit etmek için uygulanan t-testi sonucuna göre grup ortalamaları arasındaki fark istatistik olarak anlamlılık göstermiştir ( $t=4.926$ ;  $p=0.000<0,05$ ). Kadınların sıklık puanları ( $x=4,742$ ), erkeklerin sıklık puanlarından ( $x=3,848$ ) yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin cinsel doyum toplam puanlarının ortalamasının cinsiyet değişkeni açısından farklılıkları tespit etmek için uygulanan t-testi sonucuna göre grup ortalamaları arasındaki fark istatistik olarak anlamlılık göstermiştir ( $t=4.952$ ;  $p=0.000<0,05$ ). Kadınların cinsel doyum toplam puanları ( $x=3,027$ ), erkeklerin cinsel doyum toplam puanlarından ( $x=2,414$ ) yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin doyum, iletişim puanlarının ortalamasının cinsiyet değişkeni açısından farklılıkları tespit etmek için uygulanan t-testi sonucuna göre grup ortalamaları arasındaki fark istatistiki olarak anlamlılık görülmemiştir ( $p>0,05$ ).



**Grafik 2 : Kadın ile Erkek Yetişkinlerde Cinsel Doyum Düzeylerine İlişkin Diyagram**

## BÖLÜM VI

### 6. TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde, yetişkinlerde cinsel doyum ile suçluluk ile utanç arasındaki ilişkinin arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan bu araştırmanın sonuç, tartışma ile önerilerine yer verilmiştir.

#### 6.1.TARTIŞMA VE SONUÇ

Literatürde Cinsel işlev bozukluğu gerek organik gerekse psikojenik olsun psikolojik etkenleride barındırabilir. Cinsel uyarılmayla son noktası olarak cinsel davranışın fizyolojik, psikolojik ve kültürel dinamiklerin ağıdır (Rowland, 1995). Köroğlu (2004) cinsel işlevlerin, biyolojik, psikolojik ile sosyolojik etkenlerden etkilenebileceğini ifade etmektedir. Bu çalışmada yetişkin kadın ile erkek bireylerle çalışılmıştır. Yetişkinlerin cinsel doyumlarına etki eden nedenlere ulaşmayı amaçlamıştır. Yapılan araştırma sonucunda araştırmaya katılan yetişkinlerin suçluluk puan ortalamaları cinsiyet değişkeni açısından grup ortalaması arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlılık göstermiştir. Kadınların suçluluk puanları, erkeklerin suçluluk puanlarından yüksek olduğu saptanmıştır. Utanç puan ortalamaları cinsiyet değişkeni açısından grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlılık göstermiştir. Kadınların utanç puanları, erkeklerin utanç puanlarından yüksek olduğu saptanmıştır. Cinsiyete göre yetişkin kadınlardaki suçluluk ile utanç puanlarının yüksek oluşu sosyokültürel ile psikososyal etkilerden dolayı farklılıkların oluşmasına neden olduğu anlaşılmaktadır. Literatürde suçluluk ile utangaçlık hakkında değişik yaklaşımlar bulunsa da ailenin çocukla etkileşiminin önemi noktasında genel bir düşünce birliğinin olduğu görülmektedir. Ailede sürekli azarlanan, aşırı korunan ve sorumluluk almasına müsaade edilmeyen çocukların kendilerini yetersiz veya beceriksiz olduklarını hisseden çocuklar ileriki yaşantılarında utanan, alıngan, ürken, kendi kendilere karar veremeyen, sosyal ilişkilerde zorluklar yaşayan yetişkin bireyler olabilecekleri konusunda yorumlar getirmişlerdir. Yapılan bu araştırma sonucunda kadın yetişkinlerin cinsel kimlik gelişiminde sosyokültürel ile psikososyal açıdan desteklendiklerinde cinsel kimlik gelişimine olumlu etki edileceği ileya zaman içerisinde değişime uğrayabileceğine dair bilgi sağlamaktadır. Cinsel doyum ile suçluluk ve utanç arasındaki ilişkinin incelenmesi

üzerine gerçekleştirilen çalışmada, 200 kadın, 200 erkek toplam 400 yetişkin birey katılımcı olarak belirlenmiştir. Veri elde etmek amacıyla, Suçluluk ve Utanç Ölçeği (SUTÖ) ve Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) kullanılmıştır.

Araştırmaya katılan yetişkinlerde Cinsel Doyum ölçeğinde aldıkları puan ile Suçluluk ile Utanç Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında yetişkinlerin sosyodemografik özellikleri Yaş, Eğitim Durumu, Kardeş Sayısı, Ailede Kaçınıcı Çocuk olduğu, Uzun Süre Yaşanılan Yer, Medeni Durum ve cinsiyet ile cinsel doyum ölçeği arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Öztürk ile arkadaşları (2011) yaş, eğitim düzeyi, meslek vb. demografik özellikleri, psikososyal gelişimleri ile evlilik öncesi cinsel yaşantıları, cinsel bilgi kaynaklarının ne olduğunun genel cinsel problemlerinin belirleyicisi olmadığını söylemişlerdir. Literatürde eğitim durumu ile cinsel problemleri arasındaki ilişki konusunda değişik veriler bulunmaktadır. Ama birçok çalışma cinsel problemlerin sıklığı ile eğitiminin düzeyi arasında pozitif ilişki bulunduğunu bildirmiştir. Bu çalışmada sosyodemografik özellikler ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkinin anlamlı bulunması literatürdeki farklı sonuçlarla benzeştiği söylenebilir.

Araştırmaya katılan yetişkinlerde Cinsel Doyum ölçeğinde aldıkları puan ile Suçluluk ile Utanç Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında yetişkinlerde medeni durum ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Medeni durum yetişkinin cinsellik ile cinsiyet rolünde etkileyen bir dinamik olmadığı söylenebilir.

Araştırmaya katılan yetişkinlerde Cinsel Doyum ölçeğinde aldıkları puan ile Suçluluk ile Utanç Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında yetişkinlerde Evlilik Öncesi İlişki ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. İncesu (2006), cinsellike ilgili problemlerinin %62'sinin eğitimindeki eksiklik ve bilgisindeki eksikliğinden kaynaklandığı, ikinci olarakta %40'lara varan oranlarda kültürel etkenler ve yanlış inançlar olduğu belirtilmiştir. Bu noktadaki yanıtları cinselliğin tabu olarak görünmesi gelenek ile göreneklerin cinsiyet rolüne bakış açısından dolayı bu sosyo kültürel etki veya cinsel bilgi kaynaklı olduğu tahmin edilmektedir. Yılmaz ile arkadaşları (2008) yaptıkları çalışmanın sonucuna göre kadın deneklerin evlenmeden önceki cinsel

tecrübelerinin oldukça düşük oranda olduğunu rapor etmişlerdir. Bunun nedenini toplumumuzda bekaret algısına önem verildiğini, evlenmeden önce cinsel tecrübenin kadınlar tarafından sıcak bakılmadığı tespitinde bulunmuşlardır. Çalışmamızda kadın yetişkinlerin evlilik dışı ilişkiye bakış açılarındaki orana bakıldığında toplumumuzdaki cinsellik ile ilgili normların farklılaşmadığı söylenebilir. Yetişkin kadınların Evlilik öncesi ilişki olması noktasındaki oranı araştırılmaya değer olarak düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan yetişkinlerde Cinsel Doyum ölçeğinde aldıkları puan ile Suçluluk ile Utanç Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında katılan yetişkinler Cinsel Bilgi Kaynağı, Cinsel Sorunda Başvurma Yeri, Cinsel Sorunda Uzman ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yılmaz ile arkadaşları (2008) cinsellikle ilgili bilgilenmede arkadaşları ile sağdıç cevaplarının verilmesicinselliğin halen bir tabu olduğunu, cinsellikle ilgili problem yaşadığında başvuru yapacağı yer olarak tıp doktoru cevabının verilmesi tüm eksikliğine rağmen toplumun bu konuda belli bir bilinçlilik düzeyinde olduğunu düşünölebileceğini belirtmişlerdir. Kadın yetişkinlerin erkek yetişkinlere göre cinsel bilgi kaynağı olarak kitap ile internet tv daha çok tercih etmelerinde sosyo kültürel etkilerden kaynaklandığı yetişkin kadın ile erkeklerin yarından fazlası var olan tüm imkanları kullanarak cinsel bilgi edinmeye çalışmaları teknolojik gelişmeler ile bilinçlendirme amaçlı yapılan tv programların etkili olduğu düşünülmektedir. Kadın yetişkinlerin cinsel sorun yaşadıklarında özel doktora başvurmada erkek yetişkinlerden daha çözüm arama yollarında daha doğru tercihler yaptıkları söylenebilir. Yetişkin kadın ile erkeklerin cinsel sorun yaşadıklarında problemin çözümüne yönelik tercihlerinin cinsiyetlerine uygun olduğu görölmektedir. Bu konuda fikri olmayan ile başvuru yapmayanların oranı da dikkat çekicidir. Yetişkin kadın ile erkeklerin cinsel sorun yaşadıklarında başvuru yapmama noktasındaki tutumları toplumumuzda ciselliğin halen tabu olduğu düşünülmektedir. Yapılan önceki çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir.

