

**T.C**  
**HARRAN ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI**

**DİCLE ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR**  
**YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK ŞİDDET**  
**İLE SOSYAL DESTEK ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Songül DEMİR**

**DANIŞMAN**

**Yrd. Doç. Dr. Recep CENGİZ**

**ŞANLIURFA**

**2013**

**HARRAN ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI**

Songül DEMİR'in hazırladığı "Dicle Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Psikolojik Şiddet ile Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", konulu çalışma, 21/05/2013 tarihinde jüri üyeleri tarafından değerlendirilerek Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

  
Yrd. Doç. Dr. Recep CENGİZ

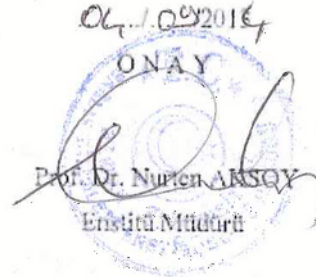
BAŞKAN  
(Danışman)

Yrd. Doç. Dr. İsmail GÖKHAN

  
ÜYE

Doç. Dr. Recep KÜRKCÜ

  
ÜYE

06.10.2013  
ONAY  
  
Prof. Dr. Nurten AKSOY  
Enstitü Müdürü

## TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın başından sonuna kadar problem çözme becerilerini kullanarak bana sağladığı sosyal desteğin yanında bilimsel öneri ve katkılarıyla beni yönlendiren, bilgi ve tecrübelerini esirgemeyen değerli hocam, danışmanım Yrd. Doç. Dr. Recep CENGİZ'e teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Yüksek lisans öğrenimim sürecinde bilgi ve deneyimlerini benimle paylaşan değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Şebnem ŞARVAN CENGİZ'e ve doğrudan veya dolaylı şekilde bilimsel desteklerini gördüğüm tüm değerli hocalarıma teşekkür ederim.

Üniversite yaşamının bana kazandırdığı ve bundan sonraki yaşamımda her zaman yerleri olan değerli dostlarıma, ölçekleri cevaplandırmak için zaman ayıran Dicle Üniversitesi İstatistik öğretim üyesi Prof. Dr. Ömer SATICI ve Dicle Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerine teşekkür ederim.

Songül DEMİR  
Şanlıurfa – 2013

## İÇİNDEKİLER

## SAYFA

TEŞEKKÜR .....	I
İÇİNDEKİLER .....	II
TABLolar DİZİNİ .....	IV
KISALTMALAR VE SİMGELER .....	V
ÖZET .....	VI
ABSTRACT .....	VIII
1. GİRİŞ .....	1
2. GENEL BİLGİLER .....	2
2.1. Psikolojik Şiddetin Tanımı.....	2
2.1.1. Psikolojik Şiddetin Tarihi Gelişimi .....	2
2.1.2. Psikolojik Şiddet Tipolojisi .....	3
2.1.3. Psikolojik Şiddetin Aşamaları .....	6
2.1.4. Psikolojik Şiddet Türleri .....	7
2.1.5. Psikolojik Şiddetin Nedenleri .....	8
2.1.6. Psikolojik Şiddetin Dereceleri .....	12
2.1.7. Psikolojik Şiddetin Sonuçları .....	12
2.1.7.1. Psikolojik Şiddetin Mağdura Etkisi .....	13
2.1.8. Psikolojik Şiddetle Başa Çıkma Yolları .....	13
2.1.8.1. Kurumsal Yöntemler .....	14
2.1.8.2. Bireysel Yöntemler .....	14
2.2. Sosyal Destek .....	14
2.2.1. Sosyal Destek Tanımı .....	16
2.2.2. Sosyal Destek Kategorileri .....	16
2.2.3. Sosyal Destek Türleri .....	17
2.2.4. Sosyal Destek Modelleri .....	19
2.2.5. Sosyal Ağ .....	20
2.2.6. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar .....	21
2.2.7. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar .....	23
3. YÖNTEM .....	27
3.1. Araştırma Modeli .....	27

3.2. Araştırma Evreni .....	27
3.3. Veri Toplama Araçları .....	27
4. BULGULAR .....	29
5. TARTIŞMA .....	36
6. SONUÇ .....	41
7. ÖNERİLER .....	42
8. KAYNAKLAR .....	43
9. EKLER .....	49



<b>Tablo 1:</b> Demografik Değişkenlere İlişkin Frekans Dağılımları.....	29
<b>Tablo 2:</b> ÇBSDA Toplam Puanlarına İlişkin Kolmogorov-Smirnov Sonuçları .....	30
<b>Tablo 3:</b> Çok Boyutlu Sosyal Destek Algılarının Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	30
<b>Tablo 4:</b> Öğrencilerin Çok Boyutlu Sosyal Destek Algılarının Yaşa Göre Farklılaşması..	30
<b>Tablo 5:</b> Çok Boyutlu Sosyal Destek Algılarının Bölüme Göre Farklılaşmasına İlişkin Anova Testi Sonuçları .....	31
<b>Tablo 6:</b> PŞA (Psikolojik Şiddet Algısı) Toplam Puanlarına İlişkin Kolmogorov-Smirnov Sonuçları .....	31
<b>Tablo 7:</b> Duygusal Yönden İcitic Davranışlar Ölçeğinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Testi Sonuçları .....	32
<b>Tablo 8:</b> Duygusal Yönden İcitic Davranışlar Ölçeğinin Yaşa Göre Farklılaşmasına İlişkin Anova Testi Sonuçları .....	32
<b>Tablo 9:</b> Duygusal Yönden İcitic Davranışlar Ölçeğinin Bölüme Göre Farklılaşmasına İlişkin Anova Testi Sonuçları .....	33
<b>Tablo 10:</b> Çok Boyutlu Sosyal Destek Algıları İle Psikolojik Şiddet Algıları Aradaki Kendall's Tau-b Korelasyon Analizi Sonuçları .....	33
<b>Tablo 11:</b> Cinsiyete Göre Çok Boyutlu Sosyal Destek Algıları İle Psikolojik Şiddet Algıları Aradaki Kendall's Tau-b Korelasyon Analizi Sonuçları .....	34
<b>Tablo 12:</b> Yaşa Göre Çok Boyutlu Sosyal Destek Algıları İle Psikolojik Şiddet Algıları Aradaki Kendall's Tau-b Korelasyon Analizi Sonuçları .....	34
<b>Tablo 13:</b> Bölüme Göre Çok Boyutlu Sosyal Destek Algıları İle Psikolojik Şiddet Algıları Aradaki Kendall's Tau-b Korelasyon Analizi Sonuçları .....	35
<b>Tablo 14:</b> Çok Boyutlu Sosyal Destek Algı Düzeylerine Göre Psikolojik Şiddet Algılar Farklılaşmasına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.....	35

## KISALTMALAR VE SİMGELER LİSTESİ

- ÇBSDÖ** : Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği  
**PSK** : Psikolojik Şiddet Algısı  
**DYİD** : Duygusal Yönden İciticı Davranışlar



## ÖZET

### DİCLE ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK ŞİDDET İLE SOSYAL DESTEK ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Songül DEMİR

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı

Bu araştırma, öğrencilerin psikolojik şiddet algıları ile aile, arkadaş ve özel kişilerden aldıkları sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemeyi amaçlamaktadır.

Araştırmanın evrenini 2009-2010 Eğitim-Öğretim yılı Diyarbakır Dicle Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek okulunda okuyan 100 Öğrenci oluşturmaktadır. Öğrenciler, davranışlarını ifade ederken psikolojik şiddete maruz kalmışlar; algılanan sosyal destek düzeyleri ile ilgili veriler, üç bölümden oluşan bir anket ile elde edilmiştir.

Birinci bölüm öğrencilerin demografik bilgilerinden, ikinci bölüm Eker, Arkar ve Yıldız tarafından uyarlanan “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği”, ve üçüncü bölüm ise Gökçe'nin geliştirmiş olduğu “İş Yerinde Duygusal Yönden İncitilme Ölçeği”den oluşmaktadır. Veriler için, SPSS 16.0 veri analiz programını, Mann Whitney U- Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Testi uygulanmıştır. Ayrıca elde edilen toplam puanların normal dağılıp dağılmadığını belirlemek amacı ile normallik testi olan tek örneklem Kolmogorov-Smirnov (K-S) testinden yararlanılmıştır. İki değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için ise Kendall's Tau-b Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır.

Bulgulara göre, öğrencilerin psikolojik şiddeti algılamaları ile sosyal destek algıları arasında düşük düzeyde, negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $P<0.05$ ). Psikolojik şiddet ve demografik değişkenler arasında hiçbir ilişki saptanmadı. Ancak, algılanan sosyal destek, evlilik durumu ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki vardı ( $P<0.05$ ). Kadınlar, ailelerinden ve özel kişilerden daha fazla sosyal destek almaktadırlar; evli öğrenciler, bekar öğrencilere nazaran ailelerinden daha fazla destek almaktadırlar.

Öğrenciler, çalışma ortamlarında psikolojik şiddet olarak, başkalarının önünde sesli olarak hakarete maruz kaldıklarını, işleri ile ilgili kararları yanlışmış gibi sorgulandıklarını,



başkasının eylemlerinden dolayı sorumlu tutulduklarını, kimsenin yapmak istemediği işleri yapmaya zorlandıklarını, haklarında dedikodu yapıldığını ve nahoş şakalara maruz kaldıklarını belirtmişlerdir.

**Anahtar Sözcükler:** Psikolojik Şiddet, Sosyal Destek, Öğrenci



## **ABSTRACT**

### **RESEARCH ON THE RELATIONSHIP BETWEEN THE PERCEPTIONS OF THE STUDENTS ON MOBING AND SOCIAL SUPPORT ON THE COLLEGE OF THE PHYSICAL EDUCATION AND SPORT, DICLE UNIVERSITY**

**Songül Demir**

**The Department of Physical Education and Sport**

This research aims to examine as whether there is a meaningful relationship between students perception in terms of mobbing and students social support which they receive from their families, friends and individuals.

Sample group for the survey was taken from 2009-2010 academic year and it was composed of 100 students studying in College of Physical Education and Sport in Dicle University in Diyarbakır. Data form for this survey consist of three parts:

First part of the data form is comprised of demographic information about sample group. “ Multidimensional Scale of Percived Social Support”adapted by Eker, Arkar and Yıldız was used for the second part. The third part was composed of “ The Scale of Emotional Injury in the workplace” developed by Gökçe. SPSS 16.0 data analysis programme, Mann Whitney U-test and One-way Analysis of Variance ( Anova ) were applied for the data obtained. In addition Kolmogorov-Smirnov ( K-S ) one sample test was also applied in order to specify if the total points obtained had a normal distribution or not. Moreover, Kendall’s Tau-b correlation coefficient was utilised to examine the relationship between the two variables.

Findings of the research have indicated to a meaningful relationship in low level and a negative direction between the perceptions of the students in terms of mobbing and demographic variables. However, a meaningful support has been specified between connubiality and gender (  $P < 0.05$  ). While women had more support from their families and individuals, married students had more support from their families in comparison to single students.

The students also defined what kind of mobbing they were exposed to in working environments: Someone insulted them loudly in front of other people, they were questioned as if their decisions regarding the work they did were wrong, they were kept responsible for what other people did, they were compelled to do works no one wanted to carry out, people gossiped about them and people played a prank on them.

**Key words:** Mobbing, social support, student



## 1. GİRİŞ VE AMAÇ

Birey sosyal bir varlık olarak, sağlıklı ve mutlu bir hayat sürdürebilmesi sadece kendisine bağlı değildir. Üniversite koşulları, akademik başarı durumları, idari personel ve diğer bireylerin davranışları beden ve ruh sağlığını olumsuz etkileyebilir.

Bireyin eğitim ve öğretim hayatına başlaması ile birlikte birtakım sorunlar ortaya çıkar. Değişen çevre koşulları, sınıf içi rekabet, kıskançlık, çekememezlik vb. gibi faktörler birey üzerinde baskı oluşturabilir. Bu baskının yarattığı stres kaynaklarından biri de psikolojik şiddettir. Ülkemizde, hakkında çok az araştırma yapılmış olan psikolojik şiddet, çalışanları, işverenleri, aileleri ve tüm toplumu olumsuz etkilemektedir (1).

Yaşamın her alanında haksız eleştiriler yapılması, işlerinde hata aramak, dışlanmak, ikiyüzlü davranmak, iftira etmek, söylediklerinin çarpıtılması, hedef haline getirilmek, alaya alınmak, tehdit edilmek, aşırı iş yükü altına sokulmak, iftira atılması, hakkında dedikodu çıkarılmak gibi rahatsız edici davranışlarla karşılaşılabilir (2). Bunlar psikolojik şiddet davranışlarıdır.

Hoel ve ark. (2004), psikolojik şiddet, bir veya birkaç kişinin diğer kişiler tarafından hedef hâline getirilmesi ve onlara karşı yapılan sistematik saldırganlıktır (3). Kurban, çirkin ve haksız saldırılara maruz kalır. Adil muamele görmeme hissi, yıldırma kurbanlarının ortak noktasıdır. Psikolojik şiddet bir olgu olarak görülmemektedir. Ancak sıklığı ve şiddeti artan olumsuz davranışlarla karşılaştığı bir süreçtir. Bu davranışlar karışıktır, genel olarak fiziksel olmayan sözlü suçlamalar ve kişiden uzaklaşma gibi yaşanan davranışlardır. Kuramsal olarak sosyal stres kaynaklarının en uç noktasıdır (4).

Psikolojik şiddet sonucu ortaya çıkan ihtiyaçlardan biri de sosyal stres ihtiyaçlarıdır. Bu durumda olan bireyler sıkıntılarını paylaşmak için çevreden destek ihtiyacı duyarlar. Bu noktada sosyal desteğin önemi açığa çıkar (5). Başa çıkma yöntemi olarak sosyal desteğin, kısa süreli stres dönemlerinde, bireyin yeni durum ve uyarıcılara karşı uyumunu kolaylaştıran ve zihinsel sağlığını olumlu etkileyen bir işlevi vardır. Sosyal destek bireye güven kazandırmakta ve hayatına olumlu bir yön vermektedir. Ayrıca strese neden olan olaylarla karşılaştığında bireyin bu durumla daha etkili bir biçimde mücadele etmesini sağlamaktadır. Bu çalışmada öğrencilerin demografik değişkenlere göre psikolojik şiddet algıları ile algıladıkları sosyal destek düzeylerinin değişip değişmediği ve aralarındaki ilişkiyi araştırmak amaçlanmıştır.

## **2.GENEL BİLGİLER**

### **2.1. Psikolojik Şiddetin Tanımı**

Psikolojik şiddet, bir veya birkaç kişi tarafından, başka bir kişiye sistematik bir biçimde, düşmanca ve ahlak dışı, etik olmayan bir davranış sergileyerek ortaya çıkan bir çeşit psikolojik terör olarak tanımlanmaktadır (6).

Cusack (2000)'a göre psikolojik şiddette ortak olan üç unsur vardır:

1. Saldırganın gerçekleştirdiği eylemin, mağdur üzerinde bıraktığı etki
2. Bu etkinin mağdura zarar verip vermediği
3. Eylemin ne kadar sıklıkla ve ne kadar sürede devam ettirildiğidir (7).

Birey psikolojik şiddet davranışlarına bağlı olarak çaresiz ve savunmasız bir hale gelir. Bu davranışlar genelde 6 ay ve daha fazla süre ile devam eden ve en az haftada bir kez bireye karşı uygulanan hareketlerdir. Bu davranışın nedeni ise üstünlük kurmak, emri altına almak ve yok etmek duygusudur (6). Bu davranışların sıklığı ve uygulanma süresinin uzunluğu, bireyde zihinsel, psikosomatik ve sosyal tükenmişliğe neden olur (5). Bireyin saygısız ve düşmanca bir davranışın hedefi haline gelmesiyle başlayan bu süreç; işe karşı kayıtsızlık, isteksizlik, yılgınlık, performans düşüklüğü ile başlar, istifa ile sonuçlanır (8). Psikolojik şiddeti uygulayan kişilerin, davranışlarının sonuçlarını inkâr ettiklerini de belirtilmektedir (6). Psikolojik şiddet davranışları, oluştuğunda çeşitli psikolojik etmenlerin etkisiyle kurbanın sağlığı tehlikeye girer (8).

#### **2.1.1. Psikolojik Şiddetin Tarihi Gelişimi**

Mob sözcüğü Latince “kararsız kalabalık” anlamına gelen “mobile vulgus” sözcüklerinden türemiştir. İngilterede kanun dışı şiddet uygulayan düzensiz kalabalık veya çete anlamına gelmektedir. “Mob” kökünün İngilizce eylem biçimi olan “Mobbing” ise, psikolojik şiddet, kuşatma, taciz, rahatsız etme veya sıkıntı verme gibi anlamlara gelmektedir (9). 1960’lı yıllarda tanınmış Avusturyalı bilim adamı Konrad Lorenz mobbing terimini, hayvanların bir yabancıyı veya avlanmakta olan bir düşmanı kaçırmak için yaptıkları davranışları tanımlamak için kullanmıştır (2). Heinemann, mobbing sözcüğünü, öğrenciler arasında zorbalık, kabadayılık olarak bilinen davranışlarını çocuklardan oluşan küçük grupların tek ve güçsüz bir çocuğa karşı giriştiği zarar verici saldırgan davranışları tanımlamada kullanmıştır. Çocuklar arasında görülen bu davranışların önü alınmazsa, kurbanı ümitsizlik ve korku nedeniyle intihara kadar götürebileceğini vurgulamıştır (10). 1980’li

yıllarda mobbing kavramını iş yaşamında ise ilk kez Heinz Leymann kullanmıştır. İşyerlerinde yetişkinler arasında benzeri grup şiddetini tespit etmiş ve önce bu davranışı İsveç'te araştırmıştır. Almanya'da bu araştırmayı yayınlamıştır. Kendisine işyerinde zor kişiler olarak bildirilen kişileri araştırarak bunların başlangıçta zor olmadıklarını belirlemiştir. İşyeri yapısı ve kültürünün bu insanları zor kişiler olarak damgaladığı sonra da firmanın onları kovmak için nedenler bulduğunu belirlemiştir. 1984 yılında bu bulguları ile ilk raporunu yayımlamıştır. Bu raporun ardından "Mobbing" terimi iş yerindeki düşmanca ve saldırgan davranışları da kapsamış, bugün kullandığımız anlamı kazanmıştır (10).