Araştırmaya katılan yetişkinlerde Cinsel Doyum ölçeğinde aldıkları puan ile Suçluluk ile Utanç Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiye



bakıldığında Araştırmaya katılan erkek yetişkinlerin “suçluluk” düzeyi ( $50,095 \pm 7,423$ ); “utanç” düzeyi ( $40,125 \pm 7,149$ ) olarak saptanmıştır. Araştırmaya katılan kadın yetişkinlerin “suçluluk” düzeyi ( $51,770 \pm 5,944$ ); “utanç” düzeyi ( $45,305 \pm 7,974$ ) olarak saptanmıştır. Literatürde içselleştirilmiş utancın özellikle romantik ilişkilerde kendini gösterdiğine dair çalışmalar dikkat çekmektedir. Bunlar güvensiz bağlanma stilleri ile ilişkilendirilmektedir (Karos, 2006; Wells ve Hansen, 2003). Dolayısıyla elde edilen bulgulardaki cinsel doyum ve işlevin utanç ile negatif yönlü ilişkisi anlamlı ve literatür ile uyumludur (Harper, 2011). Alan yazında cinsel utangaçlığın, cinsel konuları konuşamamanın, cinsel açıdan kendini ifade edememenin çeşitli cinsel bozukluklara sebep olabileceği ile bunların çoğunun çocukluk yıllarındaki geçirilen deneyimlerden ile bireyin yaşadığı çevredeki cinselliğe yönelik geliştirilen olumsuz tutum ile inançlardan kaynaklanabileceği belirtmektedir. Yetişkin kadın ile erkeklerin cinsel doyum ile suçluluk ile utanç oranları toplumumuzda cinselliğin tabu olarak görülmesi, çocukluk yıllarındaki deneyimlerinin ile cinselliğe yönelik olumsuz tutum ile inançların etkisini göstermiştir.

Yetişkin erkek ve kadınlarda Cinsel Doyum ile Suçluluk ve utanç arasındaki ilişki;

Erkek yetişkinlerin suçluluk düzeyi sertleşme sorunu düzeyini azaltmaktadır. Kadın yetişkinlerin suçluluk seviyesi vajinismusunu arttırdığı tespit edilmiştir. Literatürde, Bruce, Timothy, David ve Barlow’un (1990) çalışmalarında suçluluk duygusunu performans kaygısı ile ilişkilendirerek cinsel doyum üzerindeki etkisini vurguladıkları görülmektedir.

Erkek yetişkinlerin utanç düzeyi sertleşme sorunu düzeyini arttırırken, kadınlarda da vajinismusun artış gösterdiği görülmektedir. Bu bağlamda utanç duygusu ve cinsel doyum üzerine yapılmış çalışmalarda özellikle dindarlık ve ilgili olarak günah algısının öneminden bahsedilmektedir (Murray-Swank vd., 2005). Evli bile olursa cinselliğe yönelik atfedilmiş olan günah, ayıp algısının tüm kültürlerde cinsel doyuma dair utancı desteklediği vurgulanmaktadır. Utanç duygusunun yetişkinlerde cinsel işlev bozukluğuna neden olabileceğini göstermektedir.

Kadınların sıklık düzeyleri, erkeklerin sıklık düzeylerinden anlamlı derecede yüksektir. Literatürde bu durumun aksine cinsel doyuma dair sıklık düzeyinin erkekler için daha önemli ve niceliksel olduğu belirtilmektedir. (Carpenter, Nathanson, ve Kim, 2009; Santtila vd., 2008). Bu çalışmalarda kadınların eğitim, ekonomik durum gibi niteliksel veriler ile cinsel doyumlarını ilişkilendirdikleri, erkeklerin ise cinsel birleşme süresi ve sıklığına önem verdikleri ifade edilmektedir. Bunun yanı sıra, kadın yetişkinlerde, utanç seviyesi cinsel deneyim sıklığını arttırmaktadır. Kadınların utangaçlık ve cinsel ilişki sıklığını araştıran çalışmalardan birinde Gilliland, South, Carpenter ve Hardy (2011) aradaki pozitif ilişkiye dikkat çekmişlerdir. Kadınların hiperseksüel davranışlarının altında utangaçlık düzeylerinin yüksekliği önem arz etmektedir. Buradan hareketle, elde edilen bulgunun şaşırtıcı olmadığını söylemek mümkündür.

Yetişkinlerin utanç seviyesi; doyum, dokunma ve kaçınmayı anlamlı düzeyde attırdığı, cinsel doyumunu olumsuz etkilediği görülmektedir. Bu bağlamda, literatür incelendiğinde; Shaver ve Mikulincer (2006) utangaçlık düzeyinin doğrudan cinsel doyum ile ilişkilendirilmesinin doğru olmadığını; durumun bağlanma ile ele alınması gerekliliğini vurguladıkları görülmektedir. Bu açıdan değerlendirildiğinde; utangaçlık düzeyinden ötürü güvensizlik, kaçınma gibi durumların telafisi amaçlı bireyin cinsellik de dahil yakınlığa daha yavaş eğilim kazandığı ve kazanılanın daha değerli görüldüğü ifade edilmektedir. Diğer bir deyişle, ilişkide yavaş ama emin adımlarla kazanılan güvenin cinsel doyum adına da güçlü bir faktör olacağı vurgulanmaktadır (Mikulincer, 1995; Johnson ve Whiffen, 2003).

Kadınların suçluluk, utanç, kaçınma ve dokunma düzeyleri, erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksektir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde; Morokoff ve Gilliland'in (1993) 165 kişiyi dahil ettikleri çalışmalarında araştırma grubunu cinsiyete bağlı olarak ikiye böldükleri ve cinsel doyumunu araştırdıkları görülmektedir. Katılımcıların fizyolojik ve hastalık öykülerini, yaşam tecrübelerini, problemle başa çıkma stilleri, evlilik uyumları ve cinsel işlevlerine etki eden faktörleri araştırmışlardır. Sonuç olarak, cinsel doyumunu cinsel ilişki sıklığı, çiftlerin algı ve tutumları, evlilikte sahip olunan mutluluk gibi faktörlerle ele aldıkları ve anlamlı pozitif ilişkiden bahsettikleri dikkat çekmiştir.

Bununla birlikte, negatif duygusal dışavurumların yoğunluğunun, cinsel ilişki sıklığını ve doyumunu azalttığı da belirtilmiştir.

Hem erkek hem kadınlar için hissedilen suçluluk ve utançın temeline dair araştırmaların artırılması farkındalığın yükseltilmesi adına önemli görülmektedir. Freud (Hazard, 1969), psikanalizde superegonun içselleştirilmesinin öneminden bahsetmektedir. Ebeveynin eleştirisini içselleştirmenin ve otorite algısının bir neticesi olarak karşımıza çıkan suçluluğun cinsel doyuma olan etkisinde farkındalığın özellikle üzerinde durulması gerekmektedir. Cinsel doyuma etkisinin negatif gözlemlenmediği tüm durumlarda dışavurum ve farkındalık gibi iyileştirici faktörlerin önemi dikkat çekmektedir. Bundan sonraki çalışmalarda, bu durumun detaylandırılması karşılaştırılabilir veri elde etmek adına önemlidir.

Kadınların erkeklerden daha güçlü suçluluk hissediyor olduğu bulgusu literatür ile uyumlu olduğu gibi (Kubany ve Watson 2003) bundan sonraki çalışmalarda nedenler ve yapılabilecekler üzerine dikkat çekicidir. Literatürde güven ve sorumluluk algısının hissedilen suçlulukla ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Dolayısıyla, bağlanma stilleri ve ilişki kurma tarzının değerlendirilmesi karşılaştırma adına önemlidir.

Erkek yetişkinlerde;

Erkek yetişkinlerin suçluluk düzeyi erken boşalma düzeyini artırırken; utanç düzeyi erken boşalma düzeyini azaltmaktadır. Literatürde, hissedilen suçluluk duygusunun bilişsel bir sıkıntı olduğu üzerinde durulmaktadır (Nobre, 2003; Nobre ve Pinto-Gouveia, 2003). Özellikle daha önceki deneyimlerinden ötürü herhangi bir fonksiyon kaybı yaşamış bireyin kendine atfettiği suçluluk ve sürekli tekrar eden işlevsiz düşüncelerin bu durumu tetiklediği üzerine durulmaktadır. Dolayısıyla elde edilen bulgular şaşırtıcı olmamıştır.

Elde edilen bulgular çerçevesinde, sertleşme sorunu ile utanç arasında çok zayıf, direk yönlü; erken boşalma ile utanç arasında çok zayıf, ters yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır. Bu bağlamda cinsel işlev bozuklukları ile özellikle negatif düşüncelerle şekillenen olumsuz duyguların ilişkisi vurgulanmaktadır (Nobre, 2003). Bu açıdan elde edilen bulgular şaşırtıcı olmamıştır.

Kadın yetişkinlerde;

Kadınlarda, iletişim seviyesinin belirleyicisi olarak suçluluk, utanç değişkenleri arasındaki ilişkisinin güçlü olduğu görülmüştür. Katılımcıların utanç seviyesi iletişim seviyesini arttırmaktadır. İletişim ve açıklığın cinsel doyum ve sağlıklı cinsel aktivitede oldukça önemli değişkenler olduğu ifade edilmektedir (Hertlein, Weeks, ve Gambescia, 2009; Hertlein, Weeks, ve Sendak, 2009). Dolayısıyla utanç ve suçluluk gibi durumlarda iletişime yönelik açıklığın önemi üzerinde durulmalıdır.

Yetişkinlerin suçluluk ve utanç seviyeleri anorgazmi düzeyini anlamlı olarak arttırmaktadır. Burada üzerinde durulması gereken nokta, özellikle dini eğilimi olan ya da kültürel olarak cinselliğe atfedilen olumsuz nitelikler ile gelişen yetişkinin hissettiği suçluluk ve utanç seviyelerinin anorgazmiyi tetikleme olasılığıdır (Murray-Swank vd., 2005). Bu şekilde yaklaşıldığında, elde edilen bulgular kendi içinde tutarlı ve literatür ile uyumludur.