Leymann'ın görüş ve araştırmaları, bütün işyerlerindeki Mobbing davranışlarına ilişkin araştırmalara bir kaynak oluşturmuştur. İşyerindeki Mobbing davranışının varlığını, özel niteliklerini, ortaya çıkış şeklini, psikolojik sonuçlarını da açıklamıştır (8).

Leymann ve Gustavsson'un ilk araştırma raporları yayımlandıktan ve Leymann'ın ilk kitabı çıktıktan sonra birçok farklı ülkede psikolojik şiddet ile ilgili bilimsel gelişmeler yaşanmıştır. Norveç'te Matthiesen (1989), Einarsen (1999), Finlandiya'da, Vartia (1996), Zapf (1999), Leymann ve Gustafsson (1996), çalışmalarını yayımlamışlardır. Hollanda, İngiltere, Fransa ve İtalya'da Psikolojik şiddet araştırmaları önem kazanmıştır (11).

### **2.1.2. Psikolojik Şiddet Tipolojisi**

Psikolojik Şiddet sürecinin anlaşılabilmesi için öncelikle işyerinde görülen psikolojik şiddet davranışlarının belirlenmesi gereklidir. Psikolojik Şiddetin uygulandığı süreçte görülen davranışların bazıları tamamen negatif olarak değerlendirilmesine rağmen, büyük bir bölümünü normal davranışlar oluşturmaktadır. Bu davranışlar, bir kez için hoş görülebilir. Ancak sistematik olarak uzun bir süre içinde tekrarlanırsa anlamları değişir ve kasıtlı bir saldırıya dönüşür (2).

Psikolojik şiddetin varlığının tespit edilebilmesi için 45 psikolojik şiddet davranışını ortaya koymuştur. Bunu da Psikolojik Şiddet Envanteri olarak adlandırılmıştır. Bu envanteri, psikolojik şiddete uğrayan mağdur kişi üzerindeki etkilerine dayanarak 5 ayrı şekilde gruplandırmıştır (12).

#### **1. Grup: Kurbanın sağlıklı iletişim kurmasına olan etkileri yönünden**

1. Kişinin kendini gösterme imkânları kısıtlanır.
2. Sürekli sözü kesilir.

3. Kendini gösterme olanakları kısıtlanır.
4. Yüzüne bağırlır ve sürekli azarlanır.
5. Yaptığı iş sürekli eleştirilir.
6. Özel yaşamı eleştirilir.
7. Telefonla rahatsız edilir.
8. Sözlü tehditler yapılır.
9. Yazılı tehditler gönderilir.
10. Jest ve bakışlarla ilişki reddedilir.
11. İma yoluyla ilişki reddedilir.

## **2. Grup: Kurbanın sosyal ilişkilerine olan etkileri yönünden**

12. Çevresindeki insanlar kendisiyle konuşmaz.
13. Kişinin başkasıyla konuşması engellenir.
14. Diğer çalışanlardan ayrı bir yer verilir.
15. İş arkadaşlarının kişiyle konuşması yasaklanır.
16. Sanki orada yokmuş gibi davranılır.

## **3. Grup: Kurbanın itibarına olan etkileri yönünden**

17. İnsanlar kişinin arkasından kötü konuşur.
18. Asılsız söylentiler çıkar.
19. Gülünç durumlara düşürülür.
20. Akıl hastasıymış gibi davranılır.
21. Psikolojik değerlendirme veya inceleme geçirmesi için baskı yapılır.
22. Eğer bir özrü varsa, özrü ile alay edilir.
23. Kişiyi gülünç duruma düşürmek için yürüyüşü, jestleri veya sesi taklit edilir.
24. Dini veya siyasi görüşüyle alay edilir.
25. Özel yaşamıyla alay edilir.
26. Milliyeti ile alay edilir.
27. Öz güvenini olumsuz etkileyecek bir iş yapmaya zorlanır.
28. Çabaları yanlış ve küçültücü bir şekilde yargılanır.
29. Kararları sürekli sorgulanır.
30. Alçaltıcı isimlerle anılır.

#### **4. Grup: Kurbanın mesleki durumuna etkileri yönünden**

32. Kişiyeye güvenilmediği için iş verilmez.
33. Verilen işler geri alınır, yeni iş edinmesi engellenir.
34. Kişiden anlamsız işler istenir.
35. Kişiyeye kapasitesinin altında işler verilir.
36. Kişiyeye sürekli yeni görevler verilir.
37. Kişi aşağılayıcı işler yapmak zorunda bırakılır.
38. Yeteneklerinin üzerinde işler verilerek itibarı zedelenir.
39. Mali yük getirecek zararlar verilir.
40. Evi ya da işyerine zarar verilir.

#### **5. Grup: Kurbanın fiziksel sağlığına etkileri yönünden**

41. Fiziksel olarak ağır işler yapmaya zorlanır.
42. Fiziksel şiddet tehditleri yapılır.
43. Kişiyeye göz korkutmak için hafif şiddet uygulanır.
44. Fiziksel olarak saldırılır.
45. Cinsel tacizde bulunulur (12).

Bu gruplandırılmaları bir ölçek haline getirmiştir. Bu ölçek birçok araştırmacı tarafından da çalışmalarında kullanılmıştır. Stres yaratan bir durumun psikolojik şiddet (mobbing) sayılabilmesi için bu eylemlerin tamamının gözlenmesi gerekli değildir. Ancak tanımlanan davranışların varlığı en az altı ay süren ve haftada bir gözlemlenen bir sıklığa sahip olmalıdır (12).

İşyerinde psikolojik şiddet davranışlarını içeren bir sınıflama da Zapf tarafından yapılmıştır. Deneysel ve teorik sonuçlara dayanarak 5 tip kategori oluşturmuştur.

1. Görevlerin değiştirilmesi veya yapılmasının zor hale getirilmesini içeren iş bağlantılı psikolojik şiddet
2. Sosyal açıdan izole etme
3. Alay, hakarete varan sözler, dedikodu gibi davranışlarla mağdura veya özel hayatına yapılan saldırılar
4. Toplum içinde eleştirilmek ya da utandırılmak gibi sözlü tehditler (4).



### **2.1.3. Psikolojik Şiddetin Aşamaları**

Psikolojik Şiddet rahatsız edici davranışlarla kendini gösteren, zaman geçtikçe acı vermeye başlayan ve olayların sarmal biçimde hız kazandığı bir süreçtir. Psikolojik Şiddet, devam etmesine izin verildiği kadar sürdürülür. Psikolojik Şiddet mağduruna zarar verici bir uygulama şeklinde başlayan süreç, en ağır sonuca ulaşmadan önce kendi içinde çeşitli aşamalardan geçerek sona ulaşabilir (5).

Leymann (2012), psikolojik şiddet sürecinde çatışma ile başlayan ve işten ayrılmayla sona eren beş aşama belirlemiştir (13).

#### **1. Aşama: Kritik Olaylar**

Bu aşamada tetikleyici bir olayın ortaya çıkması söz konusudur. Süreç henüz psikolojik şiddet niteliğini kazanmamıştır. Ancak sergilenen davranış kısa bir süre içinde psikolojik şiddete dönüşebilir. Bu evrede, mağdur psikolojik veya fiziksel bir rahatsızlık hissetmeyebilir.

#### **2. Aşama: Psikolojik Şiddet ve Damgalama**

Psikolojik şiddet sürecinde ortaya çıkan davranışların tümünün kişiyi uzaklaştırmak, kovmak amacıyla yapılan davranışlar olduğu söylenemez. Bununla birlikte bu davranışlar, hemen hemen her gün ve uzun bir süre düşmanca bir amaçla devam ederse, normal günlük iletişim içinde ortaya çıkan davranışlar olarak kabul edilemez. Bu davranışlar zamanla şekil değiştirerek kişiyi, grup içinde yalnız bırakıp cezalandırmaya yönelik saldırgan eylemlere dönüşebilir. Bu aşama psikolojik şiddet dinamiklerinin harekete geçtiğini gösterir.

#### **3. Aşama: Personel Yönetimi**

İşyerinde olaylar büyüdüğü zaman yönetim ortaya çıkar. Sürecin ikinci aşamasında doğrudan yer almadığı halde ortaya çıkan duruma karşı önyargıyla yaklaşır. Olayları yanlış yargılayıp suç, mağdurda bularak problemi başından atma gibi bir eğilimi benimser.

#### **4. Aşama: Yanlış Teşhis Koyma**

Mağdurun sorunları çözebilmek için profesyonel yardıma başvurması işyerinde yanlış yorumlar yapılmasına neden olur. Bu yorumların artışı sonucunda mağdur “zor insan”, “paranoyak kişilik”, veya “akıl hastası” gibi sıfatlarla damgalanırlar. Yönetim mağdurun

aldığı sosyal destek veya yardımdan faydalanmasını sağlayıcı bir ortam yaratmak yerine, uzun süreli izinlerle çalışma ortamından uzaklaştırılması yolu seçilir. Bu aşamanın sonunda çoğunlukla işten çıkarılma veya zorunlu istifa vardır.

## **5. Aşama: İşyerinden Kovulma**

Mağdurun iş yaşamından uzaklaşmasına neden olan olaylarla ilgili herhangi bir çaba gösterilmemesi üzerine bireyin yaşadığı stres ve onu izleyen hastalıklar artarak devam eder. Psikolojik şiddet süreci sonucunda birey üzerinde oluşan sarsıntı Travma Sonrası Stres Bozukluğu'nu tetikler (14). Psikolojik Şiddetin sona erebilmesi için mağdur direnmeyi, ortamdaki uzaklaşmayı ya da duruma uyum sağlamayı başarabilmelidir. Eğer bunları başaramazsa hem ruhsal hem de bedensel olarak yıpranır. İşinde huzursuz olur ve işini kaybedebilir (13).

### **2.1.4. Psikolojik Şiddet Türleri**

Tutar(2004), Psikolojik Şiddet türlerini iki grupta incelemiştir(15);

**1. Dikey (Hiyerarşik) Şiddet:** Bu türde üstler astlarına, astlar üstlerine Psikolojik şiddet uygular. Amerika'da yapılan bir araştırmaya göre dikey şiddet daha çok yöneticilerden astlarına doğru yapılmaktadır. Yöneticilerin %85,5'i astlarına, eşit mevkide olan %15,7 si birbirlerine Psikolojik Şiddet uygulamaktadır. Aşağıdan yukarıya doğru uygulanan Psikolojik Şiddet davranışlarından bazıları şunlardır:

- Dedikodu çarkının çevrilmesi
- Yapılan olumlu işlerin üst kademeye iletilmemesi
- Sürekli olumsuz geribildirimlerin verilmesi
- İşlerin geciktirilmesi
- Bazı işlerin sabote edilmesi(15).

**2. Yatay şiddet:** Bu türde ise eşit mevkideki birkaç kişi bir araya gelerek bir kişiye Psikolojik Şiddet uygularlar. Kıskançlık, çekememezlik, yarışma hali gibi nedenlerden kaynaklanır. Yatay şiddet, Dikey şiddet kadar şeffaf değildir. Genellikle uyguladıkları şiddeti kabul etmez, bunu bir çekişme olarak görür ve haklı bir gerekçeye bağlamaya çalışırlar.

Tınaz'da((2006) benzer bir şekilde gruplandırmıştır. Saldırgan ve mağdur olmak üzere iki kişinin olduğu ortamda üç çeşit psikolojik şiddet görülebilir (8).

1. Yukarıdan aşağıya doğru psikolojik şiddet: Saldırgan, kurbanı göre daha üst konumdadır.

2. Eşdeğerler arasında psikolojik şiddet: Saldırgan ve mağdur, benzer görevlerde ve benzer imkânlarla sahip iş arkadaşlarıdır.

3. Aşağıdan yukarıya doğru psikolojik şiddet: Saldırgan mağdurdan daha alt konumdadır.

### 2.1.5. Psikolojik Şiddetin Nedenleri

Psikolojik şiddet cinsiyet ve hiyerarşi farkı gözetmeksizin, tüm kültürlerde ve tüm işyerlerinde gerçekleşen bir olgudur. Psikolojik şiddetin nedenleri, uygulayan kişinin kişilik özelliklerine, örgüt kültürüne ve mağdurun kişilik özelliklerine göre değişmektedir ve ayrı ayrı ele alınmalıdır. İnsanlar kendi eksikliklerini kapatmak için psikolojik şiddete başvururlar. Kendileri ve mevkileri adına duydukları korku ve güvensizlikten dolayı başka birine karşı küçültücü davranışlarda bulunurlar. Bu açıdan bakıldığında psikolojik şiddet eylemi, bir çeşit karmaşık bir kişilik sorunudur. İnsanların psikolojik şiddete başvurmasında dört temel neden olduğunu belirtmiştir(15).

Bunlar:

1. **Birisini bir grup kuralını kabul ettirmeye çalışmak:** “Eğer kabul etmiyorlarsa gitsin” düşüncesine sahiptirler.

2. **Düşmanlıktan hoşlanmak:** Hoşlanmadıkları kimselerden kurtulmak için psikolojik şiddet uygularlar.

3. **Can sıkıntısı içinde zevk arayışı:** Bazı sadist ruhlu saldırganlar yaptıkları eziyetten zevk alırlar.

4. **Önyargıları pekiştirmek:** belli sosyal, ırk veya etnik bir grubun üyesi olduğu için sevmedikleri kimselere karşı psikolojik şiddet uygularlar(15).

Doğruluk, dürüstlük, sadakat, onurlu olma gibi bazı kişilik özellikleri dışında, psikolojik şiddet araştırmalarından çıkan sonuca göre mağdura ilişkin ayırt edici bir özellik tespit edememişlerdir. Psikolojik şiddet işyerinde herkesin başına gelebilmektedir.

Leymann ve Gustafsson(1996), araştırmalarında görüşülen kişilerin ortak özelliğinin, çalıştıkları yere olan sadakatleri, zgr karaktere sahip oldukları ve yaptıkları işle özdeşleşmiş olmaları olduğu tespit edilmiştir (11).

Son yirmi yılda psikolojik şiddetin etki ve nedenlerini anlamamızı sağlayan birçok araştırma yapılmıştır. Bu araştırmalar sonucunda üç temel sonuç çıkmıştır:

1. Örgüt yönetimleri tarafından, psikolojik şiddet davranışları stratejik olarak görmezden gelinmiş ya da yanlış anlamlandırılmıştır

2. Bu davranışların cinsel taciz veya ayrımcılıktan farkının ne olduğu açıkça tanımlanmamıştır.

3. Mağdurlar kendilerini savunurken güçsüz olduklarını ve yalnız bırakıldıklarını düşünmektedirler (16).

Field (2008), yaptığı araştırmada psikolojik şiddetin nedenlerini araştırmış ve şu sonuçlara ulaşmıştır. Psikolojik şiddet, eksik ve yetersiz yönetimlerde, yönetim olarak dikkatli olunmadığı, düşük iş tatmininin olduğu, çalışanlar arasındaki moralsizliğin arttığı, çalışanlara yetki verilmediği, örgütsel sağlığın azaldığı ortamlarda oluşur. Ayrıca işyerlerindeki monotonluğun artması, işyerlerinde zaman ve enerjinin ekonomik şekilde kullanılmaması, çalışanların işyerinden soğutulması durumlarında, kültürel yoksunluklarda ve sürekli çatışmalar sonucu oluşan kötü örgüt ikliminde ortaya çıkmaktadır (6).

Tınaz (2006), psikolojik şiddet gelişim nedenlerini dört grupta incelemiştir. Bunlar yaş, cinsiyet, iş faktörü ve meslek türüdür (8).

**Yaş:** Yaş arttıa psikolojik şiddet kurbanı olma olasılığı artmaktadır.

**Cinsiyet:** Kadın ve erkeklerin, aynı sıklıkta şiddete maruz kaldıklarını ve cinsiyetler arasında belirli bir fark bulunmadığını ne srmştir.

**İş sektörü:** Psikolojik şiddetin daha sıklıkla ortaya çıktığı herhangi bir sektör veya iş kolunun olmadığını ne srmştir.

**Meslek türü:** Bu değişkende önemli bir farklılık görülmemekle birlikte yöneticilik pozisyonlarında görülme sıklığının, diğer çalışanlar arasındakinden daha yüksek olduğunu vurgulamıştır.

Psikolojik şiddetin nedenlerini ve karşılaşma sıklık oranları ile birlikte şu şekilde sıralamıştır.

1. İşyerinde düşmanlık (%63)

2. Yönetimin zayıflığı (%42)

3. Görev ve ilerlemede rekabet (%38)
4. Yönetimin onayını ve takdirini kazanma çabası (%34)
5. İş güvenliğinin olmaması, işini kaybetme riski (%23)
6. Yaş (%22)
7. Diğerlerinden farklı olma (%21)
8. İş tatmininin yaşanmaması veya işin monoton olması (%7) (17).

Psikolojik şiddet birden fazla nedenin aynı anda etkileşime geçmesi ile ortaya çıkabilir. Neden olabilen bir faktör aynı zamanda psikolojik şiddetin sonucu da olabilir. Aynı nedenler diğer bir örgütte aynı işlevi yerine getirmeyebilir (18). Zapf “Organisational, Work Group Related And Personal Causes Of Mobbing/ Bullying At Work “ adlı çalışmasında psikolojik şiddetin nedenleri ve sonuçları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. En sık görülen nedenler arasında örgüt, örgüt iklimi, yüksek stres ve örgüt sorunları gelmektedir. Araştırmada mağdurların iç denetimlerinin daha az olduğu ve yüksek stres taşıdığı saptanmıştır. Bu durum örgüt hiyerarşisinin üst ya da alt düzeylerinde psikolojik şiddet eylemlerine yol açabilmektedir. Saldırganlar bakımından nedenler ise araştırmada şöyle belirtilmektedir. Mağdurların büyük bir kısmı şiddet sürecinin nedeni olarak “örgütün dışına itilmek istemelerini” göstermişlerdir. Düşmanca davranış gösteren kişiler, örgütte diğerlerini de etki altına almaktadır. Eğer saldırganlar örgütün üst kademelerinde ise bu etkileme daha ileri boyutlarda gerçekleşebilmektedir.

Zapf(1999), sürecin nedenlerini mağdur açısından da incelemiştir. Psikolojik şiddet süreci mağdurda birtakım rahatsızlıklara yol açabilir. Ancak bu rahatsızlıkların mağdurda önceden bulunuyor olması da onun şiddete uğramasına neden olabilir.

Zapf(1999)’ göre bir işyerinde Psikolojik Şiddet,

- Saldırgan
- Mağdur
- İşletme ortamı
- Çalışma şartları
- Meslektaşların birbiriyle etkileşimi
- Müşterilerin işçilerle etkileşim tarzı
- İşçilerle yöneticiler arasındaki etkileşim gibi sebeplerin birleşiminden ileri gelmektedir.

Yönetimden kaynaklanan nedenler arasında hatalı personel seçimi, işe alım süreci, dönemsel işçi istihdamı ve işyerindeki sayılı pozisyonları elde edebilmek için bireyler arasında yaşanan acımasız rekabeti göstermektedir. Bu nedenlerin yanında işyerinde psikolojik şiddete yol açan örgütsel ve yönetsel nedenler arasında şu faktörlerin de unutulmaması gerekir (8).

- Psikolojik şiddetin, örgüt içi disiplinin sağlanması, verimin artırılması veya istek dışı ortam yaratmak için bir araç olarak kullanılması

- İnsan kaynakları masraflarının en düşük düzeye çekilmesi
- Hiyerarşik yapının fazlalığı
- “Kapalı kapı” politikasının uygulanması
- İletişim kanallarının zayıflığı
- Çatışmayı çözüm yeteneklerinin zayıflığı ve çatışma yönetimi veya şikâyet işlemlerinin yetersizliği

- Yetersiz liderlik
- Günah keçisi bulma anlayışının yaygın olması
- Takım çalışmasının olmaması ya da çok düşük düzeyde olması
- Örgüt içi değişim eğitimine gereken önemin verilmemesi

Psikolojik şiddetin ortaya çıkış ve devam etme nedenlerini beş grupta incelemiştir:

- 1.Saldırganların psikolojisi ve koşulları
2. Organizasyonun kültürü ve yapısı
- 3.Mağdurun kişiliği, psikolojisi ve koşulları
4. Bir anlaşmazlık gibi tetikleyici bir neden
5. Toplumsal değer ve kurallar

Her biri kendi rolünü oynayan, birbirini etkileyen, birbirinin etkisini çoğaltan ve birbiri ile etkileşimde bulunan unsurlardır. Bu unsurlar ve aralarındaki etkileşim iyi bilinirse, çözüm üretmenin daha kolay olacağını belirtmektedir (2).

Psikolojik şiddetin ortaya çıkmasını engelleyecek şekilde yapılanmayan, şiddet davranışlarına göz yumulan ya da cesaretlendirilen işyerlerinde psikolojik şiddetin yaşanması kaçınılmazdır. İşyerleri çoğunlukla, personelinin haklarına saygı gösterilmesinde yetersiz kalmakta ve işyerinde ırkçılığın ve cinsel ayrımcılığın gelişmesine izin vermektedir (19). Her türden kuruluş ve sektörde psikolojik şiddete rastlanabilir. Ancak psikolojik şiddetin en çok görüldüğü işyerleri kar amacı gütmeyen örgütler, sağlık ve eğitim kurumlarıdır (8).

### 2.1.6. Psikolojik Şiddetin Dereceleri

Psikolojik şiddetin derecesini farklı etmenler belirler. Şiddeti, süresi, oluş sıklığı gibi kişilerin psikolojisi, yetiştirme şekilleri, tecrübeleri de etkilidir. Psikolojik şiddet insan üzerindeki etkileri bakımından üç derecede incelenmiştir:

**1. Birinci Derece Psikolojik Şiddet:** Arkadaşlarından küçük düşürücü davranışlar görür; bu, kişiyi şaşkırtır ve sıkıntı verir. Bazıları duruma karşı tepki gösterirken bazıları da hoş görebilir. Okul ortamından soğur ve başka bir iş aramaya başlar. Hayatına devam eder fakat aşağıdaki gibi rahatsızlıklar görülebilir:

- Ağlama
- Alınganlık
- Konsantrasyon bozukluğu

Bu durum devam ederse ikinci derece psikolojik şiddete dönüşebilir.

**2. İkinci Derece Psikolojik Şiddet:** Aile ve arkadaşları sorunu fark ederler. Fakat destek vermekte gecikebilirler. Sağlık problemleri işi olumsuz etkilemeye başlar:

- Aşırı kilo alma veya verme
- Alışılmadık korkular (yalnız kalma korkusu)
- Okuldan kaçma (sık sık geç kalmak veya gitmemek ) davranışlar görülebilir.

**3. Üçüncü Derece Psikolojik Şiddet:** Kişi iş yapamaz hale gelir. Okula korkuyla, istemeyerek gider. Ortam o kadar itici gelir ki okul ortamında duramazlar. Fiziksel ve ruhsal zarar görme öyle büyük boyuttadır ki iyileştirme bile düzeltilebilecek durumda değildir (2).

### 2.1.7. Psikolojik Şiddetin Sonuçları

İşyerinde psikolojik şiddet, örgüt içinde gerilimli ve çatışmalı bir ortamın oluşmasına neden olan bütün psikolojik faktörlerin birleşimi sonucu ortaya çıkan, örgüt sağlığını bozan, çalışanların iş tatmini ve çalışma barışını olumsuz yönde etkileyen örgütsel bir sorundur. Eğer bu durum uzun bir süre devam ederse bireyin eninde sonunda işyerinden atılmasına neden olur. Kişi, daha önceki işyerinde yaşadığı deneyimlerin yarattığı psikolojik yaralanmaların etkisi nedeniyle yeni bir iş bulmakta da zorlanır (18). İşyerinde şiddete uğrayan her üç kişiden biri işten ayrılıyor ya da üçte biri haksız yere işten atılmaktadır. Bu olayların %13'ünde

psikolojik şiddet uygulayanlar ya tayin ile ya da sözleşme bozularak cezalandırılıyorlar. Psikolojik şiddet uygulayanların % 81'inin işveren olduğunu belirtmektedir (20).

Psikolojik şiddetten tüm toplumun etkilendiğini, mağdur, örgüt, aile, arkadaşlar, sağlık kurumları, hukuk işlemleri derken etkilerinin tüm çevreye yayıldığını belirtmektedir. Bu süreçten en fazla zarar gören ise mağdur ve çalıştığı işyeri olmaktadır (8).

#### **2.1.7.1. Psikolojik Şiddetin Mağdura Etkisi**

Psikolojik şiddet davranışlarının etkisinin bireyler arasında farklılıklar gösterdiğini, bu farklılığın kişinin değer yargıları, inançları, yetişme tarzı, cinsiyeti, yaşı ve eğitim düzeyinden kaynaklanabileceğini belirtmektedir(21). Psikolojik şiddetin nedenlerine yönelik araştırmalarında; örgüt yapısı, işin özellikleri, liderlik tarzı, örgüt kültürü ve grup süreçleri gibi faktörlerin psikolojik şiddet ile ilişkisi olduğuna dair bulgular elde etmiş ve psikolojik şiddete uğrayan mağdurlarda iş tatminsizliği, stres belirtileri, psikosomatik şikâyetler, depresyon, kardiyovasküler bozukluklar, post travmatik stres bozukluğu, işe gelmeme, uyku ilacı ve sedatif kullanımının artması gibi rahatsızlıkların oluştuğunu tespit etmiştir (22).

Psikolojik şiddet sürecinin etkileri üç grupta toplanabilir:

1. Hiper atiklik. Kolayca irkilme, ani nöbetler, hemen sinirlenme, yoğunlaşma güçlüğü, uyku azlığı, stres gibi Hiper atiklik denen rahatsızlıklar oluşur.
2. Düşünceler saplantı haline gelir. Mağduru etkileyen olaylar tekrar tekrar hatırlanır ve giderek kâbusa dönüşür. Aşırı alışveriş ve aşırı temizlik yapma gibi davranışlar oluşur.
3. Duygularda karmaşa olur. Normal duygusal tepkiler kaybolur. Duygulardan, düşüncelerden, yaşanan olaylardan kaçma ihtiyacı duyulur (16).

Psikolojik şiddete maruz kalan birey artık işlerini yapamaz hale gelir. Mağdur dikkatsiz ve savunmasız, dayanıksız olur (8). Kişinin kendisine olan özgüveni ve saygısı kaybolur. Psikolojik şiddet mağdurlarından çok az bir kısmı ise sorunlarla baş edebilme düzeyi diğerlerinden daha iyi olduğu için, kendi güçlerine ve kaynaklarına başvurarak bu sürecin üstesinden gelebilmektedir (10).

#### **2.1.8. Psikolojik Şiddetle Başa Çıkma Yolları**

Psikolojik Şiddet ile başa çıkabilmek için kurumsal ve bireysel bazda neler yapılacağını bilmek gereklidir.



### 2.1.8.1. Kurumsal Yöntemler

Tutar (2004), örgütsel yapının, işyerinde oluşan psikolojik şiddet baskısını azaltmak için:

- Yeni amaçlar oluşturmak
- Psikolojik destek sağlamak
- Sosyal programlar oluşturmak
- Danışmanlık hizmetleri sunmak gibi çalışmalarını yapması gerektiğini belirtmiştir.

Kurumun yapısı psikolojik şiddete izin vermeyecek şekilde yeniden oluşturulmalıdır. Bunun için herkesin sorumlulukları belirlenmeli, planlama ve karar alma mekanizması geniş bir tabana yayılmalıdır. Ayrıca sorumlulukların belirsiz olduğu, otorite boşluğunun olduğu ortamlarda psikolojik şiddetin daha çabuk geliştiğini, kurumun şiddete neden olan şartları en aza indirdikten sonra, yöneticilerini mutlaka psikolojik şiddet konusunda bilgilendirmesi gerektiğini belirtmiştir (15).

### 2.1.8.2. Bireysel Yöntemler

Psikolojik Şiddet ile başa çıkabilmek için insanlar üç tür tutum ve davranış göstermelidir.

**1. Şiddete anlayış gösterme:** Eğer Psikolojik şiddet sistematik olarak devam ediyor ve sıklığında artış gösteriyorsa anlayış göstermek doğru değildir. Tahammül edilebilecek düzeyde ise anlayış göstermek bir zayıflık işareti değildir.

**2. Karşı savaş verme:** Tepki gösterilirken asla saldırganın uyguladığı yöntemler tercih edilmemelidir. Bu mağduru haklı iken haksız duruma düşürür. Mağdur savaşırken istikrarlı, kararlı, onurlu ve erdemli bir kişilik sergilemelidir. Yasaya uygun davranmalıdır. Mağdur kendi dünyasına kapanmamalı sosyal destek bulma çabası içinde olmalıdır.

**3. Geri çekilme:** Eğer saldırgan mağdurdan daha güçlüyse istemeden de olsa seçilmesi gereken yol olmalı. Savaşmadan da kazanma olasılığı görünüyorsa geri çekilmek en doğru stratejidir (8).

## 2.2. Sosyal Destek

Eker ve ark. (1995), insanları stresin zararlı etkilerine karşı koruduğu öne sürülen ve sorunlarla baş etme yöntemi olarak kullanılan sosyal desteğin büyük bir ilgi uyandırdığını, buna bağlı olarak stres verici yaşam olayları, stres ve sosyal destek ilişkisini inceleyen bir çok

araştırma yapıldığını belirtmişlerdir. Bu çalışmaların çoğunda sosyal desteğin psikolojik ve fiziksel rahatsızlıklara karşı bireyi koruduğunu ispatlamak amaçlanmıştır (23).

Mağdura yakın çevrenin de desteği olabilir. Yakın çevreyi aile, eş, dost ve arkadaşlar oluşturmaktadır. Yakın çevre mağdurun içinde bulunduğu durumu anlamalı, desteklemeli, gerekli iletişimi kurmalı ve problemin çözülmesine yardımcı olmalıdır. Aile ve arkadaşların vereceği en önemli destek, onu dinlemektir. Onun özsaygısını ve özgüvenini tekrar kazanmasını sağlamaktır (10). Yaşadığı olayları anlatmak zor gelse de kendisi için endişelenen birilerinin olmasını bilmek mağduru rahatlatır (24). Ülkemizde durum biraz daha farklıdır. Psikolojik açıdan yardım isteme toplumumuzda pek yaygın değildir. Bu yardım güçlü aile bağları ile giderilmektedir. Türk kültüründe aile bağlarının ve sosyal desteğin güçlü olması nedeniyle bireyciliğin öne çıktığı batıda görülen ciddi hastalık ve intiharların görülmeceğini belirtmektedir (25).

Tardy (1985), sosyal desteğin bireyin hayatında ne kadar büyük öneme sahip olduğu yeterince anlaşılabilir diye, sosyal desteğin tanımı ve yaklaşımı konusunda görüş ayrılıkları üzerinde durulmuştur. Sosyal destek kavramını tanımlarken belirlediği 5 boyutun kullanılmasının farklı yaklaşımların aydınlatılması açısından yararlı olacağını belirtmiştir (23).

**1. Desteğin yönü:** Sosyal desteğin iki yönü vardır. Hem alınır hem verilir. Buna göre araştırmacılar çalışmalarında birini ya da her ikisini birden incelemelidirler.

**2. Desteğin hazır bulunuşluğu:** Bireylerin hakkı olan desteğin niceliği ve kalitesi ile ilgilidir. Bu konuda yapılan çalışmalar desteğin uygunluğunu açıklar. Destek kaynaklarının fiili kullanımı ise kabullenilen destek olarak adlandırılır. Bu konuda çalışan araştırmacılar ise sosyal desteğin kurallarını açıklamıştır.

**3. Tanımlama/Değerlendirme:** Tanım ve değerlendirme sosyal desteğin iki farklı yönünü oluşturur. Şekilli değerlendirmeler bireylerin sosyal destekten duyduğu memnuniyeti anlatan çalışmalardır.

**4. İçerik:** Farklı durumlarda sosyal desteğin içeriği de değişir. Bireye borç para vermek, sırtını sıvazlamak bir destek davranışıdır.

**5. Sosyal Ağ:** Sadece ağın var olması ile ilgili çalışmaların yanında ağdaki insanların niteliklerine yoğunlaşan çalışmalar da vardır.

Bu beş boyut tamamıyla olmasa da sosyal desteğin temel niteliklerini kapsar ve birbirine bağımlıdır. Ayrıca sosyal desteğin işlevsel tanımları birbiri için de öneriler açığa çıkarır(4).

### **2.2.1. Sosyal Destek**

Sosyal destek; kişinin, bakıldığına, sevildiğine, saygı duyulduğuna, bir ilişkiler ağına ait olduğuna ve karşılıklı yükümlülükleri olduğuna inanmasına neden olan bilgidir (26). İhtiyaç duyulduğu zamanlarda sosyal desteğin, araçsal, bilgisel ya da rehberlik sağlayıcı olduğu ileri sürülmektedir. Önemli kişiler tarafından görevi yerine getirmeyle ilgili yardım ve başa çıkmayı kolaylaştırmak için rehberlik ve materyal destek şeklinde sağlanmaktadır (27). Sosyal destek genel olarak aile üyeleri, arkadaşlar, iş arkadaşları, akrabalar ve komşular gibi önemli kişiler tarafından bireye yapılan yardımcı işlevler anlamına da gelir. Bu işlevler; duygusal yardım, araçsal yardım ve bilgisel yardımı kapsar (28).

Sosyal destek kavramını, bireylere gerçek yardım sağlama veya bireylerin sevildiklerine, korunduklarına inandıkları bir sosyal sisteme bağlılık duygusunu geliştirme olarak belirtilmiştir. Buna göre sosyal destek, alınan sosyal destek ve algılanan sosyal destek olarak ortaya çıkan yardım davranışlarıdır (29). İnsan, eş, evlat, ebeveyn, arkadaş ya da komşu gibi roller üstlendiği farklı yaşantılar içinde seviliyor, değerli bulunuyor, gerektiğinde yardım görüyorsa, kendini o denli mutlu ve güvende hisseder (30).