Kadın katılımcıların sadece %23'ünün 21-30 yaş, %52,5'inin 31-40 yaş, %20'sinin 41-50 yaş, kalan %4,5'un 50 yaş üstü olduğu görülmektedir. Zıvıdır ve Sohbet'in (2017) Menapozdaki Kadınların Suçluluk ve Utanç Duygularının Yaşam Kalitesine Etkisi adını verdikleri çalışmalarında 500 kadın ile menopozun hissedilen suçluluk duygusunu anlamlı derecede etkilediğini vurguladıkları dikkat çekmektedir. Bu sebeple, kadınların ifade ettikleri suçluluk ve utanç duyguların olası menopoz ile ilişkisi ile değerlendirilmesi önemlidir.

Sonuç olarak, yetişkinlerin suçluluk ve utanç düzeyi arttıkça cinsel doyumunu azalmakta, cinsel işlev bozukluğu yaşama olasılıklarını arttırmaktadır. Yetişkin erkeklerin utanç duyguları sertleşme sorunu, suçluluk duyguları erken boşalma sorunu yaşamalarına etki etmektedir. Yetişkin kadınların suçluluk ve utanç duyguları vajinusmus ile anorgazmi sorunu yaşamalarına etki etmektedir. Bu anlamlı farklılaşmayı değerlendirirken özellikle cinsel işlev bozukluklarında kişinin dinamiğine dair çalışmaların önemi üzerinde durmak gereklilik göstermektedir. Bireyin erken çocukluk yaşantıları başta olmak üzere cins, bedensel bütünlük, özgüven ve değer algısı

gibi birçok faktörün korku ve kaygı, saldırganlık ve öfke, utanç ve suçluluk gibi negatif duyguları tetiklediği bilinmektedir (Cinsel Sağlık Enstitüsü Derneği, 2012).

Kendisini suçlu hisseden bir çocuğun yetişkinliğinde keyif aldığı cinselliği hak etmediğini düşünerek kendi kendini bilinçdışı olarak cezalandırabilmesi olasıdır. Diğer taraftan, cinsel konularda rahat olmayan, dolayısıyla gevşeyemeyen ve rahat davranamayan birinin gerçek doyuma ulaşması sıkıntılı olacaktır. Buna rağmen cinsel doyum düzeyleri yüksek çıkan katılımcıların, sahip olduğu duyguların farkında ve partneriyle gerçek bir diyalog kuran böylelikle sağlıklı bir iletişim oluşturabilen kişiler olduklarını ifade etmek mümkün görülmektedir. Utanç ve suçluluk duygusunun yoğunlunun doyumu azalttığı bulgusu bu çalışmadan elde edilen sonuçlar açısından önemlidir. Kadınların cinsel doyum toplam düzeyleri, erkeklerin cinsel doyum düzeylerinden yüksek olduğu bulgusu literatür tarafından desteklenmemektedir.

Bir diğer araştırmada, Daker-White ve Donovan (2002) cinsel doyumun doğrudan yaşam kalitesini arttığını dolayısıyla etkileyen faktörlerin saptanmasının önemini vurguladıkları fark edilmektedir. İlgi çekici olarak, Wiederman (2000) cinsel yakınlık sırasında vücut imajı, öz-bilinç daha düşük seviyede olan kadınların daha düşük cinsel öz-saygı ve atılganlık, daha fazla cinsel kaçınma ve anksiyete ve daha sınırlı cinsel deneyim yaşadıklarını belirtmektedir. Bu çalışmada elde edilen kadınların yüksek suçluluk ve utangaç düzeyleri vücut imgesi algısına yönelik değerlendirilebilir.

Cinsiyet ve cinsel doyuma dair bir diğer çalışma bulgusunda, Lyness (2007), üniversiteli erkek ve kadınlarda beden imajı ve cinsel doyum arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Böylelikle, erkeklerin kadınlardan daha düşük ya da yüksek beden imgesi imajı değil, herhangi anlamlı bir farklılaşma olmaksızın iki cins içinde farklı gözlemlenebilen beden imajı kaygılarının önemi üzerinde durulmalıdır. Birçok çalışmada, beden imajına yönelik olarak özellikle kadınlara odaklanılması veri eksikliği doğurabilmektedir. Psikososyal etkilerden ötürü erkeklerin farklı kadınların farklı öz değerlendirmeleri cinsel doyum ve aktivite niteliklerini etkileyebilmektedir. Örneğin, daha kilolu erkeklerde beden memnuniyetsizliğinin daha fazla olduğu dikkat çekmektedir (Blouin ve Goldfield, 1995). Bu ve bunun gibi bedensel imgelerin cinsel doyuma etki edeceği ve cinsel

aktiviteyi etkileyeceği kabul edilebilir. Dolayısıyla, daha fazla çalışma ile karşılaştırılabilir veri elde etmek önemlidir.

## **6.2 ÖNERİLER**

Bu bölümde araştırmacılara ile uygulamacılara yönelik olarak önerilerde bulunulacaktır.

### **6.2.1. Araştırmacılara için neriler**

Bu araştırmada Yetişkinlerde cinsel doyum ile suçluluk ile utanç arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan bu araştırmada yetişkinlerin cinsel doyumlarının suçluluk ile utanç duygularının etkilenebileceği düşünülen, evlilik dışı ilişki olmalımı ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yetişkin kadınların bu konudaki evlilik dışı ilişki olmalı yanıtlarının daha yüksek oluşuna etki eden dinamiklerin araştırılması önerilmektedir.

Bu araştırmada katılımcılar cinsellikle ilgili toplum tarafından tabu olarak görülen bir konuda klinik ortam olmadan yanıtlamışlardır. Açık alanda uygulandığı için rahat bir şekilde cevap veremedikleri gözlemlenmiştir. Klinik ortamda araştırmanın tekrarlanması önerilebilir.

### **6.2.2. Uygulamacılar için neriler**

Cinselliğin içgüdü, yaşam içgüdüleri arasında en önemli olanlarından biridir. Cinsellik; biyolojik, sosyolojik, fizyolojik ve psikolojik yönleriyle bireyin cinsel hayatının bütününü ifade eden fonksiyondur. Cinsellik canlının dünyaya geldiği andan itibaren başlamaktadır. Bireylerin yaşına göre ile yaşadıkları yere göre, cinsel doyum ile suçluluk ile utanç aından değişim göstermektedir. Toplumda tabu olarak kabul edilen cinsellik kavramının varoluşun başlangıcından itibaren başladığı sosyokültürel etkilerin cinseyet ile cinsel bilincin şekillenmesinde etki eden yanlış bilgilendirmeler düzeltilmeli toplumun dinamiklerini de dikkate alınarak cinsel eğitim okul öncesi dönemden itibaren

verilerek cinsel bilinç geliştirilmelidir. Gelişen cinsel bilgilenme cinsel bilincin gelişmesine ile yaşanacak cinsel problemlerin azalmasına etki edeceği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan yetişkin kadın ile erkeklerin eğitim düzeyleri arttıkça, cinsel doyum ile suçluluk ile utanç düzeyleri azalmaktadır. Eğitimle bireyin duygusal, bilişsel ile duyuşsal olarak benlik bilincinin geliştiği cinsel kimlik ile cinsel özgüvenin arttığı görülmüştür.

Ölçeklerin uygulama sırasında kadın yetişkinlerin ölçekleri cevaplarken zorlandıkları görülmüştür. Ölçeklerde geçen bir takım kavramlardan haberdar olmamaları cinsel bilgi eksilikleri ile özellikle kendi fizyolojik yapılarını tanımıyor oldukları görülmüştür. Toplumsal bilinci geliştirecek cinsel bilinç geliştirilmelidir.

## KAYNAKÇA

**Abalı, S. (2006).**Boşanmak için başvuran kadınların evlilikteki cinsel yaşamlarını boşanma nedeni olarak görme durumları. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

**Acun Kapıkıran N., Özgüngör S., (2011).** Erikson'un Psikososyal Gelişim Dönemleri Ölçeklerinin Türk Kültürüne Uygunluğunun Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi: Ön Bulgular. Türk Piskolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi, 4 (36), 114-116

**Akbağ M., Erden Imamoğlu S., (2010).** Cinsiyet ve Bağlanma Stilleri Utanç, Suçluluk Ve Yanlızlık Duygularını Yordama Gücünün Araştırılması . Kuram Ve Uygulamalarıyla Eğitim Bilimleri Sayfa, 651-682

**Akkoyun, F. (2001).**Gestalt Terapi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

**Altman, I.ve Taylor, D. A. (1973).**Social Panetration: The Development of Interpersonal Relationships. New York: Holt, Rinehart & Winston.

**Amuk T., Varma G. S., Oğuzhanoğlu N. K., Karadağ F., Özdel O., (2005).** Doğal ve Cerrahi Menopozda Depresyon ve Anksiyete Düzeyleri ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişki. Klinik Psikiyatri Sayı 8:109-115

**Angın Öztürk Ü., Atasoy N., Kurçer M., Karaahmet E., Saraçlı Ö., (2012).** Zonguldak il merkezinde kadın cinsel sorunlarının yaygınlığı ve cinsel sorunlarla ilgili etkenler. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 13:191-197

**Aristoteles (2006).**Retorik. (M. H. Doğan, Çev.). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1954)

**Aschka C, Himmel W, Ittner E ve ark. (2001)** SexualProblems of Male Patients in FamilyPractice. J FamPract, 50: 773-8

**Baer, R. A. (2003).** Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. Clinical Psychology: Science and Practice, 10,125-43.