Bireyin stresli yaşam olayları ve hayat değişiklikleri ile mücadelesi açısından sosyal destek oldukça önemlidir. Eğer birey, ailesi ile yakın destek grubu ve profesyonel uzmanların desteği gerektiğinde, orada olacaklarını bilirse, yaşamındaki zorluk ve değişikliklerle daha başarılı mücadele edebilmektedir. Böylece sosyal destek ağlarının varlığının bilinmesi problemin sebep olduğu kaygı ve stresi azaltmaktadır (31). Algılanan sosyal destek, bireyin diğerleri ile güvenilir bağları olduğuna ve desteği sağlayacağına dair bilişsel algılamasıdır. Belli bir zaman sürecinde destek kaynaklarından elde edilen sosyal destek miktarıdır (32).

### **2.2.2. Sosyal Destek Kategorileri**

Sosyal destek, birçok araştırmacı tarafından farklı kategorilerde incelenmiş, değişik modeller ortaya konmuştur.

Sosyal çevreden alınan yardımların içeriğini belirlemek için 40 maddelik "Sosyal Açıdan Destekleyici Davranışlar Envanteri"nin de sosyal destekle ilgili olarak altı destek kategorisi tanımlamıştır:

- 1. Araçsal Yardım:** Kişiyeye yapılan para ve diğer fiziksel objeler.
- 2. Davranışsal Yardım:** Fiziksel emek yoluyla görevleri paylaşma.
- 3. Yakın Etkileşim:** Dinleme, dikkat, saygı ve anlayış ifade etme gibi geleneksel, yönlendirici olmayan destekleyici yardım
- 4. Rehberlik:** Öğüt, bilgi ya da yol gösterme.
- 5. Geri Bildirim:** Bireylerin davranışları, düşünceleri veya hissettikleri hakkında geri bildirim sağlama
- 6. Olumlu Sosyal Etkileşim:** Eğlence ve gevşeme için sosyal etkileşime katılma.(27).

### 2.2.3. Sosyal Destek Türleri

#### 1. Duygusal Destek:

Bireyin saygı gördüğü ve kabul edildiği ile ilgili bilgidir. Bu işlev sorunları dinleme, duyguları paylaşma, sevgi, saygı, şefkat gösterme gibi davranışlarla kendini gösterir. Duygusal desteğin işlevi, bireylerin psikolojik sağlığı ile direkt ilgilidir. Bu ilgi bireyde çevresindeki kişiler tarafından sevildiği, sayıldığı ve anlaşıldığı duygusu uyandırmaktadır. Duygusal desteğin etkinliği, kişide özgüven ve motivasyon artışı gibi olumlu değişikliklerin ortaya çıkmasına neden olur. Duygusal işlevi oluşturan davranışların, bireyin stresli olayların sonuçları ile duygusal yönden baş edebilmelerini sağladığı vurgulanmaktadır.

**2. Bilgisel Destek:** Sorun durumunun tanımlanması, anlaşılması ve bu durumla baş edilmesi konusundaki yardımdır. Bireye kişisel ve çevresel sorunlarla ilgili olarak bilgi, öğüt verme, kişisel geri bildirimler, önerilerde bulunma ve rehberlik etme gibi davranışları kapsamaktadır. Birey için stres kaynağı olan ve çözüm yollarında yetersiz kaldığı durumlar olabilir. Birey, çevresinde daha önce dikkatini çekmemiş, sorunu çözücü nitelikte yeni çözüm yollarını bu işlev yardımıyla yeniden değerlendirebilir. Bilgisel destek, bireyin problemleri ile ilgilenmek, rehberlik yapmak ve tavsiyelerde bulunmakla sağlanır.

**3. Değerlemesal Destek:** Bireyin kendi davranışları, düşünceleri, duyguları hakkında geri bildirim sağlayan davranışlar bu işlevi oluşturmaktadır. Bireyler yeni ve belirsiz

ortamlarda, kendi davranış, duygu ve düşüncelerini benzer buldukları başkaları ile karşılaştırarak, bir değerlendirme gerçekleştirirler. Bu tür destek, bireyin kendini yeterli biçimde değerlendirmesine ve sonuç olarak davranışlarını kendi yararına olabilecek şekilde değiştirmesine yardımcı olmaktadır.

**4. Araçsal Destek:** Finansal yardım, çevresel kaynaklar ve ihtiyaç duyulan hizmetlerin sağlanması anlamına gelmektedir. Para, iş, zaman ve çevresel yardımı içerir. Bu işleve en yaygın örnekler olarak başkasına para ve eşya ödünç verme veya bağışlama, birey adına ev işi, alışveriş yapma gibi davranışlar sıralanmaktadır. İşlevsel destek, işlevsel sorunların doğrudan çözülmesi veya bireye rahatlama veya eğlenceye ayırabilecek zaman kazandırması nedeniyle stresi azaltıcı bir özellik göstermektedir. Diğer sosyal destek türlerinden farklı olarak bu işlevin bireyin sorununu doğrudan onun adına çözme gibi bir yararı vardır (27).

Richman vd. (1998), sosyal destek türlerini sekiz grupta ele almışlardır. Bu sekiz sosyal destek türü şöyledir:

- 1. Dinlenme Desteği:** Öğüt vermeden ya da yargılamadan dinleme
- 2. Duygusal Destek:** Kişinin yanında olduğunu gösteren, rahatlık ve güven sağlayan destek
- 3. Duygusal Meydan Okuma:** Kişiyi duygu, değer ve tutumlarını değerlendirmesine meydan okuyarak destek verme.
- 4. Gerçeği Doğrulama Desteği:** Destek görenle benzer bir bakış açısına sahip birinin, destek alanın bakış açısını ispatlamasına yardım etme.
- 5. İş Takdir Desteği:** Destek görenin çabalarının fark edildiğini ve övüldüğünü algılaması
- 6. İşe Meydan Okuma:** Kişinin daha yaratıcı olması, yaptığı işe bağlanması için destek alanın düşünce ve davranışlarına meydan okuma.
- 7. Gözle Görülür Yardım:** Destek olana para yardımı ya da hediye verme.
- 8. Kişisel Yardım:** Destek alan için işin yapılması

Bu sekiz sosyal destek türünün, çevreden alınan ve algılanan sosyal desteğin bireyler ve gruplar arasındaki etkileşimi açıklama ve tanımlaması bakımından oldukça kullanışlı olduğunu belirtmektedirler (33).

### **Sosyal destek kaynakları:**

1. Stres verici olaylarının oluşumunu önleyebilir.
2. Olaylar ortaya çıktığında, olayın algılanış biçimini değiştirerek stres verici etkisini azaltabilir.
3. Kişinin başa çıkma yollarını etkileyerek stres verici olay ve sonuç arasındaki bağlantıyı değiştirebilir.
4. Bir olayın, kişinin yaşamında yaptığı değişikliğin stres verici etkisini azaltarak sağlığı olumlu yönde etkileyebilir.
5. Stres verici olayın, kendine güven ve saygı üzerindeki olumsuz etkisini kaldırabilir.
6. Stres verici bir olay olsun ya da olmasın kişinin uyumunu olumlu yönde etkileyebilir (17).

### **2.2.4. Sosyal Destek Modelleri**

Sosyal desteğin stresle başa çıkmadaki etkisini, yönlerini ve oynadığı rolü gösteren iki model tanımlamışlardır.

**1. Temel Etki Modeli:** Sosyal destek ile sağlık arasında doğrudan bir ilişki olduğunu ileri sürmektedir. Bu modele göre sosyal destek, stres düzeyi ne olursa olsun bireyler üzerinde olumlu etkiler yaratır. Model, sosyal desteğin stresli zamanlarda olduğu kadar, stresli olmayan zamanlarda da yararlı olduğunu ileri sürer. Bu modele göre geniş sosyal ağlar olumlu yaşantı sağlar ve bu tür destek kişinin sağlığıyla ilgilidir.

**2. Tampon Etkisi Modeli:** Bu model yeterli sosyal desteğin, stresin sağlık üzerine olan etkisini azaltacağını ve denge getireceğini ileri sürer. Sosyal desteğin, stresin sağlık ve iyilik hali üzerindeki zararlı etkilerinden bireyi koruduğunu savunur. Yüksek düzeylerde stres yaratıcı durumlarda sosyal destek bireyin uyum sağlamasını ve koşullarla başa çıkmasını kolaylaştırarak stresin zararlı etkilerini azaltan bir denge görevi yapmaktadır.

Bu iki model çerçevesinde yürütülen araştırmalardan elde edilen bulgulara uyguladıkları meta-analiz sonuçlarına dayanarak, bireylerin alabileceklerine inandıkları sosyal destek üzerine yoğunlaşan araştırmalarda tampon etkisi modelinin, geniş sosyal ağ ortamlarındaki desteği incelemeye yönelik araştırmalarda ise temel etki modelinin desteklendiğini öne sürmüşlerdir (34).

Sosyal desteğin kendisi değil algılanış ve yorumlanış biçimi sağlığı korumaktadır. Algılanan destek ilişkiden sağlanan doyumdur. Bu araştırmacılar sosyal destek, başa çıkma

mekanizmaları ve sağlık arasındaki ilişkiyi açıklayan kuramsal bir model geliştirmişlerdir. Bu modele göre herhangi bir aktivitenin destekleyici olabilmesi için, bu aktivitenin ya kişinin benlik saygısını artırması ya da zorluklarla ilgili maddi ve bilişsel yardımı içermesi gereklidir. Kişinin yakından bağlı olduğu insanlar, sıkıntı verici durumlarda sağladıkları maddi ya da zihinsel yardımlarla sorun çözümüne aktif biçimde katılırlar (35).

### **2.2.5. Sosyal Ağ**

Barnes, İlk kez 1954 yılında, sosyal ağ adını verdiği bir yöntemle Norveç'in küçük bir kasabasında, sosyal sınıfın ve hiyerarşisinin niteliğini açıklamaya çalışmıştır. Daha sonra bu yöntem İngiliz sosyal bilimciler tarafından da benimsenmiştir. Sosyal ağ kavramında, ilişkinin niceliksel yönüne ağırlık verilmiş ve sosyal ağ yapısı incelenirken kişilerarası bağların dış görünümü üzerinde durulmuştur. Buna karşılık sosyal desteğin işlevsel yönü incelenirken daha çok insan ilişkilerinin sağladığı yarar vurgulanmıştır (30). Sosyal ağın sosyal desteği bireylere ulaştırmak için kullanılan bir araç olduğunu belirtmiştir. Sosyal ağ, bireyin yaşamında olan ve etkileşimde bulunduğu kişileri kapsar (36).

Sosyal ağ terimi, genellikle kişinin bir grup insanla olan bağlarını ve grup içindeki ilişkilerini göstermek için kullanılan bir kavramdır. Sosyal ağ değerlendirilirken,

1. Büyüklük ( bireyin ilişkide olduğu insan sayısı)
2. Sosyal ilişkilerin sıklığı
3. Sosyal bağların gücü
4. Homojenlik (üyelerin yaş, cinsiyet, ırk ve kültürel benzerlikleri)
5. Dağılım (bireylerin fiziki açıdan yakın ya da uzak oluşu)
6. İlişkilerdeki aktiflik ya da pasiflik derecesi gibi niceliksel özellikler üzerinde durulmuştur (30).

Bu kişilerin istediği, bazen borç para gibi maddi destek, bazen dinlenme, önemsenme, saygı içeren yakın etkileşim kurmak, bazen de sorunlarını çözecek bilgi ve öğüt almaktır (27).

Üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada, aile üyeleri ve akrabalarından oluşan sosyal ağın, arkadaş ağına kıyasla daha uzun süreli olduğunu, yer ve çevre değişikliklerinden daha az etkilendiğini saptamışlardır (35).

### 2.2.6. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Ertürk A (2005), “Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Okul Ortamında Maruz Kaldıkları Yıldırma Eylemleri” isimli Yüksek Lisans tez çalışması yapmıştır. Çalışmada, ilköğretim okullarında görev yapan öğretmen ve okul yöneticilerinin, okulda maruz kaldıkları yıldırma eylemlerinin düzeyi, özellikleri ve kimler tarafından uygulandığı araştırılmıştır. Araştırma sonucunda erkeklerin kadınlara göre, okul yöneticilerinin öğretmenlere göre ve araştırma kapsamında en üst yaş grubu olan 53 yaş ve üzeri grubun diğer yaş gruplarına göre daha çok yıldırma eylemlerine maruz kaldıkları tespit edilmiştir. İlköğretim okullarında meydana gelen yıldırma eylemlerinin dörtte üçü erkekler tarafından olduğu, %60’a yakın bir oranı üst statüye sahip bir çalışan tarafından kendi emrinde çalışan birine yönelik olduğu saptanmıştır. Öğretmen ve yöneticilerin kıdemleri ile psikolojik şiddet eylemlerine başvuru sıklığının doğru orantılı olduğu saptanmıştır (37).

Batlaş A (2008), “İş Yerinde Yıldırma” adlı doktora tezinde özel ve resmi ilköğretim okulu öğretmen ve yöneticileri üzerinde bir araştırma yapmıştır. Araştırma sonucunda öğretmen ve okul yöneticilerinin en sık yaşadıkları yıldırıcı davranışların, “sözünün kesilmesi, yaptığı işlerin haksızca eleştirilmesi ve başarılarının küçümsenmesi “ biçimde ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Kadın öğretmenlerin sosyal ilişkilere ve mesleki konulara yönelik, erkek öğretmenlerin ise biraz daha kişisel ve şiddete yönelik yıldırıcı davranışlarla karşılaştıkları, en fazla okul yöneticileri tarafından psikolojik şiddete maruz kaldıkları saptanmıştır (38).

Kırel Ç (2007), “Örgütlerde Mobbing Yönetiminde Destekleyici ve Risk Azaltıcı Öneriler” adlı çalışmasında, mobbing yönetiminde her örgüte uyarlanabilecek örgütsel önlemler üzerinde durmuştur. Çalışma sonucunda psikolojik şiddeti önleme, yönetme ve mücadele yöntemlerinin hem örgüt hem de bireyler tarafından uygulanması gerektiğini, mücadele etmenin bir yolunun da yönetici ve bireylerin konunun öneminin farkında olmalarını sağlamak olduğunu, örgütlerde zamanında önlem alınması gerektiğini belirtmiştir (39).

Cemaloğlu N (2007), “The Exposure of Primary School Teachers To Bullying: An Analysis Of Various Variables” adlı çalışmasında, İ.Ö.O öğretmenlerinin psikolojik şiddete maruz kalma düzeylerini değişik değişkenlere göre incelemiştir. Çalışmanın örneklemini bir hizmet içi eğitim kursuna katılan 315 öğretmen oluşturmuştur. Verilere göre katılımcıların %50’sinin psikolojik şiddet deneyimlerinin olduğu tespit etmiştir. Psikolojik şiddet görülme sıklığı ile branş arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, sınıf öğretmenlerinin branş



öğretmenlerine göre daha fazla psikolojik şiddete maruz kaldıkları saptanmıştır. Cinsiyet, yaş ve medeni durum gibi değişkenlerle psikolojik şiddet arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (40).

Yılmaz ve ark. (2008), “ Mobbing ve Örgüt İklimi İle İlişisine Yönelik Ampirik Bir Araştırma” adlı çalışmalarında psikolojik şiddet ile örgüt iklimi arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamışlardır. Araştırma sonuçlarına göre örgüt iklimi ile psikolojik şiddet arasında negatif yönlü kuvvetli bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Yapılan araştırmada örgütlerde çalışanların % 29,8’inin mağdur olduğunu saptanmıştır. Bu oranın yüksek oluşunun nedeni araştırmanın hem kamu hem de sağlık sektöründe yapılması olduğu tahmin edilmektedir. Kadınların erkeklere göre daha fazla psikolojik şiddete maruz kaldığı tespit edilmiştir (41).

Torun A (1995), “Tükenmişlik, Aile Yapısı Ve Sosyal Destek İlişkileri Üzerine Bir İnceleme” konulu bir doktora çalışması yapmıştır. Çalışmada tükenmişlik ile sosyal destek arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Aile yapısı ile sosyal destek değişkenlerinin tüm boyutları arasında da anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür (42).

Bayram D (1999),“Bir Grup Gençte Ruhsal Belirti İle Sosyal Destek İlişkisi” adlı doktora tezinde, bir grup gençte ruhsal sağlık ve sosyal destek ilişkisini incelemiştir. Ruhsal sağlığın, algılanan arkadaş ve aile desteğinden etkilendiği, algılanan destek düzeyinin azalmasına bağlı olarak ruhsal belirtilerin arttığı belirlemiştir. Algılanan arkadaş, aile ve toplam destek düzeylerine göre yaş, ekonomik düzey, aylık ortalama gelir düzeyi ve başarı durumu değişkenleri ile anlamlı bir ilişki bulunmuştur (43).

Altay M (2007), “Okul Yöneticilerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri ile Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişki” isimli tez çalışmasını yapmıştır. Araştırmada okul yöneticilerinin tükenmişlik ve çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeyleri, demografik değişkenler açısından incelenmiş ve hangi özellikleri ile tükenmişlik ve çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeyleri arasında bir ilişki olduğu belirlemiştir. Sonuçlar mesleki tükenmişlik ile çok boyutlu algılanan sosyal destek arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir. Sosyal destek düzeyi artarken tükenmişlik düzeyinin azaldığı tespit edilmiştir (44).

### 2.2.7. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Yurtdışında, hem sosyal destek hem de psikolojik şiddet ile ya da başka değişkenlerle ilişkilerinin incelendiği birçok araştırma yapılmıştır. Bunların çoğunluğu sağlık alanındadır. Eğitim alanında yapılan çalışmalar ise ağırlıklı olarak öğrenci ile ilgilidir.

Namie Gary (2000), Amerika'da 1335 kişi ile yapılan araştırmaya göre çalışanların % 16'sının psikolojik şiddet mağduru olduğunu ileri sürmektedir. Saldırganların %81'i ya patron veya üst düzey yöneticilerden oluşmaktadır. Psikolojik şiddete uğrayanların %30,8'i işini veya işyerini değiştirmekte, %25'i işyerinden ayrılmakta, %14,8'i ise işlerinden kovulmaktadır. Kadınların %31'i erkeklerin ise %21'i psikolojik şiddet nedeniyle travma sonrası stres bozukluğu yaşamaktadırlar. Araştırmada, eğitim durumları bakımından da bir çalışma yapılmış ve sonuçta %63'ü üniversite, %17'si ise orta dereceli okul mezunu olduklarını tespit etmiştir. Psikolojik Şiddet uygulandığı" sorusuna çalışanların %58'i aşırı kontrole direndikleri için, %56'sı kendilerinin üstlerinden daha yetenekli oldukları ve kıskanıldıkları için, %49'u sosyal becerileri, işyerinde sevimliliği ve pozitif tutumları nedeniyle, %46'sı ise kendilerine kaba davranıldığı ve buna karşılık verdiği için, %42 si ise saldırganın kişiliği nedeniyle işyerinde psikolojik şiddet uygulandığını belirtmişlerdir (15).

Hubert ve ark. (2001), çalışmalarında psikolojik şiddetin en çok hangi sektörde görüldüğünü araştırmışlardır. Araştırma sonucunda endüstri, kamu, belediyeler ve eğitim alanında diğer sektörlerle göre daha fazla psikolojik şiddete yol açan davranışların yaşandığı saptanmıştır. Psikolojik şiddetin %37,3'ünün eğitim sektöründe çalışanlar arasında yaşandığı belirlenmiştir. Diğer sektörlerle göre oranın bu sektörlerde daha fazla çıkmasının nedeni müşteri ilişkisinin olmaması olabileceği belirtilmiştir. Yükselmede meslektaşlar ve yöneticiler ile ilişkiler önemlidir. Çalışan bireyin pozisyonunun etkilenmesi, ilişkilerini de etkiler. Bu nedenle bu örgütlerde çalışanların çıkarlarının çatışması da saldırgan davranışlara ve en sonunda da psikolojik şiddete yol açabilir (45).

Aydın ve ark. (2007), Almanya'da işyerlerinde psikolojik şiddetin boyutlarını ortaya koyan bir rapor yayınlamıştır. Araştırmaya göre Almanya'daki çalışanların %2,7'sinin psikolojik şiddetten etkilendikleri, kadınların erkeklere göre %75 daha fazla şiddete maruz kaldıkları tespit edilmiştir. Araştırmaya göre kamuda çalışanlar (ör. Öğretmen ya da diğer eğitim çalışanları) arasında Psikolojik şiddet olayları oranı %2,45 tür. Raporda ayrıca yaş gruplarına göre de bir analiz yapılmış ve en fazla 25 yaşın altındaki gençler ile (%3,8), 55 ve üstü yaş grubunun (% 2,9) psikolojik şiddet mağduru olduğu belirtilmiştir (46).

Smith ve ark. (2003), çalışmalarında işyerindeki mağduriyet ile okuldaki psikolojik şiddet rolleri arasında bir ilişkinin olup olmadığını, mağdurun okuldaki karşılaştığı sorunlarla başa çıkma yöntemlerinin etkisini ve cinsiyet farklılıklarını saptamak amaçlamışlardır. Sonuç olarak işyerindeki mağduriyet ile okuldaki psikolojik şiddet deneyimleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Okulda iken hem saldırgan hem de kurban durumda olan kişilerin işyerinde mağdur olma olasılıkları oldukça fazla bulunmuştur. Okulda mağdur konumunda iken çeşitli başa çıkma stratejileri geliştiren (psikolojik şiddet ile dalga geçme, umursamama) bireylerin, işyerinde de aynı stratejileri uyguladıkları tespit edilmiştir. Okulda mağdur olanlar işyerinde daha fazla risk altında oldukları saptanmıştır. Kadınların işyerinde mağduriyetleri daha fazla iken okulda bu rolle ilgili bir ilişki saptanamamıştır (47).

Hoel ve ark. (2004), çalışmalarında işyerinde yaşanan psikolojik şiddet ve olumsuz davranışların çalışanların sağlığı üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Bu olayın etkisinin ne kadar zamana kadar sürdüğü ve şahitlerin ve alakasız üçüncü kişilerin bu olaydan nasıl etkilendiklerini, bazı davranışların diğerlerine kıyasla daha çok zarar verici olup olmadığını da incelemişlerdir. 5388 kişinin görüşleri alınmıştır. Psikolojik şiddet hedefi olmuş kişiler ve tanıklar da şiddet yaşamamış ya da bu olaya tanık olmamış kişiler kıyasla daha ciddi sağlık sorunları yaşadıklarını söylemişlerdir. Bu davranışlarla başa çıkmanın diğerlerine kıyasla daha zor olduğunu göstermiştir. Bütün vakalarda cinsiyet ve meslek farklılıkları ortaya çıkmıştır (3).

Malinauskiene ve ark. (2005), çalışmalarında işyerinde psikolojik şiddetin ne kadar yaygın olduğunu, şiddet uygulamalarının stres kaynaklı rahatsızlıklara neden olduğunu araştırmışlardır. 738 öğretmenle görüşmeleri sonucunda %2,6'sı düzenli, %23'ü ise ara sıra psikolojik şiddete maruz kaldıklarını belirtmişlerdir. İşyerindeki psikolojik şiddet deneyimleri ile strese dayalı rahatsızlıklar arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (48).

Ellis ve Shute (2007), çalışmalarında ahlaki yönelimin, öğretmenin psikolojik şiddete verdiği cevabı öngörüp göremediğini; bir olayın algılanan ciddiyetinin, psikolojik şiddete verilen tepkinin yumuşatılmasındaki rolünü; öğretmenlerin olaya karışıp karışmama konusunda karar verirken önemli olan faktörleri açıklamayı amaçlamışlardır. Psikolojik şiddet olaylarına verdikleri cevap hem kuralcı/yaptırım uygulayıcı (% 46), hem de problem çözmeye yöneliktir (%40). Psikolojik şiddete korumacı ahlaki yönü olan öğretmenlerin problem çözücü cevaplar verdiği, adaletli ahlaki yönü olan öğretmenlerin ise kuralcı ve yaptırımcı cevaplar verdiği saptamışlar. (49).

Glaso ve ark. (2007), çalışmalarında psikolojik şiddet mağduru olan ve olmayan bireylerin kişilik farklılıklarını incelemiştir. Mağdurlar daha nevroitik, daha az uzlaşmacı, vicdanlı ve dışa dönük bulunmuşlardır. Ancak yapılan bir kümeleme analizinde mağdur örneğinin iki kişilik grubuna bölünebileceği görüldü. Mağdur numunesinin %64'ünü oluşturan birinci küme, mağdur olmayan grupta bulunanların kişilik özelliklerinden bir farklılık göstermemiştir. Bu yüzden bu sonuçlar aslında genel bir mağdur profili diye bir şeyin olmadığına işaret etmektedir. Ancak, küçük bir mağdur kümesi ise daha az dışa dönük, tecrübelerine daha az açık ve duygusal olarak daha dağınık bir kişilik özelliği sergilemektedir. Ayrıca, bütün mağdurlar mağdur olmayanlara nazaran daha duygusal istikrarsızlık sergilemektedir. Araştırmacılara göre psikolojik şiddet olgusunu anlamakta kişiliğin öneminin göz ardı edilmemesi gerekiyor (50).

Procidano ve Heller (1983), çalışmalarında aile ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek ölçeğini geliştirmişlerdir. Üç çalışma ile güvenilirliğini onaylamışlardır. Bu ölçek algılanan sosyal desteğin kaynağı olarak yalnızca iki kategoriye (aile ve arkadaş) içermektedir. Çalışmalarda arkadaş ve aileden algılanan sosyal destek ile ruh sağlığı ve stress arasında bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca aileden algılanan sosyal desteğin daha fazla olduğu saptanmıştır (35).

Lepore ve ark. (1991), çalışmalarında kronik ve psikolojik stresin sosyal desteğin tampon etkisi ile nasıl etkiletiğini incelemiştir. Uzun bir süre (2 ay) strese maruz kalan bireylerde, sosyal desteğin olumlu etkisi görülmekle birlikte, 8 ay sonra sosyal desteğin turnike etkisi kaybolmaktadır. Araştırmada kronik bir stres altındayken sosyal desteğin tamponlayıcı etkisinin uzun sürmeyeceği çünkü stres verici faktörün en sonunda sosyal desteği delip geçeceği sonucuna varılmıştır (29).

Sarason ve ark.'nın (1991), araştırmaları iki çalışmayı içermektedir. Algılanan sosyal destek ile kendi ve diğerlerinin algısı; kendisiyle ilgili diğerlerinin algıları arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Birinci çalışma 56 erkek, 74 kadın olmak üzere 130 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Bunlar kendileri ve diğerleri hakkındaki algılarını belirleyen anketi cevaplamışlardır. İkinci çalışma ise 76 erkek, 134 kadın olmak üzere 210 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Öğrenciler kendileriyle ilgili algılarıyla ve kendileri hakkında ebeveynlerinin ve arkadaşlarının algılarını belirleyen anketleri cevaplamışlardır. Araştırma sonucunda öğrencilerin sosyal destek algılarıyla, kendilerine olan algıları ve diğerlerinin görüşleriyle pozitif ilişkisinin olduğu, ayrıca ebeveynlerinin ve arkadaşlarının gerçek görüşleriyle de

benzer olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada algılanan sosyal destekte, kişiliğin ve kişiler arası ilişkilerin önemli olduğu sonucuna varılmıştır (51).

Kruger (1997), çalışmasında öğretmen ve okul çalışanlarının problem çözmede sosyal destek ve özgüveni arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Örnekleme 125 öğretmen, 129 okul personeli oluşturmaktadır. İnceleme sonunda problem çözmedeki özgüven ile sosyal destek ilişkisi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğretmenler ve okul çalışanlarının her ikisinin de problem çözmede özgüven ve sosyal destek ölçümlerinin ortalamalarının birbirine benzer oldukları görülmüştür (52).

Dick ve Wagner (2001), çalışmalarında iş yükü, psikolojik şiddet gibi stres kaynaklarının sosyal destek, özgüven, yarattığı fiziksel rahatsızlıklar ve başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Bulgularda sosyal destek ile iş yükü ve psikolojik şiddet gibi stress kaynakları arasında kuvvetli bir ilişki bulunmuştur. Psikolojik şiddet ve iş yükünün fiziksel rahatsızlıkları tetiklediği, sosyal desteğin iş yükü ve psikolojik şiddet algısını azalttığı saptanmıştır. Cinsiyet ve yaş gibi değişkenler arasında bir farklılık bulunamamıştır. Araştırmacılar, iş yükü ve psikolojik şiddete maruz kalma, öğretmenlerde fiziksel rahatsızlıklara neden olabileceğini, olumsuz durumlar karşısında özgüven, destek algısı ve başa çıkma stratejilerinin dengeleyici bir görev yapabileceğini belirtmişlerdir (53).

Schonfeld (2001), çalışmasında sosyal destek ve başa çıkma durumlarını incelemiştir. Bulgularda, olumsuz çalışma koşullarının bayanları, işe başladıktan hemen sonra etkilemeye başladığı görülmüştür. Öğretmenlerin özgüveni, iş memnuniyeti ve motivasyonlarını etkilediği tespit edilmiştir. İş dışı kaynaklardan gelen desteklerin kendine olan güveni artırdığı görülmüştür (54).

Davidson ve Demaray (2007), çalışmalarında sosyal destek, mağduriyet ve psikolojik şiddet kaynaklı sıkıntı konularını incelemiştir. Psikolojik şiddet mağduru bireyler tarafından yaşanan olumsuz sonuçları incelemek kadar, mağdurların sıkıntısını azaltan faktörlerinde önemli olduğunu vurgulamışlardır. Analiz sonucunda erkek öğretmenlerin arkadaşlarından ve öğretmenlerden, kadın öğretmenlerin ise aileden alınan sosyal desteğin, psikolojik şiddet kaynaklı sıkıntı ve mağduriyet arasındaki ilişkiyi düzenlediği tespit edilmiştir. Kadın öğretmenlere yakın arkadaş desteğinin verilmesi mağduriyet ve dışsallaşmış sıkıntıyı ılımlı hale getirmiştir. Sonuçlara göre sosyal destek, mağduriyet ve psikolojik şiddet kaynaklı içselleştirilmiş sıkıntı arasında dengeleyici bir görev üstlenmektedir (55).

### 3. YÖNTEM

#### 3.1. Araştırma Modeli

Araştırmada, Dicle Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Psikolojik Şiddet Algıları İle Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişkini betimlemeyi amaçlamış ve konu ile ilgili kaynaklar taranmıştır. Bu nedenle, düzenlenen araştırma tarama modelinde betimsel bir çalışma niteliği taşımaktadır.

#### 3.2. Araştırma Evreni

Araştırmanın evrenini 2009-2010 Eğitim-Öğretim yılı Diyarbakır Dicle Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklemi ise Random yöntemi ile seçilen 130 öğrenci oluşturmaktadır. Ancak eksik ve hatalı 30 anket değerlendirme dışı bırakılmış. 100 anket değerlendirilmiştir.

#### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada; ilk olarak öğrencilerin demografik bilgileri ile birlikte, yıldırımın hangi düzeyde etkili olduklarını belirlemeye yönelik, Gökçe'nin (2006) geliştirmiş olduğu “**İş Yerinde Duygusal Yönden İncitilme**” anketi uygulanmıştır. Duygusal yönden incitici davranışlar ölçeğinde 59 madde yer almaktadır. Faktör analizi sırasında, ölçekte yer alan, birbirinden bağımsız alt faktörleri belirlemek için Varimax Dik Döndürme Yöntemi ve Equamax Yatay Döndürme Yöntemi kullanılmıştır. Her iki döndürme sonucunda da ölçeğin tek boyutlu olduğu görülmüştür. Anketin yapı geçerliliği Varimax Dik Döndürme Yöntemi ile yapılan analiz sonucuna göre değerlendirilmiştir. Ölçekte yer alan maddelerin madde toplam korelasyonlarının  $r=.51$  ile  $r=.68$  arasında değiştiği görülmektedir. Cronbach alfa değeri 0,87 olarak hesaplanmıştır.

Araştırmada kullanılan, **Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği- (ÇBASDÖ)** (Multidimensional Scale of Perceived Social Support-MSPSS), Zimet ve ark. (1988); Akt. Albal( 2009) tarafından bireylerin algıladıkları sosyal destek unsurlarını belirlemeye yönelik olarak geliştirilmiş 12 maddelik bir ölçektir.

### Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Alt Boyutları

	Soru Sayısı	Soru Numaraları
<b>Aile</b>	4	3.4. 8.11
<b>Arkadaşlar</b>	4	6.7.9.12
<b>Özel Bir İnsan</b>	4	1.2.5.10

Her madde “kesinlikle hayır” ile “kesinlikle evet” arasında değişen 7 aralıklı bir ölçek kullanılarak derecelendirilmiştir. Her alt ölçekteki dört maddenin puanlarının toplanması ile alt ölçek puanı ve bütün alt ölçek puanlarının toplanması ile ölçeğin toplam puanı elde edilmektedir. Alt ölçeklerden alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan 28’dir. Ölçeğin tamamından elde edilecek en düşük puan 12, en yüksek puan 84’tür. Elde edilen puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin Türkçeye çeviri ve uyarlaması, Eker ve Arkar (1995) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa değeri 0,89 olarak bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen verilerinin analizinde SPSS 16 programı kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerin alt gruplarına ait toplam puanların varyansları Levene istatistiğine göre homojen olmadığından ( $p<0.05$ ) olumsuz davranışlar anketi alt ölçek puanları bakımından öğrencilerin demografik değişkenlerine bağlı bir farklılaşmanın olup olmadığını değerlendirmek için parametrik olmayan, ikili gruplar için Mann Whithney U-Testi, üç veya daha fazla gruplar için Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Testi kullanılmıştır.

#### 4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde deneklere uygulanan anket yoluyla elde edilen verilerin bulgularına yer verilmiştir. Araştırma problemine cevap bulabilmek için bu bölüm 4 aşamada incelenmiştir. İlk aşamada, araştırma kapsamına giren deneklerin demografik özelliklerinin frekans dağılımları incelenmiştir. İkinci aşamada, Çok boyutlu Sosyal Destek Algılarının belirlenen demografik değişkenlere göre farklılaşmaları incelenmiştir. Üçüncü aşamada, Duygusal Yönden İcitic Davranışların Gerçekleşme Sıklıklarının demografik değişkenlere göre farklılaşmaları incelenmiştir. Dördüncü aşamada öğrencilerin Çok boyutlu Sosyal Destek Algıları ile Duygusal Yönden İcitic Davranışların Gerçekleşme Sıklıkları arasında ilişki olup olmadığı belirlenmiştir.