**Balkaya F., Şahin N. H., (2003).** Çok Boyutlu Öfke Ölçeği. Türk Psikiyatri Dergisi, 14(3):192-202



**Bandura, A., Pastorelli, C., Barbanelli, C. ve Caprara, G. V. (1999).** Self-efficacy Pathways to Childhood Depression. *Journal Personality Social Psychology*, 76(2), 258-269.

**Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991).** Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244

**Benetti-McQuoid, J. ve Bursik, K. (2005)** Individual differences in experiences of end response to guilt and shame: examining the lenses of gender and gender role. *Sex Roles*, 53(1/2), 133-142.

**Bozdemir, N. ve Özcan, S. (2011).** Cinselliğe ve Cinsel Sağlığa Genel Bakış. *Turkish Journal Of Family Medicine And Primary Care (TJFMPC)* Vol. 5, No. 4, s. 37-46.

**Bozkurt, A. (1996).** Erkek Cinsel İşlev Bozukluklarında Psikopatolojinin Araştırılması. Yayınlanmamış uzmanlık tezi. Gülhane Askeri Tıp Akademisi Askeri Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Başkanlığı, Ankara.

**Blouin A. G., ve Goldfield G. S. (1995)** Body image and steroid use in male body builders. *International Journal of Eating Disorders*, 18; 159-165.

**Brafford, L. ve Beck, K. (1991).** Development and Validation of A Condom Self-efficacy Scale for College Students. *Journal of American College Health*. 39 (5), 219-225.

**Branden, N. (1969).** *The Psychology of Self-Esteem: A Revolutionary Approach to Self Understanding*, California: Bantam Books.

**Brown, K. W., Ryan, R. M. ve Creswell, J. D. (2007).** Mindfulness: Theoretical Foundations and Evidence for Its Salutary Effects. *Psychological Inquiry*, 18, 211-37.

**Bruce, T. J., & Barlow, D. H. (1990).** The nature and role of performance anxiety in sexual dysfunction. In *Handbook of social and evaluation anxiety* (pp. 357-384). Springer US.

**Burger, J. M. (2006).**Kişilik. (Çev. İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınevi.

**Buss, A. (1979).** The development of embarrassment. *The Journal of Psychology*, 103, 227-230.

**Byers, E. S. (2005).** Relationship Satisfaction and Sexual Satisfaction: A Longitudinal Study of Individuals in Long-term Relationships. *The Journal of Sex Research*, 42, 113–118.

**Byers, E. S. ve Demmons, S. (1999).** Sexual Satisfaction and Sexual Self-disclosure Within Dating Relationships. *The Journal of Sex Research*, 36, 180–189.

**Canel, A. N. (2012).** Evlilik ve Aile Hayatı. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Aile Eğitim Programı.

**Carpenter, L. M., Nathanson, C. A., & Kim, Y. J. (2009).** Physical women, emotional men: Gender and sexual satisfaction in midlife. *Archives of Sexual Behavior*, 38, 87-107.

**Cheek, J. M. ve Melchior, A. L. (1990).**Shyness, Self-esteem and Self-consciousness: Handbook of Social and Evaluation Anxiety. Newyork: Plenum Publishing Corporation.

**Collins, N. L. ve Miller, L. C. (1994).** Self-disclosure and Linking: A Meta-analytic Review. *Psychological Bulletin*, 116, 457-475.

**Collier J., Golombok S., Rust J., (1988)** Marital problem sand sexualdys function: How aretheyrelated? *Br J Psychiatry* 152:629-631.

**Coşkun H., Durak M., Elgin V. M., (2006).** Kendini Sansürleme isteği Ölçeği: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *New/Yeni Symposium Journal Cilt 50 Sayı 2*, 83-89

**Coulter, A. (2007).**Sexual Sensation Seeking and Self-efficacy's Relationship to Sexual Risk Taking Behavior.Unpublished master dissertation, Humboldt State University

**Colson M H, Lemaire A, Pinton P, Hamidi K, Klein P (2003)** Sexual behaviors and mental perception, satisfaction and expectations of sex life in men and women in France.

**Cinsel Sağlık Enstitüsü Derneği,( 2012)** Bastırılan ve İfade Edilemeyen Duygular Cinsel Sorunlara Yol Açıyor! Erişim <http://www.cised.org.tr/basin/205/bastirilan-ve-ifade-edilemeyen-duygular-cinsel-sorunlara-yol-aciyor>. 23.01.2017

**Cox, D., Hallam, R. S., O'Connor, K. ve Rachman, S. J. (1983).** An Experimental Analysis of Fearfulness and Courage. *British Journal of Psychology*, 74 (1), 107–117.

**Cunningham, J. A., Strassberg, D. S. ve Haan, B. (1986).** Effects of Intimacy and Sex-role Congruency of Self-disclosure. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 4, 393-401.

**Cupach W. R. ve Comstock, J. (1990).** Satisfaction With Sexual Communication in Marriage: Links to Sexual Satisfaction and Dyadic Adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 179–186.

**Cupach W. R. ve Metts S. (1991).** Sexuality and Communication in Close Relationships. In K. McKinney ve S. Sprecher's (Ed.), *Sexuality in Close Relationships* (s. 93–110). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

**Cupach W. R. ve Metts S., (1995).** The Role of Sexual Attitude Similarity in Romantic Heterosexual Relationships. *Personal Relationships*, 2, 287–300.

**Cüceloğlu E. A., Hoşrik M. E., Ak M., Bozkurt A., (2012).** Sünnet Yaşının Erken Boşalma Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23(2): 99-107

**Çavaş Ş., Yıldırım E., Hacıoğlu M., Yanık M., (2011).** Erken Boşalması Olan Heteroseksüel Erkeklerde Eksen 1 Psikiyatrik Eşanı Oranları. *Nöröpsikiyatri Arşivi* 48 Özel Sayı 1: 16-23

**Daker-White, G. and Donovan, J.(2002)** Sexual satisfaction, quality of life and the transaction of intimacy in patients' accounts of their (hetero)sexual relationships. *Sociology of Health and Illness*, 24,1; 89–113.

**Darwin C., (2001).** İnsan ve hayvanlarda beden dili. (O. Tuncay, Çev.). İstanbul: Gün Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1872)

**Daş C., (2009).** Gestalt Terapi. Psikoterapi Yöntemleri. E. Köroğlu ve H. Türkçapar (Ed.). Ankara: HYB Basın Yayın.

**Deniz, M.Engin.** “Ergenlerde Bağlanma Stilleri ile Çocukluk İstismarları ve Suçluluk-Utanç Arasındaki İlişki”, **Eurasian Journal of Educational Research**, 22, 2006, 89-99.

**Dennerstein L, Lehert P, Burger H, Dudley E. (1999)** Factors affecting sexual functioning of women in themid-life years, 2:254-262.

**Derlega, V. J., Wilson, M. ve Chaikin, A. L. (1976).** Friendship and Disclosure Reciprocity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 578-582.

**Derlega, V. J., Margulis, S. T. ve Winstead, B. A. (1987).** A Social-psychological Analysis of Self-disclosure in Psychotherapy. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 5, 205-215.

**Dindia, K. ve Allen, M. (1992).** Sex Differences in Self-disclosure: A Meta-analysis[Abstract]. *Psychological Bulletin*, 112, 106-124.

**Doğan, S. (2006).** Cinsellikten Tiksinti Duyuma Bozukluğu: Davranışçı Tedaviye Olumlu ve Hızlı Yanıt Veren Bir Olgu. *Klinik Psikiyatri* 2006;9:191-197.

**Doğan S., Varol Saraçoğlu G., (2009).** Yaşam Boyu Vajinismus Olan Kadınlarda Cinsel Bilgi, Evlilik Özellikleri, Cinsel İşlev ve Doyumun Değerlendirilmesi. *Trakya Univ Tıp Fak Dergisi*, 26(2):151-158

**Doğu B., Kocabıyık A., Karson F., Çıtak S., İncesu C., (2011).** Antipsikotik Tedavi Uygulanan Şizofreni Hastalarında Prolaktin Düzeyleri ve Cinsel İşlevlerin Cinsiyetlere Göre Karşılaştırılması, İstanbul, *Nöropsikiyatri Arşivi* 48 Özel Sayı 1: 35-8

**Dost, Ayfer ve Bilge Yağmurlu.** “Suçluluk ile Utanç Duygularının Kavramsallaştırılmasına İlişkin Sorunlar”, **Türk Psikoloji Yazıları**, 9 (17), 2006, 37-52.

**Dönmez, A., Büyüksahin, A., Taluy, N., Başer, I. ve Güler, M. (2009).** Yakın İlişkiler Psikolojisi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım

**Dövüşkaya L., Ak M., Sütçigil L., Gülsün M., Lapsekili N., Özgen F., (2011).** Depresif bozukluk komorbiditesi olan ve olmayan erkek yaygın anksiyete bozukluğu olgularında cinsel işlevin değerlendirilmesi. Ankara. Gülhane Tıp Dergisi Sayı 53:34-37

**Dunn, B. R., Hartigan, J. A. ve Mikulas, W. L. (1999).** Concentration and Mindfulness Meditations: Unique Forms of Consciousness? Applied Psychophysiology Biofeedback, 24 (3),147-65.

**Egeliolu Cetişli N., Serçekuş P., Oğuz N., (2014).** Primer İnfertil Kadınlarda Cinsel Doyum ve Çift Uyumu. Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi, 16(3): 38-47

**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 çalışmabasım tarihi 2003)

**Ekşi, A. (1990).**Çocuk Genç ve Anne-Babalar. Ankara: Bilgi Yayınevi.

**Erzen, O. (1981).**Self-esteem in Children and It's Antecedents. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

**Eysenck, H. J. (1971).** Hysterical Personality and Sexual Adjustment, Attitudes and Behavior. Journal Sex Research, 7, 274-281.

**France, B. H. (2010).** Predicting Sexual Satisfaction in Interpersonal Relationships. Southern Communication Journal, 75 (3), 195-214.

**Fracher, C. J. ve Kimmel, S. M. (1987).** Hard Issues and Soft Sports: Counseling Men About Sexuality. Scher, M., Steves, M., Good, G., Eichenfield, G. A.: (ed). Handbook of Counseling and Psychotherapy with Men, s. 83-96. London. Sage Pub.

**Fromm, E. (2007).** Sevme Sanatı. (Çev. Özden Saatçi-Karadana). İzmir: İlya Yayınevi

**Geçici, F. (2011).**Gaziantep Üniversitesi Öğrencilerinin Cinsellik ve Üreme Sağlığı Hakkındaki Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.

**Geismar, L. L. (1984).** Contextual Aspects of Sexual Communication Marriage. *Journal of Comparative Family Studies*, 15, 345–353.

**Gilliland, R., South, M., Carpenter, B. N. & Hardy, S. A. (2011).** The roles of shame and guilt in hypersexual behaviour. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 18, 12–29.

**Güleç G., Hassa H., Yalçın E. G., Yenilmez Ç., (2011).** Tedaviye Başvuran İnfertil Çiftlerde, İnfertilitenin Cinsel İşlev ve Çift Uyumuna Etkisinin Değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi* 22(3):166-76

**Gökner, Ö. (2011).** Aşk ve Evlilik. Ankara: Arkadaş Yayınevi.

**Gölge, Z. B. (2005).**Cinsel Saldırıda Etkili Faktörler ve Suçlu Profili. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.

**Greenberg, Leslie S. ve Jeanne C. WATSON.** Emotion–Focused Therapy for Depression, Washington, American Psychological Association,2006.

**Gülsün, M., Ak, M. ve Bozkurt, A. (2009).** Psikiyatrik Açıdan Evlilik ve Cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches In Psychiatry*; 1:68-79

**Harper, J.M. (2011).** Regulating and coping with shame. In R. Trnka, K. Balcar, M. Kuska (Eds.) *Reconstructing emotional spaces* (s. 189-206). Prague, CZ: Prague Univeristy Pres

**Harvey, J. H. ve Omarzu, J. (1997).** Minding The Close Relationship. *Personality and Social Psychology Review*, 1, 224-240.

**Hambly, K. (2001).**Özgüven. (Çev. Barış Bıçakçı). İstanbul: Rota Yayınları.

**Hanem A. A. Ahmed, H. A. A. ve Elmasri, Y. M. (2011).** Effect of Self Awareness Education on The Self-efficacy and Sociotropy Autonomy Characteristics of Nurses in A Psychiatry Clinic. *Life Science Journal*, 8 (2), 853-863.

**Hanh, T. N. (1991).**Farkındalığın Mucizesi. (Çev. Gülfidan F.). İstanbul: Kuraldışı Yayınevi.

**Hannah, S. T., Avolio, B. J. ve Walumbwa, F. O. (2011).** Relationships Between Authentic Leadership, Moral Courage, and Ethical and Pro-social Behaviors. *Business Ethics Quarterly*, 21 (4), 555-578.

**Hazan, C. & Shaver, P. R. (1987).** Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.

**Hazard, P. (1969),** Freud's teaching on shame. *Laval Theologique et Philosophique*, 25:254-267.

**Hendrick, S. S. (1981).** Self-disclosure and Marital Satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 1150-1159.

**Hertlein, K. M., Weeks, G. R., & Gambescia, N. (2009).** In Hertlein K. M., Weeks G. R. and Gambescia N. (Eds.), *Systemic sex therapy*. New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.

**Hertlein, K. M., Weeks, G. R., & Sendak, S. K. (2009).** A clinician's guide to systemic sex therapy. New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.

**Herold, E. S. ve Way, L. (1988).** Sexual Self-disclosure Among University Women. *The Journal of Sex Research*, 24, 1-14.

**Hill, E. H., Mahalik, J. R. ve Thompson, B. J. (1989).** Therapist Self-disclosure. *Psychotherapy*, 26, 290-295.

**Horney, K. (1993).**Ruhsal Çatışmalarımız.(Çev: Selçuk Budak). İstanbul: Öteki Yayınevi.

**İncesu, C. (2004).** Cinsel İşlevler ve Cinsel İşlev Bozuklukları. *Klinik Psikiyatri*; Ek 3:3-13.

**Johnson, S. M., & Whiffen, V. E. (2003).** Attachment processes in couple and family therapy. New York, NY, US: Guilford Press.

- Jourard, S. M. (1971).** The Transparent Self (2nd ed.). New York: Van Nostrand.
- Kağan, J. (1981).**The second year. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kağan, J. (1999).**Three seductive ideas. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kağan, J. (2007).**What is emotion? History, measures, meanings. New York: Yale University Press.
- Kağan, J. (2009).**The three cultures: Natural sciences, social sciences, and humanities in the 21st century. New York: Cambridge University Press.
- Kağan, J. (2010).** Once more into the breach. *Emotion Review*, 2(2), 91-99.
- Karlıdere T., Bozkurt A., Yetkin S., Doruk A., Sütçügil L., Özmenler K. N., Özşahin A., (2007).** Psikiyatrik Birinci Eksen Tanısı Almayan İnfertil Çiftlerde Emosyonel Semptomlar, Sosyal Destek ve Cinsel İşlev Bağlamında Cinsiyet Farkı Var mı?, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(4):311-322
- Kalyoncu Ö. A., Mirsal H., Pektaş Ö., Gümüş Ö., Tan D., Beyazyürek M., (2002).** Alkol Bağımlılarında Suçluluk Ve Utanç Duyguları. *Bağımlılık Dergisi*, 3(3): 160-164
- Karataş Z., (2008).** Lise Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Puanlarının Disiplin Cezası Alıp Almama ve Cinsiyetleri Açısından İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 4, Sayı 2, 103-114
- Karos, L. K. (2006).** An attachment framework for the study of shame: Associations between parenting, temperament, and shame-proneness in early childhood . *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 68 (2-B), 1310
- Kayır, A. (1998).**Cinsellik Kavramı ve Cinsel Mitler, *Cinsel İşlev Bozuklukları Monograf Serisi (1): Cinsel Sorunlara Genel Yaklaşım*, İstanbul: Roche Müstahzarları Sanayi A.Ş.
- Kleinke, C. L. ve Kahn, M. L. (1980).** Perceptions of Self-disclosures: Effects of Sex and Physical Attractiveness. *Journal of Personality*, 48, 190-205.



**Kılıç E., Taycan O., Belli A. K., Özmen M.,(2007).** Kalıcı Ostomi Ameliyatının Beden Algısı, Benlik Saygısı, Eş Uyumu ve Cinsel İşlevler Üzerine Etkisi. Türk Psikiyatri Dergisi 18(4) 303-310.

**Kobak, R. R. & Sceery, A. (1988).** Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. Child Development, 59, 135-146

**Konkan, R., Bayrak, M., Gönüllü, O. G., Şenormancı, Ö. ve Sungur, M. Z. (2012).** Vajinusmuslu Kadınlarda Cinsel İşlev ve Doyum. Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi; 25: 305-311.

**Köroğlu, E. (2004).**Psikonozoloji Tanımlayıcı Klinik Psikiyatri. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

**Kubany, E. S. & Watson, S. B. (2003).** Guilt: Elaboration of a multidimensional model. The Psychological Record, 53, 51-90

**Kugle, C. L., Clements, C. O., Powell, P. M. ve Philip, M. (1983).** Level and Stability of Self-esteem in Relation to Academic Behavior of Second Graders. Journal of Personality and Social Psychology, 44 (1), 201-207.

**Kulaksızoğlu A., Onat Kocabıyık O., (2014).** Genç Yetişkinlerin Ahlaki Kimliklerinin İncelenmesine Yönelik Nitel Bir Araştırma. Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 14(3), 835-858

**Knuuttila, S. (2004).**Emotions in Ancient and Medieval philosophy. New York: Oxford.

**Larsen, K. S. ve Giles, H. (1976).** Survival or Courage as Human Motivation: Development of An Attitude Scale. Psychological Reports, 299–302.

**Lauster, P. (2005).**Özgüven Öğrenilebilir. (Çev. Lütfi Yarbaş). İzmir: İlya yayınevi.

**Lawrance, K. ve Byers, E. S. (1995).** Sexual Satisfaction in Long-term Heterosexual Relationships: The Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. Personal Relationships, 2, 267–285.

**Leary, M. R., Koch, E. J., & Hechenbleikner, N. R. (2007).** Emotional responses to interpersonal rejection. In M. R. Leary (Ed.), *Interpersonal rejection* (pp. 145-166). New York: Oxford University Press

**Leger, D. W. (1992).** *Biological Foundations of Behavior: An Integrative Approach*. NY: Harper Collins Publisher Inc.