**Tablo 1: Demografik Bilgiler**

<b>Cinsiyet</b>	<b>Frekans</b>	<b>Yüzde</b>
Kadın	32	32,0
Erkek	68	68,0
<b>Toplam</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
<b>Yaş Aralığı</b>		
18-21 yaş	25	25,0
22-25 yaş	56	56,0
26-29 yaş	16	16,0
30 ve üzeri	3	3,0
<b>Toplam</b>	<b>100</b>	<b>100,0</b>
<b>Bölüm</b>		
Antrenörlük Eğitimi	40	40,0
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	25	25,0
Spor Yöneticiliği	35	35,0
<b>Toplam</b>	<b>100</b>	<b>100,0</b>



**Tablo 2: ÇBSDA (Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği) Toplam Puanlarına İlişkin Kolmogorov-Smirnov Sonuçları**

	Kolmogorov-Smirnov		
	İstatistik	Serbestlik Derecesi	Sig.
<b>ÇBSDA</b>	0,102	100	0,012

**Tablo 3: Çok Boyutlu Sosyal Destek Algılarının Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Sig.
Kadın	32	50,74	1573,00	1031,00	0,862
Erkek	68	49,66	3377,00		

**Tablo 4: Çok Boyutlu Sosyal Destek Algılarının Yaşa Göre Farklılaşmasına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

Yaş Grupları	N	Sıra Ortalama(%)	Standart sapma
18-21 yaş	25	70,24	12,567
22-25 yaş	56	65,02	13,518
26-29 yaş	16	68,69	13,001
30 ve üzeri	3	74,33	11,930
<b>Toplam</b>	100	67,19	13,237

**F=1,31 P=0,27 Grup ortalamaları arasında fark yoktur (P>0,05).**

**Tablo 5: Çok Boyutlu Sosyal Destek Algılarının Bölüme Göre Farklılaşmasına İlişkin Anova Testi Sonuçları**

	N	Sıra Ortalaması(%)	Standart Sapma
Antrönörlük	40	67,58	13,843
Öğretmenlik	25	67,08	16,588
Yöneticilik	35	66,83	9,790
<b>Toplam</b>	100	67,19	13,237

**F=0,030 P=0,97 Ortalamalar arasında fark yoktur.**

**Tablo 6: PŞA (Psikolojik Şiddet Algısı) Toplam Puanlarına İlişkin Kolmogorov-Smirnov Sonuçları**

	Kolmogorov-Smirnov		
	İstatistik	Serbestlik Derecesi	Sig.
<b>PŞA</b>	0,193	100	0,000

H<sub>0</sub>: PŞA (Psikolojik Şiddet Algılarından) toplam puanları normal dağılıma uyar.

H<sub>1</sub>: PŞA (Psikolojik Şiddet Algılarından) toplam puanları normal dağılıma uymaz.

Tablo 6'daki istatistik değeri kullanılır. Sig.=0,000<0,05 olduğundan H<sub>0</sub> hipotezi red edilir. PŞA (Psikolojik Şiddet Algıları) toplam puanlarının normal dağılıma uymadığı görülmüştür. PŞA (Psikolojik Şiddet Algılarından) toplam puanları normal dağılıma uygunluk göstermediğinden demografik değişkenlere göre farklılaşmalar parametrik olmayan testlerle incelenmiştir.

**Tablo 7: Duygusal Yönden İciticici Davranışlar Ölçeğinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Testi Sonuçları**

Cinsiyetiniz		N	Sıra Ortalaması(%)	Std. Sapma
PSK Toplam Puan	Kadın	32	75,87	29,451
	Erkek	68	91,79	36,095

Student's t =2,314 P=0,03 Ortalamalar arasındaki fark önemli bulundu(P<0,05). Hesaplanan Student's t =2,314 istatistik değeri 0,03 önem düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (Sig.=0,005<0,05).

**Tablo 8: Duygusal Yönden İciticici Davranışlar Ölçeğinin Yaşa Göre Farklılaşmasına İlişkin Anova Testi Sonuçları**

	N	Sıra Ortalaması(%)	Std.Sapma
18-21 yaş	25	71,60	23,904
22-25 yaş	56	95,46	36,893
26-29 yaş	16	80,81	34,956
30 ve üzeri	3	75,33	27,647
<b>Toplam</b>	100	86,55	34,724

F=3,22 P=0,026 Yaş gruplarına göre ortalamalar farklıdır(P<0,05). Hesaplanan F=3,22 istatistik değeri 0,05 önem düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (Sig.=0,026<0,05).

**Tablo 9: Öğrencilerin psikolojik şiddet algılarının bölümlerine göre farklılaşmasına ilişkin Anova testi sonuçları**

	<b>N</b>	<b>Sıra Ortalaması(%)</b>	<b>Std.Sapma</b>
Antrönörlük	40	85,70	33,689
Öğretmenlik	25	81,16	38,299
Yöneticilik	35	91,37	33,580
<b>Toplam</b>	100	86,55	34,724

Hesaplanan  $F=0,64$  istatistik değeri  $0,05$  önem düzeyinde istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur (Sig.= $0,52 > 0,05$ ).

**Tablo 10: Çok Boyutlu Sosyal Destek Algıları İle Psikolojik Şiddet Algıları Arandaki Kendall's Tau-b Korelasyon Analizi Sonuçları**

		<b>PŞA</b>
<b>ÇBSDA</b>	Korelasyon Katsayısı	-0,149*
	Sig. (2- kuyruklu)	0,032
	N	100

\* $0,05$  önem düzeyinde anlamlı ilişki var.

**Tablo 11: Cinsiyete Göre Çok Boyutlu Sosyal Destek Algıları İle Psikolojik Şiddet Algıları Arandaki Kendall's Tau-b Korelasyon Analizi Sonuçları**

			PŞA
ÇBSDA	Kadın	Korelasyon Katsayısı	-0,314*
		Sig. (2- kuyruklu)	0,020
		N	32
	Erkek	Korelasyon Katsayısı	-0,074
		Sig. (2- kuyruklu)	0,384
		N	68
*0,05 önem düzeyinde anlamlı ilişki var.			

**Tablo 12: Yaşa Göre Çok Boyutlu Sosyal Destek Algıları İle Psikolojik Şiddet Algıları Arandaki Kendall's Tau-b Korelasyon Analizi Sonuçları**

			PŞA
ÇBSDA	18-21 yaş	Korelasyon Katsayısı	-0,197
		Sig. (2- kuyruklu)	0,186
		N	25
	22-25 yaş	Korelasyon Katsayısı	-0,125
		Sig. (2- kuyruklu)	0,181
		N	56
	26-29 yaş	Korelasyon Katsayısı	-0,094
		Sig. (2- kuyruklu)	0,618
		N	16
	30 ve üzeri	Korelasyon Katsayısı	1,000**
		Sig. (2- kuyruklu)	0,000
		N	3
**0,01 önem düzeyinde anlamlı ilişki var.			

**Tablo 13: Bölüme Göre Çok Boyutlu Sosyal Destek Algıları İle Psikolojik Şiddet Algıları Arasındaki Kendall's Tau-b Korelasyon Analizi Sonuçları.**

			PŞA
<b>ÇBSDA</b>	Antrenörlük Eğitimi	Korelasyon Katsayısı	-0,024
		Sig. (2- kuyruklu)	0,833
		N	40
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	Korelasyon Katsayısı	-0,363*
		Sig. (2- kuyruklu)	0,015
		N	25
	Spor Yöneticiliği	Korelasyon Katsayısı	-0,021
		Sig. (2- kuyruklu)	0,864
		N	35
*0,05 önem düzeyinde anlamlı ilişki var.			

**Tablo 14: Çok Boyutlu Sosyal Destek Algı Düzeylerine Göre Psikolojik Şiddet Algılarının Farklılaşmasına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları**

Sosyal Destek Algı Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Serbestlik Derecesi	$\chi^2$	Sig.
Çok düşük ÇBSDA	13	63,58	3	5,390	0,145
Düşük ÇBSDA	36	51,28			
Orta düzey ÇBSDA	34	50,47			
Yüksek ÇBSDA	17	38,91			
Hesaplanan 5,390 $\chi^2$ istatistik değeri 0,05 önem düzeyinde istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur (Sig.=0,145>0,05).					

## 5. TARTIŞMA

Bu çalışmada, öğrencilerin psikolojik şiddet algıları ile çok boyutlu sosyal destek algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın problemine cevap bulmak için 100 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem seçilmiştir. Çok boyutlu sosyal destek ve psikolojik şiddet algıları toplam puanlarının normal dağılım gösterip göstermediği test edilmiş ve puanların normal dağılıma uymadığı için analizde parametrik olmayan istatistiksel testler kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibi özetlenmiştir.

Tablo 1’de öğrencilerin %32’si kadın ve %68’sinin erkek olduğu, öğrencilerin %25,0’inin 18-21 yaş grubundan, %56,0’inin 22-25 yaş grubundan, %16,0’inin 26-29 yaş grubundan ve %3,0’inin 30 yaş ve daha büyük olduğu, genel olarak ise öğrencilerin yaşlarının 22-25 arasında olduğu görülmüştür. Ayrıca öğrencilerin %40,0’inin Antrenörlük, %25,0’inin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, %35,0’inin Spor Yöneticiliği bölümlerinde olduğu görülmüştür.

Tablo 3’te öğrencilerin cinsiyetlerinin çok boyutlu sosyal destek algılarında farklılığa neden olmadığı görülmüştür. Ancak sıra ortalamaları dikkate alındığında kadın öğrencilerin çok boyutlu sosyal destek algıları erkeklere göre daha yüksek olduğu saptandı. Paylaştığımız kültür kadın ve erkek kavramını ortaya koymakta, cinsiyet kimliğinin farklı olarak yapılanmasına neden olmaktadır. Kadın kimliği baskı altında tutulurken, erkek kimliği abartılmaktadır. Kadın baskı altında tutulurken bağımlı hale getirilir. Bu durum kadını toplum içerisinde zayıf duruma getirip, sosyal desteğe daha bağımlı hale getirmektedir. Buna nedenle kadın öğrencilerin erkeklerden daha fazla sosyal desteğe ihtiyaç duydukları söylenebilir. Sosyal desteği ise aile, okul, çevre ve uzman doktorlardan alabilmektedir. Abay (2009); “ Kadınların aileden ve özel kişiden algıladıkları sosyal desteğin erkeklerden daha fazla, evli öğretmenlerin ise aileden algıladıkları sosyal destek bekâr öğretmenlerden daha yüksek bulmuştur ” denilmektedir (9). Abay’ın çalışmasında kadınların sosyal desteğe duyduğu ihtiyacı iki şekilde ortaya konmuştur. Birincisi kadınların erkeklere oranla daha fazla aileden ve özel arkadaşlarından, İkincisi ise evli öğretmenlerin bekarlara oranla daha fazla sosyal destek aldıkları ortaya çıkmıştır. Araştırma sonucunda da belirttiğimiz gibi kadının toplumdaki zayıf kimlik varlığı kadını bu çalışmada da yalnız yaşarken aileden ve özel kişiden daha çok destek gördüğünü, evlilerin ise eşlerinden daha çok destek aldığını

göstermektedir. Kadın toplumda daha bağımlı hale getirildiği için doğal sonucu olarak kendisinden güçlü halde olana daha fazla ihtiyaç duymaktadır. Bu güç kadın için eşte olabilir ailede olabilir. Bu çalışmada da evli kadın öğretmenlerin sosyal desteğe ihtiyaç duymaları itibariyle araştırmamızla paralellik göstermektedir. Altay (2007); cinsiyet bakımından kadın okul yöneticilerin, erkek okul yöneticilerine göre toplam algılanan sosyal destek puanları anlamlı derecede yüksek bulmuştur (44). Bu verilere göre kadınların kurum içi baskılar gördüğü ve arka planda tutulduğu söylenebilir. Bu da kadını sosyal desteğe daha çok ihtiyaç duyar hale getirir. Bu veriler araştırma bulgularımızla paralellik göstermektedir.

Tablo 4'te sıra ortalamaları dikkate alındığında 30 yaşında ve daha büyük olan öğrencilerin çok boyutlu sosyal destek algıları diğer yaş gruplarına göre daha yüksek gözlenirken, bu fark istatistiksel açıdan anlamsız bulmuştur. Bu yaş grubunda bilinç düzeyinin ve kendine olan güvenin artması, olgun seviyede olduğu için psikolojik şiddet azalır. Yaş ilerledikçe bireyin toplum içindeki beklentilerinin artmasıyla beraber sorumluluk duygusu pekişir. Bu sorumluluğa bağlı olarak bireyin bağımsız hareket edebilmesi için sosyal desteğe daha çok ihtiyaç duyar. Sosyal desteğin varlığı bu yaş grubunun getirdiği ekonomik ve sosyal kaygıları azalttığı için birey kendini güvende hissedebilir. Güven varlığı da psikolojik şiddet algısını önemli düzeyde azaltmaktadır. Çakır ve Çivilidağ'ın araştırmamızla paralelliklerinin; aile ve özel insan alt boyut puanlarının yüksek olması, aileden daha bağımsız kararları verebilen, sorumluluk üstlenen ve özel ilişkilere daha fazla önem veren bir yaş grubu olmasıyla ilişkili olabilir. Çakır (1993); Araştırma sonucunda, yaşlar ve ergenlik evrelerine göre oluşturulmuş. Yaş grupları arasında, algılanan sosyal destek arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur (56). Ergenlik, farklı sorunların yaşandığı ve birçok stresle karşı karşıya kalınan bir gelişim dönemidir. Geç ergenlik döneminde yer alan üniversite öğrencileri; meslek seçimi, özerk birey olma sorumluluklarının giderek artması, bir kısmının ailesinden uzakta bulunması ve yaşamını bağımsızca sürdürmeye çalışması gibi nedenlerle farklı problemlerle de baş etmek zorunda kalmakta, baş etme becerilerinin güçlendirilmesine gereksinim duymaktadır. Bu süreçte yeterli desteği bulamayan ergenlerde ise, özellikle ruhsal sorunlar daha sık görülebilmektedir. Bireylerde, sosyal destek arttıkça fiziksel, ruhsal ve sosyal sağlıklarında da olumlu değişiklikler olduğu bilinmektedir. Sosyal destek kaynaklarının bilinmesi onların kendilerini daha güvende hissetmelerini sağlar. Çivilidağ (2003); çalışmasında yaş ile algılanan sosyal destek arasında bir ilişki olduğunu tespit etmiştir (57).



Tablo 5’te sıra ortalamaları dikkate alındığında bölümü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği olan öğrencilerin çok boyutlu sosyal destek algıları diğer bölüm öğrencilerine göre farklılıklar göstermekle beraber istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Buna göre Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliğinde olan öğrencilerin sosyal desteğe daha fazla ihtiyaç duydukları söylenebilir. Öğretmen adaylarının algılanan sosyal destek düzeylerinin yüksek olması; öğrenim gördükleri bölümden memnun olup olmamalarına, iş bulma fırsatları konusundaki görüşlerine, yakın arkadaşlarının ve devam eden ilişkilerinin olup olmamasına göre anlamlı olarak farklılaştığı söylenebilir. Söz konusu çalışmada öğrenim görülen bölümden memnun olmak başarı durumunu ve mezuniyet sonrası iş bulma becerilerini arttırır. Mezun olunan bölümler arasında Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünün iş bulma olasılığının diğer bölümlere oranla daha yüksek olması, aileden daha çok destek alma olasılığını arttırmaktadır. Üniversitenin son yıllarına doğru ise Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin diğer bölümlere oranla iş bulma olasılıklarının yüksek olması bireyde güven yaratmaktadır. Bu güvenle beraber psikolojik şiddetin varlığı azaldıkça sosyal destek algısı artmaktadır. Abay (2009); çalışmasında aynı düzeyleri elde etmiş ve algılanan sosyal destek düzeylerine göre psikolojik şiddet algılarının farklılaştığını, sosyal destek algısı düşük olanların yüksek olanlara göre psikolojik şiddet algılarının daha fazla olduğunu göstermiştir (9).

Tablo 7’de öğrencilerin cinsiyetlerinin psikolojik şiddet algılarında farklılığa neden olduğu görülmüştür. Ortalamalar dikkate alındığında erkek öğrencilerin psikolojik şiddet algıları kadınlara göre daha yüksek olduğu saptandı. Buna göre erkekler kadınlara oranla sosyal desteği daha az almaları sebebiyle psikolojik şiddet algıları daha yüksek olduğu söylenebilir. Bu durum cinsiyetlere özgü farklı gereksinimlerden kaynaklanır. Ayrıca bu sonuç toplumumuzun kadın ve erkeğe yönelik farklı tutumları ile açıklanabilir. Toplumumuzda erkeklere oranla kadınlara, aile tarafından daha koruyucu bir tutumla yaklaşmaktadır. Erkek, toplumumuzda güç varlığı sebebi ile bağımsız hareket edebilmektedir. Bizim araştırma sonucunda belirtildiği gibi erkeğin toplumdaki güçlü kimlik varlığı erkeği sosyal destek varlığı açısından yalnızlaştırdığı söylenebilir. Erkek toplumda daha bağımsız hale getirildiği için doğal olarak kadınlara oranla sosyal desteğe daha az ihtiyaç duyar. Bu da erkekte psikolojik şiddet algısını yükseltir. Erkekteki bu güç varlığı psikolojik şiddeti artırırken sosyal desteğin varlığını azaltmaktadır. Bulut (2007); “Ortaöğretim Öğretmenlerinde Psikolojik Şiddet Düzeyi, Mobbing” adlı yüksek lisans çalışmasının

sonucunda, erkek öğretmenlerin kadın öğretmenlerden daha fazla psikolojik şiddete mağruz kaldığını tespit etmiştir (58). Yılmaz ve ark(2008); “Mobbing Ve Örgüt İklimi İle İlişkisine Yönelik Ampirik Bir Araştırma” adlı çalışmalarında kadınların erkeklere göre daha fazla psikolojik şiddete maruz kaldığı tespit etmişlerdir (41). Araştırmamızı Bulut desteklerken, Yılmaz ve arkadaşlarının çalışmasıyla paralellik göstermektedir.