**Levent N., Özdel O., Tümkaya S., Ateşçi F. Ç., Oğuzhanoglu N. K., Varma G.,(2013)** Bilişsel davranışçı yöntemlere dayalı cinsel terapinin vajinismuslu kadınlar ve eşlerinin cinsel sorunları üzerindeki etkileri. , *Anadolu Psikiyatri Derg.* S ayı 14:129-35

**Lewis, Helen Block.** “Introduction: Shame—the “Sleeper” in Psychopathology”, H.B.LEWIS (Ed.), **The Role of Shame in Symptom Formation**, London, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 1987a, 1-28.

**Lewis, Helen Block.** “The Role of Shame in Depression Over the Life Span”, H.B.LEWIS (Ed.), **The Role of Shame in Symptom Formation**, London, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 1987b, 29-50.

**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. (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. (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.childencyclopedia.com/documents/LewisANGxp1.pdf>. Accessed September 30, 2012.

**Lindh, I., da Silva, A. B., Berg, A. ve Severinsson, E. (2010).** *Courage and Nursing Practice: A Theoretical Analysis*. *Nursing Ethics*, 17 (5), 551–565.

- Litzinger S. ve Gordon K. C. (2005).** Exploring relationship among communication, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *J Sex Marital Ther*; 31: 409-424.
- Luft, J. (1969).** *Of Human Interaction*. Palo Alto, CA: National Press.
- Lopez, S. J., O'Byrne, K. K. ve Peterson, S. (2003).** Profiling Courage. In S. Lopez ve C. Snyder (Eds.), *Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures* (pp. 185–197). Washington: American Psychological Association.
- Lyness, A. P. K.(2007).** Twenty American families' stories of adaptation: Adoption of children from Russian and Romanian institutions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33(1); 77-93.
- MacNeil, S. ve Byers, E. S. (2005).** Dyadic Assessment of Sexual Self-disclosure and Sexual Satisfaction in Heterosexual Dating Couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22, 169–181.
- Maddi, S. R. (2004).** Hardiness: An Operationalization of Existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 279–298.
- Mascolo, Michael F. ve Kurt W. Fischer (1995),** “Developmental Transformations in Appraisals for Pride, Shame, and Guilt “, June Price Tangney ve Kurt W. Fischer (Ed.), **Self-Conscious Emotions**, New York, The Guilford Press, 64-113.
- May, R. (1975/2008).** *Yaratma Cesareti*. (Çev. Alper Oysal). İstanbul: Metis Yayıncılık.
- McCroskey, J. C. (1992).** Reliability and Validity of The Willingness to Communicate Scale. *Communication Quarterly*, 40, 16–25.
- McCroskey, J. C. ve Richmond, V. P. (1987).** Willingness to Communicate. In J. C. McCroskey ve J. A. Daly (Eds.), *Personality and Interpersonal Communication* (pp. 129–156). Newbury Park, CA: Sage.
- Meston, C. M. ve Frohlich, P. F. (2000).** The Neurobiology of Sexual Function. *Arch. General Psychiatry*, 57, 1012 – 1030.

- Metts, S. ve Cupach, W. R. (1989).** The Role of Communication in Human Sexuality. In K. McKinney ve S. Sprecher (Eds.), *Human Sexuality: The Societal and Interpersonal Context* (pp. 139–161). Norwood, NJ: Ablex Publishing Corporation.
- Metts, S. ve Spitzberg, B. H. (1996).** Sexual Communication in Interpersonal Contexts: A Script-based Approach. In B. R. Burleson (Ed.), *Communication Yearbook 19* (pp. 49–91). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Michael, R. T., Gagnon, J. H., Laumann, E. O. ve Kolata, G. (1994).** *Sex in America: A Definitive Survey*. Boston, MA: Little, Brown and Company.
- Mikulincer, M. (1995).** Attachment style and the mental representation of the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (6), 1203-1215.
- Miller, S. A. (2001).** Training Psychologist to Address Clients' Sexual Concerns and Problems. Unpublished doctoral dissertation. The University of New Brunswick: Canada.
- Mitchell, C. M., Kaufman, C. E. ve Beals, J. (2005).** Resistive Efficacy and Multiple Sexual Partners Among American Indian Young Adults: A Parallel-process Latent Growth Curve Model. *Applied Developmental Science*, 9,160-171.
- Morgan, S. E. ve Miller, J. K. (2001).** Beyond The Organ Donor Card: The Effect of Knowledge, Attitudes, and Values on Willingness to Communicate About Organ Donation to Family Members. *Health Communication*, 14, 121–134.
- Muris, P. (2009).** Fear and Courage in Children: Two Sides of The Same Coin?. *Journal of Childand Family Study*,18, 486–490.
- Murray-Swank, N. A., Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2005).** At the crossroads of sexuality and spirituality: The sanctification of sex by college students. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 15, 199-219
- Nathanson, D. L. (2008).** Prologue: Affect imagery consciousness. In S. S. Tomkins (Ed.), *Affect imagery consciousness* (pp. XI-XXVI). New York: Springer.

**Nobre, P. J. (2003).** Sexual dysfunction: Contributions for the construction of a comprehensive model based on cognitive theory. Doctoral dissertation. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

**Nobre, P. J., & Pinto-Gouveia, J. (2003).** Sexual modes questionnaire: Measure to assess the interaction between cognitions, emotions and sexual response. *Journal of Sex Research*, 40, 368–382.

**O'Connor, K., Hallam, R. S. ve Rachman, S. J. (1985).** Fearlessness and Courage: A Replication Experiment. *British Journal of Psychology*, 76 (2), 187–197.

**O'Donohue, W. ve Plaud, J. J. (1994).** The Conditioning of Human Sexual Arousal. *Archives of Sexual Behavior*, 23 (3), 321-344.

**Quina, K., Harlow, L. L., Morokoff, P. J. ve Burkolder, G. (2000).** Sexual Communication in Relationships: When Words Speak Louder Than Actions. *Sex Roles*, 42, 523–549.

**Öner, N. (1989).** Stres ve Dini İnanç. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yay.

**Önen Sertöz Ö., Elbi Mete H., Noyan A., Alper M., Kapkaç M., (2004).** Meme Kanserinde Ameliyat Tipinin Beden Algısı, Cinsel İşlevler, Benlik Saygısı ve Eş Uyumuna Etkileri: Kontrollü Bir Çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(4):264-275

**Öz, İ. (2002).** Çocukta Uyum ve Davranış Bozuklukları. Ankara: Kök Yayıncılık.

**Özgen, F., Gülçat, Z., Özşahin, A., Aydın, H. ve Işıklı, H. (1993).** Erkek Cinsel İşlev Bozukluklarında Sorun Alanları Üzerine Bir Araştırma. *GATA Bülteni*, 35, 701-710.

**Özgüven, İ. E. (1997).** Cinsellik ve Cinsel Yaşam. Ankara: PDREM Yayınları.

**Öztürk, C. Ş. ve Arkar, H. (2014).** Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkiler. *Literatür Sempozyum*, Cilt 1, Sayı 3, ss. 16-24.

**Page, M. R. (1989).** Shyness as a Risk Factor for Adolescent Substance Use. *Journal of School Health*, 59, 432-435.

**Peck, S. R., Shaffer, D. R. ve Williamson, G. M. (2004).** Sexual Satisfaction and Relationship Satisfaction in Dating Couples: The Contributions of Relationship Communitality and Favorability of Sexual Exchanges. *Journal of Psychology and Human Sexuality*, 16, 17–37.

**Perlman, S. D. ve Abramson, P. R. (1982).** Sexual Satisfaction Among Married and Cohabiting Individuals. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 458–460.

**Peterson, C. ve Seligman, M. E. P. (2004).** *Character Strengths and Virtues: A Classification and Handbook*. Washington: American Psychological Association.

**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. (1991).** *The emotions*. (Rev. Ed.). Maryland: University Press of America. (Original work published 1962)

**Plutchik, R. (2000).** *Emotions in the practice of psychotherapy: Clinical implications of affect theories*. Washington, DC: American Psychological Association.

**Prager, K. J. (1986).** Intimacy Status: Its Relationship to Locus of Control, Self-Disclosure, and Anxiety in Adults. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12, 91-109.

**Putman, D. (1997).** Psychological Courage. *Philosophy, Psychiatry and Psychology*, 1–11.

**Raffel, S. (2011).** The Interplay of Courage and Reason in Moral Action. *History of the Human Sciences*, 24 (5), 89–102.

**Rohrer, J. (2002).** *ABC of Awareness: Personal Development as The Meaning of Life* (Trans.). In R. Curtis (Ed.), *Utd. Media Book Series: Time for Change*. Switzerland: Oberurnen.

**Rubin, Z. ve Shenker, S. (1978).** Friendships, Proximity, and Self-disclosure. *Journal of Personality*, 46, 1-22.

**Sadock, V. A. (1989).** *Psychosexual Dysfunctions and Treatment*. H. I. Kaplan, B. J. Sadock (Eds.), *Comprehensive Textbook of Psychiatry – V*. Baltimore, Williams and Wilkins.

**Sağır A., Sırğı Ü., Tabak A., (2010).** Çalışanlarda Suçluluk Ve Utanç Duygusunun Cinsiyet- Yaş Durumuna Göre Mukayese Ve Örgütlerde Utanç Yönetiminin Kullanılması. *C.Ü İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi Cilt 11, Sayı 1:71-85.*

**Santtila, P., Wager, I., Witting, K., Harlaar, N., Jern, P., Johansson, A...Sandnabba, N. K. (2008).** Discrepancies between sexual desire and sexual activity: Gender differences and associations with relationship satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 34, 29-42.

**Salisbury, M. L. (2004).** *Sexual Awareness, Body Image, and Self-esteem of Individuals Who Have Ostomies*. Unpublished master of science in nursing, Medical College of Ohio.

**Schneider, C. (1977).** *Shame, exposure, and privacy*. Boston: Beacon Press.

**Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2006).** Attachment theory, individual psychodynamics, and relationship functioning. In A. L. Vangelisti, D. Perlman, A. L. Vangelisti, & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 251-271). New York, NY, US: Cambridge University Press

**Snell, W. E., Fisher, T. D. ve Miller, R. S. (1991).** Development of The Sexual Awareness Questionnaire: Components, Reliability, and Validity. *Annals of Sex Research*, 4, 65–92.

**Snell, W. E. ve Wooldridge, D. G. (1998).** Sexual Awareness: Contraception, Sexual Behaviors and Sexual Attitudes. *Sexual and Marital Therapy*, 13, 191–199.

**Soner, O. (1995).** *Aile Uyumu, Öğrenci Özgüveni ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış doktora tezi. Marmara Üniversitesi: İstanbul.

**Spinoza, B. (2011).**Etika. (H. Z. Ülken, Çev.). Ankara: Dost Kitabevi. (Orijinal çalışma basım tarihi 1677)

**Sprecher, S. ve Cate, R. M. (2004).** Sexual Satisfaction and Sexual Expression as Predictors of Relationship Satisfaction and Stability. In J. H. Harvey, A. Wenzel ve S. Sprecher (Eds.), **The Handbook of Sexuality in Close Relationships** (s. 235–256). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

**Sotomayor M. (2005),** The burden of premature ejaculation: the patient's perspective. *J Sex Med* 2(Suppl 2):110-4

**Srivastva, S. ve Cooperrider, D. L. (1998).**Organizational Wisdom and Executive Courage. San Francisco: The New Lexington Press.

**Şentürk, G. E. (2006).**Ortaöğretim Kurumlarına Devam Eden Öğrenciler İle Bu Kurumda Çalışan Öğretmenler ve Yöneticilerin Cinsellikle İlgili Yanlış İnanışla Bilgi ve İnanışlarının Belirlenmesi ve Bir Uygulama. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

**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., & 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.

**TenHouten, W.D. (2007).**A general theory of emotions and social. New York: Routledge.

**Tiryaki A., Özkurmak E., Civil Aslan F., Yavuz A. A., (2009).** Remisyonda testis kanseri hastalarında cinsel doyum ve yaşam kalitesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10:233-238



**Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2004).** Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model. *Psychological Inquiry*, 15 (2), 103-125.

**Uzuner, A., Yıldız, G., Yıldırım, N. E., Coşkun, Z., Ertaş, S. ve Ünalın, P. (2005).** Üniversite Öğrencilerinde Cinsel Sağlık/Üreme Sağlığı Konularına Bakış Açısı. İstanbul.

**Varma, G. S., Karadağ, F., Oğuzhanoglu, N. K., Özdel, O. ve Kökten, S. (2006).** Menopoz: Klimakterik Belirtiler ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişki. *New/Yeni Symposium Journal*, Cilt: 44, Sayı: 4, ss. 182-188.

**Verschoor, C. C. (2004).** Toward a Corporation with Conscience. *Strategic Finance* 85 (7), 20.

**Voyer, P. (2011).** Courage in Leadership: From The Battlefield to The Boardroom. *Ivey Business Journal*.

**Yalım, Ö. (1998).** Türkçe'de yakın ve karşıt anlamlılar sözlüğü (C. 1-3). İstanbul: İmge Kitabevi.

**Yılmaz E., Zeytinci İ., Sari S., Karababa İ. F., Çilli A. S., Kucur R., (2010).** Konya İl Merkezi'nde Yaşayan Evli Nüfusta Cinsel Sorunların Araştırılması. *Türk Psikiyatri Dergisi* 21(2) 126-134

**Yelsma, P. (1986).** Marriage vs. Cohabitation: Couples' Communication Practices and Satisfaction. *Journal of Communication*, 36, 94–107.

**Zakahi, W. R. ve McCroskey, J. C. (1989).** Willingness to Communicate: A Potential Confounding Variable in Communication Research. *Communication Reports*, 2, 96–104.

**Zellman, G. ve Goodchilds, J. (1983).** Becoming Sexual in Adolescence. In Algeier, E. R., McCormick, N. B.(Eds). *Changing Boundaries: Gender Roles and Sexual Behaviors*. Palo Alto, CA: Mayfield.

**Zıvıdır, P. and Sohbet, R., (2017).** Menopozdaki Kadınların Suçluluk ve Utanç Duygularının Yaşam Kalitesine Etkisi, *Medical Sciences (NWSAMS)*, 12(1):1-9

- Zimbardo, P. G. (1986).**The Stanford Shyness Project. New York: Plenum.
- Wallbott, Harald G. ve Klaus R. SCHERER.** “Cultural Determinants in Experiencing Shame and Guilt”, June Price TANGNEY ve Kurt W.FISHER (Ed.), **Self-Conscious Emotions**, New York, The Guilford Press, 1995, 465-487.
- Walton, D. (1986).**Courage: A philosophical Investigation. Berkeley: University of California Press.
- Wayland, M. (1997).**Nonviolent Communication. San Diego: PuddleDancer Press
- Wells, G. B., & Hansen, N. D. (2003).** Lesbian shame: Its relationship to identity integration and attachment. *Journal of Homosexuality*, 45, 93-110
- Weinberg, M. S., Lottes, I. L. ve Shaver, F. M. (1995).** Swedish or American Heterosexual College Youth Who is More Permissive? *Archives of Sexual Behavior*, 24 (4), 409-437.
- Wiederman, M. W. (2000).** Women’s body image self-consciousness during physical intimacy with a partner. *The Journal of Sex Research*, 37, 60-68
- Wilson, J. (2001).** “Shame, Guilt and Moral Education”, *Journal of Moral Education*, Vol 30 (1); 185-206.
- Won-Doornink, M. J. (1985).** Self-disclosure and Reciprocity in Conversation: A Cross-national Study. *Social Psychology Quarterly*, 48, 97-107.
- Woodard, C. R. (2004).** Hardiness and The Concept of Courage. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 173–185.

## EKLER

### EK:1 Kişisel Bilgi Formu

#### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Bu anket formu yüksek lisans tezi kapsamında hazırlanmıştır ve elde edilecek bilgiler tamamen bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Kişisel bir çıkarım amacı olmadığından isim belirtme gereği bulunmamaktadır. Araştırmanın güvenilirliği ve geçerliliği açısından tüm soruları eksiksiz yanıtlamanız önemlidir. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyup sizin için en uygun cevabı (X) işaretleyiniz. Zaman ayırdığınız için teşekkürler.

**Cuma Ali TÜREGÜN**

Haliç Üniversitesi Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Tez Öğrencisi

1. **Cinsiyetiniz nedir?** 1. Kadın ( ) 2. Erkek ( )
2. **Yaşınız kaçtır?** .....
3. **Kardeş sayısı kaçtır?** 1. Tek çocuk ( ) 2. İki Çocuk ( ) 3. Üç Çocuk 4. Daha fazla ( )
4. **Ailenin kaçınıcı çocuğunuz?** .....
5. **Eğitim durumunuz nedir?** 1. Okur-yazar değil ( ) 2. İlkokul mezunu ( )  
3. Ortaokul mezunu ( ) 4. Lise Mezunu ( )  
5. Üniversite mezunu ( ) 6. Lisansüstü ve Doktora ( )
6. **En uzun süre yaşadığınız yer neresidir?** 1. Köy ( ) 2. Şehir ( ) 3. Büyük Şehir ( )
7. **Medeni durumunuz nedir?** 1. Bekar ( ) 2. Evli ( )
8. **Evlilik öncesi ilişkiniz oldu mu?** 1. Flört ( ) 2. Cinsel birliktelik ( )  
3. Duygusal birliktelik ( ) 4. Hepsi ( )
9. **Çalışıyor musunuz?** : 1. Evet ( ) 2. Hayır ( ) 3. Emekli ( )
10. **Gelir Düzeyiniz nedir?** 1. Düşük ( ) 2. Orta ( ) 3. Yüksek ( )
11. **Evlilik dışı ilişki olmalı mıdır?** 1. Evet ( ) 2. Hayır ( )
12. **Mastürbasyon yapar mısınız?** 1. Evet ( ) 2. Hayır ( )
13. **Cinsel bilgi kaynağınız nedir?** 1. Arkadaş ( ) 2. Sağdıç ( ) 3. Kitap ( )  
4. Aile ( ) 5. Hepsi ( ) 6. Hiç biri ( )
14. **Cinsel sorun yaşadığımızda başvurduğunuz yer neresidir?**  
1. Özel Doktor ( ) 2. Hastane ( ) 3. Başvuru Yapmam ( ) 4. Dini Görevli ( ) 5. Diğer ( )
15. **Cinsel sorun olduğunda hangi uzmana başvurursunuz?**  
1. K. Doğum ( ) 2. Psikiyatri ( ) 3. Üroloji ( )  
4. Baş Vurmam ( ) 5. Aile Hekimi ( ) 6. Fikrim Yok ( )

Teşekkürler diğer sayfaya geçiniz

## EK:2 Suçluk ve Utanç Ölçeği

Bu ölçeğin amacı bazı duyguların hangi durumlarda ne derece yoğun olarak yaşandığını belirlemektir. Aşağıda bazı olaylar verilmiştir. Bu olaylar sizin başınızdan geçmiş olsaydı ne kadar rahatsızlık duyardınız. Lütfen her durumu dikkatle okuyup öyle bir durumda ne kadar rahatsızlık duyacağınızı aşağıdaki ölçekten yararlanarak maddelerin yanındaki sayıların üzerine (X) işareti koyarak belirleyiniz.