Tablo 8’de 22-25 yaş grubunda olan öğrencilerin psikolojik şiddet algılarının diğer yaş gruplarına göre daha yüksek iken, 18-21 yaş grubunda olan öğrencilerin psikolojik şiddet algılarının ise daha düşük olduğu saptanmıştır. Buna göre yaş düştükçe sosyal desteğin daha fazla alındığı ve buna bağlı olarak sosyal desteğin arttığı söylenebilir. 22-25 yaş aralığında olan gençlerde kendilerini ispatlama, bağımsız iş yapma ve kararlarını kendilerinin verdiği bir yaşamı daha çok tercih etmektedirler. Buna bağlı olarak dışardan gelen destekleri kendi hayatlarında birine bağımlılık olarak gördükleri için reddederler. Yaş büyüdükçe birilerinin varlığına daha az ihtiyaç duymaktadırlar. Sosyal desteği de bu düzeyde gördükleri için kabul etmezler. 18-21 yaş grubunda olanlar ise yaşlarına bağlı olarak sosyal desteğe daha çok ihtiyaç duymaktadırlar. Bu da sosyal destek varlığını birey için daha önemli hale getirmektedir. Sosyal desteği ailesinden, arkadaşlardan ve eşlerinden alabilirler. Yaş büyüdükçe sosyal desteğe olan ihtiyaç azalırken, psikolojik şiddet algısının arttığı söylenebilir. Çivilidağ (2011), öğretim elemanlarının yaş değişkenine göre işyerinde psikolojik şiddetin alt boyutlarından sosyal ilişkilere saldırı ve kişinin yaşam kalitesi ve mesleki durumuna saldırı alt boyutlarının homojen dağılım göstermediğini saptamıştır (57). Eironline (2002), yaş gruplarına göre yapılan çalışmada en fazla 25 yaşın altındaki gençler ile (%3,8), 55 ve üstü yaş grubunun (%2,9) psikolojik şiddet mağduru olduğu belirtilmiştir (46). Abay (2009), öğretmenlerin psikolojik şiddet algıları ile yaş arasında bir ilişki bulamamıştır (9). Bulut (2007), 25 yaşın altındakilerin daha fazla psikolojik şiddete maruz kaldıkları tespit etmiştir (58). Çalışmamız Bulut, Eironline ve Çivilidağ’la paralellik göstermektedir.

Tablo 9’da sıra ortalamaları dikkate alındığında bölümü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği olan öğrencilerin psikolojik şiddet algıları diğer bölüm öğrencilerine göre daha düşük iken, bu farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Buna göre Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde olan öğrencilerin sosyal desteği diğer bölüm öğrencilerinden daha fazla aldıkları için psikolojik şiddet algılarının da daha düşük olduğu

söylenbilir. Öğretmen adaylarının psikolojik şiddet algı düzeylerinin düşük olması; araştırmada mağdurların iç denetimlerinin daha az olduğu ve yüksek stres taşıdığı söylenbilir. Bunun sebebi ise iş bulma konusundaki sıkıntılar ve devam eden ilişkilerinin olup olmamasına göre anlamlı olarak farklılaştığı söylenbilir. Öğrenim görülen bölümden memnun olmak başarı durumunu ve mezuniyet sonrası iş bulma becerilerini arttırdığı için Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencilerinin psikolojik şiddet düzeylerini düşürür. Mezun olunan bölümler arasında Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünün iş bulma olasılığının diğer bölümlere oranla daha yüksek olması dolayısıyla psikolojik şiddet azalır. Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin diğer bölümlere oranla iş bulma olasılıklarının yüksek olması bireyde güven varlığı oluşturmaktadır. Bu güvenle beraber sosyal destek algısı artarken psikolojik şiddetin varlığı azalır. Hubert ve ark. (2001); Psikolojik şiddetin %37,3'ünün eğitim sektöründe çalışanlar arasında daha fazla yaşandığı belirlenmiştir (45). Cemaloğlu (2007); Psikolojik şiddet görülme sıklığı ile branş arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, sınıf öğretmenlerinin branş öğretmenlerine göre daha fazla psikolojik şiddete maruz kaldıkları saptamıştır (40).

Tablo 10'da çok boyutlu sosyal destek ile psikolojik şiddet algıları arasında önem düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Var olan ilişki negatif yönlü olup, çok zayıf düzeyde olduğu görülmüştür. Buna göre algılanan sosyal destek arttıkça psikolojik şiddet algısının azaldığı söylenbilir. Aralarındaki ilişkinin ters orantılı olduğunu söyleyebiliriz. Bu sonuca göre; bireyler sosyal desteğin olduğu durumlarda problemi daha küçük algırlar. Sosyal destek bulduğunda, birey çözüm bulmak için çaba harcama konusunda daha fazla motive olur. Güven duygusu çözüm noktasında yapıcı etkide bulunur. Psikolojik taciz söz konusu olduğunda, sosyal destek arama davranışı ancak doğru kişilere yöneldiğinde sonuç verir. Sosyal desteği alma durumumuz arttıkça psikolojik tacizin yıkıcı etkilerinden de birey o düzeyde uzaklaşır. Bu sebeple sosyal destek varlığını, psikolojik tacizin olduğu yerde arttırdıkça psikolojik şiddet azalacaktır. Abay (2009); aynı çalışmayı öğretmenler üzerinde uygulamış, öğretmenlerin psikolojik şiddet algıları ile çok boyutlu sosyal destek algıları arasında zayıf düzeyde, negatif yönlü ilişki olduğunu belirtmiştir (9). Abay'ın araştırmasında da sosyal desteğin varlığı arttıkça psikolojik şiddet azalmaktadır. Sosyal destek, psikolojik tacizin yarattığı olumsuz etkilerden bireyi korumaktadır. Psikolojik tacizin negatif varlığı sosyal destekle beraber ortadan kalkmaktadır. Bu araştırmada

araştırmamıza destek sunmaktadır. Dick ve Wagner (2001); benzer çalışmalarında psikolojik şiddet ile sosyal destek arasında kuvvetli, negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu belirtmiştir. (53). Davidson ve Demaray'da (2007); Psikolojik şiddet ile sosyal destek arasında kuvvetli, negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu belirtmiştir(55). Bu araştırmalarda; bireyin stresli yaşam olayları ve hayat değişiklikleri ile mücadelesi açısından sosyal destek oldukça önemlidir. Eğer birey, ailesi ile yakın destek grubu ve profesyonel uzmanların desteği gerektiğinde, orada olacaklarını bilirse, yaşamındaki zorluk ve değişikliklerle daha başarılı mücadele edebilmektedir. Sosyal desteğin varlığını bireyler bildikçe psikolojik tacizin yıkıcı etkilerini de kısa sürede atlatabilirler. Bu bilgiler bizim bulgularımızla da uyum göstermektedir. Negatif ilişkinin varlığı desteklenmiştir.

Tablo 11'de kadınların çok boyutlu sosyal destek algıları ile psikolojik şiddet algıları arasında negatif yönde, zayıf düzeyde ilişki görülmüştür. Kadınların sosyal destek algıları artarken psikolojik şiddet algıları azaldıkları söylenebilir. Erkek öğrencilerin çok boyutlu sosyal destek algıları ile psikolojik şiddet algıları arasında önem düzeyinde istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur. Abay (2009); öğretmenlerin sosyal destek algıları ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bayan öğretmenlerin algıladıkları sosyal destek erkek öğretmenlerden daha fazladır(9). Bulgularımızla paralellik göstermektedir.

Psikolojik taciz, iş çevresine özgü olmaktan çok, erkek ve kadın arasındaki güç ve statü farklılıklarının kültürel olarak meşrulaştırılmasının sonucuyla açıklanabilir. Çünkü kadın çalıştığı kurum örgütü içerisinde ikinci sınıf statü ve güç farklılıklarının sonuçlarıyla karşı karşıya kalır. Toplumun kadınlara ilişkin gelenekselleşmiş cinsiyet rolü algılarıyla ve bu algılarını haklı çıkarma çabalarıyla açıklanabileceği gibi eşitliği sağlamaya yönelik bir girişim olarak ta değerlendirilebilir. Okur yazarlık oranının toplumumuzda düşük olması sebebiylede erkek egemen toplum karşısında kadın zayıf duruma gelmektedir. Buna bağlı olarak sosyal desteğin varlığına erkekten daha çok ihtiyaç duymaktadır. Bizim ve Abay'ın araştırmasındaki geline notanın sosyal desteğe, erkekten daha fazla ihtiyaç duymasını bu şekilde açıklayabiliriz.

Tablo 12'de 18-29 yaş grupları arasındaki öğrencilerin çok boyutlu sosyal destek algıları ile psikolojik şiddet algıları arasında istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur. 30 yaşında ve daha büyük olan öğrencilerin çok boyutlu sosyal destek algıları ile psikolojik

şiddet algıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Sosyal destek arttıkça psikolojik şiddet azaldığı söylenebilir. Sosyal destek kavramı tartışılırken, sosyal desteğin öncelikle yaşam olayları ve kriz durumlarında ruh sağlığını koruyucu rolü vardır. Sosyal destek düzeyi yüksek olan bireyler, strese daha kolay uyum sağlamakta, ruhsal sorunlarla daha kolay baş edebilmektedir. Sorunların çözümünde sosyal desteğin varlığı bireyde güven yaratmaktadır. 30 ve üstü yaş gruplarında sosyal desteğin varlığı daha kolay anlaşılmaktadır. Bu yaş grubunun getirdiği olgunlukla beraber kendisi dışındaki toplumsal gruplardan yardım talep etme isteği alt yaş gruplarına oranla daha fazladır. Birey sosyal desteğin önemini farkındadır. Bu farkındalık, psikolojik şiddet ve benzeri durumlar karşısında bireyi sosyal destek ihtiyacını arttırmaktadır. Eironline ( 2002); Yaş gruplarına göre de bir analiz yapılmış ve en fazla 55 ve üstü yaş grubunun psikolojik şiddet mağduru olduğu belirtmiştir (46). Çivilidağ (2011); 20-30 yaş arasındaki öğretim elemanlarının işyerinde psikolojik taciz sıra ortalamalarının sırasıyla; 61 yaş ve üzeri öğretim elemanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlemiştir (57). Bulut (2007); 25 yaşın altındakilerin daha fazla psikolojik şiddete maruz kaldıkları tespit etmiştir (58).

Tablo 13'te bölümler arasında fark gözlenmiştir. En yüksek negatif ilişki Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde gözlendi. Diğer bölümlerde ise bu ilişki miktarı sifıra yaklaşmaktadır. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde sosyal destek algısı diğer bölümlere oranla daha yüksek çıktığı için psikolojik şiddet daha düşük olduğu söylenebilir. Öğretmen adaylarının algılanan sosyal destek düzeylerinin yüksek olması; öğrenim gördükleri bölümden memnun olmak ve başarı durumunu artırmakla beraber iş bulma fırsatlarını artırmaktadır. Mezun olunan bölümler arasında Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünün iş bulma olasılığının diğer bölümlere oranla daha yüksek olması bireyde gelecek kaygısını azaltmaktadır. Gelecek kaygısının azalmasından dolayı psikolojik şiddetin varlığı azalır sosyal destek algısı artar. Sosyal destek bireyin isteklerinin karşılanmasına, beceriler kazanarak maddi ve manevi kaynaklara ulaşmasına yardım ederek, bireye rehberlik yapıp bilgi sunarak, onun desteklenmesi ve güçlenmesini sağladığını söyleyebiliriz. Yetersiz sosyal desteğin ise bireyi güçsüz kılar. Bu nedenle sosyal destek; bireylere yaşadıkları ve çalıştıkları ortam içinde fiziksel, ruhsal, sosyal potansiyellerini belirlemeleri ve bu potansiyelleri değerlendirmeleri konusunda yardımcı olur. Bu amaçla bireyler sosyal gereksinimlerinin farkında olur. Hubert ve arkadaşları (2001);Psikolojik

şiddetin %37,3'ünün eğitim sektöründe çalışanlar arasında daha fazla yaşandığı belirlemiştir (59). Cemaloğlu (2007);Psikolojik şiddet görülme sıklığı ile branş arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu belirlemiştir (40).Her iki çalışmada araştırmamızı destekler niteliktedir.

Tablo 14'te sıra ortalamaları dikkate alındığında sosyal destek algıları düşük olan öğrencilerin psikolojik şiddet algıları diğer düzeydeki öğrencilerine göre daha yüksek gözükürken bu farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Buna göre sosyal destek alan öğrenciler kendi düzeyindeki öğrencilere göre psikolojik şiddet algıları daha düşük olduğu söylenebilir. Bireyin stresli yaşam olayları ve hayat değişiklikleri ile mücadelesi açısından sosyal destek oldukça önemlidir. Eğer birey, ailesi ile yakın destek grubu ve profesyonel uzmanların desteği gerektiğinde, orada olacaklarını bilirse, yaşamındaki zorluk ve değişikliklerle daha başarılı mücadele edebilmektedir. Eş, evlat, ebeveyn, arkadaş ya da komşunun oluşturduğu geniş bir sosyal ilişki ağı içinde bulunan birey sevildiği, değerli bulunduğu ve gerektiğinde yardım gördüğü takdirde kendini mutlu ve güven içinde hisseder. Bunun aksine sosyal ilişkilerin yetersiz ya da bozuk olduğu durumlarda birey olumsuz olaylar karşısında çaresizlik ve değersizlik duygularına daha sık kapılır. Sosyal destek, stres yaratan durumların algılanan önemini azaltarak ve sağlıklı davranışları kolaylaştırarak, bireyin duygusal gerginliklerinin üstesinden gelmesine yardım eder. Sosyal desteğin arttığı durumda birey psikolojik şiddetin zararlarından daha kısa zamanda kurtulabilmektedir. Psikolojik şiddetin yarattığı baskıları sosyal desteğin varlığı ortadan kaldırmaktadır. Bu sebeptendir ki sosyal destek, araştırmamızda olduğu gibi psikolojik şiddet açısından önem arz etmektedir. Cohen ve S,Wills (1985); sosyal destek arttıkça psikolojik şiddetin azalacağını tespit etmiştir (34). Dick ve Wagner(2001);çalışmalarında psikolojik şiddet ile sosyal destek arasında kuvvetli, negatif ve anlamlı bir ilişki bulmuştur (53). Abay (2009); psikolojik şiddet ile sosyal destek arasında kuvvetli, negatif ve anlamlı bir ilişki bulmuştur. Sosyal destek arttıkça psikolojik şiddetin azalacağını belirtmiştir (9).Bu çalışmalar araştırmamızı destekler niteliktedir.

## 6. SONUÇ

Sonuç olarak, algılanan sosyal destek ölçeği ile demografik bilgiler arasında, psikolojik şiddet davranışlarına maruz kalmaya göre farklılaştığı anlaşılmaktadır.

Erkeklerde sosyal destek algısı çok düşük iken, psikolojik şiddet algısı yüksek olup kadınlarda ise sosyal destek algısı yüksek iken, psikolojik şiddet algısı düşük olduğu tespit edildi. Öğretmenlik bölümü öğrencilerinin sosyal destek algı düzeyleri diğer bölümlere oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.



## 7. ÖNERİLER

1. Psikolojik şiddetin ciddi bir yönetsel ve örgütsel sorun olduğu kabul edilmeli ve bu yönlü bilimsel çalışmalar artırılmalıdır. Bu çalışmalar kamuoyuna sunulmalıdır.
2. Öğrencilere yönelik psikolojik şiddet konulu eğitim seminerleri düzenlenmelidir.
3. Psikolojik şiddet eylemlerini önleyici ve öğrencileri bilinçlendirecek tedbirler alınmalıdır.
4. Psikolojik şiddete yönelik suçların yasal dayanağı oluşturulmalıdır.
5. Ailelerin sosyal desteğin önemi hakkında bilinçlendirilmesi ve kitle iletişim araçlarıyla gündem oluşturulması sağlanmalıdır.
6. Psikolojik şiddet algısını azaltacak spor etkinliklerine yer verilmelidir.



## 8. KAYNAKLAR

1. Baykal A.N. Yutucu Rekabet. Sistem Yayıncılık, İstanbul, 38-59;2005.
2. Davenport N. Distler, R.S. Elliott, GP. Mobbing, İşyerinde Duygusal Taciz, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 56-112;2003.
3. Hoel H, Faragher B, Cooper C. L. Bullying Is Detrimental To Health,But All Bullying Behaviours are Not Necessarily Equally Damaging. BritishJournal of Guidance and Counselling, 32 (3): 367-387; 2004.
4. Einarsen S. The Nature and Causes of Bullying at Work. International Journal of Manpower, 20(1/2):16-27; 1999.
5. Leymann H. The Content and Development of Mobbing at Work. European Journal of Work and Organizational Psychology, 5(2);1996.
6. Field T. Bully Online is The World's Largest Resource on Workplace Bullyingand Related Issues, (Erişim Tarihi: 15.09.2013).
7. Cusack S. Workplace Bullying: Icebergs In Sight, Soundings Needed. The Lancet:356, Dec. 23/30:2118;2000.
8. Tınaz P. İşyerinde Psikolojik Taciz (Mobbing), Beta Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, 23-85;2006.
9. Abay A. İlköğretim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Psikolojik Şiddet Algıları İle Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. M.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2009.
10. Büyük Öztürk Ş. Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. 7. Baskı, Pegem Yayıncılık, 90-152;2007.
11. Leymann H, Gustafsson A. Mobbing at Work and The Development of Post Traumatic Stress Disorders. European Journal of Work and Organizational Psychology, 5(2): 251-275;1996.
12. Leymann H. The Definition of Mobbing at Workplaces, The Mobbing Encyclopedia, (12.03.2013).
13. Leymann H. Some Historical Notes: Research and the Term Mobbing, The Mobbing Encyclopedia, (Erişim Tarihi: 12.03.2013).
14. Leymann H. How Serious are Psychological Problems after Mobbing, The Mobbing Encyclopedia, (Erişim Tarihi: 12.03.2012).
15. Tutar H. İşyerinde Psikolojik Şiddet. 3. Baskı, Platin Yayınları, Ankara, 44-85;2004.