1. Hiç rahatsızlık duymazdım
2. Biraz rahatsızlık duyardım
3. Oldukça rahatsızlık duyardım
4. Epey rahatsızlık duyardım
5. Çok rahatsızlık duyardım

Sizi ne kadar rahatsız edirdi?

	Hiç	Çok
1. Bir tartışma sırasında büyük bir hararetle savunduğunuz bir fikrin yanlış olduğunu öğrenmek.	(1)	(2) (3) (4) (5)
2. Evinizin çok dağınık olduğu bir sırada beklenmeyen bazı misafirlerin gelmesi.	(1)	(2) (3) (4) (5)
3. Birinin size verdiği bir sırrı istemeyerek başkalarına açıklamak.	(1)	(2) (3) (4) (5)
4. Karşı cinsten birinin kalabalık bir yerde herkesin dikkatini çekecek şekilde size açıkça ilgi göstermesi.	(1)	(2) (3) (4) (5)
5. Giysinizin, vücudunuzda kapalı tuttuğunuz bir yeri açığa çıkaracak şekilde buruşması yada kıvrılması.	(1)	(2) (3) (4) (5)
6. Bir aşk ilişkisi içinde sadece kendi isteklerinizi elde etmeye çalıştığınızı ve karşı tarafı sömürdüğünüzü fark etmeniz.	(1)	(2) (3) (4) (5)
7. Sorumlusu siz olduğunuz halde bir kusur yada bir yanlış için bir başkasının suçlanmasına seyirci kalmak.	(1)	(2) (3) (4) (5)
8. Uzman olmanız gereken bir konuda, bir konuşma yaptıktan sonra dinleyicilerin sizin söylediğinizin yanlış olduğunu göstermesi.	(1)	(2) (3) (4) (5)
9. Çok işlek bir iş merkezinin bulunduğu bir köşede herkesin size bakmasına sebep olacak bir olay yaşamak.	(1)	(2) (3) (4) (5)
10. Lüks bir restoranda başkaları size bakarken çatal bıçak kullanmanız gereken yerde elle yemek yediğinizi fark etmek.	(1)	(2) (3) (4) (5)
11. Başkalarını aldatarak ve onların sömürerek büyük kazanç sağlamak.	(1)	(2) (3) (4) (5)
12. İşçilerinizin sağlığına zarar vereceğini bildiğiniz halde, bir yönetici olarak çalışma koşullarında bir değişiklik yapmamak.	(1)	(2) (3) (4) (5)
13. Sözlü bir sınav sırasında kekeleydiğiniz ve heyecandan şaşırduğunuzda, hocanın sizin bu halinizi kötü bir sınav örneği olarak bütün sınıfa göstermesi.	(1)	(2) (3) (4) (5)
14. Tanıdığımız birinin sıkıntıda olduğunu bildiğiniz ve yardım edebileceğiniz halde yardım etmemek.	(1)	(2) (3) (4) (5)
15. Bir partide yeni tanıştığımız insanlara açık saçık bir fıkra anlattığınızda birçoğunun bundan rahatsız olması.	(1)	(2) (3) (4) (5)
16. Akılsızca, bencilce yada gereksizce büyük bir harcama yaptıktan sonra ebeveyninizin mali bir sıkıntı içinde olduklarını öğrenmek.	(1)	(2) (3) (4) (5)
17. Arkadaşınızdan bir şeyler çaldığınız halde arkadaşınızın hırsızlık yapanın siz olduğunuzu hiçbir zaman anlamaması.	(1)	(2) (3) (4) (5)
18. Bir davete ya da toplantıya rahat, gündelik giysilerle gidip herkesin resmi giyindiğini görmek.	(1)	(2) (3) (4) (5)
19. Bir yemek davetinde bir tabak dolusu yiyeceği yere düşürmek.	(1)	(2) (3) (4) (5)
20. Herkesten sakladığınız ve hoş olmayan bir davranışın açığa çıkarılması.	(1)	(2) (3) (4) (5)
21. Bir kişiye hak etmediği halde zarar vermek.	(1)	(2) (3) (4) (5)
22. Alış-veriş sırasında paranızın üstünü fazla verdikleri halde sesinizi çıkarmamak.	(1)	(2) (3) (4) (5)
23. Ailenizin sizden beklediklerini yerine getirememek.	(1)	(2) (3) (4) (5)
24. Çeşitli bahaneler bularak yapmanız gereken işlerden kaçmak.	(1)	(2) (3) (4) (5)

## EK:3 Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği – Erkek Formu

### Erkek Formu

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her soru için “hiçbir zaman”, “bazen”, “çoğu zaman”, “her zaman” şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenilen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır. Cevaplandırırken:

1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun **son zamanlarda** ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki parantezin içine (X) işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.
4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Haftada iki defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?					
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?					
3. Cinsel yönden kolay uyarılır mısınız?					
4. Cinsel ilişki sırasında boşalmak için henüz erken olduğunu düşünürseniz boşalmayı geciktirebilir misiniz?					
5. Eşinizle olan cinsel yaşamınızı tekdüze (monoton) buluyor musunuz?					
6. Eşinizin cinsel organına dokunup okşamaktan rahatsızlık duyar mısınız?					
7. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, tedirgin ve endişeli olur musunuz?					
8. Cinsel organınızın, eşinizin cinsel organına girmesinden zevk alırsınız mı?					
9. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınızı sorar mısınız?					
10. İlişki sırasında cinsel organınızın sertleşmediği olur mu?					
11. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hissedersiniz mi?					
12. Eşinizin, cinsel organınıza dokunup, okşamasından zevk alırsınız mı?					
13. Cinsel birleşme sırasında erken boşalmayı engelleyebilir misiniz?					
14. Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?					
15. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatmin edici buluyor musunuz?					
16. Ön sevişme (öpme, okşama gibi) sırasında cinsel organınızın sertleştiği olur mu?					
17. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (hastalık gibi nedenler dışında)					
18. Eşinizle karşılıklı mastürbasyon yapmaktan (kendinizi tatmin etmekten) zevk alırsınız mı?					
19. Eşinizle sevişmek istediğinizde ilişkiyi siz başlatır mısınız?					
20. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanırsınız mı?					
21. İsteddiğiniz kadar sık cinsel ilişkide bulunur musunuz?					
22. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?					
23. Cinsel birleşme sırasında cinsel organınızın sertliğini kaybettiği olur mu?					
24. Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girer girmez istemeden boşaldığınız olur mu?					
25. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alırsınız mı?					
26. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?					
27. Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girmek üzereyken, istemeden boşaldığınız olur mu?					
28. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?					

## EK:4 Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği – Kadın Formu

### Kadın Formu

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her soru için “hiçbir zaman, nadiren, bazen, çoğu zaman, her zaman” şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak cevaplamanızdır.

Cevaplandırırken:

1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun **son zamanlarda** ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki parantezin içine (X) işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.
4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?					
2. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı sorar mısınız?					
3. Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (adet günleri, hastalık gibi nedenler dışında)					
4. Cinsel yönden kolaylıkla uyarılır mısınız?					
5. Sizce, sizin ve eşinizin ön sevişmeye(öpme, okşama gibi) ayırdığınız zaman yeterli mi?					
6. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının giremeyeceği kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?					
7. Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?					
8. Cinsel ilişki sırasında doyuma (orgazma) ulaşabilir misiniz?					
9. Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?					
10. Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkâr bulur musunuz?					
11. Gerekirse rahatsızlık ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilir misiniz?					
12. Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?					
13. Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, rahatsız olur musunuz?					
14. Sizin için doyuma (orgazma) ulaşmanın mümkün olmadığını düşünür müsünüz?					
15. Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?					
16. Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?					
17. Eşinizin cinsel organı, sizin cinsel organınıza rahatsızlık vermeden girebilir mi?					
18. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?					
19. Eşinizin cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?					
20. Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?					
21. Ön sevişme sırasında eşiniz bızırınızı (klitoris) uyardığında doyuma (orgazm) ulaşabilir misiniz?					
22. Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi?					
23. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?					
24. Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının derine girmesini engelleyecek kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?					
25. Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?					
26. Sevişme sırasında cinsel organınızda ıslaklık olur mu?					
27. Cinsel birleşme anından hoşlanır mısınız?					
28. Cinsel birleşme anında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?					

## ÖZGEÇMİŞ

**1. Adı Soyadı** : Cuma Ali TÜREGÜN

**İletişim Bilgileri** : Beşiktaş ilçe Milli Eğitim Müdürlüğü Büyük Esmâ Sultan Ortaokulu

**Adres** : Beşiktaş/ İstanbul

**Telefon** :05335138144

**Mail** :cumaalituregun@hotmail.com

**2. Doğum Tarihi** :30 Mayıs 1978

**3. Unvanı** :Rehber Öğretmen ( Okul Psikolojik Danışmanı )

**4.ÖğrenimDurumu** :Lisans Mezunu (Yüksek Lisans Devam Ediyor)

Derece	Alan	Üniversite	Yıl
Lisans	Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık	İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı	1998-2002
Yüksek Lisans	Psikoloji	Haliç Üniversitesi Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisansı	2014- Halen devam ediyor
Doktora	-----	----	