16. Yüçetürk EE. Bilgi Çağında Örgütlerin Görünmeyen Yüzü: Mobbing. (Erişim Tarihi: 17.09.2012).
17. Vartia M. The Sources of Bullying-Psychological Work Environment and Organisational Climate. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5(2): 203-214;1996.
18. Yıldız S. A 'New' Problem In The Work-Place: Psychological Abuse (Bullying). *Akademik Araştırmalar Dergisi*, 34: 113-128; 2007.
19. Savaş F.B. İşyerinde Manevi Taciz, Beta Yayıncılık, İstanbul, 70-158; 2007.
20. Hecebil S. Mobbing'in Yaşanmadığı bir Kurum Kültürü Yaratmak. (Erişim Tarihi: 17.09.2013).
21. Mikkelsen E.G, Einarsen S. Relationships Between Exposure To Bullying at Work and Psychological and Psychosomatic Health Complaints: The Role OfState Negative Affectivity and Generalized Self-Efficacy. *Scandinavian Journal of Psychology*, 43:397-405; 2002.
22. Yılmaz A ve ark. Mobbing ve Örgüt İklimi İle İlişkisine Yönelik Ampirik Bir Araştırma. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 26: 334-357;2008.
23. Tardy C. Social Support Measurement. *American Journal of Community Psychology*, 13 (2): 187-202;1985.
24. Yücelen D. İşyerinde Depresyon. (Erişim Tarihi: 13.03.2012).
25. Baltaş A. Adı Yeni Konmuş Bir Olgu: İşyerinde Yıldırma (Mobbing). (Erişim Tarihi: 04.03.2012).
26. Cobb S. Social Support As A Moderator Life Stres. *Psychosomatic Medicine*, 38:300-314;1976.
27. Barrera M Jr, Ainley SL."The Structure of Social Support: A Conceptual and Empirical Analysis", *Journal of Community Psychology*,1: 133-143;1983.
28. Thoits P. Life Stress, Social Support, And Psychological Vulnerability: Epidemiological Considerations. *Journal of community Psvhology*, 10: 341 – 362; 1982.
29. Lepore SJ, Evans GW, Schneider ML. Dynamic Role of Social Support in The Link Between Chronic Stress and Psychological Distress, *Journalof Personality and Social Psychology*, 61:6,899-909;1991.
30. Soriaş O. Sosyal Destek Kavramı. *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(1):353-357; 1988.

31. akır Y, Palabıyıkoglu R. Generlerde Sosyal Destek-ok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Oleğinin Güvenirlik ve Geçerlik alışması. *Kriz Dergisi*, 5 (1), 15-24;1997.
32. Kef S. The Personal Networks And Social Supports of Blind And Visually Impaired Adolescents. *Journal of Visual Impairment And Blindness*, 91 (3):236-244;1997.
33. Richman J.M, Rosenfeld B.L, Bowen GL. Social Support For Adolescents at Risk of School Failure. *Social Work*, 43 (4): 309-320;1998.
34. Cohen S, Wills T.A. Stress, Social Support and Buffering Hypothesis, *Psychological Bulletin*, 98 (2), 310-357;1985.
35. Procidano M.E, Heller K. Measures Of Perceived Social Support From Friends and From Family: Three Validation Studies. *American Journal of Community Psychology*, 11(1): 1-24;1983.
36. Çeçen R. Oğrencilerinin Cinsiyetlerine ve Ana Baba Tutum Algılarına Göre Yalnızlık Ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431; 2008.
37. Ertürk A. Oğretmen ve Okul Yöneticilerinin Okul Ortamında Maruz Kaldıkları Yıldıрма Eylemleri. G. . Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2005.
38. Gökçe, A.T. İş Yerinde Yıldıрма: Özel ve Resmi İlköğretim Okulu Oğretme ve Yöneticileri zerinde Yapılan Bir Araştırma, A.. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Doktora Tezi, Ankara, 2006.
39. Kırrel . Oğgtlerde Mobbing Yönetiminde Destekleyici Ve Risk Azaltıcı neriler. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2): 317-334;2007.
40. Cemaloğlu N. The Exposure of Primary School Teachers To Bullying: an Analysis Of Various Variables. *Social Behavior and Personality*, 35 (6): 789-802;2007.
41. Yılmaz E ve ark. Üniversite Oğrencilerinin Sosyal Destek ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18 (2): 71 – 79;2008.
42. Leymann H. Mobbing and Psychological Terror at Workplaces, *Violence and Victims*, 5 (2): 119-126;1990.
43. Bayram D. Bir Grup Gençte Ruhsal Belirti İle Sosyal Destek İlişkisi. D. E. . Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, İzmir, 1999.
44. Altay M. Okul Yöneticilerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri ile çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişki. G. O. . Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Tokat, 2007.

45. Hubert A, Veldhoven M. Risk Sectors For Undesirable Behaviour and Mobbing. *European Journal of Worka Organizational Psychology*, 10 (4) : 415-424; 2001.
46. Eironline. Study Examines 'Mobbing' at The Mobbing.
47. Smith P.K, Singer M, Hoel H, Cooper CL. Victimization In The School and The Workplace: Are There Any Links? *British Journal of Psychology*, 94: 175-188; 2003.
48. Malinauskiene V. ve ark. Psychological Terror at Work And Cardiovascular Diseases Among Teachers. *Acta Medica Litunica*, 12 (2): 20-25; 2005.
49. Ellis A, A Shute R. Teacher Responses To Bullying İn Relation To Moral Orientation And Seriousness of Bullying. *British Journal Of Educational Psychology*, 77: 649- 663; 2007.
50. Glaso L, Matthiesen, S.B, Nielsen MB, Einarsen S. Do Targets of Workplace Bullying Portray A General Victim Personality Profile. *Scandinavian Journal of Psychology*, 48: 313-319; 2007.
51. Sarason B.R, Pierce GR ve ark. Perceived Social Support and Working Models of Self and Actual Others. *Journal of Personality and Social Psychology*, Washington: Feb, 60: 2, 273;1991.
52. Kruger L.J. Social Support And Self-Efficacy İn Problem Solving AmongTeacher Assistance Teams And School Staff. *Journal of Educational Research*, January/February, 90 (3): 164-168;1997.
53. Dick R, Wagner U. Stress And Strain In Teaching: A Structural Equation Approach,. *British Journal of Educational Psychology*, 71:243-259;2001.
54. Schonfeld I.S. Stress İn 1st-Year Women Teachers: The Context of Social Support And Coping. *Genetic, Social And General Psychology Monographs*, 127 (2): 133-168; 2001.
55. Davidson L.M, Demaray MK. Social Support As A Moderator Between Victimization And İnternalizing – Externalizing Distress From Bullying. *School Psychology Review*, 36 (3): 383-405;2007.
56. Çakır Y. 12-22 Yaş Grubundaki Gençlerde Çok Yönlü Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Araştırması. A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara,1993.
57. Çivilidağ A. Anadolu Lisesi ve Özel Lise Öğretmenlerinin İş Tatmini, İş Stresi ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılmasına Yönelik Bir Analiz. İ.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2003.

58. Bulut H.U. Ortaöğretim Öğretmenlerinde Psikolojik Şiddet Düzeyi, Mobbing N.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Niğde, 2007.
59. Arpacıoğlu G. İşyerinde Stresin Gizli Kaynağı: Zorbalık ve Duygusal Taciz. (Erişim Tarihi: 23.10.2013)
60. Eker D, Arkar H. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Faktör Yapısı, Geçerlilik ve Güvenirliliği. Türk Psikoloji Dergisi, 10(34): 45- 55;1995.
61. Görgü E. Bir Başa Çıkma Mekanizması Ya Da Ruh Sağlığını Koruyucu Bir Yaklaşım Olarak Sosyal Destek. Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Bülteni, 2(12): 38-45; 2006.
62. Litwin H. Activity, Social Support and Well-Being: An Emperical Examination. Canadian Journal On Aging, 2: 416-431;2000.
63. Eker D, Arkar H, Yıldız H. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlilik ve Güvenirliliği. Türk Psikiyatri Dergisi, 12 (1): 17- 25; 2001.
64. Torun A. Tükenmişlik, Aile Yapısı Ve Sosyal Destek İlişkileri Üzerine Bir İnceleme, , M.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İngilizce İşletme Bölümü, Yayımlanmamış Doktora Tezi, İstanbul, 1995.
65. Altunışık, R. ve ark. Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. Sakarya Yayıncılık,5. baskı, Sakarya, 2: 15-28; 2007.
66. Aydın Ş, ve Özkul E. İşyerinde Yaşanan Psikolojik Şiddetin Yapısı ve Boyutları 4-5 Yıldızlı Otel İşletmeleri Örneği. A. Ü. Sosyal Bilimler Dergisi, 7 (2), 169-186;2007.
67. Aytaç S. Bayram N. Bilgel N. Çalışma Yaşamında Yeni Bir Baskı Aracı: Mobbing . XIII. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi Bildiriler Kitabı, Marmara Üniversitesi İ.İ.B.İ İşletme Bölümü, 333-337;2005.
68. Balcıoğlu İ. Ed. Biyolojik, Sosyolojik, Psikolojik Açından Şiddet, Yüce yayım, İstanbul, 65-86;2000.
69. Bell R.A, Leroy JB, Stephenson JJ. Evaluating The Mediating Effects of Social Support Upon Life Events And Depressive Symptoms. Journal of Community Psychology, 2( 10): 325-339;1982.
70. Compas ve ark. "Relationship of Life Events And Social Support With Psychological Dsyfunction Among Adolescents", Journal of Youth And Adolescence, 15 (3), 205-221; 1986.

71. Dökmen Ü. Küçük Şeyler. 14. Baskı, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2008.
72. Eser O. Mobbing Kavramının Türkçe Serüveni. İstanbul Kültür Üniversitesi, (Erişim Tarihi: 15.12.2012).
73. Field T. All Quotes By Tim Field Unless Otherwise Stated. (15.09.2013).
74. James D.J ve ark. Bullying Behaviour İn Secondary Schools: What Role Do Teachers Play. Child Abuse Review, 17: 160-173;2008.
75. Kahrıman İ, Polat S. Adölesanlarda Aileden Ve Arkadaşlardan Algılanan Sosyal Destek ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 6 (2): 13 – 24; 2003.
76. Karasar N. Bilimsel Araştırma Yöntemi.16. Baskı, Nobel Yayıncılık, Ankara, 25-38; 2006.
77. Köknel Ö. Bireysel ve Toplumsal Şiddet, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 22-56; 2000.
78. Monroe S.M. Social Support And Disorder: Toward An Untangling of Cause And Effect. American Journal of Community Psychology, 11(1): 81-97;1983.
79. Özgüven H ve ark. İntihar Girişiminde Depresyon ve Kaygı Belirtileri İle Problem Çözme Becerileri ve Algılanan Sosyal Destek. Türk Psikoloji Dergisi, 18(52): 1-11; 2003.
80. Sarason IG ve ark. Life Events, Social Support And İllness. Psychosomatic Medicine, 47 (2): 156-163;1985.
81. Segrin C. Age Moderates The Relationship Between Social Support and Psychosocial Problems. Human Communication Research, 29:3,317-342;2003.
82. Yeni İş Kanunu, Kanun No: 4857, (Erişim Tarihi: 05.12.2011).

## 9. EKLER

### EK 1: Araştırma Anketi

#### BÖLÜM I

##### KİŞİSEL BİLGİLER

1. Cinsiyetiniz : 1. ( ) Kadın 2. ( ) Erkek 2.  
Yaşınız : .....  
3. Branşınız : .....  
a) Antrenörlük Eğitimi  
b) Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği,  
c) Spor Yöneticiliği

#### BÖLÜM II

##### ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ

Aşağıda 12 cümle ve her bir cümle altında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1'den 7'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümle için size en uygun rakamı DAİRE İÇİNE alarak işaretleyiniz. Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız.

1. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, yakın arkadaş) var.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
2. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, yakın arkadaş) var.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
3. Ailem (örneğin, annem, babam, kardeşlerim) bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet

4. İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden (örneğin, annemden, babamdan, kardeşlerimden ) alırım.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
5. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, yakın arkadaş, doktor ) var.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
6. Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
7. İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
8. Sorunlarımı ailemle (örneğin, annemle, babamla, kardeşlerimle) konuşabilirim.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
9. Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
10. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor ) var.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
11. Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet
12. Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.  
Kesinlikle hayır 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Kesinlikle evet



### BÖLÜM III

#### DUYGUSAL YÖNDEN İNCİTİCİ DAVRANIŞLAR ÖLÇEĞİ

	Duygusal Yönden İncitici Davranışlar	Kim Tarafından					Gerçekleşme Sıklığı								
		Bölüm Başkanı	Öğr.Gör.	Personel	Öğrenci	Diğer	Hiç	Nadiren	Ara sıra	Çoğu kez	Her zaman				
1	Okul etkinliklerinde aktif görevler almasının engellenmesi														
2	Kişisel ve mesleki gelişim sağlayabilecek etkinliklere izin verilmemesi														
3	Sözünün kesilmesi														
4	Başkalarının yanında yüksek sesle azarlanması														
5	Yaptığı işlerin haksızca eleştirilmesi														
6	Başarılarının küçümsenmesi														
7	Telefonla gereksiz yere ve kasıtlı aranarak rahatsız edilmesi														
8	Sözle tehdit edilmesi														
9	Yazılı tehditlerde bulunulması														
10	Jestler, bakışlar ve imalar yoluyla, iletişim kurmasının engellenmesi														
11	Gelen telefonların haber verilmemesi gibi, başkalarının kendisine ulaşmasının engellenmesi														
12	Kendisiyle konuşulmaması														
13	Bölüm Başkanı ile görüşmesinin engellenmesi														
14	Sınıf ,İçişinde yanına kimsenin oturmaması														
15	Arkadaşlarıyla iletişim kurmasının engellenmesi														
16	Kişi ortama girdiğinde konuşmanın kesilmesi veya konunun değiştirilmesi														
17	Sosyal faaliyetlerden dışlanması														
18	Herhangi bir ortamda yokmuş gibi davranılması														
19	Özgüvenini veya itibarını olumsuz etkileyen bir iş yapmaya zorlanması														
20	Çabalarının yağcılık, kıyakçılık olarak değerlendirilmesi														
21	İşle ilgili aldığı kararların yanlışmış gibi sorgulanması														
22	Verilen görevlerde kendisine güvenilmeyerek, işin her aşamasının takip edilmesi														
23	İftira atılması														
24	Hakkında dedikodu çıkarılması														
25	Güvenilmez olduğunun ima edilmesi														
26	Kendisinin bulunmadığı ortamlarda başkalarına kötülenmesi														
27	Başkaları tarafından yapılan hatalardan sorumlu tutulması														

	Duygusal Yönden İcici Davranışlar	Kim Tarafından					Gerçekleşme Sıklığı				
		Bölüm Başkanı	Öğr. gör	Personel	Öğrenci	Diğer	Hiç	Nadiren	Ara sıra	Çoğu kez	Her zaman
28	Onur kırıcı isimlerle / lakapla anılması										
29	Özel yaşamıyla alay edilmesi										
30	Doğum yeri / bölgesi ile alay edilmesi										
31	Onur kırıcı şakalar yapılması										
32	Başkalarının önünde gülünç duruma düşürülmeye çalışılması										
33	Aptal konumuna düşürülmeye çalışılması										
34	Psikolojik sorunları varmış gibi gösterilmeye çalışılması										
35	Psikiyatrik tedavi alma ihtiyacı hissettirilmesi										
36	Tutarsız olmakla suçlanması										
37	Bir özrüyle alay edilmesi										
38	Yürüyüşünün, jestlerinin veya sesinin taklit edilmesi										
39	Dini görüşünün / inancının hafife alınması										
40	Siyasi görüşüyle ilgili imada bulunulması										
41	Cinsel imalar yapılması										
42	Rızası olmadığını bile bile cinsel teklifler yapılması										
43	Cinsel içerikli şakalar yapılması										
44	Cinsel içerikli (elle dokunma vb) hareketler yapılması										
45	Disiplin kurallarının uygulanmasında aleyhine ayrımcılık yapılması										
46	Geçersiz nedenlerle sözlü olarak uyarılması										
47	Başkalarının yapmak istemediği işlerle görevlendirilmesi										
48	Verilen görevler için gerçekçi olmayan bitirme süresi verilmesi										
49	Başarısızlıkla sonuçlanma olasılığı yüksek işlerde görevlendirilmesi										
50	Verilen görevin haber verilmeden değiştirilmesi veya geri alınması										
51	Fiziksel şiddet tehditleri edilmesi										
52	Gözünü korkutma amacıyla hafif şiddet uygulanması										
53	Geçerken kendisine fiziksel olarak çarpılması ve olayın kazara olduğu izlenimi verilmesi										
54	Herhangi bir yerine fiziksel yönden zarar verilmesi										